

Nagytarcsa Község Sportkoncepciója

2025-2030



Készítette:

Nagytarcsa Község Önkormányzata

Nagytarcsai Tömegsport Egyesület

2025.

Tartalom

1. Bevezetés	3
1.1 A koncepció összeállítása során felhasznált módszertan	4
2. Jogszabályok.....	5
Országos jogszabályok.....	5
Kormány- és miniszteri rendeletek.....	5
Stratégiai dokumentumok és nemzetközi keretek	6
Helyi jogszabályok és rendeletek	6
3. Nagytarcsa Község társadalmi és gazdasági környezete, sportinfrastruktúra helyzete	7
3.1. Nagytarcsa Község bemutatása.....	7
3.2. Nagytarcsa társadalmi helyzete	7
3.3. Nagytarcsa gazdasági környezete	7
3.4. Sportélet Nagytarcsán.....	8
3.5. Lakossági sportolási szokások és egészségügyi jellemzők vizsgálata Nagytarcsán.....	12
3.5.1. Sportolási szokások	13
3.5.2. Egészségügyi állapot.....	17
5. Stratégiai célok és irányvonalak	22
6. Kommunikáció és népszerűsítés	30
7. Költségvetési terv és forrásteremtés	31
8. Monitoring és értékelés.....	32
Vezetői összefoglaló.....	34
Felhasznált irodalom.....	35
Ábrajegyzék.....	37
Mellékletek.....	38

1. Bevezetés

A sport társadalmi szerepe az elmúlt évtizedekben átalakult, jelentősége pedig megnövekedett mind az egészségmegőrzés, mind a közösségépítés, mind pedig a társadalmi kohézió erősítése szempontjából. A sport ma már nem csupán szabadidős tevékenység vagy versenyzési lehetőség, hanem az életminőség egyik kulcseleme, amely a testi és lelki jólét megalapozását is szolgálja. A rendszeres mozgás hozzájárul a betegségek megelőzéséhez, fejleszti a koncentrációt, erősíti az önbizalmat, valamint pozitív hatással van a társas kapcsolatokra és a közösséghez való tartozás érzésére.

Nagytarcsa vezetése felismerte, hogy a sport és a rendszeres testmozgás előmozdítása kiemelt stratégiai cél kell, hogy legyen, amely hosszú távon hozzájárul a lakosság életminőségének javításához, a közösségi élet erősödéséhez és a település vonzerejének növekedéséhez. Jelen sportkoncepció célja, hogy átfogó képet nyújtson a község jelenlegi sportéletéről, feltárja az erősségeket és hiányosságokat, valamint javaslatokat tegyen a jövőbeni fejlesztésekre, figyelembe véve a lakosság igényeit, a demográfiai sajátosságokat és a község gazdasági-társadalmi adottságait.

A sportkoncepció kidolgozásának egyik legfontosabb indoka az a felismerés, hogy a sport nem önmagában álló cél, hanem eszköz – a társadalmi beágyazottság, az esélyegyenlőség biztosítása, a fiatal generációk egészségtudatos szemléletének kialakítása, valamint az idősebb korosztály aktív, méltóságteljes életének elősegítése szempontjából egyaránt. A sport közösségformáló ereje egyedülálló: legyen szó gyermekekről, felnőttekről vagy nyugdíjasokról, a közösen végzett mozgás, a csapatban elért eredmények, a közös célokért való küzdelem olyan pozitív társadalmi hatásokat eredményez, amelyek túlnyúlnak a sport keretein.

Nagytarcsa fejlődése dinamikus, lakossága évről évre bővül, különösen a fiatal családok körében. Ez a demográfiai sajátosság egyfelől nagy lehetőségeket kínál a sportélet fejlesztésére – hiszen a gyermekek, fiatalok sportolási lehetőségeinek bővítése hosszú távon befektetés a jövőbe –, másfelől kihívásokat is jelent a sportinfrastruktúra és a szervezeti kapacitások terén. A koncepció kiindulópontja tehát az a meggyőződés, hogy a sport fejlesztése nem csupán egy jóléti intézkedés, hanem alapvető közösségi szükséglet, amelyhez a helyi önkormányzatnak és a civil szférának is aktívan hozzá kell járulnia.

Jelen dokumentum célja tehát kettős: egyrészt helyzetképet ad a község sportolási lehetőségeiről, másrészt irányt mutat a jövőre nézve, rövid, közép- és hosszú távú célkitűzésekkel, amelyek a lakosság bevonásával, a meglévő infrastruktúra fejlesztésével, valamint új kezdeményezések elindításával érhetőek el. A koncepció célja, hogy minden nagytarcsai számára – életkortól, egészségi állapottól és társadalmi helyzetétől függetlenül – elérhetővé tegye a sportolás lehetőségét, biztosítva ezzel az aktív, egészséges életmódhoz szükséges feltételeket.

1.1. A koncepció összeállítása során felhasznált módszertan

A koncepció összeállítása során kevert módszertan kerül alkalmazásra:

- A jogi és szervezeti háttér összeállítása során dokumentumelemzésre került sor.
- A társadalmi helyzet felmérésére kvalitatív módszer keretében egy kérdőívcsomag került kiküldésre a lakosság számára, amely feltérképezte Nagytarcsa község lakosságának sportéletét, sporttal kapcsolatos igényeit és egészségügyi állapotát. A felmérésekből származó adatokat statisztikai elemzéseknek vettettük alá, hogy pontosabb képet kapjunk a sportélet fejlesztésének lehetőségeiről.
- SWOT analízis segítségével részletesen áttekintésre került a település sportinfrastruktúrája és sportélete, azonosításra kerültek az erősségek, gyengeségek, lehetőségek és veszélyek, ezzel megalapozva a jövőbeni fejlesztési javaslatokat.
- Jelen koncepció összeállításához tartalmi iránymutatásként szolgált több magyarországi település már elkészült sportkonceptiója. Ezen dokumentumok jó gyakorlatainknak, szerkezeti felépítéseinknek és fejlesztési irányvonalainak köszönhetően Nagytarcsának is sikerült egy jól megalapozott, a helyi sajátosságokhoz igazított dokumentumot létrehozni

Az eredmények az adott fejezetekben kerülnek bemutatásra. A dokumentum elkészítése során kiemelt figyelmet kapott a közösségi részvétel biztosítása. A lakosság körében végzett kérdőíves felmérés és az érintett szervezetek bevonása segített abban, hogy a sportkonceptió ne csupán szakmai dokumentum, hanem a helyi közösség által támogatott, közösen vállalt jövőkép legyen. A cél tehát nem csupán egy sportstratégia megfogalmazása, hanem egy olyan közös út kijelölése, amelyen együtt haladva építhetjük Nagytarcsa egészségesebb, összetartóbb, sportosabb jövőjét.

2. Jogszabályok

Nagytarcsa sportkoncepciójának megalkotásánál az alábbi jogszabályokat, nemzetközi és stratégiai dokumentumokat, valamint helyi rendeleteket kell figyelembe venni.

Országos jogszabályok

- **Magyarország Alaptörvénye (2011. április 25.), XX. cikk** – biztosítja a testi és lelki egészséghez való jogot, és rögzíti, hogy az állam, illetve az önkormányzat segíti elő a rendszeres testedzés lehetőségét.
- **2004. évi I. törvény a sportról** – meghatározza az állami és önkormányzati sportfeladatokat, beleértve a helyi sportélet támogatását, utánpótlás-nevelést, versenysportot, szabadidősportot, valamint sportlétesítmények üzemeltetésének kereteit.
- **2011. évi CLXXXIX. törvény Magyarország helyi önkormányzatairól** – kimondja, hogy a sport támogatása és a sportlétesítmények fenntartása az önkormányzat feladatai közé tartozik.
- **2011. évi CXCV. törvény a nemzeti köznevelésről** – előírja a mindennapos testnevelést az általános és középiskolákban, ezzel szoros összefüggést teremtve az oktatási és sportcélok között.
- **1997. évi CLIV. törvény az egészségügyről** – az egészséges életmód támogatásának elemeként emeli ki a rendszeres testmozgás elősegítését.

Kormány- és miniszteri rendeletek

- **20/2012. (VIII. 31.) EMMI rendelet** a nevelési-oktatási intézmények működéséről – részletezi a mindennapos testnevelés gyakorlatát, az óraszám szabályait, az iskola és helyi sportellátás koordinációját.
- **321/2011. (XII. 27.) Korm. rendelet** a sportért felelős állami szerv feladatairól és sportigazgatásról – szabályozza az állami sportirányítást és az önkormányzatokkal való kapcsolatrendszert.
- Esetenként alkalmazandók további miniszteri rendeletek és végrehajtási szabályok, amelyek a sportlétesítmények építését, használatát, biztonsági előírásokat, illetve támogatási rendszereket szabályozzák.

Stratégiai dokumentumok és nemzetközi keretek

- **Sport XXI. Nemzeti Sportstratégia** – hazai sportpolitikai irányvonal, amelyhez a helyi koncepcióknak illeszkedniük kell (pl. utánpótlás, élsport, szabadidősport, fogyatékkal élők sportja).
- **Egészséges Magyarország 2021–2027 stratégia** – az egészségmegőrzést, megelőzést, fizikai aktivitást hangsúlyozó állami keretstratégia.
- **Európai Unió sportpolitikája**, valamint nemzetközi ajánlások (pl. EU Sport Fehér Könyve, Erasmus+ sportprogram) – különösen az esélyegyenlőség, közösségépítés és egészségmegőrzés dimenziójában.

Helyi jogszabályok és rendeletek

- **Nagytarcsa Község Önkormányzatának rendeletei** – ide tartoznak a civil szervezetek támogatásáról, sporttámogatásról, közterületek használatáról, rendezvények engedélyezéséről szóló rendeletek.

Nagytarcsa Község Önkormányzat Képviselő-testületének az Önkormányzat sportfeladatairól szóló 8/2021. (VI.11.) önkormányzati rendeletében (a továbbiakban: önkormányzati rendelet) 2. §-ában foglaltak alapján az Önkormányzat „sport közfeladata többek között a

- községi szintű szabadidős- és sportrendezvények megszervezése;
- Nagytarcsa lakosságának vagy csoportjának, az Önkormányzat fenntartásában vagy működtetésében álló intézményekkel jogviszonyban álló gyermekek vagy tanulók, valamint az Önkormányzat által fenntartott intézmények alkalmazottai részére az Önkormányzat által amatőr vagy szabadidős sporttevékenység biztosítása valamely sportágban térítésmentesen vagy kedvezményesen.

Az önkormányzati rendelet 3. § (1) bekezdése alapján az Önkormányzat a 2. §-ban meghatározott közfeladatok ellátásához szükséges fedezetet biztosítja.

- **Településrendezési tervek és településfejlesztési koncepciók** – sportlétesítmények elhelyezése, infrastruktúra-fejlesztés, közlekedési kapcsolatok, zöldfelületi, közösségi célok összehangolása.
- **Helyi költségvetési szabályok, támogatási elvek** – a támogatási elvek (pl. sportegyesületek, utánpótlás, pályahasználat) jogszabályi kereteit és kritériumait.

