

TURYSTYKA I REKREACJA



Komitet Redakcyjny „Turystyka i Rekreacja”

Redaktor naczelny – Monika Guskowska
Z-ca redaktora naczelnego – Marian Kowalewski
Sekretarze – Małgorzata Gałązka, Agata Stefanowska
Redaktorzy tematyczni:
• Turystyka – Anna Pawlikowska-Piechotka
• Rekreacja – Ewa Kozdroń
Redaktor językowy – Maria Jolanta Sidorowska
Redaktor językowy tekstów anglojęzycznych – Tobi Hunt
Redaktor statystyczny – Michał Obukowicz
Redaktor naukowy numeru – Monika Guskowska

Rada Redakcyjna

Wiesław Alejziak (Kraków)
Patricia Geraldo de Lima (Birmingham, Wielka Brytania)
Rod Gilbert (Birmingham, Wielka Brytania)
Edmundas Janiskas (Kowno, Litwa)
Juan-Carlos Luis-Pascal (Madryt, Hiszpania)
Ludwik Mazurkiewicz (Warszawa)
Michał Lenartowicz (Warszawa)
Mariusz Lipowski (Gdańsk)
Simona Pajaujiene (Kowno, Litwa)
Olivier Saissi (Toulon, Francja)
Roberta Santoro (Bari, Włochy)
Biruta Svagzdiene (Kowno, Litwa)
Irena Valantine (Kowno, Litwa)

Adres:

Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie
ul. Marymoncka 34, 00-968 Warszawa

Adres e-mail: t.i.r@wp.pl

WWW.awf.edu.pl / Nauka / Wydawnictwa / Czasopisma

tom 12/2015 nr 1

TURYSTYKA I REKREACJA

Akademia Wychowania Fizycznego
Józefa Piłsudskiego w Warszawie

ISSN 1895-3700

©Copyright by Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie

Wszystkie prawa zastrzeżone

Przedruk i reprodukcja w jakiegokolwiek postaci całości lub części bez pisemnej zgody wydawcy są zabronione

Opracowane na podstawie oryginalnych tekstów dostarczonych przez Autorów

WYDAWNICTWO AWF WARSZAWA
ul. Marymoncka 34, 00-968 Warszawa

Projekt okładki – Waldemar Dorcz
Autor zdjęcia – Adam Guskowski

Wydanie tomu sfinansowano ze środków
Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego

Nakład 100 egz.

biały
drukarnia **kruk**

Druk i oprawa

Drukarnia Biały Kruk
Sobolewo, ul. Tygrysia 50, 15-509 Białystok
tel. 85 868 40 60, 85 740 47 04
e-mail: druk@bialykruk.com

Spis treści / Contents**Julia Murrmann**

Znaczenie kompetencji lingwistycznych w branży turystycznej w Polsce: pracodawcy o znajomości języków obcych	7
<i>The importance of linguistic competences in the tourism sector in Poland: Employers about foreign languages skills</i>	18

Krzysztof Lipecki, Łukasz Lic, Paweł Kukła

Poziom aktywności i sprawności fizycznej a wskaźnik masy ciała (BMI) studentek kierunku Turystyka i rekreacja Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie ²⁹	
<i>Levels of physical activity and physical ability and their correlation to the Body Mass Index (BMI) in female students of Tourism and Recreation at Cracow University of Economics</i>	37

Jolanta Kowal

Czas wolny i jego wykorzystanie przez żołnierzy zawodowych	45
<i>Free time and its use by professional soldiers</i>	55

Małgorzata Gałzka

Turystyka w gminie Czosnów w opinii społeczności lokalnej	64
<i>Tourism in the Czosnów district in the eyes of the local community</i>	75

Agata Stefanowska

Turystyka i rekreacja na Warszawskim odcinku Wisły – analiza SWOT	85
<i>Tourism and recreation in the Warsaw section of the Vistula: SWOT analysis</i>	94

Jarosław Herbert, Wojciech Czarny

Rekreacyjno-turystyczne formy aktywności w systemie wychowania fizycznego	103
<i>Recreational and tourist forms of activity in the physical education system</i>	111

Małgorzata Nyc

Animacja aktywności rekreacyjno-sportowej dzieci z wykorzystaniem gier i zabaw na koniu.	119
<i>Animation of recreational and sports activity among children through use of pony games.</i>	126

Julia Murrmann

Uniwersytet Warszawski, Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie

Znaczenie kompetencji lingwistycznych w branży turystycznej w Polsce: pracodawcy o znajomości języków obcych

Streszczenie

W artykule podjęto tematykę racjonalnego dopasowania kompetencji obecnych i potencjalnych pracowników do wymagań stawianych przez pracodawców, co jest warunkiem obopólnych korzyści i możliwości efektywnego rozwoju obu stron. Skupiono się na kompetencjach lingwistycznych i ich istotności w branży turystycznej. Celem badań było określenie społecznej wartości znajomości języków obcych i wielojęzyczności na rynku pracy w sektorze turystycznym we współczesnej Polsce. Innymi słowy postawiono pytanie czy i w jakim stopniu kompetencje językowe są ważne w szeroko rozumianej pracy w turystyce. Jako metody badawcze wykorzystano jakościową i ilościową analizę treści ogłoszeń o pracę i wywiady eksperckie, które przeprowadzono z przedstawicielami działów personalnych. Z badań wyłania się obraz branży turystycznej, która niekoniecznie zainteresowana jest kompetencjami językowym pracowników. Od kandydatów oczekuje się generalnie znajomości języka angielskiego, czasem biegłej, czasem tylko komunikatywnej. Wymagania w stosunku do innych języków obcych należą do rzadkości. W niektórych ogłoszeniach o pracę nie ma w ogóle mowy o wymogach językowych, co można interpretować jako brak zainteresowania takimi kompetencjami i stanowcze przekonanie, że wielojęzyczność nie ma racji bytu. Niemniej jednak, po analizie programów dydaktycznych, można stwierdzić, że uniwersytety i szkoły wyższe kształcące przyszłym specjalistów ds. turystyki przywiązują wagę do wielokierunkowej edukacji językowej.

Słowa kluczowe: praca w turystyce, język, kompetencje lingwistyczne

Wstęp

We współczesnym społeczeństwie panuje powszechne przekonanie, że znajomość języków obcych jest ważna i przydatna. Pod tym względem nie można być *overeducated* – poliglota są w cenie i każdy kolejny język obcy to atut i wartość dodana kandydata. Jest to szczególnie istotne dla krajów, których języki narodowe nie należą do języków o wysokiej wartości komunikacyjnej. Niewątpliwie Polska jest w takiej sytuacji, gdyż wartość komunikacyjna języka polskiego jest niska, poza lokalnym znaczeniem w strefach przygranicznych (Pfeiffer, 2001). Znajomość języka angielskiego, współczesnej *lingua franca*, jest postrzegana jako warunek *sine qua non* znalezienia dobrej pracy i utrzymania

jej w dobie ciągłych i szybkich zmian społeczno-gospodarczych. W tym kontekście należy przywołać wyniki badań społecznych mówiących o znajomości angielskiego w Polsce. Według badań CBOS po angielsku potrafi porozumieć się prawie co trzeci Polak (30%) (Boguszewski, 2012), a z badań *Diagnozy Społecznej* z 2011 roku wynika, że angielski zna czynnie - co należy rozumieć jako dobrą znajomość - 18,4% Polaków (Czapiński, Panek, 2011). Osoby jednojęzyczne, według badań CBOS 49% Polaków (Boguszewski, 2012), będą marginalizowane i powoli wykluczane społecznie ze względu na brak ważnej kompetencji komunikacyjnej. Wielojęzyczność (12% Polaków deklaruje znajomość dwóch, a tylko nieliczni, 2% Polaków, komunikują się w co najmniej trzech językach) miałyby być

elementem prestiżu i przepustką do otrzymania atrakcyjnej pracy. Czy jednak wielojęzyczność jest faktycznie ceniona przez pracodawców i czy można mówić o wpływie znajomości wielu języków na sukces zawodowy? Czy w każdej branży i na każdym stanowisku kompetencje lingwistyczne są przydatne? Jak przedstawia się sytuacja w sektorze turystycznym?

Spektrum działalności zawodowej w branży turystycznej jest bardzo szerokie. Praca w branży turystycznej może oznaczać zatrudnienie w różnego rodzaju bazie noclegowej (m.in. hotelach i ośrodkach konferencyjnych), w biurach podróży, w usługach transportowych, w obsłudze krajowego i zagranicznego ruchu turystycznego (jako opiekun, kierownik kolonii, pilot wycieczek, przewodnik turystyczny, rezydent), w organizacjach turystycznych, w wydawnictwach i prasie turystycznej. Pracę w turystyce charakteryzuje sezonowość i różne formy zatrudnienia osób związanych z obsługą ruchu turystycznego. Może być to pracownik etatowy biura (zatrudniony na podstawie umowy o pracę), osoba fizyczna przyjmująca doraźnie zlecenie obsługi imprezy (zatrudniona na podstawie umowy zlecenie) albo niezależny podmiot gospodarczy współpracujący z organizatorem imprezy turystycznej (w ramach własnej działalności gospodarczej) (Kruczek, 2002).

Biorąc pod uwagę różnorodność stanowisk i specyfikę samej pracy w turystyce jest wiele umiejętności nieodzownych do funkcjonowania w tej branży. Ważne są m.in. kompetencje społeczne, wiedza z zakresu geografii, podstawy ekonomii. Trudno znaleźć jednak jeden wspólny mianownik, gdyż w różnych zawodach, wpisujących się w pracę w branży turystycznej *sensu largo*, akcenty mogą być inaczej rozłożone. Nie dziwi wobec tego fakt, iż osoby zatrudnione w tym sektorze rekrutują się z wielu różnych kierunków studiów. *De facto* nawet osoby bez wyższego wykształcenia mogą znaleźć zatrudnienie w tej gałęzi gospodarki. Istnieją oczywiście pewne standardowe, uniwersalne kompetencje pożądanego przez pracodawców, które charakteryzują prawie wszystkie sektory gospodarki (jak szybkość uczenia się, obsługa komputera, komunikatywność, dobra organizacja pracy, *team spirit*,

itd.). Także znajomość języków obcych wydaje się zajmować szczególną pozycję i być „paszportem”. Takiego porównania używają powszechnie pracownicy „miękkiego HR-u” oraz Rada Europy (<http://europass.cedefop.europa.eu>).

Szczególnym argumentem przemawiającym za przydatnością kompetencji językowych w turystyce byłaby międzynarodowość niejako wpisana w fenomen turystyki. Turystyka to „spotkanie” różnych kultur, a to implikuje przekroczenie granic własnej kultury, a zatem i własnego języka. Ponadto, znajomość języków obcych to możliwość nieustannego rozwijania się, poszerzania wiedzy i lepszego przystosowania się do zmieniających się warunków życia społecznego i zawodowego, a praca w turystyce charakteryzuje się dużą dynamicznością. Choć brakuje w tym zakresie badań, można powiedzieć, że istnieją przesłanki, żeby uważać, że praca w szeroko rozumianej branży turystycznej powinna łączyć się ze znajomością języków obcych. Nawet jeśli nie zawsze praca ta musi oznaczać zagraniczne wyjazdy (w tym przypadku trudno sobie wyobrazić w ogóle osobę jednojęzyczną), to także krajowa obsługa turystów wiąże się z komunikacją z cudzoziemcami (*face to face*, telefonicznie lub za pośrednictwem Internetu – pisemnie lub ustnie). Znalezienie najprostszej informacji w sieci wymaga niejednokrotnie znajomości języka angielskiego. Większość firm funkcjonujących na rynku polskim ma albo zagranicznego właściciela albo dostawców czy klientów lub mamy wręcz do czynienia z nawarstwianiem się okoliczności wymagających kompetencji językowych

Choć, jak wspomniano, brakuje badań w tym obszarze (szczególnie tych dotyczących wartości znajomości języków obcych w branży turystycznej), można przywołać dane, na których podstawie można mówić o szczególnym związku turystyki i kompetencji językowych. Z badań społecznych na reprezentatywnych próbach (m.in. CBOS, *Diagnoza społeczna*) wynika, że umiejętności lingwistyczne, podobnie jak wyjazdy zagraniczne, są w dużym stopniu uwarunkowane społecznie. Różnicują je przede wszystkim takie cechy respondentów jak: poziom wykształcenia, status zawodowy i materialny, a także wiek czy wielkość miejscowości zamieszka-

nia (Boguszewski, 2012; Czapiński, Panek, 2011). A zatem, im wyższe wykształcenie badanych, pozycja zawodowa i dochody oraz lepsze warunki materialne, a także im większa miejscowość zamieszkania, tym częstsze deklaracje o posługiwaniu się językiem obcym. Znajomości języków sprzyja także młody wiek. Jak podkreśla Boguszewski (2012), różnicowania pokoleniowe mają nie tylko znaczenie w analizie samego faktu znajomości języków obcych, ale również warunkują to, w jakich językach respondenci potrafią się porozumieć. Osoby starsze, jeśli już znają jakiś język obcy, to zazwyczaj jest nim rosyjski, który natomiast bardzo rzadko znany w najmłodszej grupie wiekowej, dosyć powszechnie porozumiewającej się w języku angielskim. Lata 90. XX wieku stanowiłyby tutaj zapewne pewien moment zwrotny w związku ze zmianami programów nauczania w szkolnictwie polskim.

Boguszewski (2012) stwierdza, iż w związku z tym, że te same zmienne niezależne, o których mowa wyżej, różnicują zarówno deklaracje dotyczące wyjazdów zagranicznych, jak i znajomości języków obcych, nie powinna dziwić znacząca współzależność pomiędzy podróżowaniem poza Polskę a umiejętnościami lingwistycznymi ($\Phi = 0,346$; $p < 0,001$). Badani, którzy potrafią porozumieć się w przynajmniej jednym języku obcym, istotnie częściej wyjeżdżają za granicę niż ci, którzy nie wykazują takich umiejętności (85% wobec 53%). Jest to zapewne słuszny wniosek, choć należy zauważyć, że trudno jest jednoznacznie określić kierunek zależności i ustalić, co jest skutkiem, a co przyczyną. Ta sama uwaga dotyczy wyników badań CBOS z 2009 roku. Wciórka (2009) stwierdza, że umiejętnościom lingwistycznym sprzyjają podróże zagraniczne. Osoby, które były za granicą, potrafią porozumieć się w obcym języku ponad dwukrotnie częściej (58%) niż te, które nigdy nie wyjeżdżały poza granice Polski (24%). Są to niewątpliwie wartości odnotowania fakty, ale pozostaje wątpliwość, która zmienna wpływa na którą. Na marginesie można dodać, iż rysuje się tu nowy ciekawy obszar do kolejnych badań.

Celem badań było określenie wartości znajomości języków obcych w branży turystycznej. Postawiono dwa pytania badawcze:

- 1) Jaką wartość mają kompetencje językowe dla pracodawców w branży turystycznej?
- 2) Jaką wagę do kształcenia językowego przywiązują uczelnie wyższe kształcące specjalistów ds. turystyki?

Material i metody

W celu określenia wartości znajomości języków obcych w branży turystycznej wykorzystano dwie metody badawcze. Po pierwsze, przeprowadzono wywiady socjologiczne, które uważa się za jedną z najważniejszych i najpowszechniej stosowanych technik zbierania informacji w badaniach służących celom praktyki społecznej, gospodarczej i politycznej (Lutyńska 2005). Wywiad ekspercki (ang. *expert interview*) jest specyficznym wywiadem jakościowym, gdyż badacz rozmawia z respondentem, o którym z założenia wiadomo, że posiada dużą wiedzę na temat zagadnienia będącego przedmiotem badania i specyficzne kompetencje eksperckie (Flick, 2006). Wywiad taki jest zazwyczaj tylko częściowo ustrukturyzowany. Prowadzący nadaje ogólny kierunek i kładzie nacisk na interesujące go zagadnienia (Babbie, 2009). Niewątpliwą wadą tej metody jest to, iż ma słabszą wartość badawczą przy generalizacji.

Wywiady eksperckie z pracodawcami prowadzono w marcu i kwietniu 2013 roku. Dnia 5 marca 2013 odbyły się w warszawskim Pałacu Kultury akademickie targi pracy *Jobbing*, zorganizowane już po raz kolejny ze wspólnej inicjatywy biur karier warszawskich uczelni wyższych. Wykorzystano tę okazję do przeprowadzenia kilku wywiadów z przedstawicielami potencjalnych pracodawców, a także do nawiązania kontaktów i zorganizowania kolejnych spotkań. Z przedstawicielami branży turystycznej przeprowadzono 5 wywiadów eksperckich. Na marginesie można dodać, że prowadzono także wywiady eksperckie ze specjalistami z innych branż zawodowych (wykorzystując typologię stosowaną przez portale z ogłoszeniami o pracę: Finanse/Ekonomia; Sprzedaż; Inżynieria; Media/Sztuka/Rozrywka). Wywiady odbywały się w języku polskim i miały charakter bezpośredniej (*face-to-face*) swobodnej rozmowy, choć był przygotowany ze-

staw pytań pomocniczych, dotyczących istotności języków obcych w turystyce. Wywiady trwały od kilkunastu do kilkudziesięciu minut, w zależności od dyspozycyjności eksperta. Dane personalne ekspertów kodowano używając następującej formuły: „INICJAŁY, branża”, np. „A.Z., turystyka/hotelarstwo”.

Drugą metodą badawczą była analiza treści, w tym przypadku analiza ogłoszeń o pracę oraz programów studiów uczelni wyższych kształcących przeszłych specjalistów do spraw turystyki. Ogłoszenia o pracę analizowano w kwietniu i maju 2013. Dane z ogłoszeń zostały zakodowane zarówno pod względem treści jawnych, jak i ukrytych. Skupiono się na informacjach dotyczących kompetencji językowych kandydatów do pracy. W trosce o trafność i rzetelność badań, przeanalizowano szczegółowo po 100 ogłoszeń (100 ostatnich, tj. najnowszych, które zostały opublikowane i dostępne były do wglądu) na dwóch popularnych ogólnopolskich portalach rekrutacyjnych Pracuj.pl i Gazetapraca.pl (portal *Gazety Wyborczej*). Wykorzystywano także zestawienia i statystyki dotyczące wymagań językowych w różnych branżach sporządzone przez administrujących portal Pracuj.pl (portal Gazetapraca.pl takich zestawień nie oferuje). Ujęcia te jednak w pewnym sensie przekłamują i zniekształcają realia, gdyż zliczają wszystkie wymienione w ogłoszeniu języki, także te w formie alternatywy (angielski lub niemiecki), a poza tym, nie umożliwiają wychycenia ogłoszeń, w których wymagana jest wielojęzyczność, tj. znajomość kilku języków równocześnie. Dlatego zdecydowano się na samodzielną analizę – każdorazowo – 100 najnowszych ogłoszeń, która była bardziej czasochłonna, ale umożliwiła odnalezienie treści adekwatnych do potrzeb zaplanowanych badań.

Analizie poddano także założenia programowe dotyczące nauczania językowego sześciu warszawskich uczelni wyższych kształcących przeszłych specjalistów do spraw turystyki.

Dzięki połączeniu różnych metod są podstawy, by sądzić, że uzyskano wystarczające nasycenie teoretyczne. Zachowując ostrożność, można wyciągnąć pewne wnioski uogólniające.

Wyniki

Kompetencje lingwistyczne w oczach pracodawców w branży turystycznej

Na podstawie przeanalizowanych ogłoszeń o pracę oraz wywiadów z pracodawcami można stwierdzić, że wspólnym mianownikiem stawianych wymagań językowych jest znajomość języka angielskiego. Znajomość drugiego języka wymagana jest rzadziej, zapotrzebowanie na znajomość trzech języków obcych jest znikome. Taki stan rzeczy może, według specjalisty w strefie doradczej dla studentów podczas uniwersyteckich targów pracy *Jobbing*, wynikać z faktu, iż w przypadku większości stanowisk język angielski zupełnie wystarczy lub że ogłoszenia komponowane są „standardowo”, gdyż pracodawcy znają realia: szukając osoby z większymi kompetencjami niż angielski sami stwarzają sobie problem.

W tabeli 1. przedstawiono wyniki szczegółowej analizy wymagań sformułowanych w stosunku do kandydatów (do pracy, na staż lub na praktyki) na różne stanowiska w branży nazwanej przez administrujących portal „turystyka/hotelarstwo”. Analizie poddano informacje znajdujące się w rubrykach: „Wymagania”, „Oczekiwania”, „Profil kandydata”, „Kwalifikacje”, „Requirements”, a także opisy stanowisk i przewidywany zakres obowiązków. W tabeli wyszczególnione zostały wszystkie pojawiające się kategorie dotyczące wymagań językowych. Podana została łączna liczba wskazań. Uwzględnione zostały także te przypadki, w których pracodawca zaznaczył, że dana kompetencja lingwistyczna będzie dodatkowym atutem (*Other language will be an asset/an added value/ a plus/ an advantage*).

Jak można zauważyć, w przypadku znacznej większości ofert (72% ogłoszeń z portalu Pracuj.pl i 64% ogłoszeń z portalu Gazetapraca.pl) oczekuje się od kandydatów tylko znajomości języka angielskiego. Różnie definiowany jest oczekiwany stopień biegłości w tym języku: zdecydowano oddzielnie ująć „stopień komunikatywny”, „dobrą/praktyczną znajomość”, „bardzo dobra znajomość”, „płynna/perfekcyjna/biegła znajomość” (oraz angielskie opisy *fluency*), choć należy mieć świadomość, że do

pewnego stopnia może chodzić o wyrażenia synonimiczne, zależne od konwencji czy zabiegu stylistycznego osoby przygotowującej ofertę pracy.

Około 10% ogłoszeń publikowanych jest w języku angielskim, zazwyczaj z wyraźnym wskazaniem, że dokumenty aplikacyjne, CV i list motywacyjny mają być przygotowane w języku angielskim. Ogłoszenie w języku angielskim pojawiło się na przykład na stanowisko *German International Travel Advisor* czy do pracy w obszarze *Internship Revenue Management*. Wiele nazw stanowisk jest także, niezależnie od wymogu znajomości języka przez kandydata, wyrażanych w języku angielskim, gdyż funkcjonują w powszechnym obiegu w takiej formie, np.: *key account manager*, *sales support*, *area manager*, *reception clerk*. Biegłej znajomości języka angielskiego w mowie i piśmie oczekuje się między innymi na stanowiskach: kierownik recepcji, koordynator ds. konferencji i bankietów.

Sporadycznie (3-4% ogłoszeń) wymaga się od kandydatów znajomości innego języka obcego jako jedyne pierwsze języka obcego, np. znajomość języka włoskiego pojawiła się tylko w jednym ogłoszeniu (Gazetapraca.pl).

W 14% ogłoszeń na portalu Pracuj.pl i 12% ogłoszeń na portalu Gazetapraca.pl mówi się o znajomości drugiego języka obcego. Czasami wyszczególnione jest, że chodzi o język angielski i inny konkretny język obcy (znajomość angielskiego i niemieckiego; 8% ogłoszeń na portalu Pracuj.pl), czasem stosowane jest bardziej ogólne stwierdzenie, że drugi język „mile widziany” lub „będzie atutem”, co *de facto* nie wyklucza możliwości aplikowania na dane stanowisko osobom tylko ze znajomością języka angielskiego. Rola drugiego języka obcego jest zatem marginalna. Tylko w 6-8% ogłoszeń było wyraźnie napisane, że wymagana jest znajomość i angielskiego, i innego języka (nie w formie alternatywy czy dodatkowego atutu). O wielojęzyczności, rozumianej jako jednoczesna znajomość więcej niż 2 języków obcych, nie ma w ogóle mowy.

Należy zauważyć, że nie we wszystkich ogłoszeniach wskazywano na konieczność znajomości języka. W 24% ogłoszeń na portalu Pracuj.pl i 32% ogłoszeń na portalu Gazetapraca.pl nie było zawartej informacji o wymaganiach językowych – doty-

czyło to głównie stanowisk niższego szczebla. Nie wiadomo jednak, czy „wykształcenie wyższe” nie jest jednoznaczne z przynajmniej komunikacyjną umiejętnością posługiwania się językiem obcym. W dwóch ogłoszeniach zamieszczonych przez tego samego pracodawcę można przeczytać, że kandydata powinna cechować „naturalna postawa *Yes, I can*”. Co ciekawe, autorzy tego ogłoszenia nie wymagają od kandydata znajomości angielskiego. Mogłoby to wskazywać na fakt, że podstawowa znajomość języka angielskiego w dzisiejszych czasach jest po prostu oczywista i warunkiem *sine qua non* skutecznej komunikacji społecznej.

W żadnym ogłoszeniu nie wymagano znajomości trzeciego języka obcego. Nie było także informacji, że znajomość kolejnego, w sensie trzeciego, języka mogłaby być ewentualnym atutem w oczach pracodawcy.

W nielicznych ogłoszeniach odnaleziono w rubryce zawierającej ofertę pracodawcy („Oferujemy”; „Zapewniamy”, „Nasza oferta”) wzmiankę o możliwościach rozwoju językowego po zatrudnieniu.

Na podstawie ogólnych zestawień oferowanych przez administratorów portalu Pracuj.pl można przytoczyć, że w przypadku pracy w branży turystyka/hotelarstwo (n=122; liczba ogłoszeń o pracę dostępna na portalu w momencie sporządzania statystyk) w stosunku do kandydatów do pracy oczekiwano znajomości następujących języków (procentowo): angielski (52%), niemiecki (10%), francuski (3%), rosyjski (2%). Na tym przykładzie widać, jak statystyki te upraszczają i „zniekształcają” obraz, co uzasadnia przeprowadzenie dodatkowych, własnych badań, na próbie stu ogłoszeń. Niemniej jednak także te dane, sporządzone przez administratora portalu, dają obraz sytuacji na polskim rynku pracy: angielski jest ważny, natomiast inne języki mają zdecydowanie mniejsze znaczenie.

Niezwykle trudno było wypracować jedno stanowisko po jakościowej analizie materiału zebranego w trakcie wywiadów eksperckich. Wydaje się, że współlistnieją dwa sprzeczne poglądy: jedni przekonani są o tym, że angielski wystarczy (choć oczywiście grzecznościowe zwroty w innych językach obcych i umiejętność przeprowadzenia tzn. *small*

talk są mile widziane), drudzy natomiast nie zgadzają się, ażeby angielski wystarczył i podkreślają

olbrzymi potencjał tkwiący w kompetencjach językowych, w ich liczbie i jakości.

Tabela 1. Wymagania językowe w stosunku do kandydatów do pracy w branży turystycznej (kategoria Hotelarstwo/Turystyka) na podstawie ogłoszeń o pracę na portalach Pracuj.pl i Gazetapraca.pl

Opis wymagań językowych w stosunku do kandydatów	Pracuj.pl (n=100)	Gazetapraca.pl (n=100)
Brak wyszczególnionego wymagania o znajomości języka obcego	24	32
Znajomość innego języka niż polski	1	0
Mile widziana znajomość języka angielskiego	3	7
Znajomość angielskiego umożliwiającą komunikację/ znajomość angielskiego w stopniu komunikatywnym	5	7
Dobra/praktyczna znajomość języka angielskiego	7	9
Bardzo dobra znajomość języka angielskiego	18	19
Zaawansowana/ perfekcyjna/ biegła/płynna znajomość angielskiego w mowie i piśmie	14	7
Znajomość angielskiego oraz drugiego języka obcego	2	3
Znajomość angielskiego, drugi język mile widziany	7	2
Znajomość angielskiego, kolejny język atutem	1	1
Znajomość angielskiego i rosyjskiego	1	2
Znajomość angielskiego i niemieckiego	3	4
Znajomość angielskiego lub niemieckiego	8	3
Znajomość angielskiego lub rosyjskiego	3	0
Znajomość rosyjskiego	1	1
Znajomość niemieckiego	1	1
Znajomość włoskiego	0	1
Znajomość szwedzkiego	1	1

Źródło: Opracowanie własne

Pierwsze stanowisko opiera się na przekonaniu, że język angielski to uniwersalny, międzynarodowy język biznesu, który umożliwia komunikację w każdym zakątku świata. Hegemonia angielskiego miałaby wynikać z jego ważnej roli w światowej gospodarce globalizującego się świata. Pracodawcy zależy na zatrudnianiu osób władających językiem angielskim („bilet wstępu na rynek pracy”, „paszport”, „przepustka”). Inne języki mogą być dodatkowym atutem i mogą być w niektórych sytuacjach przydatne. Jak dużą wartość stanowią inne języki? Nigdy nie przeszkadzają: „Wadzić nie wadzą, ale da się bez”, stwierdza M.S., turystyka/hotelarstwo. W branży turystycznej zapotrzebowanie na język obcy zależy *de facto* od rynku turystycznego.

W opinii jednego z ekspertów, w europejskiej przestrzeni turystycznej angielski na poziomie biegłym w zupełności wystarcza: „Angielski stał się międzynarodowym językiem ruchu turystycznego. Chyba, że chodzi o rezydenta, który ma mieszkać na stałe, czyli w sezonie, w zagranicznej destynacji – wtedy zdecydowanie wskazana jest znajomość języka miejscowego. Natomiast kraje dalekie – egzotyczne to także „pustynie językowe”. Tam potrzebna jest znajomość języka lokalnego. O ile w „sieciówkach”, tak jak np. Hilton, można załatwić sprawę w języku angielskim, o tyle w małym pensjonacie można mieć problemy z najprostszą sprawą” (W.K., turystyka/hotelarstwo).

Inni eksperci uważają jednak, że w branży turystycznej bez znajomości wielu języków obcych nie

da się funkcjonować. Dzięki znajomości angielskiego kandydat nie staje się wyjątkowy, opanowanie współczesnej *lingua franca* XXI wieku nie zapewni nikomu przewagi nad innymi kandydatami. Bardzo dobra znajomość jednego języka obcego (najczęściej jest nim angielski) jest traktowana - obok obsługi komputera, komunikatywności i dobrej organizacji pracy - jako absolutny standard, jako warunek *sine qua non*. Jeśli wrócić do przywoływanych wcześniej porównań dotyczących angielskiego, to można je teraz zmodyfikować: „Angielski to bilet wstępu na rynek pracy, a drugi język to bilet umożliwiający dalszą jazdę, tj. rozwój kariery”, wielojęzyczność to „paszport z wizą” czy „przepustka specjalna”. Każdy kolejny język obcy jest wartością dodaną kandydata i „atutem”. Wielojęzyczność pozwala w jeszcze większym stopniu niż znajomość tylko jednego języka na podwyższanie kompetencji zawodowych, efektywniejszą pracę, rozumianą jako dostęp do większej liczby klientów, a także zdaje się mieć przełożenie na zarobki i na komfort psychiczny jednostki: decyduje o szybszej rekrutacji, przedłużeniu umowy, awansie, a także pozwala optymistycznie patrzeć w przyszłość pod kątem ewentualnej zmiany pracy. O takich walorach wielojęzyczności przekonana jest D.R., turystyka/hotelarstwo, obecnie współwłaścicielka warszawskiego biura obsługującego turystów zagranicznych przyjeżdżających do Polski, która jednak wiele lat pracowała przy turystyce wyjazdowej. Według niej różne inne kompetencje w turystyce można stosunkowo łatwo zdobyć czy nadrobić, a z językami jest ciężiej. Przy szukaniu personelu D.R., turystyka/hotelarstwo zawsze zaczyna od weryfikacji kompetencji językowych. Ich jakość decyduje o pierwszym „odsiewie” w procesie rekrutacyjnym, gdyż w turystyce, bez języków, nie ma pracy, zarówno w „wyjazdówce” jak i „przyjazdówce”. „Nie wyobrażam sobie pracy w turystyce bez znajomości języka obcego. A nawet jeden język to jednak mało, za małe pole manewru i za mały potencjał. Sama znam w zasadzie przyzwoicie tylko angielski i żałuję, że wcześniej nie poświęcałam więcej czasu na naukę języków”, mówi D.R., turystyka/hotelarstwo. I co się potwierdza: najlepsze wyniki w jej biurze mają osoby władające 4-5 językami na wysokim poziomie. A zatem

po stronie przedsiębiorczych i ukierunkowanych na sukces pracodawców można zauważyć wzrost zainteresowania kompetencjami językowymi i realnego zapotrzebowania na osoby wielojęzyczne.

Oferta edukacyjna szkolnictwa wyższego w zakresie kształcenia językowego na kierunkach studiów o profilu turystycznym

Przesłanką teoretyczną do analizy oferty edukacyjnej wybranych szkół wyższych była nowelizacja ustawy o szkolnictwie wyższym, w której uwypukla się istotność współpracy uczelni wyższych z podmiotami gospodarczymi na rynku pracy. W znowelizowanej ustawie mówi się o konieczności wprowadzania nowych strategii i projektowania „sprzężeń zwrotnych”, by zaradzić problemowi niedostosowania kwalifikacji absolwentów szkół wyższych do potrzeb rynku pracy, gospodarki i społeczeństwa. Podkreśla się zatem, jak ważne jest budowanie partnerstwa pomiędzy instytucjami szkolnictwa wyższego a podmiotami rynku pracy, promowania innowacyjności i doskonalenia infrastruktury transferu wiedzy (<http://www.nauka.gov.pl/>). Uniwersytety, politechniki, akademie i inne uczelnie, generując kapitał intelektualny społeczeństwa, mają służyć rynkowi pracy i przynieść w przyszłości wymierne, obopólne efekty. Kształcenie językowe było i jest stałym elementem oferty dydaktycznej szkolnictwa wyższego. W związku z nowelizacją ustawy, cenne będą szczegółowe, systematyczne badania rynku dotyczące jego zapotrzebowania i chłonności na określone kompetencje lingwistyczne. Dlatego tak ważne jest ustalenie czy i jakie kompetencje lingwistyczne mogą stanowić o konkurencyjności i większych szansach kandydata na rynku pracy w branży turystycznej. W tym celu konieczne będzie określenie potrzeb językowych europejskich przedsiębiorstw i - z drugiej strony - opracowanie zaleceń dotyczących polityki językowej w odniesieniu do popytu na kompetencje lingwistyczne w poszczególnych sektorach gospodarki. Wtedy szkolnictwo wyższe będzie miało szansę prawidłowo, w myśl ustawy, kształcić przyszłych absolwentów.

Jak obecnie wygląda kształcenie językowe na kierunkach o profilu turystycznym? Tabela 2. przed-

stawia zbiorcze wyniki analizy językowej oferty edukacyjnej wybranych warszawskich wyższych uczelni (państwowych i niepublicznych), oferujących kształcenie w zakresie turystyki.

Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie kształci specjalistów w branży turystycznej na Wydziale Turystyki i Rekreacji (wcześniej kierunek na Wydziale Wychowania Fizycznego). Zarówno na studiach I jak i II stopnia przewidziane jest kształcenie językowe, z tym, że na studiach licencjackich studenci Turystyki i Rekreacji zobowiązani są do uczenia się języka angielskiego (90 h) i drugiego języka do wyboru (90 h), a na studiach magisterskich studenci wybierają jeden lektorat z wybranego języka (90 h). Lektoraty kończą się egzaminami na poziomie B1-B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia Językowego. AWF oferuje ponadto liczne zajęcia dydaktyczne (m.in. wykłady, seminaria, ćwiczenia) prowadzone w języku angielskim w grupach „mieszanych”, tj. składających się ze studentów programowych (głównie polskich) i studentów zza granicy odbywających w AWF częściowe studia zagraniczne w ramach programu Erasmus. Jest to ciekawe rozwiązanie, które niewątpliwie zwiększa *input* językowy: studenci są zmobilizowani do nawiązywania interakcji i współpracy naukowej ze studentami zagranicznymi i używanie języka angielskiego jest w tym kontekście szczególnie uzasadnione.

Na Uniwersytecie Warszawskim Wydział Geografii i Studiów Regionalnych oferuje na kierunku „Geografia” specjalizację „Geografia turystyki” na II stopniu studiów stacjonarnych oraz specjalizację „Turystyka” na II stopniu studiów niestacjonarnych. Na UW obowiązkowe kształcenie *stricte* językowe skoncentrowane jest w czasie studiów I stopnia: studenci otrzymują „żetony” umożliwiające rejestrację na lektoraty językowe w wymiarze 240 godzin (<http://www.szjo.uw.edu.pl>) i są zobowiązani do zdania egzaminu na poziomie B2. Studentom studiów II stopnia natomiast oferowane są liczne fakultatywne zajęcia dydaktyczne (wykłady, konwersatoria) w językach obcych, głównie angielskim. W zajęciach tych mogą uczestniczyć także studenci zagraniczni.

Na Wydziale Nauk Ekonomicznych warszaw-

skiej SGGW prowadzone są licencjackie i magisterskie studia w zakresie turystyki i rekreacji. „Decyzją Rady Międzywydziałowego Studium Turystyki i Rekreacji wszyscy studenci studiów I stopnia mają obowiązek podjęcia nauki języka kontynuowanego z uwzględnieniem słownictwa specjalistycznego w wymiarze 180 godzin: 3 semestry po 60 godzin (2 razy po 2 godz. tygodniowo). Nauka kończy się obowiązkowym egzaminem pisemnym na poziomie B2/C1 obejmującym terminologię odpowiadającą kierunkowi studiów. Międzynarodowe certyfikaty językowe oraz zaświadczenia z innych Szkół Wyższych nie są honorowane” (<http://www.wne.sggw.pl>). Na studiach magisterskich studenci kontynuują naukę wybranego języka w wymiarze 60 godzin oraz mają do wyboru zajęcia fakultatywne w języku angielskim.

W Wyższej Szkole Turystyki i Języków Obcych na studiach I stopnia na kierunku turystyka i rekreacja obowiązują dwa języki obce dla obu trybów studiów – stacjonarnego i niestacjonarnego. Pierwszym obowiązkowym językiem jest angielski (270 godzin, trzy poziomy zaawansowania do wyboru), drugi język nauczany jest w wymiarze 150 godzin od podstaw: niemiecki, rosyjski, francuski, hiszpański lub włoski (<http://www.wstijo.edu.pl>). Na studiach magisterskich kontynuowana jest nauka jednego języka: „Podobnie jak na studiach I stopnia, dużą wagę przywiązujemy do nauki języków obcych. Na poziomie studiów magisterskich, studenci kontynuują naukę specjalistycznego języka angielskiego związanego ściśle z branżą turystyczną” (<http://www.wstijo.edu.pl>).

Akademia Finansów i Biznesu Vistula przy ul. Stokłosa 3 kształci w zakresie turystyki w jednej z katedr Wydziału Biznesu. Studentom oferowane są trzyletnie studia licencjackie z dwuletnim lektoratem językowym (240 godzin z wybranego języka). Dodatkowo, do wszystkich studentów grupy uczelni Vistula kierowana jest oferta uczestnictwa w prawie darmowych (za symboliczne 100 zł) kursach różnych języków (np. chińskiego) (<http://www.vistula.edu.pl>).

Szkoła Główna Turystyki i Rekreacji przy ul. Chodakowskiej (także należąca do grupy uczelni Vistula) kształci studentów na studiach licencjackich

i magisterskich na kierunku turystyka i rekreacja. Do kandydatów na studia adresowana jest następująca informacja: „Osoby pragnące studiować na tym kierunku powinny cechować się zainteresowaniami turystycznymi, krajoznawczymi i rekreacyjnymi, umiejętnościami organizatorskimi. Niezbędna jest znajomość języków obcych, łatwość nawiązywania kontaktów oraz ogólna sprawność fizyczna” (<http://www.sgtir.edu.pl>). Na I stopniu studentom studiującym w języku polskim oferowane są lektoraty ję-

zykowe (240 godzin). Możliwe jest także wybranie opcji studiów z językiem angielskim jako wykładowym: *Hotel and Food Industry Business Management*. Studia na II stopniu prowadzone są w języku polskim lub angielskim: czterosemestralne studia MA w języku angielskim *Tourism and Hospitality Management* lub czterosemestralne studia magisterskie uwzględniające lektorat językowy (<http://www.sgtir.edu.pl>).

Tabela 2. Zestawienie oferty lektoratów języka obcego w różnych szkołach wyższych kształcących specjalistów w branży turystycznej

Nazwa uczelni	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	
Studia I stopnia							
Łączna liczba godzin lektoratu z pierwszego języka obcego	90 h (ang.)	Nie ma specjalizacji, turystyka na poziomie licencjatu	180 h (dowolny)	270 h (ang.)	240 (dowolny)	240 (d.)	Studia w j. angielskim
Łączna liczba godzin lektoratu z drugiego języka obcego	90 h (dowolny)		-	150 h (dowolny)	-	-	
Zajęcia dydaktyczne w języku obcym	-		+	-	+	-	
Studia II stopnia							
Łączna liczba godzin lektoratu z pierwszego języka obcego	90 h (dowolny)	-	60 h (dowolny)	90 h (ang.)	-	120 (d.)	Studia w j. angielskim
Łączna liczba godzin lektoratu z drugiego języka obcego	-	-	-	-	-	-	
Zajęcia dydaktyczne w języku obcym	-	+	+	-	-	-	

Źródło: opracowanie własne

Nazwy uczelni:

- (1) Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie, Turystyka i Rekreacja
- (2) Uniwersytet Warszawski, Specjalizacja „Geografia turystyki”
- (3) SGGW, Turystyka i Rekreacja
- (4) Wyższa Szkoła Turystyki i Języków Obcych, Turystyka i Rekreacja
- (5) Akademia Finansów i Biznesu Vistula, Turystyka i Rekreacja
- (6) Szkoła Główna Turystyki i Rekreacji, Turystyka i Rekreacja

Uwaga: Powyższa tabela nie może w żadnym stopniu służyć do rankingu studiów, gdyż po pierwsze uwzględniono w niej tylko jeden element (lektoraty i zajęcia obcojęzyczne), a po drugie studia zbiorczo nazwane „o profilu turystycznym” mają w rzeczywistości różne specjalizacje.

Patrząc na ofertę uniwersytetu i szkół wyższych można stwierdzić, że językom obcym poświęcana jest należyta uwaga i że przyjęte ramy programowe oferują w większości wielokierunkową edukację ję-

zykową. Cenne są nie tylko godziny lektoratu, lecz także wykłady w języku obcym. Oczywiście można by sobie życzyć jeszcze większej uwagi w tej dziedzinie, ale jest to nieuchronnie związane z koszta-

mi. Kształcenie językowe pozostaje także oczywiście w gestii samych zainteresowanych.

Dyskusja

Celem przeprowadzonych badań było określenie wartości znajomości języków obcych w branży turystycznej. Teoretyczne przesłanki dają podstawy, by uważać, że znajomość języków obcych może być szczególnie przydatna w pracy w branży turystycznej, ale – co zastanawiające – realia rynkowe pokazują, że nie jest nieodzowna. Na podstawie analizy ogłoszeń o pracę w branży turystycznej można stwierdzić, że polscy pracodawcy nie mają zbyt wygórowanych i rozbudowanych wymagań językowych w stosunku do kandydatów: oczekuje się znajomości przede wszystkim języka angielskiego, dwujęzyczność wymagana jest okazjonalnie, a wielojęzyczność nie jest wymagana. Niektórzy eksperci uważają, że zapotrzebowanie na kompetencje językowe w turystyce ściśle łączy się z rynkami turystycznymi i że w większości przypadków, szczególnie w obszarze europejskim, wystarczałyby znajomość języka angielskiego. Inni zaś widzą w wielojęzyczności nie tylko olbrzymi atut, ale także konieczną kompetencję warunkującą efektywne funkcjonowanie na współczesnym rynku turystycznym. Wiele zależy też oczywiście od stanowiska pracownika i od zakresu oraz charakteru jego obowiązków – jak zaznaczono we wstępie, pole działalności zawodowej w branży turystycznej jest niezwykle szerokie.

Na podstawie analizy oferty dydaktycznej, można powiedzieć, że uczelnie wyższe kształcące specjalistów do spraw turystyki uwzględniają, z różnym nasileniem, kształcenie językowe: oferują lektoraty (na studiach I stopnia co najmniej 180 godzin, na II stopniu najczęściej 60-120 godzin) oraz wykłady w językach obcych. Niepubliczne uczenie wyższe mają oczywiście w tym zakresie większe możliwości, ale także uczelnie państwowe starają się kłaść nacisk na wielokierunkowe rozwijanie kompetencji językowych studentów.

Biorąc pod uwagę ofertę dydaktyczną uczelni wyższych, dodając do tego liczne możliwości wyjazdów zagranicznych i optymistycznie zakłada-

jąc, że językowy *input* przełoży się na kompetencje komunikacyjne studentów, można zakładać, że przyszłe pokolenia polskich specjalistów do spraw turystyki mają szansę być dobrze wyedukowane pod względem językowym. Należy jednak zwrócić uwagę na dwie kwestie.

Po pierwsze, także sami studenci muszą być zaangażowani w naukę języków obcych. Badania w tym zakresie prowadzili m.in. Leslie i Russell (2006). Wyniki ich badań wskazują na niewielką uwagę poświęcaną sprawnościom językowym przez brytyjskich studentów i znacznie większe zainteresowanie tą tematyką wśród studentów z wybranych kontynentalnych krajów UE. Badacze stwierdzili istotne różnice w nastawieniu studentów, co w dużej mierze może wynikać z wysokiej wartości komunikacyjnej języka angielskiego. W kontekście niniejszych badań fakt ten nie jest jednakże szczególnie pocieszający: Brytyjczycy nie inwestują w języki obce, gdyż *a priori* władają językiem najbardziej przydatnym w międzynarodowej komunikacji, a studenci nie-brytyjscy uczą się, ale przede wszystkim angielskiego. Na szczęście, na całym świecie młode pokolenia coraz częściej zdają sobie sprawę z wartości wielojęzyczności i czują się zmotywowani do nauki języków obcych, nie ograniczając się przy tym tylko do języków europejskich. Popularny, także w Polsce, staje się na przykład język chiński.

Po drugie, abstrahując od obecnego poziomu kompetencji językowych polskich specjalistów w branży turystycznej, należy zastanowić się, jak pokazać tym pracodawcom, którzy nie doceniają kompetencji lingwistycznych, kapitał, jakim jest znajomość języka, czy wielojęzyczność, i jak zaplanować badanie służące wykazaniu „sprzężenia zwrotnego” i dowiedzeniu, że zatrudnianie wielojęzycznych pracowników i inwestowanie większych zasobów w rozwijanie umiejętności językowych kadr może zapewnić istotne korzyści i przewagę konkurencyjną. Niektórzy pracodawcy, jak m.in. D.R., nie potrzebują żadnych dowodów. Wyniki jej *teamu* są zresztą najlepszym świadectwem słuszności jej strategii – im więcej języków, tym lepiej.

Piśmiennictwo

1. Babbie E. (2009). *Podstawy badań społecznych*. Warszawa: PWN.
2. Boguszewski R. (2012). Polacy poznają świat czyli o zagranicznych wyjazdach i znajomości języków obcych, 1-15, http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2012/K_148_12.PDF; DW: 20.05.2013 (Komunikat z badań CBOS z listopada 2012)
3. Czapiński J., Panek T. (2011). *Diagnoza społeczna. Warunki i jakość życia Polaków*. Warszawa: Vizja Press & IT.
4. Flick U. (2006). *An introduction to qualitative research*. London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage Publications.
5. <http://europass.cedefop.europa.eu> (12.04.2013).
6. <http://gazetapraca.pl> (13.04.2013).
7. <http://pracuj.pl> (13.04.2013).
8. <http://www.nauka.gov.pl/szkolnictwo-wyzsze/reforma-szkolnictwa-wyzszego> (02.02.2013).
9. <http://www.sgtir.edu.pl> (06.07.2013).
10. <http://www.szjo.uw.edu.pl> (06.07.2013).
11. <http://www.vistula.edu.pl> (06.07.2013).
12. <http://www.wne.sggw.pl> (06.07.2013).<http://www.wstijo.edu.pl> (06.07.2013).
13. Kruczek Z. (2002). *Kompendium pilota wycieczek*. Kraków: Proksenia.
14. Leslie D., Russell H.(2006). The importance of foreign language skills in the tourism sector: A comparative study of student perceptions in the UK and continental Europe. *Tourism Management*, 27, 1397-1407.
15. Lutyńska K. (2005). Wywiad socjologiczny. W: *Encyklopedia Socjologii, Suplement*. Warszawa: Oficyna Naukowa, 401-410.
16. Pfeiffer W. (2001). *Nauka języków obcych. Od praktyki do praktyki*. Poznań: Wagros.
17. Wciórka B. (2009). Polacy o swoich wyjazdach zagranicznych i znajomości języków obcych, 1-15 http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2009/K_111_09.PDF; (20.05.2013).

Julia Murrmann
juliarozewska@wp.pl

Julia Murrmann

University of Warsaw, Josef Pilsudski University of Physical Education in Warsaw

The importance of linguistic competences in the tourism sector in Poland: Employers about foreign languages skills

Abstract

The paper regards an up-to-date issue of matching the competences possessed by employees/applicants and those required by the employers: an appropriate job-fit is essential for companies to be productive and staff to be engaged, motivated and able to develop the career. The current research focuses on the linguistic competences and their importance in the tourism sector. The objective of the study was to examine the social value of the language skills and multilingualism on the contemporary labour market in the tourist industry in Poland. In other words the question is whether language competences play an important role in the tourism sector. By means of content analysis of job advertisements and expert interviews with Human Resources specialists the social value of linguistic competences and multilingualism was measured and described. Interestingly, results show that the tourist industry and linguistic competences do not necessarily belong together. The applicants are generally expected to be proficient or at least communicative in English. Occasionally, fluency in other foreign languages is required. In some advertisements language competences are not even mentioned, which could be interpreted as a lack of interest in that kind of competences and a firm belief that multilingualism is redundant. Nevertheless, considering the didactic offer for students, the universities and colleges educating future specialists in tourism seem to attach importance to the multidirectional language training.

Key words: employment in tourism, language, linguistic competences

Introduction

Nowadays a command of foreign languages is commonly deemed important and useful. In this respect one cannot be overeducated – polyglots are appreciated and linguistic competences are considered as an asset and an added value of an applicant. The lower the communicative value of a local language, the greater the importance of language skills on the very market. Undoubtedly, Poland can be a good example, taking into account that the Polish language has a low communicative value outside of Poland, maybe except for boarder areas (Pfeiffer, 2001). Communication skills in English, the contemporary *lingua franca*, are seen as a necessary condition for finding a good employment and reducing the turnover in the difficult times of frequent and intense both social and economic changes. In this context it is worth recalling the findings of a social survey on language competences in Poland:

according to the data of the Public Opinion Research Center (CBOS) almost every third Pole (30%) is able to communicate in English (Boguszewski, 2012), while the findings in *Social Diagnosis 2011. Objective and subjective quality of life in Poland* evidence that English is actively spoken – which should be understood as a good level of knowledge – by 18,4% of Polish people (Czapiński, Panek, 2011). Monolingual individuals, still almost half (49%) of the Polish society (Boguszewski, 2012) will be marginalized and slowly excluded from the full social life because of the missing communicative skills. Considering that only 12% of Polish people declare to speak two foreign languages and few (2%) say they can communicate in three foreign languages, multilingualism seems to be a source of prestige and a kind of pass to enter a more attractive job field or to apply for a better position. Important questions emerge: Do employers really think positively of multilingualism? Do the language skills

actually have an impact on a successful carrier? Are they equally useful in every line of business and on every position? What is the situation in tourist sector like?

The range of professional activity within tourist industry is broad. Employment in the tourist sector includes working in different collective accommodation establishments (as hotels and conference centers), travel agencies, transport services, tourism marketing and tourist traffic management (group leader, tour guide, counselor, excursion agents, leisure time instructor, animator, holiday representative of travel companies, etc.), in tourist organizations, travel-promoting institutions, in publishing houses as well as printing press specializing in journeys and hospitality industry. Unlike the other sectors of the economy, the tourism sector offers mostly a seasonal occupation. Another characteristic feature is the variety of employment forms, including full-time or part-time job, fixed term or casual contract, apprenticeship, piece work, commission contract or collaboration with a independent economic subject, often one-man firm, conducting business activity and providing a needed service (Kruczek, 2002).

