

SPORT PANDÉMIA IDEJÉN



SZÁZADVÉG

SZÁZADVÉG KONJUNKTÚRAKUTATÓ ZRT.

2021

A Századvég 2017-ben vizsgálta a magyar felnőtt korú lakosság sportolási szokásait és az ezzel kapcsolatos attitűdöket. Ezt a felmérést 2020-ban megismételte, amelynek külön aktualitást adott az első vizsgálat óta eltelt idő mellett az azóta kialakult pandémiás helyzet. A kutatás célja a felnőtt korú magyar lakosság körében a sportolási szokások, attitűdök felmérése, különös tekintettel a koronavírus-járványra. A kutatásnak két fő célcsoportja volt, a rendszeresen sportolók és a rendszeres testmozgást nem végzők.

Leginkább arra voltunk kíváncsiak, hogy milyen motivációs tényezők húzódnak meg a sportolás háttérében; illetve, hogy milyen hatással volt a COVID-19 pandémia a korábbiakban mért sportolási szokásokra?

Sportolási tendenciák az Európai Unióban

Az Európai Bizottság 2018 márciusában közzétette felmérését az európaiak sportolási szokásairól.¹ A felmérés 2017 decemberére készült el és megállapította, hogy öt megkérdezett közül kettő, azaz a válaszadók 40 százaléka hetente legalább egyszer mozog vagy sportol, köztük 7 százalék rendszeresen (hetente legalább ötször). A válaszadók csaknem fele (46 százaléka) azonban soha nem edz, vagy sportol. A sportban való részvétel szintje 2013 óta nem változott lényegesen. A nem sportolók aránya 42 százalékról 46 százalékra nőtt. Ez a tendencia 2009 óta megfigyelhető.

Összességében az EU-ban a férfiak többet sportolnak, vagy folytatnak más fizikai tevékenységet, mint a nők. Ez a különbség különösen a 15-24 éves korosztályban mutatkozik meg, a fiatal férfiak nagyobb arányban rendszeresen edzenek, mozognak. A rendszeresen végzett mozgás az életkor előrehaladtával csökken. A sport és a fizikai aktivitás kevésbé elterjedt az alacsonyabb jövedelemmel rendelkező személyek körében is. Az OECD nemrégiben készített jelentése szerint szoros az összefüggés az alacsony jövedelem és a rossz egészségi állapot között. Ezt érdemes összevetni az Eurobarométer adataival, miszerint az alacsonyabb jövedelműek részvétele csekélyebb a sportban és a testmozgásban.²

¹ <https://ec.europa.eu/comfrontoffice/publicopinion/index.cfm/ResultDoc/download/DocumentKy/82432>

² <https://www.oecd.org/els/soc/cope-divide-europe-2017-background-report.pdf>

A rendszeresen, vagy bizonyos rendszerességgel sportolók a legmagasabb arányban Észak-Európában találhatóak: Finnországban (69 százalék), Svédországban (67 százalék) és Dániában (63 százalék). A legalacsonyabb az arány néhány déli országban: Bulgáriában, Görögországban és Portugáliában a válaszadók 68 százaléka soha nem mozog vagy sportol.

A COVID-19-pandémia hatása a sportra

A COVID-19-járvány nemcsak Európa gazdaságára, hanem a sportra is kedvezőtlen hatást gyakorolt. Számos fontos sportesemény elmaradt, de a szabadidősportok gyakorlásának szokásait is felborították a rendkívüli intézkedések.

E sorok megírásakor még egyáltalán nem beszélhetünk a járvány lefutásáról. Ezért még nehéz lenne megállapítani, hogy összességében mekkora károkat okozott a járvány a hazai sportban. Ugyanakkor a Pécsi Tudományegyetem tanulmánya³ arra hívta fel a figyelmet, hogy nemcsak a sportesemények elmaradása jellemzi a 2020. évi pandémiát, hanem a lakosság fizikai aktivitásának csökkenése is. Az egyetem munkatársai felmérték a korlátozási időszakra eső testmozgási szokásokat. Az eredmények alapján kijelentették, hogy a megváltozott feltételek jelentős hatást gyakoroltak a sportoló válaszadók szokásaira. Az általuk megkérdezettek közel kétharmada válaszolta azt, hogy a kijárási korlátozásokat megelőzően egyáltalán nem sportolt (64 százalék), amely arány jelentősen emelkedett a korlátozások időtartama során (78 százalék).