3. Nagytarcsa Község társadalmi és gazdasági környezete, sportinfrastruktúra helyzete

3.1. Nagytarcsa Község bemutatása

Nagytarcsa Pest vármegyében, a Gödöllői járásban, Budapest keleti agglomerációjában található. A Főváros szomszédságában fekvő település az M0-s körgyűrűnek és az M31-es gyorsforgalmi útnak köszönhetően könnyen megközelíthető mind Budapestről, mind a környező városokból egyaránt. Nagytarcsa területe 12,13 km², és a község lakossága a 2025. évi Helységnévtár adatai alapján 6704 fő, ami jelentős növekedést mutat az elmúlt két évtizedhez képest. A népesség dinamikus bővülésének hátterében elsősorban a fiatal családok kitelepedése áll, akik Budapest közelsége, a nyugodt, kertvárosias környezet, valamint a község családbarát jellege miatt választják lakóhelyül Nagytarcsát.

3.2. Nagytarcsa társadalmi helyzete

Nagytarcsa lakosságszerkezetét fiatalos korstruktúra jellemzi, amelyben az országos átlagnál magasabb a gyermek- és fiatalkorúak aránya, miközben az időskorú népesség aránya mérsékeltebb. Nagytarcsa tipikus agglomerálódó település nagy beköltöző számmal. Az aktív korúak arány csökken ugyan, de ez a csökkenés nem az előregedés következménye, hanem annak köszönhető, hogy jelentősen nőtt a gyermekkorúak aránya, ami ellentétes az országos tendenciákkal, ahol inkább a fiatalok arányának csökkenése figyelhető meg. Az időskorúak száma továbbra is alacsony és egyre inkább csökken. Ez a fiatal, aktív korú lakosság jelenléte kiemelten fontos szempont a sportinfrastruktúra fejlesztése és a sportprogramok tervezése szempontjából, hiszen a gyermekes családok folyamatosan növekvő igényt generálnak az óvodai, iskolai, szabadidős és rekreációs szolgáltatások – köztük a sportolási lehetőségek – iránt.

3.3. Nagytarcsa gazdasági környezete

A település az M0 és M31 autópályákhoz közeli fekvése révén a Maglód–Gödöllő–Vác–Fót logisztikai térség része, ipari és kereskedelmi parkjai (Berdó, Szilas) több száz cégnek adnak otthont.

Nagytarcsán a mezőgazdaság szerepe ma már elenyésző, azonban a gazdasági élet fellendülését a betelepülő ipari, logisztikai vállalkozások biztosítják: 2025-ban több, mint 1200 működő cég volt jelen a településen, közöttük leginkább mikrovállalkozások, de több középvállalat is működik, pl. SHOEBOX Kft, Interfood Plusz, a Columbus Klímaértékesítő és a Foltin Globe Kft stb.

Leginkább a logisztikai tevékenység a jellemző, de jelen van a feldolgozóipar, az építőipar, a kereskedelem és gépjárműjavítás, illetve a szakmai-tudományos tevékenység emelkedik is. Nagytarcsán turizmus gyakorlatilag nincs, ezt erősítheti az aktív- és ökoturizmus, amiben a sportnak kiemelkedő szerepe van.

3.4. Sportélet Nagytarcsán

Nagytarcsán több sportszervezet és helyszín is kínál sportolási lehetőségeket, ezek kerülnek most bővebben ismertetésre.

Sportszervezetek:

Nagytarcsai Tömegsport Egyesület

A Nagytarcsai Tömegsport Egyesület (NTSE) 1999-ben alakult, a település első számú egyesülete. Célja, hogy Nagytarcsa sportéletét szervező módon erősítse, valamint népszerűsítse a testmozgást és az egészséges életmódot. Jelenleg több, mint 250 fő a taglétszám. Az NTSE számos szakosztállyal működik. Felnőttek részére szerepel a kínálatban többek között futás, röplabda, női labdarúgás, kerékpár, asztalitenisz, tenisz, kosárlabda, aerobik, természetjárás és triatlon. A gyerekek számára is kínál az egyesület sportolási lehetőséget, ilyen például a cheerleading, a kid-ball és a zumba kids szakosztály, amelyek elsősorban a mozogni vágyó fiatalokat várja (NTSE, é.n.).

Az egyesület működése szempontjából elengedhetetlen a helyi önkormányzat, általános iskola, civil és üzleti partnerek együttműködése, továbbá az önkéntesek bevonása – mindez összhangban a község sportfejlesztési koncepciójával, amely a helyi sportinfrastruktúra és közösségi sportfejlesztés kereteit határozza meg.

Az egyesület rendszeresen szervez szabadidős és versenyprogramokat: sportágválasztó napokat (téli, nyári), egyéb szabadidős tematikájú helyi rendezvényekben működik közre, saját versenyeket, 2026. évtől tervezetten sporttábort. Jelentős eseményük a “Tarcsa Trail” terepfutó

verseny, amelyre 2025-ben több, mint 350 nevezés érkezett. A versenyzők több, mint 50%-a nem nagytarcsai lakos volt, így kijelenthető, hogy jelenleg a Tarcsa Trail futóverseny jelenti azt a sporteseményt, amely a legtöbb nem helyi résztvevőt és látogatót vonzza a településre, ezáltal kiemelkedő szerepet játszik Nagytarcsa sportéletének és közösségi ismertségének erősítésében.” (NTSE, é.n.)

Princessfitness Sportegyesület

A Princessfitness Sportegyesület 2019-ben alakult Nagytarcsán. Az egyesület a fitness sportágat képviseli, amely a tánc, az akrobatika, a ritmikus gimnasztika és az aerobik elemeit ötvözi. A gyakorlatok egyszerre fejlesztik az erőt, a hajlékonyságot és a koordinációt, miközben a gyermekek egyéni produkcióikban karaktereket, érzéseket jelenítenek meg. A sportág 4 éves kortól ajánlott, és megfelelő kitartással akár versenyszintig is el lehet jutni. Az edzések speciális tatami szőnyegen és modern, felfújható eszközökön zajlanak jelenleg a HEMO-ban, amelyek biztonságos környezetet biztosítanak az akrobatikus elemek gyakorlásához (PFSE, é.n.).

Nagytarcsai Futball Club

A Nagytarcsa Futball Club 2023-ban került megalapításra, amely egyre meghatározóbb szerepet játszik a helyi sportéletben. Elsődleges célja a labdarúgás népszerűsítése, valamint a közösség összetartása és erősítése. Az Önkormányzattal közösen komoly infrastrukturális fejlesztések vannak tervben, saját futballpálya létrehozása élőfüves és műfüves kivitelben is. Az egyesület utánpótlás- és felnőttcsapatot egyaránt működtet. A klub edzései és mérkőzései hozzájárulnak a rendszeres sportoláshoz, az egészséges életmód támogatásához, valamint fontos közösségépítő eseményekként szolgálnak a nagytarcsai lakosok számára. A felnőtt focicsapat jelenleg a Pest Vármegye III. osztályában szerepel, az utánpótlás csapatok pedig Bozsik tornákon vesznek részt rendszeresen.

Béta Motorsport Egyesület

A Béta Motorsport Egyesület az egyik legjelentősebb magyar motoros klub a sikeres és népes versenyzői állományának és több mint 20 sikeres rendezvényének köszönhetően. Az Egyesület évtizedek óta a Magyar Motorsport Szövetség (MAMS) oszlopos aktív tagja. A 2002-ben született klub az évek során vándor találkozóhellyé vált, a sportolni és versenyezni vágyó motorosok körében. Az egyesület tagjai a motorversenyzők mellett lelkes önkéntesekből állnak akik összefognak egy közös célért, ami nem más, mint a Magyar Enduro sport fejlesztése,

színesebbé tétele. Egyesületünk nagy hangsúlyt fektet a magyar Enduro élsport és tömegsport mellett az utánpótlás nevelésre és képzésekre, így biztosítva jelenlétünket a magyar és a nemzetközi motorsport életben. Napjainkra több versenyzőnk is képviseli klubunkat a nemzetközi eseményeken. Az Egyesület pályája Nagytarcsa határában található észak-keleti irányban a településtől. A Béta Motorsport Egyesület 2025-ben sikeresen valósított meg Enduro futamokat Nagytarcsán és környékén a MiniEnduro Európa Bajnokság és Enduro Európa Bajnokság keretében.

Nagytarcsai Rozmaring Néptánc Egyesület

Az Egyesület célja, hogy közösen őrizték őseik rájuk hagyott kulturális, szellemi, nemzeti és nemzetiségi, továbbá hitbéli hagyományait. Táncaikban egyaránt megtalálhatók a hagyományos szlovák táncok mellett több magyar tájegység tánca is. Koreográfiáikban az autentikus hagyományokra épített mozgásformákat mutatják be, több korosztályos színpadi, és szabadtéri fellépéseik során. Fellépő ruhájuk a térség szlovákságának ruháival harmonizál, de helyenként láthatóan eltér. Az tánc mellett alapvető céljuknak tartják a néphagyományok felkutatását, a népdalok gyűjtését, a népszokások megőrzését és színpadra vitelét, az eredeti ruhák bemutatását és megőrzését. Létszámuk állandóan változik, de általában tíz, tizenöt fővel állnak színpadra nemcsak a nagytarcsai rendezvényeken, hanem szerte az országban.

Sentinel SE

A Sentinel Olimpiai Taekwondo Sportegyesület 2002-ben alakult nonprofit szervezetként. Kezdetben felnőttek oktatására fókuszált, majd később óvodás, általános és középiskolás gyermekek képzésével is bővítette tevékenységét. Az egyesület célja az egészséges életmódra nevelés, a fizikai kondíció és a fegyelem fejlesztése, valamint a taekwondo harcművészet értékeinek – tisztelet, önfegyelem, szellemi és fizikai erő – átadása. Programjai között szerepel az önvédelem oktatása minden korosztálynak, hazai és nemzetközi versenyek, edzőtáborok szervezése, vizsgáztatás, bemutató csapat működtetése, óvodás csoportok és utánpótlás-nevelés, valamint úszó- és személyi edzések biztosítása hétvégenként. A foglalkozásokat a Blaskovits Oszkár Általános Iskolában tartják (Sentinel SE, é.n.).

Helyszínek:

Grund Sportközpont

A nagytarcsai Grund Sportközpont a település legfontosabb szabadtéri rekreációs területe. Többfunkciós közparkként szolgál, ahol sportpályák (tenisz, futball, labdasportok), skatepark, street workout rész és nagy játszótér biztosít lehetőséget a szabadidős tevékenységekre. A legújabb fejlesztés a pumpapálya, amelynek tervezése és építése az Aktív Magyarország Bringapark Program 2025 c. pályázati felhívásra került benyújtásra. A sikeres pályázhatnak köszönhetően a versenyzésre is alkalmas pálya 2025. őszétől már használható a nagyközönség számára. Azonban a terület további fejlesztése is indokolt, hiszen a Grund Nagytarcsa központi sport- és rekreációs területe.

HEMO

A HEMO alapvetően kulturális és közösségi célú létesítmény, de jelenleg több sportfoglalkozásnak is helyet ad. Az alagsori rész sportcélú felhasználása továbbra is cél, azonban annak tervezetése és megvalósítása hosszabb időt vesz igénybe. A HEMO-ban jelenleg spinning, baba-mama kör, jóga, fitness és aerobics is helyet kap. Tapasztalat, hogy sok kisgyermekes szülő érkezik a foglalkozásokra, így javasolt a gyermekmegőrzés megszervezése.

