**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976**



**ДОИ 10.1186/с12889-017-4970-8**

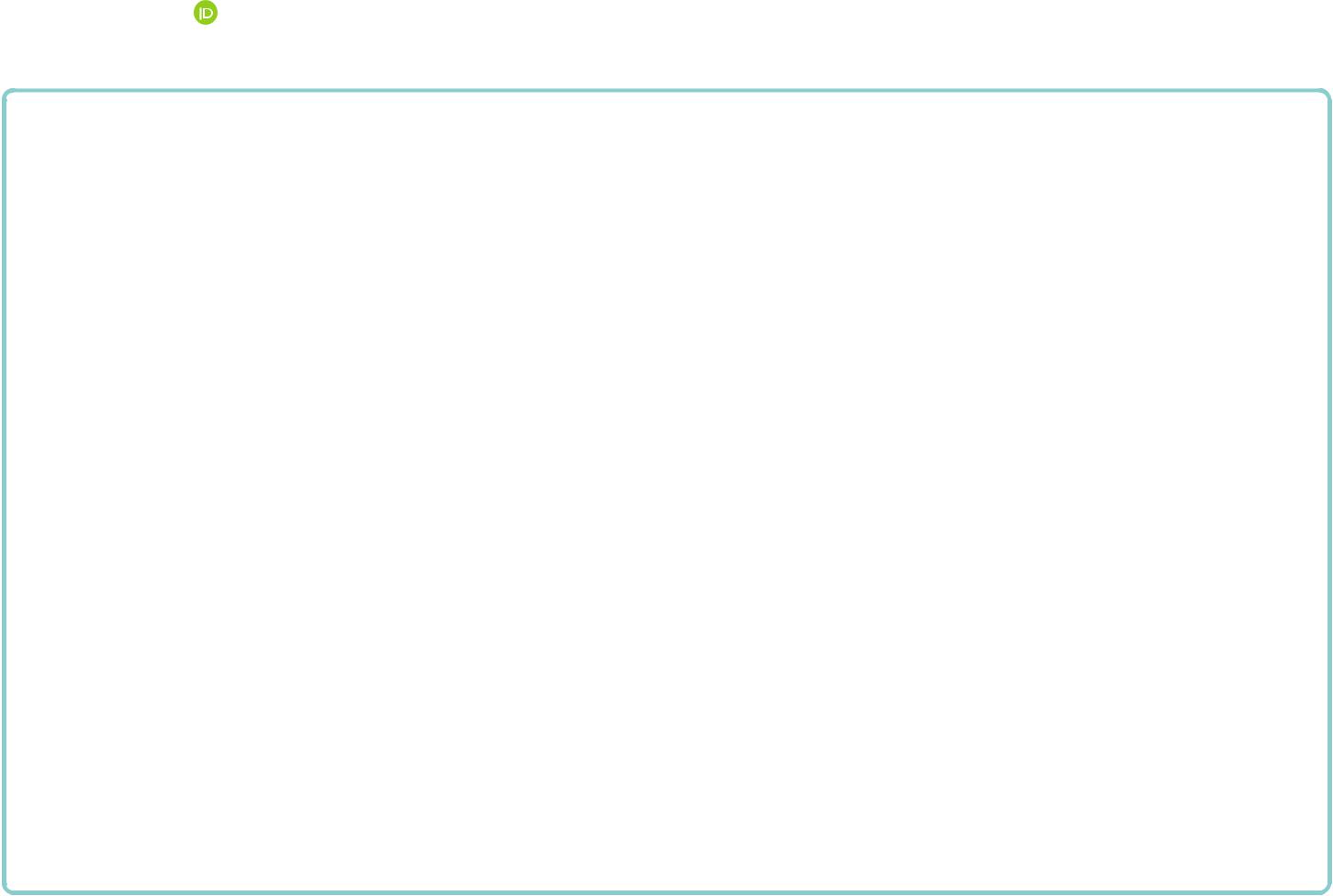


**ИСТРАЖИ ЧЛАНАК** **Отворен приступ**



**Спорт и старење: систематски преглед детерминанти и трендова бављења спортом за старије одрасле особе**

**Цлаире Р. Јенкин**[**1\***](http://orcid.org/0000-0002-8892-1511)**, Роцхелле М. Еиме1,2, Ханс Вестербеек1, Грант О'Сулливан1и Јанникуе ГЗ ван Уффелен1,3**



**Апстрактан**

**Позадина:Глобална популација стари. Како је старење често повезано са падом здравља, постоји потреба за даљим развојем превентивних здравствених мера. Физичка активност може позитивно утицати на здравље старијих особа (од 50 година и више). Претходна истраживања о односу између физичке активности и здравља старијих одраслих углавном су се фокусирала на физичку активност уопште, а не на специфичне врсте вежбања. Због друштвене природе спорта, може помоћи у побољшању физичког, менталног и социјалног здравља старијих особа. Спорт, као облик физичке активности, није широко истражен као могућност физичке активности за старије одрасле особе. Овај преглед је истовремено истраживао два истраживачка питања: детерминанте и трендове бављења спортом за старије одрасле особе у заједници.**

**Методе:У децембру 2015. спроведене су две паралелне систематске претраге девет електронских база података за два истраживачка питања. Укључене су квантитативне и квалитативне студије на енглеском језику које су дале специфичне резултате за учешће старијих одраслих у спорту у заједници и извршена је процена квалитета.**

**Резултати:Било је 10.171 студија које су првобитно идентификоване за прво истраживачко питање и 1992 студије за друго истраживачко питање. Ово је кулминирало у 18 односно 8 студија које су испуниле критеријуме за укључивање. Најчешће помињане детерминанте учешћа биле су здравље и коришћење спорта за преговарање о процесу старења. Најчешће помињани трендови бављења спортом били су ефекат историјског учешћа у спорту на тренутно учешће и учешће у спорту током читавог животног века. Главне теме за оба истраживачка питања имале су супротне резултате, на пример, бављење спортом може побољшати здравље, али лоше здравље је такође било ограничење бављења спортом.**

**Закључци:Овај преглед показује да су старије особе хетерогена старосна група и да им је стога потребна другачија стратегија од других старосних група да би се успешно бавили спортом. Препоручује се да се главни налази из овог прегледа инкорпорирају у специфичне стратегије за развијање спортских могућности за старије одрасле особе које одговарају узрасту, тако да се спорт може представити као одржива опција физичке активности за ову старосну групу.**

**Кључне речи:Старије особе, Учешће у спорту, Одреднице, Трендови**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Позадина** | | **болести** [**[3],**](#page18) **стога је редовна физичка активност важна за** |  |
| **Становништво широм света стари, а очекује се да ће** | | **здравље и квалитет живота старијих особа.** |  |
| **број људи старијих од 65 година ускоро бити већи од** | | **Здравствене користи физичке активности, посебно за** |  |
| **деце млађе од пет година [1]. Како људи старе,** [**већа**](#page18) **је** | | **старије одрасле особе, су свеобухватно истражене. За старије** |  |
| **вероватноћа да ће патити од лошег здравља,** | | **одрасле особе физичка активност може бити корисна за** |  |
| **укључујући хроничне** [**болести**](#page18) **[2]. Физичка неактивност** | | [**физичко**](#page18) **[4],** [**ментално**](#page18) **[5] и** [**социјално**](#page18) **[6] здравље. Поред** |  |
| **значајно доприноси развоју хроничне болести** | | **здравствених користи редовног учешћа, размотрени су и** |  |
|  |  | **други аспекти учешћа старијих особа. Претходни систематски** |  |
|  |  | **прегледи о физичкој активности у овој популацијској групи су** |  |
|  |  | **се, на пример, фокусирали на: ризике за физичко здравље** |  |
| **\* Преписка:цлаирејенкин**[**@хотмаил.цом**](mailto:clairejenkin@hotmail.com) | |  |
| **укључене у учешће [7], разлике** [**између**](#page18) **детерминанти физичке** |  |
| **1Институт за спорт, вежбање и активан живот (ИСЕАЛ), Универзитет** | |  |
| **активности и вежбања [8], да ли** |  |
| **Викторија, Мелбурн, ВИЦ 8001, Аустралија** | |  |
| **Комплетна листа информација о аутору доступна је на крају чланка** | |  |  |



* **Аутор(и). 2017Отворен приступОвај чланак се дистрибуира под условима међународне лиценце Цреативе Цоммонс Аттрибутион 4.0**



**(хттп://цреативецоммонс**[**.орг/лиценсес/би/4.0/), која дозвољава**](http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) **неограничену употребу, дистрибуцију и репродукцију на било ком медију, под условом да дате одговарајуће признање оригиналном аутору(има) и извору, наведите везу до Цреативе Цоммонс лиценце и назначите да ли су измене направљене. Одрицање од посвећености јавном домену Цреативе Цоммонс (хттп://цреативецоммонс.орг/** [**публицдомаин/зеро/1.0/) примењује се на податке који**](http://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/) **су доступни у овом чланку, осим ако није другачије наведено.**



**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** **Страна 2 од 20**

**старије одрасле особе испуњавају препоручене нивое учешћа у** [**физичкој**](#page18) **активности [9], здравствене** [**користи**](#page18) **[10], јаке друштвене мреже [11]**

* **ефекат физичке активности на** [**ублажавање**](#page18) **депресије код старијих особа [12]. Иако су здравствене предности генеричке физичке активности опсежно истражене за старије одрасле особе, мало је истраживања о спорту као облику физичке активности у слободно време за** [**ову групу**](#page18) **становништва. Ово** [**ограничено истраживање**](#page18) **се у великој** [**мери**](#page18) **фокусирало на учешће у спорту Мастерс/Сениор Гамес [13–19] или на специфичне спортове, као што су куглање [20], голф [21], карлинг [22] или лајфбол [23], а не на општи друштвени спорт. Како се детерминанте учешћа могу разликовати за различите облике вежбања [24], потребно је специфично истраживање за старије одрасле особе и опште учешће у спорту у заједници. У овом** [**прегледу**](#page18)**,**

**Извлачење користи од физичке активности може утицати на наставак учешћа. У спорту, постоји низ систематских прегледа који испитују концепт да је спорт користан за здравље млађих старосних група, [26–28], али не посебно за старије одрасле** [**особе,**](#page18) **које могу имати различите здравствене исходе. Стога, са очекиваним опадањем здравља старије популације, важно је истражити детерминанте покретања и наставка бављења спортом за старије одрасле особе, како би се диверзифицирале могућности физичке активности које су доступне овој старосној групи.**

**Важно је напоменути да је недавни преглед наративне литературе**

1. **су идентификовали да, иако могу постојати бројне психосоцијалне користи за неке старије одрасле особе које се баве спортом, спорт је вишеструки концепт и као такав, социо-културни контекст учешћа старијих одраслих у спорту треба узети у обзир. Овај тренутни систематски преглед има за циљ да на неколико начина надограђује знање прикупљено из овог наративног прегледа [29]. Прво, да се прошири обим за преглед студија које такође испитују учешће старијих особа у спортским клубовима у заједници, пошто се већина литературе у овом наративном прегледу односи на такмичарске догађаје великих размера, као што су Мастерс игре. Друго, гледати даље од искључиво субјективног значења у учешћу на било који утицај који може да одреди бављење спортом, као што су демографија и такође општи трендови у учешћу.**

**Спорт, као вид физичке активности у слободно време, добија све већи академски интерес за истраживање старења [29–31].** [**Спорт**](#page18) **се често бави у друштвеним спортским клубовима у Аустралији [32, 33], а с** [**обзиром на**](#page18) **друштвену природу клупског спорта, бављење спортом старијих одраслих може позитивно допринети њиховом физичком, менталном и социјалном здрављу. Међутим, мало старијих одраслих редовно учествује у организованом спорту [34],** [**стога**](#page18) **је потребан преглед литературе специфичне за учешће старијих у заједници у спорту да би се идентификовале потенцијалне детерминанте и трендови њиховог учешћа.**

**Овај систематски преглед је имао два истраживачка питања: 'Које су детерминанте бављења спортом за старије одрасле особе које живе у заједници?' и 'Какви су трендови учешћа у спорту за старије одрасле особе које живе у заједници?' Одлука да се обе ове области истраживања укључе у овај преглед заснована је на премиси да детерминанте могу утицати на обрасце бављења спортом било позитивно или негативно током животног века.**

**Методе**

**Стратегија претраге**

**Два истраживачка питања довела су до две претраге литературе које су спроведене паралелно, како би се идентификовали истраживачки чланци који испуњавају критеријуме за укључивање за свако од ових питања.**

**Претходно је идентификовано седам категорија**

**детерминанти (биолошке, психолошке, бихејвиоралне,**

**физичке, социо-културне**[**,**](#page18) **социоекономске и политичке) [35]**

**које могу утицати на учешће или неучешће и које су**

**коришћене у критеријумима за укључивање. Термин**

**'трендови учешћа' није посебно дефинисан у прегледаним**

**чланцима, тако да су за потребе овог прегледа трендови**

**дефинисани као нивои учешћа или учешће у животном току.**

**Како Еиме, Савиер, Харвеи, Цасеи, Вестербеек и Паине [36]**

**наводе, мера трендова учешћа у спорту је важна за низ**

**сектора укључујући спорт, рекреацију и здравље. Друге студије**

1. **су такође** [**истраживале**](#page18) **детерминанте бављења спортом, али не и за старије одрасле особе.**