Fény derült arra is, hogy a sportágak népszerűsége nem változott, de a csapatban, közösségben, társsal űzhető sportokkal a lakosság szinte teljesen felhagyott. Ilyenek a küzdősportok, vagy a labdajátékok. Amit előszeretettel űztek, az a futás, a kerékpározás, a súlyzós vagy a zenés-táncos mozgásformák. Mindez a korlátozások hatásának tudható be.

³ Változások a magyar lakosság élet- és munkakörülményeiben kiemelten a fizikai aktivitás és a sportfogyasztási szokások vonatkozásában. Keresztmetszeti reprezentatív kutatás a COVID-19 magyarországi első hulláma során a kijárási korlátozások időszakában. Szerk.: Prof. Dr. Ács Pongrác. Pécs, 2020. 40-49. o. <https://www.etk.pte.hu/public/upload/files/efop362/acspogracs-covid19kutatasijelentés.pdf>

A visszaesés általános volt minden sportágnál, de az utóbbiaknál a visszaesés mértéke csekélyebbnek bizonyult. A sportolási helyszínek eloszlása is a korlátozásoknak megfelelő: leginkább otthon és a köztereken gyakorolták a megkérdezettek a preferált sportágakat, míg a munkahely, iskola, fitness-terem, sportegyesület, uszoda, sportcsarnok, továbbá az edzőterem, mint helyszín használata erősen visszaesett.

A kutatás kvalitatív szakaszában kiderült, hogy az interjúalanyok számára a szabadidősport pozitív konnotációjú tevékenység, feltöltődést, feszültséglevezetést jelent. Nem tartják szükségesnek a sporttehetség meglétét, sokkal inkább a belső motiváció és az érdeklődés kell hozzá.

A szabadidősportot a megkérdezettek elsősorban kedvtelésnek tartják, mely bármilyen formában bármekkora mértékben elérhető az egyén számára. A sportolás e formája mértékletesebb, nem kapcsolódik hozzá teljesítménykényszer, mindenkinek annyi, amennyi belefér számára és az idejébe, mely ugyanakkor az egészség megőrzésének fontos eleme. Kikapcsolódást, élvezetet nyújt az egyén számára.

A megkérdezettek úgy vélik, a jelenlegi korlátozások ellenére a rendszeresen sportolók és nem sportolók számára is vannak olyan szabadtéri alternatívák, ahova el tudnak járni szabadidejükben. Minden településnek vannak jellemző létesítményei, földrajzi jellegzetességei, ahol kikapcsolódhatnak, mozoghatnak az emberek. Például minden, a kutatásban résztvevő tapasztalata szerint van a lakóközösségben, vagy a közelben szabadidős sportpark.

A rendszeresen sportolók közül vannak, akik nem járnak ilyen jellegű közösségi helyekre sportolni, mivel vagy nem vonzó számukra a hely, vagy máshova, másmilyen keretek között járnak edzésekre. A rendszeresen nem sportolók az idő hiányára hivatkozva nem járnak a szabadidős sportparkokba. Azt azonban senki

sem vonja kétségbe, hogy a fejlesztések jók és mindenhol érzékelhetőek, sokkal több lehetőség van, mint korábban, rengeteg új park épült, illetve több sportolási célú terület felújításra került az utóbbi időszakban. A változásokat nem csak egyes települések szintjén, de országosan is érzékelik a résztvevők. Összességében javulást érzékelnek a megkérdezettek a szabadidős sportlétesítmények kapcsán.