Considering the diversity of positions and the specific character of work in the tourist industry, it is difficult to assert univocally, which competences are indispensable to function effectively in this field. Certainly, social skills, geographical knowledge of the world, basics of economy belong to the core of the most wanted requirements. It is however impossible to find a common denominator for competences, because in different professions within the widely understood tourism sector certain qualifications may be unequally required and useful. This being the case, it is not surprising that the employees in this very industry are being recruited from many university faculties and even people without any formal higher education can successfully hunt for a job. There are obviously universally esteemed standard competences appreciated by employers regardless of the economy branch, like the capacity to learn quickly ('fast learners'), computer literacy, articulateness, good work organization, team spirit and last but not least language skills. The latter are even referred to as a kind of 'passport'. In fact, this

comparison was introduced by the Council of Europe (<http://europass.cedefop.europa.eu>) and it is also commonly used by 'soft' Human Resources specialists.

A particular argument supporting the potential importance of foreign language skills would be the international character inscribed somehow into phenomenon of tourism. Indeed, tourism is an „encounter” of cultures, and this fact implies the transgression of the boundaries of the own cultures and – consequently – of the own language. Moreover, linguistic competences facilitate the possibilities of a continuous personal development, broadening of knowledge and a better adaptation to the circumstances in the social reality, and – what is important in this context - work in tourism sector is characterized by dynamic changes. Although no research studies in this area are available, there are premises to assert, that the employment in the widely understood travel industry and language skills belong together. Even if not always abroad trips are necessary (in this very case it would be difficult to imagine a monolingual employee in this role), the management of tourist traffic is often connected with having relations with international business partners (face to face, via telephone or via Internet, both in written and spoken form). Basic English is frequently needed to find the easiest information in web. Most companies operating on the Polish market cooperate with a foreign contracting partner or send clients to the destinations abroad, which means that the circumstances for using foreign language are numerous and multiform

Although, as already mentioned, there are no specific research studies in this field (particularly the analysis concerning the value of foreign language skills in tourism sector is missing), there is data testifying the existence of a correlations between tourism and language competences. It's enough to cite the results of the research studies conducted on a representative samples for adult population of Poland. The report drawn up by the Public Opinion Research Center (CBOS) and the findings of the research project *Social Diagnosis* show that the language skills, similarly as the tourist activity, are socially conditioned. Dependent variables include

educational level, professional and economic status, age and size of place of residence (Boguszewski, 2012; Czapiński, Panek, 2011). The higher the level of education, the professional position, income of those questioned and the bigger the place of their residence, the more frequent the declaration about command of a foreign language. Another factor to the favour of linguistic competences is young age. Boguszewski (2012) emphasized that the generational differences not only have an impact on the language skills generally, but also determine in which languages respondents are fluent. Elder people in Poland, if they master any language, it is mainly Russian, which is rarely widespread among the younger generation, which commonly communicates in English as a second language, though. The Nineties of the last century would mark here a turning point, which is connected with the changes in the educational programmes in Polish schools.

Boguszewski (2012) stated, that – considering the fact, that the same previously mentioned variables condition both the declarations about tourist activity and linguistic competences – it shouldn't be surprising that there is a significant correlation between trips abroad and language skills ($\Phi = 0,346$; $p < 0,001$). The respondents, which speak at least one foreign language, significantly more often traveled abroad than those, who do not possess these skills (85% against 53%). Certainly, it is a legitimate conclusion, but it must be underlined, that it is difficult to determine univocally the direction and to establish clearly a cause-effect relationship. The same remark is due when it comes to the findings of a previous report drawn up, in 2009, by the same institution, namely Public Opinion Research Center (CBOS). Wciórka (2009) pointed out that language skills are fueled by travelling abroad. Polish people, who went abroad, can communicate in a foreign language twice as often (57%) as those, who never left Poland (24%). These are undoubtedly facts worth paying attention to, but at the same time it is not clear, which variable influences which. Off the record can be added, that these very inaccuracies can create a new, interesting field of study.

The objective of the study was to examine the social value of language skills and multilingualism

on the contemporary labour market in the tourist industry in Poland. Two research questions were formulated:

- 1) What value do the language skills of applicants represent for employers in tourist industry?
- 2) How much importance do the universities offering studies for future specialists in tourism attach to the language education?

Material and methods

In order to value the linguistic skills in tourism field two research methods were used.

First, the interviews were conducted. Sociological interview is recognized as one of the most important and frequently used method of collecting information for social, economic and political practice (Lutyńska, 2005). An expert interview is a specific kind of qualitative interview, as the researcher talks to the person who has privileged access to information about the topic being the subject of investigation and has unique expert competences in the field (Flick, 2006). Such an interview is only partially structuralized. The interviewer gives it a general shape and then emphasizes the issues of particular interest (Babbie, 2009). Undoubtedly, a shortcoming of this method is its weak value by generalization.

Expert interviews with employers were conducted in March and April 2013. The attendance of a well known academic recruitment fair *Jobbing*, which took place on March 5th 2013 in Warsaw's Palace of Science and Culture, enabled to conduct a few first interviews and to make arrangements with other employers. The job fair, a common initiative of Career Bureaus of Mazovian universities and colleges, is organized yearly in order to support the cooperation between higher education institutions and the world of business. Many interviews with experts were conducted, 5 out of which with representatives of the tourist industry (the rest with the specialists from other fields, in line with typology used by job portals: Finances/Economy; Sale/Commerce; Engineering, Media/Art/Entertainment). The interviews were conducted in the Polish language and had a face-to-face character. It was

actually a kind of casual conversation, which however included target questions regarding the role of foreign language skills in the tourism sector. The interactions lasted from a couple of minutes till almost an hour, depending on the availability of the expert. The personal data of the interviewees were codified as follows: 'INITIALS, professional field', namely 'A.Z., tourism/ accommodation industry'.

The second method applied was the content analysis. Two kinds of recorded communications, namely the job advertisements and the programmes of university level institutes offering education in the tourism sector, were subjected to the assessment. The job advertisements chosen for the analysis were placed public between April and May 2013. Both manifest and latent contents came under close scrutiny. The focus went to the information concerning linguistic competences required from the applicants. To achieve validity and reliability, 100 advertisements coming from two well known Polish recruitment portals *Pracuj.pl* and *Gazetapraca.pl* (website of newspaper *Gazeta Wyborcza*) were subjected to a detailed analysis (when entering the portals the last 100 advertisements available for insight were examined). Besides job ads also breakdowns and statistics drawn up by the administrator of the portal *Pracuj.pl* were used (the portal *Gazetapraca.pl* doesn't offer such data). However, the available breakdowns do not exactly satisfy the criterion of credibility. They distort the reality and give grounds to faulty conclusions, because the providers add together all languages mentioned in the advertisements, even those which are listed as an alternative requirement (English or German). Moreover, it is not possible to identify the cases, in which multilingualism, thus parallel competence in more foreign languages, is expected from the applicants. That is why it resulted necessary to analyze the advertisements in detail, by opening each one and evaluating the very content, which was much more time consuming, but enabled to find adequate information for the research.

The content analysis was also applied to examine the programmes of six chosen Warsaw university level institutions offering education in tourism oriented fields of studies.

The use of different research methods compensates for their individual limitations and exploits their respective benefits, which ensured, that the desired level of theoretical saturation was obtained. If treated with a due caution, the research findings gives grounds for generalized conclusions.

Results

Language competences in the eyes of recruiters in the tourism sector

Based on the analysis of advertisements and interview material with expert informants, it can be stated that a common denominator for employers' requirements are English language skills. Obviously, the expected level of English does vary according to the position recruited. The command of a second foreign language is expected less often and the demand for a third foreign language is negligible. According to a specialist in the advisory section at the *Jobbing* academic recruitment fair, this may result from the fact that in case of the most job positions English is enough or that the job ads are composed in a standard minimal way, because the employers are well aware of the realities: if they seek a person with additional language competences, they harm themselves in the first place, by unnecessarily limiting the circle of potential candidates.

Table 1. presents the results of a close scrutiny of requirements formulated for the applicants (for work, stage or training placement) for different job positions in the field of 'tourism/accommodation industry', which is how job portals refer to this sector. The following sections were under scrutiny: 'Requirements'/ 'Expectations'/ 'Profile of admitted applicants'/ 'Required skills/qualifications'. In addition, a concise picture of the skills required for the position, the descriptions of the positions and future range of duties and responsibilities were taken into consideration. In table 1. all categories referring to linguistic competences found in the advertisements under scrutiny were enumerated and the appearance of those identical was counted up together, forming a total number. Even the cases, where the employer pointed out that the very language would be an as-

set/an added value/ a plus/ an advantage, were considered.

It is noticeable that in the most job postings (72% of the ads at *Pracuj.pl* and 64% at *Gazetapraca.pl*) the linguistic requirements were limited to English language skills. The expected level of fluency, however, did vary according to the recruiting position and was differently defined as shown in table 1. (basic/communicative/good/practical/very good/advanced/excellent/fluent/near native level of English). It is important to note that to a certain extent these categories are obviously similar if not synonymous and they are the effect of convention or invention of a recruiter responsible for drawing up the announcements.

Circa 10% of the ads were published in English only, usually with the instruction to prepare all the necessary documents, including resume, letter of motivation and job application, in English as well. The advertisements in English only regarded for instance the position of German international travel advisor and a few others in the Internship Revenue Management. Many job positions, regardless of the fact if linguistic competences were required or not, were anyhow expressed in English, because they function like that in the public circulation, for instance: key account manager, sales support, area manager, reception clerk. An oral and written fluency in English was required for such positions as the Reception Director or the Specialist for Conferences and Banquets.

Sporadically (3-4% of the job advertisements), the applicants were expected to command any other language than English as the first foreign language. For instance the requirement for Italian language as a first and only foreign language was mentioned in one advertisement merely (*Gazetapraca.pl*).

In 14% of the advertisements published at *Pracuj.pl* and in 12% of those that appeared at *Gazetapraca.pl* the employers requested for skills in a second foreign language. In some cases it was specified that besides English another concrete language would be necessary (English + German was mentioned in 8% of the advertisements presented at *Pracuj.pl*). In other situations there was a general statement saying that a second language would represent an

asset, which in fact didn't close the gate for application for the candidates, who command English only. The role of a second foreign language is therefore minor. Only in 6-8% of the advertisements it was written that two foreign languages are indispensable (not as alternative or an additional advantage). No records about multilingual skills, understood as a command of more than two foreign languages, was found.

It is noticeable that in many advertisements the requirement for language skills weren't even mentioned. This happened in 24% of the ads at *Pracuj.pl* and 32% ads at *Gazetapraca.pl*. It is true to say that it concerned the low-ranking job positions, though. Moreover, it is not excluded that the statement 'higher education', required for the position, is not meant as unambiguous with a command of at least one foreign at communicative level. In two advertisements posted by the same employer there is an expression that the applicant should have a natural 'Yes, I can'-attitude (partially expressed in English: 'naturalna postawa *Yes, I can*'). Interestingly enough, the authors of these entries did not demand English skills. This could mean that the basics of English are nowadays simply taken for granted and beyond a doubt.

There was no mention, in any of the ads, of the third foreign language being required. Nor was it said that a third language might be regarded by the employer as an additional asset.

Few advertisements stated in the sections 'We offer', 'We provide the applicant ...' or 'Our offer' that upon arrival at the company a new hire would be able to benefit from a sponsored language training.

Based on the general breakdowns offered by *Pracuj.pl* administrator it is to say that in 'tourism/accommodation industry' field (all together 122 entries, thus the number of advertisement available in the moment of drawing up the report) the following language requirements ought to be met by the applicants: English (52%), German (10%), French (3%), Russian (2%). Here indeed we have evidence how the statistics are simplifying and distorting the reality by adding all the mentioned languages together and neglecting the fact they were often

Table 1. Language requirements towards applicants in the tourism sector (category Tourism/Accommodation Industry) based on the analysis of advertisements on Polish job search websites *Pracuj.pl* and *Gazetapraca.pl*

Description of the language requirements for applicants	<i>Pracuj.pl</i> (n=100)	<i>Gazetapraca.pl</i> (n=100)
Without any linguistic requirements	24	32
Command of a different language than Polish	1	0
English will be an asset	3	7
Basic English/ communicative level of English	5	7
Good/practical command of English	7	9
Very good/advanced level of English	18	19
Excellent verbal and written communications skills in English, fluent command of English/ fluency in English, near native	14	7
Command of English and another foreign language	2	3
Command of English, another language will be an asset	8	3
Command of English and Russian	1	2
Command of English and German	3	4
Command of English or German	8	3
Command of English or Russian	3	0
Command of Russian	1	1
Command of German	1	1
Command of Italian	0	1
Command of Swedish	1	1

Source: Own elaboration of data from www.pracuj.pl and www.gazetapraca.pl

given as alternatives. The very fact justifies the usefulness of an independent, do-it-yourself, analysis of 100 advertisements, which has been carried out. Nevertheless, the existing data drawn up by portal administrator confirm the previously observed state of the art: English is fundamental, whilst other foreign languages are only of minor importance.

It was very difficult to work out a common standpoint of the experts. It seems, indeed, that two opposing approaches coexist: some are convinced that English skills are enough (although a few small talk expressions in other foreign languages are more than welcome), the others contradict this opinion and emphasize the enormous potential resulting from language competences, both their quality and quantity.

The first standpoint is based on the belief that English is a universal, global language of business

and the language of international communication and top management negotiations. The hegemonic role of English results from the ongoing processes of globalisation in the business world. The employer cares deeply about the candidates mastering English, which is referred to as 'a ticket to enter the labour market', 'a passport', 'a leave'. Other languages may be an asset and could be useful under circumstances. What is their actual value? They never harm: 'They of course do not hinder, but you will manage without', stated M.S., tourism/accommodation industry. In the tourism sector the need for foreign languages is strictly linked to the target tourist markets. According to one of the experts, in European tourist area an advanced level in English is totally sufficient, except for some special situations: 'English is an international language of the tourist traffic. Maybe a local representative, who lives permanently or seasonally abroad, should spe-

ak another language. As far as faraway countries are concerned, it is advisable to master a local language: these are language deserts. In hotel chains or brand groups, like Hilton, you can fix everything in English, but in a small boarding house you will probably be in a pickle without the local language' (W.K., tourism/accommodation industry)

The second standpoint is represented by those experts, who are convinced that tourist industry and foreign languages belong together and there is no chance for a successful carrier without extended linguistic competences. Thanks to English only, nobody stands out from the mass, as this is no more a distinguishing quality. The command of the contemporary 'lingua franca' doesn't give any advantage over the other candidates. An advanced level of a foreign language (mostly English) is – next to computer literacy, articulateness and organisational skills – treated as an absolute standard and often as a *conditio sine qua non*. With regard to the previously quoted comparisons, they can now be modified: 'English is a ticket for entrance only, and a second language enables a further ride', the multilingualism is 'a passport with a visa' or 'a long term special leave'. Even if there is no consensus over the number of language required, every next language is, generally, an added value. Multilingualism offers opportunities for developing the carrier, working more efficiently, having access to more business partners, rising to the top, and last but not least, it determines a better remuneration and procures a psychological wellness of an individual: it enables quicker recruitment, contract extension, promotion and allows to think positively about an eventual job change. D.R., tourism/accommodation industry, now a co-owner of a Warsaw's travel agency dealing with incoming tourists, previously working for many years as a specialist for the outbound tourist market, is well aware of all these advantages. In her opinion many other competences can be easily completed, but it is not valid for languages. When recruiting D.R., tourism/accommodation industry starts with language verification. Who doesn't speak foreign languages won't be let further. In the tourism sector, both inbound and outbound, there is no work without languages. D.R., tourism/accommodation explains: 'I cannot

even imagine working in the tourism field without foreign languages. One language is also not enough, as it doesn't give you enough space to act. It is a too little potential. I personally regret that I speak decently English only and I wish I had dedicated more time for language training'. Her beliefs are confirmed by the practice: the best results in her company are scored by those, who can perform at a high level in 4-5 languages. Hence, some enterprising and success-oriented employers do pay enough attention to the linguistic competences and there is a real need for multilingual individuals.

Language education offer for tourism oriented fields of study at a university level

A theoretical premise to analyze the educational offer of the university level institutions was the introduction of an amendment to the law on higher education, in which the importance of cooperation between universities and business subjects operating on the labour market is highlighted. In the amended act it is being said that it is indispensable to project new strategies and feedbacks in order to find a remedy for the problem of failed congruency between qualifications of alumni and real needs of the market and society. It is emphasized that partnership between educational institutes and labour market is vital, that the innovations should be promoted and the transfer of knowledge facilitated (<http://www.nauka.gov.pl/>). Universities, polytechnics, academies and other colleges, by generating an intellectual capital of the society should serve the labour market and procure in the future measurable mutual effects. The language education has always been and continues to be an essential element of the general programme of the university level education. With regard to the amendment of the law, any systematic relevant survey dedicated to the issue of the demand and absorptive power for the language competences will be precious. That is why it is crucial to find out if, and if yes what kind of, language skills represent an advantage and bigger chances of the candidate in the tourist and accommodation industry. To pursue this objective it will be essential to define the linguistic needs of European companies and, at the same

time, to lay down recommendations regarding the language policy in reference to the existing demand for language skills in different branches. Only then the higher education institutions, both public and non-public will succeed in preparing their alumni to perform efficiently

How does language education in the tourism-oriented university level institutions currently look like? Table 2. presents collective results of analysis of the language education offer available in academies, both public and private, preparing the students for an employment in the tourist industry.

The Josef Piłsudski University of Physical Education in Warsaw (AWF) provides education to the future specialists in the tourism sector at the Faculty of Tourism and Recreation (previously functioning within the Faculty of Physical Education). Both at bachelor's degree and master's level the language training is offered. At bachelor's degree level tourism students are obliged to learn English (90h) and a second chosen foreign language (90h), while at master's degree level they can choose between one language course consisting of 90 hours in a chosen language. The language courses finish with exams at B1/B2 level defined by the Common European Framework of Reference for Languages (CEFR). Besides, the AWF offers many other courses (lectures, seminars and exercises) held in English in the 'mixed' groups, consisting of regular students, mostly Polish, and international students coming within the exchange programme Erasmus. This is an interesting solution, which certainly intensifies the language input: the students are motivated to interact and conduct scientific collaboration in English, which is not only facilitated but also demanded.

At the University of Warsaw the Faculty of Geography and Regional Studies organises a specialisation 'Geography of tourism' at master's degree level and a specialisation 'Tourism' for extramural studies of the master's degree. At the University of Warsaw the language training is generally concentrated at the bachelor's degree level: all students get the so called 'tokens' enabling the registration for 240 hours of language courses (<http://www.szjo.uw.edu.pl>) and are obliged to pass the exam at B2 level. The students of the master's degree can attend

numerous facultative courses (lectures, discussion sessions) held in foreign languages, mostly English. The exchange students are also welcome in these courses

At the Warsaw University of Life Sciences (SGGW) the Faculty of Economy introduced bachelor's and master's degree studies in 'Tourism and Recreation'. According to the decision of the Interdepartmental Council all students of the bachelor's degree ought to continue to learn a previously studied foreign language with a focus on the specialist terminology during 180 hours, thus 3 semesters of 60 hours (2 hours twice a week). The language education ends with a compulsory written exam (B2/C1) including technical vocabulary typical of the field of the studies. No language certificates are acknowledged (<http://www.wne.sggw.pl>). At master's degree level students continue the language training for other 60 hours in total and are offered lectures and seminars in English.

At the College of Tourism and Language Studies in Warsaw, at the Faculty of 'Tourism and Recreation', both on regular and extramural studies of bachelor's degree two foreign languages are compulsory for all students. The first language is English (270 hours, three level of language proficiency), while the second language course with 150 hours starts from a basic level. The students can choose among German, Russian, French, Spanish and Italian (<http://www.wstijo.edu.pl>). At master's degree level students can continue to learn one language: 'Both at the bachelor's and master's degree level of studies we attach a great importance to language teaching. At the master's degree level students continue the language training by putting the main emphasis on the specialist terminology useful in the tourism sector' (<http://www.wstijo.edu.pl>).

The Vistula University provides a tourism-oriented education at the Departments of Tourism and Recreation. The three-year BA studies include two years of language course (240 hours in total in a chosen language). Moreover, there is an offer directed to all students inviting everyone to participate, almost for free (for symbolic 100 zł) in additional language courses, for example Chinese language course (<http://www.vistula.edu.pl>).

The Warsaw School of Tourism and Hospitality Management (also a member of the Vistula University group) conducts a direction 'Tourism and Recreation' at both BA and MA level. On the homepage there is an information available to all applicants, saying that prior to the recruitment the students willing to study tourism should be interested in geography and recreation and have organisational skills. Additionally, language skills are deemed to be indispensable, as well as good interpersonal and communication skills and general physical fitness are

required (<http://www.sgtir.edu.pl>). At the bachelor's degree level the students are being offered a language course consisting of 240 hours. It is possible to choose an option of a programme conducted entirely in English: *Hotel and Food Industry Business Management*. The MA studies are held in Polish or in English: four-semester MA in English with specialisation in *Tourism and Hospitality Management* or 4-semester studies in Polish including language courses (<http://www.sgtir.edu.pl>).

Table 2. Foreign language courses in different universities offering education for specialists in the tourist sector

Name of the university	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	
Bachelor's degree							
Total number of hours for the first foreign language	90 h (English)	There is no specialization in tourism available to undergraduate students	180 h (any)	270 h (English)	240 (any)	240 (any)	Studies in English
Total number of hours for the second foreign language	90 h (any)		-	150 h (any)	-	-	
Specialist subjects offered in foreign languages	-		+	-	+	-	
Master's degree							
Total number of hours for the first foreign language	90 h (any)	-	60 h (any)	90 h (English)	-	120 (any)	Studies in English
Total number of hours for the second foreign language	-	-	-	-	-	-	
Specialist subjects offered in foreign languages	-	+	+	-	-	-	

Source: own elaboration

Names of the universities:

- (1) Josef Piłsudski University of Physical Education in Warsaw, Faculty of Tourism and Recreation
- (2) University of Warsaw, Specialization Geography of tourism
- (3) Warsaw University of Life Sciences - SGGW, Faculty of Tourism and Recreation
- (4) College of Tourism and Language Studies in Warsaw, Faculty of Tourism and Recreation
- (5) Vistula University, Faculty of Tourism and Recreation
- (6) Warsaw School of Tourism and Hospitality Management, Faculty of Tourism and Recreation

Remark: The above table does not entitle anybody, under any circumstances, to rank the faculties mentioned above and this for two reasons. First, only one element, the language courses namely, was taken into account. Second, all faculties, here collectively referred to as 'offering education for specialists in tourism', have in reality their own specialization and profile and provide a different outlook on tourism.

After examining the offer of the universities, it is possible to conclude that the language education is treated with a due attention and that the adopted standards offer mostly a multidirectional language development. Valuable are not only the language courses, but also lectures held in foreign languages. Obviously, it could always be more attention dedicated to the language training, but these endeavours are unavoidably connected with expenses. Yet, language training lies in students' hands.

Discussion

The objective of the research was to examine the social value of the language skills and multilingualism on the contemporary labour market in the tourist industry in Poland. Although the theoretical premises entitle to judge that linguistic competences may play an important role in the tourism sector, the reality on the labour market proves them wrong by showing that they are not indispensable. The analysis of job advertisements in the tourism and hospitality accommodation sector revealed that the Polish recruiters do not have excessive language requirements for the applicants: generally English remains paramount, bilingualism is expected occasionally and multilingualism is never required. Some experts questioned stated that the needs for language competences are strictly linked to the target tourist markets and mostly, especially in the European area, English skills are just enough. The others, however, see in the multilingualism not only an important asset, but also deem it a necessary competence conditioning an effective functioning within the contemporary tourism traffic. Much depends on the job positions and on the range and character of professional responsibilities - as emphasized in the introduction - the spectrum of activity in the tourism sector is very wide.

Based on the analysis of didactic offer, it can be stated that the university level institutions educating future specialists in tourism include, more or less, language training, by offering both language courses (at least 180 hours at bachelor's degree level and, most frequently, 60-120 hours at master's degree level) and lectures held in foreign languages.

The non-public universities have, obviously, more possibilities in this area, but the public ones are also trying to lay emphasis on a multidirectional development of language skills of their students.

Considering the present language offer of the universities and bearing in mind the numerous possibilities of abroad travelling available for the students as well as optimistically assuming that the input will result in better communication competences possessed by students, the future generations of Polish specialists in tourism have good chances to perform linguistically at an advanced level. Still, two issues should be given a due attention.

First, also students themselves should feel responsible for their language learning and take the initiative. Leslie and Russell (2006) carried out a research study in this very field. The findings revealed significant variations between UK and non-UK tourism students, probably linked to the high communicative value of English. Indeed, the development of foreign language skills in the UK has gained little attention, whilst - in contrast - tourism students in continental Europe seem to have contrasting attitudes to their UK counterparts, by showing a greater awareness of the need for these skills and commitment to developing them. In the context of this research the results are, however, not especially comforting: British students do not invest in the language training, for they command the most useful language as a mother tongue, and non-British students commit to developing mostly English. Fortunately, in the whole world young generations start to perceive the importance of languages, not only European ones. Chinese becomes more and more popular, also in Poland.

Second, putting aside the present level of mastery of foreign language charactering the Polish specialists in the tourism sector, it should be reflected on how to show to those employers, who are not convinced of the importance of linguistic competences, what kind of capital do language skills and multilingualism represent and how to project a relevant research study aimed at measuring the impact of the language skills and proving that hiring multilingual employees and investing in language training of the personnel will procure profits and competitive ad-

vantages over rival companies. Some employers, as D.R. for instance, do not need any study findings as a tangible proof. The results of her team are for her the best irrefutable evidence of the rightness of her strategy – the more language the employees know, the better they perform.

References

1. Babbie E. (2009). *Podstawy badań społecznych*. Warszawa: PWN.
2. Boguszewski R. (2012). Polacy poznają świat czyli o zagranicznych wyjazdach i znajomości języków obcych, 1-15, http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2012/K_148_12.PDF; DW: 20.05.2013 (Komunikat z badań CBOS z listopada 2012)
3. Czapiński J., Panek T. (2011). *Diagnoza społeczna. Warunki i jakość życia Polaków*. Warszawa: Vizja Press & IT.
4. Flick U. (2006). *An introduction to qualitative research*. London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage Publications.
5. <http://europass.cedefop.europa.eu> (12.04.2013).
6. <http://gazetapraca.pl> (13.04.2013).
7. <http://pracuj.pl> (13.04.2013).
8. <http://www.nauka.gov.pl/szkolnictwo-wyzsze/reforma-szkolnictwa-wyzszego> (02.02.2013).
9. <http://www.sgtir.edu.pl> (06.07.2013).
10. <http://www.szjo.uw.edu.pl> (06.07.2013).
11. <http://www.vistula.edu.pl> (06.07.2013).
12. <http://www.wne.sggw.pl> (06.07.2013).<http://www.wstijo.edu.pl> (06.07.2013).
13. Kruczek Z. (2002). *Kompendium pilota wycieczek*. Kraków: Proksenia.
14. Leslie D., Russell H.(2006). The importance of foreign language skills in the tourism sector: A comparative study of student perceptions in the UK and continental Europe. *Tourism Management*, 27, 1397-1407.
15. Lutyńska K. (2005). Wywiad socjologiczny. In: *Encyklopedia Socjologii, Suplement*. Warszawa: Oficyna Naukowa, 401-410.
16. Pfeiffer W. (2001). *Nauka języków obcych. Od praktyki do praktyki*. Poznań: Wagros.
17. Wciórka B. (2009). Polacy o swoich wyjazdach zagranicznych i znajomości języków obcych, 1-15 http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2009/K_111_09.PDF; (20.05.2013).

Julia Murrmann
juliarozewska@wp.pl

Krzysztof Lipecki

Uniwersytet Ekonomiczny w Krakowie

Łukasz Lic

Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

Paweł Kukła

Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie

Poziom aktywności i sprawności fizycznej a wskaźnik masy ciała (BMI) studentek kierunku Turystyka i rekreacja Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie

Streszczenie

Celem pracy było określenie poziomu aktywności i sprawności fizycznej studentek kierunku Turystyka i rekreacja w zależności od wskaźnika ich masy ciała (BMI). Materiał empiryczny stanowiły rezultaty badań 102 studentek I stopnia kierunku *Turystyka i rekreacja* Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie. Zmierzono wysokość oraz masę ciała, na podstawie których wyznaczono wskaźnik Body Mass Index (BMI). Aktywność fizyczną oszacowano w oparciu o Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej (International Physical Activity Questionnaire - IPAQ), w wersji krótkiej, zaś sprawność na podstawie zmodyfikowanego testu Zuchory. Zmierzono także wydolność układu krążenia za pomocą testu Ruffiera. Wyniki ujawniły, że zdecydowana większość studentek (73,5%) przejawia wysoki poziom aktywności, a ponad połowa (52,4%) odznacza się bardzo dobrą sprawnością fizyczną. Niestety większość studentek prezentowała średni (48,0%) bądź słaby (35,3%) poziom wydolności układu krążenia, a wydolność co dziesiątej oceniono jako bardzo słabą. Analiza danych dotyczących aktywności i sprawności fizycznej studentek w zależności od wskaźnika BMI (Body Mass Index) wykazała, że kobiety z niższą masą ciała charakteryzują się średnio wyższym poziomem aktywności ruchowej, a także prezentują wyższą sprawność fizyczną.

Słowa kluczowe: aktywność fizyczna, sprawność fizyczna, wskaźnik BMI, studentki, turystyka i rekreacja.

Wstęp

Obserwowany w ostatnich latach gwałtowny rozwój cywilizacyjny, oprócz wielu korzyści społeczno-ekonomicznych, niesie ze sobą również liczne zagrożenia. Przyczynia się m.in. do zmniejszenia aktywności i sprawności fizycznej, czego konsekwencją są liczne choroby cywilizacyjne.

Spośród wielu chorób określanych mianem „niezakaźnych” (tj. nadciśnienie tętnicze, choroby serca, cukrzyca typu II), coraz większej liczby osób na całym świecie dotyczy problem nadwagi i otyłości (Bulska, 2008). Szacuje się, że ponad połowa (52%) dorosłych mieszkańców Unii Europejskiej ma nadwagę, a blisko co piąty (17%) jest otyły. Niepokojem może napawać fakt znacznego wzrostu odsetka

osób otyłych i z nadwagą wśród młodzieży z krajów Europy Środkowo-Wschodniej. W latach 2001/02-2009/10 największy ich przyrost spośród krajów Unii Europejskiej odnotowano w Czechach, Estonii, Rumunii, Słowenii i Polsce. To właśnie w ostatnim z wymienionych krajów na przestrzeni wspomnianych 8 lat odsetek młodzieży otyłej i z nadwagą wzrósł dwukrotnie (z 7% w 2001/02 roku do 14% w 2009/10 roku) (OECD, 2012). Należy podkreślić, że procent ten zwiększa się wraz z wiekiem i skutkuje blisko 77% progim w grupie osób po 45 roku życia (Kłósiewicz-Latoszek, 2004).

Problemy utrzymania prawidłowej masy ciała związane są z zaburzeniem bilansu energetycznego, a więc nadmiernym dostarczaniem energii w stosunku do jej wydatkowania. Obniżona aktywność fi-

zyczna w połączeniu z niewłaściwą dietą przyczynia się do nadwagi, a w dłuższej perspektywie otyłości (Mynarski, Rozprawa, Królikowska, Puciato, Graczykowska, 2012). Skutkuje to obniżeniem poziomu sprawności fizycznej, uznawanej przez specjalistów za wyznacznik jakości życia (Corbin, Welk, Corbin, Welk, 2007). Rozpatrując sprawność fizyczną należy zaznaczyć, iż jej celem, zgodnie z koncepcją Health-Related Fitness, powinno być uzyskanie optymalnego dla zdrowia poziomu sprawności fizycznej (Osiński, 2003). Ponadto aktywność i sprawność fizyczna (głównie wydolność tlenowa oraz siła) odgrywają kluczową rolę nie tylko w walce z nadwagą i otyłością, ale również w ograniczeniu ryzyka wystąpienia zespołu metabolicznego (López-Martínez, Sánchez-López, Solera-Martínez, Arias-Palencia, Fuentes-Chacón, Martínez-Vizcaíno, 2013).

Najnowsze badania wskazują, że poziom aktywności i sprawności fizycznej społeczeństw na przestrzeni ostatnich lat wyraźnie się obniżył (Camhi, Phillips, Young, 2011). Istnieje wiele prac dotyczących aktywności i sprawności fizycznej różnych grup społecznych (Baj-Korpak, Soroka, Korpak 2010; Borremans, Rintala, McCubbin, 2010; Buchholz, Purath 2007; Heimer, Misigoj-Durakovic, Ruzic, Matkovic, Prskalo, Beri, Tonkovic-Lojovic 2004; Nawrocka., Prończuk, Mynarski, Garbaciak, 2012, i inni), w tym studentów (Dąbrowska-Galas, Plinta, Dąbrowska, Skrzypulec-Plinta, 2013; Ramakrishnan 2012; Razak, Maizi, Muhamad 2013, i inni), jednak relatywnie mniej jest badań dotyczących ich poziomu w zależności od wskaźnika masy ciała (Body Mass Index - BMI) (Rauner, Mess, Woll, 2013).

W związku z powyższym, zasadnym wydaje się cel niniejszej pracy, którym było określenie poziomu sprawności i aktywności fizycznej w zależności od wskaźnika masy ciała (BMI) w grupie młodzieży akademickiej. Wyjątkowo cenną grupą okazują się być studenci kierunku *Turystyka i rekreacja*, którzy szczególną uwagę przywiązywać powinni do zagadnień sprawności i aktywności fizycznej oraz komponentów budowy ciała.

Materiał i metoda badań

Materiał empiryczny stanowią rezultaty badań 102 studentek studiów I stopnia kierunku *Turystyka i rekreacja* Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie, dotyczące poziomu aktywności i sprawności fizycznej oraz typu budowy ciała. Najstarsza z badanych studentek miała 24 lata, a najmłodsza 18 lat, średnia wieku dla grupy wyniosła niewiele ponad 20 lat.

Zbadano wysokość (antropometr) i masę ciała (waga TANITA – model BC-1000) oraz obwody talii i bioder. Na podstawie uzyskanych rezultatów wyznaczono wskaźnik masy ciała (BMI - Body Mass Index) oraz dystrybucji tłuszczu (WHR). Średnia wysokość ciała badanych wyniosła 165 cm ($\pm 6,77$), zaś masa ciała 59,1 kg ($\pm 9,28$). Przeciętne rezultaty obwodów tali i bioder w grupie studentek kształtowały się na poziomie 71,4 cm ($\pm 7,31$) i 96,1 cm ($\pm 6,35$), zaś wskaźniki BMI i WHR odpowiednio 21,61 kg/m² ($\pm 2,77$) i 0,74 ($\pm 0,06$).

Poziom aktywności fizycznej oszacowano w oparciu o Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej (International Physical Activity Questionnaire - IPAQ), w wersji krótkiej (Bauman, Bull, Chey1, Craig, Ainsworth, Sallis, Bowles, Hagstromer, Sjostrom, Pratt 2009).

Sprawność fizyczną oceniano na podstawie zmodyfikowanego testu Zuchory (wybrano go głównie ze względu na łatwość przeprowadzenia i interpretacje wyników) w oparciu o pięć prób diagnozujących: szybkość, skoczność, gibkość, siłę mięśni ramion oraz siłę mięśni brzucha. Korekta polegała na wybraniu 5 spośród 6 stosowanych w teście Zuchory prób (nie przeprowadzono testu oceniającego wytrzymałość) i proporcjonalnym przeliczeniu wyników zgodnie ze skalą testu, co umożliwiło ogólną ocenę sprawności fizycznej studentek.

Wydolność układu krążenia zdiagnozowano za pomocą testu Ruffiera (Górniak, Szczepanowska, 2011; Pytasz, Pytasz, Urbańska, 1996).

W opracowaniu materiału badawczego wykorzystano podstawowe miary statystyczne, tj. średnią arytmetyczną, odchylenie standardowe, współczynnik zmienności oraz wartości minimalną i maksymalną.

Wyniki badań

Dane dotyczące poziomu aktywności i sprawności fizycznej, wydolności układu krążenia oraz wskaźnika masy ciała (BMI) studentek TiR przedstawiono w tabeli 1. Na podstawie wyników odnotowano, że zdecydowana większość studentek deklaruje wysoki poziom aktywności fizycznej (73,5%), a niski jedynie 4,9%. Tak spory odsetek kobiet odznaczających się wysokim poziomem aktywności fizycznej może wynikać z ich dużej świadomości na temat wpływu ruchu na organizm człowieka do czego niewątpliwie przyczynia się program kształcenia na kierunku turystyka i rekreacja. Rezultaty badań wskazują, że poziom sprawności fizycznej miał

bardziej równomierny rozkład. Ponad połowa studentek (52,4%) wykazała się bardzo dobrą sprawnością fizyczną, a wynik dobry i wysoki uzyskało odpowiednio 23,3% i 19,4% badanych. W ocenie wydolności układu krążenia studentki uzyskały znaczenie gorsze rezultaty. Żadna z badanych nie osiągnęła wyniku bardzo dobrego, większość prezentowała średni poziom wydolności, a wydolność co dziesiątej oceniono jako bardzo słabą. Analizując dane dotyczące wskaźnika masy ciała wykazano, że odsetek osób z nadwagą i niedowagą był zbliżony i wynosił odpowiednio 9,8% i 11,8%. Zdecydowana większość badanych (78,4%) charakteryzowała się prawidłową masą ciała względem jego wysokości.

Tabela 1. Poziom aktywności fizycznej, sprawności fizycznej i wydolności układu krążenia oraz wskaźnik masy ciała (BMI) studentek TiR (n=102)

Badany parametr	Poziom parametru	Liczba osób [N]	Procent całości [%]	Średnia [x]	Odchylenie standardowe [SD]	V	Min	Max
Aktywność fizyczna [MET x min x tydz ⁻¹]	Wysoka	75	73,5	9240,8	7317,8	0,79	3030,0	44814,0
	Umiarkowana	22	21,6	1645,1	691,9	0,42	876,0	2940,0
	Niska	5	4,9	362,5	137,5	0,38	247,5	594,0
	AF - Ogółem	102	100	7282,5	7197,7	0,99	247,5	44814,0
Sprawność fizyczna [pkt]	Wybitna	1	0,97	26,0	-	-	26	26
	Wysoka	20	19,4	22,4	1,14	0,05	21	24
	Bardzo dobra	53	52,4	17,9	1,41	0,08	16	20
	Dobra	24	23,3	13,9	1,01	0,07	12	15
	Dostateczna	4	3,9	9,7	0,58	0,06	9	10
	Minimalna	-	-	-	-	-	-	-
	Ogółem	102	100	17,45	3,69	0,21	7	26
Wydolność układu krążenia	Bardzo dobra	-	-	-	-	-	-	-
	Dobra	7	6,8	4,09	1,04	0,26	2,0	5,0
	Średni	49	48,0	8,34	1,41	0,17	5,2	10,0
	Słaby	36	35,3	12,1	1,16	0,1	10,2	14,4
	Bardzo słaby	10	9,8	16,16	1,35	0,08	15,2	19,2
	Ogółem	102	100	10,13	3,25	0,32	2	19,2
Wskaźnik masy ciała BMI	Nadwaga (25,0≤BMI<30)	10	9,8	27,12	1,73	0,06	25,00	29,95
	Waga prawidłowa (18,5<BMI<25,0)	80	78,4	21,41	1,60	0,07	18,61	24,87
	Niedowaga (18,5≤BMI)	12	11,8	17,68	0,79	0,04	15,85	18,48
	Ogółem	102	100	21,61	2,77	0,13	15,85	29,95

Wyniki pomiarów poszczególnych komponentów sprawności fizycznej przedstawiono w tabeli 2. Najlepsze rezultaty badane uzyskały w próbie *szybkości*, gdzie wyniki bardzo dobry (28,4%), wysoki (39,2%) i wybitny (23,5%) stanowiły w sumie ponad 90%. Pomiar *skoczności* i *sily mięśni brzucha* miał podobny do siebie rozkład, żadna z badanych nie uzyskała wyniku wybitnego, a najczęściej odnotowano poziom dostateczny (42,1% i 37,2%) oraz dobry (31,1% i 36,3%). Bardziej zróżnicowane wyniki zanotowano w *gibkości*, gdzie odsetek studentek na

poszczególnych poziomach wykonania wahał się od 7,8% do 25,5%. Z kolei najmniej zróżnicowanym komponentem okazała się *sila ramion*, gdzie najwięcej badanych uzyskało poziom bardzo dobry (58,8%) oraz dostateczny (23,5%). Analizując średnie wyniki w poszczególnych próbach sprawności fizycznej zaobserwowano, że badane uzyskiwały najlepsze wyniki w *szybkości* (4,71 pkt.) oraz *gibkości* (3,78 pkt.), a najłabsze w *sile mięśni brzucha* (2,80 pkt.) oraz *skoczności* (2,57 pkt.).

Tabela 2. Poziom poszczególnych komponentów sprawności fizycznej studentek TiR (n=102)

Komponent sprawności		Szybkość		Skoczność		Siła ramion		Gibkość		Siła mięśni brzucha		Ogólna ocena	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Wybitny	6 pkt	24	23,5	0	0	7	6,9	11	10,8	0	0	42	8,2
Wysoki	5 pkt	40	39,2	1	0,98	0	0	25	24,5	4	3,9	70	13,7
Bardzo dobry	4 pkt	29	28,4	16	15,7	60	58,8	21	20,6	17	16,6	143	28,0
Dobry	3 pkt	4	3,9	32	31,4	10	9,8	26	25,5	37	36,3	109	21,4
Dostateczny	2 pkt	4	3,9	43	42,1	24	23,5	11	10,8	38	37,2	120	23,5
Minimalny	1 pkt	1	0,98	10	9,8	1	0,98	8	7,8	6	5,9	26	5,1
Średnia (SD)		4,71 (1,05)		2,57 (0,91)		3,58 (1,14)		3,79 (1,44)		2,8 (1,02)		17,45 (3,69)	

Analizując dane dotyczące aktywności fizycznej studentek w zależności od wskaźnika BMI (Body Mass Index) (tabela 3) odnotowano, że kobiety z niższą masą ciała charakteryzują się średnio wyższym poziomem aktywności. Można przypuszczać, iż po części rezultaty te związane są z rolą aktywności fizycznej w utrzymaniu odpowiedniego bilansu energetycznego organizmu. Analizując średnie wy-

niki uzyskiwane przez studentki w teście sprawności fizycznej w zależności od wskaźnika BMI zaobserwowano, że badane z niedowagą uzyskały znacznie lepszy wynik (18,55 pkt.) od swoich rówieśniczek z wagą prawidłową (16,30 pkt.) i nadwagą (15,60 pkt.). Wyższy poziom sprawności fizycznej osób ze stosunkowo niższą masą ciała może wynikać również z ich większej aktywności ruchowej.

Tabela 3. Aktywność i sprawność fizyczna studentek TiR w zależności wskaźnika masy ciała (BMI) (n=102)

Wskaźnik masy ciała		Niedowaga (BMI<18,5)		Waga prawidłowa (18,5<BMI<25,0)		Nadwaga (25<BMI<30,0)	
		M	SD	M	SD	M	SD
Badany parametr							
Aktywność fizyczna	IPAQ [MET x min x tydz ⁻¹]	9061	7238	7203	7586	5974	3393
Sprawność fizyczna	Test Zuchory [pkt]	18,55	3,14	16,30	5,27	15,60	2,59

Dyskusja

Aktywność fizyczna jest bardzo ważnym czynnikiem warunkującym zdrowie człowieka. Odpowiedni jej poziom umożliwia zrównoważenie bilansu energetycznego, ograniczając tym samym ryzyko wielu chorób cywilizacyjnych, w tym nadwagi i otyłości. Deklarowany poziom aktywności fizycznej objętych badaniem studentek w większości okazał się wysoki i wyniósł średnio 121 MET godz./tydz. Dane te wskazują, że studentki TiR z UEK odznaczają się wyższym poziomem aktywności fizycznej studentów (głównie kobiety – 79,0%) kierunku kosmetologii (jedynie 28,0% deklaruje wysoki poziom aktywności fizycznej), położnictwa (22,0%) medycyny (22,0%), farmacji (10,0%) oraz pielęgniarstwa (8,0%), zaś nieco niższym w porównaniu do studentów fizjoterapii (100,0%) Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach (Dąbrowska-Galas i in., 2013). Niższy poziom aktywności fizycznej odnotowano również wśród studentów Szkoły Zdrowia z Nevsehir w Turcji, gdzie wysoki poziom aktywności fizycznej cechował jedynie 24,9% badanych, zaś średni i niski odpowiednio 44,9% i 30,2% (Guven, Ozcan, Tasgin, Arslan, 2013), a także u studentek medycyny Rajiv Gandhi University of Health Sciences z Bangalore (Indie), wśród których wysokim poziomem aktywności odznaczała się jedynie co trzecia (32,9%), zaś niskim aż blisko co piąta (16,8%) badana (Padmapriya, Krishna, Thennarasu, 2013). Otrzymane wyniki należy jednak interpretować z pewną dozą ostrożności, ze względu na częste przeszacowanie deklarowanej aktywności fizycznej w porównaniu do rzeczywistego jej poziomu (Trost, Pate, Sallis, Freedson, Taylor, Dowda, Sirard, 2002).

Niemniej jednak wysoki poziom aktywności fizycznej większości badanych przełożył się także na mniejszy niż w populacji kobiet odsetek osób z nieprawidłową masą ciała. Wśród studentek TiR jedynie blisko co dziesiąta odznaczała się niedowagą lub nadwagą, a co optymistyczne brak było studentek otyłych. W porównaniu z populacją ogólnopolską jest to bardzo pozytywny symptom, gdyż szacuje się, iż w Polsce odsetek kobiet otyłych kształtuje się na poziomie 15,2%, co stanowi wynik poniżej śred-

niej dla Unii Europejskiej (16,5%) (OECD 2012). Takie rozbieżności mogą wynikać z faktu, że objęta badaniem grupa studentek to kobiety młode (poniżej 24 lat), zaś przytoczone rezultaty dotyczą całej populacji kobiet dorosłych. Odnosząc wyniki badań własnych do grupy rówieśniczek z innych krajów okazuje się, iż przykładowo wśród studentek z Islandii odsetek osób z nadwagą i otyłością jest ponad dwukrotnie większy (23,0%) (Arngrimsson, Richardsson, Jonsson, Olafsodottir, 2012), zaś wśród studentów Szkoły Zdrowia z Nevsehir w Turcji porównywalny (12,5%) (Guven i in. 2013) do studentek z Krakowa (10,0%).

Systematyczna aktywność fizyczna oprócz podniesienia poziomu sprawności fizycznej (Twisk 2001) przyczynia się także do poprawy wydolności układu krążenia, uznawanej przez specjalistów (Hoyos, Irazusta, Gravina, Gil, Gil, Irazusta, 2011; Maaros, Landor, 2001) za kluczową w „promocji zdrowia”. Wyniki badań własnych wskazują, iż studentki TiR odznaczają się dobrym poziomem sprawności fizycznej (uzyskując średnią ocenę 3,69 w skali 6 stopniowej), co w porównaniu do studentek kierunków: Fizjoterapii i Opieki Medycznej Lekarskiego Uniwersytetu Medycznego w Lublinie (Kotwica, Majcher, 2012) oraz Fizjoterapii Akademii Medycznej w Gdańsku (Kochanowicz, 2007) wskazuje, że są bardziej sprawne.

Niepokojącym jest fakt, iż wydolności układu krążenia, uznawana przez specjalistów za główny czynnik ryzyka chorób serca oraz przedwczesnej śmierci (Blair, Kampert, Kohl, Barlow, Macera, Paffenbarger, Gibbons, 1996; Corbin i in., 2007) wśród studentów (zarówno kobiet jak i mężczyzn) na przestrzeni ostatnich lat pogarsza się (Pribis; Burtneck, McKenzie, Thayer, 2010). Badania własne wykazały, że blisko u połowy kobiet wydolność ta kształtuje się na niskim (35,0%) bądź bardzo niskim poziomie (10,0%). Jest to komponent bardzo zaniedbany, o czym świadczy brak studentek o bardzo dobrej wydolności, zaś wydolność dobrą przejawia jedynie 7,0% kobiet. Tak niewielki odsetek badanych prezentujący zadowalający poziom wydolności układu krążenia, może wynikać z faktu, iż do jej poprawy konieczne jest podejmowanie długotrwałych wysiłków o określonej intensywności. Zaleca się wysiłki

trwające ok. 20-30 minut i więcej, przy intensywności 70-90% tętna maksymalnego (HRmax). Przyjmując należy, że pomimo deklarowanej wysokiej aktywności fizycznej niewielka grupa badanych podejmuje aktywności spełniające te kryteria.

Analizując rezultaty dotyczące poziomu aktywności i sprawności fizycznej studentek TiR w zależności od wskaźnika masy ciała (BMI) stwierdzono, że kobiety z niższą masą ciała cechuje większa aktywność ruchowa. Z kolei studentki z Południowej Afryki o prawidłowym wskaźniku masy ciała (BMI) okazały się bardziej aktywne niż ich rówieśniczki z niedowagą i nadwagą (Cilliers, Senekal, Kunneke, 2006). Co ciekawe, w porównaniu z innymi grupami wiekowymi, różnicowania poziomu aktywności fizycznej w zależności od wskaźnika masy ciała (BMI) nie odnotowano wśród dzieci (Aires, Silva, Silva, Santos, Ribeiro, Mota., 2010; Sacchetti, Ceciliai, Garulli, Masotti, Poletti, Beltrami, 2012).

W badaniach własnych zaobserwowano również różnicę w poziomie sprawności fizycznej studentek w zależności od wskaźnika masy ciała (BMI) ujawniając, że najwyższą sprawnością odznaczają się studentki z niedowagą, najniższą zaś z nadwagą. Podobne rezultaty prezentuje Rauner i in. (2013) oraz Kvaavik i in. (2009) wskazując odwrotnie proporcjonalne relacje między aktywnością/sprawnością fizyczną a nadwagą/otyłością.

Wnioski

1. Deklarowany poziom aktywności i sprawności fizycznej objętej badaniem grupy studentek TiR jest na zadowalającym poziomie, tj. wysoki poziom aktywności fizycznej oraz ponadprzeciętny sprawności fizycznej. Jednak w związku z obniżaniem się poziomu aktywności i sprawności fizycznej wraz z wiekiem, należy podjąć starania uświadamiające młodym kobietom ich znaczenie w zachowaniu i kreowaniu zdrowia.
2. Studentki TiR cechuje bardzo dobry poziom *szybkości*, *dobry gibkości* i *siły ramion* oraz dostateczny *skoczności* i *siły mięśni brzucha*. Pomimo wysokiego poziomu aktywności fizycznej niepokojącym jest jednak fakt, iż

wydolność układu krążenia blisko połowy z nich jest słaba lub bardzo słaba, co może wynikać z faktu, iż podejmowane wysiłki nie spełniają (w zakresie intensywności i objętości) zalecanych dla poprawy wydolności kryteriów.

3. Studentki TiR z nadmierną masą ciała są mniej aktywne i sprawne od rówieśniczek bez nadwagi i otyłości, dlatego konieczne wydaje się propagowanie wśród młodych kobiet nawyku kontroli masy ciała w trosce o własne zdrowie (zmniejszenie ryzyka wystąpienia chorób niezakaźnych) jednocześnie zachęcając je do aktywnego stylu życia.

