

# A testmozgás és a sportolás lehetőségei megváltozott teljesítőképességgel élő emberek számára

## Habilitációs értekezés a Testnevelési Egyetemen (összefoglaló)

Sáringerné Dr. Szilárd Zsuzsanna PhD

Semmelweis Egyetem, Pető András Kar

### Háttér

Pető Andrásról sokan csak annyit tudnak, hogy az ő nevét viselő intézményben mozgássérült gyermekeket, felnőtteket fejlesztenek. Földesi Renáta PhD történeti kutatásában (*Földesi R.: Pető András és a "Heilkunst". Reformpedagógia és életreform – elméleti megközelítések, új kutatási eredmények tudományos szimpózium ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar . Bp. Eger, 2017. 07.07 –07.09.*) egyedülállóan Pető munkásságának olyan területei tárta fel, amit eddig kevesen ismertek.

Pető Bécsben, Párizsban, Budapesten tanult és dolgozott. Alapos, szerteágazó tudását az 1920-as években Steiner, Hippokratész módszertani kurzusok hallgatásával szerezte meg. A Heilkunst követője volt, ami az egészség, egészségesség művészete, az embert és természetet teljes rendszerként definiálja. A betegség gyógyíthatóságának kérdése mindig is foglalkoztatta. Alapvetően a természetes gyógymódok képviselője volt, a szervezet öngyógyító mechanizmusára építő eljárásokat részesíti előnyben. A primitív népek gyógyító módszereit alkalmazta, visszanyúlt az ősi gyógymódokhoz, jól ismerte a különböző masszázstechnikákat, a különböző légzésformákat, a fürdők és különböző pakolások használatát és a homeopata készítményeket. Az egész szervezet gyógyulását, testlélek-szellem együttes egészségét, egészségességét nézi. (nem a megbetegedett testrészek és funkciók külön-külön gyógyítását). A beteg aktív közreműködése szükséges. Az egészséges táplálkozás, a természetes mozgás, és a csoportos művészeti tevékenységeket hangsúlyozza és ennek szellemében működött Pető igazgatása alatt a Volksanatorium Mauer is. Orvosként több területen jeleskedett: tuberkulózis, mozgásszervi megbetegedések, elmebetegségek kezelője, majd ortopédia orvos volt.

1922-től kezdte el a központi idegrendszer sérültek terápiás kezelését. Az Országos Mozgásterápiás Intézet vezetője 1950-től. Az általa vezetett fizikális-dietetikus gyógy- intézményekben különleges, komplex terápiát dolgoz ki mozgással, önismerettel, diétás étrenddel, alkotóművészeti csoporttal. A reménytelen eseteket kereste, mert állította, hogy a reménytelen, mint fogalom a kor szellemétől függ.

Pető (munkatársnőm kutatásai alapján) 24 álnéven publikált. Rendszeresen publikálva népszerűsítette az egészségművészetben alkalmazott eljárásokat, technikákat, módszereket és készítményeket. A Biologische Heilkunst című, Naturheilpraxis-t megelőző folyóirat főszerkesztő helyettese volt.

Pető András munkájának eredménye, hogy a Pető Intézetben a születés előtt, alatt, vagy közvetlen utána, illetve stroke következtében történő központi idegrendszer sérülése (ami lehet részleges teljes funkció kiesés) miatt mozgássérültté vált emberekkel foglalkozik a konduktor. A konduktor olyan speciálisan képzett pedagógus, aki a nevelési folyamat minden pillanatában rávezeti a mozgássérültet az élet adta feladatok önálló megoldására. Minél korábban kezdjük meg a fejlesztést, annál sikeresebb lehet a helyreállítás.