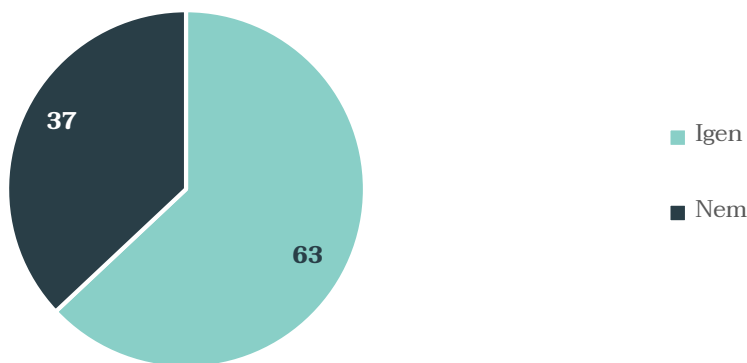
Az interjúkból leszűrhető az az általános vélemény, hogy a sport jó és szükséges mindenki számára, hozzátartozik az egészséges életmódhoz, ezt az egészségtudatos táplálkozás és a megfelelő regeneráció csupán kiegészítik. A kutatás alapján elmondható, hogy a legnagyobb motiváció az egyén számára egészségügyi kondícióval kapcsolatos.

Akik a vírus miatti korlátozásokból kifolyólag szüneteltetik jelenleg sporttevékenységüket, mindenképp szeretnék utána visszatérni a pályára, edzőtermekbe. Többen úgy érzékelik, hogy a sport nem fér bele a jelenlegi kijárási korlátozások időkeretébe, leszűkíti azt az időt, melyet a szabadban tölthetnek. Több résztvevő otthon nem szívesen sportol, inkább kiszabadulna az otthoni keretek közül. Akik továbbra is rendszeresen sportolnak, mennyiségében ugyanannyi sporttevékenységet végeznek, csak a tevékenység módja változott meg esetükben, azok, akik **eddig sem jártak, továbbra sem szeretnék edzőterembe járni, inkább szabadtéren végeznek sporttevékenységet. Az edzőtermet jellemzően jelenleg a túrázás és a biciklizés helyettesíti.** Többen úgy érzik, nehezebb megoldani a mozgást, lakásban beszűkültek a lehetőségek és elveszett a sportnak az örömteli, szórakozást nyújtó aspektusa.

Milyen arányban sportolnak a magyarok?

A magyar lakosság körében végzett reprezentatív felmérésünkből kiderült, hogy a válaszadók közel kétharmada (63 százaléka) rendszeres testmozgást végez, ezzel szemben 37 százalék nem végez ilyen jellegű (rendszeres) tevékenységet.

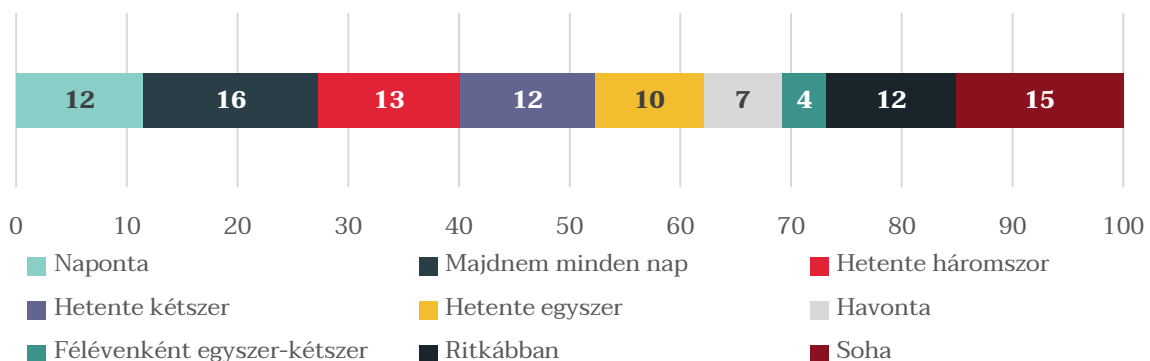
1. ÁBRA: VÉGEZ ÖN RENDSZERES TESTMOZGÁST? (GONDOLJON SPORTRA, SZABADIDŐS TEVÉKENYSÉGEKRE (TÚRA, KIRÁNDULÁS), ÉS A MUNKÁBA, VAGY ISKOLÁBA JÁRÁSRA (BICIKLI, ROLLER) EGYARÁNT. (%)



Forrás: Századvég

Kutatásunkban arra is kitértünk, hogy a megkérdezettek a pandémiát megelőző időszakban milyen gyakran sportoltak. **Ezzel kapcsolatban elmondható, hogy legnagyobb arányban (35 százalék) heti rendszerességgel sportoltak a válaszadók, ezt a minden nap (12 százalék), vagy majdnem minden nap (16 százalék) sportolók követték a 27 százalékos arányukkal.**

