Magyar Szinkronúszó Szövetség

SZAKMAI BESZÁMOLÓ

2024-es évről

Készítették: az MSZÚSZ SZB, VBB és NEP szakemberei

Erdős Eszter
Molnár Andrea
Nikházy Letícia
Rózsa Szandra
Vándor Csilla
Vizi Judit

TARTALOM

I. A sportág szerkezeti-szervezeti háttere

1.1 Sportági vezetés és a sportági bizottságok összetétele

1.2 Sportági bizottságok elvégzett feladatai, a célkitűzések viszonya a megvalósulással

II. A sportágban folyó egyesületi munka

2.1 Létesítményhelyzet

2.2 Edzéskörülmények, edzéseszközök

2.3 Szakmai stábok

2.4 Egyesületi létszámok, korosztályos bontások, eredményesség

III. A sportági válogatottak üzemeltetése

3.1 Nemzetközi eseményeken való részvétel

3.2 Nemzetközi versenyek eredményeinek összehasonlító elemzése

3.3 Célkitűzések és megvalósulások

IV. Személyi feltételek

4.1 Edzőképzés – gyakorlati – elméleti képzés, konferenciák

4.2 Bíróképzés – új bírók képzése– aktív bírók továbbképzése

V. Versenyeztetés

5.1 Hazai versenyzési lehetőségek – Szövetségi és Klubversenyek

5.2 A hazai versenyek, versenyrendszerek elemzése

5.3 Új rendszerek eredményessége, beválása

VI. Diplomácia

6.1 A sportág nemzetközi tisztségviselői – nemzeti/nemzetközi szinten

6.2 Nemzetközi kapcsolatok

VII. Sporttudomány

7.1 Sporttudományos szakmai tevékenység (elemzések, felmérések)

7.2 A sportág értékelését, pontozását segítő fejlesztések

I. A SPORTÁG SZERKEZETI-SZERVEZETI HÁTTERE

1.1 Sportági vezetés és a sportági bizottságok összetétele 2024-ben

A Szövetség több éve immár kiszámítható, előre tervezett stratégiája, tervei és azok szoros nyomon követése miatt, évről-évre biztosabb sportági hátteret tudott teremteni a hazai szinkronúszó sportnak. Azonban a sportági változások, szabálymódosítások és átértékelt sportági prioritások okán a testületekben és az elnökség összetételében is történtek változások.

Elnökség: Iker Bernadett- elnök
Szórát István- alelnök
Érsek Emese- tag
Fazekas Gábor - tag
Horváthné Kovács Erika- tag
Kővágó Mónika- tag
Rajnai Attila - tag
Szabó Géza- tag

Ellenőrző Testület: Dr. Bognár Barbara- elnök
Héder Anna
Spielmann- Szentpáli Irén

Szakmai Bizottság: Erdős Eszter – elnök
Árkovics Petra 2024. májusig
Faraga Szilvia
Kővágó Mónika
Molnár Andrea

Versenybíró Bizottság: Vándorné Vizi Judit - elnök
Bártfai Eszter
Molnár Györgyi
Várady Krisztina

Versenyszervező Bizottság: Molnár Andrea – elnök
Cseh Krisztián
Molnár Györgyi

Igazolási és Átigazolási Bizottság: Bartha Zsuzsánna - elnök
Rajnai Andrea
az MSZÚSZ munkatársa

Fegyelmi és Etikai Bizottság: Dr. Fábry György -elnök
Dr. Kiss Gergő László
Dr. Bárnóczik Dávid

Sportolói Bizottság: Taksonyi Blanka - elnök
Kecskés Kira Olympia
Ónody Zsófia

Főtitkár: Cseh Krisztián

Sportszakmai vezető: Szauder Gábor

2.2 Sportági bizottságok elvégzett feladatai, a célkitűzések viszonya a megvalósulással

2.2.1 Szakmai Bizottság

A 2024-es év legfontosabb feladata volt a szakmai munka adminisztratív alapjain túl a sportági eredményesség előmozdítása, a klubok motivációjának fenntartása és bekapcsolásuk a központi programokba, annak reményében, hogy a közös alapokról elindulhat egy hosszabb távon eredményes sportági fejlesztés, versenyképes jövő. Számos - a korábbi években kidolgozott - program jó mutatókkal folytatódott tovább, néhány projekt megújításokon esett át a sportági változások miatt, azonban a fő fókusz mindenekelőtt, a közeljövőben eredményekben is megmutatkozó sportágspecifikus fejlesztés állt.

Szakmai dokumentumok kiadása:

- Versenyrendszer 2024. – mely a hazai teljes verseny és követelményrendszert, valamint pontozói elvárásokat is tartalmazta. Újdonságként a nemzetközi mezőnyben először próbált az anyag szakítani az évtizedes ,,kötelező,, versenyszám hagyományaival és igyekezett meghonosítani az ún. elemkapcsolat/kódúszás versenyszámát az alsóbb korosztályokban, mellyel a magas technikai követelményeket igénylő kűrprogramokat szeretnénk majd előkészíteni.
- Minősítési rendszer 2024. – mely a klubok eredményességének és szakmai programokon való részvételének alapján rangsorolja az egyesületi munkát. Újdonságként nagyobb hangsúlyt kapott az utánpótlás fejlesztő programokon való részvétel, háttérbe szorult az egyéni versenyszámok premizálása.
- Edzői minősítés 2024. – mely a sportág szakembereit hivatott értékelni egy szigorú, sok szempontra kiterjedő rendszer alapján.

Versenyek:

- 10 alkalommal volt lehetősége tagegyesületeinknek hazai megmérettetésen rajthoz állni az egyesületek és az MSZÚSZ által rendezett versenyeken, ahol a versenysportolók mellett lehetőséget kaptak a kezdők és rekreációs szinten sportolók is.
- Fentiek mellett a Szakmai Bizottság két alkalommal SzinKép felmérőt is szervezett, ahol már 4 korosztályban kaptak visszajelzést a klubok és a versenyzők az aktuális sportágspecifikus kondicionális és koordinációs képességeik szintjéről, valamint a flexibilitási mutatóikról.

2024. OB egyesületi részvétele korosztályonként/egyesület

	$						
	Egyesület	**10 U**	**12 U**	**15 U**	**JUNIOR**	**FELNŐTT**	**MASTERS**
1	AQUA Szinkronúszó SE	6	1	2	2	8	
2	Aqualina						11
3	Aquatic Group	9	9	29	18	8	
4	BHSE	5	16	30	11	16	8
5	Budafóka XXII. SE	3	3	3	1		
6	BVSC Zugló		12	11	9	9	
7	Dorado SC	1					
8	Győri VSE			3	2		
9	FTC Szinkronúszó SE	1	2		3		
10	H2O Synchro SE	1	4	8	9	2	4
11	KDSE				8	8	
12	Korall SC	1	1	7			
13	Óbudai SE		5	15	2		
14	Orka SE				10	1	
15	PSN Zrt				8	2	
16	Római Szinkronúszó SE	1		10	9	9	
17	Synchro Sopron SE	1	1	3	1		
18	Sirenia SE		8	11	20	24	1
19	SYNUS SC		3		9	9	
	Egyesületek száma adott korosztályban	10	12	12	16	11	4
	Vidéki egyesületek száma adott korosztályban	2	2	3	5	3	0

Nikházy Letícia elemző táblázata

Utánpótlásfejlesztő programok:

Kismedencés fejlesztő rendszer (6-9 évesek)

- A 2024-es évtől bevezetésre került a SZINKÉP programon belül a KISMEDENCÉS oktatás, sportági előkészítő rendszere is. Célunk volt, hogy az immár 2 éve futó sikeres fejlesztő programot kiegészítsük egy előkészítő szakasszal, amikor korai gyermekkorban, akár úszástudás nélkül kapcsoljuk be a kisgyermekeket a sportágba, majd tartjuk meg úgy az érdeklődésüket, hogy sokkal komfortosabb környezetben, alacsony vízmélységben, melegvizes közegben fejlesztjük őket. Az új programot néhány egyesület már korábban is alkalmazta, így rendelkezünk ide vonatkozó tapasztalattal, azonban a sportág sikeres jövője múlhat azon, hogy milyen mértékben sikerül központi stratégiaként meghonosítani a korai sportágspecifikus képzést.
- Előnye, hogy az úszásoktatás célzott korosztályaival kelhetünk – még időben – versenyre, akkor, amikor a szülő nemcsak a biztos úszástudást kapja a program által, hanem már előkészítő ismereteket, célzott mozgásfejlesztést, csoportos együttműködést, téri tájékozódási képességeket, koordinációs feladatokat, ritmus és tempó gyakorlatokat is elsajátíthat gyermeke. Ezáltal egy sokkal színesebb és összetettebb fejlesztésben részesülhetnek a kisgyermekek, mint a hagyományos úszóleckék világa.
- Vezető: Balog-Kalamár Szandra

Gyermek összetartók (2014-2013)

- Havonta 2 alkalommal, szerda – szombat ütemezésben
- A januári SZINKÉP 11-12 éves korosztályának legjobb 20 versenyző eredményei alapján
- Vezető: Nikházy Letícia

2012-es összetartó hétvégék (2012)

- Kizárólag 2012-ben született sportolók részére
- Félévente 2 hosszú hétvége péntek délután-szombat-vasárnap délelőtt ütemezésben
- A 2024-es Magyar Kupa gyermek korosztály kötelező versenyszámában elért legjobb 20 versenyző eredménye alapján.
- Vezető: Kocsán Gabriella

Az általános munkarendben az alábbiakat tudta a Bizottság megvalósítani:

- havonta minimálisan 1 alkalommal történő ülésezés
- a hazai versenynaptár kidolgozása
- a válogatottak működésének szakmai hátterében való aktív közreműködés
- a SZINKÉP rendszer folyamatos modernizálása és új korosztályok bekapcsolása, az NEP-pel való együttműködésben
- korosztályos tehetséggondozó hétvégék bonyolítása, segítése
- minősítési rendszer felülvizsgálata, a SZINKÉP beillesztése az értékelő rendszerbe
- edzői, bírói közös továbbképzések, konferenciák szervezése

2.2.2 Versenybíró Bizottság

Versenyszervezéssel kapcsolatos feladatok

A Magyar Szinkronúszó Szövetség minden évben megrendezi korosztályonként az Országos Bajnokságokat, lehetőséget adva a sportolóknak tehetségük bemutatására. Nyáron a Hungarian Open, ősszel pedig a Magyar Kupa zajlik, nagy résztvevői érdeklődéssel.

