



Mojca Doupona Topič

UVODNIK

Že Hipokrat je zapisal, da neaktivno telo počasneje raste, je bolj nagnjeno k boleznim in se hitreje stara. V Antični Grčiji so telesno neaktivnost torej povezovali z zdravstvenimi problemi. Šele sredi 20. stoletja pa se je začelo resneje – znanstveno – preučevati povezavo med telesno ne(aktivnostjo) in zdravjem. Znanstvena dognanja so prodrli tudi do ljudi in tako se v zadnjem desetletju v različnih družbenih segmentih opozarja na pomanjkanje telesne aktivnosti in s tem povezanimi zdravstvenimi problemi.



Športno aktivnost lahko proučujemo z več vidikov in zdravstveni vidik je le eden izmed mnogih. Je pa zagotovo najstarejši in tudi družbena relevantnost proučevanja športne aktivnosti z vidika zdravega prebivalstva je izredno visoka. Zdravi prebivalci so dejavnejši in kot taki učinkovitejše prispevajo k dobrobiti družbe. Družbi se torej »splača« investirati ter odpirati obširna poglavja teorij in raziskav o pozitivnih in negativnih učinkih športne rekreacije. Mnenja o tem, kaj športna rekreacija je, kdo so športno dejavni posamezniki in kako pomembna je športna dejavnost za posameznika in družbo, pa so deljena in tudi raziskovanja o tem se lotevamo na različne načine.

Na nedavni Evropski konferenci za sociologijo športa (maja 2010 v Portu na Portugalskem) smo se sestali raziskovalke in raziskovalci iz 23 evropskih držav in v eni najbolj obiskanih delavnic proučevali možnosti uporabe enotne metodologije za proučevanje športne aktivnosti v Evropi. Po zaključenem COM-PASS projektu, v katerem je sedem evropskih držav skušalo slediti skupni metodologiji ugotavljanja športne aktivnosti, je v Evropi nastala vrzel v tovrstnem raziskovanju. Edina medkulturno primerljiva študija v zadnjih letih je raziskava Eurobarometer, ki ima standardizirane merske postopke, vendar ne omogoča

ugotavljanja intenzivnosti in trajanja telesne aktivnosti. Zato so se raziskovalci na omenjenem kongresu dogovorili, da bo nizozemski Mulier Institut v prihodnjem letu koordiniral prizadevanja po enotnem proučevanju športne aktivnosti v Evropi.

Pri pojasnjevanju razlik v športni aktivnosti prebivalcev različnih evropskih držav je potrebno upoštevati, da se države med seboj razlikujejo po strukturi in kulturi ter da vsaka država razvija svoj športni sistem. Slovenija ima v proučevanju športne aktivnosti dolgo tradicijo (študije Slovenskega javnega mnenja segajo že v leto 1973), vendar se pristopi raziskovanja razlikujejo od tistih, ki jih uporabljajo npr. v skandinavskih državah. Predvsem nam ostajajo neodgovorjena vprašanja, kot so, »kaj pomeni redna športna aktivnost?«, »ali je dovolj, da je posameznik športno aktiven le enkrat v tednu, ali bi morala biti redna športna aktivnost obravnavana tako kot jo vidijo npr. Finci, ki menijo, da je redno aktiven posameznik tisti, ki vadi vsaj petkrat v tednu?«.

Za Slovenijo je značilno, da je način preživljanja prostega časa povezan s socialnoekonomskim položajem in življenjskim stilom. Med odločujočimi socialnoekonomskimi dejavniki so spol, starost, izobrazba in povprečni dohodek na člana gospodinjstva.

Kljub mnogim nerazrešenim temeljnim vprašanjem in neenotni metodologiji je raziskovalcem vseeno uspelo pokazati, da ekonomske in zdravstvene koristi za družbo so in da motivacija za ukvarjanje s športom pri posameznikih izhaja predvsem iz družbenega pomena, ki ga ima šport. Športna vadba je močno povezana tudi s starostjo prebivalstva. Staranje je neizbežno, vendar pa je to, kako se kdo biološko stara (hitreje ali počasneje), kako prenaša ali spreminja vsebino in življenjske navade iz leta v leto, odvisno od vsakega posameznika in spleta okoliščin okoli njega. Šport ne pomlajuje, vendar pa se mnogi procesi staranja pri redno športno aktivnih odvijajo mnogo počasneje kot pri športno neaktivnih. Zato so naporji za posameznikovo športno aktivnost v vseh obdobjih življenja vsekakor smiselni.

V vlogi širjenja novih idej bi lahko bili mediji bistvenega pomena, saj lahko spremembe v korist športne aktivnosti prebivalstva pospešujejo ali zavirajo. Pospešijo jih lahko predvsem z osveščanjem ljudi o pomenu in koristnosti športne vadbe, tako moških kot žensk.

Verjetno bo potrebno v prihodnosti posvetiti veliko energije v iskanje poti in aktivnosti, ki bi športno neaktivne na nek način pritegnile med športno aktivne. Pot je, kot kažejo predstavljeni rezultati študije Športno rekreativne dejavnosti, ki je predstavljena v prilogi tokratne revije Šport, pravilno naravnana. Seveda pa ob tem ne smemo zanemariti vseh tistih socialno-ekonomsko-demografskih dejavnikov, ki se bodo v prihodnje pri nas in v Evropi nasploh, še veliko hitreje spreminjali.

izr. prof. dr. Mojca Doupona Topič,
prof. šp. vzg., mag. med. prod.
Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, –
Katedra za sociologijo in zgodovino športa
e-naslov: mojca.doupona@fsp.uni-lj.si