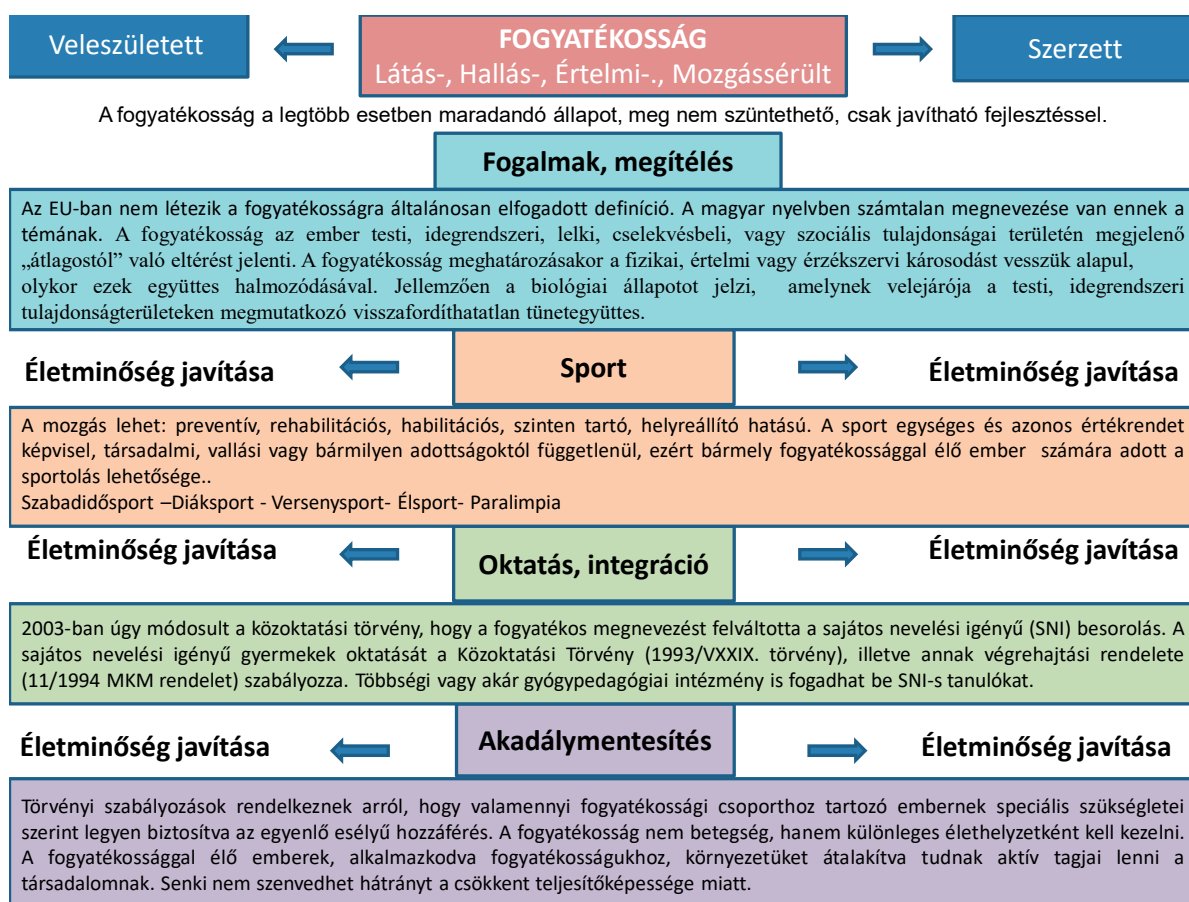
### A fogyatékoság, a megváltozott teljesítőképesség

A fogyatékoság, a megváltozott teljesítőképesség, az ép fejlődésütemtől eltérőek sokak számára nehezen értelmezhető, a fogalom tartalma, a kifejezés gyakran nem egyértelmű, ezért szükséges a fogyatékosággal kapcsolatos fogalmak bevezetése és tisztázása. A fogyatékoság az ember testi, idegrendszeri, lelki, cselekvésszerű, vagy szociális tulajdonságai területén megjelenő, „átlagostól” való eltérést jelenti. Az egészségkárosodás korlátozza az