Piśmiennictwo

1. Aires L., Silva P., Silva G., Santos M.P., Ribeiro J.C., Mota J. (2010). Intensity of physical activity, cardiorespiratory fitness, and body mass index in youth, *Journal of Physical Activity & Health*, 7 (1), 54-9.
2. Arngrimsson S.B., Richardsson E.B., Jonsson K., Olafsodottir A.S. (2012). Body composition, aerobic fitness, physical activity and metabolic profile among 18 year old Icelandic high-school students. *Icelandic Medical Association and the Medical Society of Reykjavic*, 95 (5), 277-282.
3. Baj-Korpak J., Soroka A., Korpak F. (2010). Aktywność fizyczna wybranych grup społeczno-zawodowych (w szkolnictwie). *Człowiek i Zdrowie*, 1 (4), 152-161.
4. Bauman A., Bull F., Chey1 T., Craig C.L., Ainsworth B.E., Sallis J.F., Bowles H.R., Hagstromer M., Sjostrom M., Pratt M. (2009). The International Prevalence Study on Physical Activity: results from 20 countries. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 6 (21).
5. Blair S.N., Kampert J.B., Kohl H.W., Barlow C.E., Macera C.A., Paffenbarger R.S., Gibbons L.W. (1996). Influence of cardiorespiratory fitness and other precursors on cardiovascular disease and all-cause mortality in men and women. *Journal of American Medical Association*, 276 (3), 205-211.
6. Borremans E., Rintala P., McCubbin J.A. (2010). Physical Fitness and Physical Activity

- in Adolescents With Asperger Syndrome: A Comparative Study. *Human Kinetics*, 27, 308-320.
7. Buchholz S.W., Purath J. (2007). Physical activity and psychical fitness counseling patterns of adult nurse practitioners. *Journal of the Academy of Nurse Practitioner*, 19, 86-92.
 8. Camhi S.M., Phillips J., Young D.R. (2011). The Influence of Body Mass Index on Long-Term Fitness From Physical Education in Adolescent Girls. *Journal of School Health*, 81 (7), 409-416.
 9. Cilliers J., Senekal M., Kunneke E. (2006). The association between the body mass index of first-year female university students and their weight-related perceptions and practices, psychological health, physical activity and other physical health indicators. *Public Health Nutrition*, 9(2), 234-243.
 10. Corbin C.B., Welk G.J., Corbin W.R., Welk K.A. (2007). *Fitenss i wellness. Kondycja sprawności, zdrowie*. Poznań, Zysk i S-ka.
 11. Dąbrowska-Galas M., Plinta R., Dąbrowska J., Skrzypulec-Plinta V. (2013). Physical Activity in Students of the Medical University of Silesia in Poland. *Journal of the American Physical Therapy Association*, 93 (3), 384-392.
 12. Guven D.S., Ozcan T., Tasgin O., Arslan F. (2013). The relationship between health collage students physilcal actvity status and life satisfaction. *International Journal of Academic Research*, 5, 327-331.
 13. Heimer S., Misigoj-Durakovic M., Ruzic L., Matkovic B., Prskalo I., Beri S., Tonkovic-Lojovic M. (2004). Fitenss Level of Adult Economically Active Population in the Republic of Croatia Estimated by EUROFIT System. *Collegium Antropolologicum*, 28 (1), 223-233.
 14. Hoyos I., Irazusta A., Gravina L., Gil S.M., Gil J., Irazusta J. (2011). Reduced cardiovascular risk is associated with aerobic fitness in university students. *European Journal of Sport Science*, 11 (2), 87-94.
 15. Janetta C., Marjanne S., Ernesta K. (2006). The association between the body mass index of first-year female university students and their weight-related perceptions and practices, psychological health, physical activity and other physical health indicators. *Public Health Nutrition*, 9 (2), 234-243.
 16. Kochanowicz B. (2007). Poziom sprawności fizycznej studentów kierunku Fizjoterapii Akademii Medycznej w Gdańsku a ich opinia wobec różnych forma aktywności ruchowej. *Annales Academiae Medicae Gedanensis.*, 37, 53-62.
 17. Kotwica A., Majcher P. (2012). Physical Fitness Level of 1st Year Medicine And Physiotherapy Students Of Lublin Medicine University. *Polish Journal of Sport and Tourism*, 19, 107-118.
 18. Kvaavik E., Klepp K.I., Tell G.S., Meyer H.E., Batty G.D. (2009). Physical fitness and physical actvity at age 13 years as predictors of cardiovascular disease risk factors at ages 15, 25, 33, and 40 years: extended follow-up of the Oslo Toyuth Study. *Pediatrics*, 123 (1), 80-86.
 19. López-Martínez S., Sánchez-López M., Solera-Martinez M., Arias-Palencia N., Fuentes-Chacón R.M., Martínez-Vizcaíno V. (2013). Physical Activity, Fitness, and Metabolic Syndrome in Young Adults. *International Journal of Sport Nutrition & Exercise Metabolism*, 23 (4), 312-321.
 20. Maarooos J., Landor A. (2001). Antropometric indices and physical fitness in university undergraduates with different physical activity. *Antropologischer Anzeiger, Bericht Uber Die Biologisch-Antropologische Literatur*, 59 (2), 157-163.
 21. Mynarski W., Rozprawa M., Królikowska B., Puciato D., Graczykowska B. (2012). *Jakościowe i ilościowe aspekty aktywności fizycznej*. Studia i monografie, 313, Opole: Politechnika Opolska.
 22. Nawrocka. A., Prończuk A., Mynarski W., Garbaciak W. (2012). Aktywność fizyczna menadżerów wyższych szczebli zarządzania w kontekście prozdrowotnym. *Medycyna Pracy*, 63 (3), 271-179.
 23. Padmapriya K., Krishna P., Thennarasu, (2013). Prevalence and patterns of physical activity among students in Bangalore, India. *Electronic Physican*, 5 (1), 606-610.

24. Pribis P., Burtneck C.A., McKenzie S.O., Thayer J. (2010). Trends in body fat, body mass index and physical fitness among male and female college students. *Nutrients*, 2 (10), 1075-1085.
25. Ramakrishnan N. (2012). A study on perceptions and practices about physical activity among undergraduate medical students. *New Indian Journal of Surgery*, 2 (4), 278.
26. Rauner A., Mess F., Woll A. (2013). The Relationship between physical activity, physical fitness and overweight in adolescents: a systematic review of studies published in or after 2000. *BMC Pediatrics*, 13, 19.
27. Razak M.R.A., Maizi I.E., Muhamad T.A. (2013). Physical Actwivity, Aerobic Fitness and Body Cosition among Students in Malaysia na Libya. *Asian Social Science*, 9 (16), 168-175.
28. Sacchetti R., Ceciliani A., Garulli A., Masotti A., Poletti G., Beltrami P. (2012). Physical fitness of primary school children in relation to overweight prevalence and physical activity habits. *Journal of Sports Sciences*, 30 (7), 633-640.
29. Trost S.G., Pate R.R., Sallis J.F., Freedson P.S., Taylor W.C., Dowda M., Sirard J. (2002). Age and gender differences in objectively measured physical activity in youth. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 34 (2), 350-355.
30. Twisk J.W.R. (2001). Physical activity guidelines for children and adolescents: A critical. *Sports Medicine*, 31 (8), 617-627.

Krzysztof Lipecki
lipecki@uek.krakow.pl

Krzysztof Lipecki

Cracow University of Economics

Łukasz Lic

Pedagogical University of Cracow

Paweł Kukła

University of Physical Education in Cracow

Levels of physical activity and physical ability and their correlation to the Body Mass Index (BMI) in female students of Tourism and Recreation at Cracow University of Economics

Abstract

The aim of this study was to determine the levels of physical activity and physical ability among female students of Tourism and Recreation, in correlation to their Body Mass Index (BMI). The empiric material for this study is constituted of the results of tests carried out on 102 first-year female students of Tourism and Recreation at Cracow University of Economics. Their height and body mass were measured, based on which their Body Mass Index was established. Physical activity was assessed based on the International Physical Activity Questionnaire - IPAQ, shortened version, and physical ability was tested based upon a modified version of Zuchora's test. The students' circulatory system efficiency was measured with Ruffier's test. The results of the study show that the majority of students (73.5%) presented a high level of physical activity, with more than half (52.4%) having very good physical ability. Unfortunately, most of the students had an average (48.0%) or low (35.3%) level of circulatory system efficiency, and every tenth student ranked very low in this respect. The analysis of the data in correlation to the Body Mass Index scores of the students has shown that women with a lower body mass have, on average, a higher level of physical activity and also present higher levels of physical ability.

Keywords: physical activity, physical ability, Body Mass Index, female students, Tourism and Recreation

Introduction

The sudden and violent social developments observed in recent years have brought various positive changes in terms of sociological and economical aspects of living; but, at the same time, are responsible for many dangerous trends. These developments have been the main cause of the lowering of physical activity and physical ability levels, which in turn leads to an increase in lifestyle diseases.

Among a number of diseases which are 'non-contagious' (high blood pressure, heart disease, type 2 diabetes), more and more people are suffering from being overweight or obese (Bulska, 2008). It is estimated that more than half (52%) of the adults living

in all European Union countries are overweight, and nearly every fifth person (17%) is obese. What is more alarming is that the number of overweight and obese people is also on the increase among youths and teenagers in Middle-Eastern European countries. In the years 2001-2010, the largest growth in the number of such teenagers was noted in the Czech Republic, Estonia, Romania, Slovenia and Poland. In Poland alone, the percentage of overweight and obese teens has doubled in the past eight years (from 7% in 2001/02 to 14% in 2009/10) (OECD, 2012). It must be mentioned that this percentage also increases with age, reaching 77% in people aged 45 and over (Kłosiewicz-Latoszek, 2004).

The issues with keeping a normal weight are

connected to an inability to properly balance energy intake and usage. This is to say that people tend to provide their bodies with more calories that they are able to burn, and because of their low level of physical activity and an unhealthy diet, this leads to being overweight, or eventually becoming obese (Mynarski et al., 2012). As a result, the general level of physical ability, which many experts claim to be a vital factor in the assessment of quality of life, is also lowered (Corbin et al., 2007). When considering physical ability, it must be stated that its purpose, according to the Health-Related Fitness concept, is to achieve an optimal, healthy level for each individual (Osiński, 2003). Moreover, physical activity and physical ability (mainly cardiovascular efficiency and strength) are keys not only in preventing obesity, but also in decreasing the risk of the metabolic syndrome (López-Martínez et al., 2013).

Recent studies show that the levels of physical activity and physical ability in developed countries have lowered significantly over the past few years (Camhi, Phillips and Young, 2011). There are many papers which consider physical activity and physical ability in various social groups (Baj-Korpak, Soroka and Korpak 2010; Borremans, Rintala and McCubbin, 2010; Buchholz and Purath 2007; Heimer et al., 2004; Nawrocka et al., 2012; and others.), not excluding students (Dąbrowska-Galas et al., 2013; Ramakrishnan, 2012; Razak, Maizi and Muhamad, 2013), but there are few which describe the dependency between physical activity and physical ability levels and the Body Mass Index (BMI) of the subjects (Rauner, Mess and Woll, 2013).

Thus, it is relevant for the purpose of this study to determine the physical activity and physical ability levels and their correlation to the Body Mass Index scores of a group of young academics. Students of Tourism and Recreation are an especially valuable test group, as they should pay special attention to the subjects of activity and ability, as well as their body constitution.

Material and method

The empiric material for this study is constituted of the results of tests carried out on 102 first-year female students of Tourism and Recreation at Cracow University of Economics. The parameters tested were: level of physical activity, level of physical ability and body type. The oldest student tested was 24 and the youngest was 18. The average age of the entire group was a little over 20.

Their height was tested with a stadiometer, and body mass was assessed on a TANITA scale – model BC-1000. Waist and hip circumferences were also measured. Based on the results, the Body Mass Index (BMI) and the Waist-to-Hip Ratio (WHR) were calculated for each individual. The average body height of the subjects was 165 cm (± 6.77), and the average body weight was 59.1 kg (± 9.28). The average waist and hip circumference among the students were around 71.4 cm (± 7.31) and 96.1 cm (± 6.35), and the BMI and WHR were 21.61 kg/m² (± 2.77) and 0.74 (± 0.06), respectively.

The physical activity level was appraised according to the International Physical Activity Questionnaire - IPAQ, shortened version (Bauman et al., 2009).

Physical ability was assessed based on a modified version of Zuchora's test (this test was chosen due to its straightforwardness and easy-to-interpret outcome), taking into account five areas of diagnostics: speed, jumping ability, flexibility, strength of the arms, and strength of the abdominal muscles. A modification was that only 5 out of the 6 areas of diagnostics from Zuchora's test were taken into consideration (the endurance test was omitted), and the outcomes were recalculated proportionally to the test scale, which allowed for a comprehensive appraisal of the students' physical ability.

The students' circulatory system efficiency was measured with Ruffier's test (Górniak and Szczepanowska, 2011; Pytasz, Pytasz and Urbańska, 1996).

The empirical data was then processed with the help of basic statistical measures. These were: arithmetic mean, standard deviation, modulus of changeability, and minimal and maximal values.

Results

The data pertaining to the levels of physical activity and physical ability of the students, as well as their circulatory system efficiency and Body Mass Index is presented in Table 1. The results indicate that the vast majority of the students declared a high level of physical activity (73.5%), with only 4.9% declaring a low level of activity. Such a high percentage of women with high levels of physical activity may be due to their increased awareness of the influence physical activity has on the human body, which inevitably stems out from the Tourism and Recreation syllabus. The results also show that the levels of physical ability were very well-balanced. Over

half of the students (52.4%) ranked 'very good' in the physical ability tests, with 23.3% ranking 'good' and 19.4% ranking 'high'. However, for the circulatory system efficiency test, the students achieved significantly worse results. None of the subjects ranked 'very good' and most presented an average level of efficiency, while every tenth student was appraised at 'very low'. The data concerning the students' Body Mass Index shows that the percentages of overweight and underweight students were similar, and amounted to 9.8% and 11.8%, respectively. The vast majority of the subjects (78.4%) were of a normal body weight considering their height.

Table 1. Level of physical activity, physical ability and the efficiency of the circulatory system as well as the Body Mass Index (BMI) of Tourism and Recreation students (n=102)

Parameter	Level of parameter	No. of persons [N]	Percentage [%]	Average [x]	Standard deviation [SD]	V	Min	Max	
Physical activity [MET x min x week ⁻¹]	High	75	73,5	9240,8	7317,8	0,79	3030,0	44814,0	
	Moderate	22	21,6	1645,1	691,9	0,42	876,0	2940,0	
	Low	5	4,9	362,5	137,5	0,38	247,5	594,0	
	Total	102	100	7282,5	7197,7	0,99	247,5	44814,0	
Physical ability [pts.]	Excellent	1	0,97	26,0	-	-	26	26	
	High	20	19,4	22,4	1,14	0,05	21	24	
	Very good	53	52,4	17,9	1,41	0,08	16	20	
	Good	24	23,3	13,9	1,01	0,07	12	15	
	Average	4	3,9	9,7	0,58	0,06	9	10	
	Minimal	-	-	-	-	-	-	-	-
	Total	102	100	17,45	3,69	0,21	7	26	
Circulatory system efficiency	Very high	-	-	-	-	-	-	-	
	High	7	6,8	4,09	1,04	0,26	2,0	5,0	
	Average	49	48,0	8,34	1,41	0,17	5,2	10,0	
	Low	36	35,3	12,1	1,16	0,1	10,2	14,4	
	Very low	10	9,8	16,16	1,35	0,08	15,2	19,2	
	Total	102	100	10,13	3,25	0,32	2	19,2	

Body Mass Index (BMI)	Overweight (25,0≤BMI<30)	10	9,8	27,12	1,73	0,06	25,00	29,95
	Normal weight (18,5<BMI<25,0)	80	78,4	21,41	1,60	0,07	18,61	24,87
	Underweight (18,5≤BMI)	12	11,8	17,68	0,79	0,04	15,85	18,48
	Total	102	100	21,61	2,77	0,13	15,85	29,95

The levels of particular components of the physical ability in students of Tourism and Recreation are presented in Table 2. The students achieved the best scores in the speed test where 28.4% were rated 'very good', 39.2% ranked 'high', and 23.5% scored 'excellent', which comprised over 90% of the total score. The jumping ability and abdominal muscle strength tests had similar results; whereas none of the subjects scored 'excellent', most ranked at 'average' (42.1% and 37.2%) or 'good' (31.1% and 36.3%). The most diversified results were found in the flexibility test, where the percentages of

students for different levels of performance ranged from 7.8% to 25.5%. The highest regularity in the scores was found in the strength of arms test – where most students ranked 'very good' (58.8%) or average (23.5%). Comparing the average results in all categories of the physical ability test, it was observed that the subjects got the best scores in speed (4.71 pts.) and flexibility (3.78 pts.), and the worst scores in abdominal muscle strength (2.80 pts.) and jumping ability (2.57 pts.).

Table 2. Levels of particular components of physical ability in students of Tourism and Recreation (n=102)

Component of physical ability Level of performance		Speed		Jump ability		Strength of arms		Flexibility		Strength of abdominal muscles		Total score	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Excellent	6 pts.	24	23,5	0	0	7	6,9	11	10,8	0	0	42	8,2
High	5 pts.	40	39,2	1	0,98	0	0	25	24,5	4	3,9	70	13,7
Very good	4 pts.	29	28,4	16	15,7	60	58,8	21	20,6	17	16,6	143	28,0
Good	3 pts.	4	3,9	32	31,4	10	9,8	26	25,5	37	36,3	109	21,4
Average	2 pts.	4	3,9	43	42,1	24	23,5	11	10,8	38	37,2	120	23,5
Minimal	1 pts.	1	0,98	10	9,8	1	0,98	8	7,8	6	5,9	26	5,1
On average (SD)		4,71 (1,05)		2,57 (0,91)		3,58 (1,14)		3,79 (1,44)		2,8 (1,02)		17,45 (3,69)	

In analysing the data on the students' physical activity in correlation to their Body Mass Index scores (Table 3), it can be noted that the women with a lower weight have, on average, a higher level of activity. It may be assumed that these results are connected to the role physical activity has in keeping a proper energy balance in the body. Analysing the average scores of the students in the physical ability test in correlation to their BMI, it was observed

that the underweight students achieved far better scores (18.55 pts.) than the students with a normal body mass (16.30 pts.) and the students who were overweight (15.60 pts.). The higher level of physical ability among students with a lower body mass may also be caused by their higher levels of physical activity.

Table 3. Physical activity and fitness in students of Tourism and Recreation depending on their Body Mass Index (BMI) (n=102)

Body Mass Index Parameter		Underweight (BMI<18,5)		Normal weight (18,5<BMI<25,0)		Overweight (25<BMI<30,0)	
		M	SD	M	SD	M	SD
Physical activity	IPAQ [MET x min x week ⁻¹]	9061	7238	7203	7586	5974	3393
Physical ability	Zuchora's test [pts.]	18,55	3,14	16,30	5,27	15,60	2,59

Discussion

Physical activity is a key factor influencing human health. Having an appropriate level of physical activity facilitates a balanced energy intake and usage, and at the same time decreases the risk of many lifestyle diseases, such as becoming overweight or obese. The declared physical activity level of the participants of the study was high (around 75.0%) and was on average 121 MET hours per week. This data confirms that female students of Tourism and Recreation at Cracow University of Economics have a higher level of physical activity than students (mostly female students – 79.0%) of Cosmetology (among whom only 28.0% declared a high level of physical activity); Obstetrics (22.0%); Medical Care (22.0%); Pharmacology (10.0%); and Nursing (8.0%); and only a little lower than the students of Physiotherapy (100.0%) at the Medical University of Silesia in Katowice (Dąbrowska-Galas et al., 2013). Lower levels of physical activity were also noted among students at the Health School in Nevsehir in Turkey, where only 24.9% of the subjects had a high level of physical activity, 44.9% ranked 'average' and 30.2% ranked 'low' (Guyen et al., 2013). Similarly, among Medical Care students at the Rajiv Gandhi University of Health Sciences in Bangalore (India), only every third student (32.9%) had a high level of physical activity, while almost every fifth student (16.8%) scored 'low' (Padmapriya, Krishna and Thennarasu, 2013). However, the results of this study must be approached with caution, as oftentimes the level of declared physical activity is overestimated when compared to the actual physical activity (Troost et al., 2002).

Nevertheless, a high level of physical activity is

a direct correlation with a lower number of women with an improper body weight. Among the female students of Tourism and Recreation, only every tenth woman was underweight or overweight, and none were obese, which is very optimistic. Compared to the general population of Poland, this can be considered a very positive outcome, as it is estimated that around 15.2% of women in Poland are obese (which is slightly below the European Union average of 16.5%) (OECD 2012). This discrepancy may be due to the fact that the students participating in the study were young (under 24), and the general percentage mentioned concerns the entire population of adult women. When comparing the study of Polish students with their foreign peers, it was found that, for instance, the percentage of female students from Iceland who were overweight or obese was almost twice as high (23.0%) (Arngrimsson et al., 2012); whereas among students of the Health School in Nevsehir in Turkey, the percentage was comparable (12.5%) (Guyen et al., 2013) to the students from Cracow (10.0%).

Regular physical activity helps not only to increase physical ability (Twisk 2001), but also improves the circulatory system efficiency, which is considered by many specialists (Hoyos et al., 2011; Maaroos and Landor, 2001) to be a key factor in general 'health advancement'. The results of this study show that female students of Tourism and Recreation have a good level of physical ability (on average 3.69 pts. from a possible 6), which, compared to female students of Physiotherapy and Medical Care at the Medical University of Lublin (Kotwica and Majcher, 2012) and students of Physiotherapy at the Medical University of Gdansk (Kochanowicz, 2007), shows a higher result.

What is disturbing is that, among the students tested, the circulatory system efficiency which many experts (Blair et al., 1996; Corbin et al., 2007) claim to be vital in preventing heart disease and premature death, has been declining in recent years (Pribis et al., 2010). The study conducted shows that for nearly half of the women their cardiovascular efficiency was low (35.0%) or very low (10.0%). This was the most neglected health factor, which is further proven by the fact that none of the students ranked 'very high' and only 7.0% ranked 'high'. Such a small percentage of subjects presenting a good circulatory system efficiency could be caused by the fact that, in order to improve this efficiency, one must undertake certain efforts of an appropriate level of intensity for prolonged periods of time. It is recommended that people exercise for 20-30 minutes or longer at a 70-90% capacity of the circulatory system (HRmax). Therefore, it can be assumed that, despite declaring high levels of physical activity, only a small number of the subjects undertook regular physical activity according to this criteria.

Taking into account the levels of physical activity and physical ability and their correlation to the Body Mass Index (BMI) in female students of Tourism and Recreation, it is clear that the women with a lower body mass had a higher level of physical activity. Students from South Africa who had a normal BMI turned out to be more physically active than their peers who were underweight or overweight (Cilliers, Senekal and Kunneke, 2006). Interestingly, compared to other age groups, no diversification was found in the levels of physical activity and their correlation to the BMI among children (Aires et al., 2010; Sacchetti et al., 2012).

The conducted study also shows a difference in the students' physical ability depending on their Body Mass Index, proving that students who were underweight had the highest level of physical ability, and students who were overweight ranked lowest in this respect. A similar outcome was presented by Rauner et al. (2013) and Kvaavik et al. (2009), illustrating an inversely proportional relation between physical activity/ability and excess weight.

Conclusions

1. The declared levels of physical activity and ability among female students of Tourism and Recreation was satisfactory; i.e. they presented a high level of physical activity and an above-average level of physical ability. However, due to the fact that levels of physical activity and ability generally decrease with age, certain steps must be taken to make these young women aware of the factors that are the keys to staying healthy and creating a healthy lifestyle.
2. The female students of Tourism and Recreation performed very well in the speed test, performed well in the flexibility and arm strength tests, and appropriately in the jumping ability and abdominal muscle tests. However, despite their high levels of physical activity, it was alarming that, for almost half of the students, their circulatory system efficiency was rated low or very low. This may be due to the fact that the physical activities they undertake are not as intense or as frequent as they should be in order to improve upon the efficiency of their cardiovascular system.
3. The female students of Tourism and Recreation with an excess body weight were less active and less physically able than their peers who had a normal body weight or were underweight. Therefore, it is crucial to promote healthy habits of controlling body weight among young females, as a mean of keeping healthy for longer (particularly as it decreases the chance of lifestyle diseases), and at the same time, to encourage them in leading an active lifestyle.

References

1. Aires L., Silva P., Silva G., Santos M.P., Ribeiro J.C., Mota J. (2010). Intensity of physical activity, cardiorespiratory fitness, and body mass index in youth. *Journal of Physical Activity & Health*, 7 (1), 54-9.
2. Arngrimsson S.B., Richardsson E.B., Jonsson K., Olafsodottir A.S. (2012). Body composition, aerobic fitness, physical activity and metabolic profile among 18 year old Icelandic high-school

- students. *Icelandic Medical Association and the Medical Society of Reykjavic*, 95 (5), 277-282.
3. Baj-Korpak J., Soroka A., Korpak F. (2010). Aktywność fizyczna wybranych grup społeczno-zawodowych (w szkolnictwie). *Człowiek i Zdrowie*, 1 (4), 152-161.
 4. Bauman A., Bull F., Chey1 T., Craig C.L., Ainsworth B.E., Sallis J.F., Bowles H.R., Hagstromer M., Sjostrom M., Pratt M. (2009). The International Prevalence Study on Physical Activity: results from 20 countries. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 6 (21).
 5. Blair S.N., Kampert J.B., Kohl H.W., Barlow C.E., Macera C.A., Paffenbarger R.S., Gibbons L.W. (1996). Influence of cardiorespiratory fitness and other precursors on cardiovascular disease and all-cause mortality in men and women. *Journal of American Medical Association*, 276 (3), 205-211.
 6. Borremans E., Rintala P., McCubbin J.A. (2010). Physical Fitness and Physical Activity in Adolescents With Asperger Syndrome: A Comparative Study. *Human Kinetics*, 27, 308-320.
 7. Buchholz S.W., Purath J. (2007). Physical activity and psychical fitness counseling patterns of adult nurse practitioners. *Journal of the Academy of Nurse Practitioner*, 19, 86-92.
 8. Camhi S.M., Phillips J., Young D.R. (2011). The Influence of Body Mass Index on Long-Term Fitness From Physical Education in Adolescent Girls. *Journal of School Health*, 81 (7), 409-416.
 9. Cilliers J., Senekal M., Kunneke E. (2006). The association between the body mass index of first-year female university students and their weight-related perceptions and practices, psychological health, physical activity and other physical health indicators. *Public Health Nutrition*, 9(2), 234-243.
 10. Corbin C.B., Welk G.J., Corbin W.R., Welk K.A. (2007). *Fitenss i wellness. Kondycja sprawności, zdrowie*. Poznań, Zysk i S-ka.
 11. Dąbrowska-Galas M., Plinta R., Dąbrowska J., Skrzypulec-Plinta V. (2013). Physical Activity in Students of the Medical University of Silesia in Poland. *Journal of the American Physical Therapy Association*, 93 (3), 384-392.
 12. Guven D.S., Ozcan T., Tasgin O., Arslan F. (2013). The relationship between health collage students physilcal actvity status and life satisfaction. *International Journal of Academic Research*, 5, 327-331.
 13. Heimer S., Misigoj-Durakovic M., Ruzic L., Matkovic B., Prskalo I., Beri S., Tonkovic-Lojovic M. (2004). Fitenss Level of Adult Economically Active Population in the Republic of Croatia Estimated by EUROFIT System. *Collegium Antropollogicum*, 28 (1), 223-233.
 14. Hoyos I., Irazusta A., Gravina L., Gil S.M., Gil J., Irazusta J. (2011). Reduced cardiovascular risk is associated with aerobic fitness in university students. *European Journal of Sport Science*, 11 (2), 87-94.
 15. Janetta C., Marjanne S., Ernesta K. (2006). The association between the body mass index of first-year female university students and their weight-related perceptions and practices, psychological health, physical activity and other physical health indicators. *Public Health Nutrition*, 9 (2), 234-243.
 16. Kochanowicz B. (2007). Poziom sprawności fizycznej studentów kierunku Fizjoterapii Akademii Medycznej w Gdańsku a ich opinia wobec różnych forma aktywności ruchowej. *Annales Academiae Medicae Gedanensis*, 37, 53-62.
 17. Kotwica A., Majcher P. (2012). Physical Fitness Level of 1st Year Medicine And Physiotherapy Students Of Lublin Medicine University. *Polish Journal of Sport and Tourism*, 19, 107-118.
 18. Kvaavik E., Klepp K.I., Tell G.S., Meyer H.E., Batty G.D. (2009). Physical fitness and physical actvity at age 13 years as predictors of cardiovascular disease risk factors at ages 15, 25, 33, and 40 years: extended follow-up of the Oslo Toyuth Study. *Pediatrics*, 123 (1), 80-86.
 19. López-Martínez S., Sánchez-López M., Solera-Martinez M., Arias-Palencia N., Fuentes-Chacón R.M., Martínez-Vizcaíno V. (2013). Physical Activity, Fitness, and Metabolic Syndrome in

- Young Adults. *International Journal of Sport Nutrition & Exercise Metabolism*, 23 (4), 312-321.
20. Maaros J., Landor A. (2001). Antropometric indices and physical fitness in university undergraduates with different physical activity. *Antropologischer Anzeiger, Bericht Uber Die Biologisch-Antropologische Literatur*, 59 (2), 157-163.
21. Mynarski W., Rozprawa M., Królikowska B., Puciato D., Graczykowska B. (2012). *Jakościowe i ilościowe aspekty aktywności fizycznej*. Studia i monografie, 313, Opole: Politechnika Opolska.
22. Nawrocka. A., Prończuk A., Mynarski W., Garbaciak W. (2012). Aktywność fizyczna menadżerów wyższych szczebli zarządzania w kontekście prozdrowotnym. *Medycyna Pracy*, 63 (3), 271-179.
23. Padmapriya K., Krishna P., Thennarasu, (2013). Prevalence and patterns of physical activity among students in Bangalore, India. *Electronic Physican*, 5 (1), 606-610.
24. Pribis P., Burtneck C.A., McKenzie S.O., Thayer J. (2010). Trends in body fat, body mass index and physical fitness among male and female college students. *Nutrients*, 2 (10), 1075-1085.
25. Ramakrishnan N. (2012). A study on perceptions and practices about physical activity among undergraduate medical students. *New Indian Journal of Surgery*, 2 (4), 278.
26. Rauner A., Mess F., Woll A. (2013). The Relationship between physical activity, physical fitness and overweight in adolescents: a systematic review of studies published in or after 2000. *BMC Pediatrics*, 13, 19.
27. Razak M.R.A., Maizi I.E., Muhamad T.A. (2013). Physical Actwivity, Aerobic Fitness and Body Coposition among Students in Malaysia na Libya. *Asian Social Science*, 9 (16), 168-175.
28. Sacchetti R., Ceciliani A., Garulli A., Masotti A., Poletti G., Beltrami P. (2012). Physical fitness of primary school children in relation to overweight prevalence and physical activity habits. *Journal of Sports Sciences*, 30 (7), 633-640.
29. Trost S.G., Pate R.R., Sallis J.F., Freedson P.S., Taylor W.C., Dowda M., Sirard J. (2002). Age and gender differences in objectively measured physical activity in youth. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 34 (2), 350-355.
30. Twisk J.W.R. (2001). Physical activity guidelines for children and adolescents: A critical. *Sports Medicine*, 31 (8), 617-627.

Krzysztof Lipecki
lipecki@uek.krakow.pl

Jolanta Kowal

Uniwersytet Marii Curie Skłodowskiej w Lublinie

Czas wolny i jego wykorzystanie przez żołnierzy zawodowych

Streszczenie

Na przestrzeni ostatnich 20 lat rola oraz wizerunek wojska i żołnierzy bardzo się zmieniły. Ze względu na inną rzeczywistość ustrojową, ekonomiczną i przeobrażenia globalne, zadania, funkcje, obraz żołnierzy i polskiego wojska uległy przemianom. Zmiany te są bardzo głębokie. 15 lat temu weszliśmy do NATO. Stając się członkiem najsilniejszego wojskowego paktu na świecie, z jednej strony dołączyliśmy do wielkiej rodziny euroatlantyckich państw wyznających te same wartości i gotowych stanąć w ich obronie, a z drugiej – opuściliśmy szarą strefę bezpieczeństwa, w której znaleźliśmy się po rozpadzie Związku Radzieckiego i jałtańskiego systemu politycznego w Europie. Ostatnia dekada to nie tylko zmiany w zakresie uzbrojenia sprzętu i infrastruktury. Ten czas to przede wszystkim zmiany w strukturze osobowej armii. Już obecnie dokonana się poważna zmiana pokoleniowa w naszych siłach zbrojnych. Mamy więc nowoczesną armię i żołnierzy zawodowych. Aby jednak perfekcyjnie wywiązywali się oni ze swoich obowiązków, muszą to być ludzie dobrze wyszkoleni, wykształceni, sprawni fizycznie i o mocnej psychice. Na sprawne funkcjonowanie niebagatelny wpływ ma sposób spędzania czasu wolnego. To od jego wykorzystania zależy w dużej mierze kondycja Wojska Polskiego. Dotąd nie prowadzono pogłębionych badań empirycznych na temat czasu wolnego żołnierzy zawodowych. Pobieźnie zajmowano się tylko oceną rekreacji ruchowej w czasie wolnym wojskowych. Celem niniejszego artykułu jest więc próba znalezienia odpowiedzi na pytanie: w jaki sposób wykorzystują czas wolny żołnierze zawodowi.

Słowa kluczowe: czas wolny, żołnierz zawodowy, rekreacja

Wstęp

Przez wiele stuleci nie postrzegano czasu wolnego od pracy i obowiązków jako odrębnej kategorii kulturalnej. Dopiero druga połowa XIX w. przyniosła ograniczenie długości czasu pracy. We współczesnej cywilizacji przedstawiciele wielu dyscyplin naukowych nie mają wątpliwości, że czas wolny jest jedną z najwyższej cenionych wartości, wpływających na jakość i styl życia człowieka. Co więcej, w zależności od sposobu jego wykorzystywania, odgrywa ważną rolę w rozwoju osobowości każdego z nas. Czas wolny jest więc przedmiotem badań nie tylko pedagogiki, ale też innych nauk. Zajmują się nim m.in. socjologia, medycyna, psychologia, prawo, ekonomia czy statystyka. Problematyka czasu wolnego wiąże się również z potrzebą wychowania człowieka do aktywności ruchowej. Także

specjaliści z zakresie rekreacji i turystyki zajmują się kształtowaniem świadomości społecznej ukierunkowanej na rozwijanie kultury wypoczynku.

Konsekwencją przemian dokonujących się w nowoczesnym społeczeństwie jest m.in. wzrost zasobów wolnego czasu. Aktywność pozazawodowa wiąże się z postawami, które są „wolne od różnego rodzaju nacisków i ograniczeń, a to z kolei oznacza wzrost sfery wolności ściśle związanej z ideą demokracji życia społecznego. Tak więc polityka społeczna nie może nie uwzględniać powagi i potrzeb badań naukowych, nie może pomijać roli, jaką przypisuje się w świecie nauki pedagogice czasu wolnego” (Piwoński, 2008, s.15).

Z uwagi na to, że czas wolny jest przedmiotem zainteresowania wielu dziedzin nauki, pojęcie to jest przedstawiane w różny sposób. „Różnice zdań przy jego definiowaniu wynikają bądź to z ujmowa-

nia go od strony ilościowej, bądź też od strony podziału czynności wchodzących z zakres tego czasu” (Tauber, Siwiński, 2002, s.18).

Amerykański ekonomista Thorstein Veblen, który jako pierwszy podjął próbę zdefiniowania czasu wolnego, określił to pojęcie jako całokształt życia człowieka poza pracą. Twierdził on również, że czas wolny, będący do dyspozycji danego człowieka, decyduje o jego pozycji społecznej i przynależności do określonej klasy społecznej (za: Czajka, 1974). Podobnie jak Veblen czas wolny ludzi dorosłych zdefiniowali Warner i Lunt. Dla nich termin ten oznacza czas spędzony poza zakładem pracy. Nie nazywają oni tego pojęcia „czasem wolnym”, ale „całokształtem życia po pracy” (Tauber, Siwiński, 2002, s.18). Także Neuloh określa czas wolny jako czas poza pracą zawodową, włączając w to sen, a Friedmann najogólniej pojęty czas wolny dzieli na „czas swobodny” i „czas wolny”. Zwraca on uwagę, że w „czasie swobodnym” człowiek wolny od obowiązków zawodowych ma zobowiązania rodzinne czy społeczne, tak więc nie jest to czas w pełni wolny (za: Tauber, Siwiński, 2002, s.19).

Zanim pojęcie czasu wolnego nabrało szerokiego znaczenia i zaczęło obejmować wiele sytuacji społecznych, mianem tym zastępowano termin „wczasy” lub „rekreacja”. Pojęcie to upowszechniło się dopiero w momencie uznania go przez Międzynarodową Konferencję UNESCO w 1957 roku. Organizacja ta przyjęła w swoich badaniach nad czasem wolnym definicję francuskiego socjologa Dumazediera, który określił czas wolny jako „zajęcia, którym jednostka może się oddawać z własnej chęci, bądź dla odpoczynku, rozrywki, rozwoju swych wiadomości lub swego kształcenia (bezinteresownego), swego dobrowolnego udziału z życiem społecznym po uwolnieniu się z obowiązków zawodowych, rodzinnych, społecznych” (Tauber, Siwiński, 2002, s.19).

Przytoczona definicja dotyczy raczej dorosłych. Ze względu bowiem na fakt, że przedmiotem analizy jest czas wolny żołnierzy zawodowych, wydaje się konieczne zwrócenie uwagi ku andragogice czasu wolnego jako jednej ze szczegółowych dyscyplin andragogiki stosowanej, przynależnej do andragogiki ogólnej. Piwoński zwraca uwagę, iż mimo że

„obecny poziom tej dyscypliny to stadium hipotez i dociekań naukowych, to znajduje się ona w kręgu coraz większego zainteresowania” (Piwoński, 2008, s.13).

Z dotychczasowych rozważań wynika, że ustalenie jednej definicji czasu wolnego jest bardzo trudne. Pedagogika zwraca uwagę na wartości kształcące i wychowawcze. Socjologia zajmuje się tym zjawiskiem bez wskazywania sposobów wykorzystywania czasu wolnego. We współczesnych badaniach nad czasem wolnym zauważa się tendencje do ujęcia holistycznego tego zagadnienia. Definicję, która wskazuje na hierarchię prawidłowych związków czasu wolnego z obowiązkami i koniecznościami, proponuje Pięta (2004, s.26). W jego ujęciu „czas wolny jest to ta część budżetu czasu, która nie jest zajęta przez pracę zarobkową normalną i dodatkową, ani przez systematyczne kształcenie się uczelniane, ani przez zaspokajanie elementarnych potrzeb fizjologicznych (sen, posiłki, higiena), ani przez stałe obowiązki domowe (gotowanie, pranie, sprzątanie, opieka nad członkami rodziny niezdolnymi do samoobsługi) i może być spożytkowana bądź na swobodne wczasowanie, bądź na życie rodzinne, obowiązki społeczne i aktywność przynoszącą doraźne korzyści”. Warto jeszcze wspomnieć o definicji Przeclawskiego (1993, s.75-77), który „czas wolny rozumie jako ten, który pozostaje człowiekowi do dyspozycji po wykonaniu czynności związanych z zaspokojeniem potrzeb biologicznych i higienicznych oraz czynności obowiązkowych. Autor zwraca uwagę na możliwość wyboru czynności, którymi człowiek chce się zajmować, tak więc na dobrowolność oraz na takie cechy czasu wolnego, jak przyjemność i niezarobkowość. Także według Głównego Urzędu Statystycznego czas wolny jest „Tą częścią 24-godzinnego budżetu czasu, w której różne czynności wykonywane są dobrowolnie (Szafranski, Napierała, 2007, s.111).

Przedstawione definicje pokazują, że nie jest łatwo jednoznacznie zdefiniować czas wolny. Najsilniej akcentowanymi cechami czasu wolnego okazały się dobrowolność i satysfakcja z podejmowanych czynności. O tym, czy określone zajęcie traktowane jest jako praca czy jest spędzaniem czasu wolnego, nie decyduje jego charakter, ale to, czy jest ono wy-

konywane z przymusu, czy z własnej woli. Istotne jest zatem, aby człowiek z czasie wolnym od wszelkich obowiązków robił to, na co ma ochotę, miał poczucie wolności i przyjemności. Nie bez znaczenia dla zagadnienia rozpatrywanego w niniejszym artykule są też zdrowotne, rekreacyjne, wychowawcze i kulturotwórcze aspekty spędzania czasu wolnego żołnierzy. Czas ten pełni z życia człowieka wiele różnorodnych, przenikających się wzajemnie funkcji.

Wiedza na temat czasu wolnego i jego wykorzystania przez żołnierzy zawodowych jest istotna dla bliższego zdiagnozowania m.in. stylu życia, realizowanego systemu wartości, modelu konsumpcji oraz poziomu regeneracji sił tej grupy zawodowej.

Badania na temat wykorzystania czasu wolnego przez żołnierzy, przeprowadzane przed, i krótko po 1989 roku nie są już aktualne¹. Niewiele mają wspólnego z obecną rzeczywistością, były bowiem prowadzone w innym ustroju lub bardzo krótko po jego obaleniu. Inne były wtedy warunki pracy w wojsku, odmienne warunki socjalno-bytowe kadry, wreszcie na sposób mówienia i pisania o tym zagadnieniu miała wpływ doktryna i brak możliwości swobodnego wypowiedzania się.

Problem idei rekreacji w środowisku przyszłych zawodowych żołnierzy i próbę oceny tej rekreacji w czasie wolnym podjął w swoich badaniach Marek Sokołowski. Autor zwraca uwagę na rolę oddziaływania lidera, wychowawcy i przywódcy wojskowego na sposób wykorzystywania czasu wolnego przez podwładnych. Szczególną formą wykorzystania czasu wolnego przez żołnierza jest rekreacja (Sokołowski, 2004). Mnogość i złożoność zadań oraz funkcji współczesnych sił zbrojnych uzasadnia według Sokołowskiego konieczność rozwijania wszystkich cech osobowości żołnierza zarówno

w sferze intelektualnej, jak również emocjonalnej i wolicjonalnej. To z kolei wymusza konieczność indywidualizacji procesu szkolenia i wychowania. Sport i rekreacja jest właśnie syntezą obu tych procesów. Autor podkreśla, że rekreacja kształtuje odpowiedzialność zarówno za siebie, jak i innych współuczestników imprez, wycieczek, czy zawodów sportowych. Zmusza także do odpowiedzialności za własne poczynania i ich skutki. Autorytet z kolei uczy szacunku do siebie i innych. Wychowanie fizyczne, sport i rekreacja fizyczna zajmują ważne miejsce w procesie wychowania przyszłych żołnierzy zawodowych, ponieważ służba wojskowa wymaga sporej sprawności fizycznej, odporności na trudy i uciążliwości życia w armii. To właśnie sprawność fizyczna i dobry stan zdrowia decydują o gotowości bojowej. Sprostac wszystkim wymogom współczesnego pola walki może tylko taki żołnierz.

Sokołowski (2004) zauważa, że problematyka rekreacji fizycznej wojska wiąże się ściśle z zagadnieniami czasu wolnego żołnierzy. Autor zaznacza, że czas wolny kadry wojskowej mieści w ramach typowego porządku dnia, przewidziane są cztery godziny tzw. czasu wolnego, z czego dwie godziny przypadają na porę wieczorną. Czas ten jest wartością dostępną dla wszystkich żołnierzy. W tym czasie mogą oni realizować te czynności, które uznają za odpowiednie. Natomiast całkowicie inne miejsce zajmują dni wolne od zajęć, czyli sobotnie popołudnia niedziele i dni świąteczne. Sokołowski przeprowadził w 2004 roku ankietę wśród elewów służby zasadniczej Szkoły Młodszych Specjalistów o specjalności elektromechaników pojazdów gąsienicowych na terenie Centrum Szkolenia Wojsk Lądowych w Poznaniu. Zapytał on ankietowanych m.in. o następujące problemy:

- jak oceniają oni własną sprawność fizyczną,
- czym kierują się, uprawiając ćwiczenia rekreacyjne,
- czy osobisty udział dowódcy z zajęciach rekreacyjnych zachęca ich do uczestnictwa w nich,
- ile czasu poświęcają na ćwiczenia rekreacyjne,
- jakie ćwiczenia rekreacyjne uprawiają w czasie wolnym od zajęć.

¹ Sprawozdanie z badań na temat: „Wybrane elementy sytuacji socjalno-bytowej, ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb wypoczynku kadry i rodzin”, opr. Mikołaj Mikiciuk, Ministerstwo Obrony Narodowej; Wojskowa Akademia Polityczna, Instytut Badań Społecznych, Warszawa 1986; Informacja na temat: „Wykorzystanie czasu wolnego przez kadrę zawodową”, oprac. Czesław Ochenduska, Ministerstwo Obrony Narodowej; Wojskowa Akademia Polityczna, Instytut Badań Społecznych, Warszawa 1990; Sprawozdanie z badań na temat: „Potrzeby i zainteresowania żołnierzy z zakresie spędzania czasu wolnego”, oprac. Marian Fiejdasz, Ministerstwo Obrony Narodowej; Wojskowa Akademia Polityczna, Instytut Badań Społecznych, Warszawa 1986.

Po podsumowaniu badań okazało się, że najczęściej badanych (52,3%) oceniło swoją sprawność fizyczną jako dostateczną. Według Sokołowskiego przyczyna tak niskiej oceny elewów nie tkwi w toku odbywania służby wojskowej, lecz ma korzenie głównie w cywilnym życiu żołnierzy. Głównym motywem uprawiania ćwiczeń rekreacyjnych jest chęć poprawy własnego wyglądu (49,2%) i poprawa sprawności (28,4%), dlatego też w czasie wolnym żołnierze preferują ćwiczenia indywidualne, biegi (67,5%) oraz ćwiczenia w siłowni (59,2%). Oprócz tego dużo uwagi ankietowani skupiają na garach zespołowych, szczególnie popularna jest piłka nożna (57,5%). Najmniejszą rolę w kreowaniu aktywności ruchowej badanych zajmuje wspinaczka (5,1%). Można to jednak tłumaczyć koniecznością posiadania odpowiednich uprawnień do uczestnictwa w tej formie rekreacji ruchowej. Według Sokołowskiego, dziwić może jednak fakt, że tak mało elewów (10,2%) przejawia skłonności do uprawiania sportów walki w czasie wolnym. Zdecydowana większość stwierdziła, że ćwiczeniom rekreacyjnym poświęca 2-3 godziny tygodniowo. Tak więc, według autora, rekreacja ruchowa zajmuje istotne miejsce w życiu żołnierzy. Bardzo pozytywnie natomiast (54,1%) wygląda opinia badanych o sprawczej roli bezpośredniego dowódcy w motywowaniu do działalności rekreacyjnych w czasie wolnym.

Bardziej szczegółowe opracowanie wydaje się więc potrzebne, ponieważ zmiany zachodzące w polskim wojsku i co za tym idzie w jego kadrze, wskazują, że przeobrażeniu uległ preferowany przez nią styl życia.

Głównym celem badań jest wykazanie sposobu wykorzystania czasu wolnego przez żołnierzy zawodowych. Wiedza na ten temat jest ważna, ponieważ pozwoli na zdiagnozowanie m. in. stylu życia tej grupy społecznej. Problem główny to następujące pytanie: W jaki sposób wykorzystują czas wolny żołnierze zawodowi.

Jednak przedstawiony wyżej główny problem badań wymaga jeszcze dla precyzji zadania kilku pytań szczegółowych:

- Czy żołnierze zawodowi racjonalnie wykorzystują czas wolny?
- Ile czasu wolnego mają żołnierze zawodowi do

dyspozycji w ciągu tygodnia i w weekendy?

- Jak organizują sobie czas wolny?
- Z kim organizują sobie czas wolny?
- Jaki sposób spędzania czasu wolnego preferują zawodowi wojskowi?
- Jak spędzają czas wolny ich znajomi?

W oparciu o literaturę przedmiotu postawiono następujące hipotezy badawcze:

1. Żołnierze zawodowi wybrali swój zawód świadomie i zgodnie z zainteresowaniami.
2. Zakładamy, że czas wolny żołnierzy zawodowych w ciągu tygodnia i dni wolnych jest mocno ograniczony z powodu licznych obowiązków, którym muszą podołać, oddając się służbie wojskowej.
3. Czas wolny służy odpoczynkowi po wyczerpującej, stresogennej pracy żołnierza.
4. Sposób spędzania czasu wolnego jest zdeterminowany przez rodzaj pracy badanych. Poszukują oni raczej wyciszenia po wyczerpującej psychicznie, wymagającej ciągłej gotowości pracy.
5. Przypuszcza się, że szczególne miejsce wśród ulubionych form spędzania czasu wolnego przez żołnierzy zajmuje rekreacja i sport.

Metoda i osoby badane

W niniejszym artykule w celu zarejestrowania faktów wykorzystano jako technikę badawczą ankietę. Opracowany kwestionariusz ankiety składa się z dwóch części:

- pierwsza zawiera pytania metryczkowe, mające na celu uzyskanie informacji o respondencie,
- druga – zasadnicza – składa się z 19 pytań. 3 z nich to pytania zamknięte (kategoria „tak” lub „nie”), 5 pytań ma charakter otwarty, sondujący, 8 należy do kategorii kafeterii dysjunktywnej (możliwość wyboru lub podania jednej odpowiedzi), 3 mają postać kafeterii koniunktywnej (jest możliwość wyboru kilku odpowiedzi).

Ankiety przeprowadzono wśród żołnierzy służby zawodowej na przestrzeni dwóch miesięcy 2014 r. na terenie Centrum Szkolenia Wojsk Inżynierskich i Chemicznych we Wrocławiu przy ul. Obornickiej

108 oraz w 10 Opolskiej Brygadzie Logistycznej przy ul. Domańskiego 68. Dodatkowo część wniosków przedsta wionych w artykule opartych jest na obserwacji własnej autorki wykonującej zawód żołnierza na stanowisku dowódcy plutonu przebywającej w obydwóch jednostkach. Poznanie odpowiedzi na pytanie o sposób spędzania czasu wolnego przez wojsko pozwoli jej i jej współpracownikom na bardziej racjonalne wykorzystanie tego czasu.

Badaniem objęto 36 kobiet i 264 mężczyzn. Znacząca przewaga mężczyzn (88%) potwierdza fakt, że liczba kobiet w wojsku wciąż jest niewielka. Z drugiej strony jednak, biorąc pod uwagę charakter pracy w wojsku (dyspozycyjność, 24-godzinna służba, rozłąka z rodziną, spore wymagania co do sprawności fizycznej) wydaje się, że 12% pań-żołnierek to spory odsetek. Trzeba mieć również na uwadze to, że do niedawna kobiety służyły w wojsku zazwyczaj tylko w logistyce i służbach medycznych. Wraz z naszym wstąpieniem do NATO, widać, że struktura kadrowa wojska powoli ulega przemianom.

Zróznicowanie wieku badanych żołnierzy zawodowych jest duże. Największą grupę spośród nich stanowią osoby w wieku 31-40 lat (50%), tuż za nimi plasują się osoby w wieku od 20 do 30 lat (29%). Żołnierzy powyżej 50. roku życia jest tylko 5% procent, a odsetek osób od 41 do 50 lat wynosi 16%. Nie dziwi liczba żołnierzy najstarszych, albowiem w tym wieku większość z nich przebywa już na emeryturze. Natomiast to, że najliczniejszą grupę reprezentują 31-40-latkowie a zaraz za nimi 20-30-latkowie nie jest niczym zadziwiającym. Od 15 lat jesteśmy członkami NATO. Sojusz oferuje żołnierzom nową jakość służby, m.in. możliwości ciekawych szkoleń czy wyjazdów na misje pokojowe oraz stabilną i pewną pracę.

Najwięcej badanych (63%) ma wykształcenie wyższe. Wykształcenie średnie ma aż 36% badanych. Rosną więc aspiracje edukacyjne żołnierzy, co może świadczyć też o tym, że współczesne wojsko potrzebuje ludzi nie tylko sprawnych fizycznie, ale również intelektualnie. Potwierdza to fakt, że tylko 6% badanych ma wykształcenie zawodowe, a nie ma nikogo, kto legitymowałby się tylko ukończeniem szkoły podstawowej.

Znakomita większość badanych to mieszkańcy wsi (59%) i małych miasteczek (36%). To właśnie w tego rodzaju miejscowościach jest najwięcej osób chętnych do pracy w wojsku. Świadczy to o tym, że praca w armii ciągle jest szansą na awans społeczny.

Aż 67% badanych pracuje w wojsku nie dłużej niż 6 lat, w tym 8% niecały rok, 17% od 1 do 3 lat, a aż 42% od 4 do 6 lat. Ponad 6 lat zawodowymi wojskowymi jest w sumie 33% ankietowanych. Uzyskane wyniki badań są zbieżne z teorią zawartą w literaturze przedmiotu, która podaje, że po naszym wstąpieniu do NATO i rozpoczęciu jakościowych i ilościowych zmian w wojsku rozpoczęła się pokoleniowa zmiana warty. Ponad połowa badanych wybrała zawód wojskowego zawodowego w latach 2007-2014. Z tym że najwięcej osób z tej grupy zaczęło pracę 4-6 lat temu. Tym czasie nasza obecność w Sojuszu już nieco okrzepła, zaczęły być też widoczne pierwsze jakościowe zmiany w wojsku. Młodzi ludzie zauważyli, że mogą wybrać pracę w nowoczesnej, niezindoktrynowanej armii, mają możliwość licznych szkoleń u boku sojuszników czy wyjazdów na misje pokojowe. Tylko 22% ankietowanych pracuje w wojsku dłużej niż 10 lat. Wynik ten wskazuje na to, że mimo wypowiedzi pesymistów, mamy jednak młodą, wyszkoloną już według natowskich standardów armię.