Versenyszervezésünk híresen jó és sportbarát volt az elmúlt évben. Környező országok szívesen vesznek részt a versenyeinken, sőt Kanadából USA-ból, Kazahsztánból is érkeztek versenyzők. Köszönet, hogy a Duna Arénában rendezhetjük meg programjainkat.

A bíróbizottság által elvégzett feladatok

- Versenybírókat szerveztünk az MSZÚSZ által rendezendő versenyekre.
  - Referens Bírókat jelöltünk ki.
  - A versenyre megfelelő számú és képzettségű bírókat toboroztunk
- Technikai kontrollereket szerveztünk az MSZÚSZ által rendezendő versenyekre
  - Difficulty Technikai kontrollereket toboroztunk
  - Szinkronitás Technikai kontrollereket toboroztunk
- Részt vettünk a versenyek előkészítésben

XXXII Gyermek és Junior Országos Bajnokság

- Időpont: 2024. április 13-14
- Referensbíró: Vizi Judit
- Magyar versenybíró:26
- Külföldi versenybíró:7
- Bírók közül technikai kontroller feladatot is ellátó szakember:13

Versenyen induló egységek száma														
	Kötelező elem	Egyéni lány		Egyéni fiú		Páros		Vegyes Páros		Csapat		Szabad Kombináció	Acro	Összesen
		Tech. program	Szabad program	Tech. program	Szabad program	Tech. program	Szabad program	Tech. program	Szabad program	Technikai program	Szabad program			
10U	38					4				2				6
12U	114		17				9		1		5	6		38
Junior		5	11	1	1	9	10	2	0	6	10		4	59
Összesen	152	5	28	1	1	13	19	2	1	8	15	6	4	103

XXXIII Utánpótlás, Felnőtt és Masters Országos Bajnokság

- Időpont: 2023. április 23-24
- Referensbíró: Vizi Judit
- Magyar versenybíró:23
- Külföldi versenybíró:18
- Bírók közül technikai kontroller feladatot is ellátó szakember:13

Versenyen induló egységek száma														
	Kötelező elem	Egyéni lány		Egyéni fiú		Páros		Vegyes Páros		Csapat		Szabad Kombináció	Acro	Összesen
		Tech. program	Szabad program	Tech. program	Szabad program	Tech. program	Szabad program	Tech. program	Szabad program	Technikai program	Szabad program			
Youth	234		42		2		35		5		10	12		106
Senior		22	21			17	18	2		9	7		7	103
Masters		9	9			4	4			3	3	2		34
Összesen	234	31	72	0	2	21	57	2	5	12	20	14	7	243

Hungarian Open

- Időpont: 2024. június 28-30
- Referensbíró: Vizi Judit
- Magyar versenybíró:28
- Külföldi versenybíró:18
- Bírók közül technikai kontroller feladatot is ellátó szakember:12

Versenyen induló egységek száma														
	Figure	Solo tech.	Solo free	Male solo technical	Male solo free	Duet tech.	Duet free	Mixed duet tech.	Mixed duet free	Team tech.	Team free	Combo	Acrobatic	SZUM
12U	169		40		1		24		1		13	7		86
Yout	267		54		2		42		5		17	16		136
Junior		11	15	1	1	15	15	3	0	7	9		7	84
Senior		7	9	0	0	4	9	0	0	7	5		7	48
Masters		1	2											
Összesen	436	19	120	1	4	19	90	3	6	14	44	23	14	357

Magyar Kupa

- Időpont: 2024. november 10-12.
- Referensbíró: Vizi Judit
- Részt vevő bírók száma
- Magyar bírók: 36
- Külföldi bírók: 29
- Bírók közül technikai kontroller feladatot ellátó szakemberek száma:11

Versenyen induló egységek száma														
	Figure	Solo tech.	Solo free	Male solo technical	Male solo free	Duet tech.	Duet free	Mixed duet tech.	Mixed duet free	Team tech.	Team free	Combo	Acrobatic	SZUM
12U	169		40		1		24		1		13	7		86
Yout	267		54		2		42		5		17	16		136
Junior		11	15	1	1	15	15	3	0	7	9		7	84
Senior		7	9	0	0	4	9	0	0	7	5		7	48
Masters		1	2											
Összesen	436	19	120	1	4	19	90	3	6	14	44	23	14	357

SZINKÉP Felmérő

A Szakmai Bizottság a sportág színvonalának fejlesztése érdekében kidolgozta a SZINKÉP felmérő rendszert. Tervek szerint ezeket a felmérőket rendszeresen megrendezi az MSZÚSZ. A felmérőre a Bíró Bizottság referensbírót és értékelő bírókat delegál. A felmérő időpontjai: 2024.01.28. és 2024.10.19.

Kismedencés verseny

A Szakmai Bizottság újabb kezdeményezése, hogy a sportággal ismerkedő legkisebbeknek úgynevezett kismedencés versenyt rendez, amit a későbbiek folyamán beépítenek a SZINKÉP felmérő rendszerbe. Feladatunk referensbíró és értékelő bírók biztosítása. Távlati cél, hogy a kisgyermekek által kedvelt kismedencés közegben a legfiatalabbakkal ismertessük meg a sportágat. A felmérő időpontja:2024.03 10 és 2024.05.12

Válogatottal utazó bírók

Versenybíró bizottság közreműködött a válogatottal utazó bírók kijelölésében a következő versenyekre.

- Világkupa Párizs – Versenybíró - Vizi Judit
- Utánpótlás Európa Bajnokság Athén – Versenybíró - Érsek Emese
    - Technikai kontroller - Vándor Csilla
- Junior Európa Bajnokság Málta – Versenybíró - Érsek Emese
    - Technikai kontroller - Vándor Csilla

A World Aquatics és LEN/EA honlapokat figyelemmel kísértük

Az év folyamán 3 alkalommal változtatta a World Aquatics a szinkronúszás szabályait. Kiemelt jelentőséggel bírt a szabályok figyelemmel kisérése, hiszen novemberben a világon elsőként rendeztünk versenyt az éppen aktuális előírások alapján. A WA és EA honlapokat rendszeresen látogattuk és a szabályváltozásokról a bírókat tájékoztattuk.

Tudástár

Ebben az évben rendkívül felértékelődött a Tudástár. A folyamatos szabályváltozás követése nagy kihívást jelentett a sportszakemberek részére. Óriási segítséget jelentett mindenkinek, hogy a Tudástáron naprakész információkat találtak. A bírók és technikai kontrollerek megtalálták az aktuális segédanyagokat is, amelyek a versenyek szakszerű lebonyolításához szükségesek.

- A Tudástárra feltöltöttük különböző szakmai anyagokat
    - Bíróképzések tananyaga
    - Technikai kontroller képzések tananyag
- A szabályokat és segédleteit folyamatos aktualizáltuk
    - World Aquatics szabályváltozások
    - Difficulty Guide változások
    - Akrobatika katalógus változásai
    - Bírói segédletek

Bírók nyilvántartása

- Bíró nyilvántartást aktualizáltuk
- Nyilvántartást vezetünk a bírói vizsgákról
- Nyilvántartást vezetünk a tanfolyami részvételekről

Együttműködtünk a korosztályos válogatottakkal

- Junior-felnőtt válogatott edzéseit rendszeres látogattuk. A válogatott edző munkáját szakmailag támogattuk
- Utánpótlás válogatott edzéseit rendszeres látogattuk.

A magyar szinkronúszó korosztályos válogatottak munkáját többféle módon segítettük. Részt vettünk a válogatott versenyzők kiválasztásában. Az év folyamán 2 válogatóra került sor.

Mind a Junior-felnőtt, mind az utánpótlás válogatott munkáját figyelemmel kisértük, rendszeresen bírókat toboroztunk a felmérőkre, valamint a bíró bizottság tagjai is részt vettek ezeken a felmérőkön.

Válogató: 2024.06.08. és 2024.09.07.

Utánpótlás Válogatott felmérő

- 2024.01.13.
- 2024.02.17.
- 2024.03.09.
- 2024.09.20.
- 2024.10.30.

Junior Felnőtt Válogatott felmérő

- 2024.01.09.
- 2024.03.28.
- 2024.06.11.
- 2024.08.22.
- 2024.09.20.
- 2024.10.17.
- 2024.11.28.
- 2024.12.10.

Együttműködés az Elnökséggel és a Főtitkárral

- Bíró Bizottság elnöke az elnökségi üléseket látogatta.
- Az Elnökség és Főtitkár munkáját segítette szakmai információkkal, javaslatokkal.

Együttműködés a Szakmai Bizottsággal

Bíró Bizottság elnöke a Szakmai Bizottsági üléseket látogatta.

Közreműködés a szakmai anyagok elkészítésében

- 2024. Versenyrendszer módosításában közreműködtünk
- 2024. Sportágfejlesztési koncepció kidolgozásában részt vettünk

II. A SPORTÁGBAN FOLYÓ EGYESÜLETI MUNKA

A Magyar Szinkronúszó Szövetség tagegyesületeinek száma 2024-ben 22 volt. A Korall SC év közben kilépett, a Hegyalja 2050 Sport és Szabadidő Egyesület pedig törlésre került, azonban a Dorado SC, mint új klub csatlakozott a listához. A tagegyesületeket székhelyük és edzés helyszíneik szerint csoportosítva az alábbi megállapításokat tehetjük: 9 budapesti, 8 vidéki, valamint 5 - ilyen szempontból - "vegyes" egyesület működött a tavalyi évben hazánkban, ahol szinkronúszás oktatásával foglalkoznak. Ez százalékban kifejezve az alábbiakat jelenti:

- Kizárólag budapesti 41%
- Kizárólag vidéki 36%
- Vegyes 23%

A vidéken (is) működő egyesületek az alábbi városokban folytatják tevékenységüket:

- Balatonfüred
- Dunakeszi
- Eger
- Érd
- Győr
- Kaposvár
- (Miskolc)
- Monor
- Pécs
- Sopron
- Szeged
- Székesfehérvár

- Törökbálint
- Veresegyház
- Veszprém

A fenti felsorolás alapján jól látható, hogy a hazai szinkronúszást továbbra is a nyugati, dunántúli régió dominanciája jellemzi. Az ország északi és alföldi régiójában csupán 1-1 képviselő egyesülettel találkozhattunk, akik közül az adott évben is mondták fel tagságukat, így például Miskolcon megszűnt a szinkronúszás. A korábbi években egyértelműen jellemző budapesti dominancia lazulni látszik, és egy kiegyenlítettebb arány kezd mutatkozni a fővárosi, vidéki és vegyesen működő klubok számában, akik nagy része azonban még mindig Pest megyében lévő kisvárosokban tevékenykedik.