egyén aktivitását, de sok esetben nem az állapot, hanem a környezet teszi fogyatékosná az embert. Korunk társadalmá felismerte, hogy szemléletváltásra van szükség: a fogyatékoság nem az alkalmatlanságot, a képességek hiányát jelenti, hanem egy olyan helyzetet, amelyben a környezet alakításával az emberek életminősége javulhat, és ezzel egyre nagyobb a lehetőség a társadalmi beilleszkedésre is. Társadalmi befogadásuk a 18. századtól kezdve kap egyre nagyobb szerepet. A 20. század közepétől megszületett az egyetemes tervezés fogalma, ami a teljes körű társadalmi részvételt és az aktív befogadást teszi lehetővé. Mindez a teljes

körű akadálymentesítéssel, az egyenlő hozzáférés lehetőségének biztosításával, az épített környezet alakításával érhető el. A '80-as évektől kezdtek el a fogyatékosággal élő emberek jogainak törvényekbe foglalását. A sérült személy sikeres társadalmi beilleszkedésének két nagyon fontos feltétele van: egyrészt az egyén felkészültsége a felkínált társadalmi szerep betöltésére, másrészt a társadalom felkészültsége a sérült ember befogadására. Az elfogadás mércéje az, hogy valaki mennyire hajlandó a saját értékén emberszámba venni egy fogyatékosággal élő.

*Életminőséget befolyásoló tényezők az ép fejlődésű ütemtől eltérő, csökkent teljesítőképességgel élő emberek esetében:*



### A sport szerepe

A sport kiemelt területe lehet az integrációnak. Egyrészt a lehetőségek biztosítása a részvételhez, másrészt a sport általi társadalmi kohézió, mely az egészségbeli, társadalmi, nevelési értékekre is utal. Viszont az infokommunikációs akadályok miatt többféle formában megjelenhet társadalmi

kirekesztődés, mert a fizikai környezet nem teszi lehetővé sem az odajutást, sem az ottlétet. Gyakran találkozom azzal a jelenséggel, hogy a többségi társadalom elzárkózik, ha programokat szerveznek a családnak, a szülők lehetőség szerint a „homo-gén” környezetet választják. De a sérült családtaggal élő családok sem szívesen mennek közös

rendezvényekre, mert bennük is félelmek, negatív érzések vannak.

A társadalom hozzáállása a fogyatékoság témájához változik, a kutatások száma még mindig kevesebb, mint a többi területen. A kutatók számára a kis létszámú populáció, mérési lehetőségek, körülmények, az adatgyűjtés sokszor hasonló nehézségekkel jár, mint maga a téma. Sok esetben az alanyok annyira eltérő képességekkel rendelkeznek, hogy azokat nem másokhoz, hanem csak önmagukhoz képest lehet értékelni. Emiatt nehéz az összehasonlítás. A szakirodalom korai fázisában van, a maroknyi magyar kutató „név szerint” ismeri egymást, sok esetben munkatársak, egy helyen ugyanaból a mintából dolgoznak. Az én munkám is csak egy építőköv az építményben, amelynek tudományos alapjait most tesszük le.

A tanulmány célja a fogyatékosági ismeretek bővítése, a többségi társadalom érzékenyítése a fogyatékosági témához, integrációs folyamatok bemutatása az oktatásban, különös tekintettel a testnevelésre, sportra. Saját kutatások eredményeivel alátámasztva, tapasztalataim segítségével mutatom be a téma fontosságát. A téma összetett, ebből emeltem ki területeket. A mozgáskultúra fejlesztése az alapoknál, azaz az óvodás és kisiskolás korban kezdődik, és szerencsés esetben a mozgásszeretet életünk végéig kitart. A más, vagy hiányzó képességekkel született társak elfogadása is könnyebb, ha már ebben az életkorban elkezdődik az érzékenyítés. A mozgás, sport, játék, a szabadidő aktív eltöltése jó példája az összetartozásnak.

Kutatási tapasztalataim<sup>1</sup> alapján végzett reprezentatív kutatásunk megerősítette azt a feltevést, hogy az akadálymentesítés hiánya befolyásolja a sportolási szokásokat. A 48 kérdésből álló kérdőív kikérdezés 500 fogyatékosággal élő személy válaszait tükrözi. A fogyatékosággal élő emberek a sportolásuk megkönnyítésére különböző segítségeket tudnak igénybe venni, de sokszor ezek hiányoznak. Ide tartozik a (speciális) sporteszközök, kísérő és segítő szolgálat, akadálymentesítés, szakképzett edzők biztosítása, közlekedési támogatás.