**Термини за претрагу за прво истраживачко питање били су: [Спорт\* ИЛИ „учешће у спорту\*“] И [Одрасли\* ИЛИ „старија одрасла особа\*] И [Одредница\* ИЛИ разлог\* ИЛИ корист\* ИЛИ баријера\* ИЛИ вредност]. За друго истраживачко питање, термини за претрагу су били: Спорт\* ИЛИ „учешће у спорту“ И Одрасли\* ИЛИ „старија одрасла особа\* И Тренд\* ИЛИ животни ток. Симбол скраћивања (\*) је коришћен да би се осигурало да су све релевантне употребе ових термина за претрагу**

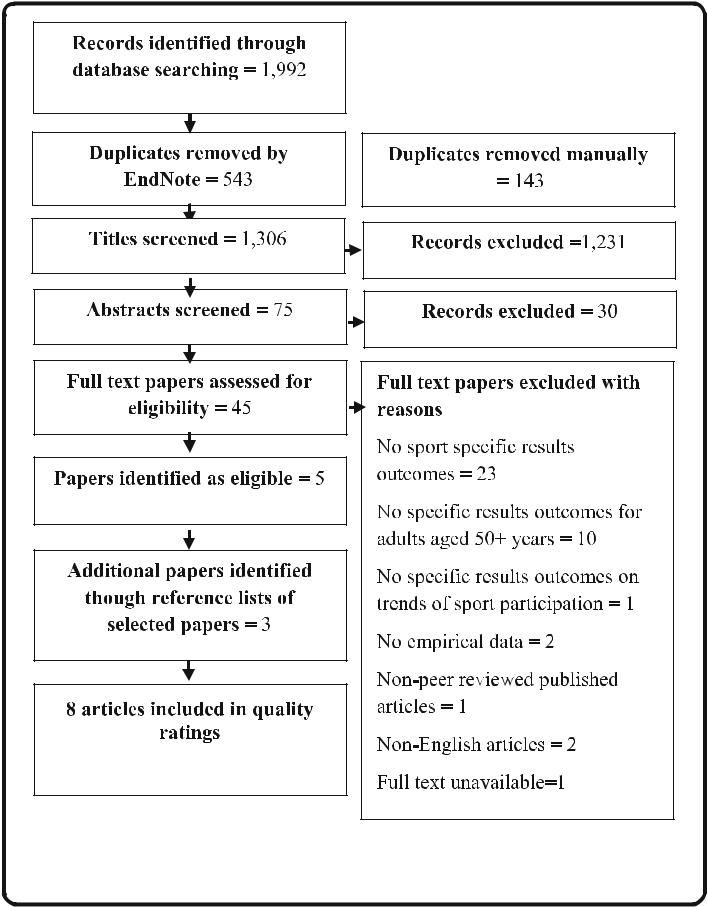
**укључене у претрагу.**

**Потпуна претрага базе података обављена је 17. децембра 2015. у девет електронских база података: ПубМед, Сцопус, Цоцхране, Кумулативни индекс сестринске и сродне здравствене литературе (Цинахл), СПОРТДисцус, АусСпортМед, ЕБСЦХОХост (укључујући Хеалтх Бусинесс Елите, Хеалтх Соурце-Цонсу) Интернатионал Цомплете, МЕДЛИНЕ са пуним текстом, ПсицАРТИЦЛЕС и ПсицИНФО, Информит), Псицхологи анд Бехавиорал Сциенцес, анд Хеалтх Цоллецтион. Претраге су такође биле ограничене на пуне чланке рецензиране на енглеском језику.**

**Критеријуми за избор**

* **складу са другим недавним истраживањима о старијим особама и спорту [31], чланци су укључени ако су постојали специфични подаци о учешћу у спорту код одраслих који живе у заједници старијих од 50 година (класификованих као старије одрасле особе у овој студији). Учешће у спорту је дефинисано коришћењем дефиниције Аустралијске комисије за спорт [25].** [**Укључене**](#page18) **студије су такође морале бити ограничене на старију заједницу-**

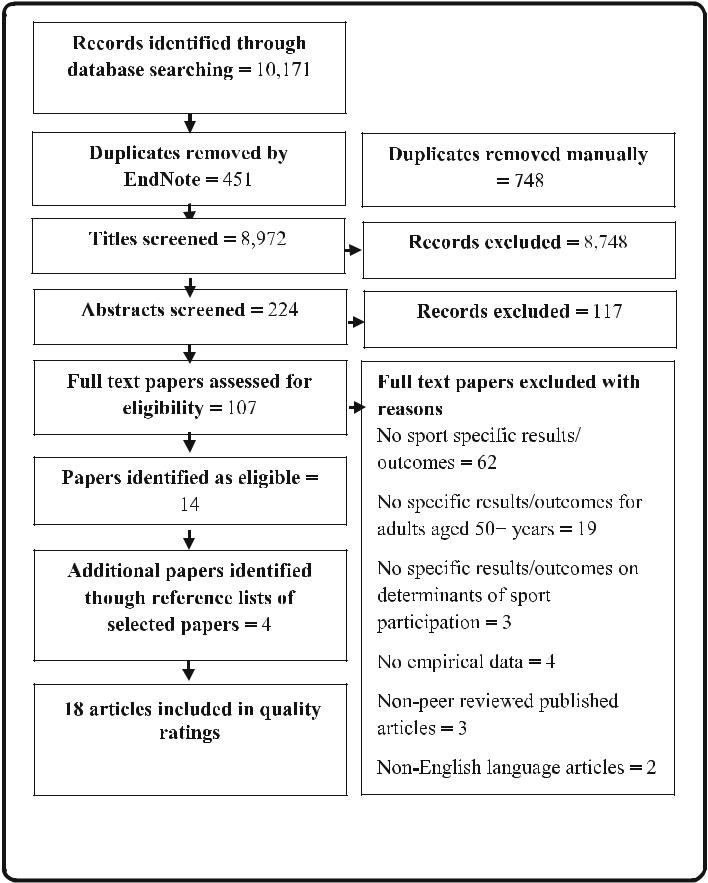
**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** **Страна 3 од 20**



**одрасле особе (на пример, не у установама као што су болнице). Штавише, укључене су студије које су биле емпиријски засноване (квантитативне или квалитативне) и објављене у стручним часописима. Чланци су искључени ако се ради о специфичним клиничким студијама или студијама популације инвалидности и/ или студијама оштећења или повреда. Ако су студије представљале јасне спортске резултате у апстракту, оне су биле укључене. Међутим, како се спорт често може дефинисати на различите начине и може се укључити као врста физичке активности или вежбе, студије у којима је било нејасно да ли је било специфичних спортских резултата у апстрактној фази пренешене су на пуну фазу рада за преглед.**

**Процес претраге**

**Називе студија прегледао је један истраживач. Апстракте су затим прегледала два истраживача како би се уверили да испуњавају критеријуме за укључивање. Следећа фаза је укључивала два истраживача који су прегледали цео текст чланака како би утврдили да ли испуњавају критеријуме за укључивање. Референтне листе укључених чланака у пуном тексту су затим проверене за додатне релевантне чланке, које су такође прегледала два истраживача ради укључивања. Између ова два истраживача расправљало се и решавало несугласице у вези са уврштавањем чланака. Види сл. 1** [**и**](#page18) **2 за** [**све**](#page18) **детаље овог процеса.**



**Фиг. 1Процес претраге Које су детерминанте бављења спортом за старије одрасле особе које живе у заједници?**

**Слика 2Процес претраге: Који су трендови бављења спортом за старије одрасле особе у заједници?**

**Анализа студија**

**Када су укључени, чланци су тематски анализирани како би се изнели главни налази из сваког чланка који су били релевантни за истраживачко питање.**

**Оцена квалитета**

**Листа за оцењивање квалитета коју су израдили Кмет, Лее и** [**Цоок**](#page18) **[38] одабрана је за процес оцењивања квалитета, пошто је погодна и за квантитативне и за квалитативне студије. Ова листа је опширно цитирана и коришћена у бројним систематским прегледима мешовитих** [**метода**](#page18) **[39–41].**

**Систем оцењивања квалитета** [**[38]**](#page18) **укључивао је 14 ставки за процену квалитета за квантитативне студије и 10 ставки за квалитативне студије. Ставке за квантитативне студије покривале су одговарајући дизајн и методологију истраживања, довољно одговарајућу анализу података и контролу збуњујућих фактора. Ставке за квалитативне студије покривале су јасно истраживачко питање и контекст, коришћење теоријског оквира, систематско прикупљање и анализу података и разматрање рефлексивности.**

**Опције одговора (и оцена) за сваку ставку оцене квалитета за оба дизајна истраживања биле су „да“ (2), „делимичан“ (1) или „**[**не**](#page18)**“ (0) [38]. За квантитативне студије, такође је коришћен резултат „није применљиво“ (Н/А). Постојале су три фазе за израчунавање укупног резултата. Прво, укупан могући резултат био је 28 минус (број Н/А ×2). Тада је укупан резултат био (број 'да' ×2) плус (број 'делимичних' ×1). Не**

**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** **Страна 4 од 20**

**применљиви делови су искључени из укупног резултата. Стога је збирни резултат израчунат укупним резултатом подељеним са укупним могућим резултатом. Коначни резултат за сваку квалитативну студију израчунат је на следећи начин: Укупан збир једнак (број 'да' ×2) плус (број 'делимичних' ×1) подељен са укупним могућим збиром од 20. Неприменљива опција није**

**Холандија [47], Нови Зеланд [19],** [**Шкотска**](#page18) **[48], Јужна Кореја [49] и** [**Шведска**](#page18) **[50]. Било је** [**13**](#page18) **студија које су се фокусирале на старију старосну групу одраслих, док су три студије биле неспецифичне за старије одрасле особе, али су пријавиле податке специфичне за узраст. Детаљи студија укључених у овај одељак могу се наћи у табели 1.**

**била доступна за квалитативни резултат [38].**

**Два истраживача су независно извршила оцењивање**

**квалитета у пилоту од четири студије (две квантитативне и**

**две квалитативне) због строгости. Ови истраживачи су**

**затим дискутовали и решили сва неслагања пре него што**

**су независно предузели оцене квалитета за преостале**

**студије. Каппа скор је израчунат као индикација слагања**

**између рецензената, а затим су све разлике у оценама за**

**преостале студије дискутоване и решене. Чланци су**

**класификовани на основу максималне оцене од 1,0, са**

**Оцене квалитета су се кретале од 0,55 до 1. Већина чланака је оцењена као јаки чланци (н =10), са шест као умереним и два као слабим. Каппа скор поузданости међу оцењивачима био је 0,66 (п <0,001) 95% ЦИ (0,38, 0,94), што је класификовано као суштински споразум [51]** [**између**](#page18) **два рецензента. Седам главних тема произашло је из ових 18 чланака, као и неколико подтема, као што је приказано у наставку. Ове теме су представљене редоследом од најчешће до најмање често помињаних у укљученим чланцима са прегледом датим у табели 2.**

**јаким чланцима категорисаним као >0,8, умереним (0,61–**

**0,8) или слабим (<0,6), на основу категорија које користе**

**Одреднице здравља**

**Хенри, Кајл, Бхандари, Чисхолм, Грифитс и Бунди [ 42]. Иако су Хенри и др**[**.**](#page18) **[42] користио је измењену** [**верзију**](#page18) **Кметовог и других [38] система** [**оцењивања**](#page18) **квалитета, ове категорије су коришћене јер су најтачније одражавале мишљење аутора о квалитету чланака. Оцена за сваки**

**Здравље је најчешће пријављивана одредница за учешће старијих у спорту, а постојале су две супротне подтеме: здравље као позитиван исход бављења спортом; и физичко здравље као ограничење за бављење спортом.**

**чланак је дата у табелама 1 (за претрагу 1) и 3 (за претрагу**

**2) у одељку Резултати.**

**Резултати**

**Укупно, 10.171 студија је првобитно идентификована за**

**прво истраживачко питање и 1992 студије за друго**

**истраживачко питање. Било је 18 студија у вези са првим**

**истраживачким питањем и осам студија у вези са другим**

**истраживачким питањем које су укључене у завршни**

**преглед. Ове ниске стопе укључености биле су због**

**бројних студија које или нису јасно дефинисале спорт или**

**Било је шест студија (једна квантитативна и пет квалитативних) које су откриле да је побољшање здравља позитиван исход бављења спортом. Ови чланци наводе да су учесници у спортским такмичењима Мастерс/Сениор Гамес [13, 15], као и у друштвеним** [**спортским**](#page18) **клубовима [16, 21, 22, 49] сматрали да је** [**учешће у спорту**](#page18) **помогло њиховом физичком [13, 15, 16, 21, 22, 49], ментално или** [**психолошко [13, 16,**](#page18) **21, 22, 49] и/или социјално [13, 15,** [**16,**](#page18) **21, 49]** [**здравље**](#page18)**. Међутим,** [**постојале су**](#page18) **три** [**студије (**](#page18)**две квантитативне и једна квалитативна) које су известиле да лоше физичко здравље ограничава способност старијих одраслих да се баве спортом [16, 23, 45].**