Táncsics Mihály Művelődési Ház

Az épület szintén kulturális és közösségi célú létesítmény, amely tartós bérleti szerződés szerint az Önkormányzat hasznosítja a Szlovák Önkormányzattal közösen. Sport célú felhasználása másodlagos opció.

Blaskovits Oszkár Általános Iskola

A Nagytarcsai Blaskovits Oszkár Általános Iskola tornatermében több sportfoglalkozás is zajlik. Részből a Nagytarcsai Tömegsport Egyesület és a Sentinel Sportegyesület szakosztályi edzéseinek ad otthont. A tornaterem foglaltági állapotát a 1. számú melléklet szemlélteti.

Csillagszem Óvoda

A nagytarcsai Csillagszem Óvodában szintén zajlanak sportfoglalkozások az óvodás korosztály számára: akrobatikus rock and roll, foci, judo, de TSMT foglalkozás is biztosított az intézményben.

Szivárvány Evangélikus Óvoda

A Szivárvány Evangélikus Óvoda vezetősége is igyekszik gondoskodni a gyermekek sportoltatásáról. A foci, néptánc és zumba foglalkozások mellett alapozó mozgásfejlesztő tornán is van lehetőségük mozogni a gyerekeknek.

Kisfóka Babaúszás

A Kisfóka Babaúszás egy családbarát, szakképzett oktatókkal működő vízi fejlesztő központ Nagytarcsán, amely 3 hónapos kortól egészen iskolás korig kínál programokat kisgyermek számára. A központ célja, hogy biztonságos és támogató környezetben segítse a gyermekek motorikus és szociális fejlődését a víz közege keresztül (kisfokababauszás.hu, é.n.).

Best Body Private Fitness

A Best Body Private Fitness 2021-ben nyitotta meg kapuit a sportolni vágyók előtt. A személyi edzések mellett számos kiscsoportos foglalkozást kínál, többek között alakformáló edzést, köredzést, TRX-órát és gerinctornát.

SandyFit – Masszázs és Alakformáló Stúdió

A stúdió változatos mozgás- és egészségmegőrző szolgáltatásokat kínál. A stúdióban személyi és csoportos edzések is elérhetők, többek között TRX, Tabata, StepFit, Dance-StepFit, brazil fitness és köredzés. A kikapcsolódást és regenerációt svédmasszázs szolgáltatás biztosítja, míg az egészségtudatos életmódot személyre szabott táplálkozási tanácsadás támogatja (SandyFit-Studio, é.n.).

Horizont Lovas Klub

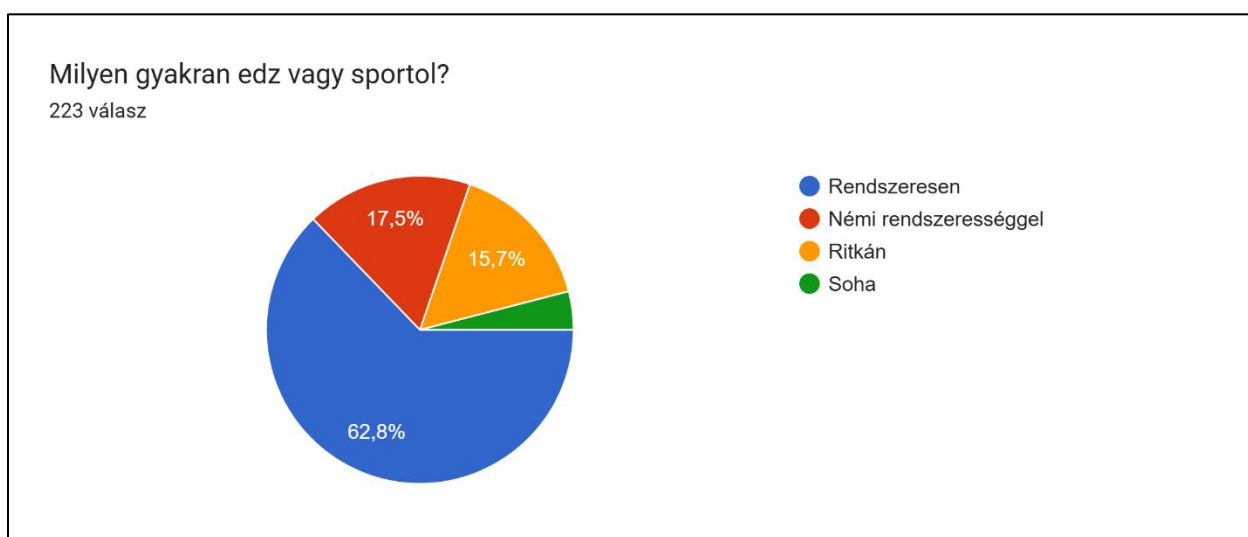
A Horizont Lovas Klub Nagytarcsán, a Szőlő utcában található lovasiskola, amely a környék egyik elismert lovaspontja. Alapfeladata a lovasoktatás és hobbilovaglás biztosítása.

3.5. Lakossági sportolási szokások és egészségügyi jellemzők vizsgálata Nagytarcsán

A Nagytarcsai Tömegsport Egyesület a helyi sportkoncepció megalapozásához felmérést végzett a lakosság körében, melynek célja volt, hogy átfogó képet nyerjünk a településen élők sportolási szokásairól, egészségi állapotáról, valamint hogy az információkat alapul véve összeálljon a fejlesztési stratégia.

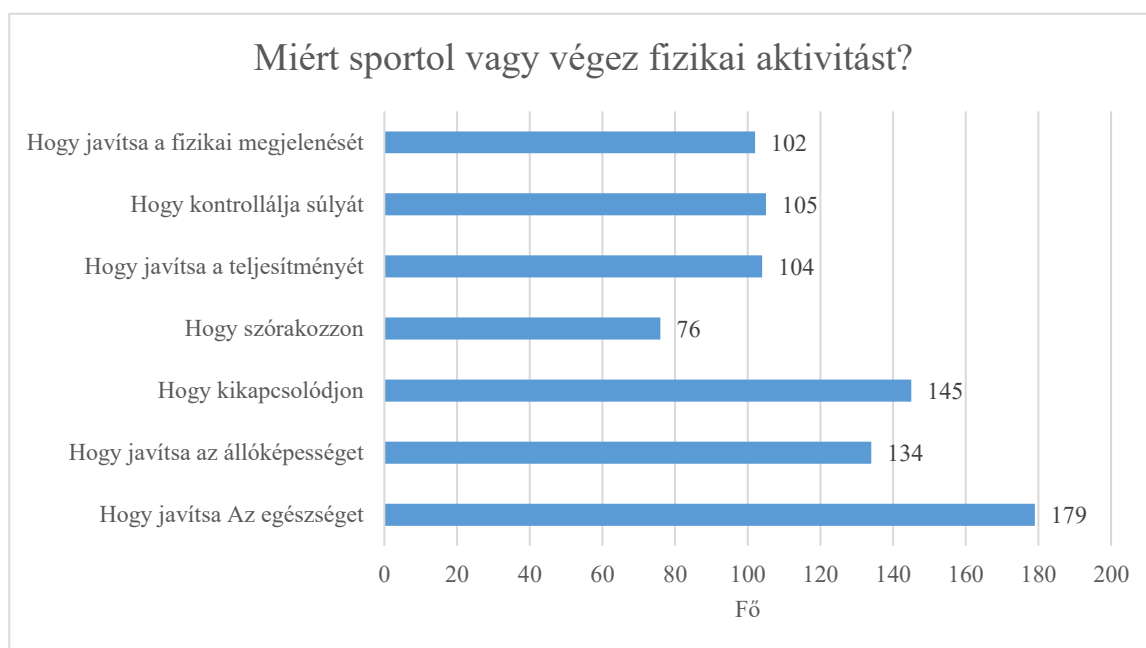
Az online, anonim kérdőívet 223 nagytarcsai lakos töltötte ki hólabda módszerrel 2025-ben januártól márciusig. A kérdőív demográfiai adatokra, sportolási motivációval kapcsolatos kérdésekre, a fizikai aktivitási gyakoriságára, és az egészség megőrző programokon való részvételre kérdezett rá. A kérdőív az Eurobarométer 2022-es felmérés kérdéseire épült (Európai Unió, 2022). A lakosság jólléti állapotának vizsgálatára a WHO Általános Jól-lét Skálájának 5 tételes változata került alkalmazásra (Susánszky et al., 2006). Az adatok kiértékelése Microsoft Excel és a JASP statisztikai programmal történt.

3.5.1. Sportolási szokások



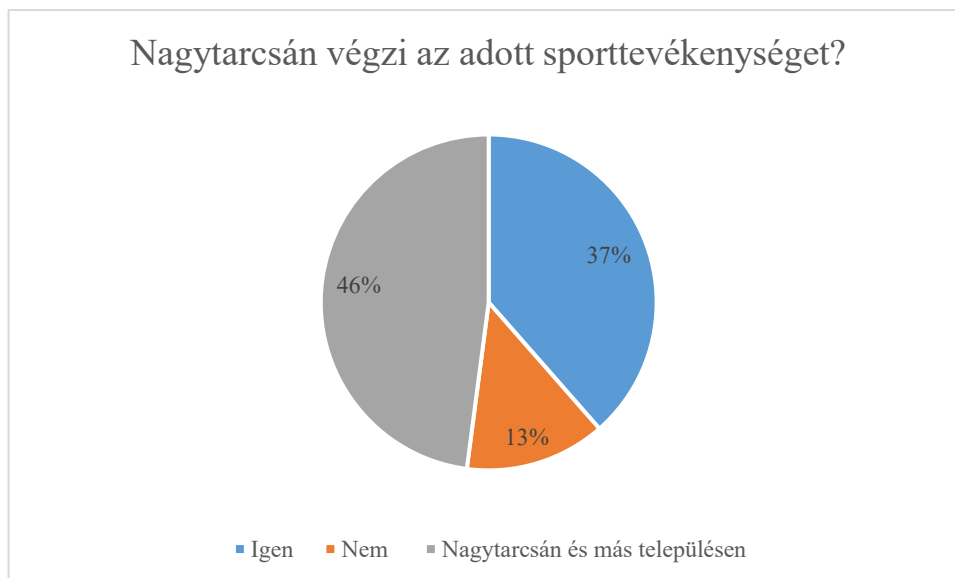
1. ábra: Sportolás gyakorisága (google űrlap).

Ahogy az 1. ábra szemlélteti, a válaszadók 63%-a heti rendszerességgel sportol, 17,5%-a némi rendszerességgel, 15,7%-a ritkán, és 4%-a soha. További kérdésként szerepelt, hogy mi áll a rendszeres testmozgás hátterében. A válaszadók a testmozgás fő akadályai közé sorolták az időhiányt (43%), motiváció hiányát (21%) valamint különböző egészségügyi problémák meglétét (13%). Nyitott kérdés formájában került be az a kérdés, hogy milyen mozgásformát űz többségében a lakosság. A sporttevékenységek zöme nem szervezett formában zajlik (65%), a legkedveltebb mozgásformák a futás (28%), gyaloglás (25%), kerékpározás (22%) és otthoni torna (18%).