A fizikai aktivitásban való részvétel biztosítása több szempontból is óriási jelentőségű. Az inaktív élet kialakulásának megelőzése érdekében

elengedhetetlen az érintettek speciális szükségleteinek figyelembe vétele, az egyénhez illeszkedő legideálisabb sportforma megtalálása, oktatásmódszertan és egyéni szükségletekhez való illeszkedés. Kutatási tapasztalat, hogy az érintett populáció azonos mértékben fejleszthető, mint ép társaik. Sok esetben a környezetnek kell alkalmazkodni. A fogyatékos személyek egészséges életmódra nevelése évek óta egyre nagyobb hangsúlyt kap. Ehhez járult hozzá a pilot kutatásunk<sup>2</sup>, mely a mozgásirányítós konzoljáték segítségével végzett sportmozgások hatását vizsgálta mozgássérült és középsúlyos értelmi fogyatékosok kis csoportján. A mozgásirányítós konzoljáték – amely mindenki számára könnyen elérhető – olyan mozgásos lehetőséget kínál sérültek számára is, amely fejlesztő hatással van testi, fizikai és pszichés állapotukra. A játék során egyértelműen fejleszthető a motoros képességeken belül nemcsak a koordinációs képességek (pl. reakció-gyorsaság, térérzékelés), hanem a kondicionális képességek (erő, állóképesség, gyorsaság) is. A mozgásirányítós konzoljátékkal végzett általam kitalált sportmozgás áthidaló megoldás az infokommunikációs akadályokra.

A fogyatékos emberek általános integrációjának törekvései megjelentek a sport területén is, és egyre több alkalom, lehetőség és tudatos törekvés mutatkozik arra, hogy a fogyatékos emberek – sajátosságaik figyelembe-vételével – együtt sportoljanak a többségi társadalom tagjaival. Egy 2013-ban végzett hatástanulmány<sup>3</sup> tárgyalja a téma fontosságát. Évek óta felismerhető az a növekvő igény a fogyatékos emberekkel foglalkozó intézmények és civil szervezetek részéről is, hogy az épekkel közös, azonos feltételek melletti sportolás számukra is lehetővé, elérhetővé váljon. A sportmozgások fontossága vitathatatlan a fogyatékosággal élő emberek körében. Egyre elterjedtebb, orvosok körében is javallott a rendszeres testmozgás, mert javítja a fogyatékos ember közérzetét, életminőségét. A szabadidősport megvalósulásához a rendelkezésre álló színterek függvénye, különböző eszközökkel vagy anélkül tud megvalósulni. Egyre több példát látunk a közösségi tömegsport rendezvényeken való részvételre, versenyszerű, de nem bajnoki rendszerű, tömegeket megmozgató eseményekre. De

<sup>1</sup> Gál A, Dóczy T, Sáringerné Szilárd Zs. 2014: A fizikai aktivitás és a sport magyarországi dimenzióinak felhárása. Társadalmi befogadás a sportban és a sport által (szociális inklúzió). Összegző tanulmány a TÁMOP 6.1.2/11 sz. c. projekt keretében végzett kutatás eredményeiről. 93-103 o.

<sup>2</sup> Sáringerné Szilárd Zs. – Nádasi Zs., 2010. Sportjátékok személyiségfejlesztő hatása mozgássérült gyermekekre. Iskolakultúra 2010/9. 34-42.o.

<sup>3</sup> Farkas J, Nagy D, Nagy J, Rostáné Kiss A, Sáringerné Szilárd Zs, Wisinger J 2013. Hatástanulmány az adaptált testnevelés és adaptált fizikai aktivitás magyarországi bevezetéséhez Sportért és Ifjúságért Felelős Államtitkárság. 2013. július. ÁROP-1.1.19/2012-0005 kódjelű projekt 35 o.

az infokommunikációs akadálymentesítés hiánya sokakat kizár ezen eseményeken való részvételből.