	Tagegyesületek	**Edzéshelyszínek**	
		Budapest	Vidék
1	Aqua Szinkronúszó SE	x	
2	Aqualina SE	x	
3	Aquatic Group Szinkronúszó SE	x	x
4	Budafóka XXII. Sportegyesület	x	
5	Budapesti Honvéd SE	x	x
6	BVSC-Zugló	x	
7	Dorado SC		x
8	Főnix SC	x	x
9	FTC Szinkronúszó Sportszervező és sportszolgáltató Kft.	x	
10	Győri Vízisport Egyesület		x
11	H2O SE	x	x
12	Hegyalja 2050 Sport és Szabadidő Egyesület		x
13	Kapos Dynamic Sport és Szabadidő Egyesület		x
14	Kétéltű SE	x	
15	Korall SC		x
16	Óbudai Szinkronúszó SE	x	
17	Orka Fehérvári Szinkronúszó SE		x
18	Pécsi Sport Nonprofit Zrt.		x
19	Római Szinkronúszó SE	x	
20	Sirenia SE	x	x
21	Synchro Sopron SE		x
22	SYNUS SC	x	

2.2 Létesítményhelyzet

A magyar szinkronúszó egyesületek szempontjából vizsgálva megállapíthatjuk, hogy sajnos továbbra sem biztosítottak a megfelelő, optimális körülmények a minőségi edzésmunkához. A fővárosi helyszíneket tekintve jellemző, hogy az uszodákban rendkívül nagy a pályák foglaltsága, illetve az arra irányuló igények. Az úszás, valamint a vízilabda továbbra is előnyt élvez, ezért csak kevésbé ideális idősávokban, az optimálisnál jóval kisebb pályamennyiséggel gazdálkodva tudnak dolgozni a hazai egyesületek. Nem ritka, hogy a népszerű budapesti uszodákban több egyesület is egy időben osztozik a vízfelületen, ami szintén zavaró körülmény lehet. Az uszodák magas pályabérleti díjai sem könnyítik meg a helyzetet, ezért az egyesületek többsége közel sem optimálisnak mondható körülmények közt kénytelen megoldani a mindennapi munkát.

Edzéskörülmények, edzéseszközök

A 2024-es év értékelésére online kérdőív formájában kértük meg tagegyesületeinket, melyben többek között az edzéskörülményeikről kérdeztük a szakembereket. A 12 egyesület által beérkezett válaszok alapján megállapíthatjuk, hogy sajnos sem a vízi, sem pedig a szárazföldi edzések körülményei nem voltak megfelelőek a minőségi felkészüléshez.

Rendelkezik az egyesület megfelelő minőségű és mennyiségű vízfelület bérlési lehetőséggel?

Az egyesületek 67%-a válaszolt nemmel, s csupán 33%-a igennel. A hiányosságok között legtöbbször a nem elegendő vízfelület bérlési lehetőséget említették - amit leginkább az anyagi források hiánya, a helyhiány, illetve a nem megfelelő időpontok okoznak. Sajnos továbbra is jellemző az úszás és vízilabda priorizációja, ami a szinkronúszó egyesületek vízfelülethez jutását nehezíti.

A beérkezett válaszok alapján a 25 méteres medencében átlagosan 1-2 sáv az a vízfelület mennyiség, ami az egyesületek rendelkezésére áll az edzéseken. Ekkora felületen sokszor több korosztály is együtt dolgozik, ami igen megnehezíti a hatékony munkavégzést. Az edzések óraszámában már nagyobb változatosság látszik az egyesületek között, de átlagosan elmondható, hogy a kezdő csoportok heti 2-3x 1 óra, míg a WA korosztályok csoportjai heti 3-4x 2-3 órás edzésmunkát végeznek. Ez az előző évekhez képest szintén változatlan.

Rendelkezik az egyesület megfelelő minőségű és mennyiségű tornaterem bérlési lehetőséggel?

Az egyesületek által adott válaszok alapján szárazföldi lehetőségeik sokkal inkább kedvezőek voltak, bár továbbra sem mondható optimálisnak. Az egyesületek 42%-a értékelte úgy, hogy rendelkezett megfelelő szárazföldi felkészüléshez szükséges feltételekkel és lehetőségekkel, míg 58%-uk továbbra sem. A negatívumokat leginkább a terembérlés lehetőségének hiánya okozza, ugyanis sok helyen az uszodán belül vagy annak környékén egyáltalán nincs a tevékenységnek megfelelő helyiség, így többen a medence partján oldják meg szárazföldi edzéseiket. Ahol megfelelő terem állna rendelkezésre, ott általában annak bérlése okoz anyagi problémát, vagy nem megfelelő időpontban való rendelkezésre állást.

A különböző egyesületek szárazföldi felkészülése igen változó időtartamú, átlagosan hetente 2-4 alkalommal 1-1,5 órát töltenek ilyen fajta edzésmunkával egy-egy korosztály sportolói.

A szárazföldön és vízben használható különböző eszközök rendkívül hasznosan felhasználhatók sportágunkban. A különböző koordináció fejlesztő gyakorlatok mellett a technika javítására, valamint az edzések színesítésére is kiválóan alkalmasak. Összetett sportág lévén elengedhetetlen a szárazföldi felkészülés is, amelynek hatékonyságát és a vízben végrehajtandó mozgásformák elsajátítását nagyban segítik a különböző segédeszközök. Az egyesületek által adott válaszok alapján viszonylag széles az általuk használt eszközök palettája. A szárazföldi eszközök között egyre népszerűbb az úgynevezett FeetUp jógapad, de a vízben használható súlyok, szalagok és egyéb segédeszközök széles választéka jelent meg a felsorolásban idén is. A tavalyi évben megfigyelhető volt, hogy egyre több egyesület használ víz alatti fülhallgatót is, amellyel egyrészt a hangos zene okozta konfliktusok elkerülése is jobban megoldható, másrészt az edzés hatékonyságát növelheti.

Szakmai stábok

A hazai egyesületek átlagosan 2-5 fő szinkronúszó edzővel dolgoznak, azonban a legtöbb sportolót foglalkoztató egyesületek esetében ez a szám eléri a 17-et is. Az edzők legnagyobb része OKJ-s végzettséggel rendelkezik hazánkban. Néhányan MSC végzettségűek, azonban egyre több volt szinkronúszó sportolónk választotta az egyetemi BA edzői képzést, és kapcsolódik be a szakmai munkákba. Az egyesületek munkáját segítő bírók száma többnyire 1-3 főre tehető, miközben természetesen a nagyobb egyesületek sok esetben ennél jóval nagyobb létszámú pontozóbírói stábbal rendelkeznek (5+ fő).

A szinkronúszó edzők mellett ideális esetben szükség lenne egyéb szakemberek munkájára is, azonban erre sokszor anyagi, vagy egyéb okokból az egyesületeknek nincs lehetősége. A beérkezett válaszok alapján néhány szerencsés klubnál akrobatika edző, valamint úszó edző segíti a sportolók felkészülését, azonban a legtöbb egyesületnél még mindig nem dolgozik a sportolókkal heti rendszerességgel más szakember, tehát a szinkronúszó edzőknek kell egy személyben megtestesíteni a szárazföldi-, akrobatika- , úszó- és erőnléti edző szerepét is, miközben esetleg pszichológus és dietetikus feladatokat is ellátnak.

Egyesületi létszámok, korosztályos bontások, eredményesség

Az egyesületi tagok létszáma:

Az egyesületek tagjainak összlétszáma saját bevallásuk szerint 2023-hoz képest legtöbb esetben **növekedett** (42% szerint), kisebb arányban stagnált (33%), 25%-uk azonban sajnos csökkenésről számolt be. Az egyesületben versenyző leigazolt sportolók létszáma a beérkezett válaszok alapján 22-110 fő között, széles skálán mozog, míg a leigazolással még nem rendelkező, kezdő sportolók száma átlagosan 0-25 fő közé tehető. Férfi sportolókban sajnos továbbra sem bővelkednek a hazai egyesületek, csupán néhány klubban találhatunk 1-1 képviselőt.

A különböző korosztályok létszámát tekintve megfigyelhetjük, hogy a 10, 12 és 15 év alatti versenyzők csoportja az, amely legnagyobb számban adja az egyesületek sportolói bázisát, ezek közül is legnagyobb számban az utánpótlás korosztály sportolói vannak jelen. Ezzel szemben 8 év alatti, valamint junior, felnőtt és masters korú versenyző csoportok általában csak kisebb létszámban működnek minden egyesületnél.

Az egyesülethez érkező új tagok életkora jellemzően:

Az egyesülethez újonnan érkező, kezdő gyerekek életkora nagyban befolyásolja a későbbi sikeresség lehetőségét. A szinkronúszás komplex, korai specializációt igénylő sportág, ezért fontos, hogy a kezdő gyerekek minél korábban bekapcsolódjanak a képzésbe. 2024-ben - a korábbi évek felméréseihez hasonlóan - az egyesületekhez jellemzően **8-10 éves** korban csatlakoztak új tagok. Célunk, hogy többségében a sportág számára ideális, 6-7 éves korosztály csatlakozzon az egyesületi munkához, ezáltal biztosítva egy minőségi alapokkal rendelkező utánpótlás bázist a válogatott keretek számára. Ez azonban a felmérésben részt vevők közül csak egyetlen egyesületnél jellemző.