Kolejne pytanie dotyczyło powodów, jakimi kierowali się ankietowani przy wyborze profesji żołnierza zawodowego. Prawie połowa badanych (41%) deklaruje, że zawodowo zajęła się wojskowością z powodu zainteresowań. To potwierdza wcześniejsze założenia teoretyczne i oznacza świadomy wybór zawodu. 26% z kolei jako motyw wyboru swojej profesji wskazuje warunki pracy, zarobki, stabilizację. Takie podejście nie może dziwić, albowiem wiele osób w dzisiejszych, niepewnych czasach, rozsądnie wybiera zawód, który daje stabilizację, pewność zatrudnienia, możliwość stopniowego awansu i godnych zarobków. Jak widać, takim zawodem dla młodych ludzi jest coraz częściej zawód wojskowego.

Stosunkowo sporo osób (12%) motywowało wybór pasją lub tradycją rodzinną. Oznacza to, że zawód wojskowego nadal wiąże się z tradycjami rodzinnymi, jak to często bywa z innymi prestiżowymi

mi zawodami, np. lekarza czy prawnika. 9% procent wskazuje na przypadek, 6% motywuje swój wybór ciekawością. Sporym zaskoczeniem wydawać by się mogło to, że tylko 6% traktuje swój zawód jak powołanie. Bolesna przeszłość naszego kraju, zaborcy, wojny przyzwyczały Polaków do myślenia o zawodzie żołnierza w kategoriach poświęcenia, niejednokrotnie oddania życia za ojczyznę. Szczęśliwie już kilka pokoleń Polaków nie zaznało wojny. XIX-wieczny, międzywojenny i wojenny etos służby wojskowej znany jest dzisiejszemu żołnierzowi zawodowemu tylko z kart podręczników szkolnych czy literatury.

Na przestrzeni ostatnich kilkudziesięciu lat radykalnie zmienił się sposób prowadzenia wojen, warunki bojowe, zmieniła się też rola żołnierza. Nie dziwi więc fakt, że kiedy nasz kraj opuścił niepewną strefę bezpieczeństwa, w której znalazł się po rozpadzie ZSRR, młodzi ludzie stawiają na profesjonalizm, a nie powołanie. W dzisiejszych czasach żołnierze coraz częściej biorą udział w misjach pokojowych, udzielają pomocy podczas kataklizmów, np. powodzi czy trzęsień ziemi. To bardzo dobrze, że stawiają przede wszystkim na wyszkolenie i umiejętności.

Analiza danych dotyczących osób badanych ukazuje wyraźnie, że w polskim wojsku nastąpiła zmiana pokoleniowa, zdecydowana część kadry to ludzie z niewielkim stażem pracy, którzy świadomie rozpoczęli pracę w wojsku już po naszym wejściu do NATO. Zawód żołnierza ciągle cieszy się dużym szacunkiem, ale niestety rola kobiet w armii ciągle jest jeszcze mocno ograniczona, a brak akceptacji dla płci pięknej utrudnia paniom pracę w wojsku. Zawód ten jest bardzo stresogenny. Badani wskazują, że jego wykonywanie utrudniają im: dojazdy, rozłąka z rodziną, przełożeni, wyrzeczenia, nerwy i zmęczenie. Wydaje się, że zwłaszcza ten ostatni fakt może mieć znaczenie w kwestii czasu wolnego żołnierzy zawodowych. Dlatego tak ważne jest prowadzenie badań nad sposobem spędzania czasu wolnego żołnierzy zawodowych.

Wyniki

Według literatury przedmiotu rozkład dnia poszczególnych osób zależy od wielu czynników. Najważniejsze z nich to czas przeznaczony na sen, czas przeznaczony na pracę lub naukę, czas przeznaczony na prace domowe. W przypadku badanej grupy respondentów ważnym czynnikiem mającym wpływ na zagospodarowanie doby i budżet czasu wolnego jest czas przeznaczony na własne zainteresowania. Konieczne zatem stało się zdiagnozowanie respondentów w zakresie wymienionych czynników. Pierwsze pytanie dotyczyło ilości czasu przeznaczonego na sen przez żołnierzy zawodowych (tabela 1).

Tabela 1. Czas przeznaczony na sen

	N	%
5-6 godzin	87	29
7-8 godzin	158	53
9-10 godzin	55	18

Badani najczęściej poświęcają 7-8 godzin dziennie na sen, a więc tyle, ile zalecają higieniści dla zapewnienia prawidłowego funkcjonowania organizmu. Znaczna część grupy przeznacza jednak jedynie 5-6 godzin. Należy przypuszczać, że mogą to być ci żołnierze, którzy prócz pracy w wojsku mają też inne obowiązki zawodowe. To powoduje uszczuplenie czasu przeznaczonego na sen. Jedynie 18% badanych przyznało, że śpi w granicach 9-10 godzin.

Kolejne pytanie dotyczyło ilości czasu przeznaczonego na pracę zawodową bądź naukę (tabela 2).

Tabela 2. Czas przeznaczony na pracę zawodową

	N	%
8-9 godzin	280	93
10-12 godzin	20	7

W badanej grupie zdecydowanie przeważały osoby, które na pracę zawodową przeznaczały 8-9 godzin dziennie. Biorąc pod uwagę normalny 8-godzinny dzień pracy (służby) wynik ten nie zadziwia.

Oznacza to jedynie tyle, że żołnierzy zawodowych obejmuje taki sam kodeks pracy oraz godziny pracy jak osoby pracujące w cywilu. Od kiedy mamy armię zawodową nie ma już przymusu pozostawiania w pracy ponad normatywny czas pracy. Jedynie 7% ankietowanych poświęca tego czasu więcej aż 10-12 godzin

Kolejnym bardzo ważnym wskaźnikiem jest ilość czasu przeznaczanego na prace domowe. Wyniki przedstawiono w tabeli 3.

Tabela 3. Czas przeznaczony na prace domowe (sprzątanie, pranie, majsterkowanie, opieka nad dzieckiem)

	N	%
1 godzinę	6	2
2 godziny	124	41
3 godziny	54	18
4 godziny	72	24
5 godzin	32	11
6 godzin	6	2
7 godzin	3	1
9 godzin	3	1

Żołnierze to w większości mężczyźni, więc nie dziwi, że najwięcej z nich przeznaczają na porządki domowe tylko 2 godziny. To zajęcie to raczej domena kobiet. Poza tym specyfika służby wojskowej sprawia, że badani nie pracują zazwyczaj w stałych godzinach w ciągu dnia. Pora służby może być bardzo różna, a to nie sprzyja regularnym pracom domowym.

Aby rozkład zajęć był pełny i odpowiadał rzeczywistości, należało jeszcze zapytać respondentów o czas przeznaczony do własnej dyspozycji. Odpowiedzi przedstawiono w tabeli 4.

Tabela 4. Czas przeznaczony do własnej dyspozycji

	N	%
1 godzinę	63	21
2 godziny	156	52
3 godziny	52	17

4 godziny	20	7
5 godzin	3	1
6 godzin	3	1
W weekendy		
7 godzin	82	27
8 godzin	16	5
9 godzin	68	23
10 godzin	32	11
12 godzin	44	15
20 godzin	16	5
24 godziny	6	2
48 godzin	36	12

Uzyskane wyniki różnią się od ogólnopolskich badań. Jak wskazuje Organizacja Współpracy Gospodarczej i Rozwoju Polacy mają średnio do swojej dyspozycji w ciągu dnia 4 godziny czasu wolnego w tygodniu. W przypadku badanej grupy czas ten jest znacznie krótszy. Ponad połowa badanych deklaruje, że ma jedynie 2 godziny dziennie w tygodniu do własnej dyspozycji, a jedna piąta ma 1 godzinę. Tylko 1% badanych posiada 5 i 6 godzin dziennie w ciągu tygodnia do własnej dyspozycji.

Trochę inaczej czas wolny spędzają żołnierze w czasie weekendu. Najwięcej badanych przeznaczają na własne potrzeby 7 godzin, jedna czwarta badanych – 9 godzin. Sporo respondentów przeznaczają na własne potrzeby aż 48 godzin. Widać, że ankietowani starają się wykorzystać czas weekendu na własny wypoczynek. Być może rekompensują sobie tydzień wypełniony wyczerpującą psychicznie i fizycznie pracą.

Zajęcia, którym oddajemy się w czasie wolnym powinny spełniać wiele funkcji powiązanych nie tylko z regeneracją sił fizycznych i psychicznych, ale również powinny mieć charakter rekreacyjno-wypoczynkowy. Każdy człowiek w czasie wolnym powinien mieć możliwość rozwijania swoich zdolności, zainteresowań i potrzeb kulturalnych. Kolejne pytanie dotyczyło ulubionej formy spędzania wolnego czasu przez badanych.

Tabela 5. Sposoby spędzania czasu wolnego

	N	%
Gram w piłkę	24	8
Ćwiczę	36	12
Spotykam się ze znajomymi	16	5
Chodzę na wycieczki	28	9
Oglądam TV	14	5
Wędкую	78	26
Chodzę na spacer	37	12
Majsterkuję	17	6
Odpoczywam	18	6
Pracuję w ogródku	32	11

Aż 26% badanych oświadczyło w ankietach, że lubi wędkować. Ten ulubiony sposób odpoczynku świadczy o potrzebie zdystansowania, ukojenia nerwów, uspokojenia psychiki. Takie odpowiedzi nie dziwią, albowiem potwierdzają po raz kolejny, że żołnierze po pełnej rygorystyce, dyscypliny i napięcia psychicznego pracy potrzebują wyciszenia. Respondenci lubią ćwiczyć oraz chodzić na spacer, pracują w ogródku, grają w piłkę, a więc preferują ruch i odpoczynek na łonie przyrody. Dla żołnierzy ważne jest, aby w czasie przeznaczonym na odpoczynek byli wolni od obowiązków, mogli robić to na co mają ochotę, co przynosi im poczucie przyjemności i wolności. Część badanych stwierdza po prostu, że lubi odpoczywać, nie precyzując dokładnie w jaki sposób. Największym zaskoczeniem jest fakt, iż tylko w sumie 5% żołnierzy deklaruje, że czasie wolnym lubi oglądać telewizję. Ulubiony czas wolny badanej grupy wygląda więc zupełnie odmiennie od czasu wolnego statystycznego Polaka, który czas wolny poświęca głównie na oglądanie telewizji.

Bardzo ważnym zagadnieniem jest sposób organizacji czasu wolnego. Zdecydowana większość przyznała (70%), że woli samodzielnie organizować sobie czas wolny. Zaś 30% podało, że ulega sugestiom i radom innych osób. Wyniki te potwierdzają tezę, że zajęcia w czasie wolnym wolimy sobie dobierać indywidualnie. Zgodnie z naszymi upodobaniami.

Innym, ważnym aspektem czasu wolnego jest

fakt z kim ten czas służący regeneracji organizmu spędzamy (tabela 6).

Tabela 6. Z kim respondenci spędzają czas wolny

	N	%
Wspólnie z rodziną	250	43
Ze znajomymi i rówieśnikami	70	12
Z kolegami z pracy	53	9
Z żoną/dziewczyną	162	28
Sam (-a)	48	8

Uwaga: liczba wskazań jest większa niż liczba badanych, gdyż respondenci mieli do wyboru więcej niż jedną odpowiedź.

Zdecydowana większość badanych podała, że najchętniej spędza czas z bliskimi: z rodziną, z żoną lub dziewczyną. Pozostała część ankietowanych spędza czas wolny w towarzystwie znajomych i kolegów z pracy. Niewielka część spędza czas wolny w samotności. Po raz kolejny potwierdza się teza o silnej potrzebie badanych kontaktu z rodziną. Te potrzebę wywołują częste rozłąki, wynikające z charakteru pracy. Czas wolny spędzony w towarzystwie znajomych wskazuje na funkcję aktywizacyjno-społeczną czasu wolnego, realizowaną przez badanych.

Tabela 7. Sposób spędzania czasu wolnego w weekend

	N	%
Chodzę do baru, klubów	21	7
Gram w piłkę	24	8
Chodzę na wycieczki	18	6
Spaceruję	46	15
Wędкую	78	26
Uczestniczę w imprezach sportowych	65	22
Jeżdżę na rowerze	24	8
Chodzę do szkoły	12	4
Chodzę do kina	12	4

W weekendy najczęściej osób spędza swój wolny czas na wędkowaniu, spacerach i imprezach sportowych. Ponadto respondenci jeżdżą na rowerze oraz grają w piłkę, chodzą na wycieczki, do baru i klubu oraz do kina. Część żołnierzy uczy się.

Pewnym zaskoczeniem jest to, że nikt nie spędza czasu wolnego w weekendy przed telewizorem. To może napawać optymizmem.

Tabela 8. Sposób spędzania czasu wolnego przez znajomych

	N	%
Chodzą do klubów, na koncerty	30	10
TV, wycieczki, zakupy, grill	24	8
Zwiedzają różne miejsca	18	6
Spotkania ze znajomymi	24	8
Jeżdżą na rowerze, czytają książki	12	4
Alpinizm, żeglarstwo	12	4
Teatr, sport, majsterkowanie	108	36
Jazda konna, snowboard, pływanie	72	24

Znajomi badanych również preferują sport i majsterkowanie. Drugą najpopularniejszą rozrywką są jazda konna, snowboard i pływanie. Tych form ankietowana grupa nie brała pod uwagę. A więc w tym przypadku zainteresowania co do formy spędzania czasu wolnego żołnierzy i ich znajomych całkowicie się rozmiągają. Tak jest również jeśli chodzi o alpinizm i żeglarstwo, zwiedzanie różnych miejsc. Tego ankietowana grupa zawodowych wojskowych nie zawarła w swoich odpowiedziach. Część znajomych, podobnie jak respondenci, chodzi do klubów i na koncerty. Wydaje się więc, że na tej płaszczyźnie preferowane formy spędzania czasu wolnego ankietowanych i ich znajomych pokrywają się.

Podsumowanie

Problem główny niniejszego artykułu sprowadzał się do pytania o sposób wykorzystania i spędzania czasu wolnego przez żołnierzy zawodowych. Po dokonaniu analizy badań stwierdzono, że z powodu licznych obowiązków służbowych wojskowi nie dysponują dużą ilością czasu wolnego. Prawie wszyscy badani respondenci spędzają w pracy 7-8 godzin dziennie. Do tego bardzo chętnie biorą udział w szkoleniach i kursach dokształcających. W czasie wolnym od pracy w tygodniu najczęściej wędrują, chodzą na spacer, uprawiają sport. Zupełnie

inaczej niż statystyczny Polak, który według badań Organizacji Współpracy Gospodarczej i Rozwoju (OECD) wskazuje, że aż 40% badanych pracujących zawodowo deklaruje, że w ciągu tygodnia nie ma dla siebie czasu i wypełnia jedynie konieczne obowiązki. Na odpoczynek pozostaje zatem weekend, jednak 64% respondentów pracujących (oraz 35% całej grupy badanych) przyznaje, że podejmuje pracę zarobkową w soboty i niedziele. Natomiast żołnierze zawodowi podczas weekendu skupiają się na odpoczynku czynnym, głównie chodzą na spacer, wędrują, grają w piłkę, uprawiają ogródek i jeżdżą na rowerze. To bardzo optymistyczny wynik gdyż ponad połowa Polaków - jak podaje OECD - odpoczywa z „pilotem w ręku”. Spora część zatrudnionych w armii spędza ten czas z rodziną, bo to właśnie rozłąkę z bliskimi ankietowali uznali za jedną z większych uciążliwości zawodu. Obserwacje własne autorki (8-letni staż pracy w armii) doprowadziły do stwierdzenia, że wbrew temu, co pisze się i mówi w środkach masowego przekazu, kobiety wciąż spełniają w armii marginalną rolę. Współczesne wojsko wciąż nie docenia wartości, jaką są w jej szeregach kobiety. Żołnierz wciąż kojarzy się z umundurowanym mężczyzną, a większość przełożonych i kolegów nadal patrzy na panie w wojsku w przymrużeniu oka i nie traktuje ich serio.

Wyniki przeprowadzonych badań skłaniają również do sformułowania wielu wniosków dotyczących obrazu współczesnego żołnierza. Nie jest to już żołnierz poświęcający się bez z reszty służbie dla ojczyzny. Swój zawód postrzega przede wszystkim jako stabilną i pewną pracę. To również w przypadku większości badanych profesjonalista, chętnie podnoszący kwalifikacje zawodowe. Rodziny pracujących w armii nie ukrywają, że są dumni, iż krewny wykonuje taką pracę. Tak wie zawód żołnierza zawodowego wciąż, mimo okresu komunizmu, cieszy się sporym prestiżem, i jest traktowany zwłaszcza przez mieszkańców mniejszych miejscowości jako możliwość awansu społecznego.

Piśmiennictwo

1. Czajka S. (1974). *Z problemów czasu wolnego*. Warszawa: Instytut Wydawniczy CRZZ.

2. Pilch T., Bauman T. (2001), *Zasady badań pedagogicznych*, Warszawa: ŻAK Wydawnictwo Akademickie.
 3. Piwoński Z. (2008). Refleksja o czasie (wolnym). *Edukacja i Dialog*, 195, 133-135.
 4. Przeclawski K. (1993). Czas wolny dzieci i młodzieży. W: W. Pomykało (red.), *Encyklopedia pedagogiczna*. Warszawa: Fundacja Innowacja.
 5. Sokołowski M. (2004). Idea rekreacji w środowisku przyszłych żołnierzy zawodowych oraz Ocena rekreacji ruchowej w czasie wolnym żołnierzy. W: W. Siwiński, R. Tauber, E. Mucha-Szajek (red.), *Hotelarstwo, gastronomia, turystyka i rekreacja w procesie integracji europejskiej*. Poznań: Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii.
 6. Szafrńska E., Napierała T. (2007). Kina i teatry jako element oferty kulturalnej a zagospodarowanie czasu wolnego. *Turyzm*, 17, 111.
 7. Tauber R., Siwiński W. (2002). *Pedagogika czasu wolnego. Zarys wykładu*. Poznań: Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii.
- Strony internetowe:
1. Organizacja Współpracy Gospodarczej i Rozwoju : <http://www.oecd.org/poland/> (data dostępu 12.08.2014.)

Jolanta Kowal
e-mail: kolka@poczta.onet.pl

Jolanta Kowal

University of Maria Curie-Skłodowska in Lublin

Free time and its use by professional soldiers

Abstract

Over the past 20 years, the role and image of the army and of soldiers has changed dramatically. The image of Polish army soldiers has altered due to the different realities of the political system, economic and global transformations, as well changes to the army's tasks and functions. The changes mentioned above are profound. We joined NATO 15 years ago, and at that time became a member of the most powerful military compact in the world. On one hand, Poland has entered the family of the Euro-Atlantic countries that share the same values and are ready to defend them. On the other hand, the country has left a so-called 'grey zone of security' after the collapse of the Soviet Union and the political system in Yalta. The last decade has seen not only a change in armament equipment and the infrastructure. The primary change has been in the structure of the army personnel. A major generational change in our armed forces has already occurred. Therefore, we have a modern army and professional soldiers who, although they must perfectly fulfil their responsibilities, are also required to be well-trained people, educated, physically fit and mentally strong. Their way of spending their spare time considerably influences their functionality. As such, the condition of the Polish Army depends on the advantages that soldiers reap from their leisure time. So far, nobody has conducted in-depth empirical research into the leisure time of professional soldiers. Former data has roughly focused only on an assessment of physical recreation in the military. The purpose of this article is an attempt to find an answer to the question: How can professional soldiers benefit from their leisure time?

Keywords: free time, professional soldier, recreation

Introduction

For centuries, time off from work and responsibilities has not been seen as a distinct cultural category. It was not until the second half of the nineteenth century that the length of working time became limited. In modern times, representatives of many scientific disciplines have no doubt that free time is highly cherished, influencing the quality and style of human life. Moreover, depending on the method of its use, it plays an important role in shaping a personality. Free time has therefore become the subject not only of educational research, but is also an important topic in other scientific domains including sociology, medicine, psychology, law, economics and statistics.

The issue of spare time is also associated with the need to educate people about physical activity.

Specialists in the field of recreation and tourism also shape public awareness, aimed at developing a culture of leisure time.

Consequences of the changes taking place in modern society include an increase in the resource of free time. Non-work activity is associated with the attitude that free time is "free from all kinds of pressure and constraints, and this in turn means an increase in the area of freedom closely associated with the idea of the democratization of social life. Thus, social policy cannot fail to include its seriousness and the need for scientific research, and cannot ignore the role attributed by the world of science to the pedagogy of leisure" (Piwoński, 2008, p.15).

Due to the fact that off-work activities are of interest to many fields of science, the concept can also be presented in a different way. "Different attitudes to defining leisure time arise either from recogni-

zing it from the quantitative point of view, or from the distribution of activities falling within the scope of that time” (Tauber and Siwiński, 2002, p.18).

Thorstein Veblen, the American economist who first made an attempt to define free time, described the concept as the whole of human life away from work. He also claimed that free time, which is at the disposal of the individual, determines that person’s social status and membership in a particular social class (Czajka, 1974). Similarly to Veblen, Warner and Lunt defined free time in adults. For them, it signifies the time spent outside of other company. However, they did not determine this concept as ‘free time’, but instead as the “totality of life after work” (Tauber and Siwiński, 2002, p.18). Furthermore, Neuloh defines spare time as the activities occurring in the time outside of professional work, including sleeping, and he generally consider Friedmann’s free time as divided into ‘free time’ and ‘time off’. He notes that during ‘free time’, a person liberates themselves only from professional duties but still has family or social responsibilities; hence, it is not fully free time (Tauber and Siwiński, 2002, p.19).

Before the issue of leisure took on a broader meaning and began to include many social situations, as it was commonly replaced by the terms ‘holiday’ or ‘recreation’. This concept became more widespread only at the moment of its recognition by the International Conference of UNESCO in 1957. The organization adopted the definition of free time by the French sociologist, Dumazedier. According to him, leisure stands for “activities, which the individual can willingly perform, either to rest, to entertain or to develop their knowledge and educate (unintentionally) the voluntary participation in social life after the release from professional, family, or social duties” (Tauber and Siwiński, 2002, p.19).

However, the definition above relates more to the working class. On account of the fact that the object of this analysis is the free time professional soldiers, it seems necessary to draw attention to the andragogics of free time as one of the specific disciplines of applied andragogy. Piwoński notes that despite the fact that “the current level of the discipline is at the stage of hypothesis and scientific inquiry, it is contained in a circle of increasing interest” (Pi-

woński, 2008, p.13).

From previous approaches to the topic, it is obvious that it is considerably difficult to determine one definition of free time. Pedagogy draws attention to the value of education and upbringing; whereas sociology focuses on this phenomenon, without indicating how to benefit from spare time. In modern studies of leisure time, one can notice some tendencies to a holistic approach to this issue. A definition which indicates the hierarchy of normal connections between time off and duties and necessities, is proposed by Heel (2004, p.26). In his view, “free time this is the budgeted time which is not occupied by the regular employment or additional work and or through systematic training at a university, or by meeting the basic needs of physiological (sleep, meals, hygiene), or by permanent household duties (cooking, laundry, cleaning, caring for family members who are incapable of self-service), and can be utilized either freely for holidays, or family life, or social responsibilities or any other activity generating immediate benefits.” Also, the definition by Przećłowski (1993, pp. 75-77) is worth mentioning: “free time is understood as time which is available to a person after the operations associated with the satisfaction of biological needs and hygiene and compulsory actions.” The author draws attention to the scope of the activities that a person wants to take, and what is more he mentions the voluntary activities of acting and gaining pleasure (while not getting paid) as the crucial aspects. Also according to the Central Statistical Office, free time is “the part of the 24-hour time budget in which the various operations are carried out on a voluntary basis” (Szafranski and Napierała, 2007, p.111).

These diverse definitions show that it is not easy to clearly define free time. The strongest accented features of free time prove to be its voluntary aspect, and the satisfaction gained by the performed action. Whether a defined occupation is treated as a job or as spending free time is not determined by its nature or whether it is the result of coercion, but instead whether it is performed by one’s own free will. It is essential for a person, therefore, to be freed from all duties he is obliged to perform and to feel a sense of freedom and enjoyment. It is not without significan-

ce to consider issues mentioning health, recreation, education and the cultural aspects of the leisure time of the soldiers. This time is full of a wide variety of human activities and intertwines with many diverse functions

Knowledge of spare time and its usage by professional soldiers is important to diagnose proximal factors include lifestyle, their implementation of a system of values, their consumption patterns and the level of recuperation of this professional group.

Studies on the use of leisure time by soldiers carried out before, and shortly after, 1989 are no longer valid². This is because they have little in common with the current reality, as they were carried out within another political system, or very shortly after the overthrow. The working conditions in the army were completely different, as were the social and living conditions of the staff, and finally, the ways of speaking and writing about this issue were influenced by the doctrine and lack of freedom of expression.

Marek Sokołowski presented research examining the idea of recreation in the environment for future professional soldiers, and attempted to assess their recreation activities in their free time. The author drew attention to the role of impact leaders, educators and military leaders on the use free time by subordinates. A special form of leisure activity was the Soldier's Garden (Sokołowski, 2004). The multitude and complexity of the tasks and functions of today's armed forces is justified by Sokołowski, as well as the need to develop all aspects of the personality of a soldier in terms of intellectual, emotional and volitional traits. This necessitates the need for individualization in the process of training and education. Sport and recreation is a synthesis of both of these processes. The author states that recreation shapes a sense of responsibility in a person, both for

themselves and for others joining them in events, trips, or sports competitions. Also, it forces them to gain responsibility for their own actions and the consequences of these actions.

The authority, in turn, teaches respect for themselves and others. Physical education, sport and physical recreation occupy an important place in the education of future professional soldiers, as military service requires a lot of physical fitness, and resistance to the hardship and inconvenience of life in the army. It is physical fitness and good health that determine combat readiness. Meeting all the requirements of the modern battlefield enables one to become a soldier.

Sokołowski (2004) notes that the issue of physical recreation in the army is closely linked to the issue of free time for soldiers. The author points out that the free time for military personnel housed within a typical order of the day provides for four hours of so-called free time, of which two hours accrue in the evening. This time is available to all soldiers, and during this time they may pursue those actions that they deem appropriate. In contrast, a completely different situation takes place with days off from classes, or Saturday afternoons, Sundays and public holidays. Sokołowski conducted a survey in 2004, with cadets conscripted at the Younger School, and with professionals specializing in electric mechanical tracking vehicles, in the Land Forces Training Centre in Poznan. He asked the respondents about the following:

- How do they evaluate their own physical condition
- What guidance do they receive in practicing recreational exercise
- Does the personal participation of the commander in recreational activities encourage them to participate in activities
- How much time do they spend on recreational exercise
- What recreational exercises do they practice in their free time

After a summary of the research, it turned out that only a small majority of the respondents (52.3%) rated their physical fitness as sufficient. According to Sokołowski, the reason for such a low assessment

² Research report on "Selected elements of the social-life, with particular emphasis on the needs of leisure staff and families", arr. Nicholas Mikiciuk, Ministry of Defence; Military Political Academy, Institute for Social Research, Warsaw 1986; Information on "The use of free time by professional staff", ed. Czesław Ochenduska, Ministry of Defence; Military Political Academy, Institute for Social Research, Warsaw, 1990; Research report on "The needs and interests of soldiers from the field of leisure", ed. Marian Fiejdasz, Ministry of Defence; Military Political Academy, Institute for Social Research, Warsaw, 1986.

in cadets is not the result of military service, but has its roots mainly in the civil life of the soldiers. The main motive for sports fitness training was the desire to improve their appearance (49.2%) and improve efficiency (28.4%). Therefore, in their spare time, the soldiers preferred individual exercises, such as running (67.5%) and exercises in the gym (59.2%). In addition, the respondents focused a great deal of attention on team games such as football, which was extremely popular (57.5%). The smallest number of respondents participated in the physical activity of climbing (5.1%); however, one can understand the need to have the appropriate permission to participate in this form of recreation. According to Sokółowski, however, more surprising was the fact that so few cadets (10.2%) demonstrated a tendency to engage in combat sports in their free time. The vast majority declared that they devoted 2-3 hours per week to recreational exercises. Thus, according to the author, physical recreation occupies an important place in the lives of the soldiers. Over half (54.1%) of the respondents recognized a causative role in the motivation of the direct commander in recreational activities in their free time.

A more detailed study seems to be needed, because of the changes in the Polish army and consequently its staff, and also changes that the lifestyle preferred by the armed forces has undergone.

The main objective of this research is to demonstrate how professional soldiers use their free time. Such knowledge is important because it will allow for a diagnosis of the lifestyles of this social group. The main problem is the following question: How can professional soldiers benefit from their leisure time?

However, the main problem presented above requires precision in the following manner:

- Do the professional soldiers use their free time rationally?
- How much spare time is available to the professional soldiers on weekdays and weekends?
- How do they organize their free time?
- Who organizes their free time?
- What is the preferred way of spending free time by professional soldiers?

- How do their friends utilize their free time?

The following hypotheses were made on the basis of the above questions:

1. Professional soldiers have chosen their profession consciously and according to their interests
2. We assume that their free time during the week and days off is very limited because of the numerous responsibilities that they must cope with while engaged in military service
3. Free time is used to rest after an exhausting, stressful working day
4. The way of spending free time is determined by the type of work of the respondents. They seek silence after the mental exhaustion resulting from constant standby operations
5. It is assumed that the favourite leisure activities for soldiers are recreation and sport.

Methods and subjects

In this study, in order to register the facts, a survey was used as the research technique. The developed questionnaire consists of two parts.

The first part includes questions designed to obtain information about the respondent. The other part – more essentially - consists of 19 questions: 3 of these are closed questions (category ‘Yes/No’ questions); 5 questions are open-ended and probing; 8 belong to the category of cafeteria disjunctive ones (select or give one answer); whereas 3 have a cafeteria conjunctive form (where there is a choice of several responses).

The survey was conducted among professional military personnel over two months in 2014, at the Chemical and Engineering Forces Training Centre in Wrocław, and at the 10th Logistics Brigade in Opole. Additionally, some of the conclusions drawn in the article are based on the author’s own observations. She is herself a soldier in command of a platoon staying at both units. Finding the answer to the question of how leisure time is spent by military personnel will allow her, and her colleagues, to use this time more efficiently.

The study included 36 women and 264 men. The larger proportion of men (88%) relates to the fact that the number of women in the military is still

small. On the other hand, taking into account the nature of the work in the military forces (requiring availability, 24-hour service, separation from family, and high demands for physical fitness) 12% of women appears to be a relatively large percentage of female soldiers. You must also bear in mind that until recently, women served in the military usually only in the fields of logistics and medical services. Following the NATO pact, the structure of the military personnel has slowly been changing.

The diversity of age in the respondents was high. The largest group was people aged 31-40 (50%); followed closely by persons aged from 20 to 30 (29%). Soldiers over 50 years of age constituted only 5% percent, and the percentage of people from 41 to 50 years of age was 16%. Obviously, the number of older soldiers is not high, as most of them have retired earlier than this age. On the other hand, the largest group "of 31-40 year-olds) followed by 20-30 year-olds is nothing surprising. For over 15 years, Poland has been a member of NATO. This alliance has offered soldiers a new quality of service, including interesting possibilities for training or peacekeeping mission trips, and stable and reliable operations.

Most of the respondents (63%) had finished a higher level of education. 36% of respondents had completed secondary education. The educational aspirations of soldiers are constantly growing, which may indicate that a modern army needs people who are not only physically fit, but also mentally able. This is confirmed by the fact that 6% of the respondents had professional education, and there was no one who had just completed primary school.

The vast majority of the respondents were rural residents (59%) and those from small towns (36%). In these kind of places more people are willing to work in the military, and a job in the army is still seen as an opportunity for social advancement.

As many as 67% of the respondents had worked in the army for no longer than six years. 8% of the respondents had worked for shorter than a year. 17% of the soldiers had worked between 1 to 3 years, and 42% of the respondents had worked from 4 to 6 years. 33% of the respondents had been in military service for over 6 years. The results obtained are consistent with the theories presented in

the literature which state that after our accession to NATO and the start of qualitative and quantitative changes in the military, a generational change of the military personnel began. More than a half of the respondents chose the military profession between the years 2007-2014. Moreover, the biggest number of respondents began working 4-6 years ago. During this time, our presence in the Alliance was already solidified, and the first qualitative changes in the military began to be seen. Younger people noticed that they could chose to work in a modern, unindoctrinated army. They also had the possibility of taking part in diverse training alongside Poland's allies, or in peacekeeping missions. Only 22% of the respondents had worked in the military for more than 10 years. This result indicates that, despite what the pessimists say, we have a young army trained according to NATO standards.

Another question concerned the reasons why the respondents chose this profession. Almost half of the respondents (41%) declared that they chose to serve professionally because of personal interest. This confirms earlier theoretical assumptions, and points out that their choice was a deliberate one. 26% of the respondents pointed to working conditions, wages, or stability as their reasons for a military career. Such an approach is not surprising, as a lot of people in today's uncertain times reasonably choose a profession that gives stability, job security, the possibility of gradual advancement and a decent income. It can be seen that this profession is becoming increasingly popular among young people as an occupation.

Quite a lot of people (12%) were motivated in their choice by passion or by family tradition. This means that the military profession is still associated with family tradition, as is often the case with other prestigious professions, e.g. a doctor or a lawyer. 9% of the respondents admitted that it was a coincidence, and 6% stated that they had joined out of curiosity. It came as a big surprise that only 6% saw their profession as a vocation. Due to the painful past of our country (with its partitions and wars) Poles became accustomed to thinking about the profession of a soldier in terms of sacrifice, and of giving their life for their country. Luckily, the last

few generations of Poles have not participated in war, and modern soldiers know about the nineteenth-century wars, WWI and WWII as a military ethos only from textbooks or literature.

Warfare, combat conditions and the role of a soldier have changed dramatically over the last few years. This is not surprising, since our country opted out of the uncertain safety zones in which it was located after the collapse of the USSR. Nowadays, young people rely on a professional career, not a vocation. More and more, soldiers are involved in peacekeeping missions, and in providing assistance during natural disasters such as floods or earthquakes. It is very fortunate that soldiers are able to concentrate mainly on training and developing skills.

The analysis of the data from the respondents shows quite clearly that the Polish Army has undergone a generational change. A vast part of the staff consists of people with little work experience, who consciously started working in the army after Poland's accession to NATO. The occupation of a soldier guarantees lot of respect, but, unfortunately, the role of women in the Army is still very limited, and a lack of acceptance can make it difficult for ladies to work in the Army.

This profession is nonetheless very stressful. The respondents indicated that their performance was hindered by the necessity to commute, by separation from family, by pressure from superiors, austerity, nerves and fatigue. It seems that this last factor may be especially important in terms of the leisure time of professional soldiers. Therefore, it is important to conduct research on how professional soldiers spend their time.

Results

According to studies, the way in which an individual person schedules their day depends on many factors. The most important of these are allocating time for sleep, time from work or study, and time spent devoted to housework. In the case of the test group respondents, an important factor affecting the development of the day and free time was the inclusion of time for their own interests. Hence, it has become necessary to diagnose the respondents in terms of these factors. The first question concerned the amount of time allocated to sleep by professional soldiers (Table 1).

Table 1. Time allocated to sleep

	N	%
5-6 hours	87	29
7-8 hours	158	53
9-10 hours	55	18

The respondents most often spent 7-8 hours sleeping, which is the amount recommended by physicians to ensure the proper functioning of the body. However a significant part of the group allocated only 5-6 hours to sleep. It is believed that this may be the part of a group that has other professional duties apart from working in the military. This results in a depletion of the time devoted to sleeping. Only 18% of respondents admitted that they slept for between 9-10 hours.

Another question concerned the amount of time devoted to professional work (Table 2).

Table 2. Time devoted to professional work

	N	%
8-9 hours	280	93
10-12 hours	20	7

In the surveyed group, people who devoted 8-9 hours per day to their careers prevailed. Given that a normal working day (service) lasts 8 hours, this result is not surprising. It means that all professional soldiers work according to the same work code, and are obliged to work the same amount of hours as people working outside the army. Since we have a professional army, it is no longer compulsory to remain at work for longer than an 8-hour working day. Only 7% of the respondents were paid for working more than 10-12 hours per day.

Another important indicator was the amount of time utilized for housework. The results are shown in Table 3.

As the soldiers are mostly men, as it is not surprising that most of them spent only 2 hours on household chores. This occupation is still usually considered the domain of women. In addition, the uniqueness of military service means that the respondents do not perform housework at usual fixed times during the day. Their time service can be very variable, and for that reason it is not conducive to regular housework.

Table 3. Time spent on housework (cleaning, laundry, home improvement, child care)

	N	%
1 hour	6	2
2 hours	124	41
3 hours	54	18
4 hours	72	24
5 hours	32	11
6 hours	6	2
7 hours	3	1
9 hours	3	1

To fill the schedule, and ensure it corresponds to the reality, it was necessary to ask a question about the soldiers' spare time. The responses are shown in Table 4.

Table 4. Time for their own interests

	N	%
1 hour	63	21
2 hours	156	52
3 hours	52	17
4 hours	20	7
5 hours	3	1
6 hours	3	1
At the weekend		
7 hours	82	27
8 hours	16	5
9 hours	68	23
10 hours	32	11
12 hours	44	15
20 hours	16	5
24 hours	6	2
48 hours	36	12

The results differed from national studies indicating that Poles have four hours of free time at their disposal during an average weekday. In the case of the study group, this time was significantly shorter. More than half of the respondents declared that they had only two hours of time in a weekday, and one fifth of them had only 1 hour. Only 1% of the respondents had 5 and 6 hours a day at their disposal.

Soldiers spent their free time a little differently during the weekends. Most respondents allocated 7 hours per day to their own interests, and one quarter

allocated 9 hours. Quite a few respondents needed 48 hours to do so. From this, one may see that respondents try to take full advantage of the weekend for their own leisure, compensating for a week filled with mentally and physically exhausting work.

The activities with which we occupy our leisure time should fulfil a number of functions associated not only with the regeneration of physical and mental well-being, but also with some other benefits from recreation and leisure. Each person should benefit as much as possible from their free time, to develop their abilities, interests and to satisfy their cultural needs.

Another question concerns the favourite ways of the respondents to spend their free time.

Table 5. Ways of spending free time

	N	%
Playing football	24	8
Exercising	36	12
Meeting with friends	16	5
Going on trips	28	9
Watching TV	14	5
Fishing	78	26
Going for walks	37	12
Tinkering	17	6
Resting	18	6
Working in the garden	32	11

As many as 26% of the respondents stated in the polls that they liked fishing. Fishing was their favourite way of relaxing, and it is evident they feel a need to get away from their professional duties, soothe their nerves and unwind. Such responses are not surprising, because once again they confirm that soldiers need silence after work full of rigor, discipline and mental stress. The respondents also liked to exercise and go for walks, work in the garden and play ball games. This group preferred an active lifestyle and relaxation outdoors. For the soldiers, it was important to be free of any duties during their personal time, so that they could do what they wanted, giving them a sense of fun and freedom. Some respondents stated simply that they like to rest, without specifying exactly how. The most surprising fact was that only 5% of the respondents declared that

they liked watching TV in their free time, which is completely contrary to an average Pole who spends most of their leisure time watching TV.

A very important issue is the organization of free time. The vast majority of respondents (70%) admitted that they organized their free time by themselves. And 30% reported that they considered suggestions and advice from other people. These results confirm that individual preferences for leisure time are preferred.

Another important aspect of free time is the people with whom soldiers spend their time devoted to the regeneration of the body (Table 6).

Table 6. Whom a respondent spends free time with

	N	%
With family	250	43
With friends and peers	70	12
With colleagues	53	9
With wife / girlfriend	162	2
Alone	48	8

Note: The number of indications is greater than the number of respondents because some respondents chose more than one answer.

The vast majority of respondents reported that they enjoyed spending time with loved ones: with family, a wife or a girlfriend. The rest of the soldiers spent free time in the company of friends and colleagues. A small proportion of the respondents spent their free time in solitude. Once again, this confirms the thesis that there is a strong need in the respondents for maintaining a relationship with their family. This strong desire results from the nature of the work and frequent separations. Free time spent in the company of friends also had the function of an activate social and leisure activity for the respondents.

At weekends, most people spent their free time fishing, walking and taking part in sports events. In addition, the respondents rode bikes and played ball games, went on trips, and spent time in bars and clubs and in the cinema. Some soldiers studied at school. To our surprise, none of the respondents spend their free time on weekends watching TV, which may seem to be a refreshing development.

Table 7. Activities during the weekend

	N	%
Going to bars, clubs	21	7
Playing football	24	8
Going on trips	18	6
Walking	46	15
Fishing	78	26
Taking part in sports events	65	22
Riding a bike	24	8
Going to school	12	4
Going to the cinema	12	4

Table 8. How the respondents' friends spend their free time

	N	%
Going to clubs, concerts	30	10
TV, tours, shopping, barbecue	24	8
Visiting different places	18	6
Meeting with friends	24	8
Riding a bike, reading books	12	4
Going mountaineering, sailing	12	4
Going to the theatre, playing sports, doing DIY	108	36
Riding a horse, snowboarding, swimming	72	24

Note: The number of indications is greater than the number of respondents because some respondents chose more than one answer.

It turned out that the friends of the respondents also preferred sports or DIY. The second most popular pastimes were horseback riding, snowboarding and swimming. These were forms of activities that the respondent group did not take into account. Therefore, in this case, the form of spending free time for soldiers and their friends completely differed. This was also true when it came to mountaineering and sailing, or visiting different places. The surveyed group of professional military personnel did not include these activities in their responses. Some of the friends, just like the respondents, went to clubs and concerts, so it seems that a few of the preferred forms of leisure for the respondents and their friends were alike.

Recapitulation

The main problem of this article boils down to questions concerning the use of free time by professional soldiers. After analysing the study, the author found that, because of the numerous duties and additional work in some cases, a military career does not offer a lot of free time. Almost all of the surveyed respondents spent 7-8 hours a day at work. For this reason, they were very keen to take part in training and further education. In their spare time during weekdays, they mostly took part in fishing, going for walks, or playing sports. This turned out to be totally different than an average Pole. A study by the Organization for Economic Cooperation and Development (OECD) proved that as many as 40% of respondents (working professionals) declared that during the week they had no time for themselves, and carry out only necessary duties. Therefore, they only rested at weekends. Additionally, 64% of the working respondents (and 35% of the study group) admitted working on Saturdays and Sundays. In contrast, professional soldiers focused on active rest during the weekend, mostly going for walks, fishing, playing football, doing the gardening and riding bikes. This is a very optimistic result, as more than half of Poles – according to the OECD – spend their relaxation time with the “remote control in their hand.” The majority of the military employees spent their spare time with their families and stated that separation from their loved ones is what they consider the biggest nuisance in their profession. The author’s own observations (after 8 years of working in the army) have led to the conclusion that, contrary to what the media say, women still play a marginal role in the army, and the modern army still does not appreciate the value that women can offer. A soldier is still associated with a uniformed man, and many superiors and colleagues still perceive ladies in the army as a thorn in their side and do not treat them seriously.

The results of this study have also formulated a number of changes in the image of the modern soldier. A soldier is no longer someone who sacrifices the rest of their life for the service of the motherland. Their profession is seen primarily as stable and

reliable work. This is also the reason for their participation in professional studies which will improve their qualifications. Families working in the army do not hide the fact that they are proud of the work their relative performs. Therefore, a professional soldier still enjoys considerable prestige (despite the Communist Era) especially for residents of small towns who consider the army as an opportunity for social advancement.

References

1. Czajka S. (1974). *Z problemów czasu wolnego*. Warszawa: Instytut Wydawniczy CRZZ.
2. Pilch T., Bauman T. (2001), *Zasady badań pedagogicznych*, Warszawa: ŻAK Wydawnictwo Akademickie.
3. Piwoński Z. (2008). Refleksja o czasie (wolnym). *Edukacja i Dialog*, 195, 133-135.
4. Przeclawski K. (1993). Czas wolny dzieci i młodzieży. In: W. Pomykało (ed.), *Encyklopedia pedagogiczna*. Warszawa: Fundacja innowacja.
5. Sokołowski M. (2004). Idea rekreacji w środowisku przyszyłych żołnierzy zawodowych oraz Ocena rekreacji ruchowej w czasie wolnym żołnierzy. In: W. Siwiński, R. Tauber, E. Mucha-Szajek (eds.), *Hotelarstwo, gastronomia, turystyka i rekreacja w procesie integracji europejskiej*. Poznań: Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii.
6. Szafrńska E., Napierała T. (2007). Kina i teatry jako element oferty kulturalnej a zagospodarowanie czasu wolnego. *Turyzm*, 17, 111.
7. Tauber R., Siwiński W. (2002). *Pedagogika czasu wolnego. Zarys wykładu*. Poznań: Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii.

Websites:

1. Organisation for Economic Cooperation and Development: <http://www.oecd.org/poland/> (access date 08.12.2014)

Jolanta Kowal
e-mail: kolka@poczta.onet.pl

Małgorzata Gałązka

Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie

Turystyka w gminie Czosnów w opinii społeczności lokalnej

Streszczenie

Celem artykułu było poznanie opinii grupy interesu, jaką jest społeczność lokalna gminy Czosnów (której potencjał turystyczny opiera się głównie na bezpośrednim sąsiedztwie Kampinoskiego Parku Narodowego) na temat turystyki na terenie gminy, a także próba określenia możliwości przygotowania grupy społeczności lokalnej do stosowania w gminie zasad turystyki zrównoważonej. Badania zrealizowano za pomocą metody sondażu diagnostycznego wykorzystując jako narzędzia badań ankietę oraz wywiad. Z badań wynika, że respondenci zamieszkujący tereny gminy Czosnów, a tym samym najbliższe okolice Kampinoskiego PN, traktują miejsce swojego zamieszkania jako typową „sypialnię” o doskonałym położeniu w bezpośrednim sąsiedztwie aglomeracji warszawskiej. Mimo że respondenci nie czerpią korzyści finansowych z działalności turystycznej, rozwój turystyki nie jest im obojętny i dostrzegają korzyści, płynące ze zwiększenia ruchu turystycznego na terenie gminy. Jednocześnie uważają, że władze lokalne powinny podejmować działania w zakresie rozwoju turystyki, również polegające na pomocy dla ludności miejscowej w rozwijaniu przedsiębiorczości. Warte uwagi jest, iż gmina posiada strategię rozwoju, w której turystyka jest jednym z podstawowych elementów, a programy finansowane m.in. z Unii Europejskiej, w których gmina uczestniczy, pomagają zdobywać fundusze na rozwój działalności, a także infrastruktury turystyczno-rekreacyjnej.

Słowa kluczowe: turystyka, turystyka zrównoważona, Kampinoski Park Narodowy, gmina Czosnów, społeczność lokalna.

Wstęp

Koncepcja turystyki zrównoważonej opiera się na osiągnięciu kompromisu prowadzącego do harmonii i względnej równowagi pomiędzy trzema głównymi elementami, do których zaliczają się czynniki społeczne, ekonomiczne oraz ekologiczne. W artykule wybrano do analizy tylko jedną z grup interesu zaangażowaną w rozwój turystyki zrównoważonej – społeczności lokalne, w tym mieszkańców podwarszawskiej gminy Czosnów, która jest jedną z ośmiu gmin, na terenie których położony jest Kampinoski PN oraz wybrany przez nich samorząd lokalny.

Badaniom poddany został stosunek administracji lokalnej do turystyki na terenie gminy oraz Kampinoskiego PN, jak również opinia władz lokalnych na temat możliwości i barier nadania turystyce na tym terenie zrównoważonego charakteru. W artykule dokonano także analizy badań ankietowych przeprowadzonych wśród

mieszkańców gminy Czosnów. Celem badań było poznanie potencjalnych korzyści lub niekorzyści, jakich z faktu istnienia Kampinoskiego PN doznają mieszkańcy gminy, poznanie opinii tej grupy interesu na temat turystyki na terenie gminy, wpływu Kampinoskiego PN na jej rozmiary, jak również poznanie oceny mieszkańców na temat działalności gminy w różnych dziedzinach życia społeczno – gospodarczego, w tym w zakresie turystyki i rekreacji.

Pojęcie turystyki zrównoważonej związane jest i bezpośrednio nawiązuje do koncepcji rozwoju zrównoważonego, który postrzegać można jako idealny model rozwoju, albowiem przebiega on harmonijnie we wszystkich dziedzinach życia i działalności człowieka oraz stanowi formę pewnego kompromisu godzącego potrzeby ekologiczne, społeczne oraz ekonomiczne współczesnych pokoleń z potrzebami przyszłych (Zawilińska, 2010).

Jedną z silnie akcentowanych zasad turystyki zrównoważonej jest wspieranie lokalnej gospodarki, a także udział miejscowej ludności w stymu-

lowaniu lokalnego rozwoju turystyki. W związku z tym, turystyka powinna opierać się na lokalnych zasobach, jak również na inicjatywie mieszkańców, zapewniając im tym samym m.in. korzyści finansowe czy podwyższenie standardu i jakości życia (Zaręba, 2010). Ze względów ekonomicznych aktywne zaangażowanie społeczności lokalnej w proces planowania i zarządzania turystyką jest o tyle ważne, że środki finansowe pozostawiane przez turystów mają większą szansę pozostania w regionie.

Rozwój turystyki powinien być planowany tak, by zapewnić ochronę i dobrobyt społeczności lokalnej oraz wpływać na polepszenie jakości i warunków życia mieszkańców. Pod tym względem obszary chronione mogą być siłą napędową zrównoważonego rozwoju miejscowości wiejskich, albowiem obszary te utrzymywane z dochodów z turystyki nie tylko kreują miejsca pracy i podwyższają dochody, lecz również mogą być pomocne we wspieraniu potrzeb miejscowej ludności (*Parks for biodiversity...*, 1999). W ten sposób turystyka na obszarach chronionych może być postrzegana jako narzędzie pomocne społeczności lokalnej w utrzymaniu lub poprawieniu standardu i jakości życia (Eagles, Haynes, McCool, 2002).

Należy jednak zwrócić uwagę na fakt, iż szanse wprowadzania z powodzeniem założeń turystyki zrównoważonej na danym obszarze zależą w dużym stopniu od postaw oraz motywacji samej społeczności lokalnej, która powinna brać czynny udział w podejmowanych działaniach, a co ważniejsze powinna widzieć sens i korzyści płynące z rozwoju turystyki na danym terenie (Kowalczyk, 2010).

Zaznaczyć należy, iż w rozwoju turystyki na obszarach chronionych oraz w nadawaniu jej zrównoważonego charakteru zasadniczą rolę odgrywają władze lokalne. Administracja lokalna posiada bardzo duże możliwości stymulowania (jak również hamowania) rozwoju turystyki na swoim terenie, ponieważ to właśnie na niej spoczywa odpowiedzialność podejmowania najważniejszych decyzji dotyczących kierunków rozwoju lokalnego, kształtu zagospodarowania przestrzennego, sposobu zarządzania środowiskiem, jak również kierunków wykorzystywania środków budżetowych. W ten sposób administracja lokalna inicjuje, stymuluje

i kreuje procesy w celu efektywnego i racjonalnego wykorzystywania najcenniejszych walorów gminy aktywnie uczestnicząc w kształtowaniu lokalnego produktu turystycznego (Kiryluk, 2005).

Wciąż wzrastające zainteresowanie formami turystyki przyrodniczej stanowi dużą szansę rozwoju dla gmin położonych w bezpośrednim sąsiedztwie obszarów chronionych i przyrodniczo cennych. Jednocześnie obszary chronione przestały być postrzegane jako obiekty służące tylko i wyłącznie ochronie przyrody, lecz są traktowane jako mogące zaspokajać potrzeby społeczne, kulturowe, ekonomiczne i inne, przy zachowaniu funkcji ochronnej jako nadrzędnej. Wydaje się również, że coraz większa liczba władz lokalnych oraz społeczności lokalnych zaczyna dostrzegać szansę związaną z sąsiedztwem obszaru chronionego, postrzegając ją nie tylko jako dodatkowe źródło dochodów, ale także sposób promocji gminy, a tym samym zaistnienia na rynku turystycznym.