A társadalmi integráció első láncszeme az együttnevelés, amely alapja az egyéni szociális, kognitív és emocionális hátrányok ellensúlyozása. A pedagógiai értelemben vett integráció nem más, mint a kölcsönös alkalmazkodásra építő együttnevelés, együttoktatás, amely a szociális, kognitív, emocionális és motoros képességbeli hátrányokat csökkentve segíti a társadalmi beilleszkedést, az esélyegyenlőséget. Általában az integráció a többségi oktatási intézménybe történik oly módon, hogy a fogyatékossgal élő embereket fogadja be az intézmény. Az integráció célként tűzi ki, hogy az egyéni differenciálás alapján az egyéni kibontakoztatás és fejlesztés szemléletét képviseli, ezzel a sajátos nevelési igényű gyermekeket, fiatalokat segíti a társadalmi beilleszkedésben. Magyarországon kevés példa van a fordított integrációra (Pető Intézet), ahol a fogyatékossgal élő gyermekek közé fogadnak be ép mozgású, ép értelmű gyermekeket. Ennek jelentése nem más, mint hogy speciális vagy szegregált intézményen belül valósul meg az inkluzív nevelés, mivel az integrált óvodai csoportokban az épek és az enyhén sérültek együtt vesznek részt a napi tevékenységeken. A program alapja, hogy a mozgássérült gyermekek mintaként tekintenek az ép mozgású kortársaikra, és érzelmileg kötődnek hozzájuk.

### **Hatástanulmányt az adaptált aktivitás, sport, testnevelés hazai bevezetésének lehetőségeiről**

Kutatómunkánk során hatástanulmányt készítettünk az adaptált aktivitás, sport, testnevelés hazai bevezetésének lehetőségeiről.<sup>4</sup> Áttekintettük a jogi háttérét, integrációval kapcsolatos fogalmakat, a szakemberképzés feltételeit. Eredménye a tanulmánynak, hogy az integráció minden társadalmi területen, így a sportban is csak az adaptációs folyamat részeként, eredményeként tud kiteljesedni. Ehhez szükség van magára a fogyatékossgal élő emberre, fogyatékossgal ismertetekre, minden olyan szakterület szakembereire, akik tevőlegesen és folyamatosan vesznek részt fogyatékos személyek testnevelésében, valamint sportfoglalkozásaik vezetésében, továbbá olyan képző-intézményekre,

amelyek a szakemberképzésben (sport, rehabilitáció, gyógypedagógia) részt vesznek. Jelenleg a képzésekre jellemző, hogy azok saját erőforrásból dolgoznak, nem egymásra épülők, hosszabb-rövidebb képzéseik vannak csak, specializációk- vagy ráképzések a jellemzőek. Hiányzik az egész képzés tekintetében a fejlesztés, nincs szó egységes szerkezet kidolgozásáról egy széles szakmai, társadalmi együttműködés keretében. Hazánkban a sport nem szabályozott szakma, így a fogyatékossgal élővel, parasportolókkal történő foglalkozás nem képesítéshez kötött. Így jelenleg a képzőintézmények a sportszövetségekkel, ernyőszervezetekkel együttműködve, de állami forrásra támaszkodva fejlesztettek.

A testnevelési játékok társadalmi beilleszkedésre gyakorolt hatását vizsgáltuk egy kutatásban.<sup>5</sup> A testnevelő tanároknak ebben a testnevelési órákon rendkívül nagy szerepük lehet. A testnevelési játékok általában jó légkörben zajlanak és fejlesztik nemcsak a testi képességeket, hanem az erkölcsi, pszichés, kognitív, szociális tulajdonságokat is. A szabályok a tanulást gátló akadályok legyőzésének megvalósítása érdekében könnyen alakíthatóak, adaptálhatóak a nevelési célokhoz és a körülményekhez egyaránt. Ezzel minden tanuló aktívan vehet részt együtt a játékban, melynek társadalmi értéke vitathatatlan. Oktatási módszertani javaslatainkkal a befogadó pedagógiai ismeretekhez kívántunk hozzájárulni. Integrációban részt vevő csoportoknak kínáltunk ötleteket testnevelési játékokra és azok levezetésére, amelyek a testnevelőtől nem kívánnak meg speciális ismereteket, csak adaptációs elvek alkalmazását. Nagyon fontos eleme a játékoknak például a csapatalakítás, állandó, vagy változó csapattagokkal, spontán (magában rejthet hátrányokat az amúgy is háttérben szoruló tanulókra), vagy irányított csapatalakítással.