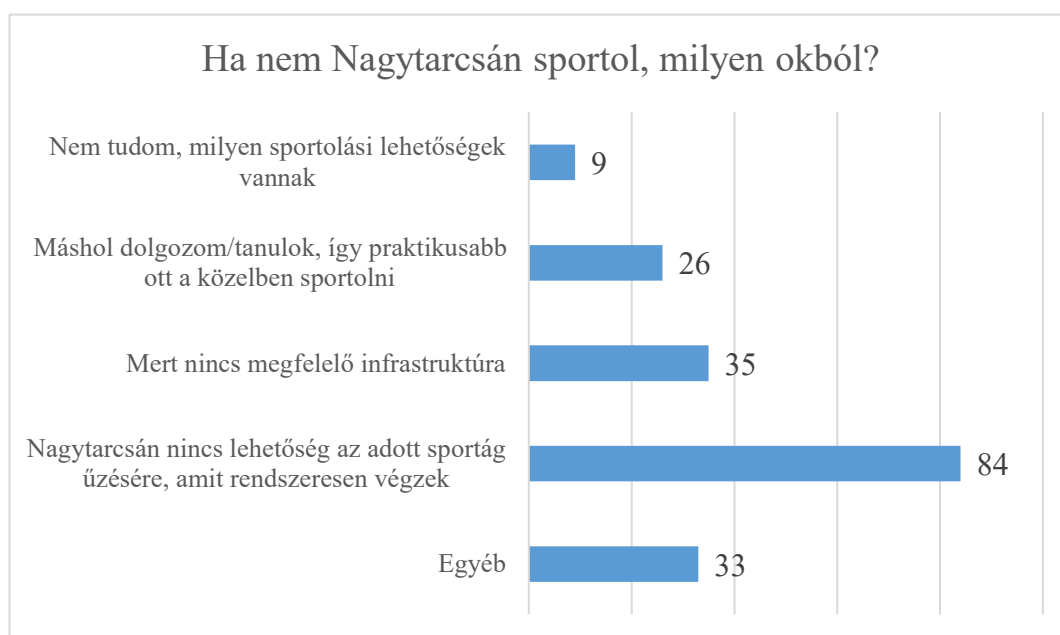
2. ábra: A sportolás indikátorai (saját szerkesztés).

A kérdések között szerepelt, hogy mi a sporttevékenység űzésének fő indikátora (2. ábra). A résztvevők több válaszlehetőséget is megjelölhettek. A leggyakoribb motivációs faktor az egészség javítása, ezt 179 fő jelölte meg. Jelen érték azt sugallja, hogy a lakosság jelentős része elsősorban az egészségmegőrzés érdekében mozog, amely egy pozitív visszajelzés. A második leggyakoribb indok a kikapcsolódás volt, amit 145 fő említett, tehát sokan a lelki feltöltődés és stresszoldás céljából végeznek fizikai aktivitást. Az állóképesség növelését 134 fő tartotta fontosnak, ami szintén arra utal, hogy a lakosok számára nemcsak a pillanatnyi jó közérzet, hanem a hosszabb távú fizikai erőnlét megléte is fontos. Esztétikai és teljesítménybéli okokat – mint a súlykontroll (105 fő), a teljesítmény javítása (104 fő), illetve a fizikai megjelenés javítása (102 fő) – szintén sokan megjelöltek, ám ezek némileg háttérbe szorultak az egészséghez és közérzethez kapcsolódó célokhoz képest. A legkevesebben, 76 fő, a szórakozást jelölte meg motivációként, ami arra utal, hogy a sportolásra inkább céltudatos tevékenységként tekintenek.



3. ábra: Sporttevékenység űzésének helye (saját szerkesztés).

A 3. ábrából kiderül, hogy a kitöltők 37%-a kizárólag Nagytarcsán, 13% máshol, és 46% Nagytarcsán és más településen végez sporttevékenységet.

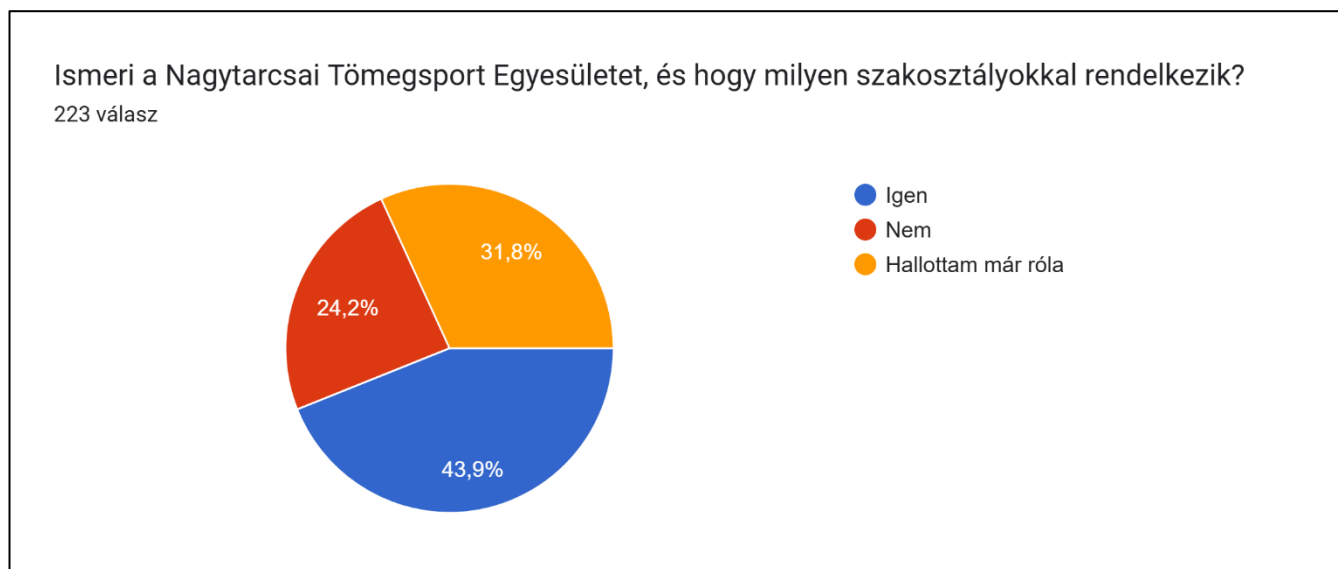


4. ábra: Nem Nagytarcsán Sportolók válaszai (saját szerkesztés).

A 4. ábrán az látható, hogy miért nem Nagytarcsán sportolnak azok, akik máshol végzik rendszeresen a fizikai aktivitásukat. A válaszadók többféle indokot is megjelölhettek. A legtöbben (84 fő) azt választották, hogy Nagytarcsán nincs lehetőség az adott sportág űzésére,

amit rendszeresen végeznek. Ez azt jelzi, hogy bár az emberek elkötelezettek a sport iránt, a település jelenlegi kínálata nem tudja lefedni az igényeket, tehát konkrét sportágak hiánya jelent kihívást. 35 fő emelte ki, hogy nincs megfelelő infrastruktúra, ami azt mutatja, hogy még ha lenne is lehetőség bizonyos sportágak bevezetésére, a szükséges feltételek (például tornaterem, pálya, eszközök) nem minden esetben adóttak. 26 fő számára a praktikum a döntő tényező: mivel máshol dolgoznak vagy tanulnak, egyszerűbb számukra a munkahely vagy iskola közelében sportolni. 9 fő azt jelezte, hogy nincs tudomásuk a helyi sportolási lehetőségekről, ami arra utal, hogy az információáramlás javításával még több embert lehetne bevonni a helyi sportéletbe. 33 fő azonban egyéb okokból fakadóan nem Nagytarcsán végzik az adott sporttevékenységet. Akik az egyéb lehetőséget választották, nyitott kérdésben fejthették ki bővebben válaszukat. A válaszadók többségében azért nem Nagytarcsán sportolnak, mert nincs megfelelő futópálya, nincs edzőterem/konditerem, vagy nincs az adott mozgásforma űzésére lehetőség.

A településen a Nagytarcsai Tömegsport Egyesület felel elsősorban a nagytarcsai lakosok sportolási lehetőségeinek biztosításáért, és a sporthoz fűződő rendezvények szervezéséért. A kérdőívben megválaszolásra került, hogy a kitöltők hány százaléka ismeri az egyesület munkásságát, és hogy részt szoktak-e venni a településen megrendezett sportrendezvényeken.



5. ábra NTSE ismertsége (google űrlap).

Ahogy az eredményekből kiderült, a kitöltők 44%-a ismeri az egyesületet, és hogy milyen szakosztályokkal rendelkezik, 32% hallott már róla, azonban 24% nem ismeri. A

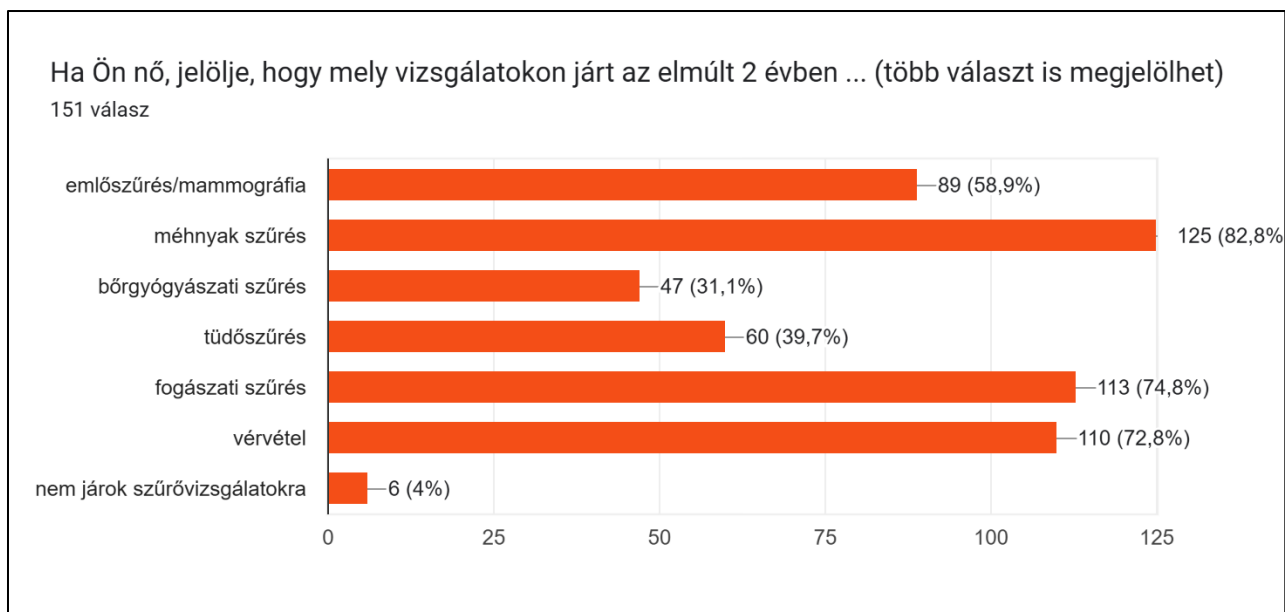
következő kérdésből kiderült, hogy a kitöltőknek a 28%-a tagja az egyesületnek. Ez abból a szempontból meglepő eredmény, hogy Nagytarcsán - az eddigi eredmények alapján - többségében sportos lakosok élnek, így célszerű lenne ezt a réteget beintegrálni az egyesületbe, és bővíteni a lakosság igényeinek megfelelően bővíteni a kínálatot.