Megkérdeztük, működött-e tanmedencés tanfolyam a kluboknál 2024-ben, hiszen a Szövetség 2024-től kiemelten foglalkozik a kismedencés programok beindításával is. Ennek előmozdítására létrejött például a kismedencés SZINKÉP felmérő is, ahol 6-7, valamint 8-9 éves sportolók mutathatják be a szinkronúszásban szerzett alap tudásukat. Sajnos a tavalyi évben az egyesületek döntő többsége még nem indított tanmedencés tanfolyamot (a válaszadók 75%-a), csupán 3 klub foglalkozott ilyen típusú oktatással. Ennek beindítása megoldhatná az ideálisnak vélt, fiatalabb korosztályok megnyerését sportágunknak, ezért további kampányok indítása javasolt.

2024-es év értékelése:

A 2024-es év általános értékelésére, az egyesület életében történt változásokra idén is megkértük a szakembereket. Válaszaik alapján egy kardinális kérdés foglalkoztatta őket leginkább: a taglétszám növekedése, vagy éppen csökkenése. Érdekes látni, míg a válaszadók fele a sportolóik létszámának növekedését emeli ki, addig sajnos az egyesületek másik fele lemorzsolódásról, nehézségekről számol be a témában.

2025-ös év céljai:

A tavalyi év értékelését követően a 2025-re szóló célkitűzéseikről is kérdeztük tagegyesületeinket. Legfontosabb terveik között sportolók toborzása, egyesületi terjeszkedés, tanmedencés tanfolyam indítása, valamint a rangsorban való előrelépés szerepelt.

III. A SPORTÁGI VÁLOGATOTTAK ÜZEMELTETÉSE

3.1 Nemzetközi eseményeken való részvétel

Utánpótlás Válogatott versenyeztetési terv				
	Verseny	**Helyszín**	**Időpont**	**Versenyszám**
1	EA Youth European Championsips	Athén (GRE)	2024.05.22-26.	Kötelező | Páros | Csapat|Mix|Egyéni
2	Aquatic Kupa	Budapest (HUN)	2024.11.25-26.	Kötelező
3	Orka Kupa	Székesfehérvár	2024.03.22-24.	Kötelező | Páros | Csapat|Mix
4	Gyerek-Junior Országos-bajnokság	Budapest (HUN)	2024.04.13-14.	Páros | Csapat|Mix - Bemutató
5	Utánpótlás Országos-bajnokság	Budapest (HUN)	2024.04.20-21.	Kötelező | Páros | Csapat|Mix|Szóló

Junior -Felnőtt Válogatott versenyeztetési terv				
	Verseny	**Helyszín**	**Időpont**	**Versenyszám**
1	EA Junior European Championships	Malta (MLT)	2024.06.28 - 07.02.	Páros | rövidprogram, szabadprogram Csapat | akrobatikus kűr, rövidprogram
2	WA Artistic Swimming World Cup	Budapest	2024. 07. 05-07.07.	Páros | rövidprogram, szabadprogram Csapat | akrobatikus kűr, rövidprogram

3	WA World Championships	Doha	2024.02.02-02.10.	Páros | rövidprogram, szabadprogram Csapat | akrobatikus kűr

SUPER FINAL BUDAPEST/Eredmények				
Versenyszám	Nehézség	Elért nehézség	Összpontszám	Eredmény
Technikai Páros	31,1	31,1	201,6817	12/17
Free Páros	38,15	38,15	190,2438	7/13
Technikai Csapat	30,95	30,95	191,1016	6/7
Akrobatikus Kűr	20,7	20,7	175,3433	6/6

JUNIOR EURÓPA BAJNOKSÁG MÁLTA/Eredmények				
Versenyszám	Nehézség	Elért nehézség	Összpontszám	Eredmény
Technikai Páros	30,4	23,55	218,9934	11
Free Páros	36,05	21,65	172,2646	15
Technikai Csapat	30,95	30,95	219,166	8
Akrobatikus Kűr	20,7	18,2	158,7034	4

3.2 Nemzetközi versenyek eredményeinek összehasonlító elemzése

Utánpótlás korosztály:

Utánpótlás Európa-Bajnokság Athén		
Versenyszámok	Célkitűzés	Megvalósulás
Kötelező/csapat	67 pont/felett	67,453
Egyéni	döntőbe jutás	18
Páros	döntőbe jutás	12
Vegyes páros	legjobb 10-be jutás	7
Csapat	legjobb 10-be jutás	8

Utánpótlás Európa-Bajnokság Athén

LEN EUROPA BAJNOKSÁG ATHÉN						
Eredmények/elődöntő						
Versenyszámok	Nehézség	Elért nehézség	Pontszám	Kötelező pontszám	Kötelező eredmény	Összeredmény
Egyéni	23,4	12,45	102,1041	69,9425	10	18
Páros	22,95	17	150,2499	71,6909	6	11
Vegyes páros	14,05	7,35	106,0875	57,403	7	7
Csapat	26,7	14,4	143,7917	67,453	7	11
Eredmények/döntő						
Versenyszámok	Nehézség	Elért nehézség	Pontszám	Kötelező pontszám	Kötelező eredmény	Összeredmény
Páros	22,95	12,7	138,4187	71,1334	6	12
Vegyes páros	14,05	7,35	106,0875	57,403	7	7
Csapat	26,7	24,55	182,512	67,453	7	8

Junior-Felnőtt korosztály:

Junior Európa-Bajnokság Málta

Junior Európa-Bajnokság Málta		
Versenyszámok	Célkitűzés	Megvalósulás
Tech. Páros	döntőbe jutás	11
Free Páros	döntőbe jutás	15
Tech. Csapat	legjobb 10-be jutás	8
Akrobatikus kűr	legjobb 5-be jutás	4

Super Final Budapest

Super Final Budapest		
Versenyszám	Célkitűzés	Megvalósulás
Tech. Páros	legjobb 12	12
Free páros	legjobb 10	7
Tech. Csapat	legjobb 8	6
Akrobatikus kűr	legjobb 12	6

3.3 Célkitűzések és megvalósulások

Szövetségünk a korábbi évek sikeres sportági fejlődésének köszönhetően a jövő egyik legfontosabb alappillérét igyekszik megteremteni azzal, hogy a magas szintű elvárásoknak megfelelően, immár négy korosztályban üzemelteti sikeresen a korosztályos válogatottakat.

Célunk, hogy a már hatékonyan és egyre eredményesebben működő utánpótlás, junior és felnőtt válogatott mellett, kiemelt figyelmet fordítsunk a legfiatalabb korosztály fejlődésére is. 2022-ben egy új kezdeményezés hatására indulhatott el a gyermek korosztályú sportolók "központi" edzésmunkában való részvétele. 2023 őszén a képzési rendszer megújult formában, még több korosztályos programmal folytatódott tovább. A 2024-es évtől a Válogatott Előkészítő, központi programok U10, U12 és az aktuális év 13 éveseinek nyújt extra edzéslehetőséget, az edzőknek pedig extra tapasztalatszerzési lehetőséget. Szövetségünk az ezekben a programokban dolgozó edzők javadalmazásával segíti az előrelépést.

Az MSZUSZ elsősorban minőségi edzéskörülményeket és személyi feltételeket teremt a jó adottságokkal rendelkező fiatal szinkronúszóknak, akik edzésszáma és edzésminősége, ezáltal pozitív irányba változhat. Általánosan elmondható, hogy az említett korosztály hazánkban nagyon csekély létszámmal és nem megfelelő sportági tudással rendelkezik, ezért fontos feladatunk a hazai utánpótlás bázis minőségi bővítése, az idősebb korosztályos válogatottak magas szintű működése és eredményessége érdekében.

Mindegyik, a központban dolgozó korosztálynál az objektív mérők kerültek előtérbe, a SZINKÉP és szövetségi versenyek, illetve a havonta a VBB bevonásával elvégzett tesztek szolgáltatnak adatokat a keretek kialakításához.

Az utánpótlás válogatott továbbra is központi rendszerben dolgozik, de az egyesületek kérésére egy hibrid felkészülésre törekedtünk, hogy a válogatott versenyzők a klubjaikat is tudják segíteni. Szakmai szempontból ez az a korosztály, ahol a nemzetközi mezőnyhöz képest a legnagyobb technikai különbség érzékelhető, ebben a sportági kiválasztás és az előképzettség hiánya játszik sajnos fontos szerepet.

A junior-felnőtt válogatott a 2024-es évben két év szünet után ismét versenyzett csapat versenyszámokban. A keret száma év közben csökkenő tendenciát mutatott majd stabilizálódott, ebben bizonyára szerepet játszott a Gerevich ösztöndíj újra gondolt felosztása, a csapat versenyszámok előtérbe helyezése és a páros versenyszámban való részvétel feltételeinek bővítése is. A versenyzőknek lehetősége volt Google kérdőíveken keresztül, név nélkül kifejteni véleményüket az edzésekről, teljesítmény orientált privát megbeszéléseken pedig konkrét technikai kérdések kifejtésére kapnak szakmai segítséget.

Komoly változás volt, hogy a válogatott nem elszigetelten, hanem több szakember bevonásával kezdett működni, hazai szárazföldi edzővel, pszichológussal bővült a stáb és a NEP-es edzők, TF-es hallgatók is segíthettek az edzéseken.

Jelenleg átfedésekkel ugyan de 20 fős keret dolgozik, ami nagyjából előre mutatja a 2027-es hazai rendezésű VB-re aspiráló versenyzők számát.

A válogatottak egészségügyi háttere nem megoldott kielégítő mértékben, ennek javításán folyamatosan dolgozunk az elnökséggel.

Legfontosabb célunk, hogy a 2027. évi budapesti világbajnokságon és a 2028. évi Olimpiai Kvalifikáción sikeresen szerepeljünk, ezzel hosszú távon megalapozva a magyar szinkronúszó sport jövőjét.
Sportágfejlesztési stratégiánk elsődleges célja tehát, hogy a magasan képzett utánpótlás sportolói bázis biztosításával, valamint junior és felnőtt válogatottunk felkészülési körülményeinek folyamatos javításával, hosszú távon alapozzuk meg a magyar szinkronúszó sport hatékony és eredményes működését.