**нису дале конкретне резултате за бављење спортом.**

**Детаљи овог процеса могу се** [**наћи**](#page18) **на сл. 1 и 2**

**респективно. Теме које су произашле из квантитативних и**

**квалитативних студија представљене су истовремено у**

[**конвергентном**](#page18) **стилу [43] у овом прегледу.**

**Одреднице бављења спортом за старије одрасле особе**

**које живе у заједници**

**Било је више квалитативних студија (н =10) него**

**квантитативно (н =8) студије. Већина квантитативних**

**студија је била попречног пресека (н =5), са три**

**лонгитудиналне студије. Већина квалитативних студија**

**били су интервјуи (н =6), плус две студије које су користиле**

**и етнографске и интервјуе, једна која је користила фото**

**елицитацију и интервјуе и једна студија која је користила**

**Преговарање о процесу старења кроз спорт**

**Преговарање о процесу старења кроз спорт била је**

**следећа најчешће спомињана тема, која је истакнута само**

**у квалитативним студијама. Ова тема је такође имала две**

**подтеме: дискурс позитивног старења; и преговарање о**

**негативним стереотипима старења.**

**О развоју дискурса позитивног старења кроз спорт**

**расправљали су учесници у многим различитим студијама**

**[13, 14, 16, 17, 21, 50]. На** [**пример**](#page18)**, старије особе су ојачале**

**свој друштвени идентитет кроз учешће у спорту [16],**

[**користиле**](#page18) **спорт да се разликују од неактивних старијих**

**одраслих особа [17] или су користиле спорт као механизам**

**за трансформацију свог идентитета из старије одрасле**

**особе у такмичарског спортисте**[**.**](#page18) **[17].**

**фотоглас и методологију истраживања интервјуа. Распон учесника у укљученим студијама био је од шест до 22.050. Већина студија је** [**спроведена**](#page18) **у** [**Аустралији (**](#page18)**н =5) [13, 14, 20, 23, 44] и САД** [**(н**](#page18) **=5) [15–18, 21], са једном студијом спроведеном у** [**Канади**](#page18) **[22],** [**Енглеској**](#page18) **[45], Немачкој [46],**

**Две студије су известиле да су учесници користили спорт да преговарају о негативним стереотипима старења** [**[13,**](#page18) **17]. У једној студији, учесници су славили да њихово понашање доводи у питање норме које одговарају узрасту и да су се одвојили од стереотипа о старости [13]. У** [**наставку**](#page18)**,**

**Табела 1Студије које истражују детерминанте бављења спортом за старије одрасле особе које живе у заједници**



|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Реф & Година** | **Дизајн\*** | **Метод** | **Узорак** | **Држава** | **Старост** | **Кохорта** | **секс\*\* Циљ (као што је објављено** | **спорт и/** | **Спорт\*\*\*** | **Тхеори** | **Кључни налази)** | **Оцена квалитета** |  |
|  |  |  |  | **(н)** |  | **(год.)** |  | **од аутора)** | **или ПА\*\*\*\*** |  |  |  | **(од 1.0)\*\*\*\*\*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **[45] (2010)** | **Куант** | **Крст-** | **2111** | **Енглеска** | **60–69** | **Заједница** | **М&Ф Испитајте** | **ПА и спорт** | **Генерал** |  | **- Укључене баријере** | **0,85** |  |
|  |  |  | **секциони** |  |  |  | **место становања** | **разлози за** |  | **спортске** |  | **запослење, недостатак** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **одрасли** | **опадање физичких** |  |  |  | **слободно време, физичко** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **активност** |  |  |  | **ограничења и сиромашних** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **здравље** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Било је мало разлика** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **у учешћу у спорту** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **између запослених и** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **пензионисане старије одрасле** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **особе, што сугерише запослење** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **а недостатак слободног** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **времена можда није а** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **одредница од** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће.** |  |  |
|  | **[44] (2011)** | **Куант** | **Крст-** | **22,050** | **Аустралија** | **> 65** | **Заједница** | **М&Ф Карактеризирајте** | **ПА и спорт** | **Генерал** |  | **- Старије особе ће се чешће бавити** | **1** |  |
|  |  |  | **секциони** |  |  |  | **место становања** | **врсте слободног времена** |  | **спортске** |  | **организованим активностима него** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **одрасли** | **време физички** |  |  |  | **неорганизованим активностима,** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **активност у старијим** |  |  |  | **као што су часови физичке** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Аустралијанци** |  |  |  | **активности, а не спортом)** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Већина активности** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **предузете су аеробне врсте** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **активности, као што су** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **пливање, голф, бициклизам,** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **рекет лопта и веслање** |  |  |
|  | **[13] (2006)** | **Куал** | **Интервјуи** | **28** | **Аустралија** | **60–89** | **Мастерс** | **М&Ф Истражите** | **Спорт** | **Генерал** | **Пошта-** | **- Учесници су веровали** | **0,75** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **спортисти** | **мотиви и** |  | **спортске** | **структуралне** | **да се баве** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **искуства о** |  |  |  | **такмичарским спортом** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Аустралиан Мастерс** |  |  |  | **продужили своју физичку** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Спортисти игара** |  |  |  | **спремност, социјално** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **здравље и психичко здравље.** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Учесници су прославили** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **то својим понашањем** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **изазовне године-** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **одговарајуће норме и** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **дистанцирали се од** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **старачког стереотипа** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Отпор према старењу** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **тела био је повезан са** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **личним осећањима** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **оснаживање. Међутим** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учесници нису** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **порицали да стари,** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **али су желели да** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **уживају у спорту што** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **дуже могу** |  |  |
|  | **[23] (2009)** | **Куант** | **Уздужно** | **284** | **Аустралија** | **40–96** | **Лифебалл** | **М&Ф Опишите и** | **Спорт** | **Лифебалл\*\*\*\*\*\*** |  | **Лифебалл се допао онима** | **0.8** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **чланови/** | **испитати** |  |  |  | **који су већ били активни, али** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **бивши чланови** | **демографске и** |  |  |  | **је главни разлог за то било** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **повезане са здрављем** |  |  |  | **лоше здравље** |  |  |



|  |
| --- |
| **Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** |

|  |
| --- |
| **Страна 5 од 20** |

**Табела 1Студије које истражују детерминанте бављења спортом за старије одрасле особе које живе у заједници (наставак)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Реф & Година** | **Дизајн\*** | **Метод** | **Узорак** | **Држава** | **Старост** | **Кохорта** | **секс\*\* Циљ (као што је објављено** | **спорт и/** | **Спорт\*\*\*** | **Тхеори** | **Кључни налази)** | **Оцена квалитета** |
|  |  |  | **(н)** |  | **(год.)** |  | **од аутора)** | **или ПА\*\*\*\*** |  |  |  | **(од 1.0)\*\*\*\*\*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **карактеристике од** |  |  |  | **престанак играња** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Лифебалл играчи и** |  |  |  | **Лифебалл.** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **како ови утичу** |  |  |  | **Учесници који су имали** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **наставак у** |  |  |  | **наставили да играју Лајфбол 12** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Спорт** |  |  |  | **месеци након почетка, имали су** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **већу вероватноћу да ће пријавити** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **боље перцепције** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **користи од социјализације,** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **али квантитативни подаци** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **нису показали промене у** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **нивоу физичке активности,** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **здравственом стању и** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **квалитету живота** |  |
| **[50] (2012)** | **Куал** | **Интервјуи** | **22** | **Сведен** | **66–90** | **Активни спортови** | **М&Ф Како спорт може** | **Спорт** | **Генерал** | **Гроундед** | **- Учесници су користили** | **0,75** |
|  |  |  |  |  |  | **људи** | **утичу на старе одрасле** |  | **спортске** | **теорија** | **спорт да задрже свој** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **процеси од** |  |  |  | **'старост изгледа', односно** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **смисла** |  |  |  | **задрже тежину, као начин** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **о старости** |  |  |  | **да контролишу старење** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **процес** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Учесници су користили** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **спорт као начин вредновања** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **и разумевања старог** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **старости, то је разумевање** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **како њихова физичка** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **способности су биле** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **смањујући се кроз** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учествовање у спорту. Познато** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **као "доб способности".** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Мушкарци одмерени** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **способност старија више** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **квантитативно него** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **жене (преко резултата** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **конкуренције), и** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **доживљавао старење као** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **негативан концепт** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Жене су прихватиле свој** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **физички пад, али старење** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **виде као позитивнији** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **процес, где су** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **могао да се осећа оснаженим** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **и постао би** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **инспиративан за друге** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Жене** |  |
| **[19] (2001)** | **Куал** | **Интервјуи** | **15** | **Нова** | **71–78** | **мајстори** | **М&Ф Испитајте** | **ПА и спорт** | **Генерал** |  | **- Одговарајући ниво** | **0.5** |
|  |  |  |  | **Зеаланд** |  | **Игре** | **веровања о** |  | **спортске** |  | **конкуренције и** |  |
|  |  |  |  |  |  | **учесника** | **улога и значење** |  |  |  | **правичности сматрани су** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **физичке активности** |  |  |  | **важним за вредновање и** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **у каснијем животу** |  |  |  | **уживање у укључености** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Док учесници** |  |



**напустио спорт у року**

**од неколико година**

|  |
| --- |
| **Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** |

|  |
| --- |
| **Страна 6 од 20** |

**Табела 1Студије које истражују детерминанте бављења спортом за старије одрасле особе које живе у заједници (наставак)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Реф & Година** | **Дизајн\*** | **Метод** | **Узорак** | **Држава** | **Старост** | **Кохорта** | **секс\*\*** | **Циљ (као што је објављено** | **спорт и/** | **Спорт\*\*\*** | **Тхеори** | **Кључни налази)** | **Оцена квалитета** |
|  |  |  | **(н)** |  | **(год.)** |  |  | **од аутора)** | **или ПА\*\*\*\*** |  |  |  | **(од 1.0)\*\*\*\*\*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **напуштајући школу, они** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **поново почео да се игра,** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **било неформално или у организованој** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **конкуренцији, у својим средњим 50-им** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **или раним 60-им** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Учесници углавном** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учествовао у тиму** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **спортом у младости, али** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **сада је учествовао у** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **индивидуални спортови** |  |
| **[15] (2012)** | **Куант** | **Крст-** | **408** | **сад** | **55–94** | **Сениор Гамес'** | **М&Ф Описују** | | **ПА и спорт** | **Генерал** |  | **- Учествујем у Нортх** | **0.9** |
|  |  | **секциони** |  |  |  | **учесника** |  | **понашања,** |  | **спортске** |  | **Царолина Сениор** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **важности** |  |  |  | **Игре направљене а** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **разлози за** |  |  |  | **допринос** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће и** |  |  |  | **физички и друштвени** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **перципирано** |  |  |  | **ангажман учесника, за** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **исходи** |  |  |  | **пример да сте физички** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **повезан са** |  |  |  | **активни и друштвено** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Северној Каролини** |  |  |  | **у интеракцији са њиховим** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Сениор Гамес** |  |  |  | **вршњаци** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Конкуренција је била** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **важни за учеснике, али не** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **толико важни као** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **друштвени разлози** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Како су Игре биле структурисане** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **током целе године** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **програма, ово је омогућило** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учесницима да буду** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **активнији током целог** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **године. Такође, мање** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **образовани учесници (средње** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **школе или нижи) су видели** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **друштвене одреднице** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће као више** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **важнији од виших** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **образованих учесника** |  |
| **[16] (2013)** | **Куал** | **Интервјуи** | **10** | **сад** | **52–71** | **Сениор Гамес'** | **М&Ф Испитајте** | | **Спорт** | **Генерал** | **Озбиљно** | **- Учесници су изразили** | **0,65** |
|  |  |  |  |  |  | **учесника** |  | **доживљај нечега** |  | **спортске** | **Слободно време** | **потребу да истрају кроз** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **старије особе** |  |  | **перспектива** | **повреде и болести, јер су** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **учествујући у** |  |  |  | **очекивали позитивне** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **озбиљну доколицу да** |  |  |  | **исходе, као нпр.** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **одредити како** |  |  |  | **успех у тренингу или да обезбеди** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **ово искуство** |  |  |  | **финансијску стабилност (кроз победе** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **доприноси** |  |  |  | **у тркама)** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **успешно старење** |  |  |  | **- Укључене су** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **предности учешћа** |  |



**физичких и друштвених**

**бенефиције, као што је**

**друштвено умрежавање/развој**

**пријатељства, физичка**

**фитнес, побољшано само-**

|  |
| --- |
| **Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** |

|  |
| --- |
| **Страна 7 од 20** |

**Табела 1Студије које истражују детерминанте бављења спортом за старије одрасле особе које живе у заједници (наставак)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Реф & Година** | **Дизајн\*** | **Метод** | **Узорак** | **Држава** | **Старост** | **Кохорта** | **секс\*\* Циљ (као што је објављено** | | **спорт и/** | **Спорт\*\*\*** | **Тхеори** | **Кључни налази)** | **Оцена квалитета** |
|  |  |  | **(н)** |  | **(год.)** |  |  | **од аутора)** | **или ПА\*\*\*\*** |  |  |  | **(од 1.0)\*\*\*\*\*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **слику и забаву, од** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **њиховог учешћа.** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Учесници имају** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **развила специјализовану** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **базу знања о томе како се** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **бавити спортом и ову** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **претходну инвестицију** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **подстиче их да** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **настављају да учествују** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **како старе.** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Учесници су учврстили** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **свој друштвени идентитет** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **кроз свој спорт** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће** |  |
| **[20] (2005)** | **Куал** | **Етнографија** | **18** | **Аустралија** | **64–88** | **Бовлс** | **Ф** | **Идентификујте** | **Спорт** | **Бовлс** | **Озбиљно** | **- Жене се могу бавити** | **0.8** |
|  |  | **& интервјуи** |  |  |  | **учесника** |  | **објективна каријера** |  |  | **Слободно време** | **спортом на различите** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **куглаша за травњак** |  |  | **перспектива** | **начине, као нпр** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **и субјективно** |  |  |  | **пријатељима, породичним или** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **интерпретације тхе** |  |  |  | **животним околностима и за** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **учесници задају** |  |  |  | **различити разлози,** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **на спорт** |  |  |  | **стога претходна** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **историја није увек** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **главна одредница** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Неке жене су успевале** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **на такмичењу,** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **док други** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учесници су уживали** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **неформално учешће** |  |
| **[48] (2001)** | **Куант** | **Уздужно** | **1710** | **Сцотланд** | **39–60** | **Заједница** | **М&Ф Испитајте** | | **ПА и спорт** | **Генерал** |  | **Индивидуални спортови су** | **0,55** |
|  |  |  |  |  |  | **место становања** |  | **физичка активност** |  | **спортске** |  | **у каснијим годинама предузимају** |  |
|  |  |  |  |  |  | **одрасли** |  | **подаци о учешћу** |  |  |  | **више мушкарци него жене** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **за рани и касни** |  |  |  | **средњи век и већа диференцијација** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **средњи век на** |  |  |  | **према социоекономском статусу се** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **западу Шкотске** |  |  |  | **види у касним средњим годинама** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **него у раним средњим годинама** |  |
| **[17] (2014)** | **Куал** | **Пхото** | **6** | **сад** | **56–70** | **Северна Каролина** | **М&Ф Користи фотографију** | | **ПА и спорт** | **Генерал** | **Гроундед** | **- Учесници су указали да** | **0,85** |
|  |  | **изазивање** |  |  |  | **Сениор Гамес'** |  | **изазивање да** |  | **спортске** | **теорија** | **се опиру стереотипима о** |  |
|  |  | **& интервјуи** |  |  |  | **учесника** |  | **испитати** |  |  |  | **старењу које им намеће** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **значења** |  |  |  | **друштво и дефинишу** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **повезан са** |  |  |  | **шта је успешно старење** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **физичка активност** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће** |  |  |  | **значило** |  |