Szintén meglepő eredmény, hogy annak ellenére, hogy egy sportos lakosságról beszélünk, csak a kitöltők 30,5%-a válaszolta azt, hogy az előző évben aktívan részt vett a település sportrendezvényein. Ezzel kapcsolatban fontos megemlíteni, hogy az elmúlt másfél évben lendült fel igazán a nagytarcsai sportélet, így a jövőben remélhetőleg az aktív résztvevők száma emelkedni fog. Az Egyesület sok energiát fektet a marketingbe és az online, valamint offline kommunikációba, ennek eredménye, hogy a jelenlegi vezetés az elmúlt egy évben kétszerezése növelte a taglétszámot. Fentiekből is látszik, hogy az eléérések kapcsán van még fejlesztési feladat. Cél, hogy a nagytarcsai lakosok legalább 80%-a ismerje a nagytarcsai sportolási lehetőségeket és az NTSE-t is.

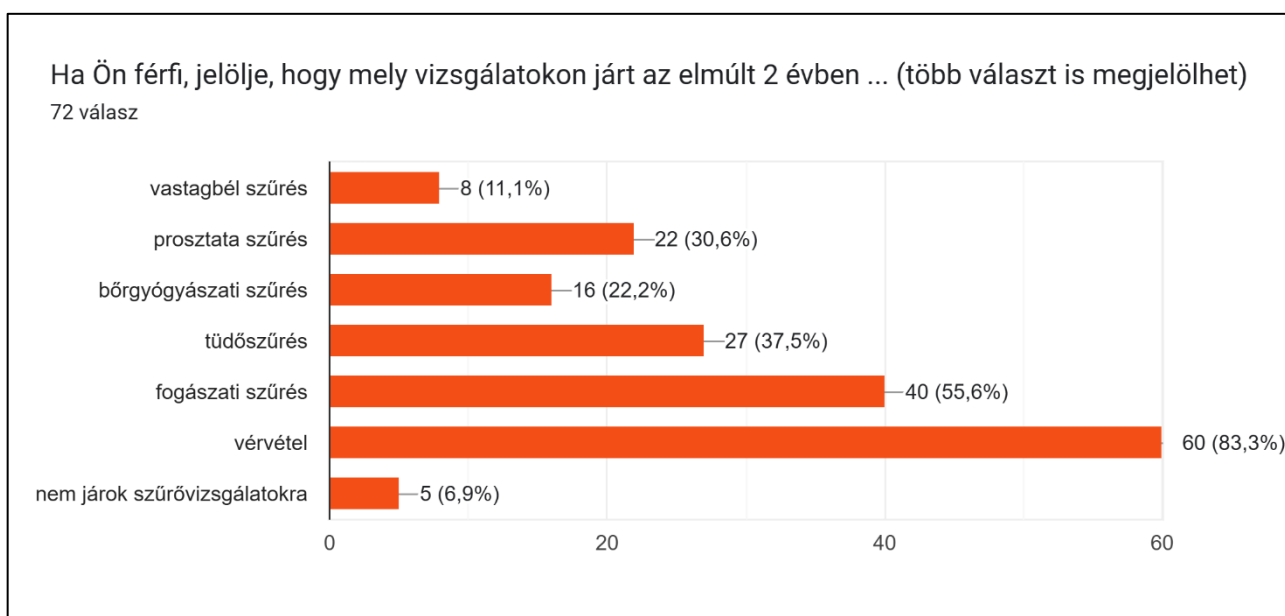
A kitöltők jövőbeni sportfejlesztési javaslatai alapján igény lenne egy Nagytarcsán működő sportcsarnokra, edzőteremre, focipályára, a gyermek és idősek sportoltatásának fejlesztésére.

3.5.2. Egészségügyi állapot

Nagytarcsa lakosságának egészségi állapotára utaló kérdéseket is tartalmazott a kérdőív. A kitöltők 62,3%-a egészségesnek vallja magát, míg 37,7% azt vallotta, hogy valamilyen krónikus betegséggel él együtt. Krónikus betegségek között említik többek között a magas vérnyomást, pajzsmirigybetegeket, gerinc és derékfájdalmakat, valamint a cukorbetegséget.



6. ábra Szűrővizsgálaton való részvétel (nők) (google űrlap).

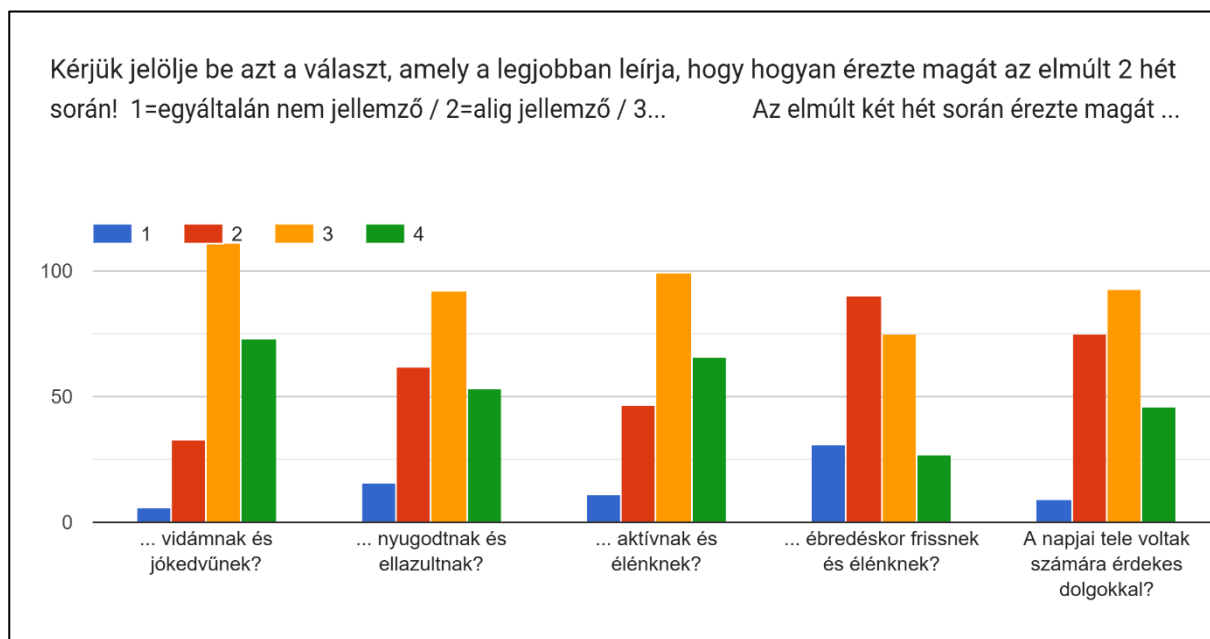


7. ábra Szűrővizsgálaton való részvétel (férfiak) (google űrlap).

A női kitöltők közül összesen csak 4 fő, a férfiak esetén 5 fő jelölte meg, hogy nem járt az elmúlt két évben szűrővizsgálaton. Ahogy a 6. ábrán látható, a nők közül méhnyakszűrésen jártak a legtöbben (82,8%), majd ezt követi a fogászati szűrés (74,8%), majd a vérvétel. A 7. ábra azt mutatja, hogy férfiak elsősorban vérvételre járnak el (83,3%), ezt követi a fogászati szűrés (55,6%), majd a tüdőszűrés (37,5%). Vastagbél- és prosztata szűrésre jóval kevesebben vettek részt annak ellenére, hogy a vastagbélrák és a prosztaták a leggyakoribb halálozási ok a férfiak körében (doktor24.hu, 2025).

A helyi egészségmegőrző események ismertsége a településen mérsékelt (48%), és a kitöltők válaszai alapján a részvételi szám is alacsony (18%), amelynek fő akadályai a nem megfelelő kommunikáció (36%) és az időpontok kedvezőtlenessége (25%).

A kérdőívben helyet kapott még a WHO Általános Jól-lét Skálájának 5 tételes változata, amely a személyek általános közérzetéről szolgál visszajelzésül az elmúlt kéthetes időszak alapján (Susánszky et al., 2006).



8. ábra A nagytarcsai lakosság válaszai a WHO Általános Jó-léti Skálájára.

A 8. ábra mutatja a WHO Általános Jó-léti Skálájára adott válaszokat. A kitöltők az elmúlt két hétre visszatekintve értékelték, hogy mennyire voltak jellemzőek rájuk ezek az állapotok, egy négyfokú skálán: 1 = egyáltalán nem jellemző, 2 = alig jellemző, 3 = többnyire jellemző, 4 = teljesen jellemző.

Valamennyi kérdés esetében a 2-es („alig jellemző”) és a 3-mas (többnyire jellemző) volt a leggyakoribb válasz. Ez arra utal, hogy a válaszadók nagy része kevésbé élte meg intenzíven a jóllét pozitív aspektusait az elmúlt két hét során. Ez különösen fontos jelzés, hiszen a tartósan alacsony pszichés jóllét hosszú távon növelheti a pszichés zavarok. A „frissen és élénken ébredtem” állításra adott válaszok között volt a legkevesebb 3-as és 4-es értékelés, ami arra utal, hogy a lakosság jelentős része nem érzi magát kipihentnek vagy energikusnak a nap kezdetén. A „napjaim tele voltak érdekes dolgokkal” kérdés esetében viszonylag magasabb arányban szerepeltek a 3-as és 4-es válaszok, ami azt jelzi, hogy sokan találnak értelmes,

motiváló elfoglaltságokat a hétköznapjaikban. Ez a mentális reziliencia szempontjából kedvező, hiszen a belső motiváció és a tartalommal teli napok a jóllét erős védőfaktorai lehetnek. A „vidámnak és jókedvűnek éreztem magam”, valamint az „aktívnak és élénknek éreztem magam” kérdésekre adott válaszok többsége szintén a 2-es és 3-as értékek között szóródik, ami azt mutatja, hogy a lakosság jólléte sem nem kifejezetten alacsony, sem nem kimagasló – a mentális állapot inkább közepes szintű.

A felmérés eredményei világosan rámutatnak arra, hogy Nagytarcsa lakossága körében a sportolási hajlandóság viszonylag magas, különösen az egészségmegőrzés és a lelki feltöltődés motivációjával végzett szabadidős tevékenységek tekintetében. A lakosság többsége rendszeresen végez fizikai aktivitást, elsősorban nem szervezett formában, ugyanakkor a helyi sportinfrastruktúra és a kínálat szűkössége sokakat más településekre kényszerít. Különösen hiányoznak bizonyos sportágak gyakorlására alkalmas létesítmények, ami jól látható a lakosság fejlesztési igényeiből is (pl. sportcsarnok, edzőterem, futópálya).

Az egészségi állapot tekintetében kedvező, hogy a többség egészségesnek vallja magát, és a lakosok jelentős része részt vesz szűrővizsgálatokon. Ugyanakkor az adatok rávilágítanak a férfiak preventív szűrések iránti alacsonyabb részvételi hajlandóságára, amely célzott tájékoztatási kampányokat indokolhat. A WHO-5 Jóléti Index eredményei szerint a lakosság mentális jólléte közepes szinten mozog: sokan nem élik meg intenzíven a pozitív érzelmi állapotokat, és az energikusság hiánya is gyakori probléma. Ennek ellenére megfigyelhető, hogy sok válaszadó talál értelmes és örömteli elfoglaltságokat, ami fontos védőfaktor a lelki egészség szempontjából.