Materiał i metody

W celu poznania opinii administracji lokalnej na temat rozwoju turystyki na terenie Kampinoskiego PN i gminy Czosnów, jak również w celu zbadania możliwości rozwoju turystyki zrównoważonej na tym terenie, przeprowadzono wywiad kwestionariuszowy z przedstawicielem Urzędu Gminy Czosnów (Referat ds. Promocji i Informatyki).

Badaniom ankietowym poddano natomiast mieszkańców gminy Czosnów, nieprowadzących działalności gospodarczej w zakresie turystyki, wychodząc z założenia, że czerpanie korzyści materialnych z działalności turystycznej zmienia punkt widzenia na sprawy będące przedmiotem niniejszych badań. W analizie statystycznej, w przypadku analizy zależności między zmiennymi jakościowymi, zastosowano test niezależności chi-kwadrat na poziomie istotności 0,05, sprawdzając siłę związku za pomocą współczynnika V Cramera oraz (przy skali porządkowej) wyznaczając współczynnik τ (tau) Kendalla. W przypadku analizy zależności między zmienną ilościową a zmienną jakościową zastosowano testy nieparametryczne Manna-Whitneya oraz test Kruskala-Wallisa (oba na poziomie istotności

0,05). W żadnym z przypadków nie stwierdzono istotnych statystycznie różnic pomiędzy przyjętymi zmiennymi (płeć, wiek, miejsce zamieszkania respondentów na terenie gminy).

Wśród badanych największą liczebnie grupę stanowiły osoby w wieku 25-44 lata (42%) oraz 45-64 lat (41%), a następnie osoby młode do 24. roku życia (12%) oraz starsze po 65 roku życia (5%). Pod względem wykształcenia przeważali natomiast respondenci z wykształceniem średnim (51%) oraz wyższym (35%) w stosunku do osób z wykształceniem zawodowym (9%) i podstawowym (5%).

Pod względem wykonywanej pracy 38% respondentów to pracownicy umysłowi, natomiast 17% stanowili pracownicy fizyczni. Pozostali respondenci to gospodynie domowe (14%), uczniowie lub studenci będący na utrzymaniu rodziców (13%) oraz prowadzący własną działalność gospodarczą (6,5%). Niewielki odsetek przebadanych stanowili emeryci lub renciści (4%) oraz bezrobotni, rolnicy i wykonujący inną pracę niż wymienione (po 2,5%).

Większość przebadanych (42%) stanowili mieszkańcy bliższej otuliny do 1 km od granic Kampinoskiego PN. Pozostali respondenci to mieszkańcy dalszej otuliny do 1 km od granic Parku (37%) oraz terenów Kampinoskiego PN (21%). Co ważne, zdecydowana większość ankietowanych (86%) mieszka w swojej miejscowości na terenie gminy Czosnów od urodzenia, a pozostałe osoby przeprowadziły się najczęściej powyżej 10 lat temu. Najliczniejszy odsetek przebadanych zamieszkuje w Czosnowie (13%), Kazuniu Polskim (11%), Cybulicach Małych (8%), Kazuniu Bielany (8%), Kazuniu Nowym (8%), Dąbrówce (6%), Kazuniu (6%), Cząstkowie Polskim (3%), Łosiej Wólce (3%). Inne miejscowości w gminie wskazywane były przez mniej niż 3% badanych.

Turystyka w gminie Czosnów

Gmina Czosnów położona jest około 30 km od Warszawy na obszarze Kotliny Warszawskiej w zlewni Wisły oraz jej dopływu Bzury. Teren ten jest fragmentem tarasu zalewowego Wisły o charakterze łąkowo-rolnym oraz nad zalewowym z występującymi piaszczystymi wydrami (*Stu-*

dium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego gminy Czosnów, 2010). Gmina jest jedną z ośmiu, na terenie których położony jest Kampinoski PN, zajmujący około 46% południowo-zachodnich terenów gminy. Całość obszaru gminy zajmuje natomiast otulina Kampinoskiego PN oraz Warszawski Obszar Chronionego Krajobrazu.

Obecnie gmina pełni głównie funkcje mieszkaniowe, turystyczno-rekreacyjne oraz klimatyczno-przyrodnicze albowiem ze względu na niekorzystne warunki glebowe i rozdrobnienie gospodarstw rolnych, rolnictwo nie odgrywa już istotniejszej funkcji, a gmina staje się w coraz większym stopniu typową gminą podmiejską (*Program ochrony środowiska dla gminy Czosnów na lata 2010-2013 z perspektywą na lata 2014-2017*, 2010). Na taką sytuację wpływ ma także bliskość Warszawy oraz napływ z niej nowych mieszkańców poszukujących miejsca do zamieszkania o wysokich walorach przyrodniczych i estetycznych. Dominująca staje się zatem zabudowa jednorodzinna z działalnością przede wszystkim usługowo-handlową oraz produkcyjną (*Strategia zrównoważonego rozwoju gminy Czosnów do 2020 roku*, 2008). Mimo to tereny rolne nadal stanowią większą i dominującą część gminy, zajmując 58% jej powierzchni w porównaniu do terenów leśnych (28%) (*Strategia zrównoważonego rozwoju...*, 2008).

Potencjał turystyczny gminy Czosnów opiera się przede wszystkim na bardzo bogatych walorach przyrodniczych, do których zaliczają się niewątpliwie Obszary Ochrony Ścisłej Kampinoskiego PN położone na jej terenie: Kaliszki i Sieraków, będący najlepiej zachowanym fragmentem Puszczy Kampinoskiej, z borem sosnowym na stokach wydmy (*Program ochrony środowiska dla gminy Czosnów...*, 2010). Znaczną część terenów gminy zajmują także obszary Natura 2000, do których zaliczają się obszary ochrony siedlisk: Puszcza Kampinoska, Forty Modlińskie, Kampinoska Dolina Wisły oraz Łąki Kazuńskie, jak również obszary ochrony ptaków: Puszcza Kampinoska i Dolina Środkowej Wisły (*Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego...*, 2010). Ponadto na terenie gminy znajdują się trzy rezerваты przyrody (Kępy Kazuńskie, Ruska Kępa, Zakole Zakroczymskie),

dziewięć pomników przyrody, jak również gmina jest ważnym punktem Krajowej Sieci Ekologicznej ECONET Polska (*Program ochrony środowiska dla gminy Czosnów...*, 2010).

Równie znaczące są walory kulturowe i historyczne, wśród których wymienić należy obiekty fortyfikacyjne wewnętrznego pierścienia fortów Twierdzy Modlin, Cmentarz – Mauzoleum w Palmirach z grobami ofiar mordów dokonywanych przez żołnierzy niemieckich w latach 1939 – 1941, Krzyż „Jerzyków” upamiętniający walki z 1944 r. Powstańczych Oddziałów Specjalnych „Jerzyki”, czy późno-klasycystyczny kościół p.w. św. Mikołaja w Łomnej z 1870 – 1872 r. (*Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego...*, 2010).

Zagospodarowanie turystyczne w postaci bazy noclegowej i gastronomicznej jest na terenie gminy Czosnów bardzo ubogie. Z przeprowadzonego wywiadu kwestionariuszowego wynika, iż na obszarze tym funkcjonują jedynie cztery obiekty oferujące miejsca noclegowe (hotel i kwatery prywatne) oraz trzy obiekty gastronomiczne. W efekcie tego wartość wskaźnika Barerje’a i Defferta dla gminy Czosnów wynosi 1,3, co wskazuje na brak funkcji turystycznej.³ Ponadto na terenie gminy zlokalizowane są trzy wypożyczalnie sprzętu turystyczno-rekreacyjnego oraz działają cztery stadniny koni.

Gmina Czosnów posiada opracowaną strategię zrównoważonego rozwoju (*Strategia zrównoważonego rozwoju...*, 2008), w której rozwój zrównoważony uznano za podstawę zarządzania i gospodarowania oraz element kształtowania procesów rozwoju społeczno-gospodarczego. Gmina nie posiada odrębnego dokumentu dotyczącego rozwoju turystyki, lecz kwestie te poruszane są w ogólnej strategii, w której zajmują znaczące miejsce, albowiem władze lokalne dostrzegają duży potencjał turystyczny gminy tkwiący głównie w wybitnych walorach przyrodniczych. Jest to dostrzegalne już w celach strategicznych gminy - aż trzy spośród czterech dotyczą omawianej tematyki, a są nimi:

rozwój lokalnej gospodarki z uwzględnieniem funkcji rekreacyjno-wypoczynkowych, rozwój infrastruktury społecznej oraz integracja i aktywizacja mieszkańców, a także ochrona zasobów i poprawa stanu środowiska przyrodniczego (*Strategia zrównoważonego rozwoju...*, 2008).

Ważnym elementem działalności gminy Czosnów jest uczestnictwo w projektach organizowanych i finansowanych ze źródeł zewnętrznych, w tym z Unii Europejskiej, mających na celu polepszenie warunków życia społeczności, podniesienie atrakcyjności i konkurencyjności gminy, modernizację infrastruktury, ochronę środowiska, co ma wpływ także na rozwój turystyki.

Jednym z projektów jest „Witacze - mały projekt, duży efekt, czyli poprawa turystycznego wizerunku Gminy Czosnów”⁴. Witacze, składające się z tablic spełniających funkcję informacyjną, mają na celu promocję walorów turystycznych gminy, zainteresowanie przejeżdżających przez gminę i zachęcenie ich do odwiedzin gminy Czosnów. W ramach projektu na terenie gminy postawiono trzy takie tablice (www.czosnow.pl - 19.11.2014.).

Bardzo ważnym projektem była budowa Muzeum - Miejsce Pamięci Palmiry, której celem było odnowienie, wyremontowanie oraz dodanie nowej powierzchni do już istniejącego w tym miejscu muzeum. Poprzedni budynek, mający 30 lat, nie spełniał w wystarczającym stopniu swoich zadań, w związku z czym postanowiono stworzyć nowoczesny obiekt, spełniający oczekiwania współczesnego odbiorcy, który otwarto w kwietniu 2011 roku. Projekt, współfinansowany ze środków Unii Europejskiej z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego, obejmował rozbiórkę starego budynku, budowę nowego, jak również zakup potrzebnego sprzętu i infrastruktury oraz zagospodarowanie otoczenia (modernizacja parkingów) (www.mhw.pl - 19.11.2014).

Innymi zrealizowanymi projektami była m.in. modernizacja i przebudowa niektórych dróg gminnych wraz z budową ciągów pieszo-rowerowych⁵,

³ Zwykle funkcja turystyczna dominuje przy wartości wskaźnika 100 (lub 50 dla warunków Polski); A.R. Szromek (2012). Wskaźniki funkcji turystycznej. Koncepcja wskaźnika funkcji turystycznej i uzdrowiskowej. Gliwice. Wyd. Politechniki Śląskiej.

⁴ Projekt został zrealizowany w zakresie małych projektów w ramach działania 413 „Wdrażanie lokalnych strategii rozwoju objętego PROW na lata 2007-2013”.

⁵ Projekt finansowany z Narodowego Programu Przebudowy Dróg Lokalnych 2008 – 2011.

czy rozbudowa sieci kanalizacyjno-wodociągowej w celu poprawy stanu środowiska naturalnego otuliny Puszczy Kampinoskiej i obszarów Natura 2000⁶ (Kiełczewski, 2011).

Spośród imprez turystycznych organizowanych na terenie gminy Czosnów warto wspomnieć o najważniejszej i mającej bardzo długą tradycję imprezie masowej, odbywającej się od ponad 50 lat na przełomie października i listopada, jaką jest Centralny Złot Młodzieży PTTK „Palmiry”. Celem imprezy jest przypomnienie i uhonorowanie ważnych wydarzeń związanych z historią Polski, a przede wszystkim Mazowsza. Przykładowo w roku 2013 roku zlot upamiętniał 150. rocznicę wybuchu Powstania Styczniowego, w 2012 roku upamiętniono 70. rocznicę przemianowania Związku Walki Zbrojnej na Armię Krajową, a także 70. rocznicę śmierci więźniów Pawiaka (www.palmiry.pttk.pl-19.11.2014). Dodatkowo impreza ta ma za zadanie propagować wśród młodzieży uczestnictwo w turystyce i aktywnym wypoczynku, chęć poznania historii własnego kraju, patriotyzm, dbanie o miejsca pamięci narodowej, wrażliwość na ochronę przyrody oraz pobudzać zainteresowania krajoznawcze. Złot cieszy się bardzo dużą popularnością – w ostatnich latach notuje się frekwencję rzędu 2 tys. uczestników (www.palmiry.pttk.pl-19.11.2014). Impreza organizowana jest przede wszystkim przez Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze przy współpracy z innymi instytucjami jak związki harcerskie, Kampinoski PN, samorządy gmin (m.in. gmina Czosnów) i wiele innych.

Wyniki

Przeprowadzone z wykorzystaniem wywiadu kwestionariuszowego badania, w Urzędzie Gminy Czosnów, pokazały iż nie prowadzi się badań dotyczących turystyki (m.in. liczby odwiedzających), w związku z czym gmina nie posiada dokładnych danych statystycznych dotyczących wielkości ruchu turystycznego na jej terenie. Mimo to przedstawiciele gminy uważają, że w ciągu ostatnich 5 lat daje

się zaobserwować znaczny wzrost zainteresowania gminą, a odwiedzający kierują się głównie chęcią poznania jej walorów turystycznych oraz uprawiania różnych form turystyki aktywnej (głównie pieszej, rowerowej i konnej). Ważne jest niewątpliwie, że władze lokalne zdają sobie sprawę z faktu, iż większość turystów do gminy przyciągają walory Kampinoskiego PN, dlatego gdyby Puszcza nie była objęta ochroną w postaci parku narodowego, turystów w gminie byłoby prawdopodobnie znacznie mniej.

Oprócz wcześniej wymienionych projektów realizowanych przez gminę Czosnów należy wspomnieć także o innych działaniach w zakresie tworzenia warunków do rozwoju turystyki podejmowanych przez gminę w okresie ostatnich lat, do których należy m.in. prowadzenie szkoleń dla ludności miejscowej z zakresu działalności turystycznej, wspieranie drobnego rzemiosła, udział w targach turystycznych, wydawanie materiałów promocyjnych dotyczących walorów gminy (ulotki, foldery, mapy), jak również wspieranie działań proekologicznych m.in. poprzez prowadzenie edukacji proekologicznej w szkołach, w tym zajęcia w Centrum Edukacji Kampinoskiego PN. Oprócz powyższego podejmowane są także działania w zakresie dbałości o harmonijny i estetyczny wygląd terenów zielonych i przyrodniczych.

Głównymi formami współpracy oraz wymiany pomysłów i poglądów dotyczących turystyki pomiędzy mieszkańcami a administracją lokalną są okazjonalne spotkania. Kontakt utrzymywany jest również za pośrednictwem sołtysów i strony internetowej.

Zdaniem administracji lokalnej mieszkańcy chcą mieszkać na terenie gminy Czosnów głównie z przyczyn ekonomicznych. Zauważalny jest również napływ ludności spoza gminy w celach zarobkowych i poprawy warunków mieszkaniowych (tereny leśne, świeże powietrze). Obserwowany jest także sezonowy napływ ludności (weekendowy i urlopowy), a co za tym idzie powstawanie tzw. drugich domów, które w większości należą do osób mieszkających na stałe w Warszawie.

Wśród utrudnień i ograniczeń wynikających z faktu mieszkania w otulinie lub na terenie Kam-

⁶ Projekt dofinansowany z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego.

pinoskiego PN, jakich zdaniem władz lokalnych doświadczają mieszkańcy, wymieniane były przede wszystkim: zakaz poruszania się po niektórych drogach, które mogłyby skrócić czas podróży, ograniczenia w zakresie działalności gospodarczej oraz utrudnienia w rozwoju budownictwa.

Zbadano także, jakie - zdaniem administracji lokalnej - są główne bariery utrudniające rozwój turystyki zrównoważonej na terenie gminy oraz Kampinoskiego PN. Administracja lokalna wyraża pogląd, iż barierą w wykorzystaniu potencjału turystycznego gminy są ograniczenia prawne dotyczące rozwoju bazy turystycznej, głównie noclegowej i gastronomicznej, która praktycznie nie istnieje na terenie gminy, jak również brak jest odpowiedniego zaplecza turystycznego w postaci wypożyczalni sprzętu turystyczno-rekreacyjnego, punktów informacji turystycznej czy dobrze wyposażonych parkingów z miejscami odpoczynku i toaletami. Jednocześnie w poprawie stanu bazy i infrastruktury turystycznej władze lokalne upatrują największych możliwości

rozwoju turystyki na terenie gminy, głównie o charakterze weekendowym.

Stosunek do turystyki społeczności lokalnej gminy Czosnów

Wśród najczęściej wymienianych przez respondentów korzyści zamieszkiwania na terenie Kampinoskiego PN lub też w jego otulinie (tabela 1) znalazły się możliwości odbywania spacerów po lesie oraz korzystania ze świeżego i czystego powietrza. Na kolejnym miejscu wymieniano natomiast korzyść z zamieszkiwania w otoczeniu ciszy, spokoju, z dala od zgiełku i gwaru dużego miasta. Potwierdza się tym samym opinia, że miejscowa ludność traktuje Kampinoski PN bardziej jako zwykły las lub park miejski, miejsce odpowiednie na spacer. Z drugiej strony uważany jest on jako idealne miejsce do zamieszkania w otoczeniu wybitnych walorów przyrodniczych, a jednocześnie w bezpośrednim sąsiedztwie dużej aglomeracji miejskiej.

Tabela 1. Korzyści zamieszkiwania na terenie gminy i Kampinoskiego Parku Narodowego

Korzyści z zamieszkiwania na terenie lub w otulinie KPN:	Zdec. nie		Nie		Średnio		Tak		Zdec. tak		Razem	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Świeże powietrze, spokój, cisza	0	0,0	2	2,6	14	18,2	22	28,6	39	50,6	77	100
Spacerowanie po lesie	0	0,0	1	1,3	5	6,3	25	32,1	47	60,3	78	100
Rekreacja na świeżym powietrzu	0	0,0	0	0,0	7	8,9	28	35,9	43	55,2	78	100
Zbieranie grzybów i runa leśnego	2	2,6	7	9,1	13	16,8	24	31,2	31	40,3	77	100
Pozyskiwanie drewna	20	27,4	30	41,1	12	16,5	9	12,3	2	2,7	73	100
Zatrudnienie w KPN	28	40,0	28	40,0	14	20,0	0	0,0	0	0,0	70	100
Działalność edukacyjna Parku	10	13,5	17	22,9	30	40,6	13	17,6	4	5,4	74	100
Zajęcia dla dzieci i młodzieży	8	11,3	26	36,6	24	33,8	8	11,3	5	7,0	71	100

Najczęściej wskazywanymi przez respondentów utrudnieniami wynikającymi z mieszkania na terenie Kampinoskiego PN lub w jego otulinie były: ograniczenia w zakresie budownictwa, które w niektórych wypadkach uniemożliwiają rozbudowę istniejących budynków, zakaz pozyskiwania drewna z lasu oraz

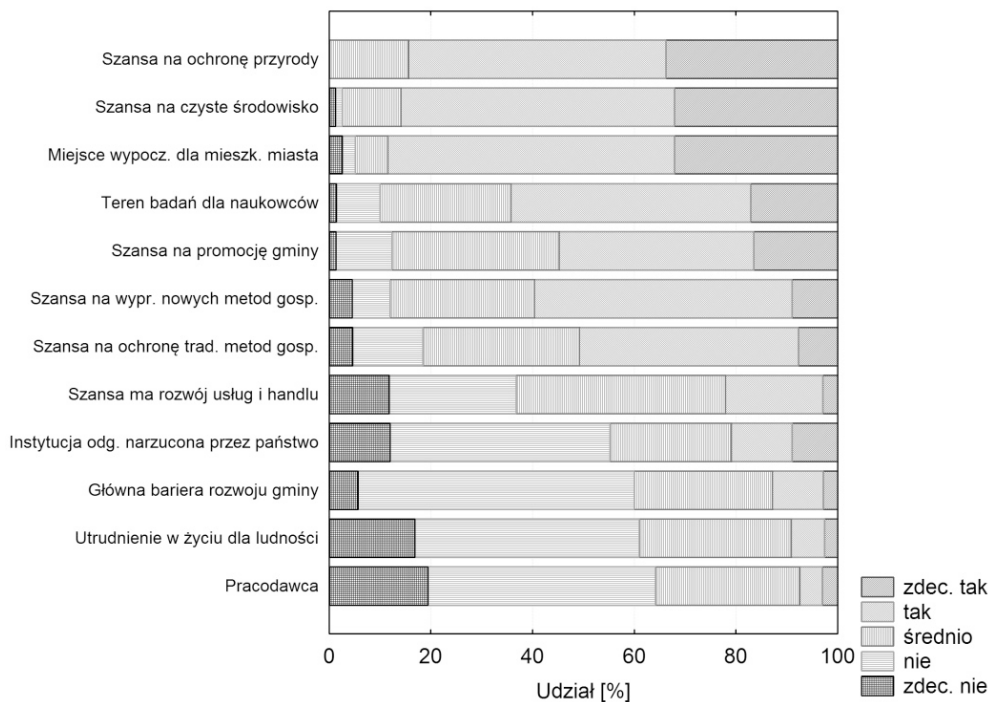
zakaz poruszania się po niektórych drogach (tabela 2). Należy zauważyć, że mieszkańcy gminy Czosnów nie postrzegają ograniczeń w zakresie działalności gospodarczej jako wady zamieszkiwania na terenach i w okolicach Kampinoskiego PN.

Tabela 2. Wady zamieszkiwania na terenie gminy i Kampinoskiego Parku Narodowego

Wady zamieszkiwania na terenie lub w otulinie KPN:	Zdec. nie		Nie		Średnio		Tak		Zdec. tak		Razem	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ograniczenia w zakresie budownictwa	8	10,9	16	21,9	15	20,6	24	32,9	10	13,7	73	100
Ograniczenia w zakresie rolnictwa	8	12,9	28	45,2	13	21,0	12	19,3	1	1,6	62	100
Ograniczenia w działalności gosp.	7	10,6	28	42,4	17	25,7	11	16,7	3	4,6	66	100
Słaba infrastruktura wod., kan.	8	11,1	28	38,9	19	26,4	10	13,9	7	9,7	72	100
Zła komunikacja	6	7,8	26	33,7	24	31,2	11	14,3	10	13,0	77	100
Ruch turyst. w pobliżu domostwa	9	11,8	45	59,3	15	19,7	2	2,6	5	6,6	76	100
Zakaz poruszania się po drogach	6	7,8	33	42,8	14	18,2	18	23,4	6	7,8	77	100
Szkody powstałe przez zwierzyne	8	10,4	39	50,6	11	14,3	9	11,7	10	13,0	77	100
Zakaz pozyskiwania drewna	3	4,6	25	38,5	13	20,0	13	20,0	11	16,9	65	100

Wyniki badań pokazały, iż respondenci czują się z miejscem swojego zamieszkania związane mocno (50%) oraz bardzo mocno (26%). Pozostałe 24% identyfikuje się z nim średnio, należy jednak

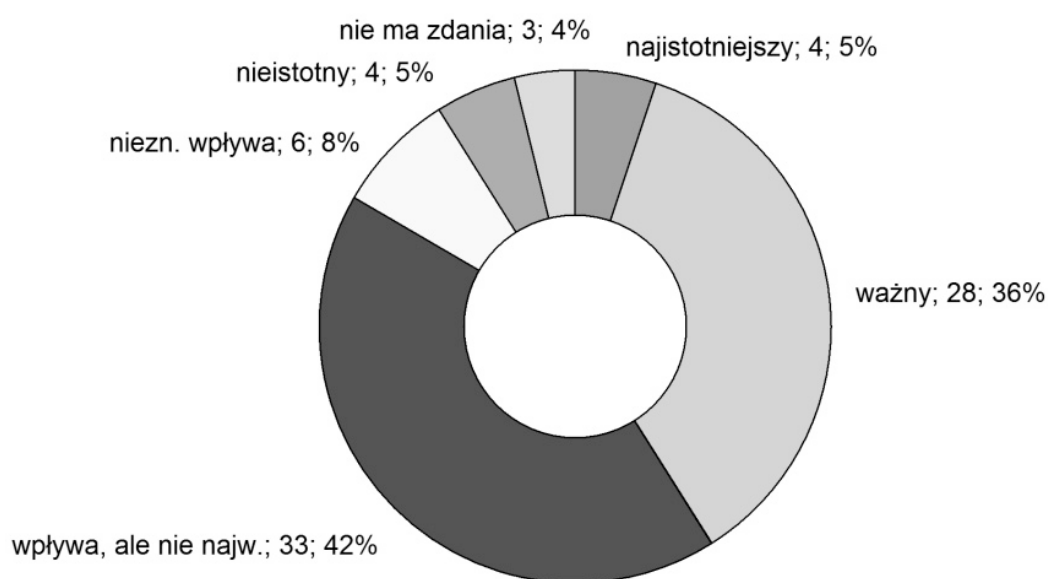
zauważyć, że żadna z przebadanych osób nie określiła swojego stosunku do miejsca zamieszkania jako słabego. Wynika to zapewne z faktu, iż 86% wszystkich ankietowanych mieszka na terenie gminy

**Rycina 1.** Funkcje Kampinoskiego Parku Narodowego w opinii respondentów

Badaniu poddano także opinię respondentów na temat funkcji jaką spełnia Kampinoski PN w stosunku do całego społeczeństwa oraz społeczności lokalnych (rycina 1). Najczęściej wybieranymi były opinie, iż Kampinoski PN jest szansą na czyste środowisko oraz na zachowanie cennych walorów

przyrodniczych. Na kolejnych miejscach pojawiły się opinie, iż Kampinoski PN jest doskonałym miejscem wypoczynku dla mieszkańców, jak i przyjezdnych oraz odpowiednim miejscem badań dla naukowców. Niewiele ponad połowa respondentów uważa natomiast, że Park może stanowić ele-

ny Czosnów od urodzenia, stąd tak mocne więzi z tym obszarem. Jednocześnie badani, określając swój stosunek do przyrody Kampinoskiego PN, zaznaczali, że jest ona cennym dziedzictwem całego narodu i z tego też względu należy ją chronić (98%) oraz, że jest im bardzo bliska właśnie ze względu na to, że w jej otoczeniu się wychowali (93%).



ment promujący gminę. Zauważyć można także, że mieszkańcy gminy Czosnów nie traktują Kampińskiego PN jako bariery w rozwoju gminy czy obiektu utrudniającego im życie i odgórnie narzuconego przez państwo.

Rycina 2. Rola turystyki w rozwoju gminy w opinii respondentów

Z badań wynika, iż 42% respondentów uważa, że turystyka wpływa na rozwój gminy, jednak nie spełnia roli wiodącej (rycina 2). Jednocześnie niewiele mniejszy odsetek przebadanych twierdzi, że jest ona jednym z ważniejszych czynników funkcjonowania i rozwoju każdej gminy. Pozostali respondenci byli zdania, że turystyka ma jedynie nieznaczący wpływ na prosperowanie gminy lub że jest ona najistotniejszym czynnikiem rozwoju. W związku z powyższym uznać można, że społeczność lokalna gminy Czosnów jest zainteresowana rozwojem działalności turystycznej, uznając ją za ważny i istotny, lecz niedominujący czynnik rozwoju gminy.

Jednocześnie przebadani mieszkańcy gminy Czosnów są przyjaźnie nastawieni do osób odwiedzających ich miejscowość (51%), jednak duża grupa (37%) ma do turystów zupełnie obojętny stosunek, który wynika prawdopodobnie z braku bezpośredniego kontaktu między tymi grupami. Zdaniem respondentów turyści pojawiający się w ich miejscowościach nie powodują konfliktów, zauważyć można jedynie drobne wykroczenia w postaci pozostawiania na szlakach turystycznych śmieci (79% wskazań) lub palenia ognisk poza wyznaczonymi do tego specjalnie miejscami (46%).

Wielkość ruchu turystycznego w swoich miejscowościach ankietowani określają na średnim poziomie (46%), a 28% uważa, że jest ona mała. Jednocześnie połowa badanych jest zdania, że liczbę turystów odwiedzających ich miejscowości należałoby zwiększyć, podczas gdy 44% opowiada się za pozostawieniem wielkości ruchu turystycznego na obecnym poziomie.

Wśród ewentualnych działań, jakie zdaniem badanych należałoby podjąć w celu przyciągnięcia większej liczby turystów i zwiększenia ruchu turystycznego w ich miejscowościach, respondenci najczęściej wskazywali na inwestowanie w centra turystyczno-rekreacyjne, poprawienie infrastruktury (m.in. jakość dróg, zwiększenie liczby parkingów, wyznaczanie szlaków itp.) oraz pomoc dla ludności miejscowej w rozwijaniu własnej działalności gospodarczej (tabela 3). Duża grupa przebadanych uznała także, iż w ramach pomocy w rozwijaniu działalności gospodarczej w zakresie turystyki, władze lokalne powinny organizować dla miejscowej ludności szkolenia oraz warsztaty, które byłyby w tej działalności pomocne.

Tabela 3. Sposoby zwiększenia liczby turystów w Kampinoskim Parku Narodowym i okolicach

Liczbę turystów można zwiększyć przez:	Zdec. nie		Nie		Średnio		Tak		Zdec. tak		Razem	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Pozwolenie na większą penetrację Parku	4	5,5	23	31,5	21	28,7	24	32,7	1	1,6	73	100
Poprawienie infrastruktury	0	0,0	3	3,8	11	14,2	32	41,0	32	41,0	78	100
Pomoc dla ludn. miejscowej w rozw. przeds.	0	0,0	3	3,9	11	14,3	43	55,8	20	26,0	77	100
Udostępnianie terenów pod inwestycje	4	5,3	15	19,6	23	30,3	24	31,6	10	13,2	76	100
Inwestowanie w centra turyst.-rekr.	0	0,0	2	2,6	5	6,4	41	52,5	30	38,5	78	100
Udział mieszkańców w szkoleniach	1	1,3	2	2,6	26	34,7	32	42,7	14	18,7	75	100
Poprawienie nast. mieszk. do turystów	1	1,4	11	15,1	25	34,2	26	35,6	10	13,7	73	100

Jako efekt zwiększenia ruchu turystycznego respondenci postrzegają również szereg korzyści (tabela 4), wśród których wymieniają m.in. zwiększenie wpływów do budżetu gminnego, a co za tym idzie wzrost nakładów na poszczególne miejscowości w gminie, co przyczyni się do poprawy w nich standardu i jakości życia, zwiększenie dochodów osób prowadzących działalność usługową, z której korzystać będą turyści oraz poprawę standardu infrastruktury w gminach oraz przyczynienie się do poprawy dostępności komunikacyjnej.

Badani są zdania, że władze lokalne w celu rozwo-

ju turystyki na terenie gminy powinny przede wszystkim dbać o ład przestrzenny i estetyczny wygląd miejscowości, co stanowi czynnik przyciągający odwiedzających (95%), jak również starać się o fundusze z Unii Europejskiej m.in. na ochronę przyrody czy budowę infrastruktury służącej turystyce (96%). Niewiele mniejszy odsetek badanych wskazywał na potrzebę zapewnienia bezpieczeństwa turystom i miejscowej ludności (91%), zapewnianie pomocy osobom chcącym rozwijać działalność turystyczną (90%) oraz na potrzebę rozbudowy odpowiedniej infrastruktury turystycznej (88%).

Tabela 4. Korzyści płynące ze zwiększenia wielkości ruchu turystycznego w Kampinoskim Parku Narodowym i okolicach

Korzyści ze zwiększenia liczby turystów w KPN:	Zdec. nie		Nie		Średnio		Tak		Zdec. tak		Razem	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Nowe miejsca pracy	2	2,7	6	8,0	22	29,3	38	50,7	7	9,3	75	100
Zw. dochodów w działalności usługowej	1	1,3	3	4,0	15	20,3	46	62,2	9	12,2	74	100
Zw. wpływów do budżetu gminnego	1	1,3	3	4,0	13	17,3	45	60,0	13	17,3	75	100
Poprawa infr. i dost. komunik.	1	1,3	2	2,5	19	25,0	45	60,0	9	11,7	76	100
Zw. liczby i dost. usług dla ludn. miejsc.	2	2,7	3	4,0	19	25,0	45	60,0	6	8,2	75	100
Zw. liczby lokali rozrywkowych	2	2,7	5	6,9	19	25,0	40	54,0	8	10,9	74	100
Nowe i korzystne znajomości	2	2,7	3	4,1	20	27,4	42	57,6	6	8,2	73	100
Poprawa kultury osobistej mieszkańców	1	1,5	9	13,4	23	34,4	24	35,8	10	14,9	67	100
Wzmocnienie więzi lokalnej	1	1,5	8	11,1	25	34,7	30	41,6	8	11,1	72	100

Respondentów poproszono także o ocenę działalności i osiągnięć władz lokalnych

w pięciostopniowej skali, gdzie 5 było oceną najwyższą, natomiast 0 najniższą (tabela 5). Średnio najwyżej ocenianymi dziedzinami, w których władze lokalne osiągają, zdaniem respondentów, całkiem dobre wyniki, okazały się edukacja oraz sport. Na kolejnych miejscach najczęściej wskazywano na ochronę środowiska oraz porządek i bezpieczeństwo. Mieszkańcy gminy Czosnów najniżej ocenili działania podejmowane przez władze lokalne w zakresie turystyki i rekreacji. Należy tutaj przypomnieć, rozwój turystyki zajmuje bardzo ważne miejsce w strategii rozwoju gminy i odnosi się do niego wiele celów i zadań realizowanych przez gminę.

Tabela 5. Ocena osiągnięć władz lokalnych w poszczególnych dziedzinach.

Osiągnięcia władz lokalnych:	Średnia	Odch. std.
Edukacja	2,19	±1,05
Ochrona zdrowia	1,82	±1,00
Ochrona środowiska	1,99	±1,01
Kultura	1,85	±1,02
Sport	2,04	±1,18
Turystyka i rekreacja	1,55	±1,03
Transport	1,74	±1,05
Gospodarka komunalna	1,74	±0,99
Porządek i bezpieczeństwo	1,94	±1,00

Podsumowanie

Badania społeczności lokalnej gminy Czosnów oraz analiza podejmowanych przez administrację lokalną działań w zakresie turystyki pokazują, że sytuacja w gminie Czosnów zdaje się być pro-turystyczna, co daje nadzieję na odpowiednie zbudowanie polityki turystyki zrównoważonej, jednak należy zaznaczyć, że na chwilę obecną potencjał ten nie jest w pełni wykorzystywany.

Z badań można wysnuć wniosek, że respondenci zamieszkujący tereny Kampinoskiego PN i jego otuliny w gminie Czosnów to przede wszystkim osoby traktujące miejsce swojego zamieszkania jako typową „sypialnię” o doskonałym położeniu

niedaleko aglomeracji warszawskiej. Badani są bardzo zadowoleni ze swojego miejsca zamieszkania, a główną korzyścią, jaką z tego tytułu czerpią jest otaczająca ich przyroda Kampinoskiego PN i świeże powietrze. Ponadto zaznaczyć należy, iż respondenci mocno identyfikują się z miejscem swojego zamieszkania i są do niego przywiązani.

Rozwój turystyki nie jest respondentom całkowicie obojętny i uważając, że liczba turystów przybywających do ich miejscowości kształtuje się na poziomie średnim, aż połowa badanych opowiedziała się za zwiększeniem wielkości ruchu turystycznego na terenie gminy. Jednocześnie badani dostrzegają liczne korzyści wynikające ze zwiększenia ruchu turystycznego, zarówno na terenie własnej gminy, jak i w Kampinoskim PN. Jednakże uważają oni, że to władze lokalne powinny podejmować działania w zakresie rozwoju turystyki, poprzez poprawę infrastruktury turystycznej, a także zapewnianie mieszkańcom pomocy w rozwijaniu działalności i przedsiębiorczości związanej z turystyką.

Kampinoski PN oraz inne obszary chronione są jednym z kluczowych walorów turystycznych gminy Czosnów, a turystykę w strategii rozwoju gminy wymienia się jako jedną ze znaczących dziedzin jej rozwoju. Jednakże wydaje się, że władze gminne nie w pełni podejmują działania zmierzające do stworzenia odpowiedniego zagospodarowania turystyczno-rekreacyjnego czy oferty turystycznej, która przyciągnęłaby i zatrzymała turystów w gminie. Spowodowane jest to głównie faktem, iż władze lokalne nie są w stanie same inwestować w infrastrukturę z powodu braku środków budżetowych, natomiast prywatni przedsiębiorcy i inwestorzy nie przejawiają zainteresowania inwestowaniem w zagospodarowanie turystyczno-rekreacyjne celem stworzenia pełnej oferty przyciągającej odwiedzających.

Ważne jest niewątpliwie, iż administracja lokalna ma świadomość, że tereny gminy są niezwykle atrakcyjne pod względem turystycznym z powodu bliskiego sąsiedztwa Warszawy oraz Kampinoskiego PN i wiążą nadzieje, głównie związane z rozwojem turystyki o charakterze weekendowym. Gmina Czosnów z powodzeniem wykorzystuje na ten rozwój środki finansowe pochodzące m.in. z funduszy

Unii Europejskiej czego przykładem są np. powstałe przy trzech drogach wjazdowych do gminy „witańce” pełniące funkcje promocyjno-turystyczne, a jednym z ważniejszych projektów typowo turystycznych była budowa nowego, bardzo nowoczesnego Muzeum Pamięci w Palmirach otwartego w 2011 roku. Bardzo ważną rolę w promocji turystyki w gminie odgrywa także organizowany od ponad 50 lat Centralny Zlot Młodzieży PTTK „Palmiry, w którym co roku uczestniczy około 2 tysięcy osób.

Prowadzone przez autorkę badania pozostałych grup interesu biorących udział w kształtowaniu turystyki na terenie Kampinoskiego PN pokazały, iż wśród preferencji grupy społeczności lokalnej, w odniesieniu do formy i charakteru turystyki i rekreacji na terenie gminy i Kampinoskiego Parku Narodowego nie występują znaczne konflikty z oczekiwaniami i preferencjami pozostałych grup interesu. Daje to tym samym większe możliwości nadania turystyce na tym terenie zrównoważonego charakteru. Daje się również zauważyć, że społeczność lokalna gminy Czosnów jest zainteresowana rozwojem turystyki na swoim terenie, jednak nie podejmując własnych inicjatyw, wykazuje się biernością oczekując na inicjatywę i pomoc administracji lokalnej. Niemniej, w świetle przeprowadzonych badań stwierdzić można, iż stopień przygotowania grupy interesu, jaką jest społeczność lokalna gminy Czosnów do wprowadzania na terenie gminy zasad turystyki zrównoważonej kształtuje się na względnie wysokim poziomie.

Badania prowadzono w ramach tematu badawczego DM 20 Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie finansowanego przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

Piśmiennictwo

1. Eagles P., Haynes C., McCool S. (2002). *Sustainable tourism in protected areas: Guidelines for planning and management*. IUCN.
2. Kielczewski M. (2011). *Wojewoda otworzył drogę i ścieżki przez Puszcę*, Gazeta Czosnowska, 1(134).
3. Kiryluk H. (2005). *Działania powiatów i gmin na rzecz rozwoju turystyki na obszarach przyrodniczo cennych*. w: B. Poskrobko (red.), *Zarządzanie turystyką na obszarach przyrodniczo cennych*, Białystok: Wyższa Szkoła Ekonomiczna w Białymstoku.
4. Kowalczyk A. (2010). *Turystyka zrównoważona*. Warszawa: PWN.
5. *Parks for biodiversity – Policy guidance based on experience in ACP countries*. (1999). IUCN.
6. *Program ochrony środowiska dla gminy Czosnów na lata 2010-2013 z perspektywą na lata 2014-2017*. (2010) Urząd Gminy Czosnów.
7. *Strategia zrównoważonego rozwoju gminy Czosnów do 2020 roku*. (2008) Urząd Gminy Czosnów.
8. *Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego gminy Czosnów*. (2010) Czosnów.
9. Szromek A.R. (2012). *Wskaźniki funkcji turystycznej. Koncepcja wskaźnika funkcji turystycznej i uzdrowskiej*. Gliwice: Wyd. Politechniki Śląskiej.
10. www.mhw.pl
11. www.palmiry.pttk.pl
12. Zaręba D. (2010). *Ekoturystyka*. Warszawa: PWN.
13. Zawilińska B. (2010). *Możliwości rozwoju turystyki w parkach krajobrazowych Karpat Polskich w świetle idei zrównoważonego rozwoju*. Kraków: Uniwersytet Ekonomiczny w Krakowie.

Małgorzata Gałązka
galazkama@wp.pl

Małgorzata Gałązka

Jozef Piłsudski University of Physical Education in Warsaw

Tourism in the Czosnów district in the eyes of the local community

Abstract

The objective of the article was to gather opinions of one of the stakeholders, i.e. the local community of the Czosnów district (the tourist potential of which is based mostly on immediate vicinity of Kampinos National Park), on tourism in the district, and an attempt to assess the potential to prepare the local community for the implementation of sustainable tourism. The projects were conducted by means of a diagnostic survey utilising such research tools as a survey and a questionnaire. The results indicate that respondents living in the Czosnów district, i.e. in the immediate vicinity of Kampinos National Park treat their place of residence as a typical 'commuter village' located right next to the Warsaw agglomeration. In spite of the fact that they do not benefit financially from tourist activities, they are not indifferent to the development of tourism and they do notice certain advantages of increased tourist traffic in their district. They also believe that local authorities should involve in activities aiming at expanding tourism, but also at supporting local inhabitants in their business ventures. What is noteworthy in the growth strategy of the district tourism is one of the key priorities, while financial programmes that the district benefits from, sponsored, among others, by the EU, help gather funds to pursue such activities, and to develop tourist and recreational infrastructure.

Key words: tourism, sustainable tourism, Kampinos National Park, Czosnów district, local community.

Introduction

The idea of sustainable tourism is based on compromise leading to harmony and relative balance between social, economic and environmental factors. The following article analyses only one stakeholder group involved in the development of sustainable tourism, i.e. local community, including inhabitants of Czosnów - one of 8 districts within which the Kampinos National Park is located - as well as local authorities elected by them.

The paper explores the attitude of local authorities to tourism in the district and in Kampinos National Park, and their opinion about opportunities and barriers to ensuring sustainability of tourism in this region. The article also analyses the results of surveys conducted among inhabitants of the Czosnów district. The objective of the research was to identify potential benefits or disadvantages experienced by the district inhabitants in relation to the proximity

of Kampinos National Park, to find out what these stakeholders think of tourism in their district, the impact of Kampinos National Park on its scale, and also to check how the residents evaluate various social and economic initiatives taken by local authorities, including those related to tourism and leisure.

The notion of sustainable tourism is related to and directly refers to the idea of sustainability perceived as the ideal development model taking place harmoniously across all areas of human life and activity, and a certain compromise between environmental, social and economic needs of today's and future generations (Zawilińska, 2010).

One of strongly emphasised principles of sustainable tourism is the support for local economy and involvement of local inhabitants in stimulating local growth of tourism. This is why tourism should rely on local resources, and on inhabitants' initiatives, providing them in return with financial gains or improved standards of living and quality of life (Zarę-

ba, 2010). Active involvement of local community in the process of planning and managing tourism is very important from the economic point of view, especially given the fact that money spent by tourists is more likely to stay in the region.

The expansion of tourism should be planned in a way allowing for ensuring protection and wellbeing of the local community and for improving the quality of life and living conditions. In this respect protected areas can be the driving force behind sustainable growth of rural areas, since profits generated by tourism can not only create new jobs and increase income, but can also support the needs of local communities (*Parks for biodiversity...*, 1999). Hence, tourism in protected areas can be perceived as a tool that can help local communities either maintain or improve standards of living and quality of life (Eagles, Haynes, McCool, 2002).

But what also needs to be stressed is that the chances for successful introduction of sustainable tourism to a given area are determined largely by attitudes and motivations of the local community which should actively participate in activities taken and – what is even more important – it should perceive the development of tourism in a given area as reasonable and beneficial (Kowalczyk, 2010).

What is also noteworthy is the pivotal role of local authorities in developing tourism in protected areas and in ensuring its sustainability. Local administration has considerable potential to stimulate (but also hamper) the development of local tourism being responsible for taking most important decisions pertaining to the direction of local growth, spatial development, ways to manage the environment, or the utilisation of budgetary means. This is how local authorities can initiate, stimulate and create processes in order to effectively and rationally utilise the most valuable qualities of a given district, actively participating in shaping the local tourist product (Kiryłuk, 2005).

Growing interest in various forms of nature tourism creates great growth opportunities for districts located in immediate vicinity of protected and valuable natural areas. At the same time, protected areas are no longer perceived as serving only and exclusively to protect nature, but are expected

to satisfy social, cultural, economic and other needs, provided their protective function is prioritised. More and more local authorities and communities seem to start noticing opportunities resulting from the vicinity of a protected area, perceiving it not only as an additional source of income, but also a good way to promote their district, and to mark its presence on the tourist market.

Materials and methods

In order to gather opinions of local authorities on the development of tourism in Kampinos National Park and Czosnów district, and to gauge opportunities for sustainable tourism there, an interview was conducted with a representative of the Czosnów Municipal Council (Promotion and IT Department).

Additionally, a survey was conducted among Czosnów district inhabitants not running any tourist business, as it was assumed that gaining profits from this type of activity would change the perception of issues explored in this research. For the statistical analysis of correlation between qualitative variables the chi-square test of independence was utilised at the confidence level of 0.05, checking the power of association by means of the *Cramér's V* (with ordinal scale) determining the Kendall's τ (tau) coefficient. To analyse the relation between the quantitative and qualitative variable Mann-Whitney and the Kruskal-Wallis nonparametric tests were used (both at confidence level of 0,05). In no cases any statistically significant differences between variables assumed (gender, age, place of residence within the district) were observed.

42% of individuals surveyed were aged 25-44, 41% belonged to the 45-64 age group, 12% were aged up to 24, while 5% were over 65 years of age. As regards education, graduates of secondary schools (51%) and universities (35%) prevailed over those with vocational (9%) and primary education (5%).

In terms of professional status, 38% of interviewees were white collars, and 17% blue collars. Others included homemakers (14%), pupils or students provided for by their parents (13%), and entrepreneurs (6,5). Old age or disability pensioners

accounted for a relatively small group (4%) and so did the unemployed, farmers, and others (2,5% each).

Most study participants (42%) live in the immediate buffer zone located up to 1 km from the border of Kampinos National Park. Other respondents live in the buffer zone located over 1 km from the border of the Park (37%) and in the Park (21%). What is noteworthy is that the vast majority of interviewees (86%) have been living in Czosnów district since they were born, while most other ones moved there over 10 years ago. Most respondents live in Czosnów (13%), Kazuń Polski (11%), Cybulice Małe (8%), Kazuń Bielany (8%), Kazuń Nowy (8%), Dąbrowka (6%), Kazuń (6%), Częstków Polski (3%), Łosia Wólka (3%). Other locations were mentioned by fewer than 3% of the study participants.

Tourism in the Czosnów district

The Czosnów district is located ca. 30 km away from Warsaw in the Warsaw Valley in the watershed of Vistula and its tributary called Bzura. This area is an element of the Vistula flood terrace with meadows and agricultural land, and meadow terrace with sand dunes (*Study of conditions and direction for spatial development of Czosnów*, 2010). It is one of eight districts within Kampinos National Park is located. The Park accounts for ca 46% of south-western area of the district. The entire district is located within the Kampinos National Park buffer zone and the Warsaw Nature Park.

At the time being the district serves mostly residential, tourist & recreational, and resort functions, as due to poor quality of soil and fragmented structure of farms, agriculture no longer plays an important role, and the district is gradually taking on suburban character (*Environmental Protection Programme for Czosnów for 2010-2013 with prospects for 2014-2017*, 2010). This state of affairs is also affected by the proximity of Warsaw and inflow of new inhabitants from this city, looking for a place to live characterised by high natural and aesthetic value. Hence, detached houses with retail&service or production functions prevail (*Sustainability strategy for Czosnów until 2020*, 2008). In spite of that

farming land still accounts for 58% of the district, prevailing over forests (28%) (*Sustainability strategy for Czosnów...*, 2008).

The tourist potential of the Czosnów district results mostly from very rich natural resources, including Strict Protection Area of Kampinos National Park located there, namely Kaliszki and Sieraków which are the best preserved sections of Kampinos forest with pine woods on dune slopes (*Environmental Protection Programme for Czosnów...*, 2010). A vast area of the district is also occupied by Natura 2000 that includes such habitat protection areas as Kampinos Forest, Modliński Forts, Kampinos Vistula Valley, and Kazuńskie Meadows, as well as such bird protection areas as Kampinos Wood and Central Vistula River Valley (*Study of conditions and direction for special development...*, 2010). Moreover, there are also three nature reserves there (Kępy Kazuńskie, Ruska Kępa, Zakole Zakroczymskie), nine natural monuments. Moreover, the district is also an important point of the ECONET Polska National Ecological Network (*Environmental Protection Programme for Czosnów...*, 2010).

The district also has numerous cultural and historical attractions to offer, such as fortifications of the inner ring of the Modlin Fortress forts, Palmiry Mausoleum Cemetery with graves of victims murdered by German soldiers between 1939 and 1941, the 'Jerzyki' cross commemorating 1944 fights of the 'Jerzyki' Special Uprising Units, or a late classical St. Nicholas Church in Łomna, built in 1870 – 1872 (*Study of conditions and direction for spatial development of...*, 2010).

The tourist infrastructure (accommodation and catering) in the Czosnów district is very poor. The questionnaire results indicate that there are only four facilities offering lodgings (one hotel and private rooms) and three eating establishments, as a result of which the value of the *Baretje-Defert* index for Czosnów is 1.3, indicating that the district does not have any tourist function whatsoever.⁷ Apart from that, there are three tourist and leisure equipment

⁷ Usually the tourist function prevails when the index reaches 100 (or 50 in Polish conditions); A.R. Szromek (2012). *Tourist Function Indices. The Concept of the Tourist and Resort Function*. Gliwice. Wyd. Politechniki Śląskiej.

rental facilities and four stud farms.

Czosnów has developed its sustainability strategy (*Sustainability strategy for Czosnów until 2020*, 2008), in which sustainability is the foundation for management, and the element of shaping social and economic growth processes. At the time being, the district does not have any separate document pertaining to the development of tourism, but it is discussed in the general strategy as one of the key priorities. This is related to the fact that local authorities have acknowledged great tourist potential of the district resulting mostly from its exceptional natural value. It can be noticed in strategic objectives of the district, as three out of four of them pertain to the discussed issues, and include: development of local economy, taking account of recreational and leisure functions; development of social infrastructure, and integration and activation of inhabitants, as well as protection of resources and improvement of the condition of the environment (*Sustainability strategy...*, 2008).

An important element of Czosnów activities is the participation in projects organised and funded from external sources, including EU ones, aiming at improving living conditions for the community, increasing attractiveness and competitiveness of the district, modernising its infrastructure, involvement in environmental protection which will in turn also have impact on the expansion of tourism.

One of such projects is called 'Witacze - mały projekt, duży efekt, czyli poprawa turystycznego wizerunku Gminy Czosnów/Welcomers – a little project with considerable impact, i.e. improvement of the tourist image of the Czosnów district'⁸. Welcomers are boards that will serve informational function and will promote tourist attractions of the district, stir interest among those who drive through the district, and encourage them to visit Czosnów. Three boards of that type have been introduced within this project (www.czosnow.pl - 19.11.2014.).

Another important venture was the refit of the Palmiry Museum that aimed at restoring, renovating, and adding new space to the existing facility.

The previous building that was 30 years old did not sufficiently serve its function which led to a decision about erecting a modern structure meeting the expectations of contemporary visitors. It was opened in April 2011, and the project was co-funded by the European Regional Development Fund and included the demolition of the old building, erection of the new one, as well as the purchase of all the necessary equipment and infrastructure, and modernisation of the surrounding area (car parks) (www.mhw.pl - 19.11.2014.).