**- Учешће у мега**

**догађају је обезбедило**

**могућност да се развије**

**осећај за колектив**

**заједница кроз**

**такмичење и**

**пријатељство.**

|  |
| --- |
| **Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** |

|  |
| --- |
| **Страна 8 од 20** |

**Табела 1Студије које истражују детерминанте бављења спортом за старије одрасле особе које живе у заједници (наставак)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Реф & Година** | **Дизајн\*** | **Метод** | **Узорак** | **Држава** | **Старост** | **Кохорта** | **секс\*\* Циљ (као што је објављено** | | **спорт и/** | **Спорт\*\*\*** | **Тхеори** | **Кључни налази)** | **Оцена квалитета** |
|  |  |  | **(н)** |  | **(год.)** |  |  | **од аутора)** | **или ПА\*\*\*\*** |  |  |  | **(од 1.0)\*\*\*\*\*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Учесници** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **истакнути** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **себе од** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **друге старије одрасле особе** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **кроз такмичење.** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Учесници су користили** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **спорт као механизам да** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **трансформишу свој идентитет од** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **остарелих старијих одраслих у** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **такмичарске спортисте** |  |
| **[49] (2014)** | **Куал** | **Интервјуи** | **10** | **Југ** | **66–83** | **Спортски клуб** | **М&Ф Испитајте** | | **ПА и спорт** | **Генерал** | **Озбиљно** | **Озбиљно учешће у** | **0,65** |
|  |  |  |  | **Кореа** |  | **чланова** |  | **користи од озбиљних** |  | **спортске** | **Слободно време** | **активности спортских клубова** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **укљученост у** |  |  | **перспектива** | **обезбедили су учесницима** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **слободне активности** |  |  |  | **психолошко, социјално и** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **међу старијима** |  |  |  | **физичко здравље** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Корејски спортски клуб** |  |  |  | **Предности** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **чланова** |  |  |  |  |  |
| **[47] (2012)** | **Куант** | **Уздужно** | **1460** | **Тхе** | **55+** | **Пензионисан или** | **М&Ф Испитати удовиштво и** | | **ПА и спорт** | **Генерал** |  | **Нема асоцијације** | **0.91** |
|  |  |  |  | **Низоземска** |  | **удовица** |  | **одлазак у пензију као** |  | **спортске** |  | **између** |  |
|  |  |  |  |  |  | **учесника** |  | **одреднице на** |  |  |  | **одлазак у пензију или** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **умерено до снажно** |  |  |  | **удовиштво** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **физичка активност и** |  |  |  | **о спорту** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће у спорту** |  |  |  | **учешће,** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **дакле не** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **одредница** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учешћа** |  |
| **[22] (2011)** | **Куал** | **Пхотовоице &** | **15** | **Канада** | **12–72** | **Цурлинг** | **Ф** | **Испитајте** | **Спорт** | **Цурлинг** |  | **- Керлинг је био од виталног** | **0.8** |
|  |  | **Фокус групе** |  |  |  | **учесника** |  | **утицај на** |  |  |  | **значаја за ментално и физичко** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **цурлинг он тхе** |  |  |  | **здравље учесника зими** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **здравље жена** |  |  |  | **- Играње карлинга може** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **у руралној Канади** |  |  |  | **подстаћи друштвене везе и** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **смањити друштвено** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **усамљеност** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- На карлинг се гледало као** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **на начин подршке сеоском** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **животу. Учесници су се** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **пријавили и подржали клуб** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **као продужетак** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **подржавајући своје** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **заједница** |  |
| **[14] (2007)** | **Куал** | **Етнографија** | **110** | **Аустралија** | **55–94** | **Мастерс** | **М&Ф Колико старија одрасла особа** | | **Спорт** | **Генерал** | **Гроундед** | **- Учесници су развили** | **0.9** |
|  |  | **& интервјуи** |  |  |  | **игре'** |  | **Мастерс спорт** |  | **спортске** | **теорија** | **осећај припадности и** |  |
|  |  |  |  |  |  | **учесника** |  | **учесника** |  |  |  | **припадности другима** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **тумачио је** |  |  |  | **учесника кроз** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **концепт** |  |  |  | **имајући заједничку** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **заједница** |  |  |  | **интересовање за одређени** |  |



**спорт**

**- Бити идентификован као**

**спортска личност чије веома**

|  |
| --- |
| **Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** |

|  |
| --- |
| **Страна 9 од 20** |

**Табела 1Студије које истражују детерминанте бављења спортом за старије одрасле особе које живе у заједници (наставак)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Реф & Година** | **Дизајн\*** | **Метод** | **Узорак** | **Држава** | **Старост** | | **Кохорта** | **секс\*\* Циљ (као што је објављено** | **спорт и/** | **Спорт\*\*\*** | **Тхеори** | **Кључни налази)** | **Оцена квалитета** |  |
|  |
|  |  |  | **(н)** |  | **(год.)** | |  | **од аутора)** | **или ПА\*\*\*\*** |  |  |  | **(од 1.0)\*\*\*\*\*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће у спорту је виђено** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **као достигнуће, појачало** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **је осећај релевантности и** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **живота** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **сврха.** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Учесници су имали** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **заједничке жеље да остану** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **такмичарски, здрави и** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **активни да би** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **позитивно старости** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Старије особе су осећале да** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **имају одређени утицај и** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **контролу у спорту којим се** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **баве тако што су могли да** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **„враћају“, било кроз** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **тренирање или** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **волонтирање** |  |  |
| **[21] (2003)** | **Куал** | **Интервјуи** | **19** | **сад** | **67–87** | | **Голф** | **М&Ф Истражите** | **Спорт** | **Голф** | **Озбиљно** | **- Голф има различите** | **0,65** |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **учесника** | **претпоставити да** |  |  | **Слободно време** | **типове учесника (језгро,** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **озбиљна доколица** |  |  | **перспектива** | **умерени, друштвени или** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **подржава** |  |  |  | **терапеутски поклоници)** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **успешно старење** |  |  |  | **а самим тим и сваки** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **група је имала различите** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **одреднице да** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће.** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Учесници су уживали** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **социјално здравље (социјално** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **интеракција и пријатељи** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **које су развили),** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Психичко здравље** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **(интелектуални изазов, само-** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **побољшање, уживање,** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **опуштање од стреса, чиста** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **забава) и ПХ** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **(превенција инвалидитета,** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **јер их је одржала активним и** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **покретним).** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **- Сматрало се да голф** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **помаже неким учесницима у** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **годинама. То је** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **сврсисходан, смислен** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **активност и обезбеђено** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **значајне друштвене** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **односима** |  |  |
| **[18] (1997)** | **Куант** | **Крст-** | **246** | **сад** | **55+** | | **Сениор** | **М&Ф Истражите** | **ПА и спорт** | **Генерал** | **Здравље** | **- Детињство и** | **0,73** |  |
|  |  | **секциони** |  |  |  |  | **Олимпијске игре** | **утицај на** |  | **спортске** | **веровање** | **учешће адолесцената** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **учесника** | **историје о** |  |  | **модел** | **није значајно** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **такмичарски спорт** |  |  |  | **о мастерс спорту** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће,** |  |  |  | **учешће. Међутим** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **здравствена уверења,** |  |  |  | **још више од половине** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **разлози за** |  |  |  | **учесника мастер студија** |  |  |



|  |
| --- |
| **Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** |

|  |
| --- |
| **Страна 10 од 20** |

**Табела 1Студије које истражују детерминанте бављења спортом за старије одрасле особе које живе у заједници (наставак)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Реф & Година** | **Дизајн\*** | **Метод** | **Узорак** | **Држава** | **Старост** | | **Кохорта** | **секс\*\* Циљ (као што је објављено** | | **спорт и/** | **Спорт\*\*\*** | **Тхеори** | **Кључни налази)** | **Оцена квалитета** |  |
|  |
|  |  |  | **(н)** |  | **(год.)** | |  |  | **од аутора)** | **или ПА\*\*\*\*** |  |  |  | **(од 1.0)\*\*\*\*\*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **вежбање и** |  |  |  | **бавили спортом у 20-им и 30-** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **личност на** |  |  |  | **им годинама и други** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **физичка активност** |  |  |  | **вратио се спорту током** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће** |  |  |  | **средњих година, а не у** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **пензији. Сугерише да је нека** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **претходна спортска историја** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **важна, али не и свако** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **претходно учешће** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Конкуренти су веровали** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **вежбе је било више** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **важно од не-** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **вежбачи, међутим** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **имали су разноврснију** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **мотивацију за учешће** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **(побољшано здравље, у** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **додатак социјализацији** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **и компетенцији) него** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **неспортских вежбача и оних** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **који не вежбају** |  |  |
| **[46] (2010)** | **Куант** | **Крст-** | **6569** | **Немачка** | **50–67** | | **Пошта-** | **Ф** | **Испитајте** | **ПА и спорт** | **Генерал** |  | **- Учешће у спорту је било** | **0.86** |  |
|  |  | **секциони** |  |  |  |  | **менопаузи** |  | **предметно везано** |  | **спортске** |  | **значајно повезано са** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Жене** |  | **одреднице на** |  |  |  | **занимањем (цивилно** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **физичка активност** |  |  |  | **најпопуларније слуге),** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **за пост-** |  |  |  | **тако да врста посла може** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **менопаузи** |  |  |  | **бити одредница за неке** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Жене** |  |  |  | **учесника** |  |  |



**- Такође, касније у**

**животу нерођене жене**

**били мање физички**

**активан него пароус**

**жене, и жене**

**које су имале децу у**

**млађем узрасту ређе**

**се баве спортом него**

**старије мајке,**

**− Неаутохтони**

**жена била снажно**

**повезан са ниским**

**учешће у спорту**

* **Дизајн истраживања: Куант = квантитативне методе истраживања, Куал = квалитативне методе. \*\* Пол: Ж = женско, м = мушко, М&Ж = и мушко и женско. \*\*\* Спорт: Општи спорт = не један специфичан спорт. Мешавина различитих спортова. \*\*\*\* Спорт и/или ПА: Спорт = чланци који извештавају само о спорту, ПА & Спорт = чланци који извештавају о обе врсте вежби, али дају резултате специфичне за спорт. \*\*\*\*\* Оцене квалитета: 08.-1 = добро, 0.61–.079 = умерено, 0.0–0.6 = лоше. \*\*\*\*\*\* Лифебалл је тимски спорт који је посебно погодан за старије особе. То је игра лаганог интензитета која укључује ходање, додавање и бацање лопте средње величине**

|  |
| --- |
| **Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** |

|  |
| --- |
| **Страна 11 од 20** |

**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** **Страна 12 од 20**

**Табела 2Резиме тема за детерминанте учешћа у спорту за старије одрасле особе у заједници**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Подтема** | **Студија** |  |
| **Одреднице здравља** | **Здравље као позитиван исход бављења спортом** | **13,15,16,21,22,49** |  |
|  | **Здравље као ограничење бављења спортом Дискурс** | **16,23,45** |  |
| **Преговарање о процесу старења кроз спорт** | **позитивног старења** | **13,14,16,17,21,50** |  |
|  | **Преговарање о негативним стереотипима старења** | **13,17** |  |
| **Друштвена/заједничка повезаност** | **Коришћење спорта за стварање/одржавање заједнице** | **14,17,22** |  |
|  | **Коришћење спорта за неговање друштвених веза Позитиван** | **14,22** |  |
| **Утицај претходне спортске историје на тренутно** | **утицај претходне спортске историје** | **16,18,23** |  |
| **учешће у спорту** | **Претходна спортска историја можда није увек важна** | **20,21** |  |
|  |  |
|  | **за тренутно учешће** |  |  |
| **Социодемографске одреднице** | **Запошљавање/пензионисање** | **45,46,47** |  |
|  | **Етничко порекло** | **46** |  |
|  | **Пол** | **50** |  |
|  | **занимање** | **46** |  |
|  | **Паритет** | **46** |  |
|  | **Социо-економски статус** | **48** |  |
|  | **Брачно стање** | **46,47** |  |
| **Конкуренција** | **Да ценим спорт** | **15, 19, 20** |  |
|  | **Да се разликују старији одрасли од оних који не** | **17** |  |
|  | **учествују** |  |  |
|  | **Обезбедити финансијску стабилност Предност** | **16** |  |
| **Спортски тип** | **за индивидуалне спортове Предност за** | **19,48** |  |
|  | **организоване активности** | **44** |  |
|  |  |  |  |

