

UTJECAJ VIRUSA COVID-19 NA SPORTSKE I REKREACIJSKE AKTIVNOSTI GRAĐANA

Istraživanje Ministarstva turizma i sporta



REPUBLIKA HRVATSKA
Ministarstvo
turizma i sporta

UVOD



Istraživanje

Tijekom rujna 2021. godine Ministarstvo turizma i sporta je u suradnji s Ipsosom provelo istraživanje na uzorku od 1000 ljudi među populacijom starijom od 16 godina, kako bi se utvrdio utjecaj pandemije na sportske i rekreacijske aktivnosti građana Hrvatske.

Sport i rekreativno bavljenje tjelesnim aktivnostima dokazano imaju veliki utjecaj na zdravlje i produktivnost građana, što je jedan od fokusa Vlade RH.



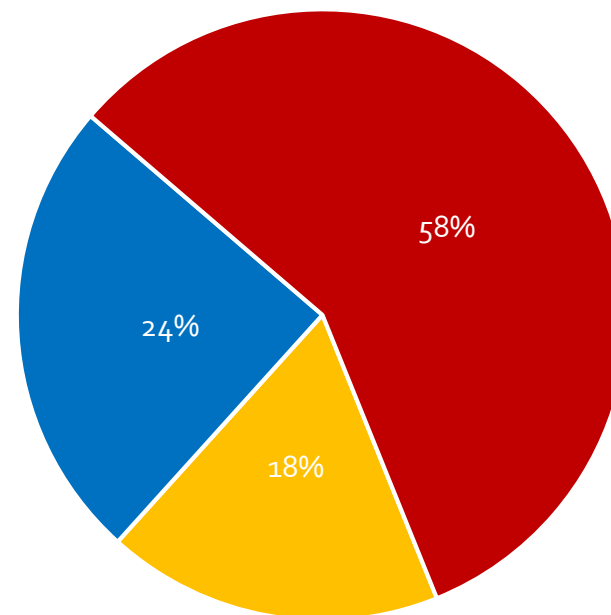
A high-angle photograph of a person kneeling on a light-colored wooden floor. The person is wearing a black top and light blue shorts. They are holding a black yoga mat that is partially unrolled. The text "KLJUČNI NALAZI" is overlaid in the center of the image in a bold, white, sans-serif font.

KLJUČNI NALAZI

**Gotovo 60%
građana se
ne bavi
tjelesnim
aktivnostima**

Alarmantni podaci ukazuju koliko su hrvatski građani neaktivni

Vježbate li? (sport, rekreativne aktivnosti, trčanje, planinarenje...)

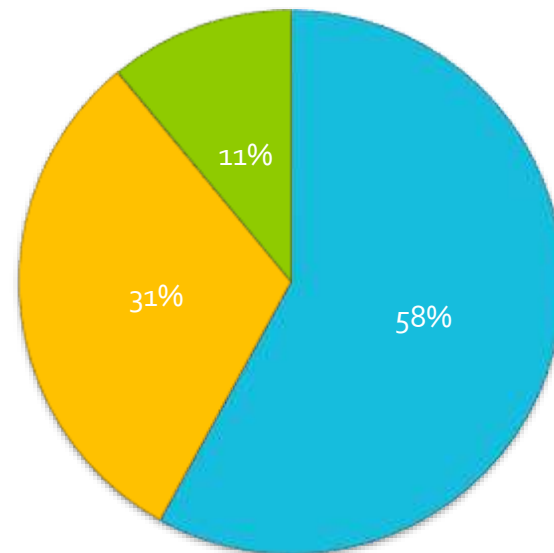


■ da, redovito ■ da, ponekad ■ ne, nikada

Kako je pandemija utjecala na bavljenje tjelesnom aktivnošću?

31% građana je smanjilo ili prestalo s tjelesnim aktivnostima tijekom pandemije, a 11% je povećalo fizičku aktivnost.

Sveukupno, pandemija je dovela do pada fizičke aktivnosti od 20% onih koji vježbaju.



- Navike nepromijenjene
- Smanjilo ili prestalo s fizičkom aktivnošću
- Započelo ili povećalo fizičku aktivnost

Aktivnost ovisno o dobi

Mladi
najaktivniji,
iznad 51 godine
najmanje aktivni

Rezultati pokazuju kako se **43% građana** starijih od 16 godina barem ponekad bavi sportskim ili rekreacijskim aktivnostima.

Najaktivniji su mladi do 30 godina, što je očekivano, ali je zabrinjavajuće da se **46% mladih do 20 godina zbog pandemije bavi sportom i tjelesnim aktivnostima manje nego prije**, što je povezano sa zatvaranjem škola i fakulteta tijekom *lockdowna*.

Bavljenje tjelesnim aktivnostima opada s godinama pa su tako građani iznad 51 godine starosti najmanje aktivni.

Visokoobrazovani su također u prosjeku aktivniji, kao i kućanstva s višim prihodima.

Motivi za vježbanje

Ovise o dobi,
djelomično
i o spolu



Muškarci se značajno češće od žena bave sportom kako bi osjetili duh natjecanja i sreli ljude drugih kultura.



Osobe u dobi od 15 do 20 značajno češće od prosjeka se bave fizičkom aktivnošću jer se žele zabaviti i biti s prijateljima.



U dobi od 21 do 30 značajno češće od ostalih žele poboljšati svoj izgled, kontrolirati težinu, poboljšati samopoštovanje i razviti nove vještine.