Other projects completed included the modernisation and reorganisation of some district roads along with the introduction of pedestrian and bicycle lanes⁹ or expansion of the sewage and waterworks system in order to improve the condition of natural environment in the Kampinos National Park buffer zone and Natura 2000 area¹⁰ (Kielczewski, 2011).

As regards tourist events organised in Czosnów, particularly noteworthy is the most important one that has been organised for over 50 years between October and November, i.e. Central Palmiry PTTK Youth Rally. The objective of the rally is to remind young people of important events related to the history of Poland, and of the Mazowsze region in particular, and to give them an opportunity to honour it. For instance, in 2013 the rally was organised to commemorate the 150 anniversary of January Uprising, in 2012 it celebrated the 70th century of renaming Związek Walki Zbrojnej (Union of Armed Struggle) to Armia Krajowa (Home Army), and the 70th anniversary of the death of Pawiak prisoners (www.palmiry.pttk.pl-19.11.2014.). Furthermore, the event is to promote tourism, active leisure, the desire to discover the history of Poland, to take care of national memorials, to increase sensitivity to environmental protection and to stir interest in sightseeing among young people. The Rally enjoys enormous popularity – in recent years it was attended by ca. 2 000 participants (www.palmiry.pttk.pl-19.11.2014.). It is organised first of all by Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze with help

⁸ The project was conducted within small projects included in activity No 413 'Implementation of Local Growth Strategies included in PROW for 2007-2013'.

⁹ The project was financed from the National Local Road Reorganisation Programme 2008 – 2011 funds.

¹⁰ The project was co-financed from the European Regional Development Fund means.

from other institutions such as scout organisations, Kampinos National Park, local authorities (including the Czosnów government), etc.

Results

The study conducted by means of a questionnaire in the Czosnów Municipal Office indicates that no figures concerning tourism (e.g. the number of visitors) are collected. This is the reason why the district does not have accurate statistical data pertaining to local tourist traffic. Nevertheless, the representatives of authorities believe that within the last 5 years the level of interest in the district has considerably increased, while visitors are driven mostly by the desire to discover its tourist attractions and to involve in various forms of active tourism (mostly hiking, biking, and horseback riding). What is definitely important is that local authorities are aware of the fact that most tourists are attracted by the attractions of Kampinos National Park which is why they are of the opinion that if the forest were not protected as a national park, the number of tourists there would be probably far smaller.

Apart from previously mentioned projects in Czosnów, it is also noteworthy to point to other activities aiming at creating proper conditions for the development of tourism taken up by the district within the last couple of years, e.g. training for local citizens devoted to tourism, support for minor craftsmen, participation in tourist fairs, publication of promotional materials devoted to tourist attractions of the district (leaflets, folders, maps), and support for environmental initiatives, e.g. by involving in environmental education in schools, organising classes at the Kampinos National Park Educational Centre. Apart from that, attempts to ensure harmonious and aesthetic appearance of natural and green areas.

The main forms of cooperation and exchange of opinions and ideas concerning tourism between inhabitants and local administration include occasional meetings as well as contacts with village leaders, and the website.

According to local authorities, inhabitants want to live in Czosnów mostly due economic concerns and

the desire to improve their living conditions (forests, fresh air). Seasonal inflow of residents (coming for weekends and holidays) can also be observed, consequently leading to the emergence of the so-called 'second houses' most of which belong to individuals who permanently reside in Warsaw.

Problems and limitations that local authorities believe inhabitants to experience in relation to the fact that they live in the Kampinos National Park buffer zone included first of all no traffic allowed on some roads that could reduce travelling time, limitations to business activities, and expansion of residential infrastructure.

The study also allowed for exploring the key barriers believed by local authorities to hinder the development of sustainable tourism in the district and in Kampinos National Park. Representatives of the local government are of the opinion that legal limitations hindering the development of tourist infrastructure (mostly accommodation facilities and eating establishments) as well as the lack of proper tourist base, i.e. tourist and leisure equipment rental facilities, tourist information points, or properly equipped car parks with places to rest and toilets are the key barrier to fully leveraging tourist potential of the district. At the same time, the improvement of the condition of the tourist base and infrastructure are believed by local authorities to be key factor that could contribute to the development of tourism in the district, mostly at weekends.

Attitude of the local Czosnów community to tourism

The key benefits of living in Kampinos National Park or in its buffer zone (table 1) mentioned by inhabitants included the possibly to have walks in the woods (92% of positive mentions) and fresh and clean air, followed by quiet and peaceful place, far away from the hubbub of the city. This confirms the opinion that the local community treats Kampinos National Park more just like a regular forest or a municipal park, a great place for a walk. On the other hand, it is also believed to be an ideal place to live, as it combines proximity of nature and a large urban agglomeration.

Table 1. The key benefits of living in Kampinos National Park or in its buffer zone

The benefits:	Absolut. no		No		Medium		Yes		Absolut. yes		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Fresh air, quiet place	0	0,0	2	2,6	14	18,2	22	28,6	39	50,6	77	100
Walking in the woods	0	0,0	1	1,3	5	6,3	25	32,1	47	60,3	78	100
Outdoor recreation	0	0,0	0	0,0	7	8,9	28	35,9	43	55,2	78	100
Picking mushrooms & forest fruits	2	2,6	7	9,1	13	16,8	24	31,2	31	40,3	77	100
Timber harvesting	20	27,4	30	41,1	12	16,5	9	12,3	2	2,7	73	100
Employment in KNP	28	40,0	28	40,0	14	20,0	0	0,0	0	0,0	70	100
Educational activity of Park	10	13,5	17	22,9	30	40,6	13	17,6	4	5,4	74	100
Activities for children	8	11,3	26	36,6	24	33,8	8	11,3	5	7,0	71	100

At the same time, the most frequently mentioned weaknesses of living in Kampinos National Park and its buffer zone include limitations to the development of residential infrastructure which in some cases hinders expansion of existing buildings, ban

on obtaining wood from the forest and ban on the use of some roads (table 2). It needs to be stressed that Czosnów inhabitants do not perceive limitations to business activity as a drawback of living in Kampinos National Park or in its immediate vicinity.

Table 2. The weaknesses of living in Kampinos National Park and its buffer zone

The weaknesses:	Absolut. no		No		Medium		Yes		Absolut. yes		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Limitations to the development of infrastructure	8	10,9	16	21,9	15	20,6	24	32,9	10	13,7	73	100
Limitations to agriculture	8	12,9	28	45,2	13	21,0	12	19,3	1	1,6	62	100
Limitations to business activity	7	10,6	28	42,4	17	25,7	11	16,7	3	4,6	66	100
Poor water & sewage infrastructure	8	11,1	28	38,9	19	26,4	10	13,9	7	9,7	72	100
Bad communication & public transport	6	7,8	26	33,7	24	31,2	11	14,3	10	13,0	77	100
Tourist traffic near the house	9	11,8	45	59,3	15	19,7	2	2,6	5	6,6	76	100
Ban on the use of some roads	6	7,8	33	42,8	14	18,2	18	23,4	6	7,8	77	100
Damage caused by animals	8	10,4	39	50,6	11	14,3	9	11,7	10	13,0	77	100
Ban on obtaining wood from the forest	3	4,6	25	38,5	13	20,0	13	20,0	11	16,9	65	100

The study results show that respondents feel attached (50%) or highly attached (26%) to their place of residence. The remaining 24% identify with it on an average level, but no interviewee described their attachment to their place of residence as low. This most probably results from the fact that 86% of all the respondents have been living in Czosnów since they were born. At the same time, when describing

their attitude to the nature of Kampinos National Park the respondents stressed that it was valuable heritage for the entire nation, and that it was the reason why it should be protected (98%) and that it was very close to them because of the fact that they grew up surrounded by it (93%).

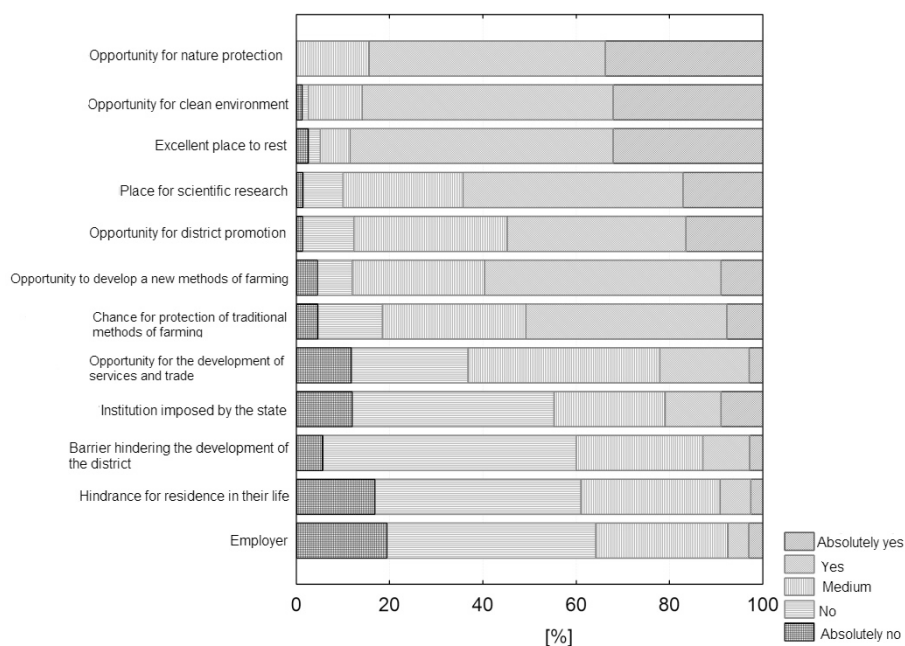


Figure 1. The respondents' opinions about the function of Kampinos National Park

The survey also explored the respondents' opinions about the function that Kampinos National Park serves for the entire society and local communities (figure 1). Most often they agreed with the statement that Kampinos National Park created an opportunity for clean environment and for preserving valuable natural assets, followed by the opinion that Kampinos National Park was an excellent place to rest for both residents and visitors and the right location for scientific research. At the same time, slightly over half of the respondents believe that the Park can be an element that can promote the district. It is also noteworthy that Czosnów inhabitants do

not treat Kampinos National Park as a barrier hindering the development of the district, or something that would make their life more difficult and that would be imposed on them by the state.

The research shows that as many as 42% of respondents are of the opinion that tourism affects the development of the district, but it does not play leading role, and at the same time, only a slightly smaller proportion of study participants claim that it is one of the most important factors in functioning and development of each district (figure 2). Others believe that tourism has only insignificant impact on the prosperity of their district or that it is the most important factor. Hence, it can be assumed that the local community of Czosnów is interested in expansion of tourist activities, considering them an important and vital, but not the key district growth driver.

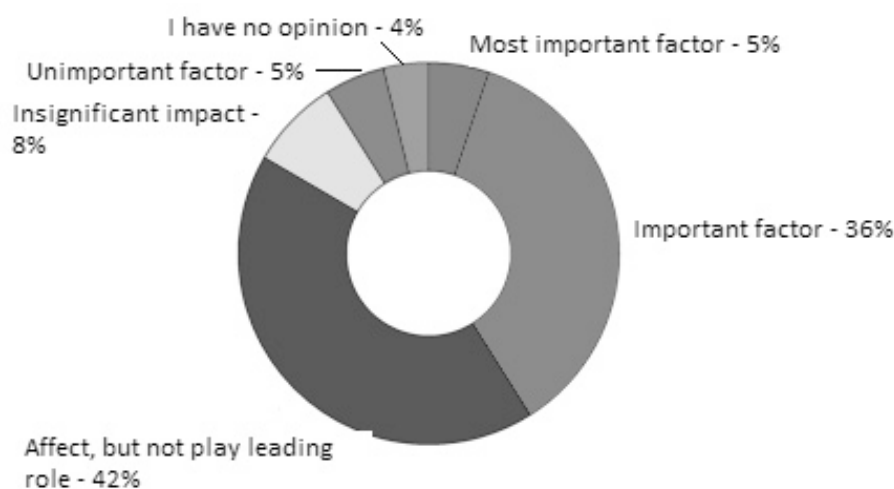


Figure 2. The role of tourism in the development of district

At the same time, the surveyed Czosnów inhabitants have friendly attitude to individuals visiting

any conflicts, and only some minor problems, such as litter left on tourist routes (79% of mentions) or

bonfires outside designated sites (46%) were mentioned.

The respondents described the size of tourist traffic in their area as average (46%), while 28% claimed it was small. At the same time, half of respondents believe that the number of tourists in their area should increase, while 44% would like it to stay at the current level.

When it comes to possible activities that should be taken in order to attract more tourists and increase

tourist traffic, the respondents most often pointed to investments in tourist and leisure centres, improvement of the infrastructure (e.g. the quality of roads, larger number of car parks, mapping out routes, etc.) and assistance for local community in expanding their own business ventures (table 3). Many respondents also admitted that local authorities should organise relevant training and workshops on tourism in order to help inhabitants expand their business.

Table 3. Possible activities to increase tourist traffic in Kampinos National Park and its buffer zone

The number of tourists can be increased by:	Absolut. no		No		Medium		Yes		Absolut. yes		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Allow to greater penetration of the Park	4	5,5	23	31,5	21	28,7	24	32,7	1	1,6	73	100
Improvement of the infrastructure	0	0,0	3	3,8	11	14,2	32	41,0	32	41,0	78	100
Assistance for local community in expanding business	0	0,0	3	3,9	11	14,3	43	55,8	20	26,0	77	100
Available lands for investments	4	5,3	15	19,6	23	30,3	24	31,6	10	13,2	76	100
Investments in tourist and leisure centres	0	0,0	2	2,6	5	6,4	41	52,5	30	38,5	78	100
Participation of residence in workshops	1	1,3	2	2,6	26	34,7	32	42,7	14	18,7	75	100
Improving the residents' attitudes to tourists	1	1,4	11	15,1	25	34,2	26	35,6	10	13,7	73	100

The effects of increased tourist traffic perceived by the respondents include numerous benefits (table 4), such as higher profits for the district budget, followed by higher outlays on particular villages in the

commune likely to contribute to higher standard of living and quality of life, higher profits for individuals offering services to tourists, improved standard of local infrastructure, and better accessibility.

Table 4. The benefits from increased tourist traffic in Kampinos National Park and its buffer zone

The benefits from increased the number of tourists:	Absolut. no		No		Medium		Yes		Absolut. yes		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
New work places	2	2,7	6	8,0	22	29,3	38	50,7	7	9,3	75	100
Higher profits from service activities	1	1,3	3	4,0	15	20,3	46	62,2	9	12,2	74	100
Higher profits for the district budget	1	1,3	3	4,0	13	17,3	45	60,0	13	17,3	75	100
Improvement of infrastructure	1	1,3	2	2,5	19	25,0	45	60,0	9	11,7	76	100
Increase the number & availability of services for local population	2	2,7	3	4,0	19	25,0	45	60,0	6	8,2	75	100
Increase the number of entertainment	2	2,7	5	6,9	19	25,0	40	54,0	8	10,9	74	100
New & beneficial knowledge	2	2,7	3	4,1	20	27,4	42	57,6	6	8,2	73	100
Improving the residents' personal culture	1	1,5	9	13,4	23	34,4	24	35,8	10	14,9	67	100
Strengthening the local ties	1	1,5	8	11,1	25	34,7	30	41,6	8	11,1	72	100

The interviewees were also of the opinion that in order to expand tourism in the district local autho-

rities should first of all focus on spatial order and aesthetic appearance of particular locations which will attract visitors (95%), but also try to obtain EU funds, e.g. for environmental protection, or tourist infrastructure (96%). Far fewer respondents pointed to the need for ensuring safety for tourists and inhabitants (91%), support for those who wish to involve in tourist business (90%), and the need for ensuring proper tourist infrastructure (88%).

The respondents were also asked to evaluate the performance and achievements of local authorities on a 5-point scale, where 5 was the highest, and 0 the lowest grade (table 5). On average, the highest rated areas in which local authorities are believed by interviewees to perform relatively well include education and sport, followed by environmental protection and order and safety. Czosnów inhabitants assessed activities taken by local authorities in the area of tourism and leisure only at 1.55 on average. And it has to be emphasised here that the expansion of tourism is one of the key priorities in the district growth strategy and many of its objectives and tasks refer to it.

Table 5. Evaluate the performance and achievements of local authorities in selected fields

Achievements	Average	SD
Education	2,19	±1,05
Health care	1,82	±1,00
Environmental protection	1,99	±1,01
Culture	1,85	±1,02
Sport	2,04	±1,18
Tourism & leisure	1,55	±1,03
Transport	1,74	±1,05
Utilities & municipalities	1,74	±0,99
Public order & safety	1,94	±1,00

Summary

The study conducted in the local community of Czosnów and the analysis of tourism-related activities taken up by local administration show that the situation in Czosnów seem to favour tourism which creates opportunities for properly designed sustainable tourism policy. Nevertheless, it has to be stressed that this potential is not fully utilised at

the time being .

The results allow for drawing a conclusion that those living in Kampinos National Park or its buffer zone in Czosnów first of all treat their place of residence as a typical ‘commuter village’ with perfect location close to the Warsaw agglomeration. The respondents are very satisfied with their place of residence, while the main benefits that it offers them include the nature of Kampinos National Park and fresh air. Moreover, it has to be stressed that the study participants strongly identify with their place of residence and are very attached to it.

They are not totally indifferent to the expansion of tourism and – believing that the number of tourists coming to their place of residence is on an average level – as many as half of individuals would like the tourist traffic to increase in their district. At the same time, the respondents noticed numerous benefits resulting from increasing tourist traffic, both in their district and in Kampinos National Park. But they are of the opinion that local authorities should take more activities aiming at developing tourism by improving tourist infrastructure, and also by supporting inhabitants in involving in tourism-related business initiatives.

Kampinos National Park and other protected areas are one of the key tourist attractions of Czosnów, while tourism is one of the key priorities mentioned in the district growth strategy. Nevertheless, local authorities do not seem to sufficiently involve in initiatives aiming at creating adequate tourist and recreational infrastructure or tourist offer that would attract and retain tourist in the district. This results mostly from the fact that local authorities are unable to invest in the infrastructure on their own because of budgetary limitations, while private entrepreneurs and investors do not seem to be interested in creating complete offer that would attract visitors.

What is also noteworthy is that the local administration is aware of the fact that the area is extremely attractive for tourists because of proximity of Warsaw and Kampinos National Park and they pin their hopes mostly on weekend tourism. Czosnów also successfully utilises EU subsidies, e.g. by introducing ‘welcomers’ by three main entrance roads to the district, serving promotional and tourist func-

tions, while one of most important typically tourist initiatives was the erection of a brand new, ultra-modern Palmiry Museum in 2011. Another important initiative promoting tourism in the district is the Central Palmiry PTTK Youth Rally, attended by ca. 2 000 individuals each year.

The exploration of opinions expressed by other stakeholders participating in shaping tourism in the Kampinos National Park region conducted by the author has not revealed any major conflicts between the preferences of the local community and those of other stakeholders in relation to the form and character of tourism and recreation in the district and Kampinos National Park. This opens more opportunities for adding more sustainable character to tourism in this region. The local community of Czostów is interested in further expansion of tourism in their district, but it does not involve in any initiatives on its own, remaining rather passive and expecting enterprises and support on the part of local authorities. Nevertheless, in the light of research conducted, we can come to a conclusion that the local community of Czostów is prepared relatively well for the introduction of sustainable tourism to their district.

The study has been conducted as a part of the DM 20 research grant of the Józef Piłsudski University of Physical Education in Warsaw financed by the Ministry of Science and Higher Education.

References

1. Eagles P., Haynes C., McCool S. (2002). *Sustainable tourism in protected areas: Guidelines for planning and management*. IUCN.
2. *Environmental Protection Programme for Czostów for 2010-2013 with prospects for 2014-2017* (2010). Urząd Gminy Czostów.
3. Kielczewski M. (2011). *Wojewoda otworzył drogę i ścieżki przez Puszcę*, Gazeta Czostowska, 1(134).
4. Kiryluk H. (2005). *Działania powiatów i gmin na rzecz rozwoju turystyki na obszarach przyrodniczo cennych*. In: B. Poskrobko (ed.), *Zarządzanie turystyką na obszarach przyrodniczo cennych*, Białystok: Wyższa Szkoła Ekonomiczna w Białymstoku.
5. Kowalczyk A. (2010). *Turystyka zrównoważona*. Warszawa: PWN.
6. *Parks for biodiversity – Policy guidance based on experience in ACP countries*. (1999). IUCN.
7. *Study of conditions and direction for spatial development of Czostów*. (2010). Czostów.
8. *Sustainability strategy for Czostów until 2020*. (2008). Urząd Gminy Czostów.
9. Szromek A.R. (2012). *Wskaźniki funkcji turystycznej. Koncepcja wskaźnika funkcji turystycznej i uzdrowiskowej*. Gliwice: Wyd. Politechniki Śląskiej.
10. www.mhw.pl
11. www.palmiry.pttk.pl
12. Zaręba D. (2010). *Ekoturystyka*. Warszawa: PWN.
13. Zawilińska B. (2010). *Możliwości rozwoju turystyki w parkach krajobrazowych Karpat Polskich w świetle idei zrównoważonego rozwoju*. Kraków: Uniwersytet Ekonomiczny w Krakowie.

Małgorzata Gałązka
galazkama@wp.pl

Agata Stefanowska
Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie

Turystyka i rekreacja na Warszawskim odcinku Wisły – analiza SWOT

Streszczenie

Obszary nadrzeczne coraz częściej pełnią w miastach funkcje turystyczne i rekreacyjne. Odgrywają one rolę zarówno miejsca wypoczynku dla mieszkańców, jak również nowych przestrzeni turystycznych. Celem niniejszego artykułu jest ocena mocnych i słabych stron warszawskiego odcinka Wisły z punktu widzenia turystyki i rekreacji, a także określenie szans i zagrożeń związanych z rozwojem obszaru. W badaniu zastosowano analizę SWOT. Przedstawione wyniki są syntezą i podsumowaniem analiz przeprowadzonych przez studentów Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie, biorących udział w ćwiczeniach terenowych odbywających się nad Wisłą w Warszawie. Wśród mocnych stron warszawskiego odcinka Wisły wymienić można przede wszystkim walory przyrodnicze obszaru oraz brak uregulowania. Do słabych stron należy głównie zanieczyszczenie wody i obszaru oraz infrastruktura rekreacyjna na niewystarczającym poziomie. Wśród szans wymienić można m.in. działania na rzecz zmniejszenia zanieczyszczenia obszaru oraz ochrony przyrody, a także rozwój infrastruktury rekreacyjnej. Do największych zagrożeń należy zagrożenie powodziowe i urbanizacja, która prowadzić może do zaburzenia równowagi ekologicznej obszaru.

Wstęp

Cechą charakterystyczną większości miast turystycznych jest dostęp do wody, który w sposób znaczący podnosi atrakcyjność turystyczną miasta (Preisler, 2012), a szczególnie istotnym czynnikiem pomocnym w procesach przeobrażeń miast są rzeki (Derek i in., 2013). Zagospodarowanie i zabudowa nabrzeży często decydują o charakterze całego miasta, tworzą jego perspektywę, a także przestrzeń publiczną (May, 2006). W wielu miastach na świecie obszary nadrzeczne, początkowo wykorzystywane jako porty, są rewitalizowane i przekształcane w atrakcyjne obszary turystyczne i rekreacyjne. Ich zadaniem jest służyć mieszkańcom jako miejsce wypoczynku, ale również pełnienie funkcji nowej przestrzeni turystycznej, często alternatywnej dla tradycyjnego poznawania miasta, która umożliwia zwiększenie ruchu turystycznego.

Z drugiej strony należy pamiętać, że woda może stanowić istotną barierę urbanizacyjną. Zwłaszcza na terenach mocno zurbanizowanych, gdy brakuje miejsca na budowę kolejnych dzielnic mieszkaniowych i dodatkowej infrastruktury, poszukuje się no-

wych rozwiązań – często obiekty stawia się na terenach zalewowych, bezpośrednio na linii brzegowej, co stanowi poważne zagrożenie życia i zdrowia. Zagrożenia dla miast leżących nad wodami powstają jednak znacznie częściej w miastach położonych nad rzekami. W 1997 roku Polskę nawiedziła powódź tysiąclecia spowodowana ponadprzeciętnymi opadami deszczu. Zalanych zostało wtedy bardzo wiele miast o ogromnym potencjale turystycznym (Preisler, 2012).

Analizując Wisłę na odcinku warszawskim, pod uwagę należy wziąć również wyjątkowe w skali europejskiej walory przyrodnicze obszaru. Liczący 30 kilometrów odcinek rzeki jest jednym z największych walorów przyrodniczych miasta. Wisła to korytarz ekologiczny o znaczeniu międzynarodowym (Gacka-Grzesikiewicz, 1995). Umożliwia on przemieszczanie się gatunków wzdłuż rzeki przez barierę ekologiczną, jaką stanowi wielkie miasto, dzięki częściowo naturalnemu charakterowi prawego brzegu Wisły. Warszawski odcinek Wisły, jako fragment obszaru Dolina Środkowej Wisły, został również częścią sieci ekologicznej NATURA 2000 (Chylarecki, 2003). Głównym walorem obszaru jest

właśnie Wisła, która zachowała na tym odcinku charakter rzeki roztokowej z licznymi wyspami i dzięki temu stanowi bardzo ważną ostoję ptaków. Celem ochrony ptactwa w 1998 roku utworzono na warszawskim odcinku Wisły rezerwat przyrody: Wyspy Świderskie i Wyspy Zawadowskie oraz Ławice Kiełpińskie.

W innych stolicach europejskich zagospodarowanie rzek znacznie różni się od sytuacji w Warszawie – ich wybrzeża są całkowicie zagospodarowane i wpisane w krajobraz miejski. Praga, Paryż, Berlin czy Londyn to miasta, w których najważniejsze budynki zlokalizowane są nad rzekami, ich atutem jest wykorzystanie rzeki w tworzeniu krajobrazu miasta. W Warszawie nie wykorzystano walorów krajobrazowych, jakie daje miastu rzeka (Chmielewski, 2002). Wisła nigdy nie wytworzyła charakterystycznych dla dużych miast europejskich krajobrazów nadwodnych. Nie ma w Warszawie ulic, które prowadziłyby bezpośrednio nad rzekę a budowle, zlokalizowane na skarpie, są odwrócone od rzeki. Zbliżona sytuacja jest na prawym brzegu Wisły - na wysokości Starego Miasta, gdzie rozciąga się piękna panorama, znajduje się ZOO. Innego zdania jest Królikowski (2004), według którego Wisła ma niepowtarzalną sytuację na tle innych rzek przepływających przez europejskie stolicy, a swój urok zawdzięcza rozległym perspektywom wzdłuż doliny rzeki. Kiciński (2002) z kolei stwierdza, że w latach 90. XX wieku rozpoczął się proces zwracania Śródmieścia Warszawy ku rzece.

Działania na rzecz przywrócenia Wisły miastu mają charakter zorganizowany i kompleksowy. Plany władz stolicy, zgodne z hasłem „Frontem do Wisły” uwzględniono w Strategii Rozwoju Miasta Stołecznego Warszawy do 2020 roku (Strategia...), gdzie jednym z celów jest zagospodarowanie doliny Wisły i jej wykorzystanie jako atrakcji dla mieszkańców i turystów. Wisła wraz z terenami zieleni nadwiślańskiej oraz zbocza Skarpy Warszawskiej uznane zostały za tereny wyłączone spod nowej zabudowy (z wyłączeniem terenów położonych w śródmiejskiej strefie funkcjonalnej oraz wyznaczonych miejsc). Równocześnie krajobraz Skarpy Warszawskiej uznany został za teren o kluczowym znaczeniu dla tworzenia struktury przestrzennej

miasta z uwagi na zapewnienie ochrony wartości zabytkowych i kulturowych (Studium uwarunkowań...).

W wyniku realizacji planów związanych z przywróceniem Warszawie rzeki, rozpoczęto liczne inwestycje na badanym obszarze. Jednym z nich jest projekt „Warszawski Węzeł Wodno-Rowerowy *Pedałuj i Płyn*”, który zakłada stworzenie atrakcyjnej przestrzeni miejskiej w sercu Warszawy. Projekt ten jest w trakcie realizacji, a w ciągu kilku ostatnich lat zrealizowano m.in.: Centrum Nauki Kopernik, Stadion Narodowy, Multimedialny Park Fontann, Most Skłodowskiej-Curie, rozbudowa i modernizacja oczyszczalni „Czajka”, plaże, ścieżka biegowo-spacerowa.

Celem przeprowadzonych badań jest ocena mocnych i słabych stron warszawskiego odcinka Wisły z punktu widzenia turystyki i rekreacji, a także określenie szans i zagrożeń związanych z rozwojem obszaru.

Material i metoda

Metodą zastosowaną w badaniu jest analiza SWOT, stanowiąca podstawę do określenia strategicznej sytuacji organizacji i wyprowadzenia wniosków dotyczących kierunków jej rozwoju. Polega ona na ustaleniu z jednej strony - szans i zagrożeń związanych z aktualnym stanem i kierunkami zmian otoczenia; z drugiej - atutów i słabości wynikających ze stanu własnych zasobów organizacji (Kotler, 2005). Na potrzeby niniejszej pracy przeprowadzono ocenę silnych i słabych stron (środowiska wewnętrznego) oraz szans i zagrożeń (otoczenia zewnętrznego) w zakresie rozwoju turystyki i rekreacji na warszawskim odcinku Wisły. Przedstawione wyniki badań są syntezą i podsumowaniem analiz przeprowadzonych przez studentów Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie (kierunek Turystyka i Rekreacja). Punktem wyjścia przeprowadzonych analiz były ćwiczenia terenowe odbywające się nad Wisłą w Warszawie, w trakcie których studenci, przyszli specjaliści w dziedzinie turystyki i rekreacji, zdobywali wiedzę o środowisku przyrodniczym oraz zagospodarowaniu Wiślanych brzegów.

Na podstawie uzyskanych informacji, własnych obserwacji oraz badania opinii publicznej, studenci opracowywali analizę SWOT warszawskiego odcinka Wisły.

Badania prowadzono w latach 2012-2014, w miesiącach wiosennych (kwiecień – czerwiec). Analizy zostały przygotowane w zespołach, w sumie zebrano 114 projektów studentów. Następnie została przeprowadzona synteza zebranych danych oraz ocena punktowa każdego z analizowanych czynników. Zastosowano punktację w skali 1-5, gdzie 1 to czynnik ujawniający się w najmniejszym stopniu, 5 – czynnik ujawniający się w największym stopniu.

Wyniki

Mocne strony

Mocne strony warszawskiego odcinka Wisły można podzielić na dotyczące przyrody, zagospodarowania, rekreacji i kultury. Najbardziej istotną grupą są walory przyrodnicze obszaru. Studenci wskazywali przede wszystkim na bogactwo zasobów przyrodniczych, dużą różnorodność gatunkową, ekosystemową i krajobrazową, w tym na udział lasów w strukturze obszaru (lasy łęgowe) i bogaty świat roślin (38%), a także na dzikie zwierzęta oraz liczne ptactwo (34%). Równie istotną zaletą badanego obszaru są utworzone formy ochrony przyrody obejmujące obszar Wisły (38%).

Kolejną mocną stroną jest nieuregulowanie Wisły (30%). Według badanych „Wisła jest jedyną nieskanalizowaną rzeką w Europie Środkowo-Zachodniej”. Dla prawie ¼ studentów mocną stroną jest również pełniona przez Wisłę funkcja korytarza powietrznego, dla 1/5 badanych – „wiejska atmosfera, krajobraz i zasoby przyrodnicze odpowiednie dla osób szukających ciszy i spokoju, jak i wypoczynku rodzin z dziećmi, możliwość obserwacji przyrody”. Ponad 10% badanych wskazało na funkcję korytarza ekologicznego jaką pełni Wisła oraz na dziki charakter nadwiślańskiej przyrody, odróżniający ją od innych obszarów zielonych stolicy.

Mocne strony warszawskiego odcinka Wisły związane są również z możliwością uprawiania rekreacji na badanym obszarze. Według 39% studen-

tów, nad brzegami Wisły pojawiają się nowe formy wypoczynku (np. „szczególnie atrakcyjne dla spragnionych kontaktu z naturą turystów sploty kajakowe dzikimi odcinkami środkowej Wisły połączone ze zwiedzaniem starych nadbrzeżnych miast”). Mocną stroną obszaru są ścieżki rowerowe (23%) oraz ścieżka biegowo-spacerowa po prawej stronie Wisły, a także plaże (21%) („piaszczysta plaża zapewnia darmową sportową rozrywkę, są tworzone boiska do gry w siatkówkę i piłkę”). Badani wskazują jako mocną stroną możliwość uprawiania różnych form rekreacji (13% - spacer, nordic walking, jazda na rowerze, jazda na rolkach, bieganie itp.), w tym także wędkarstwa (7%).

Kolejna grupa mocnych stron związana jest z zagospodarowaniem terenu. Niewątpliwym atutem obszaru są „ciekawe projekty tworzone w okolicy Wisły, np. Centrum Nauki Kopernik czy Stadion Narodowy, Park fontann” (18%), a także otwieranie klubów nad Wisłą (18%). Dla 12% badanych atutem jest fakt, że Wisła jest częściowo żeglowna. Mocną stroną obszaru jest również jego dostępność – 8% („stosunkowo niedaleko miasta, można śmiało dojechać rowerem”), rozbudowa oczyszczalni ścieków, a co za tym idzie poprawa czystości wody (8%), a także mosty oświetlane wieczorem dodające uroku terenom nadwiślańskim (7%). Mocną stroną pod względem turystyki, jest możliwość zakwaterowania turystów w hotelach wodnych nad Wisłą, a także „możliwość zamieszkania na barce”.

Ostatnia grupa mocnych stron dotyczy wydarzeń kulturalnych organizowanych nad Wisłą: imprez, festiwali, koncertów, warsztatów i wycieczek po Wiśle (12%). 4% badanych dodatkowo wskazało na „Święto Wisły, będące wodną imprezą na Wiśle, której celem jest promocja wszelkich form aktywności wodnej”. Według 6% badanych rzeka Wisła jest dla wielu Polaków symbolem Polski, a także miejscem wydarzeń historycznych i kulturowych, co wpływa na jej postrzeganie.

Słabe strony

Słabe strony warszawskiego odcinka Wisły dotyczą pięciu wymiarów: zanieczyszczenia obszaru, zagospodarowania, przyrody, rekreacji, a także promocji. Największym problemem dla badanych jest

niska jakość wód powierzchniowych, a także zanieczyszczenie wybrzeży (72%). 21% z nich wskazuje na „zaśmiecone środowisko, powszechne dzikie wysypiska śmieci nad rzeką”. Dodatkowym minusem jest nieprzyjemny zapach rzeki.

Mankamentem obszaru jest również jego zagospodarowanie – 43% badanych wskazuje na niedostateczny system zabezpieczeń przed katastrofami naturalnymi, zwłaszcza powodzią, podkreślając również „wysokie nakłady finansowe na budowę i renowację wałów przeciwpowodziowych”. Inaczej wygląda sytuacja w przypadku regulacji dna i brzegów Wisły – część studentów (12%) wskazuje brak takich regulacji jako wadę („nieprzewidywalna, problem z zagospodarowaniem poprzez wahania poziomu wody”, „nadbrzeżne kluby nieczynne w okresach wyższego stanu wody”), natomiast 4% z nich stwierdza, że „prace polegające na regulacji koryta rzeki są zagrożeniem dla flory i fauny bytującej nad rzeką, dla łągów nadrzecznych”.

Słabą stroną jest nie tylko regulacja Wisły, ale także bliskość ruchliwych dróg i ulic, hałas (12%), nieodpowiednio zagospodarowane tereny: mało chodników i ścieżek (9%), niewystarczająca liczba ławek, śmietników itd. (11%). Badani wskazują również na „niskie tempo odnowy i zagospodarowania terenów zdegradowanych, zdewastowanych i skażonych” (4%), z drugiej strony „rzeka i jej okolice tracą swoje walory gdy budowane są np. ośrodki biznesowe nad Wisłą, kluby i osiedla, które niszczą pierwotny krajobraz” (4%). Słabą stroną Wisły jest również mała dostępność do brzegu dla turystów („możliwość odwiedzenia Wisły tylko w ścisłym centrum, w innych dzielnicach muszą pokonać zarośla, nie ma przystanków, trzeba przejść spory kawałek”), co więcej, Wisła często postrzegana jest „jako bariera między lewą a prawą stroną Warszawy”, a na terenie miasta jest „niewystarczająca liczba mostów łączących oba brzegi rzeki”.

Minusem obszaru jest również zagospodarowanie rekreacyjne i turystyczne. Według 1/4 badanych infrastruktura sportowo-rekreacyjna jest na niskim poziomie („brak oddzielnych ścieżek dla pieszych i rowerzystów”, „zamknięte i zanieczyszczone kąpieliska”, „zbyt mało wyznaczonych szlaków wzdłuż rzeki”, „słabo rozwinięta turystyka wodna”).

9% badanych zwraca uwagę na brak zaplecza turystycznego. Dodatkowym problemem jest nieodpowiednia promocja obszaru (11%), „zła polityka miasta, która nie wykorzystuje wystarczająco walorów turystycznych terenów nadwiślańskich”.

Słabą stroną obszaru może być również przyroda, 7% badanych wskazało na uciążliwe insekty, 4% na częstą styczność ludzi z dzikimi zwierzętami, 3% na bystry nurt. Inne wady to „hałas ptactwa nadwiślańskiego”, a także podmokłe tereny. Z drugiej strony, to turystyka i rekreacja negatywnie wpływają na przyrodę obszaru („straszenie ptactwa i innych zwierząt, pogorszenie warunków życia zwierząt”, „domowe zwierzęta zanieczyszczają teren”).

Szanse

Szanse dla rozwoju warszawskiego odcinka Wisły można podzielić na dotyczące przyrody, rekreacji i zagospodarowania obszaru. Najistotniejszą grupą są szanse związane z poprawą jakości wody poprzez rozbudowę oczyszczalni ścieków (28%), ale także poprzez „częstsze sprzątanie Wisły, aby rzeka stała się bardziej przyjazna człowiekowi” (8%). Drugim ważnym czynnikiem związanym z przyrodą jest ochrona środowiska naturalnego, stworzenie programu ochrony i zarządzania całą Doliną Wisły (25%), a co za tym idzie pomoc finansowa w tym zakresie (4%). Aby zrealizować te zamierzenia konieczne jest również „podwyższenie poziomu świadomości ekologicznej społeczeństwa, wzmocnienie sieci ośrodków edukacji ekologicznej w kraju” (18%), a także „stworzenie dobrze rozwiniętego i prężnie działającego ruchu organizacji pozarządowych w dziedzinie ekologii” (2%).

Szansą dla warszawskiego odcinka Wisły jest również rozwój rekreacji i turystyki na tym obszarze (42%) m.in. poprzez „tworzenie ścieżek rekreacyjnych oraz szlaków edukacyjnych”, „powstawanie nowych plaż”, „dostosowanie rzeki do tworzenia kąpielisk”. Według 28% badanych, obszar ten ma potencjał również w zakresie turystyki i istnieje możliwość stworzenia z Wisły produktu turystycznego. Na rozwój turystyki wpływ może mieć budowa atrakcyjnych miejsc, np. Stadionu Narodowego (3%), czy „zaangażowanie organizacji turystycznych”. Szansą na rozwój jest również organizacja

impresz turystyczno-rekreacyjnych na Wiśle (6%), a także „szeroko pojęte powiązanie rzeki z miastami w sferze turystycznej i społecznej, uatrakcyjnienie wizerunku miasta” (3%).

Trzecia grupa czynników zwiększających szanse na rozwój obszaru związana jest z zagospodarowaniem terenu. Dla 21% badanych, istotnym czynnikiem jest regulacja brzegu Wisły, tak by rzeka była żeglowna, w tym „zmodernizowanie oraz wykorzystanie portu Praskiego do obsługi ruchu turystycznego” (6%) oraz „zrealizowanie projektu zagospodarowania Portu i Cypla Czerniakowskiego (3%). 6% badanych wskazała na budowę urządzeń hydroenergetycznych. Szansę dla Wisły stanowi również remont bulwarów nad lewym Brzegiem Wisły (15%), budowa drugiej linii metra nad Wisłą (9%), czy rozwój lokali gastronomicznych 4%.

Szansą dla rozwoju obszaru może być również stworzenie planu, obejmującego promocję, edukację, ekologię i naukę (9%), w tym pozyskiwanie funduszy na rozbudowę brzegów, (4%), „prowadzenie konsultacji społecznych na temat zagospodarowania nadwiślańskich brzegów”, „ochrona i eksponowanie historycznej sylwetki miasta na Skarpie Warszawskiej”, czy „stworzenie portalu internetowego - źródła informacji na temat przyrody, ekologii, turystyki, kultury, historii terenów nadwiślańskich”.

Zagrożenia

Czynniki zewnętrzne zagrażające sytuacji na warszawskim odcinku Wisły związane są z zanieczyszczeniem, przyrodą, regulacją Wisły i jej zagospodarowaniem. Największym zagrożeniem według badanych jest zagrożenie powodziowe (46%), a także obciążenie i brak modernizacji wałów przeciwpowodziowych (2%). Z drugiej strony 4% badanych stwierdza, że zagrożeniem mogą być jakiegokolwiek działania związane z regulacją koryta rzeki, a także eksploatacja piasku z dna rzeki, która powoduje przekształcenia koryta rzeki i brzegu.

Istotnym zagrożeniem jest również zanieczyszczenie rzeki oraz obszaru wokół (31%). Dodatkowo 11% badanych wskazuje na „zanieczyszczenia rzeki związane ze zwiększonym ruchem turystycznym nad Wisłą, zaśmiecanie brzegu przez odwiedzających”, 4% zwraca uwagę na wyrzucanie gruzu na

brzegu rzeki, a 2% na wpływ zanieczyszczeń z terenów sąsiednich. Dla 1/3 badanych istotnym zagrożeniem jest przekształcenie krajobrazu, zaburzenia ekosystemu i degradacja środowiska naturalnego, co wiąże się zarówno z wyginięciem zwierząt, w tym ptaków lęgowych (17%), jak również z wycinaniem drzew i krzewów m.in. pod budowę różnych obiektów (14%). Istotnym problemem jest płoszenie zwierząt (13%), a także niewystarczająca ochrona terenów nadbrzeżnych oraz zwierząt tam bytujących (4%), w tym zbyt małe nakłady na ochronę środowiska (3%), Zagrożeniem może być również „brak podejmowania kroków w celu uatrakcyjnienia terenów nadwiślańskich oraz edukacji ludzi co do odpowiedzialnego korzystania z tych zasobów”.

Kolejną grupę stanowią zagrożenia związane z zagospodarowaniem obszaru. Według 1/5 badanych niebezpieczeństwo stanowi urbanizacja - budowa nad Wisłą osiedli i ośrodków biznesowych, „budowa ośrodków przemysłowych” (4%), oraz budowa infrastruktury miejskiej np. mostów (2%).

Zagrożenia mogą być związane również z turystyką i rekreacją – powoduje je ruch turystyczny i rekreacyjny w nieuporządkowanej formie, brak rozwiniętej infrastruktury, która nie pozwala na przyjmowanie zwiększonego ruchu turystycznego (14%), a także niedostatek środków finansowych na rozwój tej infrastruktury (2%).

Ostatnia grupa zagrożeń związana jest z bezpieczeństwem. Środowisko wodne stwarza zagrożenie dla życia, łamanie zakazu kąpieli, uprawianie sportów wodnych, mogą powodować utonięcia lub zatrucia (14%). Zagrożeniem dla odwiedzających mogą być również dzikie zwierzęta (4%) oraz ludzie - wybrzeże Wisły jest miejscem „libacji alkoholowych, imprez” (3%).

Dyskusja

Powyższa analiza dotyczy 114 różnych prac na ten temat, które pokazują bardzo zróżnicowane spojrzenie na problem zagospodarowania obszaru. Tabela 1 przedstawia ocenę punktową najważniejszych czynników wewnętrznych, tabela 2 - czynników zewnętrznych wpływających na stan warszawskiego odcinka Wisły.

Tabela 1. Analiza SWOT – wyniki oceny mocnych i słabych stron warszawskiego odcinka Wisły

Mocne strony	Ocena punktowa czynników (1-5)*
Bogactwo zasobów przyrodniczych, duża różnorodność gatunkowa, ekosystemowa i krajobrazowa,	5
Formy ochrony przyrody obejmujące obszar Wisły,	5
Infrastruktura rekreacyjna umożliwiająca uprawianie nowych form rekreacji,	5
Projekty tworzone nad Wisłą (np. Centrum Nauki Kopernik, Stadion Narodowy, Park linowy, Park fontann),	4
Brak uregulowania brzegów – rola korytarza ekologicznego,	3
Korytarz powietrzny,	2
Dostępność obszaru – obszar położony w centralnej części miasta,	2
Wydarzenia kulturalne organizowane nad Wisłą - imprezy, festiwale, koncerty, warsztaty i wycieczki po Wiśle,	2
Symbol Polski, miejsce wielu wydarzeń historycznych i kulturowych,	1
Słabe strony	Ocena punktowa czynników (1-5)*
Niska jakość wód powierzchniowych,	5
Niedostateczny system zabezpieczeń przed powodzią,	5
Zanieczyszczenie wybrzeży, dzikie wysypiska śmieci nad rzeką,	4
Niski poziom infrastruktury sportowo-rekreacyjnej,	4
Bliskość ruchliwych dróg i ulic, hałas,	3
Niewystarczająca infrastruktura (mało chodników, ścieżek, niewystarczająca liczba ławek, śmietników itd.),	3
Uciążliwe insekty,	3
Nieprzyjemny zapach rzeki,	2
Brak regulacji koryta Wisły,	2
Mała dostępność do brzegu dla odwiedzających,	2
Rzeka stanowi barierę między lewą a prawą stroną Warszawy, zbyt mała liczba mostów,	2
Brak zaplecza turystycznego,	2
Budowane ośrodki biznesowe nad Wisłą, kluby i osiedla, niszczą pierwotny krajobraz,	1
Nieodpowiednia promocja obszaru,	1
Niebezpieczeństwo styczności z dzikimi zwierzętami,	1
Bystry nurt – rzeka jest niebezpieczna dla uprawiających sporty wodne.	1

*Ocena punktowa: 1 – czynnik ujawniający się w najmniejszym stopniu, 5 – czynnik ujawniający się w największym stopniu.

Tabela 2. Analiza SWOT – wyniki oceny szans i zagrożeń warszawskiego odcinka Wisły

Szanse	Ocena punktowa czynników (1-5)*
Poprawa jakości wody w Wiśle poprzez rozbudowę oczyszczalni ścieków,	5
Rozbudowanie infrastruktury sportowo-rekreacyjnej,	5
Częstsze sprzątanie Wisły i jej nabrzeży,	4
Stworzenia z Wisły produktu turystycznego,	4
Remont bulwarów nad lewym Brzegiem Wisły,	4
Stworzenie programu ochrony środowiska naturalnego,	3
Podwyższenie poziomu świadomości ekologicznej społeczeństwa,	3
Tworzenie atrakcyjnych miejsc nad Wisłą,	3
Regulacja brzegu Wisły, tak by rzeka była żeglowna.	3
Budowa drugiej linii metra nad Wisłą,	3
Stworzenie portalu internetowego - źródła informacji na temat przyrody, ekologii, turystyki, kultury, historii terenów nadwiślańskich.	3
Pomoc finansowa na ochronę środowiska obszaru, projekty ekologiczne,	2
Organizacja imprez turystyczno-rekreacyjnych na Wiśle	2
Wykorzystanie Wisły do produkcji energii,	1
Rozwój lokali gastronomicznych,	1
Dotacje z UE na rewitalizację obszaru,	1
Prowadzenie konsultacji społecznych na temat zagospodarowania nadwiślańskich brzegów,	1
Zagrożenia	Ocena punktowa czynników (1-5)*
Zagrożenie powodziowe, związane ze wzrostem liczby i natężenia anomalii pogodowych,	5
Zanieczyszczenie rzeki oraz obszaru wokół (spowodowane zwiększony ruchem turystycznym i rekreacyjnym, oraz wyrzucaniem gruzu na brzegu rzeki),	5
Przekształcenie krajobrazu, zaburzenia ekosystemu i degradacja środowiska naturalnego,	5
Wycinaniem drzew i krzewów,	4
Urbanizacja - budowa nad Wisłą osiedli i ośrodków biznesowych i innych budowli np. Mostów,	4
Płoszenie zwierząt,	3
Brak podejmowania dalszych kroków w celu uatrakcyjnienia terenów nadwiślańskich,	3
Ruch turystyczny i rekreacyjny w nieuporządkowanej formie,	3
Brak rozwiniętej infrastruktury, która nie pozwala na przyjmowanie zwiększonego ruchu turystycznego	3
Regulacja koryta rzeki, w tym eksploatacja piasku z dna rzeki,	2
Niewystarczająca ochrona terenów nadbrzeżnych oraz zwierząt tam bytujących,	2
Zbyt małe nakłady na ochronę środowiska i przyrody.	2
Brak edukacji ludzi co do odpowiedzialnego korzystania z tych zasobów,	2
Zagrożenie dla życia, niebezpieczeństwo utonięcia lub zatrucia.	1

*Ocena punktowa: 1 – czynnik ujawniający się w najmniejszym stopniu, 5 – czynnik ujawniający się w największym stopniu.

Podsumowując niniejszą analizę można stwierdzić, że warszawski odcinek Wisły jest pełen przeciwności. Mocną stroną obszaru są jego walory przyrodnicze, z drugiej strony jest to obszar często zaniedbany i zanieczyszczony. Drugim atutem obszaru jest brak uregulowania rzeki, dzięki któremu Wisła pełni unikatową rolę w Europie, jednak brak uregulowania skutkuje niedostatecznym systemem zabezpieczeń przed katastrofami naturalnymi, zwłaszcza powodzią, oraz uniemożliwia odpowiedni w stosunku do potrzeb, rozwój żeglugi i sportów wodnych na Wiśle. Chylarecki (2003) wśród działań niezbędnych do zachowania obecnego stanu środowiska na badanym obszarze wymienia m.in. właśnie: ograniczenie eksploatacji środowiska przyrodniczego (wycinki drzew, eksploatacji piasku z dna rzeki, składowania odpadów) oraz zachowanie naturalnych procesów kształtujących koryto rzeki, które będzie możliwe w przypadku rezygnacji z prac regulacyjnych.

Kolejnym atutem badanego obszaru jest coraz szersza oferta w zakresie rekreacji i wypoczynku, na badanym obszarze powstaje infrastruktura rekreacyjna, oferowane są również zorganizowane formy wypoczynku. Niestety, mimo rozwoju w tym kierunku, zbyt niski poziom infrastruktury rekreacyjnej został wskazany jako jedna ze słabych stron obszaru. Niewątpliwie właśnie rozwój rekreacji nad Wisłą stanowi dużą szansę na zrównoważony rozwój terenu.

Dobrym posunięciem władz stolicy, w celu przywrócenia miastu rzeki, była budowa obiektów związanych ze sportem, rekreacją lub kulturą bezpośrednio nad Wisłą. Pierwsze działania tego typu miały miejsce jeszcze w latach 90. XX wieku (Kiciński, 2002), jednak największe natężenie prac związanych z zagospodarowaniem obszaru nastąpiło później. W 2010 roku otwarto Centrum Nauki Kopernik przyciągające tysiące turystów z całej Polski. Równocześnie nad rzeką zaczęły powstawać pierwsze lokale gastronomiczne, a także infrastruktura rekreacyjna – plaże, ścieżki piesze i rowerowe, dzięki czemu obszar zapomniany, znany jeszcze niedawno tylko wędkarzom i często uważany za niebezpieczny, stał się miejscem pełnym życia i wręcz zatłoczonym. Kolejnym działaniem przybliżającym

rzekę miastu było otwarcie Stadionu Narodowego w 2011 roku w jej bezpośrednim sąsiedztwie – liczne imprezy sportowe i kulturalne organizowane na Stadionie zbliżają ich uczestników również do Wisły. Trzeba jednak pamiętać, że nadmierne zagospodarowanie obszaru może być dużym zagrożeniem. Niewłaściwe inwestycje grożą degradacją środowiska naturalnego oraz zaburzeniem ekosystemu. Z drugiej strony należy pamiętać, że większość inwestycji dotyczy wyłącznie centralnego odcinka rzeki, natomiast obszary skrajne pozostają nadal dzikie i niezagospodarowane – co stanowi zarówno mocną (zachowanie walorów przyrodniczych), jak i słabą stronę obszaru (obszar zanieczyszczony, niebezpieczny, barak podstawowej infrastruktury).