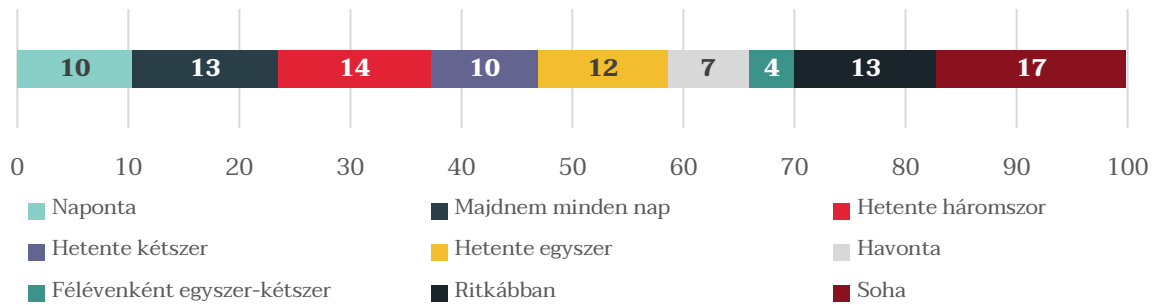
2. ÁBRA: A PANDÉMIÁS IDŐSZAKOT MEGELŐZŐEN MILYEN GYAKRAN SPORTOLT? (%)



Forrás: Századvég

Ezt követően kitértünk arra is, hogy a pandémia ideje alatt milyen rendszerességgel sportolnak a válaszadók. **Az adatokból jól látható, hogy a pandémia előtti mintázathoz képest jelentős változás nem következett be a vizsgált kérdésben. Alig pár százalékos elmozdulásokat látni, tehát csak minimálisan csökkent a sportolás intenzitása.**

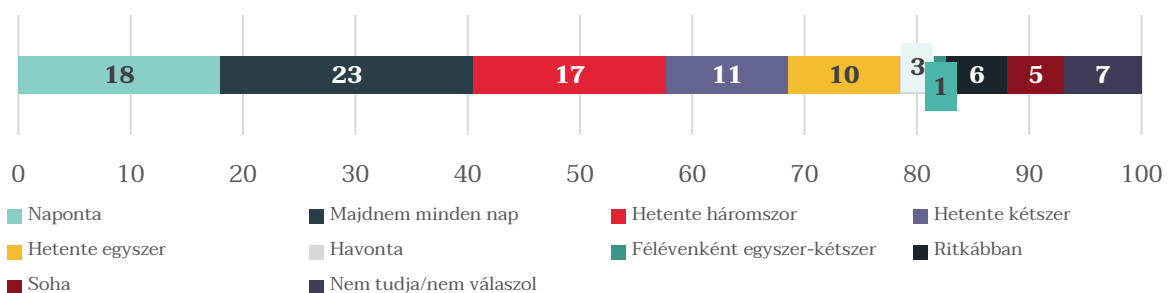
3. ÁBRA: MANAPSÁG MILYEN GYAKRAN SPORTOL? (%)



Forrás: Századvég

Azt is elemzésünk fókuszába emeltük, hogy ha a válaszadóknak minden körülménye adott volna a sportoláshoz, akkor milyen gyakran végeznének ilyen jellegű tevékenységet. **Látható, hogy 79 százalék legalább hetente egyszer sportolna, tehát magas aktivitást valószínűsítenek a megkérdezettek arra az esetre, ha minden tényező megfelelő volna hozzá.** Valamivel részletesebb bontásban elmondható, hogy 41 százalék minden nap, vagy majdnem minden nap sportolna elmondása szerint, míg heti rendszerességgel 38 százalék végezne testmozgást. Összességében magas aktivitási ráta látható, megjegyzendő ugyanakkor, hogy jelen adatsor csak a percepciót fedile.