**неколико студија је известило да је спорт сврсисходна и значајна активност за старије одрасле особе [14, 21, 50], док је једно истраживање сугерисало да иако њихови учесници нису порицали да старе, спорт им је омогућио да се одупру свом телу које стари, што их је оснажило да уживају у спорту онолико дуго колико су физички могли [13].**

**Друштвена/заједничка повезаност**

**Коришћење спорта као алата за развој друштвене/ друштвене везе за старије одрасле особе била је уобичајена тема међу три квалитативне студије, са две подтеме које су се појавиле: коришћење спорта за развој и одржавање ангажовања заједнице за старије одрасле особе; и коришћење спорта за неговање друштвених веза.**

**Две студије су известиле о разговорима учесника о волонтирању кроз спорт или о „враћању“ заједници. На пример, једна студија је сугерисала да је подршка локалним спортским клубовима виђена као начин да старије одрасле особе подрже живот на селу/своју** [**локалну**](#page18) **заједницу [22], док је друга студија известила да волонтирање или тренирање омогућава учесницима да осете да имају неки утицај или сврху**

* **њихов спорт [14]. За друге је учешће у мега догађају пружило прилику да развију осећај колективне заједнице кроз**

**такмичење и пријатељство [17].**

**Концепт да се спорт може користити за неговање друштвених веза разматран је у два чланка, један по један**

**друштвени спортски клуб и један на великом спортском догађају. Студија спроведена у руралној Канади сугерише да би играње карлинга могло да подстакне друштвене везе и смањи** [**друштвену**](#page18) **усамљеност [22], док је студија у Аустралији предложила да учесници развијају осећање припадности и чланства са другим учесницима кроз заједнички интерес за одређени спорт [14]. ].**

**Утицај претходне спортске историје на тренутно бављење спортом**

**Утицај претходне спортске историје појавио се у пет чланака (два квантитативна и три квалитативна), са супротним подтемама: позитиван утицај прошле спортске историје; и да претходна спортска историја можда није увек важна за тренутно учешће.**

**Три студије су известиле да је претходна спортска историја имала позитиван ефекат на тренутно бављење спортом** [**старијих одраслих**](#page18) **[16, 18, 23]. На пример, ови позитивни утицаји могу бити поседовање претходних компетенција, вештина и знања за** [**учешће**](#page18) **у спорту [16, 18] или да је спорт привлачан онима који су већ активни [23]. Конкретно за учешће у мастерс спорту, претходно учешће у спорту било је важно за неке, али не за све** [**учеснике**](#page18) **[18]. Насупрот томе, две квалитативне студије сугеришу да претходна спортска историја можда није увек важна за тренутно учешће, пошто су различите детерминанте утицале на њихово** [**учешће**](#page18) **[20, 21].**

**Табела 3Студије које истражују трендове бављења спортом за старије одрасле особе у заједници**



|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Реф & Иеар Десигн\* Метод Узорак** | **Држава** | **Старост** | **Кохорта** | **Секс\*\* Циљ** | **Спорт и/ Спорт\*\*\* Теорија** | **Кључни налази)** | **Резултат (оут** |  |
|  | **(н)** |  | **(год.)** |  |  | **или ПА\*\*\*\*** |  | **од 1.0)\*\*\*\*\*** |  |
|  | **[52] (2009) КуантКрст & 3012–** | **Немачка** | **16- > М&Ф заједнице Одредите да ли је 64** | | | **ПА и спорт Генерал** | **У попречном пресеку** | **0,65** |  |



|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дуго** | **31,915** | **место становања** | **традиционална претпоставка** | **спорт** | **анализе, спорт** |
|  |  | **одрасли?** | **опадајућих спортова** | **активности** | **учешће је било мање у** |
|  |  |  | **активност са старењем** |  | **старијим старосним** |
|  |  |  | **је и даље прикладна** |  | **групама. Међутим уздужно** |

|  |
| --- |
| **Јенкинет ал. БМЦ јавно** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **[58] (2013) КуантКрст** | **4199** | **Тхе** | **58–67 Пензионисан старији** | **М&Ф Истражите тренд** |
|  |  | **Низоземска** | **одрасли** | **бављења спортом** |

**међу пензионерима**

**између 1983 и**

**2007**

**[56] (2011)** **Куант** **Крст** **1739. године** **Немачка** **50+** **Заједница** **М&Ф Опишите спорт**

**место становања** **учешће преко**

**одрасли** **животни ток и у**

**којој мери људи**

**претходно искуство о**

**спорт утиче на**

**одлука да уђе, врати**

**се или изађе из**

**спорта**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **[57] (1994) Куант** | **Крст** | **439** | **Јапан** | **60+ мајстори и** | **М&Ф Упоредите два веома** |
|  |  |  |  | **не-мајстори** | **различите старије особе** |
|  |  |  |  | **учесника** | **популације које треба испитати** |

**разноликост или**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | **учешће опада са** |  |
|  |  |  | **годинама за мушкарце,** |  |
|  |  |  | **али не и за жене** |  |
| **ПА и спорт** | **Генерал** |  | **Сукцесивне кохорте од** | **0.9** |
|  | **спортске** |  | **пензионери све** |  |
|  |  |  | **чешће учествују у** |  |
|  |  |  | **спорту у поређењу са** |  |
|  |  |  | **пре-1983** |  |
|  |  |  | **Ниво образовања може** |  |
|  |  |  | **позитивно утицати на** |  |
|  |  |  | **касније бављење спортом** |  |
|  |  |  | **живот, колико год физички** |  |
|  |  |  | **ограничења могу** |  |
|  |  |  | **негативно утичу на бављење** |  |
|  |  |  | **спортом у каснијем животу** |  |
| **Спорт** | **Генерал** | **Животни ток** | **Што се учесник дуже бави** | **0,77** |
|  | **спортске** | **приступ** | **спортом, мања је** |  |
|  |  |  | **вероватноћа да одустане** |  |
|  |  |  | **дошло. Ако су учесници** |  |
|  |  |  | **почели да се баве спортом** |  |
|  |  |  | **пре 30. године, већа је** |  |
|  |  |  | **вероватноћа да ће га** |  |
|  |  |  | **напустити у наредних 10-15** |  |
|  |  |  | **година од оних који су** |  |
|  |  |  | **почели да се баве** |  |
|  |  |  | **спорт у старијој доби.** |  |
|  |  |  | **Жене ће чешће почети да** |  |
|  |  |  | **се баве спортом у** |  |
|  |  |  | **каснијем животу него** |  |
|  |  |  | **мушкарци. Време за** |  |
|  |  |  | **увођење спорта** |  |
|  |  |  | **чини се да политика** |  |
|  |  |  | **јаче утиче на** |  |
|  |  |  | **учешће за оне који** |  |
|  |  |  | **нису били старији** |  |
|  |  |  | **од средњег** |  |
|  |  |  | **пунолетство у време** |  |
|  |  |  | **када је уведен него** |  |
|  |  |  | **претходна историја у спорту** |  |
| **ПА и спорт** | **Генерал** | **Континуитет** | **Мастерс спорт** | **0,59** |
|  | **спортске** |  | **учесници су играли** |  |

**спорт током животног века**

**и одражавају концепте у**

|  |
| --- |
| **здравље (2017) 17:976** |

|  |
| --- |
| **Страна 13 од 20** |

**Табела 3Студије које истражују трендове бављења спортом за старије одрасле особе које живе у заједници (наставак)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Реф & Иеар Десигн\* Метод Узорак** | | | | **Држава** | **Старост** | **Кохорта** | **Секс\*\* Циљ** | | **Спорт и/ Спорт\*\*\* Теорија** | | **Кључни налази)** | **Резултат (оут** |
|  |  |  | **(н)** |  | **(год.)** |  |  |  | **или ПА\*\*\*\*** |  |  | **од 1.0)\*\*\*\*\*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **хетерогеност у спорту** |  |  | **теорија континуитета.** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће током времена** |  |  | **Међутим, доживотно** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **бављење спортом за не-** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Учесници мастерс је** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **разноврснији од** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Учесници мастера** |  |
| **[59] (1999)** | **Куал** | **Случај** | **1** | **сад** | **68** | **Пензионисан старији** | **М** | **Истражите до краја** | **Спорт** | **Бејзбол континуитет** | **Учесник интимно** | **0,85** |
|  |  | **студија** |  |  |  | **одрасли** |  | **наративно испитивање** |  | **& Тенис** | **да се као дете бавио** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **догађаји који** |  |  | **спортом и да је** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **окарактерисао живот** |  |  | **наставио са својим** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **прича о такмичарском** |  |  | **бављење спортом,** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **спорту старијих узраста** |  |  | **иако различити спортови** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће** |  |  | **зависни од живота** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **стадијум, у старије доба** |  |
| **[53] (2012)** | **Куант** | **Крст** | **5160–22,255** | **Спаин** | **15–74** | **Заједница** | **М&Ф Процените тренд распрострањености** | | **ПА и спорт** | **Генерал** | **Учешће у спорту** | **0.7** |
|  |  |  |  |  |  | **место становања** |  | **шпанског језика** |  | **спортске** | **од 2000. до 2010.** |  |
|  |  |  |  |  |  | **одрасли** |  | **одрасли који су се бавили** |  |  | **године показало** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **спортским активностима од** |  |  | **смањење учешћа** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **2000-2010** |  |  | **старијих особа** |  |
| **[54] (2005)** | **Куант** | **Крст** | **8624–38,376** | **Белгија** | **19–77** | **Заједница** | **М&Ф Испитајте стратификацију** | | **ПА и спорт** | **Генерал** | **Учешће у спорту** | **0.6** |
|  |  |  |  |  |  | **место становања** |  | **обрасци с обзиром на** |  | **спортске** | **смањује се са годинама.** |  |
|  |  |  |  |  |  | **одрасли** |  | **различите модусе** |  |  | **Промена спортске политике** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **учешће у спорту** |  |  | **је обезбедила активно** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **бављење спортом је сада** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **друштвено прихватљиво** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **за читаву популацију** |  |
| **[55] (2011)** | **Куант** | **Кохорта** | **5851–51,808** | **Белгија** | **19–90** | **Заједница** | **М&Ф Анализирати обрасце социјалне стратификације у** | | **ПА и спорт** | **Генерал** | **Утицај бављења** | **0,65** |
|  |  | **крст** |  |  |  | **место становања** |  | **спорту одраслих** |  | **спорт у** | **спортом адолесцената** |  |
|  |  |  |  |  |  | **одрасли** |  | **учешће** |  | **спорт** | **временом се смањује.** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **клубовима** | **Старији одрасли мање** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **вероватно учествују у** |  |



**клупским спортовима него**

**млађи људи**

* **Дизајн истраживања: куант = квантитативне методе истраживања, куал = квалитативне методе. \*\* Пол: Ж = женско, М = мушко, М&Ж = и мушко и женско. \*\*\* Општи спорт = не један специфичан спорт. Мешавина различитих спортова.**
* **\* \* \* Спорт и/или ПА: Спорт = чланци који извештавају само о спорту, ПА & Спорт = чланци који извештавају о обе врсте вежбања, али дају резултате специфичне за спорт. \*\*\*\*\* Оцене квалитета: 08.-1 = добро, 0.61–.079 =**

**умерено, 0.0–0.6 = лоше**

|  |
| --- |
| **Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** |

|  |
| --- |
| **Страна 14 од 20** |

**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** **Страна 15 од 20**

**Социодемографске одреднице**

**Постојало је седам подтематских социо-демографских одредница за бављење спортом које су произашле из квантитативне (н =6) и квалитативно (н =1) студије: запослење**

* **одлазак у пензију, занимање, социо-економски статус,**

**национална припадност, пол, паритет и брачни статус.**

**Утицај запослености и пензионисања на бављење спортом разматран је у три студије [45–47].** [**Једна студија**](#page18) **је открила да пензионисање није важна детерминанта учешћа [47], док је друга** [**студија**](#page18) **известила да је запослење перципирана препрека [45]. Студија из** [**Немачке**](#page18) **известила је да је учешће у спорту значајно повезано са занимањем [46], при чему је већа вероватноћа да ће се државни службеници бавити спортом у поређењу са другим врстама радника, а друга студија сугерише да је повољнији социо-економски статус позитивна одредница у касном средњем узрасту учешће [48].**

**Било је ограничено истраживање које је известило о утицају пола, етничке припадности и паритета на учешће старијих одраслих у спорту. Ове студије су известиле да је етничко порекло учесника важан фактор у једној студији. Бити неаутохтона жена у Немачкој је снажно повезано са ниским учешћем у спорту у поређењу са домородачким женама [46].** [**Родне**](#page18) **разлике у учешћу такође су се појавиле као одредница из једне квалитативне студије. Пријављено је да су мушкарци користили своје учешће у спорту за мерење старости својих способности, у суштини процењујући како се њихове физичке способности смањују, више квантитативно од жена, углавном кроз резултате у такмичењу. Док су старије жене у овој студији прихватиле свој физички пад, старење су виделе као позитивнији процес, где би могле да се осећају оснажено и да би постале инспиративне за друге старије жене** [**учешћем**](#page18) **у спорту [50]. Паритет је био још једна социо-демографска подтема која се појавила, а једна студија је сугерисала да су жене које су имале децу у млађем узрасту ређе учествовале у спорту него старије мајке [46].**

**Две студије су процењивале брак, при чему је једна студија сугерисала да не постоји повезаност између брачног статуса и бављења** [**спортом**](#page18) **[46], док друга студија није показала повезаност између удовства и бављења** [**спортом**](#page18) **[47].**