### **Összegzés**

A sportolás mint eszköz elősegíti a mozgásbeli képességek javulását, az elfogadás és a változó körülményekhez való fogyatékossgal-specifikus alkalmazkodást is. A fogyatékos tanuló sporttevékenységének hatása integrálódik a szocializáció folyamatába. A sport hatással van az alapvető tartási

<sup>4</sup> Farkas J, Nagy D, Nagy J, Rostáné Kiss A, Sáringerné Szilárd Zs, Wisinger J 2013. *Hatástanulmány az adaptált testnevelés és adaptált fizikai aktivitás magyarországi bevezetéséhez Sportért és Ifjúságért Felelős Államtitkárság*. 2013. július. ÁROP-1.1.19/2012-0005 kódjelű projekt 35 o.

<sup>5</sup> Kovács K. – Sáringerné Szilárd Zs., 2010. *A társadalmi beilleszkedés lehetőségei testnevelési játékokkal*. VIII. Nemzetközi Tudományos Tantárgy-pedagógiai Konferencia, Baja. 2009. november 19-20. Eötvös József Főiskola, Baja. 573-576. o.



és mozgási formákra, cselekvésformákra, a mozgáskreativitás fejlődésére, a motoros képességekre (erő, gyorsaság, állóképesség, mozgáskoordináció és mozgáskészség javulása), az egészségmagatartás alakulására, a szocializációra, az emberi kapcsolatokra, a magatartás alakulására, a küzdőképességre, és befolyással van a személyiségfejlődésre.

Olykor a csökkent teljesítőképesség miatt speciálisabb és differenciáltabb mozgásformákra van szükség, mint az ép embertársaknak. Speciális ismeretekre, szakemberekkel konzultációkra van szükség, ha a fogyatékossgal élő ember szabadidős tevékenységét szervezzük. A közös munkával megismerhetjük a lehetőségeket, a korlátozó tényezőket és azokat a módszereket, megoldásmódokat, melyekkel ezek a tényezők áthidalhatók. A meglévő képességeket kell alapul venni, ehhez adaptálni a feladatokat, olykor kompenzációs mechanizmusokat kidolgozni. A mai társadalom felismerte, hogy a fogyatékossg nem betegség, hanem különleges élethelyzetként kell kezelni, ahol az embernek más, különleges szükségletei vannak, amelyek a személy élethelyzetéből adódnak.