Az eredmények alapján indokolt egy olyan átfogó helyi sport- és egészségfejlesztési stratégia kialakítása, amely nemcsak a fizikai aktivitás infrastruktúráját bővíti, hanem a mentális jóllét támogatását és a közösségi sportélet erősítését is célul tűzi. Külön figyelmet érdemel az információáramlás javítása és az egyesületi sportéletbe való bevonás ösztönzése, különösen azok számára, akik már aktívan sportolnak, de nem kapcsolódnak a helyi sportegyesülethez vagy eseményekhez.

Az eddigi elemzések összességével elkészült a község sportéletének SWOT analízise. A SWOT analízis egy stratégiai tervezési eszköz, amely segít egy szervezet/projekt/cég/település erősségeinek, gyengeségeinek, lehetőségeinek és veszélyeinek

azonosításában. Az elemzés segít a célok meghatározásában a külső és belső tényezők figyelembevételével.

Nagytarcsa község SWOT analízise		
Belső tényezők	Erősségek	Gyengeségek
	- Rendszeresen sportoló lakosság - Erős egészségmegőrzési motiváció a sportolás mögött - Népszerűek a könnyen elérhető mozgásformák (futás, kerékpározás) - Kiváló települési adottságok	- Sportinfrastruktúra hiánya - Fejlesztési területek hiánya - Az NTSE ismertsége és lakossági bevonása alacsony - Információhiány a helyi lehetőségekről és eseményekről
Külső tényezők	Lehetőségek	Veszélyek
	- Sportinfrastruktúra fejlesztése - Mentálhigiénés foglalkozások - NTSE és lakosság kapcsolatának erősítése, kínálatbővítés - Egészségtudatos kampányok és közösségi sportrendezvények szervezése	- Szomszédos települések elszívó hatása jobb lehetőségekkel

9. ábra: Nagytarcsa Község SWOT analízise (saját szerkesztés).

5. Stratégiai célok és irányvonalak

Jelen fejezetben részletezésre kerülnek a sportkoncepció rövid és hosszú távú céljai, kiemelve a közösségi programok bővítését, az infrastruktúra fejlesztését, valamint az egészségmegőrzés fontosságának terjesztése. A célok meghatározását a felmérések, interjúk, kérdőívezések adják.

Rövidtávú célok következő években:

- Még több nagytarcsai lakos motiválása és részvételre való ösztönzése a megrendezett sportprogramokon. Cél, hogy minél többen sportoljanak életvitelszerűen.
- A Nagytarcsai Tömegsport Egyesület taglétszámát legalább 300 főre emelni, emellett bővíteni a szakosztályok számát is. Kiemelten fontos lenne azt a sportréteget megcélolni, akik nem a településen végzik az adott sporttevékenységüket.
- A Nagytarcsai Tömegsport Egyesület klubhelyiségének kialakítása rendezvények, edzések, meetingek, sporteszközök tárolásának használatára, és a nagytarcsai sportélet szervezése szempontjából. Cél a HEMO alagsori részének átalakítása klub- és közösségi helyszínné, ahol a helyi sportélet szereplői tudnak találkozni, edzést tartani és lazább keretek között eszmét cserélni. Itt kerülnének elhelyezésre a spinning kerékpárok, billiárd- és csocsóasztal, darts, meccsnézési lehetőség, teremportok...
- Egyéb sportrendezvények megvalósítása:
 - Sportágválasztó események: 2024 óta egyre nagyobb tömegeket megmozgató téli (február) és nyári vagy őszi (szeptember) sportágválasztók megrendezésére kerül sor, ahol minden helyi sportág bemutatkozhat és óriási merítési lehetőséget ad a helyieknek a sportágak kiválasztására, valamint előnybe hozza a helyi sportszervezőket.
 - Tarcsa Trail: Nagytarcsa saját terepfutóversenye, amely 2024-ben került először megrendezésre. A Tarcsa Trail egy családbarát, helyi sportesemény, amely különböző nehézségű távokat kínál gyerekeknek, felnőtteknek, kezdőknek és haladóknak egyaránt. A résztvevők száma 2024-ben 230 fő volt, 2025-ben már 360 fő, tehát dinamikusan növekvő a tendencia. A részt vevők 56 %-a nem helyi lakos volt, 46%-a helyi lakos, vagyis népszerű sportturisztikai vonzerő is a településnek.

- Mikulásfutás: A Mikulásfutás egy közösségi futóesemény, ahol a résztvevők gyakran Mikulás-sapkában vagy teljes Mikulás jelmezben jelennek meg, és különböző távokat teljesítenek. Az esemény célja, hogy ünnepi hangulatot teremtsen és egy közösségi, egészséges programot biztosítson a lakosság számára.

- Nyári tábor(ok) szervezése a Nagytarcsai Tömegsport Egyesület által: A sporttábor célja, hogy a gyerekek minél több sportággal ismerkedjenek meg, elősegítve ezzel a mozgás iránti attitűd kialakulását. A tábor előnyei közé sorolható a rendszeres testmozgás ösztönzése - amely hozzájárul az egészséges életmód kialakításához -, a motoros képességek fejlesztése, de emellett a közösségépítő szerepe sem elhanyagolható. Az első sporttáborok előreláthatólag 2026 nyarán kerülnek megvalósításra. A helyi gyerekek támogatásár az Önkormányzat minden évben kiemelten kezeli, javasolt ennek folytatása.

Becsült költség: 3.500.000 – 4.000.000 Ft/tábor.

A hosszú távú célok olyan stratégiai gondolkodást igényelnek, amelyek figyelembe veszik a készülő Településtervezési irányait, így a szükséges közműfejlesztéseket, úttervezéseket-, és építéseket, intézményfejlesztéseket és a szociális, helyi humán fejlesztéseket. Tekintettel arra, hogy Nagytarcsa mérete már-már egy járási központéval is vetekszik, valamint a Budapesti Agglomeráció egyik ékköve, nagyon pezsgő és aktív közösséggel, így a sport-, és rekreációs fejlesztések csakis nagy léptékben képzelhetők el.

- Sportkomplexum létrehozása: Egy Nagytarcsa méretű településnek, amelynek lakosság száma várhatóan 8-9.000 fő körüli létszámmal emelkedik, hosszútávon szüksége van egy olyan sportkomplexumra, amely futballpályát, kisebb rendezvény-, és sportcsarnokot és köré épülő rekreációs övezetet jelent. Ez megvalósulhat egy helyen, de akár több helyen is. Érdemes és erősen javasolt, a település olyan területén gondolkodni, amely nem a falu központi részén helyezkedik el, mert túlzsúfoltsága miatt már nem terhelhető tovább és fizikailag sem fér el. Valamely bekötő útszakasz mentén javasolt területet találni, tulajdont szereznie az Önkormányzatnak, de legalább hosszú távú bérleményt, majd üzleti-, és megvalósíthatósági tervet készíteni. Javasolt a fejlesztést úgy tervezni, hogy egy infrastruktúra beruházással a sport beruházások mellett üzleti és szolgáltatási célú beruházásra is sor kerülhessen pl. Füzesligetnél

szemközti fejlesztési terület. Ez olyan léptékű fejlesztés, amelyhez az önkormányzati forrásokon túl külső támogató források bevonására is szükség lehet. Nagytarcsa egyik legnagyobb nehézsége, hogy alacsony az önkormányzati tulajdonú ingatlanok száma és a terület nagysága is. Ezért a területszerzés folyamata az elsődleges, amely hosszú időt vehet igénybe és jelentős költségeket von maga után.

A megvalósítás ideje reálisan 3-10 év.

Becsült költség: >1 Mrd forint.

- Grund fejlesztése: A Grundon javasolt a tulajdonviszonyok rendezése. A pumpapálya és a BMX freestyle pálya fejlesztésével egy országos szinten is jelentős extrém sportpark valósul meg Nagytarcsán. A tenispályák jó minőségűek, az üzemeltetővel közösen javasolt a téli teniszezési lehetőséget biztosítani. Ez is a tulajdonviszonyok rendezésének függvénye. A jelenlegi két műfüves pálya állapota elavult, javasolt egy 60*40 méteres pálya létrehozása MLSZ forrás bevonásával. Az előzetes árajánlat kérések alapján ennek összege világítással együtt több, mint 100 m Ft. A továbbiakban az óvoda bővítéssel egyetemben javasolt a közmű helyzetet rendezni, szükséges esetén megfejleszteni, az utakat, parkolót kialakítani, valamint olyan modern konténerekből álló kiszolgáló területet megvalósítani, amely öltözőt, büfét, közösségi helyet, irodahelyiséget biztosít. Mindezen túl a fásítás és zöld fejlesztések javasolt a főkertésszel egyeztetve.

A megvalósítás ideje reálisan 2-5 év.

Becsült költség: 500 m forint.

- Tanösvények kialakítása: A helyi tanösvények kialakítása lehetőséget ad a helyi természeti környezet megismertetésére, erősíti a lakosok kötődését a településhez, segíti a fenntarthatóságra nevelést, emellett a kiegészítheti a településprogramkínálatát, így vonzóvá válhat a környékbéli kirándulóknak is. A település több lehetőséggel is rendelkezik tanösvények kialakítása kapcsán, hiszen a keresztül húzódó meder és az élő Szilas-patak olyan ökológiai folyosót képez, amely átjárhatóvá teheti Nagytarcsát észak-dél és kelet-nyugat irányban is. Az egyik ilyen terület a korábban már feltérképezett és tervvel rendelkező Grund és Hemo közötti erdős rész, valamint a Felsőréti és Naplás-tó közötti szakasz, de ilyen szempontból izgalmas és javasolt zöld fejlesztési terület a Rákóczi út mentén északi irányba található Meder melletti terület is.

Nagytarcsa turisztikai szerepe elenyésző, azonban az ökoturizmus jelenthet kitörési lehetőséget és a térségi turisztikai szerep erősödését.

Becsült költség: 20 m forint/tanösvény.

- Futókör létrehozása: A lakosság részéről is egyértelmű igény mutatkozik egy biztonságos, jól kialakított futóútvonal létrehozására. A jelenleg futásra használt útvonalak sokszor nem ideálisak, így egy kijelölt futókör lehetővé tenné az autóforgalomtól védett, biztonságos mozgást. Tekintettel arra, hogy Nagytarcán nehéz kijelölni olyan egybefüggő területet, amely alkalmas hosszabb rekortán futókör kijelölésére, ezért a Füzesliget parkban, a 400-420 m hosszúságú futókör kialakítása javasolt. A futókör a parknak nem csak keretet ad, de biztonságos is a beláthatóság miatt, valamint népszerű, sokak által látogatott területen kapna helyet.

Becsült költség: 50 m forint.