IV. SZEMÉLYI FELTÉTELEK

IV.1 Edzőképzés

Az edzőképzés színterei:

- Új edzők képzése
- Gyakorlati továbbképzés
- Elméleti továbbképzés

Sportágunk folyamatosan változó világában a nyitottságnak, folyamatos éberségnek nagy szerepe van az edzői kvalitásokat illetően.

IV.1.1 Új edzők képzése

A 2023-as évben még felnőttképzés keretein belül valósult meg az új edzők képzése, azonban 2024 őszén elindult az egyetemi edzőképzés a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemen, 6 hallgató részvételével. A képzést Erdős Eszter és Szauder Gábor indították el és vállalták az oktatói, előadói feladatokat. Az egyetemi hallgatók az elméleti képzés mellett aktív gyakorlati feladatot is végeznek tanulmányaik során és szervesen bekapcsolódnak a szövetség szakmai munkájába. A képzéshez elkészültek az első egyetemi jegyzetek - Erdős Eszter és Molnár Andrea munkái.

IV.1.2 Gyakorlati képzés színterei, megvalósulási terei

A gyakorlati képzések színterei biztosították az érdeklődő edzők számára az oktatási módszerek, képesség és készségfejlesztő gyakorlatok megismerését edzés körülmények között.

U10 és Gyermek összetartó edzések; 2012-es születésűek összetartó edzések

Az edzésekre 2023-ban még delegálás útján történt a gyerekek részvétele, 2024-ben már a Szinkép program biztosította a kiválasztás lehetőségét a korosztállyal foglalkozó edzők számára. A szakmai program budapesti helyszínnel, az érdeklődő edzők személyes jelenlétével zajlott. Az edzéseken résztvevő edzők új szárazföldi és vízi gyakorlatokat, valamint edzésvezetési, és edzésfelépítési módszereket ismerhettek meg. Az edzések gyakorlati anyaga továbbra is a szövetség által bevezetett SzinKép képzési rendszerre épült. Az edzéseken résztvevő sportolók számára plusz fejlődési lehetőséget és motivációt jelentettek, hogy kiválasztásra kerültek és a korosztályuk legjobbjaival edzhettek. a - nevezett sportolókon keresztül – rálátási lehetőséget biztosított

nemcsak a szövetségi kapitánynak, hanem a résztvevő edzőknek is, hogy a többi egyesületben a hasonló korosztályú gyerekek milyen technikai szinten vannak.

Az edzések Hanczár Jázmin és Nikházy Letícia szakmai irányításával zajlanak.

IV.1.3 Elméleti továbbképzések színterei

SzinKép értékelői felkészítő

- Januárban lehetőség volt edzőként, bíróként csatlakozni a programhoz, mint értékelő.
- A jelentkező szakemberek számára előadás keretében mélyrehatóbban ismerkedhettek meg a SzinKép program felépítésével, feladataival, követelményeivel és a céljaival.

Coach Carddal kapcsolatos képzések

- Elméleti képzéseink témái legtöbbször a változó szabályok megismerésére irányultak, és az ezzel kapcsolatos Coach Card adminisztrációra.
- A képzések online és jelenléti formában is megvalósultak. Az elméleti képzések során az új szabályok bevezetésén, alkalmazásán volt a hangsúly, valamint kiemelt szerepet kapott a Coach Cardhoz tartozó gyakorlati tudnivalók átadása.
- A Coach Cardokkal kapcsolatos kérdések megválaszolásában Vándor Csilla volt az edzők segítségére.

Work Shop – Ana Montero (Word Aqutics TASC) előadása

- Sportág új szabályairól, trendjeiről adott elő.

Összefoglaló táblázat, ahol a sportágban tevékenykedő edzők elméleti és gyakorlati ismeretekkel gazdagodhattak:

2024. évi SZAKMAI PROGRAMOK	
Dátum	**Program neve**
január 10.	Coach Card előadás
január 10.	Gyerek összetartó
január 27.	Gyerek összetartó
január 27.	SZINKÉP értékelői felkészítő
február 5.	Akrobatika előkészítő
február 7.	Gyerek összetartó
február 15.	Coach Card előadás
február 23-25.	2011-es összetartó
februrár 24.	Gyerek összetartó
március 4.	Akrobatika előkészítő
március 13.	Gyerek összetartó
április 1.	Akrobatika előkészítő
április 3.	Coach Card fogadóóra
április 3.	Gyerek összetartó
április 10.	Coach Card fogadóóra
április 27.	Gyerek összetartó
május 6.	Akrobatika előkészítő
május 8.	Gyerek összetartó
május 30-június 2.	2011-es összetartó
június 1.	Gyerek összetartó
június 3.	Akrobatika előkészítő
szeptember 18.	Gyerek összetartó
szeptember 26-28.	Gyerek összetartó
október 7.	Akrobatika előkészítő
október 23.	Workshop - Ana Montero előadás
október 26.	U10 és Gyerek összetartó
november 4.	Akrobatika előkészítő
november 13.	Gyerek összetartó
november 16.	U10 és Gyerek összetartó
december 2.	Akrobatika előkészítő
december 4.	Gyerek összetartó
december 7.	U10 és Gyerek összetartó

IV.1.4 Edzőtovábbképzés és minősítés rendszere

A sportágban tevékenykedő edzők szakmai képzettségére és motivációjára épülően 2024-ben Edzői minősítő rendszer került bevezetésre.

2024-es évben került bevezetésre az Edzői Minősítési rendszer, mely szervesen kapcsolódik a szövetség edzőképzéséhez.

A rendszer 3 alappillére:

- Végzettséghez tartozó kreditpontok (legmagasabb végzettség kerül beszámításra)
- Az adott naptári évben edzőként elért eredményekért járó pontok
- Az adott naptári évben összegyűjtött kreditpontok

A bevezetés célja a szakmai élet fellendítése az edzők ösztönzése elméleti és gyakorlati tudásuk további gyarapítására, illetve tapasztalataik megosztására.

Az edzői kreditszerzés megvalósulási terei az edzőtovábbképzések keretében:

- Szakmai elméleti képzések
- Szakmai gyakorlat
- Egyéb szakmai programok

A Szakmai Bizottság a minél magasabb szintű edzői tevékenység biztosítása érdekében az edzői továbbképzés átalakítását, megreformálást szeretné.

Ennek érdekében a Szakmai Bizottság hazai és nemzetközi edzői továbbképzéseket kíván szervezni. Részt vesz a tagok képzési, továbbképzési követelményeinek kidolgozásában, konferenciákat szervez, részt vállal ezek megvalósításában. A minél jobb hatékonyság érdekében korosztályos és specifikus, egy-egy téma köré szervezett szemináriumok, képzések várhatóak.

Több sportág edzői továbbképzését áttekintve a kredit pontok megszerzésén alapuló képzési szisztémát tartjuk elképzelhetőnek, bevezethetőnek.

A bevezetés célja a szakmai élet fellendítése az edzők ösztönzése elméleti és gyakorlati tudásuk további gyarapítására, illetve tapasztalataik megosztására. Az edzőtovábbképzők tematikájának kialakításánál arra törekszünk, hogy lehetőleg minden korosztályt érintő előadások legyenek.

IV.2 Bíróképzés – új bírók képzése– aktív bírók továbbképzése

A feladatunk ellátásához szervesen hozzátartozik megfelelő szakemberek képzése. A bírók, technikai kontrollerek képzése többféle szinten és formában valósult meg. 2024-ben újra igény mutatkozott az alapoktól induló képzésekre is. Komplex rendszert dolgoztunk ki, amelyben mindenki a neki szükséges tanfolyamokat tudta elvégezni.

<u>Alapképzés - A három alkalmas bíróképzés időpontjai:</u>

- 2024. május 11.
- 2024. május 12.
- 2024. május 29, június 1. Online vizsga
- 2024 szeptember 28.

Az alapképzést 2024-ben nem zártuk le, nagy hangsúlyt fektettünk a jelentkezők gyakorlati képzésére, a tanult anyagok gyakorlatban történő hasznosítására is. A képzést 2024-ben folytatjuk a Technikai Kűrök pontozásával.

<u>SZINKÉP oktatás</u>

A Szakmai bizottság által létrehozott SZINKÉP rendszer speciális tudást igényel, ezért szerveztünk egy oktatást, ahol az értékelőket felkészítettük a feladat elvégzésére. Az oktatás folyamán néhány speciális kérdés is felmerült, amire a Szakmai Bizottsággal közösen megkerestük a válaszokat.

- 2024.március 09. - Élő oktatás

<u>Szinkronitás TC képzés</u>

Az újfajta szimultán versenyeken versenyszámok lebonyolításához egy időben 12 Technikai kontrollerre és 2 koordinátorra van szükség. Ezért szükség volt több technikai kontroller munkájára. A szinkronitás technikai

kontrolleri feladatok lényegesen egyszerűbbek, mint a Difficulty technikai kontroller munka, ezért viszonylag rövid idő alatt át tudtunk képezni bírókat ennek a feladatnak az ellátására

- 2024 március 10. - Helyszíni előadás/Online vizsga

DTC koordinátor képzés

Szintén a megnövekedett igények ellátására hoztuk létre ezt a tanfolyamot.

- 2024 május 15.-június 12.

Online képzések

A szabályváltozások követését, illetve a versenyekre történő felkészítést online oktatás keretében oldjuk meg. Rendkívül népszerű ez a forma, minden alkalommal óriási részvételre lehet számítani.

- 2024.február 17. - World Aquatics szabálymódosítás Apnoe
- 2024. február 21. - World Aquatics szabálymódosítás Apnoe
- 2024.március 06. - Akrobatikus elemek pontozása
- 2024.április 10. - Felkészülés az Országos Bajnokságra / Artistic Impression pontozása

Gyakorlati képzések „Bíráskodjunk együtt" program keretében

- 2024.03.12 - Uszodai gyakorlat DTC-k részére

LEN Clinic

Az idei évben először lehetőség nyílt az European Aquatics által szervezett Clinic online meghallgatására. A Szövetség élt a lehetőséggel és sok magyar szakembernek biztosított lehetőséget részvételre.