4. ÁBRA: AMENNYIBEN MINDEN KÖRÜLMÉNY ADOTT VOLNA, MILYEN GYAKRAN SPORTOLNA? (%)

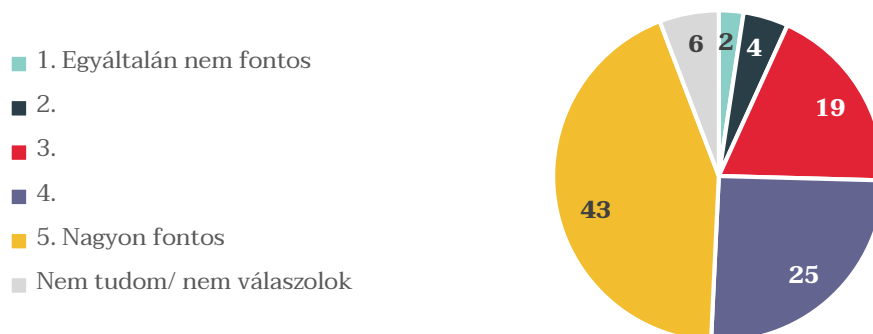


Forrás: Századvég

Mindezeket követően szeretnénk volna megvizsgálni azt is, hogy milyen, a sportoláshoz köthető attitűdökkel rendelkeznek a válaszadók. Először is azt kérdeztük meg, hogy a válaszadó mennyire tartja fontosnak a szabadidős sportolást, hogy egészséges életmódot élhessen. **Az eredmények szerint a válaszadók relatív többsége (43 százaléka) számára nagyon fontos, további negyede számára pedig inkább fontos. Pusztán a válaszadók 4 százaléka nyilatkozta azt, hogy inkább nem és 2 százaléka pedig, hogy egyáltalán nem fontos.**

Mindezeket túl egyrészt elmondható, hogy a nők és a magasabb végzettségűek számára fontosabb a szabadidős sportolás és az egészséges életmód, másrészt pedig igen erős kapcsolat van az attitűdök és a sportolás gyakorisága között. Vagyis, akik számára fontosabb a szabadidős sportolás az többet is sportol.

5. ÁBRA: MENNYIRE TARTJA FONTOSNAK A SZABADIDŐS SPORTOLÁST, HOGY EGÉSZSÉGES ÉLETMÓDOT ÉLHESSEN? (%)



Forrás: Századvég

Elmondható, hogy a fiatalkori sportolás szignifikánsan növeli annak az esélyét, hogy valaki később, idősebb korban is sportoljon. Mindazonáltal érdemes megjegyezni, hogy ez az összefüggés csak az egyáltalán nem vagy nagyon ritkán (legfeljebb félévente egyszer-kétszer) sportolókhöz képest jelent pozitív különbséget. Vagyis nincs jelentős különbség a naponta és havonta sportolók fiatalkori sportolási szokásai között, viszont a legalább havonta és ennél ritkábban sportolók között érdemi eltérések mutathatók ki.

6. ÁBRA: MIELŐTT BETÖLTÖTTE 18. ÉLETÉVÉT, HÁNY KÜLÖNBÖZŐ SPORTOT ŰZÖTT LEGALÁBB HETI GYAKORISÁGGAL A TESTNEVELÉS ÓRÁN KÍVÜL? (%)