- Pumpapálya: A pumpapálya az Aktív Magyarország által meghirdetett Országos Bringapark Program 2025 c. pályázati felhívásra került benyújtásra, amelynek keretében közel bruttó 24 millió forint támogatásban részesültünk, a 60%-os támogatási intenzitással bíró vissza nem térítendő támogatásnak köszönhetően. A projekt keretében 2025 őszén egy több, mint 100 méter hosszú, modern aszfaltos pumpapályát adtunk át, amelyet kicsik és nagyok egyaránt használhatnak kerékpárral és rollerrel. Fontos tudni, hogy elektromos járművekkel a pálya használata tilos!

Szerződött költség: 40 m forint.

- BMX freestyle pálya: Aktuálissá vált a Bringapark Program 2026 c. pályázati program is, amelynek keretében a jelenlegi skate park bővítését célozzuk meg, amelynek eredményeként olyan BMX freestyle pályát kaphatunk integráltan a pumpapályával, amely országos szinten is egyedülálló és alkalmas országos versenyek megrendezésére is. A fejlesztés várható költsége összesen bruttó 70 millió forint. Nyertes pályázat esetén a támogatási intenzitás 60%. A költségvetésben a pénzösszeg rendelkezésre áll. Becsült költség: 70 m forint.

- Kerékpárút(ak) fejlesztése: A kerékpárutak létrehozása mellett, hogy rendszeres testmozgásra ösztönöznék a lakosságot, hozzájárulna a környezetkímélő közlekedéshez is. A létrehozott útvonalak nem csak Nagytarcsa belterületére fókuszálnának, hanem lehetővé tennék a környező településekre a biztonságos közlekedést, így regionális

célokat is szolgálna. A nagytarcsa.hu oldalon már megtalálható a kerékpárforgalmi hálózati terv, valamint a javasolt kerékpárforgalmi nyomvonalak, amit a 2. számú melléklet tartalmaz. Kiemelten javasolt a főutak menti kerékpárutak terveztetésének elindítása Kistarcsa, a Naplás-tó és a 17. kerület irányába. Javasolt Kistarcsa irányából a Zöldmező utcán keresztül tehermentesíteni a főútvonal, valamint a Szilas-patak mentén kijelölni kerékpáros- és gyalogos sávokat.

Becsült költség: Kizárólag a tervezések után van lehetőség becslésre.

- Játsszóterek fejlesztése: A sport együtt jár a játsszóterek fejlesztésével, amely közösségi célt szolgálnak, hiszen találkozási pont és a gyerekek szabadidős foglalkozását, egészséges fejlődését segíti elő. Nagytarcsán jelenleg A Füzesligetben, a Jókai Lakóparkban, Grundon és a Petőfi-telepen van játsszóter. Emellett 2025. év őszén valósult meg a Bocskai köz, Rózsa és Szőlő utca háromszögében egy teljesen új játsszóter. Még egy helyszínen érdemes elhelyezni játsszóteri elemeket és közparkot kialakítani: a Felsőréti és később benépesülő Malomárok Lakópark közelében, amely egyszerre forgalmas terület az iskola és több településrész vonzásában.

Becsült költség: 20-40 m forint/játsszóter.

Folyamatban lévő projektek:

- Oszibusz: Ez egy szervezett gyaloglási program, amely során önkéntes felnőttek kíséretében a gyerekek csoportosan sétálnak az iskolába, mintha egy buszon lennének, de közben gyalog teszik meg a távot. A projekt a gödöllői pedibusz mintája alapján lett kialakítva (Gödöllő Város Önkormányzata, 2023). Az Oszibusz (amely a Nagytarcsai Blaskovits Oszkár Általános Iskoláról kapta nevét) célja többek között az egészségfejlesztés, a környezetvédelem, a közösségépítés. Ez egy egyszerű és fenntartható módja annak, hogy a gyerekek egészségesen és biztonságosan érjenek az iskolába. A program 2024 őszén vette kezdetét. Bár a gyerekek részéről nagy az érdeklődés, elsősorban a szülőket szükséges megszólítani, és felhívni a gyalogbusz pozitív hatásaira a figyelmet. A jövőbeni cél, hogy minél több önkéntest sikerüljön bevonni a programba, és minél több gyermeket sikerüljön motiválni az Oszibuszhoz való csatlakozáshoz.
- TOP_PLUSZ-3.1.3-23-PT1-2024-00069 számú projekt, „Komplex Humán Fejlesztés Nagytarcsán: Nagytarcsa Község Önkormányzata, mint a projekt fő kedvezményezettje,

2024. szeptember 12-én kapott pozitív támogatói döntést a Nemzeti Fejlesztési Központtól. A kezdeményezés célja, hogy erősítse a helyi közösségi életet, különösen az aktív civil csoportokra építve, és olyan programokat valósítson meg, amelyek közösségépítő hatással bírnak a településen. A megvalósítás során a projekt minden korosztályt megszólít – a legkisebbektől egészen az idősekig –, a programok középpontjában pedig a helyi civil szervezetek állnak. A tervezett események és tevékenységek között szerepel többek között a szociális alapszolgáltatásokhoz és gyermekjóléti alapellátásokhoz kapcsolódó szemléletformálás, idősek számára kínált szociális szolgáltatások, egészségfejlesztő programok, valamint ifjúsági és sportesemények szervezése. Kiemelt szerepet kap a közlekedésbiztonság és a fenntartható, különösen kerékpáros közlekedés népszerűsítése, valamint a helyi kulturális élet fellendítése, különféle programok és kezdeményezések támogatásán keresztül (NTSE, é.n.).

A projekt sport programcsomag az alábbi programokat, fejlesztéseket tartalmazza:

- Sportágválasztó események megrendezése: A projekt keretein belül összesen 4 esemény lebonyolítása van letervezve (2025 február, 2025 szeptember, 2026 február, 2026. szeptember). A későbbiekben cél, hogy a sportágválasztó események hagyománnyá váljanak, és minden évben megszervezésre kerüljenek legalább 1 alkalommal.

- Mozgásfejlesztő foglalkozások az óvodás és iskolás korú gyermekek számára: A foglalkozások célja a sport megszerettetése a nagytarcsai gyerekekkel, és minél több sportággal való megismertetése Grassroots szellemiségű (élmény- és játékközpontú pedagógiát alkalmazó, alapvető mozgáskészségek fejlesztését célzó) foglalkozások által. A foglalkozások a Csillagszem Óvodában, a Szivárvány Evangélikus Óvodában, és a Nagytarcsai Blaskovits Oszkár Általános Iskolában kerülnek lebonyolításra.

- Kerékpáros kisokos: A projekt részét képezi egy olyan kerékpáros közlekedést népszerűsítő és közlekedés biztonsági célú kiadvány elkészítése gyermekek és felnőttek számára egyaránt.

A projektben szerepelnek továbbá különböző egészségmegőrző programok is, amelyek a lakosság preventív szemléletét és egészségtudatát erősítheti a jövőben.

- Gerincerősítő Etka jóga: az Egyesület célja valamely korosztály mozgásra való ösztönzése. Az idősebb korosztály a Szociális Segítő Szolgáltatnak köszönhetően rendszeresen tud részt venni túrákon, kirándulásokon, valamint rendszeres foglalkozások kerülnek megtartásra a HEMO-ban minden csütörtökön, amelyet az Egyesület is támogat a helyiségbérlet átvállalásával.
- Baba-mama klub: a helyi édesanyák és gyermekeiket támogató program, amelyet az NTSE szintén támogat a HEMO helyiségbérlet átvállalásával.

Együttműködések:

- Eötvös Loránd Tudományegyetem és Károli Gáspár Református Egyetem: Az együttműködés során a Nagytarcsai Tömegsport Egyesület sportszakmai gyakorlati lehetőségeket kínál sportszakos hallgatók számára, többek között a megrendezésre kerülő sportprogram reklámozásában (például plakátok és szórólapok közösségi felületeken hirdetések készítése), szervezésében és lebonyolításában (például szervezési folyamatokban való aktív részvétel, fittségi állapotfelmérések a résztvevők számára).
- Több középiskola és gimnázium, akik diákok delegálásával segítik az Egyesület munkáját elsősorban az éves sportesemények megvalósításában.
- Nagytarcsa Futball Club: A 2023-ban megalakult klub célja felnőtt nagypályás csapat szerepeltetése a vármegyei bajnokságokban. A csapat a második évben megnyerte a legalsó 4. osztályt, így 2025-től már a vármegyei 3. osztályban szerepel. Az utánpótlás nagy perspektívával bír. Bár pontos adatok nem állnak rendelkezésre, de a becslések alapján közel 100 fiatal futballistát tud a csapat toborozni. Ehhez szükséges a helyi óvodákban, iskolában toborzó tevékenységet folytatni, valamint a szükséges infrastrukturális fejlesztéseket megvalósítani. Ennek anyagi forrása az önkormányzati támogatás mellett TAO támogatás tud lenni.

- PrincessFitness SE: a helyi fitness csapat évek óta tart edzéseket a helyi óvodás és iskolás gyermekeknek, komoly eredményekkel rendelkezik nemzetközi szinten is, és rendszeres résztvevői a helyi rendezvényeknek. Jelenleg helyhiány miatt a HEMO-ban tartják edzéseiket.

6. Kommunikáció és népszerűsítés

A sportkoncepció sikeres megvalósításának egyik kulcsa a hatékony és tudatos kommunikáció, amely biztosítja, hogy a nagytarcsai lakosság széles körben értesüljön a sportolási lehetőségekről, rendezvényekről és kezdeményezésekről. A településen jelenleg több kommunikációs csatorna is aktívan működik:

- A Nagytarcsai Tömegsport Egyesület weblapja Facebook oldala, a Tarcsa Trail Facebook-oldal, valamint az egyesület Instagram-felülete rendszeresen közöl információkat az eseményekről, edzéslehetőségekről és közösségi sportprogramokról, amelyek gyorsan eljutnak a fiatalabb és középkorú generációkhoz.

Elérhetőségek:

<https://ntse.hu/>

<https://www.facebook.com/nagytarcsaisportegyesulet>

<https://www.facebook.com/tarcsatrail>

- A Nagytarcsai Futball Club és a Princess Fitness SE is rendelkezik online oldalakkal:

<https://www.facebook.com/nagytarcsafc>

<https://www.facebook.com/PrincessFitnessSportegyesulet>

<https://www.princessfitness.hu>

- Az online felületek mellett a helyi újság, a buszmegállóban elhelyezett plakátok, valamint a Szilas TV folyamatos tudósításai biztosítják azt, hogy a szélesebb közönség, beleértve az idősebb korosztályt is, hiteles és naprakész információkhoz jusson.

- A rendezvények – mint például a falunapokhoz vagy iskolai programokhoz kapcsolódó sportbemutatók – szintén fontos szerepet játszanak a közvetlen elérésben, hiszen személyes élményt nyújtanak, és erősítik a közösségi összetartozást.

A sokszínű kommunikációs jelenlét azért is kiemelten fontos, mert hozzájárul a sport iránti érdeklődés felkeltéséhez, a lakosság motiválásához, valamint a helyi sportélet láthatóságának és presztízsének növeléséhez. Egy jól felépített kommunikációs stratégia így nem csupán informál, hanem inspirál is, és hosszú távon elősegíti a település egészségesebb, aktívabb közösségének kialakulását.