#### Az értekezésben felhasznált irodalom

1. 1998. évi XXVI. törvény III. Fejezet, az esélyegyenlősítés célterületei. Oktatás, képzés. oft\_26\_1998\_tv\_100426.
2. A fogyatékossg bélyegének pszichodinamikája. (A gyógypedagógiai pszichológia elméleti problémái Szerk. Pálhegyi Ferenc NTK BP 1996. 79-86.
3. A fogyatékossg definíciója Európában – összehasonlító elemzés. Kiadva: ELTE, Bárczy Gusztáv Gyógypedagógiai Főiskolai Kar, Budapest, 2006.
4. A közoktatásról szóló 1993. LXXIX. tv. A szervátültetett emberek és a sport. Tanulmánykötet. Szerk: Székely György. 1-105. o.
5. Adaptált testnevelés és sport I. Szerk: Benczúr Miklósné: FONESZ 2003. 53-116. o. Adaptált testnevelés és sport II. Szerk: Benczúr Miklósné: FONESZ 2003. 186.o.
6. Ajánlások mozgáskorlátozott gyermekek kompetencia alapú fejlesztéséhez. Óvodai nevelés Írta és szerkesztette Dr. Bernolák Béláné sulNova Közoktatás-fejlesztési és Pedagógustovábbképzési Kht. Budapest, 2006.
7. Bánfalvy Csaba: Gyógypedagógiai szociológia 2. kiad. Budapest, ELTE GYFK 2002. Bass László (2004, szerk.) Jelentés a súlyosan-halmozott fogyatékos embereket nevelő családok életkörülményeiről. Budapest, Kéznevelési Alapítvány
8. Coalter, F.: A Wider Social Role for Sport: Who's Keeping Score? London: Routledge. 2007.
9. Collins, M.: Sport, physical activity and social exclusion. Journal of Sports Sciences 22(8), 2004.727-740.o.
10. da Cunha Furtado, O. L., Allums-Featherston, K., Lieberman, L. J., & Gutierrez, G. L. Inclusion and Integration through Adapted Physical Activity. Thematic Network Herman Van Cappennolle – Jean-Claude De Potter – Annelies Van Peterghem – Stefka Djjobova – Karen Wijns (Eds.): Educational and Social Integration of Persons with a Disability through Adapted Physical Activity. Erasmus. 2003. 148. o.
11. Mozgásra fel! Adaptált fizikai aktivitás sport-szemléletű rehabilitáció a fizioterápiában. EU Fogyatékkal élők sport általi esélyegyenlősége PHADRE Twinning Light Program 2004, október. Nyitott Könyvműhely Kiadó. 2005. 100.o.
12. Physical activity interventions for children and youth with visual impairments. Adapted Physical Activity Quarterly, 32(2). 2015. 156-173.
13. Hatos Gyula: Definícióik és változásaik In Dr.Radványi Katalin : Máské(p)p? szerk., Budapest, ELTE 2010.17-26.o.
14. [http://www.vgykeme.hu/jogszabalyok/eselyegyenlosegi\\_torveny.html](http://www.vgykeme.hu/jogszabalyok/eselyegyenlosegi_torveny.html) Pandula András, P.
15. Farkas Zsuzsa és Zsilinszky Gyula Tervezési Segédlet az akadálymentes épített környezet megvalósításához ÖTM Területfejlesztési és Építési Szakállamtitkárság, 2007. Sáringerné
16. Szilárd Zs: Mozgásos tevékenységek összetett képességfejlesztő hatása inkluzív óvodáskorú közösségben. Kiadó: Dr. Molnár Andrea, Ovi-Foci Közhasznú Alapítvány 2015. 50 o.
17. Transplantees and Sport. Monography. Compiled by Székely György. Hungarian Transplant Federation. 150. p.
18. Vasák Iván - Dénes József - Nádas Pál - Wisinger János-Székely György - Gruit Katalin: Fogyatékosok sportjának története. Gyermek- Ifjúsági és Sportminisztérium szakmai kiadványsorozata. 2003. 152.o.

19. Volt egyszer egy MÉF. Egy sportszövetség története. Szerkesztette: Gruitz Katalin. A Down Alapítvány és a MÉFS kiadásában. Budapest. 2005. 13-48.o.