Na koniec warto wspomnieć o słabej stronie obszaru – niedostatecznej promocji nadwiślańskich terenów jako miejsca wypoczynku i rekreacji, a także niewystarczających działaniach na rzecz podniesienia poziomu świadomości ekologicznej społeczeństwa. Warszawski odcinek Wisły, mimo zanieczyszczeń i braków w infrastrukturze, ma ogromny potencjał w zakresie turystyki i rekreacji. Biorąc również pod uwagę modę panującą w Warszawie, ma szansę stać się jednym z głównych obszarów rekreacyjnych Warszawy.

Piśmiennictwo

1. Chmielewski J. (2002). *Struktura przestrzenna*. W: S. Gzell (red.), *Krajobraz architektoniczny Warszawy końca XX wieku*. Warszawa: Akapit DTP.
2. Chylarecki P. (2003). *Ochrona ptaków i ich siedlisk*. W: P. Chylarecki, G. Sawicki (red.), *Ostoja ptaków, dolina środkowej Wisły*. Warszawa: Wyd. Askon, 79-85.
3. Derek M. i in. (2013). *Problemowe i problematyczne abc turystyki w Warszawie*. *Prace Geograficzne* 134, 7-36.
4. Gacka-Grzesikiewicz E. i in. (1995). *Struktura korytarza ekologicznego doliny Wisły*. W: E. Gacka-Grzesikiewicz (red.), *Korytarz ekologiczny doliny Wisły. Stan – Funkcjonowanie – Zagrożenia*. Warszawa: Fundacja IUCN Poland, 11-26.
5. Kiciński A. (2002). *Krajobraz Śródmieścia*.

- W: S. Gzell (red.), *Krajobraz architektoniczny Warszawy końca XX wieku*. Warszawa: Akapit DTP.
6. Kotler P. (2005). *Marketing*. Poznań: Dom Wydawniczy REBIS.
 7. Królikowski J. (2004). Architektura a natura Warszawy. W: J. Królikowski i in. (red.), *Wartości krajobrazu kulturowego Warszawy na tle warunków przyrodniczych miasta*. Warszawa: wyd. SGGW.
 8. May R. (2006). "Connectivity" in urban rivers: Conflict and convergence between ecology and design. *Technology in Society*, 28, 477–488
 9. Preisler M. (2012). Uwarunkowania atrakcyjności turystycznej miasta. *Studia Periegetica, Zeszyty Naukowe Wielkopolskiej Wyższej Szkoły Turystyki i Zarządzania w Poznaniu*, 8, 133-153.
 10. *Strategia Rozwoju Miasta Stołecznego Warszawy do 2020 roku*.
 11. *Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego m.st. Warszawy*.

Agata Stefanowska
stefanowska.agata@gmail.com

Agata Stefanowska
University of Physical Education in Warsaw

Tourism and recreation in the Warsaw section of the Vistula: SWOT analysis

Abstract

Riverside areas more and more frequently perform tourist and recreational functions in cities, serving both as leisure venues for citizens and as new tourism spaces. The aim of this study is to analyse the strengths and weaknesses of the Warsaw section of the Vistula from the viewpoint of tourism and recreation and to determine opportunities and threats related to the development of the area. The study used SWOT analysis. The results presented here constitute a compilation and summary of analyses conducted by students of Józef Piłsudski University of Physical Education in Warsaw who took part in field classes on the banks of the Vistula in Warsaw. The strengths of the Warsaw section of the Vistula first and foremost include local natural values and a lack of engineering works. Weaknesses primarily include insufficient infrastructure and a polluted river combined with its surroundings. Opportunities include reducing pollution, protecting nature, and developing recreational infrastructure. The greatest threats include flooding and urbanisation, the latter of which may disturb the ecological balance of the area.

Introduction

A characteristic feature of most touristically popular cities is access to water, which considerably improves a city's attractiveness (Preisler, 2012). In addition, rivers are a significant factor benefiting the transformation of cities (Derek et al., 2013). Riverside infrastructure frequently determines the character of an entire city and creates its image and public space (May, 2006). Many cities throughout the world have riverside areas. Used initially as ports, these areas were later revitalised and transformed into attractive tourism and recreation venues. Their task is to function not only as a place for recreation for the local population, but also as a new tourist space that frequently constitutes an alternative to traditional city visits and helps increase tourist traffic.

On the other hand, one should bear in mind that water may act as a significant urban barrier. In particular, highly urbanised areas with insufficient space for new residential districts and additional infrastructure require new solutions. New buildings are frequently constructed on the floodplains, i.e. directly by the river, which poses a serious danger to life

and health. However, the most severe danger among cities located by the water concerns those located by rivers. In 1997, the Central European flood, caused by unusually high precipitation, hit Poland. Many cities with great tourist potential were flooded (Preisler, 2012).

An analysis of the Warsaw section of the Vistula should also take into account the natural assets of the area, which are exceptional in Europe. The 30-kilometer-long section of the Vistula is one of Warsaw's greatest natural assets. The Vistula is an ecological corridor of international importance (Gacka-Grzesikiewicz, 1995) that allows species to travel through the ecological barrier formed by the large city thanks to the partially natural character of the right bank of the river. The Warsaw section of the Vistula has also been listed in the NATURA 2000 network of protected areas as part of the Middle Vistula River Valley (Chylarecki, 2003). The Vistula constitutes the primary asset of the area. The river has retained its braided character with numerous islands, thus forming an extremely important bird habitat. Two nature reserves were established for bird protection in the Warsaw section of the Vistula in 1998. These are the Swiderskie Islands and

the Zawadowskie Islands Natural Reserve, and the Kielpińskie Point Bars Natural Reserve.

The Warsaw section of the Vistula is in stark contrast to other European capitals, where riversides are fully built up and incorporated into the urban landscape. The most important historical monuments in such cities as Prague, Paris, Berlin or London are located on the riverside. In contrast to Warsaw, these cities have used rivers to their advantage when creating the urban landscape (Chmielewski, 2002). The Vistula has never created any waterside landscapes typical of large European cities. There are no streets in Warsaw leading directly to the river, and riverside buildings face away from it. The same is true for the right bank of the Vistula: opposite of the Warsaw Old Town, where a beautiful panorama can be seen, is the zoo. Królikowski (2004) disagrees, stating that, compared to other rivers flowing through European capitals, Vistula's case is different, and the river owes its charm to vast panoramas along its valley. On the other hand, Kiciński (2002) claims that in the 1990s, the Śródmieście district began to turn towards the river.

Actions aimed at bringing the Vistula back to Warsaw are organised and comprehensive. Warsaw's *City Development Strategy Until 2020 (City Development...)* includes the 'Facing the Vistula' plan, created by the capital authorities. One aim of the plan is to develop the infrastructure in the valley of the Vistula, and to use the valley as an attraction for tourists and the local population. The Vistula, as well as the Warsaw Banks and riverside green areas, is excluded from construction development (except land located in the functional zone of Śródmieście and selected spots). At the same time, the Warsaw Banks and their surroundings are considered an area of key importance for the creation of Warsaw's urban space due to a protection guarantee for historical and cultural values (*Land use conditions...*).

Numerous new investments have been started in the area in question as part of a plan to bring the river back to Warsaw. One of these investments is the 'Warsaw Bike & Sail Trail', through which an attractive urban space is to be created in the heart of the city. This project is currently being carried out. The following investments have also been comple-

ted in recent years: the Copernicus Science Centre, the National Stadium, Multimedia Fountain Park and Maria Skłodowska-Curie Bridge. Furthermore, the Czajka Wastewater Treatment Works has been modernised, and beaches and pedestrian routes have been established.

The aim of this study is to assess the strengths and weaknesses of the Warsaw section of the Vistula from the viewpoint of tourism and recreation and to determine opportunities and threats related to the area's development.

Material and methods

The study used SWOT analysis. This method forms the basis for determining an organisation's current strategic situation and for drawing conclusions concerning its direction of development. SWOT analysis involves, on the one hand, determining opportunities and threats related to the current state and directions of changes of the environment, and on the other, determining the strengths and weaknesses stemming from an organisation's own resources (Kotler, 2005). This study involved the analysis of strengths and weaknesses (internal environment) and opportunities and threats (external environment) related to tourism and recreation in the Warsaw section of the Vistula. The results presented here constitute a compilation and summary of analyses conducted by students of tourism and recreation at Józef Piłsudski University of Physical Education in Warsaw. The analyses were based on field classes conducted next to the Vistula in Warsaw, during which the students, future specialists in tourism and recreation, learned about the natural environment and infrastructure of the riverside. Drawing from the obtained information, as well as from their own observations and public opinion assessments, the students conducted a SWOT analysis of the Warsaw section of the Vistula.

The research was conducted between 2012 and 2014 during the spring season (from April to June). The students worked in teams. A total of 114 student projects were collected. Subsequently, the collected data were compiled, and each analysed factor was given from 1 to 5 points, where 1 indicated the least

prominent factor, and 5 indicated the most prominent factor.

Results

Strengths

The strengths of the Warsaw section of the Vistula can be divided into those concerning natural assets, infrastructure, recreation and culture, with natural assets constituting the most significant group. Students primarily pointed out the wealth of natural resources, large species and the diversity of the ecosystem and landscape, including the share of forests in the area (riparian forests), rich flora (38%), and wildlife (34%), including numerous birds. Furthermore, nature protection zones near the Vistula were an equally significant strength of the studied area (38%).

Another strength was the fact that the Vistula is not engineered (30%). According to study participants, 'the Vistula is the only non-engineered river in Central and Western Europe'. Almost 1/4 of the students also listed the Vistula's function as an air passage among the strengths, and 1/5 listed 'a rural atmosphere, landscape and natural resources appropriate for persons who are looking for peace and quiet or want to relax with their children and have the opportunity to observe nature'. Over 10% of study participants indicated the role of the Vistula as an ecological corridor and the untouched character of the riverside nature, contrasting with Warsaw's other green areas.

The strengths of the Warsaw section of the Vistula also include the opportunity for recreation. According to 39% of students, new forms of recreation are appearing on the banks of the Vistula, e.g. 'canoeing along the untouched parts of middle Vistula together with visits to old riparian towns, which are especially attractive to tourists looking for contact with nature'. Students also listed bicycle routes (23%) and the pedestrian route on the right side of the Vistula, as well as beaches (21%) ('A sandy beach provides free sports entertainment. Volleyball and other courts are being created'). Furthermore, the students also indicated the possibility of engaging in various forms of recreation (13%: walking, Nordic walking,

cycling, rollerskating, jogging, etc.), including fishing (7%).

The strengths of the Warsaw section of the Vistula are also related to local infrastructure. These include 'interesting projects in the vicinity of the Vistula, e.g. the Copernicus Science Centre, the National Stadium and the Fountain Park' (18%) and the opening of new riverside clubs (18%). Twelve percent of study participants noted the fact that the Vistula is partially navigable. The strengths of the analysed area also include its accessibility (8%) ('relatively close to the city, easily accessible by bicycle'), the modernisation of the wastewater treatment plant that has improved the water quality (8%) and bridges that are illuminated in the evening, giving the banks of the Vistula a particular charm (7%). Accommodation in hotelships and 'living on a boat' constitute tourism-related strengths.

The last group of strengths concerns cultural events organised near the Vistula, e.g. festivals, concerts, workshops and boat rides along the Vistula (12%). Four percent of the students also indicated 'the Feast of the Vistula River, an annual outdoor event on the Vistula, aimed at promoting various forms of water activities'. According to 6% of the students, the Vistula constitutes a national symbol for many Poles and a place of historical and cultural events, which affects the manner in which the river is viewed.

Weaknesses

Weaknesses of the Warsaw section of the Vistula concern five aspects: pollution, infrastructure, nature, recreation and promotion. According to the students, the most severe problem is the low quality of surface waters and bank pollution (72%). Twenty-one percent of study participants indicated 'waste in the environment and many illegal dumping grounds by the river'. An additional weakness is the bad smell coming from the river.

Further weaknesses of the area include its infrastructure: 43% of the students indicated insufficient protective measures against natural disasters, especially floods, and underlined the 'high spending on constructing and renovating dikes'. As far as engineering works on the banks and bottom of the Vi-

stula are concerned, the situation is different. Some students (12%) considered the lack of engineering works a weakness ('The river is unpredictable, and variations in the water level make developing infrastructure difficult'; 'Riverside clubs are closed when the water level is high'), while others (4%) stated that 'channel engineering endangers local flora and fauna, including riparian forests'.

Furthermore, weaknesses include the close proximity of high-traffic roads and streets, noise (12%) and insufficient infrastructure, i.e. insufficient pavement and too few pedestrian routes (9%) and too few benches, rubbish bins, etc. (11%). The students also reported 'slow renovation and construction works in degraded, devastated and polluted areas' (4%). On the other hand, 'constructing business centres, clubs and residential buildings near the Vistula makes the river surroundings lose their assets' (4%). Another weakness is low tourist accessibility to the river banks ('The Vistula can be visited only in the strict centre of Warsaw. In other districts, visitors have to travel a long distance and go through bushes; there are no bus stops'). Moreover, the Vistula is often regarded as 'a barrier between the left and right sides of Warsaw', and the city has 'too few bridges connecting both sides of the river'.

Recreational and tourist infrastructure is also a weakness. According to 1/4 of study participants, the level of sports and recreation infrastructure is low ('lack of separate routes for pedestrians and cyclists', 'closed and polluted swimming zones', 'too few routes along the river' and 'undeveloped water tourism'). Nine percent of the students pointed out the lack of tourist infrastructure. Furthermore, the area is insufficiently promoted (11%): 'The city's policy does not take enough advantage of the touristic assets of the riverside'.

Nature may also constitute a weakness of the area. Seven percent of the students indicated 'irritating insects', 4% indicated frequent encounters with wild animals and 3% indicated rapids. Other weaknesses are 'noise made by birds near the Vistula' and wetlands. On the other hand, tourism and recreation negatively affect local nature ('scaring birds and other animals away', 'worse living conditions for animals', 'pets contaminate the area').

Opportunities

Opportunities for the Warsaw section of the Vistula can be divided into those concerning nature, recreation and infrastructure. The most significant opportunities relate to the improvement of water quality by expanding the wastewater treatment plant (28%) and 'frequently removing trash from the Vistula to make the river more human-friendly' (8%). Another important factor related to nature is protecting the environment, developing a protection and management programme for the entire Valley of the Vistula (25%) and, consequently, providing financial aid for this goal (4%). Fulfilling these goals will require 'improving environmental awareness among the society and expanding the network of national education centres' (18%) and 'establishing a well-developed and effective programme for NGOs concerning ecology' (2%).

Developing recreation and tourism in the area in question is also an opportunity (42%). This could be done, e.g. by 'establishing recreational and educational routes', 'opening new beaches' and 'adapting the river to allow for new swimming zones'. According to 28% of the study participants, the area also shows potential in terms of tourism, i.e. the Vistula could be transformed into a touristic product. Furthermore, the development of tourism can be aided by constructing attractive venues such as the National Stadium (3%), 'engaging tourist organisations', organising tourist and recreation events on the Vistula (6%), and 'establishing widely-defined connections between the river and different cities concerning tourism and society and improving Warsaw's image' (3%).

The third group of factors benefiting the development of the area is related to infrastructure. Twenty-one percent of study participants indicated bank engineering on the Vistula aimed at making the river navigable, including 'modernising and adapting the Praski Port to tourists' (6%) and 'developing the infrastructure of the Praski Port and the Czerniakowski Cape' (3%). Six percent suggested building hydroelectric power plants. Other opportunities for the Vistula include renovating the promenade on the left bank (15%), building a second subway line by

the river (9%) and developing bars and restaurants (4%).

Opportunities also include creating a plan for promotion, education, ecology and science (9%), including raising funds for riverside development (4%), 'holding social consultations concerning riverside infrastructure development', 'protecting and promoting the historical image of the city on the Warsaw Banks' and 'creating a website with information about the natural environment, ecology, tourism, culture and history of the area around the Vistula'.

Threats

External factors threatening the situation on the Warsaw section of the Vistula are related to pollution, nature, river engineering and infrastructure development. According to the students, the greatest threat concerns flooding (46%) and overloaded and unmodernised dikes (2%). On the other hand, 2% of study participants suggested that any engineering works in the river channel which collect sand from the bottom, causing channel and bank transformations, can be considered as threats.

Another significant threat may be related to the pollution of the river and the surrounding area (31%). Furthermore, 11% of the students listed 'river pollution due to increased tourist traffic near the Vistula and waste left by the visitors' among threats, 4% listed dumping rubble on the banks and 2% listed the effect of pollution in the neighbouring areas. One-third of study participants indicated landscape transformations, ecosystem disruptions and the degradation of nature. This leads to animal extinction, including birds during the breeding season (17%), and is related to felling trees and cutting out bushes, e.g. to provide space for various buildings (14%). Other significant threats include scaring away the animals (13%), insufficient protection of riverside areas and animals inhabiting them (4%), including insufficient funding for environmental protection (3%) and 'no actions taken to make riverside areas attractive and educate the visitors on how to use these assets responsibly'.

Another group of threats concerns those related to local infrastructure development. According to

1/5 of study participants, urbanisation, i.e. the development of residential and industrial buildings (4%) and the construction of urban infrastructure, e.g. bridges (2%), constitutes a threat to the Warsaw section of the Vistula.

Threats may also be related to tourism and recreation. They are caused by disorganised tourist and recreational traffic, underdeveloped infrastructure that cannot sustain large tourist traffic (14%) and insufficient funds for developing this infrastructure (2%).

The last group of threats is related to safety. The presence of water endangers human life. Disregarding swimming prohibitions and engaging in water sports may lead to drowning or poisoning (14%). Furthermore, wild animals (4%) and even other people (3%) may pose a threat to the visitors, as the banks of the Vistula are used as a place for 'drinking alcohol and parties'.

Discussion

The analysis presented in this study concerns 114 student projects on the subject in question. These projects display many different perspectives on the issue of infrastructure development around the Warsaw section of the Vistula. Tables 1 and 2 show points given to the most significant internal and external factors, respectively, affecting the state of the area.

Table 1. SWOT analysis: results of a strengths and weaknesses assessment for the Warsaw section of the Vistula

Strengths	Points given (1-5)*
Richness of natural resources; high species, ecosystem and landscape diversity	5
Nature protection areas around the Vistula	5
Recreational infrastructure enabling new forms of recreation	5
Projects developed by the river (e.g. the Copernicus Science Centre, the National Stadium and the Fountain Park)	4
No riverbank engineering; the Vistula as an ecological corridor	3
Air passage	2
Accessibility: the area is located in the central part of Warsaw	2
Cultural events organised near the Vistula, e.g. festivals, concerts, workshops and boat rides along the Vistula	2
A national symbol and a place of numerous historical and cultural events	1
Weaknesses	Points given (1-5)*
Low surface water quality	5
Insufficient safety measures against flooding	5
Polluted banks and illegal dumping grounds	4
Low level of sport and recreation infrastructure	4
Closeness of high-traffic roads and streets; noise	3
Insufficient infrastructure: insufficient pavement, too few pedestrian routes and too few benches, rubbish bins, etc.	3
Irritating insects	3
Bad smell coming from the river	2
Lack of engineering works in the Vistula channel	2
Low accessibility of the banks to visitors	2
The river as a barrier between the left and right sides of Warsaw; too few bridges	2
Insufficient tourist infrastructure	2
Business centres, clubs and residential buildings located by the Vistula that destroy the natural landscape	1
Insufficient promotion of the area	1
Danger of contact with wild animals	1
Rapids: the river is dangerous to persons engaged in water sports	1
<i>*Point scale: 1 – least prominent factor; 5 – most prominent factor</i>	

Table 2. SWOT analysis: results of an opportunities and threats assessment for the Warsaw section of the Vistula

Opportunities	Points given (1-5)*
Improving water quality in the Vistula by expanding the wastewater treatment plant	5
Developing sports and recreation infrastructure	5
Removing trash from the Vistula and its banks more frequently	4
Transforming the Vistula into a touristic product	4
Repairing the dikes on the left bank of the Vistula	4
Creating a natural environment protection programme	3
Improving the ecological awareness of the society	3
Creating attractive venues by the Vistula	3
Engineering the riverbanks to make the Vistula navigable	3
Building a second subway line by the Vistula	3
Creating a website with information about the natural environment, ecology, tourism, culture and history of the riverside	3
Financial support for protecting the local environment; environmental projects	2
Organising tourist and recreational events on the Vistula	2
Using the Vistula to produce electrical power	1
Developing bars and restaurants	1
EU funding for the revitalisation of the area	1
Holding social consultations concerning the infrastructural development of the riverside	1
Threats	Points given (1-5)*
Risk of flooding due to higher frequency and intensity of weather anomalies	5
Pollution of the river and surrounding areas due to increased tourist and recreation traffic and dumping rubble on the banks	5
Landscape transformations, ecosystem disruptions and natural environment degradation	5
Felling trees and cutting out bushes	4
Urbanisation: constructing business centres, residential buildings, bridges, etc.	4
Scaring away animals	3
No actions taken to make riverside areas more attractive	3
Disorganised tourist and recreation traffic	3
Underdeveloped infrastructure that cannot accommodate high tourist traffic	3
Riverbed engineering works, including collecting sand from the bottom	2
Insufficient protection of the riverside and local wildlife	2
Insufficient funding for environmental protection	2
No actions taken to educate the visitors on how to use the local assets responsibly	2
Endangered human life: risk of drowning or poisoning	1
<i>*Points given: 1 – least prominent factor; 5 – most prominent factor</i>	

In sum, the Warsaw section of the Vistula is riddled with contradictions. Natural assets constitute

a strength of the riverside. On the other hand, the area is neglected and polluted in many places. Another strength of the area is the fact that the river has not been engineered. Because of this, the Vistula plays a unique role in Europe. However, the lack of engineering results in insufficient protection from natural disasters, especially floods, and prevents the appropriate development of navigation and water sports. Among actions necessary to maintain the current state of the environment in the Warsaw section of the Vistula, Chylarecki (2003) lists limiting the exploitation of the natural environment (felling trees, collecting sand from the bottom of the river and dumping rubbish) and maintaining the natural processes that shape the riverbed, which will be possible as long as no engineering works are done.

A constantly improving recreation offer is also a strength of the area. Recreational infrastructure is developed and organised forms of leisure are available. Unfortunately, despite progress, insufficient infrastructure was mentioned as being among the weaknesses of the area. The expansion of recreational facilities on the banks of the Vistula undoubtedly constitutes a major opportunity for sustainable development in the area.

The construction of sport, recreation and cultural facilities directly next to the Vistula was a good decision on the part of Warsaw's authorities to bring the river back to the city. While the first actions of this type began in the 1990s (Kiciński, 2002), the most intense works in the area took place later. In 2010, the Copernicus Science Centre opened. The Centre attracts thousands of tourists from around the country. At the same time, the first bars and restaurants were established next to the river, as was recreational infrastructure, i.e. beaches, pedestrian routes and bicycle routes. Thus, the once forgotten area, known only to fishermen and widely regarded as being dangerous, became a place full of life, and is now even crowded. Opening the National Stadium directly next to the Vistula in 2011 also had a share in bringing the river back to Warsaw. Numerous sports and cultural events organised at the National Stadium help bring the audience closer to the Vistula. One should remember, however, that excessive infrastructure may pose a serious threat to the

river. Inappropriate investments risk the degradation of the natural environment and the disruption of the ecosystem. On the other hand, most investments concern only the central section of the river, while more distant parts remain wild and untouched. This is both a strength (preservation of natural assets) and a weakness (the danger of pollution and a lack of basic infrastructure) of the area.

Two final weaknesses should be mentioned: insufficient promotion of the riverside as a venue for recreation and insufficient actions aimed at improving ecological awareness among the society. The Warsaw section of the Vistula, despite pollution and a lack of infrastructure, has enormous touristic and recreational potential. Taking into account the current fashion prevalent in Warsaw, the area may also become one of the main recreational venues of Warsaw.

References

1. Chmielewski J. (2002). *Struktura przestrzenna*. In: S. Gzell (ed.), *Krajobraz architektoniczny Warszawy końca XX wieku*. Warszawa: Akapit DTP.
2. Chylarecki P. (2003). Ochrona ptaków i ich siedlisk. In: P. Chylarecki, G. Sawicki (ed.), *Ostoja ptaków, dolina środkowej Wisły*. Warszawa: Wyd. Askon, 79-85.
3. Derek M. i in. (2013). Problemowe i problematyczne abc turystyki w Warszawie. *Prace Geograficzne* 134, 7-36.
4. Gacka-Grzesikiewicz E. i in. (1995). Struktura korytarza ekologicznego doliny Wisły. In: E. Gacka-Grzesikiewicz (ed.), *Korytarz ekologiczny doliny Wisły. Stan – Funkcjonowanie – Zagrożenia*. Warszawa: Fundacja IUCN Poland, 11-26.
5. Kiciński A. (2002). Krajobraz Śródmieścia. In: S. Gzell (ed.), *Krajobraz architektoniczny Warszawy końca XX wieku*. Warszawa: Akapit DTP.
6. Kotler P. (2005). *Marketing*. Poznań: Dom Wydawniczy REBIS.
7. Królikowski J. (2004). Architektura a natura Warszawy. In: J. Królikowski i in. (ed.), *Wartości krajobrazu kulturowego Warszawy na*

- tle warunków przyrodniczych miasta*. Warszawa: wyd. SGGW.
8. May R. (2006). "Connectivity" in urban rivers: Conflict and convergence between ecology and design. *Technology in Society*, 28, 477–488
9. Preisler M. (2012). Uwarunkowania atrakcyjności turystycznej miasta. *Studia Periegetica, Zeszyty Naukowe Wielkopolskiej Wyższej Szkoły Turystyki i Zarządzania w Poznaniu*, 8, 133-153.
10. *Strategia Rozwoju Miasta Stołecznego Warszawy do 2020 roku*.
11. *Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego m.st. Warszawy*.

Agata Stefanowska
stefanowska.agata@gmail.com

Jarosław Herbert, Wojciech Czarny
Uniwersytet Rzeszowski

Rekreacyjno-turystyczne formy aktywności w systemie wychowania fizycznego

Streszczenie

Problematyka aktywności rekreacyjno-turystycznej w systemie wychowania fizycznego oraz spędzanie czasu wolnego przez młodzież jest jednym z podstawowych kierunków poszukiwań dróg podnoszenia efektywności lekcji wychowania fizycznego. Głównym celem pracy było ukazanie turystyki, rekreacji oraz kształtowania czasu wolnego w procesie kształcenia i wychowywania dzieci i młodzieży. Ponadto w artykule zwraca się uwagę, iż chwili obecnej na skalę światową rekreacja ruchowa i jej turystyczne formy spełniają rolę kompensacyjną wobec zagrożeń cywilizacyjnych. Autorzy również podkreślają jak ważna jest plenerowa aktywność fizyczna, która umożliwia poza ruchem korzystanie z niezwykle istotnych, dla dzieci i młodzieży, zdrowotnych czynników klimatyczno-terenowych m. in. poprzez udział w lekcjach terenowych z wychowania fizycznego. Główną metodą jest tu analiza treści literatury co w kolejności posłuży do wskazania dalszych kierunków badań.

Słowa kluczowe: turystyka, rekreacja, czas wolny, wychowanie fizyczne, aktywność fizyczna.

Czy rekreacja i turystyka wpisują się w działalność współczesnej szkoły? Teoretycznie tak, między innymi poprzez realizację jej typowych funkcji jako instytucji edukacyjnej. Zarówno turystyka i rekreacja to dziedziny, którymi interesują się turyści, sektor gospodarki, szkoły oraz środowiska naukowe.

Dlaczego turystyka i rekreacja zajmują tak ważne miejsce w procesie kształcenia i wychowywania dzieci i młodzieży? Przede wszystkim obydwie dziedziny utrwalały wartości, postawy, wiedzę, umiejętności, kształtują osobowość, rozwijają intelektualnie i społecznie, a także wyzwalają wiele pozytywnych uczuć. Rekreacja i turystyka stwarzają takie specyficzne formy organizacyjne pracy dydaktyczno-wychowawczej szkoły, które łączą pracę nad rozwojem psychofizycznym ucznia z działalnością poznawczą i wychowawczą. Dyscypliny te pogłębiają, poszerzają i utrwalały treści kształcenia i wychowania realizowane w terenie poza ławką szkolną (Pańczyk, Herbert, 2009). Turystyka i rekreacja spełniają na gruncie szkolnym wielorakie funkcje jak:

- profilaktyka i wzmacnianie potencjału biologicznego,

- edukacja,
- kształtowanie charakteru,
- socjalizacja i uspołecznienie.

Wskutek treningu zdrowotnego, którym bez wątpienia są zajęcia rekreacyjno-turystyczne, uzyskuje się widoczną poprawę podstawowych zdolności motorycznych (siła, szybkość, wytrzymałość). Ponadto należy zaznaczyć, że realizacja podstawy programowej wychowania fizycznego w systemie szkolnym wspomagana jest właśnie poprzez turystykę i rekreację.

Według historyków kultury fizycznej, turystyka i rekreacja określane mianem sportu dla wszystkich, to znane od tysięcy lat formy aktywności fizycznej. Przykładem m.in. świadczącym o tym jest starogrecka „paideia” zalecająca takie postacie ruchu jak wędrówki do miejsc kultu, wyprawy w celach poznawczych, militarnych bądź kupieckich, a także doskonalenie właściwości ludzkiego ciała i pielęgnowanie zdrowia. Pomimo tego, iż w starożytności dostrzeżono korzyści płynące z aktywności fizycznej, to opracowania naukowe ukazały się niedawno, a ich charakter jest wielodyscyplinarny (Kosiewicz, Obodyński, 2006).

Pojęcie turystyka można zdefiniować następują-

co: według Rogalewskiego (1979) jest to zjawisko przestrzenne polegające na wyjazdach poza miejsce zamieszkania, podczas urlopu i wakacji oraz w dni świąteczne w celach wypoczynkowych, poznawczych oraz realizowania niektórych zamiłowań.

Z kolei według Turosa (1996) turystyka kojarzona jest z zmienianiem miejsca pobytu i wędrowaniem, a to sprzyja samokształceniu. Inicjator antropologii turystyki jednocześnie zaznacza, iż turystyka „jest doświadczeniem poznawczym, emocjonalnym, estetycznym, społecznym i moralnym”, a to z kolei nie w pełni zawiera się w poszczególnych subdyscyplinach z tej dziedziny. W szerokim zakresie pojęciowym definiuje następująco Łastowski (2009) - turystyka to humanistyczna droga do zaznajamiania się ze światem przyrody i kultury, czy też cywilizacji.

Integralną część nauk o kulturze fizycznej stanowią również teoria rekreacji ruchowej obok teorii wychowania fizycznego, teorii sportu i wiedzy o rehabilitacji ruchowej człowieka. Dąbrowski (2006) postrzega nauki o kulturze fizycznej jako „obszar refleksji nad rzeczywistością kulturową obejmującą wychowanie fizyczne, sport, rekreację ruchową i turystykę oraz rehabilitację ruchową”. Idąc dalej za autorem, teoria rekreacji ruchowej to obszar multidyscyplinarny, który mieści się w ramach każdego społecznie akceptowanych zachowań w czasie wolnym.

Termin rekreacja z języka łacińskiego (*recreo*) oznacza ożywiać, pokrzepiać, odnawiać. Swoją niewątpliwą sławę zyskał dzięki postępowi naukowo-technicznemu, który z kolei sprzyja powstawaniu czasu wolnego będącego jednocześnie synonimem i wyzwaniem rekreacji ruchowej (Dąbrowski, 2006).

Trafną definicję rekreacji ruchowej proponuje Wolańska (1997) – „rekreacja ruchowa to zajęcia o treści ruchowo-sportowej, turystycznej, zabawy ruchowej, tańce, spaceru itp., którym człowiek oddaje się z własnych chęci, w czasie wolnym dla wypoczynku, odnowy sił, przyjemności i rozwoju własnej osobowości, kreacji zdrowia. Zajęcia tego rodzaju traktowane mogą być autotelicznie – dla spełnienia własnych zainteresowań, dla samorealizacji lub traktowane w mniejszym lub większym stopniu instrumentalnie jako środek dbałości o zdrowie, syl-

wetkę, sprawność i kondycję fizyczną”.

W chwili obecnej rekreacja ruchowa jest określaną mianem „sportu dla wszystkich” i jest pewnym sposobem zagospodarowania czasu wolnego (Kozłowski, Nazar, 2002). Jedną z form rekreacji, choć postrzeganą autonomicznie ze względu na wszechstronne znaczenie i międzynarodową skalę zjawiska, jest turystyka. Turystyka (jak i rekreacja) stanowi przedmiot interdyscyplinarnych studiów i można ją definiować jako „część kultury masowej i synonim stylu życia, ucieczkę od codziennych stresów i warunków życia oraz sposób poznawania świata, przyrody, kultury, ludzi, nośnik nowych idei, paszport do rozwoju” (Toczek-Werner, 1998).

Wychowanie w stosunku do rekreacji ma wymiar społeczny, ponieważ odnosi się do pozycji i przemian społecznych kreujących potrzeby ludzi. Proces ten przebiega w szerokim spektrum działań intencjonalnych (szkoła, instytucje etc.) i środowisku naturalnym (rodzina, środowisko rówieśnicze) (Dąbrowski, 2006). Termin „rekreacja” jest wieloznaczny, dlatego funkcjonuje jako:

- zespół zachowań realizowanych w czasie wolnym,
- proces odpoczynku i regeneracji sił, neutralizowania skutków zmęczenia,
- zjawisko społeczno-kulturowe, które rozwijając się dynamicznie stanowi wzrost ilości wolnego czasu i wiążące się z tym formy zachowań ludzi (Toczek-Werner, 1998). Terminem tym posługuje się w prezentowanej pracy, podobnie jak Kamiński (1972), Okoń (1981).

W chwili obecnej na skalę światową rekreacja ruchowa i jej turystyczne formy spełniają rolę kompensacyjną wobec zagrożeń cywilizacyjnych. Dzieje się tak dlatego, że obie formy wypoczynku charakteryzują się dobrowolnością w podejmowaniu aktywności fizycznej i mają na celu psychofizyczną regenerację organizmu realizowaną w toku podejmowanych zadań ruchowych z elementami poznawczymi, odpoczynku i rozrywki. Motywy ich uprawiania są zatem autoteliczne i instrumentalne (Maj, 2007). Dzięki uprawianiu turystyki i rekreacji możemy:

- kompensować brak ruchu,
- neutralizować stresy i przeciążenia psychiczne,
- zapobiegać występowaniu wielu chorób

i dolegliwości,

- regenerować siły fizyczne i psychiczne,
- kształtować ciało i osobowość,
- rozwijać zainteresowania,
- zaspokajać różnorakie potrzeby (rozrywki, kontaktów społecznych, estetyczne etc.) (Winiarski, 1995).

Z punktu widzenia psychofizycznych cech człowieka obie formy aktywności wpływają kształtująco, ponieważ:

- ułatwiają socjalizację poprzez uczenie norm, zasad zachowań społecznie akceptowanych i oczekiwanych (tj. współdziałanie, współodpowiedzialności, działania na rzecz grupy),
- ułatwiają komunikowanie się ludzi,
- integrują grupy ludzkie,
- prowadzą do demokratyzacji społeczności, niwelując różnice społeczne w trakcie podejmowania aktywności rekreacyjno-turystycznej,
- kształtują wrażliwość estetyczną w kontakcie z przyrodą i wytworami kultury,
- bywają również środkiem socjoterapii i resocjalizacji, ponieważ oddziałują na jednostki niedostosowane społecznie (Toczek-Werner, 1998).

Podstawowym pojęciem rekreacji ruchowej i turystyki jest czas wolny, ponieważ te formy aktywności człowieka realizowane są w czasie jego trwania. Czas wolny jest kategorią ilościową, wypoczynek zaś to kategoria jakościowa, co do tego badacze są zgodni (Maj, 2007).

Kamiński (1965) definiuje czas wolny jako czas wszelkich zajęć, którym człowiek oddaje się dobrowolnie poza zajęciami koniecznymi i obowiązkowymi dla wypoczynku, rozrywki, rozwoju osobowości lub udziału w życiu społecznym. Cechą czasu wolnego jest dobrowolność i nieprzymusowość. Ponadto stanowi on przedmiot zainteresowań takich dyscyplin naukowych jak nauki o kulturze fizycznej, pedagogika, socjologia, ekonomia i turystyka. Współczesne warunki wpływają na to, iż czas wolny staje się jednym z istotnych problemów społeczno-wychowawczych. Zagadnienie czasu wolnego jest subiektywnie postrzegane w systemach wartości, kręgach kulturowych i środowiskach społecznych,

a z punktu widzenia dynamicznie rozwijającej się cywilizacji przemysłowej, technokratyzacji życia zaliczane jest do cenionych wartości wpływających zarówno na osobowość, jak i styl życia człowieka.

Znaczenie turystyki i rekreacji w życiu współczesnego człowieka jest nie do przecenienia. Obie dziedziny to jednocześnie składowe kultury fizycznej funkcjonujące jako formy aktywności i czynnego wypoczynku. Niemniej jednak wychowawcza rola turystyki to przede wszystkim poznawanie świata, kontakt z przyrodą, życiem społeczno-kulturalnym, regionalizmem (Gaworecki, 2007).

U progu XXI wieku „sport dla wszystkich” staje się koniecznością, ponieważ tę brakującą dawkę ruchu można uzupełnić dzięki rekreacji ruchowej, w ten sposób zapobiegając występowaniu wielu chorób i dolegliwości (Opoka, Fąk, 2000).

Oprócz poznawczych i wychowawczych wartości turystyki zaznacza się jej aspekt zdrowotny, którego realizacja wymaga wyboru miejsc korzystnych biologicznie (las, woda, góry etc.) i opieki pedagogicznej, szczególnie jeśli chodzi o szkolny ruch turystyczny. Związane jest to z opracowaniem takiego programu, który będzie zawierał odpowiednie proporcje czasu przeznaczanego na zwiedzanie, jak i wypoczynek. Misją nowoczesnej szkoły powinno stać się wychowanie dzieci młodzieży do racjonalnego korzystania z wypoczynku.

Powszechne, społecznie i kulturowo ukształtowane formy turystyki rekreacyjnej pozwalają m.in. na wyróżnienie dwu jej modelowych, najpopularniejszych odmian; istotę tych modeli oddają hasła-symbolne:

SSS — *sun, sea, sand* – słońce, morze, piasek; jest to więc model wyrażający pragnienie spędzenia czasu nad ciepłym morzem, plażowania, wypoczynku raczej biernego niż czynnego na słonecznej plaży. Jest to model coraz częściej spotykany w dzisiejszych czasach.

Według autorów bardziej rozpropagowany powinien być model EEE — *experience, exultation, education* – przeżycie, rozrywka, edukacja, to model preferujący emocjonalne doznania, zabawę i naukę.

WSKAZÓWKI PRAKTYCZNE DLA REALIZUJĄCYCH ZAJĘCIA W FORMIE DO WYBORU

- ☞ Zawsze należy planować zajęcia zgodnie z zainteresowaniami, potrzebami, możliwościami i oczekiwaniami uczniów.
- ☞ Uczniowie powinni deklarować wybór form aktywności ruchowej przed zakończeniem roku szkolnego lub przy zapisie do szkoły na wyższy poziom kształcenia. Ułatwia to planowanie pracy jeszcze przed rozpoczęciem kolejnego roku szkolnego.
- ☞ Fakultatywny system prowadzenia zajęć nie może ograniczać uczniom poznawania różnych form ruchu. W ten sposób łatwiej będą mogli dokonać wyboru sportu całego życia.
- ☞ Szkoły powinny sukcesywnie rozszerzać ofertę w zakresie ciekawych form aktywności fizycznej. W ten sposób zajęcia będą dla uczniów bardziej atrakcyjne.

Na temat zajęć fakultatywnych w wychowaniu fizycznym pisało wielu autorów, jak Bielski (1998), Bukowiec (1992), Czerska (1999) i inni. W swoich poglądach wskazywali głównie na słuszność i skuteczność ich stosowania, a przede wszystkim na ich korzystny wpływ na kształtowanie u dzieci i młodzieży pozytywnych postaw wobec kultury fizycznej. W trosce o właściwe przygotowanie młodego człowieka do uczestnictwa w spontanicznej, satysfakcjonującej i całościowej aktywności fizycznej, propagowanie realizacji zajęć WF w formie do wyboru jest konieczne i uzasadnione. Potwierdzają również wyniki badań Madejskiego (2004). Przy programowaniu, planowaniu i realizacji zajęć w systemie fakultatywnym niezwykle ważna jest dobra współpraca nauczyciela z uczniami i rodzicami. Prawidłowa organizacja i planowanie pracy w tym systemie uzależnione są od szeregu istotnych uwarunkowań.

Wśród niedostatków wychowania fizycznego w ostatnich 20-30 latach Drabik (1996, 2006) wymienia: małą intensywność i absencję uczniów, infantylny sposób prowadzenia zajęć, ukierunkowanie na jedną dziedzinę sportu, brak zahartowania organizmu uczniów, większą efektywność pozalekcyjną niż lekcyjną i brak terenowych zajęć, które są atrakcyjną i skuteczną rekreacyjno-turystyczną formą aktywności oraz aktualnym wyzwaniem dla systemu wychowania fizycznego.

Wymienione powyżej argumenty oznaczają, iż obecne programy bardziej blokują realizację naturalnej potrzeby ruchu uczniów. Biorąc pod uwagę zdrowie publiczne problem braku aktywności fizycznej będącej składnikiem prozdrowotnego stylu życia to zagadnienie nie tylko dla nauczycieli wychowania fizycznego, dla szkoły, ale też dla podstawowej komórki, jaką jest rodzina, ponieważ od niej wszystko się zaczyna. W dużej mierze szansę dla społeczeństwa dają oryginalne propozycje i pomysły w postaci różnych autorskich programów. Takie rozwiązanie ma działanie dwubiegunowe, ponieważ z jednej strony umożliwia nauczycielom wychowania fizycznego wdrażanie własnych propozycji, a z drugiej uatrakcyjnia zajęcia i wdraża do adekwatnych potrzeb rozwojowo-zdrowotnych zmian w systemie szkolnego wychowania fizycznego. Niektóre badania potwierdzają szczególnie te propozycje, które „wyprowadzają” uczniów z sal gimnastycznych. Jednocześnie należy wziąć pod uwagę, że są to zajęcia trudniejsze w organizacji i realizacji, a to z kolei stanowi jedną z przyczyn niewychodzenia z sal. Organizacja takich lekcji w terenie niesie ze sobą bardziej emocjonalne nastawienie, dłuższy czas spontanicznej aktywności fizycznej, lepsze nastawienie do innych ludzi i rokuje ukształtowanie postawy i nawyków do całościowej aktywności fizycznej (Litwiniuk, Stelmach, 2006).

Następnym przykładem optowania za ru-

chem w kontakcie z przyrodą są badania wynikające z naturalnego eksperymentu pedagogicznego zorganizowanego na Zamojszczyźnie tzw. „próba zamojska” w latach 1986-1989. W pierwszym roku w badaniach wzięło udział 407 dzieci z siedmiu szkół, w drugim 285 również z siedmiu szkół i w trzecim 169 z czterech szkół.

Przeprowadzone badania potwierdziły, że zajęcia terenowe nie są lekcjami o niższej wartości. Prowadzenie lekcji terenowych wychowania fizycznego w stosunku do zajęć w sali gimnastycznej ze względu na wielkie potrzeby rozwojowo-zdrowotne młodzieży oraz infrastrukturę rekreacyjno-sportową szkół pozostawia wiele do życzenia. Powinno zwrócić uwagę nauczycieli WF i być częściej stosowane w systemie WF.

Świadczą o tym m.in. wyniki pomiaru urządzeniem sport-tester. Między innymi mówią o tym, iż procent intensywnej części lekcji wynosi 18—26% w sali, zaś w terenie 40—52%. Autor tzw. „zielonej recepty” proponuje zajęcia ruchowe w kontakcie z przyrodą, ponieważ:

- stanowią w obecnych warunkach ofertę przeciwdziałającą upośledzeniu motorycznemu młodego pokolenia,
- wpływają na zdolności adaptacyjne organizmu,
- motywują do aktywności ruchowej,
- przyczyniają się do regulacji procesów psychicznych,
- wzmacniają mechanizmy obronne organizmu (Pańczyk, 1996).

Rekreacyjno-turystyczne formy oddziaływania szkoły poprzez ruch w kontakcie z przyrodą mogą być realizowane poprzez:

- wychowanie fizyczne poza salą gimnastyczną,
- terenowe zabawy i gry ruchowe ogólnorozwojowe o charakterze ruchowym,
- wypełnienie ruchem przerw międzylekcyjnych organizowanych na zewnątrz szkoły,
- zielone klasy z terenów zagrożonych ekologicznie,
- turystykę i inne terenowe zajęcia pozalekcyjne i pozaszkolne,
- różne formy organizowane ze współudziałem rodziców (Pańczyk, 1992).

Zajęcia terenowe w swoim zakresie wzbogacają

warsztat pracy nauczyciela wychowania fizycznego, ale jednocześnie nie są łatwe do przeprowadzenia. Do głównych napotykaných problemów metodyczno-organizacyjnych należą: wymaganie odpowiedniego stroju, obuwia, przyborów, urządzeń i pomocy, teren musi być bezpieczny i znany, a adaptacja organizmu przebiega w trudnych warunkach (Pańczyk, 1996).

Dokonując przeglądu organizacji i form aktywności fizycznej w kontakcie z naturą należy wskazać, iż najdłuższe i oryginalne doświadczenie w edukacji poza izbą lekcyjną posiada Nowa Zelandia. W 1849 roku Huntley założył szkołę dla chłopców z zajęciami na powietrzu o charakterze turystycznym, rekreacyjnym, sportowym, survivalu, etnograficznym, plastycznym, etc. Przez pewien czas zajęcia te były dotowane przez państwo. Doświadczenie sąsiadów wykorzystała Australia, która organizowała przez 25 lat kształcenie studentów i nauczycieli do edukacji w terenie z dziećmi już od 8. roku życia. Doświadczenia Anglików mają charakter bardziej kompensacji skutków cywilizacji z elementami poznawania i ochrony przyrody. Z kolei Niemcy idą w kierunku łączenia zajęć terenowych ze sportem szkolnym oraz kształceniem środowiskowym. W różnych krajach takie zajęcia mogą być kultywowane w sąsiedztwie szkoły, miejsca zamieszkania, poprzez wyjazdy lub dłuższe formy w ośrodkach sportowo-turystycznych o charakterze rekreacyjno-turystycznym, nauki przetrwania, integrujące ruch czy przyrodniczo-zdrowotnym.

W Polsce niestety nie wszystkie przedstawione formy można zaadaptować do rzeczywistości szkolnej, choć wachlarz tych form powinien się rozszerzać. Potwierdzeniem takiego stanu rzeczy jest przeprowadzony przez NIK raport (Departament Nauki, Oświaty i Dziedzictwa Narodowego o wynikach kontroli wychowanie fizyczne i sport w szkołach publicznych, Warszawa 2010).

Przeprowadzona z inicjatywy NIK kontrola w latach 2007-2009 obejmowała swoim zakresem ocenę prawidłowości kształcenia uczniów w szkołach publicznych w zakresie wychowania fizycznego i zapewnienia warunków do uprawiania sportu szkolnego oraz kształcenia studentów przez publiczne szkoły wyższe na kierunku wychowanie fizyczne,

a także ocenę realizacji zadań ministra sportu i turystyki w zakresie wspierania wychowania fizycznego i sportu szkolnego. Kontrolę przeprowadzono w 52 jednostkach, w tym w: Ministerstwie Sportu i Turystyki (MSiT), 9 publicznych szkołach wyższych oraz 42 szkołach, prowadzonych przez jednostki samorządu terytorialnego. Uzasadnieniem przeprowadzonej kontroli było znaczenie i rola wychowania fizycznego i sportu szkolnego dla zapewnienia odpowiedniego rozwoju psychofizycznego oraz kształtowania postaw prozdrowotnych dzieci i młodzieży, a także przygotowania do aktywności ruchowej w dorosłym życiu.

Wynikiem przeprowadzonej kontroli przez NIK była ocena negatywna kształcenia uczniów w skontrolowanych szkołach w zakresie wychowania fizycznego i zapewnienia warunków do uprawiania sportu szkolnego, a także kształcenia studentów w określonych szkołach wyższych na kierunku wychowania fizycznego. Negatywna ocena wynikała między innymi z nieprawidłowości polegających na:

- niedostosowaniu w ponad połowie szkół programów nauczania wychowania fizycznego do posiadanej przez szkoły infrastruktury sportowej oraz do możliwości zdrowotnych i zainteresowań uczniów;
- w obliczu spadkowej tendencji aktywnego uczestnictwa uczniów w zajęciach wychowania fizycznego niepodejmowaniu (w 3/4 szkół) działań zapobiegających;
- nauczyciele w tych szkołach nie rozpoznawali możliwości ruchowych uczniów i nie sformułowali wymagań programowych, a w szkole podstawowej i gimnazjum (2009/2010) nie wdrażali nowej podstawy programowej wychowania fizycznego;
- uczniowie z (1/3 skontrolowanych szkół) oświadczyli, że zajęcia wychowania fizycznego nie są dla nich interesujące, a udział w nich nie pomaga w osiągnięciu większej sprawności fizycznej;
- niezapewnieniu w 3/4 szkół, bezpiecznych warunków odbywania zajęć wychowania fizycznego;
- nieprzeprowadzeniu sprawdzianów postępów

osiągnięć uczniów z wychowania fizycznego i nieorganizowaniu zawodów sportowych, braku zasad rekrutacji do klas sportowych;

- nieprzeprowadzeniu w ponad połowie szkół zajęć z gimnastyki korekcyjnej dla uczniów z wykrytymi wadami postawy;
- niezapewnieniu nauczycielom wychowania fizycznego (3/4 szkół) warunków doskonalenia zawodowego.

Kontrola NIK w publicznych szkołach wyższych dotyczyła nieprawidłowości w kształceniu studentów polegających głównie na:

- zaniżaniu (3/4 szkół wyższych) wymagań przy rekrutacji kandydatów na studia na kierunku wychowanie fizyczne, określonych w standardach kształcenia;
- nieuwzględnianiu, we wszystkich szkołach wyższych, w programach kształcenia oraz w programach praktyk pedagogicznych przygotowania do prowadzenia zajęć w klasach I-III szkoły podstawowej;
- zaniżaniu, w ponad połowie szkół wyższych, wymiaru godzin przedmiotów określonych w standardach kształcenia;
- ponad 25% ankietowanych stwierdziła nieodpowiednie przygotowanie przez uczelnię do prowadzenia zajęć ruchowych w klasach I-III szkoły podstawowej, a 41% ankietowanych stwierdziło, że nie prowadzili w ramach praktyk studenckich w szkołach podstawowych zajęć ruchowych z dziećmi na I etapie edukacyjnym.

W przeprowadzonych badaniach studenci zwrócili uwagę na potrzebę: wprowadzenia testu predyspozycji kandydatów na studia do zawodu nauczyciela, pełnej realizacji przedmiotu emisja głosu, ujednoczenia treści nauczania z metodyki wychowania fizycznego, poprawy bazy dydaktycznej uczelni i zwiększenia liczby obozów sportowych. Jedna czwarta studentów stwierdziła, że po ukończeniu studiów nie zamierza pracować w szkole [www.nik.gov.pl 2010].

Panel ekspertów zorganizowany przez NIK (11.03.2010) w celu dokonania oceny wstępnych wyników kontroli pozwolił na wysunięcie kilku ważnych konkluzji. Mianowicie, sformułowane po kontroli NIK wnioski oddają rzeczywistą skalę

i zasięg problemów polskiego wychowania fizycznego. Wysunięte wnioski po przeprowadzonej kontroli oscylują wokół nieskutecznego nadzoru nad realizacją przyjętej przez Radę Ministrów Strategii rozwoju sportu w Polsce do roku 2015 oraz nieefektywnej i niewielkiej współpracy z innymi ministerstwami, ponadto tylko część środków publicznych na wychowanie fizyczne i sport jest kierowana na właściwe zadanie. Zdaniem ministra część ustaleń kontroli NIK związana jest z niską jakością kształcenia kadry nauczycielskiej przez uczelnie. Mała atrakcyjność zajęć wychowania fizycznego wynika z braku stosowania przez nauczycieli form i metod, dzięki którym zajęcia mogłyby być interesujące dla uczniów.