7. Költségvetési terv és forrásteremtés

A sportkoncepció mentén megvalósítandó célokhoz szükséges pénzügyi forrást is biztosítani, amelyek elsősorban a település költségvetését terheli meg, de az Önkormányzat és a helyi szervezetek nagy erőfeszítéseket tesznek külső források bevonására is, amelyekkel könnyíteni lehet valamelyest a költségvetést. Ilyen külső források lehetnek pályázati támogatások, kormányzati támogatások vagy helyi civilek szponzori felajánlásai.

A költségvetési tervről készített táblázatot a 3. számú melléklet tartalmazza.

8. Monitoring és értékelés

A sportkoncepció hatékony megvalósítása érdekében elengedhetetlen a rendszeres nyomon követés (monitoring) és a folyamatos értékelés. Ennek célja, hogy a kitűzött programok és intézkedések végrehajtása átlátható, mérhető és visszacsatolható legyen, valamint lehetőséget adjon az esetleges korrekciókra és fejlesztésekre.

A monitoring és értékelés több szinten és formában valósulhat meg:

1. Éves szakmai beszámolók: Az Önkormányzat valamint a Nagytarcsai Tömegsport Egyesület évente értékeli az adott év sportprogramjainak megvalósulását, az elért eredményeket, a részvételi adatokat és a lakossági visszajelzéseket. Ezek a beszámolók rögzítik a sikereket, az esetleges nehézségeket, és javaslatokat is tartalmaznak a következő év tervezéséhez.

2. Lakossági kérdőívek és visszajelzések: A sportkoncepció sikerének kulcsa a közösségi részvétel. Ennek érdekében évente legalább egyszer online kérdőívek kerülnek kiküldésre a lakosság számára, melyek felmérik a sportolási szokásokat, az igényeket, valamint a sportprogramokkal kapcsolatos elégedettséget. Ezek az adatok segítik az igényalapú fejlesztések tervezését.

3. Intézményi és partnerségi egyeztetések: A helyi sportélet szereplőivel – óvoda, iskola, civil szervezetek, sportszolgáltatók – évente legalább egy alkalommal egyeztetésre kerül sor. Ezek az alkalmak lehetőséget biztosítanak a célzott visszacsatolásra, közös értékelésre és az együttműködések megerősítésére.

4. Indikátorok és mutatók figyelése: A sportkoncepció végrehajtásának mérésére konkrét indikátorokat szükséges meghatározni, például:

- a rendszeresen sportolók arányának változása,
- sporteseményeken való részvételi létszámok,
- a sportlétesítmények kihasználtsága,
- a fiatalok és idősek bevonásának mértéke,
- civil és önkéntes aktivitás a sport területén.

5. Kétévenkénti koncepció-felülvizsgálat: A monitoring eredményeire támaszkodva kétévente sor kerülhet a sportkoncepció céljainak, irányvonalainak felülvizsgálatára. Ez biztosítja, hogy a dokumentum dinamikusan igazodjon a helyi társadalmi, gazdasági és demográfiai változásokhoz, valamint a lakossági igényekhez.

A monitoring és értékelési rendszer fő célja, hogy a sportkoncepció ne egy statikus dokumentum legyen, hanem egy élő, rugalmasan alakítható, gördülő keretrendszer, amely valóban hozzájárul a nagytarcsai lakosság egészséges, aktív életmódjához és közösségi jólétéhez.

Vezetői összefoglaló

Nagytarcsa sportélete az elmúlt néhány évben virágzásnak indult. Ahogy a lakosságszám növekedni kezdett, a korszerkezet egyre fiatalodik és egyre nagyobb igény mutatkozik a különböző sportágak fejlesztésére is. Ennek a társadalmi igénynek a település vezetése és a helyi sportszervezetek igyekeznek eleget tenni, és elsősorban a tömegsport ágán olyan lehetőségeket teremteni, amelyek a nagytarcsai emberek sportos és egészséges életmódjához hozzájárulnak. Tesszük mindezt infrastrukturális fejlesztésekkel valamint „soft”, vagyis program alapú tevékenységekkel.

Bodor Norbert

alpolgármester

NTSE elnök

Felhasznált irodalom

2004. évi I. törvény a sportról. (2004). *Magyar Közlöny*.

2005. évi CLIV. törvény az egészségügyről. (1997). *Magyar Közlöny*.

2006. évi CXC. törvény a nemzeti köznevelésről. (2011). *Magyar Közlöny*.

2007. évi CLXXXIX. törvény Magyarország helyi önkormányzatairól. (2011). *Magyar Közlöny*.

20/2012. (VIII. 31.) EMMI rendelet a nevelési-oktatási intézmények működéséről. (2012). *Magyar Közlöny*.

321/2011. (XII. 27.) Korm. rendelet a sportért felelős állami szerv feladatairól és sportigazgatásról. (2011). *Magyar Közlöny*.

Cegléd. (é.n.). Cegléd Város Sportfejlesztési Sportkoncepciója. 2021-2025.
<https://cegléd.asp.lgov.hu/sportkonceptio>

Emberi Erőforrások Minisztériuma. (2007). *Sport XXI. Nemzeti Sportstratégia*. Budapest: EMMI.

Emberi Erőforrások Minisztériuma. (2021). *Egészséges Magyarország 2021–2027 stratégia*. Budapest: EMMI.

Európai Bizottság. (2007). *Fehér Könyv a sportról*. Brüsszel: Európai Unió.

Európai Bizottság. (n.d.). *Erasmus+ Sport program*. Letöltve: <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/>

Európai Unió (2022). *Sport and physical activity*.
<https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2668>

Kisfokababuszas.hu. (é.n.) Babaúszás. <https://kisfokababauszas.hu>

Magyarország Alaptörvénye. (2011. április 25.). *Magyar Közlöny*.

NTSE. (é.n.). Kezdőlap. <https://ntse.hu/>

SandyFit-Studio. (é.n.). <https://sandyfit-studio.webnode.hu/>

Sentinel SE (é.n.). *Címlap*. <https://sentinelse.hu/>

Sopron Önkormányzat. (é.n.). *Sopron Megyei Jogú Város. Sportkoncepció. 2023-2027*.
http://www.sopron.hu/upload/content/64/6463/_64639/Sopron_Sportkonceptio_2023_2027.pdf

Susánszky, É., Konkoly Thege, B., Stauder, A. & Kopp, M. (2006). A WHO Jól-lét kérdőív rövidített (WBI-5) magyar változatának validálása a Hungarostudy 2002 országos lakossági felmérése alapján. https://semmelweis.hu/magtud/files/2017/11/WHO_jollet_kerdoiv_WBI-5_validalo_tanulmánya.pdf

PFSE. (é.n.) *Bemutakozik a PFSE.* <https://www.princessfitness.hu>

Ábrajegyzék

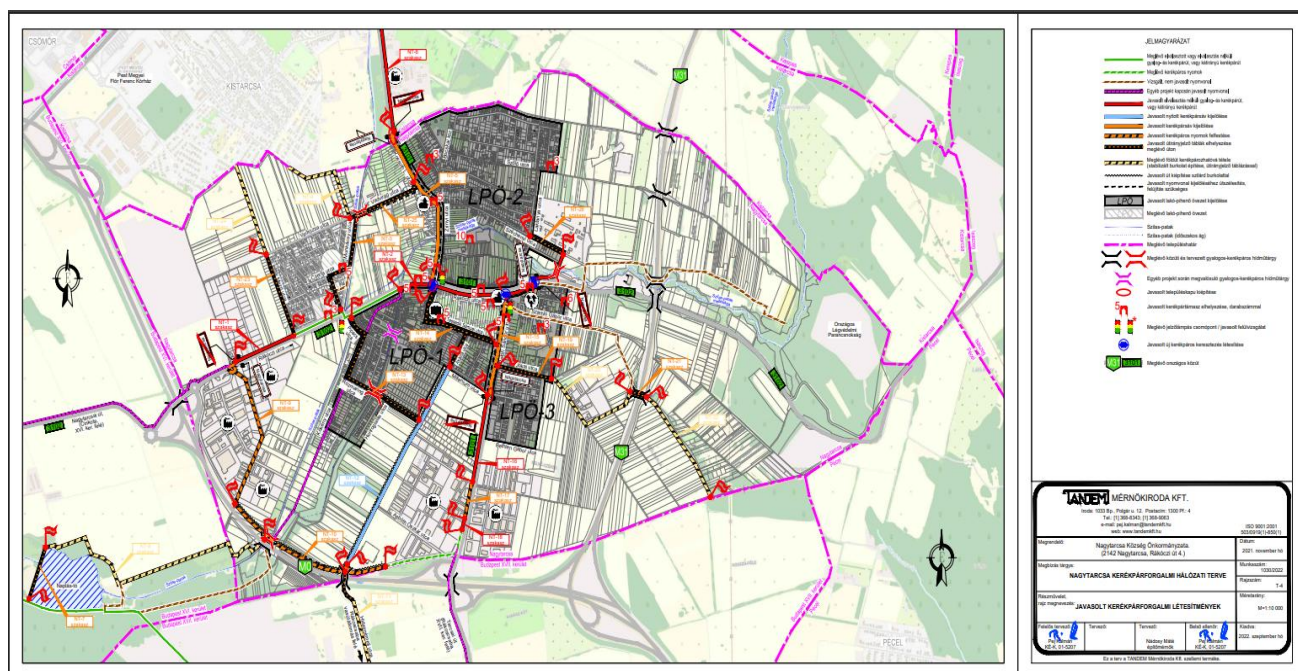
1. ábra: Sportolás gyakorisága (google űrlap).....	13
2. ábra: A sportolás indikátorai (saját szerkesztés)	14
3. ábra: Sporttevékenység üzésének helye (saját szerkesztés)	15
4. ábra: Nem Nagytarcsán Sportolók válaszai (saját szerkesztés).....	15
5. ábra NTSE ismertsége (google űrlap)	16
6. ábra Szűrővizsgálaton való részvétel (nők) (google űrlap)	18
7. ábra Szűrővizsgálaton való részvétel (férfiak) (google űrlap)	18
8. ábra A nagytarcsai lakosság válaszai a WHO Általános Jó-léti Skálájára.....	19
9. ábra: Nagytarcsa Község SWOT analízise.....	21

Mellékletek

1. számú melléklet: Blaskovits Oszkár Általános Iskola tornatermének foglaltsági táblázata (2025. ősz).

[illegible]

2. számú melléklet: Nagytarcsa Község Kerékpárforgalmi Hálózati Tervének javasolt kerékpárforgalmi nyomvonala.



3. számú melléklet: Költségvetési terv.

Költségvetési terv		
Tétel	Becsült Összeg (Bruttó)	Finanszírozás forrása
Sportkomplexum	>1.000.000.000 Ft	Önkormányzat/állami támogatás
Grund fejlesztése	500.000.000 Ft	Önkormányzat/állami támogatás
Tanösvény	20.000.000 Ft/tanösvény	Önkormányzat
Futókör	50-70.000.000 Ft	Önkormányzat
Pumpapálya	40.000.000 Ft	Aktív Magyarország pályázata és Önkormányzati forrás
BMX pálya	70.000.000. Ft	Aktív Magyarország pályázata és Önkormányzati forrás

Játszóterek fejlesztése	20-40.000.000 Ft/játszótér	Önkormányzat és pályázati források
Nyári sporttábor	3.500.000-4.000.000 Ft/tábor	Önkormányzati támogatás 40.000 Ft/nagytarcsai gyermek