V. VERSENYEZTETÉS

5.1 Hazai versenyzési lehetőségek – Szövetségi és Klubversenyek

A magyarországi tagegyesületeknek számos hazai versenyen volt lehetőségük az erőfelmérőre. A 2024-re tervezett versenyek egy kivétellel megvalósultak. A Magyar Szinkronúszó Szövetség az őszi versenyszezon elején nem rendezte meg a Jövő Reménységei Versenyt, a folytonos szabálymódosítások, pontozási rendszerben mutatkozó hiányosságok miatt.

A Magyar Szinkronúszó Szövetség által rendezett versenyek lehetőséget biztosítottak az egyesületek és a válogatott csapatok nemzetközi versenyzésére is.

- Gyermek-Junior Országos Bajnokság – Duna Aréna – 2024. 04. 12-13.
- Utánpótlás-Felnőtt Országos Bajnokság – Duna Aréna – 2024. 04. 20-21.

- Hungarian Open – Duna Aréna – 2024. 06. 28-30.
- Magyar Kupa – Duna Aréna – 2024. 11. 08-10.

Az egyesületi rendezésű versenyek programjában a FINA versenyszámokon túl kezdő és rekreációs versenyszámok is szerepeltek.

- SYNUS Kupa – Budapest – 2024. 02. 10-11.
- Orka Kupa – Székesfehérvár – 2024. 03. 22-24.
- Delfin Kupa – Dunakeszi/Budapest – 2024. 05. 17-19.
- Sirenia Kupa - Balatonfüred - 2024. 08. 24.
- Aquatic Kupa – Érd – 2024. 11. 23-24.
- Honvéd Kupa – Budapest – 2024. 12. 15.

5.2 A hazai versenyek, versenyrendszerek elemzése

5.2.1. Hazai versenyek

A World Aquatics 2024. szeptemberében véglegesítette az új szabályokat, és azóta is folyamatosan frissíti, pontosítja azt. A Szakmai Bizottság és a Versenybírói Bizottság közös döntése alapján részben az új 2022-2025 World Aquatics szabályok szerint rendeztük meg a hazai versenyeket.

A versenyzők létszámára vonatkozóan sajnos szignifikáns emelkedés nem mutatható ki. Minden korosztályban kevesebb induló volt a szövetségi rendezésű versenyeken, mint a korábbi években, még ha nagy eltérés nincs is.

A rajthoz álló klubok száma gyermek korosztályban emelkedőben van, miközben az MSZÚSZ a korábbi évekhez viszonyítva az eddigi legkevesebb tagegyesületet tudhat soraiban. Minden más korosztályban csökken a klubok részvételi száma.

Versenyzők száma korosztályonként - csak magyar indulókra vonatkoztatva													
Korosztály	2020 OB,MK	2021 OB	2021 HUNOP	2021 MK	2022 OB	2022 HUNOP	2022 MK	2023 OB	2023 HUNOP	2023 MK	2024 OB	2024 HUNOP	2024 MK
8 U				6			3						
10 U	9			20			22	36		58	29		41
12 U	88	113	82	77	61	51	72	72	66	94	62	72	112
15 U	113	125	120	119	151	95	109	127	108	140	132	138	146
JUNIOR	81	71	91	102	155	132	86	144	84	86	127	118	107
FELNŐTT	78	70	79	72	119	79	48	89	40	60	108	64	67
MASTERS	1	25	25	21	30	34	26	28	28	33	24	2	

Egyesületek száma adott korosztályban													
Korosztály	2020 OB,MK	2021 OB	2021 HUNOP	2021 MK	2022 OB	2022 HUNOP	2022 MK	2023 OB	2023 HUNOP	2023 MK	2024. OB	2024. HUNOP	2024. MK
8 U				4			3						
10 U	3			6			6	9		11	10		10
12 U	13	11	11	10	10	9	8	12	10	13	12	14	13
15 U	13	14	15	12	12	10	9	10	10	13	12	13	12
JUNIOR	11	9	13	11	14	14	9	15	12	14	16	13	13
FELNŐTT	10	8	10	7	11	8	7	10	7	8	11	9	8
MASTERS	1	4	5	7	7	5	4	6	4	5	4	2	

Egyesületek száma adott versenyen			
Verseny	Indult egyesületek száma	vidéki	budapesti
2020 OB,MK	17	7	10
2021 OB	16	5	11
2021 HUNOP	16	5	11
2021 MK	15	6	9
2022 OB	18	7	11
2022 HUNOP	16	5	11
2022 MK	15	4	11
2023 OB	18	5	13
2023 HUNOP	15	3	12
2023 MK	18	5	13
2024 OB	16	5	11
2024 HUNOP	16	4	12
2024 MK	16	4	12

Nikházy Letícia elemzései alapján

5.2.2. Versenyrendszerek

A Szakmai Bizottság elkészítette a Versenyrendszer 2024. elnevezésű dokumentumot, mely minden hazai rendezésű verseny számára egy ajánlást foglal magába.

Azon dolgozunk, hogy a WA szabálymódosítással egyidőben itthon is racionalizáljuk, átalakítsuk a követelményrendszerünket és a klubok számára egy átlátható, kiszámítható versenyrendszert és egyben érthető formában alkalmazható szabályokat prezentáljunk.

A magas szintű technikai képzettséget és felkészülést erőn felül kell előtérbe helyezni.

A legszélesebb mezőny az U12 és U15-ös korosztályokban van, így az a következtetés, hogy a klub versenyeken is ezt a korosztályt erősítsük, helytálló lehet. A klubversenyeken megjelent az U8, U10, és az U12-es korosztály, mint előkészítő korosztály a saját követelményrendszerével. A tapasztalatok azt mutatják, hogy az ideális korban, - 6 éves kor körül - még nem kapcsolódnak be a klubok munkájába a leendő szinkronúszók. Ezért az átalakított klubversenyek adhatnak teret és lehetőséget a sportolói sikerekhez, valamint a technikai lemaradások lefaragásához. Mindezt annak a reményében, hogy a fiatal korosztályokat mihamarabb integrálni tudjuk a WA követelmények irányába. Szeretnénk a sportágban kevésbé sikeres sportolóknak is folyamatos versenyzési lehetőséget biztosítani, erre alakítottuk ki a rekreációs kategóriákat 3, illetve 2 versenyszámmal, és a korosztályos bontásokat átlagéletkor alapján. A klubversenyeken folyamatosan lehetőséget biztosítunk számukra a sportági megmérettetésekre. Szeretnénk kiemelni, hogy a WA követelményeket előkészítő korosztályok és versenyszámok, valamint a rekreációs kategóriák egyben ajánlások is a versenyt rendező klubok számára. Ezáltal szeretnénk tovább erősíteni, építeni azt a sportági képzési rendszert, melynek az alapját a SzinKép jelenti. Az egységes versenyrendszer kiszámítható stratégiát nyújthat nemcsak a versenyzők technikai képzésének, hanem segítség lehet a kezdő és tapasztalt edzők számára egyaránt a felkészítésben, valamint a bírói képzés egyik alappillérévé is vállhat a tanulási, rutinszerzési folyamatban.

5.2.3. Képességfelmérő rendszer feladatainak aktualizálása

Annak érdekében, hogy az egyesületi munka hatékonysága maximális legyen, és a fiatal sportolók minden egyesületben megkaphassák a koruknak megfelelő képességfejlesztést, az Utánpótlás Edző Program pályázatban

résztvevő edző kollégák a Szakmai Bizottsággal közösen 2021-ben létrehoztuk a Szinkronúszók vízi és szárazföldi Képességfelmérő rendszerét, azaz a SZINKÉP-et.

A SZINKÉP Program egy olyan stratégiai anyag, ami magába foglalja az életkoron alapuló fizikai és mentális és érzelmi fejlesztés alapelveit, korcsoportoknak megfelelő feladatgyűjteményt, és a feladatokhoz tartozó értékelő rendszert egyaránt.

5.3 Új rendszerek eredményessége, beválása

5.3.1. SZINKÉP program

A SZINKÉP program eredményei önmagukért beszélnek. A SZINKÉP felmérőn folyamatosan növekvő számban vesznek részt a sportolók. 2024-ben ismét két felmérőt rendeztünk. Általánosságban elmondható, hogy az egyesületek érdeklődése növekszik a program iránt, a sportolók jobban ismerik a feladatokat, ami gördülékenyebbé teszi a lebonyolítást is.

Felmérő feladatok rendszere

Minden korosztály megadott számú felmérőfeladatot tartalmaz három szárazföldi és három vizes blokkra bontva.

- Szárazföldi blokkok: Lazaság hajlékonyság, kondicionális képességek, koordinációs képességek
- Vizes blokkok: Lokomotorikus gyorsaság, szinkronúszó karmunkák, szinkronúszó pozíciók és átmenetek

A különböző blokkok feladatai korosztályonként egymásra épülnek, és figyelembe veszik az adott életkorban jól fejleszthető képességeket és a korosztályos WA szabályokat is. Emellett az anyag nyelvezete jól érthető akár egy kezdő edző számára is, így nagyban segítheti az egyesületi munkát és az korosztályoknak megfelelő edzéstervezést.

Szinkép Értékelő Dokumentum

Az elméleti anyag mellett kidolgozásra került egy értékelő dokumentum is, ami a SZINKÉP feladatok részletes leírását és értékelését tartalmazza. Az értékelő dokumentum célja, hogy a feladatok végrehajtásának minősége objektíven mérhető legyen - az értékelő személytől függetlenül - ily módon az elért eredmények összehasonlítása is lehetséges.

Az értékelő dokumentum tartalmaz minden olyan tényezőt, amelyre az adott feladat értékelésénél pont szerezhető. Az elért pontokból pedig százalékos mind a százalékos végeredmény, mind a részletes eredmények sokatmondóak.

VI. DIPLOMÁCIA

VI.1 A sportág nemzetközi tisztségviselői – nemzeti/nemzetközi szinten

Érsek Emese megszerezte a World Aquatics bírói lista Gold minősítését. Sajnos értékelések hiányában két bírónkat visszaminősítették Development kategóriába.

