

POHYBOVÁ AKTIVITA, ZDRAVIE A KVALITA ŽIVOTA

Pod týmto už tradičným názvom sa konal 5. ročník medzinárodnej vedeckej konferencie, ktorú v dňoch 24. – 26. apríla 2024 usporiadal Ústav telesnej výchovy a športu UPJŠ v Košiciach. Konferencia sa konala v príjemnom prostredí hotela Lesanka v areáli ružínskej priehrady. Na organizácii konferencie sa podieľali už tradiční partneri z Jan Dlugosz University v Czestochowej, Lesya Ukrainka Volyn National University a J. E. Purkyně University v Ústí nad Labem. Zúčastnilo sa jej 54 kolegýň a kolegov z 8 poľských 3 českých, jednej ukrajinskej a 3 slovenských univerzít.

Konferenciu otvoril predseda vedeckého výboru prof. PaedDr. Ján Junger, CSc., ktorý na nej za organizátorov privítal prorektorku UPJŠ v Košiciach pre interdisciplinárne vzdelávanie a inovácie doc. PaedDr. Renátu Orosovú, PhD. a riaditeľku ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach Mgr. Alenu Bukovú, PhD., univerzitnú docentku. Obidve dámy sa následne účastníkom konferencie prihovorili svojimi pozdravnými vystúpeniami.

Multidisciplinárnosť konferencie potvrdil už výber a zameranie referátov pozvaných prednášajúcich. Ako prvý vystúpil dr. hab. prof. UR Emilian Zadarko z Institute of Physical Culture Sciences, Medical College of Rzeszow University, Poľsko s témou referátu *Relationship of cardiorespiratory fitness of university students with leisure-time physical activity and somatic parameters*. Druhou referujúcou bola naša kolegyňa Mgr. Iveta Rajničová Nagyová, PhD., FABMR prednostka Ústavu sociálnej a behaviorálnej medicíny LF UPJŠ v Košiciach, ktorá zároveň reprezentovala aj svoje druhé odborné pracovisko European Public Health Association – EUPHA, Utrecht, Holandsko. Téma jej referátu bola *Behavioural innovations in the context of physical activity, health, and quality of life*. Pozvané referáty uzavrel vedúci katedry rekreológie z Fakulty telesnej kultúry Univerzity Palackého v Olomouci Mgr. Zdeněk Hamřík, Ph.D. témou *Associations between organized team and individual sports and adolescent mental well-being*. Z obsahu referátov bolo možné vycítiť obavy z nárastu sedavého spôsobu života súčasnej generácie spôsobené nástupom vedecko-technického pokroku, najmä informačno-komunikačných technológií, na ktoré nie je ľudský organizmus pripravený, ale ich negatívne prejavy (zmien) dynamicky narastajú. A keďže v praxi overeným a vedecky potvrdeným najefektívnejším prostriedkom prevencie pred týmito civilizačnými problémami (ochoreniami) je pravidelne vykonávaná pohybová aktivita, diskusia bola zameraná na formy a spôsoby jej začlenenia do životného štýlu súčasnej a budúcej populácie.

Po úvodných referátoch a krátkej prestávke nasledovala prvá sekcia odborných vystúpení v ktorej odznelo 5 referátov. Boli zamerané na zdravotne orientované cvičebné programy detí mladšieho a staršieho školského veku, vybrané formy aktívneho a neaktívneho životného štýlu vysokoškolákov, motiváciu k aktívnemu životnému štýlu a skúsenosti a pripravenosť učiteľov pracovať s deťmi s depresiou.

Popoludní v rámci druhej sekcie vystúpilo taktiež 5 referujúcich a obsahom ich vystúpení bol tréning pozornosti vo vrcholovom športe, účinky využívania fínskej sauny, pripravenosť na záťaž, kardiovaskulárna zdatnosť a aeróbna vytrvalosť vysokoškolákov UPJŠ.

Tretí blok pozostával z posterovej sekcie. Výsledky svojej vedecko-výskumnej činnosti prezentovalo touto formou 26 účastníkov konferencie.

Veľmi pozitívny ohlas zaznel na fakt, že ešte počas rokovania bol na stránke univerzitnej knižnice UPJŠ v Košiciach zverejnený zborník abstraktov, na základe ktorého si mohli aktívni účastníci potvrdiť po návrate na materské pracovisko svoju publikačnú aktivitu.

Ako to už na takýchto podujatiach býva zvykom, v programe konferencie bol vytvorený priestor aj na spoločenskú stránku. V prvý deň išlo o športovo-rekreačne zameraný program, ktorý účastníci konferencie využili na pobyt vo wellness centre a súťaže družstiev v bowlingu. Najmä tá druhá časť, pre neobyčajne veľký záujem, končila až v neskorých večerných hodinách. Na druhý deň organizátori konferencie pripravili spoločenské posedenie, ktoré v dôsledku dlhšej pauzy spôsobenej pandémiou Covid-19 bolo veľmi dobrou príležitosťou na výmenu skúseností a rozhovory priateľov i nových kolegov.

Potešujúce a povzbudzujúce slová pre organizátorov konferencie odzneli na záver, pri odchode účastníkov, ktorí bez ohľadu odkiaľ prišli konštatovali, že to bola po dlhom období jedna z najvydarenejších konferencií na ktorých sa mohli zúčastniť. Ďakujeme.

prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.
predseda vedeckého výboru