**Конкуренција**

* **важности и уживању конкуренције пријављено је у пет студија (четири квалитативне и једна квантитативна) [15–17, 19, 20].** [**Утврђено**](#page18) **је** [**да**](#page18) **улога такмичења омогућава старијим одраслима да уживају и вреднују учешће у спорту [19] или такође** [**да**](#page18) **разликују учеснике од старијих одраслих који се нису бавили такмичарским спортом [17].**

**Тип спортске структуре**

**Ова тема је укључивала две подтеме: преференција индивидуалних спортова и преференција организованих активности.**

**Две студије (једна квантитативна и једна квалитативна) сугеришу да посебно мушкарци средњих година [48] и старији одрасли уопште [19] преферирају учешће у индивидуалним него у тимским спортовима, док друга квантитативна студија сугерише да су 'старији стари' вероватније да се бави организованом делатношћу, а не неорганизованом** [**активношћу**](#page18) **[44].**

**Трендови у учешћу у спорту за старије одрасле особе у заједници**

**Што се тиче трендова у спорту, већина студија је била квантитативна (7), а једна квалитативна студија. Већина квантитативних студија је била попречног пресека (н =5), једна је користила и методе попречног пресека и лонгитудиналне методе, а једна је била студија попречног пресека кохорте. Јединствена квалитативна студија била је појединачна студија случаја. Један број укључених студија није дао** [**укупну величину**](#page18) **узорка [52–55], међутим број учесника у квантитативним студијама које су пријавиле укупне величине узорка кретао се од 439 до 4199. Већина студија се налазила у Немачкој (н =2) [52, 56] и** [**Белгија**](#page18) **(н = 2), [53, 54] са другим** [**студијама**](#page18) **спроведеним у [54, 55]** [**Јапану**](#page18) **(н =1) [57], Холандија (**[**н**](#page18) **=1) [58], Шпанија (н =1) [53] и** [**САД**](#page18) **(н =1) [59]** [**респективно**](#page18)**. Четири студије су** [**биле**](#page18) **неспецифичне за старије одрасле особе, али су пријавиле податке специфичне за узраст, док су четири студије биле фокусиране искључиво на старије одрасле особе. Детаљи осам студија које испитују трендове у спорту за старије особе могу се наћи у табели 3.**

**Оцене квалитета ових студија кретале су се од 0,59 до 0,90. Већина студија је оцењена као умерена (н =4), са две јаке студије и две слабе студије. Каппа скор поузданости међу оцењивачима био је 0,46 (п <0,004) 95% ЦИ (0,030, 0,88), што је класификовано као умерено слагање између рецензената [51]. Три** [**главне**](#page18) **теме и неколико подтема произашле су из прегледа студије, као што је детаљно приказано у** [**табели**](#page18) **4 испод.**

**Табела 4Резиме тема за трендове бављења спортом за старије одрасле особе у заједници**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Тема** | **Подтема** | **Студија** |  |
|  | **Утицај историјског спортског** | **Теорија континуитета** | **57,59** |  |
|  | **учешћа на трендове** | **Бављење спортом** | **55,56,57** |  |
|  |  |  |
|  | **Учешће у спорту током целог** | **Учешће у спорту** | **52,53,54** |  |
|  | **животног века** | **смањује се са годинама** |  |  |
|  |  | **Учешће у спорту се** | **52,58** |  |
|  |  | **не смањује увек** |  |  |
|  |  | **са годинама** |  |  |
|  | **Демографски утицаји на** | **Политика/програмирање** | **54,56** |  |
|  | **спортски трендови** | **образовање** | **58** |  |
|  |  |  |
|  |  | **Здравље** | **58** |  |
|  |  | **Пол** | **56** |  |
|  |  | **Врста спорта** | **55** |  |
|  |  |  |  |  |

**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** **Страна 16 од 20**

|  |  |
| --- | --- |
| **Утицај историјског спортског учешћа на трендове** | **Дискусија** |
| **Постојале су четири студије (три квантитативне и једна** | **Ово је први систематски преглед литературе који** |
| **квалитативна) које су известиле о утицају претходног** | **истражује детерминанте и трендове у вези са бављењем** |
| **бављења спортом, као што је детињство, адолесценција** | **спортом старијих одраслих особа. Имајући у виду растуће** |
| **или рано одрасло доба, на садашње** [**учешће [55–57,**](#page18) **59]. Из** | **старење становништва западних земаља и очекивани пад** |
| **ове теме произашле су две подтеме: теорија континуитета** | **здравља, важно је истражити потенцијал различитих** |
| **и бављење спортом.** | **облика физичке активности како би се омогућиле** |
| **Теорија континуитета, која каже да одрасли користе** | **могућности прикладне за узраст старијим одраслим** |
| **стратегије повезане са њиховим прошлим искуствима (на** | **особама да предузму пријатне вежбе како старе.** |
| **пример, бављење спортом) да би се прилагодили процесу** |  |
| [**старења**](#page18) **[60], била је кључна тема пронађена у неколико** | **Одреднице бављења спортом за старије одрасле особе** |
| **студија. Две студије су откриле да је улога бављења** | **које живе у заједници** |
| **спортом посебно, или уопште физичке активности, као** | **Постојао је низ заједничких фактора повезаних са бављењем** |
| **детета или адолесцента, утицала на учешће у спорту као** | **спортом код старијих особа, укључујући здравствене** |
| **старије особе [57, 59].** | **детерминанте, преговарање о процесу старења кроз спорт,** |
| **У три друге квантитативне студије утврђено је да су** | **повезаност са друштвеном/заједницом, утицај претходне** |
| **трендови у спортском ангажовању разноврснији. На** | **спортске историје на тренутно учешће у спорту, социо-** |
| **пример, учешће неких старијих одраслих било је** | **демографске детерминанте, такмичење и спорт тип. Теме о** |
| **разноврсније [57]. Једна студија је открила да се утицај** | **којима се најчешће извештавају биле су здравствене** |
| **учешћа адолесцената временом смањивао [55], док је** | **детерминанте и преговарање о процесу старења кроз спорт.** |
| **друга студија сугерисала да је мања вероватноћа да ће они** | **Није изненађујуће што је здравље било** |
| **који су почели да се баве спортом у старијој доби да** | **најчешће помињана одредница. Повећање** |
| **напусте од оних који су почели да се баве у млађој доби, на** | **старења становништва ће вероватно повећати** |
| **пример, током** [**адолесценције**](#page18) **[56].** | **ризик од хроничних болести за појединца, а** |
|  | **такође се** [**предвиђа да**](#page18) **ће резултирати већим** |
|  | **издацима за јавно здравство [1, 61], постајући** |
| **Учешће у спорту током целог животног века** | **тако приоритетна област деловања за владе. Овај** |
| **Четири квантитативне студије испитивале су да ли се учешће у** | **преглед је показао да спорт може пружити** |
| **спорту смањује са годинама, проналазећи супротне резултате.** | **позитивне здравствене бенефиције за старије** |
| **У студијама попречног пресека пријављено је да је учешће у** | **особе, али и да учешће у спорту може бити теже** |
| **спорту било ниже код људи вишег узраста [52–54].** [**Међутим,**](#page18) | **за старије особе како старе, јер је старење обично** |
| **једна лонгитудинална студија је открила да, иако се учешће у** | **повезано са падом здравља. Ово је посебно** |
| **спорту смањивало са годинама за мушкарце, оно није нужно** | **распрострањено за одређене спортове, као што** |
| **опадало и за жене [52]. Насупрот томе, једна студија је** | **су контактни или физички захтевни спортови.** |
| **показала да је све већа вероватноћа да ће узастопне групе** | **Овај концепт се на сличан начин одражава у** |
| **пензионера учествовати у** [**спорту**](#page18) **[58].** | **студијама о генеричкој физичкој активности и** |
|  | **старијим одраслима [62–64]. У овом прегледу,** |
| **Демографски утицаји на спортске трендове** | **Лоше здравље као ограничење за учешће је јединствена** |
| **Било је пет квантитативних студија које су посматрале** | **детерминанта за ову старосну групу и треба је узети у обзир. Као** |
| **демографске утицаје на спортске трендове, са подтемама** | **такви, да би се омогућило старијим одраслим особама да извуку** |
| **политика/програмирање, образовање, здравље, пол и врста** | **здравствене бенефиције које спорт може да пружи, потребне су** |
| **спортске структуре. Две студије су се фокусирале на спортску** | **прилике за играње које одговарају узрасту, посебно у спортовима** |
| **политику, при чему обе студије сугеришу да су политике** | **са већим напором, како би се прилагодили старијим особама које** |
| **'Спорта за све' успостављене 1960-их, које су промовисале** | **могу имати смањене физичке способности везане за узраст.** |
| **учешће у спорту ради здравствених и социјалних бенефиција,** | **Међутим, претходна истраживања су истакла да многи спортови не** |
| **имале снажан утицај на нивое учешћа у спорту [54, 56]. Друге** | **дају приоритет старијим особама посебно [31], али постоји** |
| **студије су навеле да ниво образовања може позитивно** | **прилика да се спорт промовише као нова интервенција за** |
| **утицати на бављење спортом у** [**каснијем**](#page18) **животу [58], физичка** | **промоцију здравља код старијих особа.** |
| **ограничења могу негативно утицати на учешће у спорту у** | **Слично здравственим детерминантама, ова студија такође** |
| **каснијем животу [58] и да су старији одрасли мање склони да** | **наглашава још један јединствен концепт за старије одрасле особе;** |
| **учествују у клупском спорту него млађи људи [55]. Једна студија** | **односно улога преговарања о процесу старења кроз спорт. Студије** |
| **је такође сугерисала да је већа вероватноћа да ће жене почети** | **у овом прегледу сугеришу да старије одрасле особе користе спорт** |
| **да се баве спортом у каснијем животу** [**него**](#page18) **мушкарци [56].** | **како би се удаљиле од друштва старијих одраслих** |

**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976** **Страна 17 од 20**

**стереотипа и/или ојачали свој друштвени идентитет кроз спорт. На пример, неке старије особе користиле су спорт да би се разликовале од неактивних старијих одраслих или су користиле спорт као механизам за трансформацију свог идентитета од старије особе која стари у такмичарског спортисту [17]. Овај концепт је претходно идентификован Дионигијевим [29] прегледом** [**наративне**](#page18) **литературе о психосоцијалним и социолошким питањима спорта и старења. Релевантне студије на ову тему у Дионигијевом [29] прегледу иу овом систематском прегледу биле су квалитативне, пошто су подаци углавном били истраживачки и овај концепт је можда тешко квантитативно измерити. Међутим, могло би бити интересантно даље развијати ово и истражити да ли квантитативни докази могу ојачати овај концепт на ширем нивоу. такође, већина тренутних података о овој одредници односила се на учешће у спорту на Мастерс или Сениор Гамес, што значи да се старији одрасли баве такмичарским спортом на догађајима великих размера, али не у спорту на нивоу заједнице. Стога би требало спровести даља истраживања у спорту у заједници како би се истражило да ли се слични концепти појављују у неформалном и више друштвеном спортском окружењу. Ово би могло омогућити спортским организацијама да даље промовишу спорт као атрактивну опцију за старије одрасле особе да буду физички активни.**

**Постојао је само мали број студија које су испитивале социо-демографске факторе повезане са учешћем. Раније је утврђено да су социо-демографске детерминанте, као што су пол, социо-економски статус и етничка припадност, главни фактори повезани са бављењем спортом у другим старосним групама, као што су деца/адолесценти [65] и одрасли [66]. Супротно томе, из овог прегледа се чини да здравље као детерминанта учешћа старијих одраслих има више пажње јер има јавноздравствену и економску вредност. Међутим, ако организације желе да повећају проценат старијих одраслих који се баве спортом како би побољшали своје здравље, онда је потребно више знања о другим потенцијалним детерминантама, почевши од социодемографских одредница као што су пол и образовање. Додатно, пошто старије особе имају другачије животне приоритете и различите утицаје на своје време од млађих одраслих, требало би испитати који социо-демографски фактори специфични за узраст су повезани са учешћем. На пример, јединствени утицај рада/ пензионисања као детерминанте истражен је само у три студије. Потребно је више истраживања о овоме да би се даље разумео његов потенцијални утицај на бављење спортом старијих одраслих и да би се то могло искористити за идентификацију подгрупа старијих људи који би могли бити заинтересовани за учешће у спорту.**

**Трендови бављења спортом за старије одрасле особе у заједници**

**Све у свему, било је мање студија које су истраживале трендове учешћа него детерминанте учешћа. Из тих студија тренда учешћа произашле су три главне теме. Ово се односило на ефекат историјског спорта**

**учешће у трендовима, учешће у спорту током животног века и демографски утицај на трендове.**

**Овај преглед је открио да генерално учешће у спорту опада са годинама. Ово је сличан налаз неким генеричким истраживањима физичке активности [67, 68]. Штавише, утврђено је да је историјско/прошло учешће у спорту детерминанта тренутног учешћа, што је такође у складу са детерминантама пријављеним у претходним физичким** [**активностима**](#page18) **[69] и спортским** [**истраживањима**](#page18) **[70]. Међутим, неке теме из овог прегледа сугеришу да учешће није увек опадало са годинама, што се такође одражава у неким студијама физичке активности одраслих у слободно време. Ове студије су известиле да се физичка активност у слободно време и за мушкарце и за жене временом** [**повећавала**](#page18) **[71, 72]. Ово показује хетерогеност ове старосне групе и може охрабрити спортске организације да промовишу учешће у спорту за старије одрасле особе,**