Vándor Csillát kijelölték World Aquatics Technical Controller Instructornak. Rajta kívül 8 fő került fel a Difficulty és Synchronity Technical Controller listára.

World Aquatics Albizottági tag- Vizi Judit

European Aquatics Technikai Bizottsági tag - Vizi Judit

World Aquatics bírók

- Érsek Emese — Gold minősítés
- Vizi Judit — Ezüst minősítés
- Bártfai Eszter — Development kategória
- Takács Kornél — Development kategória

Szinkronitás Technikai Kontrollerek

- Vándor Csilla — Instruktor, Gold minősítés
- Zala Borbála — Bronz minősítés
- Halassy Lili — Bronz minősítés
- Rajnai Adrienn — Bronz minősítés
- Hungler Szabina — Bronz minősítés
- Takács Angéla — Bronz minősítés

Difficulty Technikai Kontrollerek

- Vándor Csilla — Instruktor, Gold minősítés
- Zala Borbála — Bronz minősítés
- Bartos Eszter — Bronz minősítés
- Duglovics Liliána Mia — Bronz minősítés
- Kecskés Kíra Olimpia — Bronz minősítés
- Rajnai Andrea — Bronz minősítés
- Hungler Szabina — Bronz minősítés

VI.2 Nemzetközi kapcsolatok

Hazánkban a sportdiplomácia rendkívül jól és hatékonyan működik. A kormány a sportágakat kiemelkedő jelentőséggel kezeli, ami azt jelenti, hogy a sportnak fontos szerepe van a nemzeti ügyekben. Ebből adódóan, a hazai sportélet hatalmas támogatásban részesül, amely lehetővé teszi, hogy az olyan programok és kezdeményezések, amelyek a sportot érintik, folyamatosan fejlődjenek. A rendelkezésünkre álló lehetőségeket maximálisan kihasználva mindent megteszünk annak érdekében, hogy nemcsak megőrizzük, hanem sikeresen szélesítsük is a nemzetközi kapcsolatainkat. A 2024-es év rengeteg lehetőségeket hozott, mivel a különböző sportesemények révén ezen kapcsolatok bővítésére kiváló alkalmak adódnak, amelyek célja, hogy erősítsük a nemzeti identitást és a nemzetközi együttműködést.

World Aquatics Super Final

A Super Final, megrendezése, amely a szinkronúszás egyik legnagyobb rangú eseményének számít, kiemelt jelentőséggel bírt a sportág életében. A Szinkronúszó Világkupa-sorozat, amelyet a World Aquatics 2017 óta rendez, eredetileg World Series néven futott, majd 2022-től Világkupa. A sorozat utolsó állomása a Super Final. 2024-ben négy állomásból állt, az utolsó Budapesten, a Duna Arénában zajlott. A szabályok szerint az első 12 helyezett kap meghívást a Szuperdöntőbe, de 2024-ben azok is részt vehettek, akik nem gyűjtöttek elegendő pontot. Az év rendkívül zsúfolt volt, hiszen Világbajnokság, Európa-bajnokság és olimpia is szerepelt a programban, így ez volt az utolsó lehetőség az Olimpia előtt, hogy a csapatok megmutathassák tudásukat. A Super Final, amely az Olimpia előtti utolsó nagy versenyt jelentette, hihetetlen érdeklődést generált, hiszen számos sportvezető látogatott el Budapestre annak érdekében, hogy felmérje az olimpiai esélyeket, illetve aktívan részt vegyen a sportág jövőjének alakításában. A verseny ideje alatt Brent Nowiczky, a World Aquatics ügyvezető igazgatója is figyelemmel kísérte az eseményeket, és bár saját bevallása szerint, Budapestre az utóbbi időben szinte már hazajár, a verseny színvonala új élményeket és tapasztalatokat hozott számára. A versenyt a World Aquatics Artistic Swimming Technical Committee elnöke, Lisa Schott felügyelte, aki biztosította a verseny szabályos lebonyolítását, továbbá lehetőség nyílt arra is, hogy a vele lévő, hosszú ideje fennálló jó kapcsolatot még szorosabbra fűzzük. A verseny során a legjobb nemzetközi versenybírók és technikai kontrollerek vettek részt, akik különböző feladatok átütő végrehajtásával hozzájárultak a verseny zökkenőmentes lebonyolításához. A kiemelkedő szakmai vezetők számára, akik a versenyt figyelemmel kísérték, a hagyományos vendéglátáson túl egy különleges vacsorát is szerveztünk, amely lehetőséget biztosított arra, hogy az esemény alatt további informális beszélgetésekre kerüljön sor, elősegítve ezzel a szakmai kapcsolatok továbbfejlesztését és a kölcsönös megértést a jövőbeni együttműködések érdekében.

A rendkívül jó kapcsolatainkat felhasználva reméljük, hogy 2025 nyarán várható World Aquatics választáson Vizi Judit újraválasztásra kerül a World Aquatics Technical Committee tagnak, és Szauder Gábort sikerül a Coaches Committee tagjává delegálnunk.

Hazai rendezésű nemzetközi versenyek

A Magyar Szinkronúszó Szövetség 2024-ben 4 nemzetközi versenyt rendezett. Ezeket a versenyeket is remekül ki lehet használni a magyar szinkronúszás sport népszerűsítésére nemzetközi körökben.

Válogatott külföldi versenyzése

A Válogatott 2024. évben rendszeresen részt vett külföldi versenyeken. Sportdiplomácia szempontjából ez is egy nagyon fontos terület. A versenyzőkkel utazó delegáció fel tudja használni kapcsolatok építésére.

Olimpia

Rendkívüli sportdiplomáciai sikernek tekinthetjük, hogy a Vizi Judit a world Aquatics Technikai Bizottságának tagja bizottsági tagként részt vett a Párizsi Olimpián. Az esemény rendkívül sok lehetőséget nyújtott a sportdiplomáciai kapcsolatok erősítésére.

Világbajnokság Doha

Vizi Judit a World Aquatics Technikai Bizottság tagja meghívást kapott az eseményre. A versenyen és a versenyhez kapcsolódó különböző rendezvények kiváló alkalmat teremtenek a sportágban dolgozó szakemberek megismerésére.

World Aquatics eredményszámítási rendszerének támogatása

A World Aquatics dolgozik a pontozási rendszer objektívebbé tételén. A sportdiplomáciai kapcsolatok javítására remek lehetőség a munkában történő részvétel.

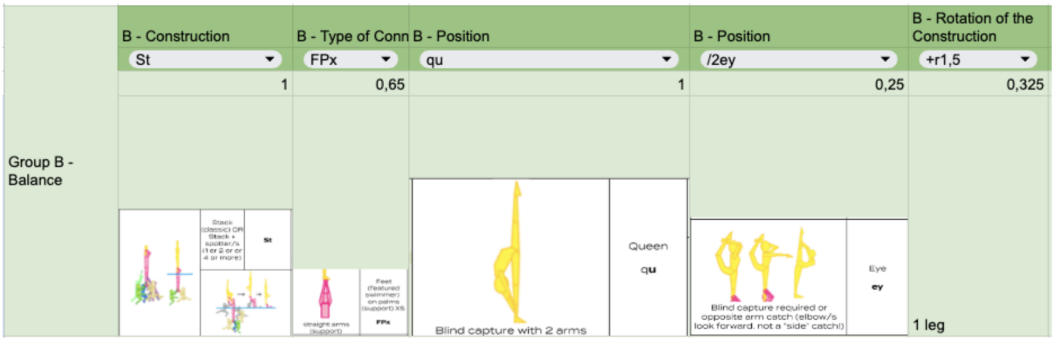
Vándor Csilla, aki a Technikai Kontrolleri feladatkörben dolgozik, Szauder Gábor támogatásával mélyreható statisztikai elemzéseket végzett. Ezek az elemzések nemcsak megbecsülték az aktuális helyzetet, hanem egy átfogó rendszert is kidolgoztak, amely lehetővé teszi az Artistic Impression pontozásának sokkal objektívebb megvalósítását. A statisztikai adatok alapos vizsgálata és kiértékelése révén egy javaslatot állított össze, amelyben kifejtette, hogy az Artistic Impression pontozásának milyen súlyozási rendszert kellene alkalmazni ahhoz, hogy az értékelés hitelesebb és megbízhatóbb legyen. Ezt a javaslatot, amely jelentős változást hozhat az értékelések terén, felterjesztette a World Aquatics Technikai Bizottságának, bízva abban, hogy az ötletei hozzájárulhatnak a sportág fejlődéséhez és az értékesítési gyakorlatok javításához.

VII. SPORTTUDOMÁNY

7.1 Sporttudományos szakmai tevékenység (elemzések, felmérések)

7.1.1.Statisztisztikai elemzések

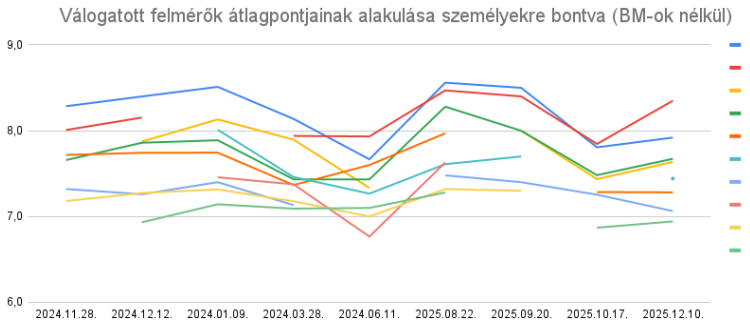
Mivel az elmúlt időszak ismét bővelkedett az újdonságokban a szabályokat tekintve, számos elemzés és kimutatás készült annak feltérképezésére, hogy pontosan milyen irányba változik a sportágunk. Górcső alá kerültek a művészi benyomást érintő új faktorok, az megújult ún. hibrid katalógus és hibrid elemek nehézsége, a szintén megújított akrobatikus elem katalógus és az akrobatikus elemek nehézsége is.