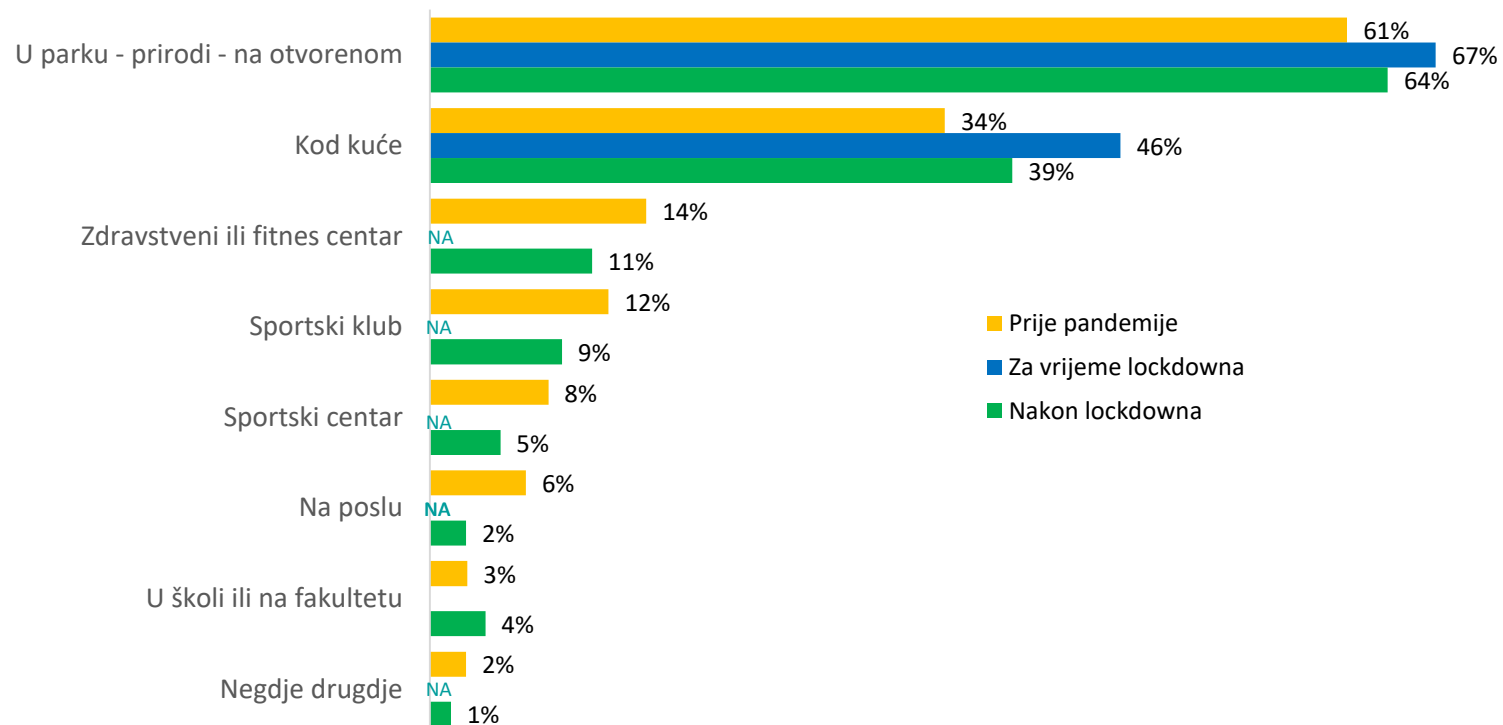
Stariji od 61 godine značajno češće navode sprječavanje učinaka starenja kao razlog za rekreaciju.

Mjesto za vježbanje

Priroda prvi izbor, potom vježbanje kod kuće

Parkovi i priroda bili su i ostali najpopularnija mjesta za rekreaciju.

Vježbanje kod kuće je drugi izbor, koji se popularizirao tijekom *lockdowna* - 46% ljudi koji su vježbali tijekom pandemije to su činili u svom domu, što je 12% više u odnosu na razdoblje prije.



A group of people are running on a paved path in a park. The scene is captured from a low angle, showing the runners' legs and feet. The runners are wearing various athletic gear, including black and grey shirts, leggings, and sneakers. The background features trees with autumn foliage and a white fence. The word "ZAKLJUČAK" is overlaid in large, white, sans-serif capital letters across the center of the image. The lighting is bright, suggesting a sunny day, and long shadows are cast on the ground.

ZAKLJUČAK

**Budimo
odgovorni
prema sebi –
krećimo se
više i čuvajmo
svoje zdravlje**

Pandemija je negativno utjecala na bavljenje građana tjelesnim aktivnostima, iako je rijetke i motivirala da vježbaju više.

Skoro 60% građana ne bavi se tjelesnim aktivnostima, što je zabrinjavajuće iz aspekta njihovog zdravlja, ali i posljedica koje takvo ponašanje ima za održivost zdravstvenog sustava i sveukupni proračun.

Redovito bavljenje tjelesnim aktivnostima ima dokazani pozitivan utjecaj na zdravlje ljudi, zato trebamo biti odgovorni prema sebi i više se kretati.

Tjelesnom aktivnosti se preveniraju zdravstveno rizična stanja te doprinosi održivom zdravstvu i zdravoj naciji.