**Корелација између истраживачких питања**

**Два истраживачка питања су спојена у овом једном систематском прегледу јер детерминанте могу утицати на обрасце бављења спортом било позитивно или негативно током животног века. Поред тога, неке од прегледаних студија трендова настојале су да идентификују факторе, на пример, демографију, који су утицали на обрасце или трендове током времена. Све у свему, постојао је низ налаза који су повезивали ове две области истраживања.**

**За оба истраживачка питања појавили су се опречни подаци о утицају претходног бављења спортом. Као што је предложено раније у овој дискусији, ово сугерише да су старији одрасли различита старосна група која се може привући спорту по први пут у старијој доби, ако се обезбеде одговарајуће прилике за учешће.**

**Социо-демографски фактори су се такође појавили у обе области истраживања, иако је број студија био релативно мали. Како се показало да су ови утицаји, као што су пол, социоекономски статус, физичко окружење и породично порекло, утицајни на друге старосне групе [74–76], препоручује се да се предузме више истраживања о овим утицајима како би се ови налази даље истражили и разумеју њихов значај (или недостатак) за ову старосну групу. Штавише, утицај пензионисања, јединствене теме за старије чланове ове старосне групе, није био убедљив. Овај утицај је показао супротстављене резултате између студије једне детерминанте и једне студије о трендовима која је о томе извештавала, па се препоручује даља истраживања за ову тему како би се овај конфликт решио.**

**Здравље је било добро истражено подручје за детерминанте, али постојала је само једна студија трендова која је укључивала здравље.**

**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976**

**Ова студија трендова се фокусирала на то како физичка ограничења могу негативно утицати на бављење спортом у каснијем животу, што је кореспондирало са неким од прегледаних студија детерминанти. Ови резултати одражавају да је већа вероватноћа да ће старије одрасле особе, као група, доживети различита здравствена стања која могу утицати на њихово учешће**

* **неким спортовима, као што су они који захтевају велики напор или физички контакт. Постоје јединствене детерминанте у различитим периодима током животног века, на пример, студија о учешћу у спорту за адолесценте [77]** [**је**](#page18) **показала да су забава са пријатељима и узори били важне детерминанте бављења спортом. Док су неке од ових одредница исте за старије одрасле особе, резултати у овом прегледу сугеришу да у неким спортовима треба развити одговарајуће могућности за оне са здравственим ограничењима (као што је прилагођени спорт и/или друштвени спорт). Ово је поред могућности које одговарају узрасту за оне без ослабљених здравствених стања, како би се овим старијим одраслим особама омогућило да наставе да се баве такмичарским или друштвеним спортом са својим вршњацима.**

**Методолошке препоруке**

**Према упутствима Кмета и сарадника [38],** [**већина**](#page18) **студија у обе области истраживања идентификована је као висококвалитетна, међутим ова област истраживања би могла имати користи од бројних методолошких побољшања. Квалитативно истраживање треба да боље призна важност и потенцијални утицај рефлексивности, а квантитативно истраживање би имало користи од више лонгитудиналних дизајна како би се проширило на тренутне, углавном пресечне налазе.**

**Многе студије укључене у овај систематски преглед биле су о спорту Мастерс/Сениор Гамес. То јест, такмичарски облик спорта, а не рекреативни облици у заједници као што је клупски спорт. У интересу стратегија за здравље становништва, важно је разумети улогу спорта у општој заједници за старије одрасле особе. Иако су постојале неке студије о спорту у заједници, оне су углавном биле специфичне за спорт и фокусиране на традиционалне спортове старијих одраслих, као што су голф и куглање. Спортске организације у заједници могу имати користи од разумевања трендова и детерминанти учешћа, како би боље задовољиле специфичне производе/програме за потребе старијих одраслих** [**особа**](#page18)**. Спорт у заједници је последњих година развио и имплементирао специфичне модификоване спортске производе за веома малу децу, како би задовољили њихове развојне потребе [78].**

**Снаге и ограничења овог прегледа**

**Овај преглед је представио два истраживачка питања како би**

**Страна 18 од 20**

**важни утицаји на бављење спортом старијих одраслих особа. Такође се састојао од квалитативних и квантитативних студија како би се осигурала обим истраживања. Међутим, имао је и низ ограничења. Иако је стратегија претраживања била свеобухватна, није укључивала сиву литературу или чланке на неенглеском језику. Такође, док је систем оцењивања квалитета који је коришћен омогућавао процену обе врсте студија, критеријуми за оцењивање квантитативних студија нису били тако ригорозни као други квантитативни системи оцењивања, што је могло да утиче на оцене.**

**Закључак**

**Ова студија је спојила низ различитих истраживања која истражују факторе повезане са бављењем спортом код старијих особа. Како становништво западних нација и даље стари, важно је истражити различите начине на које старији одрасли могу бити физички активни у свом слободном времену. У закључку, овај преглед наглашава да старије одрасле особе користе спорт да побољшају своје здравље, али у исто време, због генерално смањеног здравља са старењем, лоше здравље може бити једнако препрека за учешће. Препоручује се да спортске организације користе овај преглед како би разумеле детерминанте и трендове учешћа старијих одраслих, пружајући и друштвену игру и одговарајуће прилике за такмичење. Међутим,**

**Признања**

**Није применљиво.**

**Финансирање**

**ЦРЈ је подржан од стране Аустралијске спортске комисије-ИСЕАЛ Вицториа Университи ПхД стипендија. ЈвУ је подржала Аустралијска комисија за спорт-ИСЕАЛ Вицториа Университи Сениор Ресеарцх Фелловсхип.**

**Доступност података и материјала Није**

**применљиво.**

**Прилози аутора**

**ЦРЈ је допринео дизајну студије, прегледу литературе, анализи литературе, концептуализацији и припреми рукописа. РМЕ је допринео дизајну студије, концептуализацији и припреми рукописа. ХВ је допринео дизајну студије и припреми рукописа. ГО је допринео прегледу литературе, анализи литературе**

* **припреми рукописа. ЈГЗУ је допринео дизајну студије и припреми рукописа. Сви аутори су прочитали и одобрили коначни рукопис.**

**Етичко одобрење и сагласност за учешће Није применљиво.**

**Сагласност за објављивање**

**Није применљиво.**

**Такмичарски интереси**

**пружио контекст и омогућио директно поређење између два** **Аутори изјављују да немају супротстављене интересе.**

**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976**

**Напомена издавача**

**Спрингер Натуре остаје неутралан у погледу јурисдикцијских захтева у објављеним мапама и институционалним везама.**

**Детаљи о аутору**

**1Институт за спорт, вежбање и активан живот (ИСЕАЛ), Универзитет Викторија, Мелбурн, ВИЦ 8001, Аустралија.2Здравствена установа, Универзитет Федерације, поштански фах 663, Баларат, ВИЦ 3353, Аустралија.3Одељење за науку о кретању, физичку активност, спорт и истраживачку групу за здравље, КУ Леувен - Универзитет у Левену, Б-3000 Леувен, Белгија.**

**Примљено: 25. јануара 2017. Прихваћено: 29. новембра 2017**



**Референце**

1. **Светска здравствена организација, Глобално здравље и старење. 2011, амерички национални институт за старење Бетхесда.**
2. **Вогели Ц, Схиелдс АЕ, Лее ТА, Гибсон ТБ, Мардер ВД, Веисс КБ, Блументхал Д. Више хроничних стања: преваленција, здравствене последице и импликације на квалитет, управљање негом и трошкове. Ј Ген Интерн Мед. 2007;22(3):391–5.**
3. **Боотх ФВ, Робертс ЦК, Лаие МЈ. Недостатак вежбања је главни узрок хроничних болести. Цомпрехенсиве Пхисиологи. 2012;**
4. **Патерсон, ДХ, Јонес ГР, анд Рице ЦЛ, Старење и физичка активност: докази за развој препорука за вежбање за старије одрасле особе. Овај чланак је део додатка под насловом „Унапредјење мерења физичке активности и смерница у Канади: научни преглед и основа заснована на доказима за будућност канадских смерница за физичку активност“, који су објавили примењена физиологија, исхрана и метаболизам и Канадски Часопис за јавно здравље.**
5. **Бисхоп НА, Лу Т, Ианкнер БА. Неурални механизми старења и когнитивни пад.**

**Природа. 2010;464(7288):529–35.**

1. **Сирвен Н, Дебранд Т. Друштвено учешће и здраво старење: међународно поређење користећи СХАРЕ податке. Соц Сци Мед. 2008;67(12):2017–26.**
2. **Дунски А, Нетз И. Физичка активност и спорт у поодмаклој доби: да ли је ризично? - сажетак података из чланака објављених између 2000-2009. Тренутна наука о старењу. 2012;5(1):66–71.**
3. **Коенеман МА, Верхеијден МВ, Цхинапав МЈМ, Хопман-Роцк М. Детерминанте физичке активности и вежбања код здравих старијих одраслих: систематски преглед. Инт Ј Бехав Нутр Пхис Ацт. 2011;8(1):1.**
4. **Сун Ф, Норман ИЈ, Док АЕ. Физичка активност код старијих особа: систематски преглед. БМЦ јавно здравље. 2013;13(1):449.**
5. **Таилор АХ, Цабле НТ, Фаулкнер Г, Хиллсдон М, Нарици М, Ван Дер Биј АК.**

**Физичка активност и старије особе: преглед здравствених користи и ефикасности интервенција. Ј Спортс Сци. 2004;22(8):703–25.**

1. **Аллендер С, Цовбурн Г, Фостер Ц. Разумевање учешћа у спорту и физичкој активности међу децом и одраслима: преглед квалитативних студија. Хеалтх Едуц Рес. 2006;21(6):826–35.**
2. **Блаке Х, Мо П, Малик С, Тхомас С. Колико су ефикасне интервенције физичке активности за ублажавање симптома депресије код старијих људи? Систематски преглед. Цлин Рехабил. 2009;23(10):873–87.**
3. **Диониги Р. Такмичарски спорт као слободно време у каснијем животу: преговори, дискурс и старење. Леис Сци. 2006;28(2):181–96.**
4. **Лионс К, Диониги Р. Трансцендирање емоционалне заједнице: квалитативно испитивање старијих одраслих и учешће мајстора у спорту. Леис Сци. 2007;29(4):375–89.**
5. **Хендерсон КА, Цаспер Ј, Вилсон БЕ, Дерн Л. Понашање, разлог и исходи које перципирају старији учесници игара. Јоурнал оф Парк & Рецреатион Администратион. 2012;30(1):19–35.**
6. **Хео Ј, Цулп Б, Иамада Н, Вон И. Промовисање успешног старења кроз такмичарско учешће у спорту: увиди старијих одраслих. Куал Хеалтх Рес. 2013;23(1):105–13.**
7. **Келлеи К, Литтле С, Јонг Сеон Л, Бирендра КЦ, Хендерсон К. Артикулисање значења позитивног прилагођавања старењу кроз учешће у физичкој активности међу старијим особама. Јоурнал оф Парк & Рецреатион Администратион. 2014;32(1):63–79.**
8. **Смитх ЦЛ, Сторандт М. Учешће у физичкој активности код старијих одраслих: поређење такмичара, не-такмичара и оних који не вежбају. Часопис за старење и физичку активност. 1997;5(2):98.**
9. **Грант БЦ. „Никад ниси престар“: веровања о физичкој активности и бављењу спортом у каснијем животу. Агинг Соц. 2001;21(06):777–98.**
10. **Хеусер Л. Нисмо престари да бисмо се бавили спортом: каријера жена**

**куглачица. Леис Студ. 2005;24(1):45–60.**

**Страна 19 од 20**

1. **Сиегентхалер КЛ, О'Делл И. Старији голфери: озбиљно слободно време и успешно старење. Ворлд Леисуре Јоурнал. 2003;45(1):45–52.**
2. **Леиперт БД, Плункетт Р, Меагхер-Стеварт Д, Сцруби Л, Маир Х, Вамслеи К. Не могу замислити свој живот без тога! цурлинг и промоција здравља: студија фотогласа. Цан Ј Нурс Рес. 2011;43(1):60–78.**
3. **Греен С, Цампбелл Е, Барнетт Л, Митцхелл Р, Радван Д, Ван Беурден Е. Промовисање тимске игре лоптом (лифебалл) код старијих људи: кога ова игра привлачи, а ко наставља. Хеалтх Промот Ј Аустр. 2009;20(2):120–6.**
4. **Мартин КА, Синден АР. Ко ће остати, а ко отићи? Преглед придржавања старијих особа рандомизованим контролисаним испитивањима вежбања. Ј Агинг Пхис Ацт. 2001;9(2):91–114.**
5. **Аустралијска комисија за спорт, признање АСЦ. Шта се дефинише као спорт? [на мрежи] Доступно на хттп**[**://ввв.ауспорт.гов.ау/суппортинг/нсо/**](http://www.ausport.gov.au/supporting/nso/asc_recognition)[**асц\_**](http://www.ausport.gov.au/supporting/nso/asc_recognition)**рецогнитион [приступљено 10. августа 2015]. 2009.**
6. **Еиме РМ, Иоунг ЈА, Харвеи ЈТ, Цхарити МЈ, Паине ВР. Систематски преглед психолошких и друштвених користи од бављења спортом за децу и адолесценте: информациони развој концептуалног модела здравља кроз спорт. Инт Ј Бехав Нутр Пхис Ацт. 2013;10(1):1.**
7. **Еиме РМ, Иоунг ЈА, Харвеи ЈТ, Цхарити МЈ, Паине ВР. Систематски преглед психолошких и друштвених користи од бављења спортом за одрасле: информациони развој концептуалног модела здравља кроз спорт. Инт**
   * **Бехав Нутр Пхис Ацт. 2013;10(135):14.**
8. **Оја П, Титзе С, Бауман А, Де Геус Б, Кренн П, Регер-Насх Б, Колбергер Т. Здравствене предности бициклизма: систематски преглед. Сцанд Ј Мед Сци Спорт. 2011;21(4):496–509.**
9. **Диониги РА. Такмичарски старији спортиста: осврт на психосоцијална и социолошка питања. Теме из геријатријске рехабилитације. 2016;32(1):55–62.**
10. **Пике ЕЦЈ. Процена социологије спорта: о годинама и способностима. Инт Рев за социологију спорта. 2015;50(4–5):570–4.**
11. **Јенкин ЦР, Еиме РМ, Вестербеек Х, О'Сулливан Г, ван Уффелен ЈГЗ. Да ли су 'злата вредни'? Спорт за старије одрасле: предности и препреке њиховог учешћа за спортске организације. Инт Ј Спортска политика и политика. 2016: 1–18.**
12. **Еиме Р, Паине В, Харвеи Ј. Трендови у организованом спортском чланству: утицај на одрживост. Ј Сци Мед Ин Спорт/Спортс Мед Аус. 2009;12(1): 123–9.**
13. **Греи С. Тим клубски спортски клубови за одрасле: модел. Ам Ассоц Бехавориал Социал Сци Онлине Ј. 2004;7:44–8.**
14. **Еиме, РМ, Харвеи, ЈТ, Цхарити, МЈ, Цасеи, ММ, Вестербеек, Х. и Паине,**