Legnehezebb:	St FPx qu /2ey +r1,5	3,225
Könnyebb verzió 1.:	St FPx ey /2ne +r1,5 3rd	2,725
Könnyebb verzió 2.:	St FPx ey /2ne +r0,5 3rd	2,525
Könnyebb verzió 3.:	St FPx qu /2ey	2,900

MAGYAR SZINKRONÚSZÓ SZÖVETSÉG

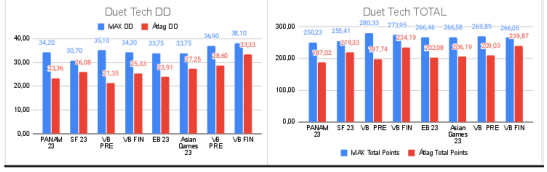
Ezenkívül statisztikák készültek a válogatottak munkájával kapcsolatban, az olimpiával, a világbajnoksággal és a legfőbb versenyekkel kapcsolatban is.



Összesítés (PanAm, Vb, Sf, AsianGames, EB) ÖSSZ

Duet Tech

	PANAM 23	SF 23	VB 23		EB 23	Asian Games 23	VB24	
			VB PRE	VB FIN			VB PRE	VB FIN
MAX DD	34,20	30,70	35,10	34,30	33,75	33,75	36,90	38,10
MAX DD/elem	9,25	7,65	10,20	10,05	9,30		11,50	11,30
MAX Total Points	250,23	255,41	280,33	273,95	266,46	266,58	269,89	266,05
MAX Elements	154,48	154,61	175,27	173,65	163,26	161,43	170,81	169,27
MAX Impression	99,26	105,20	106,85	107,80	104,75	105,16	103,10	104,95
Átlag DD	23,36	26,08	21,35	25,33	23,91	27,25	28,60	33,33
Átlag Total Points	187,02	219,33	197,74	234,19	202,08	206,19	209,03	236,87
Átlag Elements	106,79	120,90	111,28	137,31	111,22	118,28	126,20	152,23
Átlag Impression	85,12	94,86	89,27	99,72	90,87	87,91	87,48	96,55

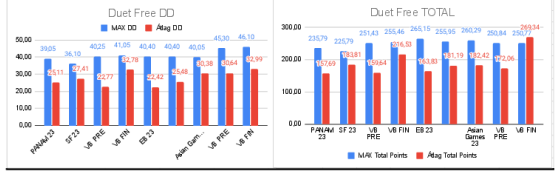


1

Összesítés (PanAm, Vb, Sf, AsianGames, EB) ÖSSZ

Duet Free

	PANAM 23	SF 23	VB 23		EB 23	Asian Games 23	VB24	
			VB PRE	VB FIN			VB PRE	VB FIN
MAX DD	39,05	36,10	40,25	41,05	40,40	40,40	40,05	45,30	46,10
MAX DD/elem	9,30	7,80	9,40	9,40	8,55	8,55		11,50	11,30
MAX Total Points	235,79	225,79	251,43	255,46	255,95	260,29	250,84	250,77
MAX Elements	153,04	147,44	164,78	167,36	172,40	164,15	164,74	166,69	166,15
MAX Impression	95,85	91,65	95,90	95,90	172,40	93,25	95,55	91,65	92,75
Átlag DD	25,11	27,41	22,77	32,78	22,42	25,48	30,38	30,64	32,99
Átlag Total Points	157,69	183,81	159,64	216,53	163,93	181,19	182,42	172,06	269,34
Átlag Elements	90,05	108,57	87,01	132,44	82,88	96,04	103,70	106,93	155,89
Átlag Impression	72,79	83,37	79,41	86,72	82,88	85,15	78,82	75,13	83,95



2

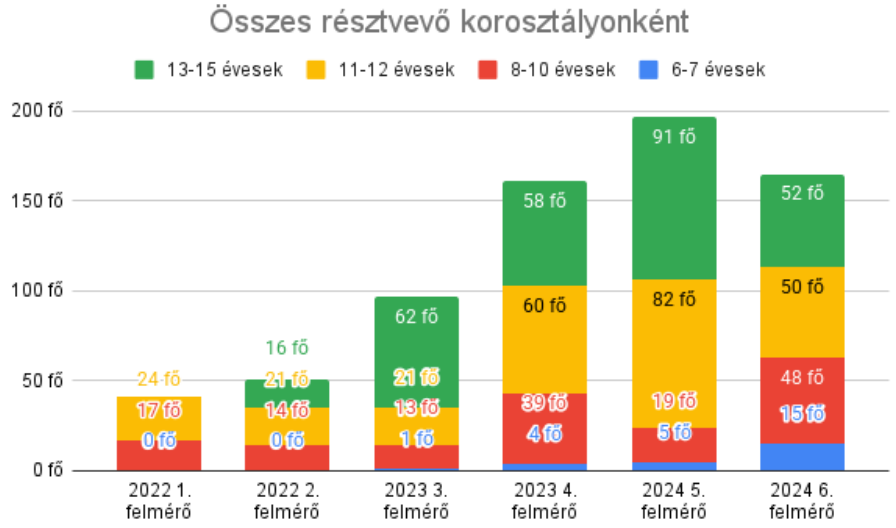
7.1.2 **Felmérések**

Nagy örömünkre szolgál, hogy az elmúlt évben is töretlenül emelkedett a SzinKép program sikere!

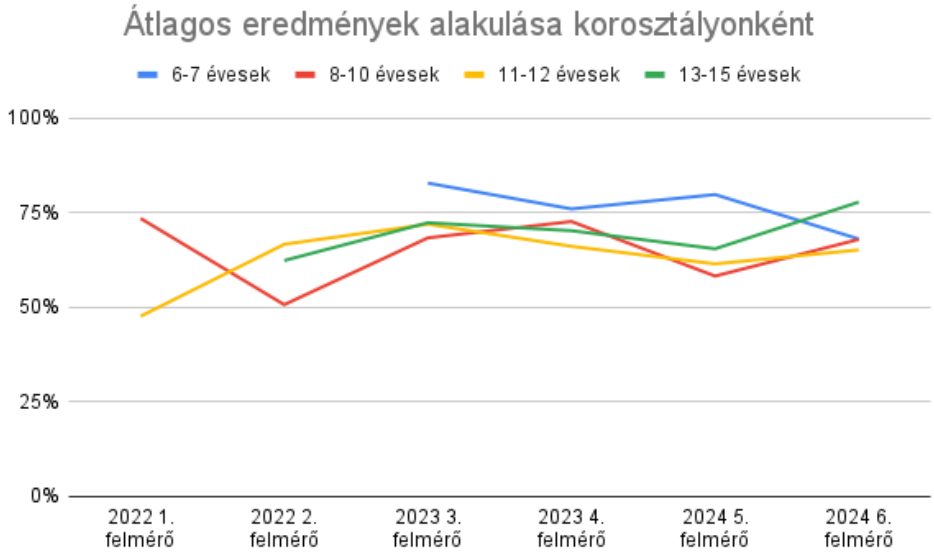
Ez annak köszönhető, hogy a SzinKép felmérőfeladatok értékelő rendszere egyértelmű és objektív eredmény kiszámítására ad lehetőséget, a SzinKép Felmérő eredményei évről-évre, felmérőről felmérőre összehasonlíthatóak, így átfogó és részletes képet ad a utánpótláskorú sportolók fejlettségi állapotáról, a fejlődés irányáról és mértékéről.

MAGYAR SZINKRONÚSZÓ SZÖVETSÉG

Az elméleti anyagok mellett képességfejlesztés nyomon követésére a Szövetség ebben az évben is két felmérő versenyt szervezett a SzinKép Program keretein belül, melyen a sportolók korcsoportok szerint mutatják be a SzinKép Program felmérő feladatait.

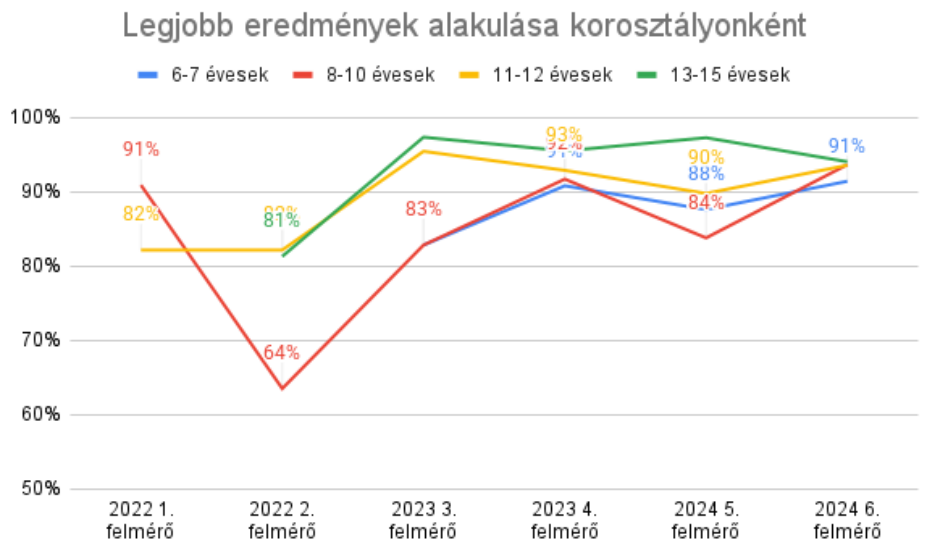


A program sikerét jól mutatja, hogy a 24-es tavaszi majd őszi felmérőn is nagy fejtörést okozott, hogy a nagy érdeklődés és megnövekedett sportolószám miatt igencsak sűrű programmal sikerült egy nap alatt megrendezni a felmérőt.



A SzinKép rendszerben változtatást az elmúlt évben nem eszközöltünk, ám a felmérők továbbra is megtartásra kerültek. A program mellé viszont bevezetésre került az ún. kismedencés verseny is.

A 2024-es tavaszi és őszi SzinKép felmérők eredményei összesítésre és elemzésre kerültek, és értékes információkkal szolgáltak a Szakmai Bizottság és az Elnökség számára.



A programban résztvevő klubbok részletes tájékoztatásban részesültek az eredményekről, mely alapján egyénileg is módjukban állt speciálisan fejleszteni sportolóikat, vagy módosítani az egyesületi munkameneten.