#### Hivatkozott saját kutatásokkal kapcsolatos publikációk

1. Gál A, Dóczy T, Sáringerné Szilárd Zs. 2014: *A fizikai aktivitás és a sport magyarországi dimenzióinak feltárása. Társadalmi befogadás a sportban és a sport által (szociális inklúzió)*. Összegző tanulmány a TÁMOP 6.1.2/11 sz. c. projekt keretében végzett kutatás eredményeiről. 156 o.
2. Farkas J, Nagy D, Nagy J, Rostáné Kiss A, Sáringerné Szilárd Zs, Wisinger J 2013. *Hatástanulmány az adaptált testnevelés és adaptált fizikai aktivitás magyarországi Bevezetéséhez*. Sportért és Ifjúságért Felelős Államtitkárság. 2013. július. ÁROP-1.1.19/2012-0005 kódjelű projekt. 35 o.
3. Sáringerné Szilárd Zs. 2012. *A Wii játékkifejlesztő hatása az értelmi sérültek körében*. Gyógynevelési Szemle 2012/2. Szám
4. Sáringerné Szilárd Zs. – Nádasai Zs., 2010. *Sportjátékok személyiségfejlesztő hatása mozgássérült gyermekekre*. Iskolakultúra 2010/9. 34-42.o.
5. Sáringerné Szilárd Zs., 2010. *A mozgássérült gyermekek és a virtuális sport. A média hatása a gyermekekre és fiatalokra*. KOBÁK könyvsorozat. Gyermekmentő Szolgálat Magyar Egyesület 2010 7. Kötet 342-345.o.
6. A témával kapcsolatos saját kutatásaim
7. Sáringerné Szilárd Zs. 2007. *A diploma árávagy a leendő konduktorok fizikális állapota*. Sporttudományi Szemle 8. évf. 31. sz.2007/3. VI. Országos Sporttudományi Kongresszus program és előadás kivonat. 42. o. 134-139.o.
8. Zs. Saringer Szilard, 2009. *Wi(i)ning is easy! Would you have thought that a person with Cerebral Palsy could play tennis, golf, or box? Research in sport science*. Data2win Ltd. UK ISBN number 271-275 p.
9. Kovács K. – Sáringerné Szilárd Zs., 2010. *A társadalmi beilleszkedés lehetőségei testnevelési játékokkal*. VIII. Nemzetközi Tudományos Tantárgy-pedagógiai Konferencia, Baja. 2009. november 19-20. Eötvös József Főiskola, Baja. 573-576. o.
10. K. Kovács – Zs. Sáringerné Szilárd, 2009. *Student Teachers' Opinions of Educational Games*. Practice and Theory in Systems of Education 2009/3-4. szám. 71-76 p.
11. Sáringerné Szilárd Zs. – Nádasai Zs, 2010. *Wii, a virtuális sportjáték fejlesztő hatása mozgássérültek esetében*. Oktatás-informatika 2010.1-2. sz. 57-61.o.
12. Zs. Saringer Szilard – Zs. Nadasi – E. Bacskai, 2011. *The effect of physical activity on the psychological development of children with CP*. Kalokagathia 48.évf. 2/3.sz., p. 130-139.
13. Sáringerné Szilárd Zs. – Jeager P. – Pólya T, 2011. *Még több mozgással a számítógép előtt – a Wii konzoljáték hatása a túlsúlyos gyermekekre* Előtanulmány – Eger 2010. Sporttudományi Szemle .49.sz.2012/1. 36-40.o.
14. Sáringerné Dr. Szilárd Zs., 2011. *Konzoljátékkal a túlsúly ellen* Új Diéta 2011/3-4. 38-39.o.
15. K. Kovács – Zs. Sáringerné Szilárd. 2010. *Social Integration Through School game sin P.E. class*. Practice and Theory in Systems of Education, Volume 5 Number 4 2010 p. 353-358.
16. Pólya T. – Sáringerné Szilárd Zs.. 2012. *A videojátékok értékrendszer- és életmód-befolyásoló hatása. Túlsúlyos gyermek játéka Nintendo Wii-vel – egy előtanulmány tapasztalatai. A média hatása a gyermekekre és fiatalokra*. VI. KOBÁK könyvsorozat. Gyermekmentő Szolgálat Magyar Egyesület
17. Zs. Saringer Szilard – Zs. Nadasi – Jeffrey J. Martin, 2009. *Conductive Education using Wii Sport for Individuals with Disabilities* Palaestra Forum of Sport, Physical Education & Recreation For Those With Disabilities vol.26. No2 2012. p.33-35. www.palaestra.com
18. Sáringerné Szilárd Zs. 2013. *A konzoljáték tanulást segítő hatása alsó tagozatban - egy tanulmány eredményei*. Fejlesztő Pedagógia. 24. évf. 2013/1.41-46-o.
19. Pólya T. Sáringerné Szilárd Zs (2014): *A mozgásirányítós sportjátékok rendszeres használatának hatásai a pszichikus, antropometriai és szemléletbeli sajátosságokra, vizsgálat a tanulók körében*. Összegző tanulmány a TÁMOP-4.2.2.C-11/1/KONV-2012-0008 pályázat, 4. modul 4.1.2. modulelem projekt keretében végzett kutatás eredményeiről. 44 oldal.