**ВР, Узрасни профили учесника спорта. БМЦ Спортска наука, медицина и рехабилитација, 2016.8(1): стр. 1.**

1. **Цонделло Г, Пуггина А, Алексовска К, Буцк Ц, Бурнс Ц, Цардон Г, Царлин А, Симон Ц, Циарапица Д, Цоппингер Т. Бихевиоралне детерминанте физичке активности током животног тока: а „ДЕтерминанти исхране и физичке активности ”(ДЕДИПАЦ) кровни систематски преглед литературе. Инт Ј Бехав Нутр Пхис Ацт. 2017;14(1):58.**
2. **Еиме РМ, Савиер Н, Харвеи ЈТ, Цасеи ММ, Вестербеек Х, Паине ВР. Интегрисање јавног здравља и спортског менаџмента: трендови учешћа у спорту 2001–2010.**

**Спорт Манаге Рев. 2015;18(2):207–17.**

1. **Еиме РМ, Харвеи ЈТ, Савиер НА, Цраике МЈ, Симонс ЦМ, Паине ВР. Промене у спорту и учешћу у физичкој активности за адолесцентке: лонгитудинална студија. БМЦ јавно здравље. 2016;16(1):533.**
2. **Кмет, ЛМ, РЦ Лее и ЛС Цоок, Стандардни критеријуми за процену квалитета за оцењивање примарних истраживачких радова из различитих области. 2004, Алберта Херитаге Фоундатион фор Медицал Ресеарцх Едмонтон.**
3. **Легаре Ф, Ратте С, Гравел К, Грахам ИД. Препреке и фасилитатори за имплементацију заједничког одлучивања у клиничкој пракси: ажурирање систематског прегледа перцепција здравствених радника. Патиент Едуц Цоунс. 2008;73(3):526–35.**
4. **Ву О, Баиоуми Н, Вицкерс МА, Цларк П. АБО (Х) крвне групе и васкуларне болести: систематски преглед и мета-анализа. Ј Тхромб Хаемост. 2008; 6(1):62– 9.**
5. **Скуирес ЈЕ, Естаброокс ЦА, Густавссон П, Валлин Л. Индивидуалне детерминанте коришћења истраживања од стране медицинских сестара: ажурирање систематског прегледа. Имплемент Сци. 2011;6(1):1.**
6. **Хенри АЛ, Киле СД, Бхандари С, Цхисхолм А, Гриффитхс ЦЕМ, Бунди Ц. Меасуремент, цлассифицатион анд евалуатион оф слееп дистурбанце ин псориасис: а систематиц ревиев.**

**ПЛоС Оне. 2016;11(6):е0157843.**

1. **Плуие П, Хонг КН. Комбиновање моћи прича и моћи бројева: истраживање мешовитих метода и мешовити прегледи студија.**

**Здравство. 2014;35(1):29.**

**Јенкинет ал. БМЦ јавно здравље (2017) 17:976**

1. **Мером Д, Цармен Ц, Камалесх В, Адриан Б. Колико је била разноврсна физичка активност у слободном времену старијих Аустралијанаца током протекле деценије? Ј**

**Сци Мед Спорт. 2012;15(3):213–9.**

1. **Цхаудхури М, Схелтон Н. Физичка активност међу 60-69-годишњацима у Енглеској: знање, перцепција, понашање и фактори ризика. Старење и друштво. 2010;30(8):1343–55.**
2. **Стеиндорф К, Цханг-Цлауде Ј, Флесцх-Јанис Д, Сцхмидт МЕ. Одреднице спорта, бициклизма, ходања и укупне физичке активности у слободно време међу женама у постменопаузи у Немачкој. Јавно здравље Нутр. 2010; 13(11):1905–14.**
3. **Коенеман МА, Цхинапав МЈМ, Верхеијден МВ, ван Тилбург ТГ, Виссер М, Деег ДЈХ, Хопман-Роцк М. Да ли велики животни догађаји утичу на физичку активност код старијих одраслих: студија лонгитудиналног старења у Амстердаму. Инт Ј Бехав Нутр Пхис Ацт. 2012;9**
4. **Хунт К, Форд Г, Мутрие Н. Да ли је спорт за све? Обрасци вежбања и физичке активности у раним и касним средњим годинама на западу Шкотске. Хеалтх Едуц. 2001;101(4):151– 8.**
5. **Ким Ј, Иамада Н, Хео Ј, Хан А. Здравствене предности озбиљног укључивања у слободне активности међу старијим одраслим Корејцима. Инт Ј Квалитативне студије о**

**здрављу и благостању. 2014;9**

1. **Еман Ј. Улога спорта у осмишљавању процеса старења. Ј Агинг Студ. 2012;26(4):467–75.**
2. **Ландис ЈР, Коцх ГГ. Мерење сагласности посматрача за категоричке податке.**

**Биометрија. 1977: 159–74.**

1. **Бреуер Ц, Вицкер П. Смањење спортске активности са порастом старости? Налази из 20-**

**годишње лонгитудиналне и кохортне анализе секвенце. Рес К Екерц Спорт. 2009;80(1):22–31.**

1. **Палациос-Цена Д, Фернандез-де-Лас-Пенас Ц, Хернандез-Баррера В, Јименез-Гарциа Р, Алонсо-Бланцо Ц, Царрасцо-Гарридо П. Повећано учешће у спорту у Шпанији: студија временског тренда заснована на популацији 21 381 одрасла особа у 2000., 2005. и 2010. Бр Ј Спортс Мед. 2012;46(16):1137–9.**
2. **Сцхеердер, Ј., Б. Ванреусел и Такс М., Стратификациони обрасци активног бављења спортом међу одраслима: друштвена промена и упорност. Инт Рев за социологију спорта, 2005. 40(2): стр. 139–162;273;375;277–278.**
3. **Сцхеердер Ј, Вос С. Социјална стратификација у спортском учешћу одраслих из перспективе временског тренда. Резултати 40-годишње студије домаћинстава. Еур Ј Спорт и Соц. 2011;8(1–2):31–44.**
4. **Енгел Ц, Нагел С. Учешће у спорту током живота. Еур Ј Спорт и Соц.**

**2011;8(1–2):45–63.**

1. **Харада М. Рани и каснији обрасци учешћа у спорту међу активним старијим особама у Јапану. Ј Агинг Пхис Ацт. 1994;2(2):105–14.**
2. **Цозијнсен Р, Стевенс НЛ, Ван Тилбург ТГ. Тренд у спорту међу холандским пензионерима, 1983–2007. Агинг Соц. 2013;33(04):698–719.**
3. **Ланглеи ДЈ, Книгхт СМ. Континуитет у спортском учешћу као адаптивна стратегија у процесу старења: наратив животног века. Ј Старење и физичка активност. 1999;7(1):32.**
4. **Атцхлеи РЦ. Теорија континуитета нормалног старења. Геронтолог. 1989; 29(2):183–90.**
5. **Аустралијско министарство трезора и финансија, Аустралија до 2050: будући изазови. Међугенерацијски извештај серије бр. 3. 2010, Канбера: Трезор.**
6. **Јуарбе Т, Турок КСП и Перез-стабилна ЕЈ. Уочене предности и препреке за физичку активност код старијих Латино жена. Вест Ј Нурс Рес. 2002;24(8): 868– 86.**
7. **Бетханцоурт ХЈ, Росенберг ДЕ, Беатти Т, Артербурн ДЕ. Препреке и фасилитатори коришћења програма физичке активности код старијих особа. Цлин Мед Рес. 2014;12(1–2):10–20.**
8. **Пател А, Сцхофиелд ГМ, Колт ГС, Кеогх Ј. Уочене препреке, користи и мотиви за физичку активност: два програма преписивања физичке активности примарне здравствене заштите. Ј Агинг Пхис Ацт. 2013;21(1):85.**
9. **Сеабра АФ, Мендонца ДМ, Тхомис МА, Петерс ТЈ, Маиа ЈА. Асоцијације између спортског учешћа, демографских и социо-културних фактора код португалске деце и адолесцената. Еур Ј Јавно здравље. 2008;18(1):25–30.**
10. **Фаррелл Л, Схиелдс МА. Истраживање економских и демографских одредница спортског учешћа у Енглеској. Ј Роиал Стат Соц: Сер А (Статистика у друштву). 2002;165(2):335–48.**
11. **Цасперсен, ЦЈ, МА Переира, анд Цурран КМ, Промјене у обрасцима физичке активности у**

**Сједињеним Државама, према полу и старости попречног пресјека. Мед Сци Спортс Екерц, 2000. 32(9): стр. 1601–1609.**

1. **Телама Р, Ианг Кс, Виикари Ј, Валимаки И, Ванне О, Раитакари О. Физичка активност од детињства до одраслог доба: 21-годишња студија праћења. Ам Ј Прев Мед. 2005;28(3):267–73.**

**Страна 20 од 20**

1. **Цоусинс, СО, Социјална подршка вежбању међу старијим женама у Канади. Хеалтх Промотион Инт, 1995. 10(4): стр. 273–282 10 стр.**
2. **Сцхеердер Ј, Тхомис М, Ванреусел Б, Лефевре Ј, Ренсон Р, Еинде БВ, Беунен ГП. Учешће у спорту међу женама од адолесценције до одрасле доби лонгитудинална студија. Инт Рев Социологија спорта. 2006;41(3–4):413–30.**
3. **Кнутх АГ, Халлал ПЦ. Временски трендови у физичкој активности: систематски преглед. Ј Пхис Ацт Хеалтх. 2009;6(5):548.**
4. **Стаматакис Е, Цхаудхури М. Временски трендови у обрасцима учешћа одраслих у спорту у**

**Енглеској између 1997. и 2006. године: здравствено истраживање за Енглеску.**

**Бр Ј Спортс Мед. 2008;42(11):901–8.**

1. **Јенкин ЦР, Еиме Р, Вестербеек ХМ, Уффелен В, Ј ГЗ. Зашто се старији не баве спортом? Пријављено припремљено за Аустралиан Спортс Комисија. Аустралија: Универзитет Викторија, Институт за спорт, вежбање и активан живот (ИСЕАЛ); 2016.**
2. **Фаирцлоугх СЈ, Бодди ЛМ, Хацкетт АФ, Страттон Г. Асоцијације између социоекономског статуса деце, статуса тежине и пола, са седентарним понашањем заснованим на екрану и учешћем у спорту. Инт Ј Педиатр Обес. 2009;4(4): 299–305.**
3. **Грациа-Марцо Л, Томас Ц, Виценте-Родригуез Г, Јименез-Павон Д, Реи-Лопез ЈП, Ортега ФБ, Ланза-Саиз Р, Морено ЛА. Ваннаставно учешће у спорту и социо-демографски фактори код шпанских адолесцената: студија АВЕНА. Ј Спортс Сци. 2010;28(13):1383–9.**
4. **Довнвард П, Расциуте С. Истраживање коваријата спортског учешћа за здравље: анализа мушкараца и жена у Енглеској. Ј Спортс Сци. 2015;33(1): 67–76.**
5. **Цасеи ММ, Еиме РМ, Паине ВР, Харвеи ЈТ. Коришћењем социоеколошког приступа испитати учешће у спорту и физичкој активности међу сеоским адолесценткињама. Куал Хеалтх Рес. 2009;19(7):881–93.**
6. **Еиме РМ, Цасеи ММ, Харвеи ЈТ, Цхарити МЈ, Иоунг ЈА, Паине ВР. Учешће у модификованим спортским програмима: лонгитудинално проучавање преласка деце на клупско спортско такмичење. БМЦ јавно здравље. 2015;15(1):649.**



**Пошаљите свој следећи рукопис у БиоМед Централ и ми ћемо вам помоћи на сваком кораку:**

* **Прихватамо упите пре подношења**
* **Наш алат за бирање вам помаже да пронађете најрелевантнији часопис**
* **Пружамо корисничку подршку 24 сата дневно**
* **Згодно онлајн подношење**
* **Темељна рецензија колега**
* **Укључивање у ПубМед и све главне услуге индексирања**
* **Максимална видљивост за ваше истраживање**

**Пошаљите свој рукопис на**

**ввв.биомедцентрал.цом/субмит**