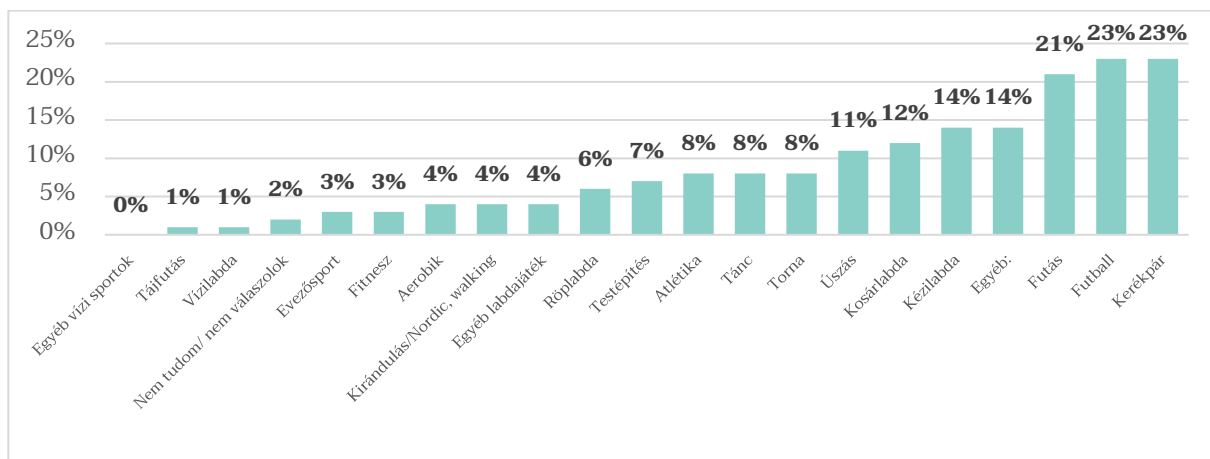


Forrás: Századvég

Ezt követően rákérdeztünk arra is, hogy konkrétan, melyek voltak a művelt sportágak. Az alábbi ábra alapján elmondható, hogy a legnépszerűbb sportok közé a kerékpár és a futball tartozik – ezek valamelyikét minden negyedik válaszadó végezte 18 éves kora előtt. Nem sokkal marad el ettől a futás sem, amelyet minden ötödik kitöltő választott. A népszerű sportok közé tartozik még a kézilabda, a kosárlabda, az úszás, a torna, a tánc és az atlétika is.

Mindezekon túl megállapítható az is, hogy míg az aerobik és a kézilabda jellemzően nők által végzett sporttevékenység volt, addig a futball és a testépítés esetén a férfiak a felülreprezentáltak. Ennél valamivel meglepőbb eredmény – hogy az életkori tendenciák alapján – a futás, a röplabda és a tánc népszerűsége nőtt, a kézilabdáé viszont némiképp csökkent.

7. ÁBRA: SPORTÁGAK NÉPSZERŰSÉGE A MAGYAR TÁRSADALOMBAN (%)



Forrás: Századvég

A kutatás alapján megállapítható, hogy a koronavírus-járványt megelőző időszakban leginkább heti rendszerességgel sportoltak a válaszadók, de a napi vagy azt megközelítő sportolás is relatíve gyakori volt, az adatokból az is jól látható, hogy a pandémia előtti mintázathoz képest jelentős változás nem következett be a vizsgált kérdésben. A rendszeresen sportolók motivációiban az egészség és a jó közérzet, az öröm és a fogyási vágy játssza a legfontosabb szerepet. A kerékpározás, futás és a torna fedik le legnagyobb arányban válaszadóink sporttevékenységét. Gyakrabban sportolnak azok is, akiknek valamelyik családtagja sportolt, akik fiatalabb korukban sportoltak, akik gyakrabban látogatnak sporteseményeket, illetve a magasabb végzettségűek és a fiatalabbak is. A sportolás magányos tevékenységnek tekinthető, csak egy kisebbség sportol csoportosan, s ha így is tesz, akkor barátokkal vagy párjukkal sportolnak a válaszadók.

Módszertan

A kutatás első szakaszában desk research keretében térképeztük fel a magyar lakosság szabadidősportokhoz való viszonyulását. Ennek során korábbi kutatásaink eredményeire támaszkodtunk, valamint online kereséses módszerrel kutattunk fel olyan szekunder forrásokat, melyek a globális sportolási szokások megértésében, jó gyakorlatok felkutatásában segítenek.

Ezt követően a lakosság körében a szabadidősportok iránti érdeklődés szintjét, a sport iránti attitűdöket, motivációkat széles körben, a magyar lakosságra reprezentatív, számítógéppel támogatott online megkérdezéses (CAWI – Computer Assisted Web Interviews) formában kutattuk. Annak érdekében, hogy kellő mértékben árnyaltan mutathassuk be az egyes szabadidősportokat, illetve az egészséggel kapcsolatos attitűdök egyes életszakaszok és szociodemográfiai csoportok közti eltéréseit, 1000 fős mintán 30 perces kérdőíveket kérdeztünk le és elemeztünk.

A lakossági lekérdezéssel párhuzamosan fókuszcsoportos interjúkat folytattunk le, melyek célja a két célcsoport témával kapcsolatos véleményének, szokásainak mélyebb megismerése.