Kryzys szkoły jako instytucji jest zjawiskiem powszechnym w skali światowej, z tego też punktu widzenia kryzys wychowania fizycznego to nie tylko problem Polski, ale i również o skali globalnej. Dowodzą tego zorganizowane dwa szczyty światowe wychowania fizycznego, pierwszy w 1999 r. w Berlinie i kolejny w Szwajcarii w 2005 r. Dwa spotkania pokazały, iż kryzys wychowania fizycznego wyraża się m. in. spadkiem zainteresowania, spadkiem sprawności, fizycznymi anomaliami, otyłością itd. Zwołanie ich pokazuje, że problem jest poważny, choć na tle europejskich, polskie problemy nie są ani odosobnione, ani rażące (www.nik.gov.pl 2010).

Piśmiennictwo

1. Bielski J. (1998). Standard osiągnięć i standardy wymagań w wychowaniu fizycznym. *Kultura Fizyczna*, 3-4, 9.
2. Bukowiec M. (1992). Wychowanie fizyczne w przemianach współczesnej szkoły. *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*, 2.
3. Czerska E. (1999). *Wybierz sam. Program wychowania fizycznego o profilu rekreacyjno-zdrowotnym dla gimnazjum i liceum*. Łódź: Wyd. Res Polonia.
4. Dąbrowski A. (2006). *Zarys teorii rekreacji ruchowej*. Warszawa: Wyd. AWF.
5. Drabik J. (1996). *Aktywność fizyczna w treningu zdrowotnym osób dorosłych*. cz. II. Gdańsk: Wyd. AWF.
6. Drabik J. (2006). *Pedagogiczna kontrola pozytywnych mierników zdrowia fizycznego*. Gdańsk: Wyd. AWF.
7. Kamiński A. (1965). *Czas wolny i jego problematyka społeczno-wychowawcza*. Warszawa-Wrocław: Wyd. AWF.
8. Kamiński A. (1972). Wychowanie rekreacyjne w placówkach pozaszkolnych. *Biuletyn Pedagogiczny*, 63.
9. Kosiewicz J., Obodyński K. (2006). *Turystyka i rekreacja: Wymiary teoretyczne i praktyczne*. Rzeszów: Wyd. UR.
10. Kozłowski S., Nazar K. (2002). *Wprowadzenie do fizjologii klinicznej*. Wyd. II, PZWL, Warszawa.
11. Litwiniuk K., Stelmach M. (2006) Biała Szkoła jako przykład promocji aktywnego stylu życia wśród młodzieży szkolnej. W: S. Nałęcka, M. Bytniewski (red.), *Teoria i praktyka rekreacji ruchowej*. Biała Podlaska: Wyd. PWSZ, 81- 86.
12. Łastowski K. (2009). Metodologiczna funkcja hipotez w nauce XX wieku a własności wiedzy naukowej. W: B. Marecki (red.), *Sport i turystyka we współczesnym stylu życia*. Poznań, Wyd. AWF.
13. Madejski E. (2004). Efekty wyboru formy aktywności ruchowej w wychowaniu fizycznym – na podstawie eksperymentu pedagogicznego. W: S. Krasicki, E. Madejski (red.), *Optymalne wykorzystanie czasu przeznaczanego na aktywność ruchową ucznia w aspekcie czterech godzin wychowania fizycznego*. Kraków, 17-21.
14. Maj B. (2007). *Spoleczne uwarunkowania rekreacji ruchowej i turystyki młodzieży wielkomiejskiej*. Wrocław: Impuls,.
15. Okoń W. (1981). *Słownik pedagogiczny*. Warszawa: Wyd. AWF.
16. Opoka D., Fąk T. (2000). Rekreacja ruchowa koniecznym elementem stylu życia współczesnego człowieka. W: J. Kędzior, M. Wawrzak-Chodaczek (red.), *Czas wolny w różnych jego aspektach*. Wrocław: Wyd. AWF.
17. Pańczyk W. (1992). Aktywność fizyczna w kontakcie z przyrodą a zdrowie. W: *Exercise and health*. Materiały z konferencji. Gdańska: Wyd. AWF.

18. Pańczyk W. (1996). *Zielona recepta. Aktywność fizyczna w terenie jako środek wspomagający*. Poznań: Wyd. AWF.
19. Pańczyk W., Herbert J. (2009). Turystyczno-rekreacyjne wychowanie fizyczne jako próba pełniejszej realizacji potrzeb rozwojowo-zdrowotnych dzieci i młodzieży – wstępne efekty badań. W: M. Wolicki, B. Wolny, W. Pańczyk (red.), *Edukacja zdrowotna szansą na poprawę jakości życia człowieka*. Stalowa Wola: Wyd. KUL, 211-216.
20. Rogalewski O. (1979). *Zagospodarowanie turystyczne*. Warszawa: WSiP.
21. Toczek-Werner S. (1998). *Podstawy rekreacji i turystyki*. Wrocław: Wyd. AWF.
22. Turowski L. (1996). *Turystyka i edukacja*. Warszawa: Oficyna Ypsilon.
23. Winiarski R.W. (1989). *Wstęp do teorii rekreacji (ze szczególnym uwzględnieniem rekreacji fizycznej)*. Kraków: Wyd. AWF.
24. Wolańska T. (1997). *Sport dla wszystkich – rekreacja dla każdego*. Warszawa: Wyd. AWF.
25. www.nik.gov.pl (2010).

Jarosław Herbert
herbertjarek@onet.eu

Jarosław Herbert, Wojciech Czarny
University of Rzeszów

Recreational and tourist forms of activity in the physical education system

Abstract

The subject of recreational and tourist activities within the physical education system, as well as the ways in which youths spend their free time, has been one of the basic strategies in finding ways to raise the effectiveness of PE lessons. The main objective of this work is to present the importance of tourism, recreation and free time management in the process of educating and bringing up young people. We also point to the fact that presently, on a global scale, active recreation and its implementation in tourism are compensation factors against civilizational threats. We highlight the importance of outdoor physical activities, which, apart from movement, enable children and youths to enjoy environmental and landscape factors through their participation in outdoor PE classes. The main methodology used here is an analysis of the literature, aimed at showing further directions of the study.

Keywords: tourism, recreation, free time, physical education, physical activity.

Can we claim that recreation and tourism are included within the framework of the modern school curriculum? Theoretically, yes – among other things through its realization in the typical functions of an educational institution. Both tourism and recreation are interesting areas for tourists, the enterprise sector, schools and scientific circles.

Why do tourism and recreation take such an important place in the process of education and in bringing up children and youths? Most importantly, both areas strengthen a person's values, attitudes, knowledge, skills, shape their personality, develop their intellectual and social skills, and liberate many positive emotions. Recreation and tourism create special conditions for school work which connects a teacher's efforts with a pupil's psycho-physical development through cognitive and educational activities. These disciplines deepen, develop and reinforce the content of teaching and development, which are realized in the field away from a school desk (Panczyk and Herbert, 2009). Tourism and recreation have multiple purposes in a school, such as:

- prophylactics and reinforcement of the child's biological potential
- education

- formation of character
- socialization and social adaptations

If we view health care training within the forms of recreation and tourism, we can significantly improve basic motor aptitudes (force, speed and endurance). We also have to remark that the realization of the Core Curriculum in physical education at school is supported through the activities of tourism and recreation.

According to historians of physical culture, tourism and the recreation known as sport have been well known forms of physical activities to all people for thousands of years. A good example proving this is the ancient Greek "paideia", which recommended such movement activities as pilgrimages, travelling to discover new places, military raids or merchandise trips, as well as the improvement of body properties and health care. Regardless the fact that the benefits of physical activities were observed in Ancient times, scientific research has only been conducted quite recently, and tends to be interdisciplinary in its nature (Kosiewicz and Obodyński, 2006).

The notion of tourism can be defined as follows. According to Rogalewski (1979), it is an outdoor activity based on going out of the place of residen-

ce during a leave or vacation, or going on holiday for recreational or cognitive purposes, and to implement certain passions.

In turn, according to Turos (1996), tourism is associated with changing the person's whereabouts and globetrotting, and it is conducive to self-education. The initiator of the anthropology of tourism at the same time points out that tourism "is a cognitive, emotional, aesthetic, social and moral experience"; and this, in turn, is not fully contained in various subdisciplines of the field. Łastowski (2009) defines tourism in a wide conceptual range as a humanistic way of becoming familiar with the world of nature and culture, or civilization.

An integral part of the science of physical education is the theory of motor recreation, the theory of sport and the knowledge of human movement rehabilitation. Dąbrowski (2006) sees the science of physical culture as "an area of reflection on the cultural reality including physical education, sport, movement for recreation and tourism, as well as physical rehabilitation". Following the author, the theory of active recreation can be seen as a multidisciplinary area within any of the socially acceptable behaviours undertaken in a person's free time.

The term recreation from the Latin (*recreo*) means to revive, refresh or renew. It undoubtedly gained popularity due to scientific and technical progress, which, in turn, promoted the formation of free time, which is simultaneously a synonym and a challenge to recreational activity (Dąbrowski, 2006).

An accurate definition of active recreation is proposed by Wolańska (1997), who defined it as: "physical recreation activities such as motor sports, tourism, active games, dances, walks, etc., which we undertake out of our own desire in our free time, for relaxation, regeneration, pleasure and personal development, and for health support. Activities of this kind can be treated autotelically – to satisfy one's own interests and for personal fulfilment – or treated more or less instrumentally as a means to care for the health, figure, fitness and physical condition".

Currently, physical recreation is connected with the phrase "sport for all", and is a way of managing free time (Kozłowski and Nazar, 2002). One form of

recreation, although autonomously perceived due to its comprehensive importance and its international scale, is the phenomenon of tourism.

Tourism (and recreation) has been the subject of many interdisciplinary studies, and can be defined as "part of mass culture and a synonym of lifestyle; an escape from everyday stress and living conditions; and a way of learning about the world, nature, culture, people, while becoming a carrier of new ideas, and gaining a passport to development" (Toczek-Werner, 1998).

Education, in relation to recreation, has a social dimension; it relates to the positions and social changes that create people's needs. This process takes place in a wide spectrum of intentional activities (school, institutions, etc.) as well as the natural environment (family, peer community) (Dąbrowski, 2006). The term "recreation" is polysomic; hence, it functions as:

- a complex of behaviours realized in free time
- a process of rest and regeneration, to neutralize the effects of fatigue
- a socio-cultural phenomenon that develops dynamically to increase the amount of free time and the consequent forms of human behaviour (Toczek-Werner, 1998)

The latter will be the working term in the present work, similarly as in Kaminski (1972) and Okoń (1981).

Presently, on a global scale, active recreation and its implementation in tourism are compensation factors against civilizational threats. Both forms of recreation are characterized by voluntarily undertaking physical activity, which is aimed at the psychophysical regeneration of the body and implemented in a process of motor tasks undertaken with elements of cognition, relaxation and entertainment. Therefore, their motives are both autotelic and instrumental (Maj, 2007). By practicing tourism and recreation we can:

- compensate for the lack of movement
- neutralize stress and a mental overload
- prevent the occurrence of a number of diseases and conditions
- regenerate physical and mental strength
- shape the body and the personality

- develop interests
- satisfy various needs (entertainment, social interaction, aesthetic, etc.) (Winiarski, 1995).

From the point of view of human psycho-physical characteristics both, tourism and recreational activities have beneficial effects, because they:

- facilitate socialization through teaching the standards and principles of behaviour which are socially acceptable and expected (i.e. cooperation, responsibility, team spirit, etc.)
- facilitate communication between people
- integrate human groups
- lead to the democratization of society by mitigating social differences
- shape the aesthetic sensibility through contact with nature and cultural products,
- tend to be also a means of social therapy and re-socialization, and can influence socially maladjusted people (Toczek-Werner, 1998).

A basic concept in recreation and tourism is leisure time, because generally these forms of human activity are realized during a person's leisure period. One thing researchers are unanimous about is that free time is a quantitative category, while leisure is a qualitative category (Maj, 2007).

Kaminski (1965) defines free time as a time for all the activities which we freely participate in (apart from activities that are necessary and mandatory) for recreation, entertainment, personal development and participation in the larger society. A key feature of leisure time is its voluntariness.

In addition, it is the subject of interest for scientific disciplines such as physical culture sciences, pedagogy, sociology, economics and tourism. In the modern age, threats to free time have become one of the most important socio-educational problems. The problem of leisure time is subjectively perceived in various value systems, cultures and social environments, and from the point of view of the booming industrial civilization it is classified as a cherished value that affects both the individual's personality and lifestyle.

The importance of tourism and recreation in modern life are not to be underestimated. Both areas are also components of physical culture, and function as a form of activity and active recreation.

However, the educational role of tourism is primarily viewed as developing exploration of the world, contact with nature, a better social and cultural life, and a sense of regionalism (Gaworecki, 2007).

At the dawn of the twenty-first century, "sport for all" became a necessary catchphrase. Missing amounts of exercise could perhaps be complemented by recreational activities, thus preventing the occurrence of many diseases and ailments (Opoka and Fałk, 2000).

In addition to the cognitive and educational values of tourism we have to mention its health aspects, the implementation of which requires a selection of biologically favourable places (forest, water, mountains, etc.), and mentoring, especially when it comes to school tourism. This is related to the development of programs which will include appropriate proportions of time spent on sightseeing and recreation.

Socially and culturally shaped forms of recreational tourism allow, among others, for the identification of two models as the most popular varieties. The essence of these models is expressed in two abbreviations. The first of these is: *SSS – sun, sea, sand*. This model expresses the desire to spend time at a warm seaside location, sunbathing and resting rather passively, rather than actively moving on a sunny beach. This model has become the more common image of tourism nowadays.

According to the authors, the second model is the one that should be more publicized: *EEE – experience, exultation, education*. This model prefers emotional experiences, playing and learning.

SUGGESTIONS FOR CLASSES IN THE ALTERNATIVE LESSON SCHEME

- ☞ Always plan activities in accordance with the interests, needs, capabilities and expectations of the students.
- ☞ Students should declare their choice of some forms of physical activity before the end of the school year, or when enrolling in a higher level of school education. This will facilitate the planning of work before the start of the next school year.
- ☞ Optional systems of teaching cannot limit the students' learning about different forms of movement. This makes it easier for them to choose a sport for life.
- ☞ Schools should gradually expand their offering of interesting forms of physical activity. In this way, classes will be more attractive to students.

The subject of elective courses in physical education has been discussed by many authors, such as Bielski (1998), Bukowiec (1992), Czerska (1999), and others. They have mainly pointed to the validity and effectiveness of their use, and most of all to their beneficial impact in forming positive attitudes in children and youths towards the physical culture.

For the sake of properly preparing young people to participate in spontaneous, rewarding and life-long physical activity, promoting a model of choice in the implementation of PE classes is necessary and justified. This also confirms the results of research by Madejski (2004). When programming, planning and implementing activities in the optional system, it is extremely important for the teacher to establish good cooperation with the students and parents. Proper organization and work planning in this system depend on a number of important conditions.

Among the shortcomings of physical education in the last 20-30 years, Drabik (1996, 2006) mentioned the following current challenges to the physical education system: low intensity and absence of students from school, childish ways of teaching, focusing on only one area of sport, lack of tempering of the students' bodies, poor extracurricular efficiency during lessons, and a lack of field activities that are an attractive and effective form of recreation and tourism activity.

The above arguments indicate that the current

curriculum blocks the implementation of a student's natural need for movement. Public health, and the problem of physical inactivity, which is a component of a healthy lifestyle, is a problem not only for physical education teachers and for schools, but is also a problem for the basic unit (i.e. the family), which is where it must begin to be implemented.

To a large extent, various original programs containing the author's suggestions and ideas are of a bigger social importance. This solution is bipolar, because on the one hand, it allows for physical education teachers to implement their own proposals, and on the other hand, it brings attractive changes into the overall school PE system.

Some studies confirm the value of these particular proposals, which take the students out of gyms. It should also be borne in mind that many of these activities are more difficult in their organization and implementation, which, in turn, is one of the reasons for staying indoors. Nonetheless, the organization of lessons in the open air brings about a more positive attitude, a longer time spent in spontaneous physical activity, better attitudes towards other people, and augurs the shaping of habits for lifelong physical activity (Litwiniuk and Stelmach, 2006).

Another example that supports movement in contact with nature is the results of the natural pedagogical experiment organized in the Zamosc region in 1986-1989 – the so-called "Zamosc attempt". In

the first year of that study, 407 children from seven schools were involved; in the second 285 children, also from seven schools; and in the third 169 from four schools.

The study confirmed that outdoor classes were not lessons of a lower value. Currently, outdoor classes in terms of their perceived developmental and healthcare quality leave much to be desired, in comparison with classes in gyms, due to the underdevelopment of the recreation and sport infrastructures in schools. This is why PE teachers should pay much more attention to field activities and implement their higher frequency in PE courses.

This is evidenced by, among other things, the results of a measurement with a sports-testing device, which discovered the important fact that the percentage of intensive lessons in a gym is 18-26%, whereas in the open area it is 40-52%. The author of the so-called "Green Prescription" encourages physical activities in contact with nature, because:

- they are, in the present circumstances, a method for treating the motor impaired young generation
- they influence the adaptability of the organism
- they motivate physical activity
- they contribute to the regulation of mental processes
- they strengthen the body's defence mechanisms (Pańczyk, 1996)

Recreation and tourism forms of movement in touch with nature can be realized in schools through:

- physical education outside the gym
- field fun and motion games
- filling the school breaks between the lessons with movement organized outside the school
- Green Classes in ecologically sensitive areas
- tourism and other field extracurricular and out of school activities
- various other forms organized with the parents' help (Pańczyk, 1992)

Outdoor activities enrich the PE teacher's repertoire, but at the same time they are not easy to carry out. The main methodological and organizational problems are: lack of proper outfits, shoes, accessories, equipment and aids. Additionally, the area must be safe and known and the adaptation of the student takes place in difficult conditions (Pańczyk, 1996).

When reviewing the organization and forms of existing physical activities in contact with nature, it should be noted that the longest experience in education outside the classroom originally took place in New Zealand. In 1849, Huntley founded a school for boys that included outdoor activities, such as tourism, recreation, sports, survival, ethnography, art, etc. Over a period of time, these activities were subsidized by the state. The country's experience was used by its neighbour Australia, which for 25 years has organized training for students and teachers in education in the field, with children from 8 years of age. The British experience has been more aimed at compensation for the effects of civilization with cognitive and nature conservation elements. In turn, Germany is moving in the direction of combining outdoor activities with school sports and environmental education. In various countries, such classes can be cultivated in the vicinity of the school, or place of residence, through trips or longer stays at sport-tourism centres offering recreational and tourism, science and survival techniques, while integrating natural-health activities.

In Poland, unfortunately, not all of these forms can be adapted to the reality of a school, although the range of the forms currently implemented should be extended. The confirmation of this state of affairs is supplied by the Supreme Audit Office (NIK) report (Department of Science, Education and National Heritage on the results of the control of physical education and sport in public schools, Warsaw 2010).

An assessment of the PE teaching of students in public schools was carried out on the initiative of the NIK in 2007-2009, including in its scope opportunities for school sports, as well as the training of PE students by public institutions of higher education, and an evaluation of the implementation of the outlines of the Minister of Sport and Tourism for the promotion of physical education and school sports.

The audit was conducted in 52 units, including the Ministry of Sport and Tourism (MSIT), 9 public universities and 42 schools run by local government units. The rationale of this check was to identify the significance and role of physical education and school sports, and to ensure proper mental and phy-

sical development and the formation of health-related attitudes in children and adolescents, as well as their preparation for physical activity in adulthood.

The result of the check carried out by the NIK was a negative assessment of the training of students in the sampled schools in the field of physical education and in the provision of opportunities for school sports, as well as the education of students at certain universities majoring in physical education. The negative assessment resulted, *inter alia*, from certain persistent abnormalities, such as:

- inadequacy of more than half of the school curriculums for physical education with regards to the school sport infrastructure and pupils' health and interests;
- teachers in these schools did not recognize the possibilities for movement in students and did not formulate curriculum requirements, and in primary and secondary schools (2009/2010) did not implement the new core curriculum for physical education;
- not taking preventative measures in view of the downward trend in the active participation of students in physical education classes (in 3/4 of schools);
- pupils (in 1/3 of the audited schools) stated that physical education classes were not of interest to them, and participation in them did not help to achieve greater physical fitness;
- in three quarters of schools, failure to provide safe conditions for PE classes;
- failure to check the students' progress in physical education and to convene sports events, and a lack of recruitment rules for sports classes;
- in more than half of the schools failure to conduct corrective gymnastics classes for students with diagnosed postural defects;
- failure to provide training conditions for physical education teachers (in 3/4 of the schools).

The NIK control in public universities concerned violations in the education of students consisting of:

- lowering (in 3/4 of the colleges) the requirements for the recruitment of candidates for a degree in physical education, as defined in the standards of training;

- disregarding, in all universities and colleges, training programs and teaching practices for preparation to teach I-III primary school classes;
- reducing, in more than half of the universities, the number of hours for the subjects defined by the standards of education;
- over 25% of respondents said their preparation received from the university was inappropriate for teaching physical activity in I-III primary school classes, and 41% of respondents said they did not have, during their pedagogical practice in primary schools, any physical activity lessons with children at the first stage of education.

In this study, students drew attention to the necessity for the following: introducing aptitude tests for candidates in the teaching profession; the full realization of the subject of "voice management"; standardizing the teaching content in the methodology of physical education; improving the university teaching base; and increasing the number of sports camps. One quarter of the students said that after graduation they were not going to work in a school [www.nike.gov.pl, 2010].

The panel of experts organized by NIK (11.03.2010) assessed the preliminary results of the inspections conducted in the years 2007-2009 and made a number of important conclusions. Namely, the conclusions formulated by the NIK reflect the real scale and scope of the problems in the Polish physical education system. The salient conclusions of the audit centre around the ineffective supervision of the implementation of the Strategy for the Development of Sport in Poland by 2015, adopted by the Council of Ministers; and the inefficient and low levels of cooperation with other ministries. Moreover, only a portion of the public funds for physical education and sport were directed to appropriate tasks.

According to the ministries, some of the NIK findings are associated with the poor quality of teacher training at the universities. The unattractiveness of physical education classes is partly due to the teachers' failure to use the forms and methods through which classes might be of interest to students.

This crisis in schools is a common phenomenon

in the world, so, from this point of view, the crisis of physical education is not only a Polish problem, but is also a global one. Proof of this is found in two world summits on physical education, first in 1999 in Berlin and subsequently in Switzerland in 2005. These two meetings demonstrated that the physical education crisis is expressing itself, among other things, in a decline in students' interest and performance, physical abnormalities, obesity, etc. The necessity to convey such meetings signifies the severity of the problem and indicates that, against the background of other European countries, Polish problems are neither isolated nor blatant [www.nik.gov.pl, 2010].

References

1. Bielski J. (1998). Standard osiągnięć i standardy wymagań w wychowaniu fizycznym. *Kultura Fizyczna*, 3-4, 9.
2. Bukowiec M. (1992). Wychowanie fizyczne w przemianach współczesnej szkoły. *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*, 2.
3. Czerska E. (1999). *Wybierz sam. Program wychowania fizycznego o profilu rekreacyjno-zdrowotnym dla gimnazjum i liceum*. Łódź: Wyd. Res Polonia.
4. Dąbrowski A. (2006). *Zarys teorii rekreacji ruchowej*. Warszawa: Wyd. AWF.
5. Drabik J. (1996). *Aktywność fizyczna w treningu zdrowotnym osób dorosłych*. cz. II. Gdańsk: Wyd. AWF.
6. Drabik J. (2006). *Pedagogiczna kontrola pozytywnych mierników zdrowia fizycznego*. Gdańsk: Wyd. AWF.
7. Kamiński A. (1965). *Czas wolny i jego problematyka społeczno-wychowawcza*. Warszawa-Wrocław: Wyd. AWF.
8. Kamiński A. (1972). Wychowanie rekreacyjne w placówkach pozaszkolnych. *Biuletyn Pedagogiczny*, 63.
9. Kosiewicz J., Obodyński K. (2006). *Turystyka i rekreacja: Wymiary teoretyczne i praktyczne*. Rzeszów: Wyd. UR.
10. Kozłowski S., Nazar K. (2002). *Wprowadzenie do fizjologii klinicznej*. Wyd. II, PZWL, Warszawa.
11. Litwiniuk K., Stelmach M. (2006) Biała Szkoła jako przykład promocji aktywnego stylu życia wśród młodzieży szkolnej. In: S. Nałęcka, M. Bytniewski (eds.), *Teoria i praktyka rekreacji ruchowej*. Biała Podlaska: Wyd. PWSZ, 81- 86.
12. Łastowski K. (2009). Metodologiczna funkcja hipotez w nauce XX wieku a własności wiedzy naukowej. In: B. Marecki (eds.), *Sport i turystyka we współczesnym stylu życia*. Poznań, Wyd. AWF.
13. Madejski E. (2004). Efekty wyboru formy aktywności ruchowej w wychowaniu fizycznym – na podstawie eksperymentu pedagogicznego. In: S. Krasicki, E. Madejski (eds.), *Optymalne wykorzystanie czasu przeznaczonego na aktywność ruchową ucznia w aspekcie czterech godzin wychowania fizycznego*. Kraków, 17-21.
14. Maj B. (2007). *Spoleczne uwarunkowania rekreacji ruchowej i turystyki młodzieży wielkomejskiej*. Wrocław: Impuls,.
15. Okoń W. (1981). *Słownik pedagogiczny*. Warszawa: Wyd. AWF.
16. Opoka D., Fąk T. (2000). Rekreacja ruchowa koniecznym elementem stylu życia współczesnego człowieka. In: J. Kędzior, M. Wawrzak-Chodaczek (eds.), *Czas wolny w różnych jego aspektach*. Wrocław: Wyd. AWF.
17. Pańczyk W. (1992). Aktywność fizyczna w kontakcie z przyrodą a zdrowie. W: *Exercise and health*. Materiały z konferencji. Gdańska: Wyd. AWF.
18. Pańczyk W. (1996). *Zielona recepta. Aktywność fizyczna w terenie jako środek wspomagający*. Poznań: Wyd. AWF.
19. Pańczyk W., Herbert J. (2009). Turystyczno-rekreacyjne wychowanie fizyczne jako próba pełniejszej realizacji potrzeb rozwojowo-zdrowotnych dzieci i młodzieży – wstępne efekty badań. In: M. Wolicki, B. Wolny, W. Pańczyk (eds.), *Edukacja zdrowotna szansą na poprawę jakości życia człowieka*. Stalowa Wola: Wyd. KUL, 211-216.
20. Rogalewski O. (1979). *Zagospodarowanie turystyczne*. Warszawa: WSiP.
21. Toczek-Werner S. (1998). *Podstawy rekreacji i turystyki*. Wrocław: Wyd. AWF.

22. Turos L. (1996). *Turystyka i edukacja. rekreacja dla każdego*. Warszawa: Wyd. AWF.
Warszawa: Oficyna Ypsilon.
23. Winiarski R.W. (1989). *Wstęp do teorii rekreacji (ze szczególnym uwzględnieniem rekreacji fizycznej)*. Kraków: Wyd. AWF.
24. Wolańska T. (1997). *Sport dla wszystkich –*
25. www.nik.gov.pl (2010).

Jarosław Herbert
herbertjarek@onet.eu

Małgorzata Nyc

Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze

Animacja aktywności rekreacyjno-sportowej dzieci z wykorzystaniem gier i zabaw na koniu

Streszczenie

W opracowaniu omówione zostały popularne i najbardziej dostępne formy rekreacji i sportu jeździeckiego z podkreśleniem ich różnorodności i charakteru. Odniesiono się do obecnego stanu sprawności fizycznej polskich dzieci. Przedstawiono i opisano zabawy i gry tzw. pony games, kładąc szczególny nacisk na ich wartości i walory pedagogiczne, edukacyjne i wychowawcze. Przedstawiono je jako alternatywę dla sedenteryjnego sposobu życia i zagospodarowania czasu wolnego dziecka.

Celem niniejszego opracowania jest analiza form rekreacji i sportu jeździeckiego oraz wskazanie ich wartości w aspekcie animacji zachowań rekreacyjno-sportowych dzieci oraz poszukiwanie możliwości wykorzystania walorów jeździectwa w działaniach wychowawczych, edukacyjnych, popularyzujących i promujących prozdrowotny tryb życia.

Jeździectwo w Europie ma długą tradycję oraz mocne podstawy historyczno-ekonomiczne. Do czasu istnienia państwa polskiego sprzed rozbiorów nasza kawaleria uważana była za najlepszą w Europie, a na jej sposobie walki i jazdy czerpały wzory inne kraje europejskie (Urbankiewicz, 1996). Okres międzywojenny to dynamiczny rozwój jeździectwa, głównie w formacjach wojskowych. Organizowanie cykliczne zawodów Military w polskiej armii i uczestnictwo polskich oficerów w zawodach międzynarodowych oraz olimpiadach, przyczyniło się istotnie do powstania współczesnego jeździectwa sportowego i rekreacyjno-turystycznego (Suchorski, 1977). Elitarną formą rekreacji w tamtych czasach, były bardzo popularne polowania konne i przejażdżki w terenie. To zapoczątkowało rozwój cywilnego, aczkolwiek elitarnego nurtu jeździectwa rekreacyjnego. W 1947 roku zlikwidowano ostatnie oddziały kawalerii. Z uwagi na swój arystokratyczny rodowód jazda konna, jako sport i forma wypoczynku nie była popularyzowana. Efektem tego była zmiana kierunku w hodowli i położenie nacisku na chów konia użytkowego, nadającego się głównie do

pracy w zaprzęgu oraz umiejscowienie jeździectwa w stadninach, stadach, spółdzielniach produkcyjnych, czyli na wsi (Kon, 1958).

W latach siedemdziesiątych XX wieku dzięki inicjatywie Funduszu Wczasów Pracowniczych zaczęły powstawać ośrodki jazdy konnej, propagujące tzw. „wczasy w siodle”, co w szczególności przyjęło się wśród młodzieży studenckiej. Zaczęły działać liczne kluby pod nazwą Akademickich Klubów Jeździeckich. Za wykonywaną pracę w stajni oferowały chętnie wykorzystywaną przez młodzież możliwość uczestniczenia w jazdach konnych i czerpania przyjemności z kontaktu z koniem. Ze względów ekonomicznych w latach dziewięćdziesiątych XX wieku zaczęto je likwidować, a ich majątek wykupywały osoby prywatne. Powstało wiele stadnin i obiektów świadczących usługi jeździeckie. Skupiały swą działalność głównie na obrzeżach miast oferując coraz to bardziej kompleksowe usługi, nie tylko jeździeckie. Trudno jest określić faktyczną liczbę takich ośrodków, ale szacuje się, że jest ich w całym kraju ponad tysiąc. Regionami wyróżniającymi się pod względem liczby ośrodków są województwa: warmińsko-mazurskie, śląskie, mazowieckie, wielkopolskie, lubuskie i pomorskie (Grobelny, 1997).

Konie odgrywają coraz większą rolę w rekreacji, rehabilitacji oraz w sporcie. Uprawianie jeździectwa jest modne. Coraz częściej docenia się też korzyści psychofizyczne wynikające z tej formy aktywnego

wypoczynku. Rekreacja konna to przede wszystkim kontakt człowieka i konia, co w połączeniu z naturalnym środowiskiem wyzwala w jednostce wiele pozytywnych wrażeń i doznań estetycznych. Kontakt ten może przyjmować różnorakie formy takie jak: jazda wierzchem w stylu angielskim lub western, jazda zaprzęgiem lub jego powożenie, skijoring, górską turystyką jeździecką. Najpopularniejszą formą jeździectwa w Polsce jest obecnie jazda w stylu angielskim uprawiana zarówno na ujeżdżalni jak i w terenie, w trakcie kilkugodzinnych przejażdżek oraz kilkudniowych rajdów konnych w zależności od potrzeb i predyspozycji jej uczestnika.

Dla osób posiadających podstawowe umiejętności w samodzielnej jeździe wierzchem ośrodki oferują jazdy terenowe. Ich umiejętności powinny być najpierw zweryfikowane przez instruktora. Wielką atrakcją takich wypraw jest zwiedzanie miejsc, które są dostępne tylko dla ruchu pieszego, ze względu na brak dróg. Bardziej rozwiniętą formą jazd terenowych są rajdy. Takie wielodniowe rajdy wzbogacają człowieka o niezapomniane przeżycia w bezpośrednim kontakcie z przyrodą, a także tworzą pewną więź między jeźdźcą a jego towarzyszem kilkudniowej wędrówki. Tto jedna z najprzyjemniejszych, ale i bardzo odpowiedzialnych form rekreacji jeździeckiej. Jednak, aby jazda była udana i przede wszystkim bezpieczna należy przestrzegać kilku zasad. Przede wszystkim, osoby tworzące grupę uczestniczącą w rajdzie powinny posiadać podobne umiejętności jazdy konnej, by bez trudu pokonywać kolejny odcinek wyznaczonej trasy. Ważne jest także, aby nie przeceniać własnych możliwości, umieć przewidzieć pewne sytuacje i możliwe zachowania konia, zdać się na rady i sugestie prowadzącego rajd instruktora (Grobelny, Jasiński, 1997).

Początek XXI wieku w Polsce to dynamiczny rozwój dyscyplin zaprzęgowych. Jazdę zaprzęgiem jako formę rekreacji można uprawiać w sposób czynny - powożenie zaprzęgiem oraz w sposób bierny - przejażdżki zaprzęgiem. Przejażdżki dostępne są najczęściej w większych miejscowościach turystycznych. Natomiast czynną formę, czyli powożenie można uprawiać na specjalnie do tego przeznaczonym terenie - wokół ośrodków jeździeckich. Pokonywanie przeszkód wynikających z ukształto-

wania terenu często staje się źródłem dodatkowej satysfakcji. Modne staje się współzawodnictwo w amatorskim powożeniu zaprzęgiem, które rywalizacją i poziomem nie odbiega od profesjonalnych zawodów.

Kolejna forma rekreacji konnej, która łączy w sobie elementy narciarstwa i jazdy konnej to skijoring wywodzący się ze Skandynawii. Polega on na jeździe na nartach za koniem, powodowanym przez samego narciarza. W naszym kraju usprawniono tę formę, gdyż uczestniczy w niej także jeździec, który bezpośrednio powoduje koniem. Jest to idealna propozycja dla osób, które wśród wielu form rekreacji ruchowej preferują narciarstwo i jazdę konną (Wyżnikiewicz-Nawracała, 1997).

Literatura fachowa coraz więcej uwagi poświęca nowemu w Polsce, a coraz bardziej popularnemu stylowi, jakim staje się jazda konna w stylu western. Jest to styl stworzony do spacerów i rajdów konnych, który nadaje przejażdżkom odpowiedni klimat i smak przygody. Jeździec prowadzi konia bez wysiłku trzymając wodze w jednej ręce, ponieważ wyszkolony koń jest do tego przygotowany. Liczba klubów westernowych dynamicznie wzrasta, czego efektem jest m.in. coraz wyższy poziom sportowy prezentowany na zawodach. Poziom ten wzrasta także dzięki publikacjom fachowym w czasopiśmie hippicznych oraz zaangażowaniu ludzi doskonalących swoje umiejętności u trenerów zagranicznych, głównie w Czechach. Zainteresowanie westernem przekłada się także na liczbę publiczności oglądającej zawody - niektóre imprezy przyciągają tysiące widzów. Atrakcyjność zawodów podnoszą także imprezy im towarzyszące - koncerty muzyki country, pokazy, przejażdżki w siodłach westernowych, itp.

Obecnie coraz bardziej popularna staje się nowa dziedzina turystyki - jeździecka turystyka górską. W Polsce jednak można mówić o jej reaktywacji, gdyż początki odkrywania zarówno turystycznego jak i naukowego polskich gór związane było z koniem huculskim (Krzemień, 2002). Ostatnia dekada to okres żywiołowego rozwoju górskiej turystyki konnej. Powstaje coraz większa liczba ośrodków jeździeckich, w których miłośnicy gór i koni mogą uprawiać ten przepiękny i dostarczający wiele nie-

zwykłych wrażeń rodzaj turystyki.

Według przypuszczeń jeździecka turystyka górską jest znacznie starsza od samego pojęcia „turystyka” – pojęcie to pojawiło się po raz pierwszy w Słowniku Warszawskim w 1919 roku – a tym bardziej od określenia jej mianem „turystyki kwalifikowanej”. W owych czasach koń spełniał rolę środka lokomocji i transportu, dlatego też nie traktowano podobnych wycieczek jako turystyki. Jest to również powód, dla którego trudno jest odnaleźć przekazy o początkach turystyki jeździeckiej, nikt bowiem nie rozpisywał się o tak powszechnie używanym środku podróży. Jazda konna traktowana była głównie jako jedyny niezawodny środek lokomocji, a dopiero w drugiej kolejności jako przyjemność. Nie zmienia to jednak faktu, że poruszanie się konno w górach wymagało i wymaga nadal nabycia pewnych umiejętności. Cechami takimi cieszyli się Huculi, którzy oprócz użytkowania koni nazwanych zwyczajowo końmi huculskimi zajmowali się również ich hodowlą. Nie bez powodu transport konny cieszył się takim powodzeniem na terenie Huculszczyzny, gdzie istniały trudne warunki naturalne. Górski teren i brak sieci dróg wykluczał inny środek lokomocji. Konie huculskie wykorzystywano do transportu jucznego, prac zaprzęgowych, jak również do jazdy wierzchem, gdyż cechują się one dużą odwagą, wysokim stopniem inteligencji pozwalającym na pokonywanie napotkanych przeszkód, wspaniałym wyczuciem i orientacją w terenie, niewybrednością na paszę i wysokim stopniem odporności na choroby. Cechy te pozwalają na określenie ich mianem nieocenionego towarzysza wycieczek górskich dla człowieka (Jagielski, 2003).

Popularyzacji turystyki konnej służy jeździecka odznaka turystyki górskiej i nizinnej. Rozwój turystyki konnej przyczynił się również do wyznaczenia tras „końskich wędrówek”. Specjalnie do tego przeszkolono Znakarzy Górskich Szlaków Jeździeckich, dzięki pracy których wytyczono ponad 1000 km szlaków, w tym: 600 km to Transbeskidzkiego Szlaku Konnego, ponad 150 km Bieszczadzkiego Szlaku Konnego, 200 km szlaków wokół Ośrodków Turystyki Jeździeckiej i 250 km szlaku na obszarze Jury Krakowsko-Częstochowskiej. Dochodzą do tego liczne szlaki powstałe na terenach Bieszczadz-

kiego i Gorczańskiego Parku Narodowego.

Spopularyzowanie wypoczynku w agroturystykach spowodowało, że gospodarstwa, aby poszerzyć swój zakres usług wprowadziły jako dodatkową atrakcję jazdy konne. Nie od dzisiaj wiadomo, że najdogodniejsze warunki do uprawiania rekreacji i turystyki konnej są na wsi. W założeniu agroturystyki wytworzyć ma się specjalna atmosfera życia wiejskiego i domowy klimat, którego doświadcza turysta pod dachem gospodarza. Rekreacja konna we wszystkich jej formach wzmacnia i stanowi dodatkowe źródło pozytywnych wrażeń. Utrzymanie dwóch czy trzech koni w gospodarstwie nie stanowi większego problemu, za to przynosi wymierne korzyści: wzrost zainteresowania ofertą oraz zwiększenie dochodów z gospodarstwa agroturystycznego. Konie stają się magnesem przyciągającym zainteresowane jeździectwem osoby i są przyczynkiem do wydłużenia sezonu turystycznego (Grobelny, 1997).

Dla miłośników, którzy pragną mieć swojego konia, coraz bardziej dostępne są usługi tzw. „pensjonatowe” oferowane przez właścicieli ośrodków jeździeckich. W ramach takiej oferty koń ma zapewniony boks, odpowiednie żywienie, często także pielęgnację czy trening. Do obowiązków właściciela konia należy jedynie, podpisanie umowy oraz opłacanie usługi i ewentualne ubezpieczenie konia. A korzyści płynące z takiej sytuacji to motywacja do wyjścia z domu i przyjemność płynąca chociażby z faktu odwiedzania konia i przebywania na łonie natury, jak i uprawianie wybranej formy rekreacji z jego udziałem.

Każdego roku przybywa chętnych do korzystania z uroków rekreacji konnej, powstaje także coraz więcej ośrodków oferujących ten rodzaj usług. Rozpatrując jednak przedział wiekowy uczestników wyżej wspomnianych form rekreacji zauważymy, że dotyczy on i jest skierowany w przeważającej części do odbiorcy dorosłego. A co z dziećmi i młodzieżą i ich udziałem w rekreacji i sporcie jeździeckim? Według badań R. Przewędy i J. Dobosza (2007) sprawność fizyczna polskich dzieci spada, pomimo że z biologicznego punktu widzenia wyniki i osiągnięte rezultaty w testach sprawnościowych powinny być coraz lepsze, to tak nie jest. Poziom wydolności

i sprawności polskiego młodego człowieka obniża się a trend jest bardzo niepokojący, bo jeśli nic się nie zmieni w 2035 roku ½ Polaków będzie miała nadciśnienie, a otyła będzie 1/3. Obecnie otyły jest co piąty chłopiec i co siódma dziewczynka (Szklarska, Kozieł, Bielicki, Welon, 2004).

Pomimo większej dostępności i atrakcyjności obiektów sportowych i artykułów związanych z uprawianiem sportów i szeroko pojętej rekreacji, że najczęstszym sposobem spędzania wolnego czasu jest oglądanie telewizji lub korzystanie z komputera (Rycztesky, 2004). Motywacja dzieci do udziału w aktywnym spędzaniu czasu wolnego nie jest na tyle silna, by przeciwstawić się oferowanym w telewizji programom czy grom komputerowym. Czy pomimo łatwego dostępu do informacji, świadomości i wiedza rodzica o potrzebie ruchu i jego wpływie na prawidłowy rozwój psychofizyczny dziecka, jego stymulatywną rolę w rozwoju mózgu oraz ważną funkcję w socjalizowaniu się dziecka, nie jest zbyt mała? To stwarza pole do działania dla animatorów różnych dyscyplin sportowych i form rekreacji. Sensowne zagospodarowanie czasu młodego człowieka to ciągły dylemat rodzica, który chętnie przyjmie dobrze uargumentowaną propozycję (Toczek-Werner, 2008).

W dobie dużych możliwości, a jednocześnie kryzysu aktywności ruchowej i działań podejmowanych na rzecz rozwoju indywidualnej sprawności fizycznej potencjalnego młodego Polaka, alternatywą dla spędzania wolnego czasu przed telewizorem bądź komputerem mogą być gry i zabawy na koniu i z koniem zaaranżowane w formie tzw. pony games/mounted games. Pojawiły się one w latach 50. XX wieku w Wielkiej Brytanii, jednak prawdziwą ich kolebką są Indie. W Anglii spotkały się szybko z dużym uznaniem i stały bardzo popularne. Rozpowszechniły się również we Francji, Niemczech, Stanach Zjednoczonych, Australii, gdzie mają wielu zwolenników. Aby zapewnić maksymalne bezpieczeństwo w rozgrywkach przepisy zabaw i gier pony games i mounted games zostały znormalizowane. Powstało Międzynarodowe Stowarzyszenie Mounted Games, którego członkami jest już 20 krajów.

Pony Games stanowią pewne novum w jeź-

dziectwie. Posiadają szerokie walory pedagogiczne. Bazując na zabawie i współpracy w grupie, budują w dziecku poczucie własnej wartości, uczą zachowań związanych ze zdrową rywalizacją i stymulują do podejmowania działań na rzecz samodoskonalenia. Pony games inaczej nazywane „gymkhanas” to jeździeckie rozgrywki – zawody wprowadzające w różne formy wyścigów i gier. Są nierzadko częścią większej imprezy jeździeckiej takiej jak np. skoki przez przeszkody. Mogą wyglądać prosto, ale każda konkurencja pony games to zaaranżowany sprawdzian wytrenowania i umiejętności jeźdźcy oraz konia. Udział w pony games to przede wszystkim mnóstwo zabawy i świetny sposób na dbanie o kondycję fizyczną i doskonalenie umiejętności jeździeckich (Heywood, 1997).

We wczesnym dzieciństwie niejednego dziecka z europejskiego kręgu kulturowego koń na biegunach pojawia się wśród ulubionych zabawek stanowiąc często zaczątek zainteresowań dziecka jeździectwem. Zwykle mile się kojarzy, bo z bujaniem, które dzieci uwielbiają, i które pozytywnie wpływa na ich rozwój. Ciepły dotyk, uwaga rodzica, poczucie bezpieczeństwa, pozytywne emocje towarzyszące spotkaniu z koniem-zabawką pozostają na długo w ich pamięci. Jak można zaobserwować, popularność serialu „My Little Pony” jest wśród dzieci bardzo duża. Marzeniem prawie każdej małej dziewczynki jest posiadanie własnego kucyka. I właśnie na tych dziecięcych marzeniach i zdrowych emocjach budowana jest motywacja do uczestniczenia w pony games (Kutzner-Kozińska, Owczarek, Skład, 1983). Zabawa to naturalna aktywność dziecka, dzięki której odkrywa ono świat, obserwuje go i stara się zrozumieć istniejące w nim zależności. Zabawa to przyjemność, która sprzyja procesowi uczenia się. Pony games poprzez swoją urozmaiconą formę, atrakcyjność, dynamikę potrafią zaspokoić tę potrzebę.

W pony games rywalizacja odbywać się może indywidualnie, zespołowo, rodzinnie. Jeden zespół składa się z minimum czterech, a maksymalnie z pięciu zawodników i kuców, z których czwórka reprezentuje drużynę w poszczególnych konkurencjach. Konkurencje natomiast podzielone są na rodzaje, w których akcentuje się pre-

cyzję, dokładność i technikę wykonania, szybkość, zręczność, zgranie jeźdźca z kucykiem, współpracę w zespole między poszczególnymi zawodnikami. Dużą uwagę zwraca się na traktowanie kucyków przez jeźdźców i bezpieczeństwo obojga.

Zabrania się stosowania bata, ostróg, krzyku czy bicia zwierzęcia ręką. Zawodnik uczestniczy w grach bez żadnych ozdób i w odpowiednim stroju zapewniającym mu swobodę ruchów, obowiązkowo w kasku. Rozmiar kucyka musi być adekwatny do wysokości i ciężaru zawodnika. Jest to istotne dla zdrowia konia, jak również gwarantuje większe bezpieczeństwo i możliwość lepszej obsługi i współpracy jeźdźca z kucem. W przypadku mniejszych dzieci eliminuje element strachu przed dużym zwierzęciem, którego rozmiary dzięki obowiązującym przepisom są proporcjonalne do wzrostu dziecka. Ważne są również doświadczenie i umiejętności jeździeckie uczestnika. Zawodnik może startować na kucu, którego poziom ujeżdżenia jest adekwatny do stopnia jego wytrenowania.

Pony games obejmuje ponad 30 zabaw. Najmniej skomplikowaną z nich jest „sztafeta–slalom”. Przykładami innych mogą być: „slalom parami” (para jeźdźców jednej drużyny pokonuje slalom między tyczkami trzymając w dłoniach kawałek liny nie mogąc jej wypuścić ani na chwilę), „przejście po kamieniach” (zawodnik prowadząc konia w ręku pokonuje określony odcinek stąpając po wiadrach odwróconych do góry dnem), „wyścig piłka na stożek” (zadaniem jeźdźca jest przeniesienie piłki tenisowej ze szczytu jednego stożka na drugi), „wyścig z balonami”, „wyścig z piramidą”, „listonosz”, „wyścig w workach prowadząc swojego wierzchowca”, „wyścig z kubkiem”, „wyścig ze zmianą flag” i inne (Jedich, 2004).

Drużyny rywalizują równolegle w poszczególnych konkurencjach. Pole rozgrywek, które można modyfikować (ważne jest, aby zachować proporcje), obejmuje plac o max powierzchni 100 m x 75 m. Jednocześnie rywalizować może ze sobą sześć drużyn. Jury składa się z: sędziego głównego, który ma decydujący głos w sytuacjach spornych, asystenta sędziego głównego i sędziów liniowych sygnalizujących sędziemu głównemu błędy, także komisarza porządkowego oraz osoby odpowiedzial-

nej za prawidłowe ustawienie toru. Istnieje kilka kategorii startowych, zależnych od wieku i poziomu jeźdźców:

- Kategoria A3: dzieci do 10. roku życia, wierzchowiec o parametrach pony A;
- Kategoria A3 i A2: dzieci do 12. roku życia, wierzchowiec o parametrach pony A;
- Kategoria PG3,2,1: młodzież do 16. roku życia, wierzchowiec o parametrach pony B, C, D;
- Kategoria MG3,2,1: młodzież między 14. a 26. rokiem życia, wierzchowiec o parametrach pony B, C, D;
- Kategoria seniorów: osoby powyżej 26. roku życia;

Pony games są sposobem utorowania dzieciom i młodym zawodnikom drogi do udziału w innych formach rekreacji i sportu jeździeckiego w przyszłości. Stanowią wspaniałe przygotowanie do uprawiania polo, horseball czy polocrosse, które nieśmiało zaczynają wkraczać na polskie boiska. Uczą odpowiedzialności za swojego kucyka, myślenia strategicznego, wykonywania precyzyjnych zadań pod presją czasu, współpracy w dążeniu do celu, wyrabiają ducha walki, doskonałą zwinność, zręczność, koordynację, równowagę. Są emocjonujące i spektakularne dla widzów. Nawiązując do tradycji ułańskich przybliżają młodemu pokoleniu fragmenty historii. Uczą szacunku do zwierząt, do innych ludzi, respektowania reguł i zasad, wpływają na proces socjalizacji i kondycję fizyczną, doskonałą technikę jazdy konnej, dzięki współzawodnictwu pozwalają docenić swoją wartość i systematyczną pracę.

Omówione treści wpisują się idealnie w przedstawioną w artykule K. Salomon-Krakowskiej i J. Grobelnego (2010) systematykę wartości jeździeckich opartych o typologię Maxa Schelera:

❖ Wartości hedonistyczne

- Możliwość imponowania innym.
- Przyjemność z samej jazdy konnej.
- Przyjemność z możliwości dbania o konia, jego pielęgnacji.
- Ucieczka od zgiełku i hałasu miejskiego.

❖ Wartości utylitarne

- Przynależność do środowiska „koniarzy”.
- Możliwość spotkania ludzi o podobnych zain-

teresowaniach.

- Możliwość nabycia nowych umiejętności.
 - Możliwość uprawiania jeździectwa w gronie rodzinnym.
 - Możliwość zawierania znajomości z osobami w różnym wieku (wielopokoleniowość).
 - Możliwość uprawiania jazdy konnej przez cały rok.
 - Przebywanie na świeżym powietrzu.
- ❖ **Wartości vitalne**
- Podniesienie własnego prestiżu.
 - Możliwość pokonania lęku przed koniem.
 - Możliwość (konieczność) samodoskonalenia.
 - Panowanie nad zwierzęciem.
 - Przewycięzanie własnych słabości.
 - Poczucie wolności (np. podczas galopad w terenie).
 - Odzyskanie sprawności fizycznej.
 - Podniesienie poziomu sprawności fizycznej.
 - Utrzymanie sprawności fizycznej.
 - Odpoczynek, regeneracja sił psychofizycznych.
 - Kontakt z naturą.
 - Zwiększenie własnej atrakcyjności pod względem osobowościowym.
 - Przygodowy aspekt jeździectwa (np. podczas rajdów, wędrówek konnych).
 - Jazda konna jako środek dbałości o własne zdrowie.
 - Jazda konna jest „sportem całego życia” (można ją uprawiać od 5 do 105 roku).
- ❖ **Wartości estetyczne**
- Piękno konia.
 - Piękno ubioru.
 - Estetyka rzędu końskiego.
 - Podążanie za jeździecką modą użytkową (derki, czapaki, ochraniacze, owijki itp.).
 - Podziwianie krajobrazu.
 - Zwiększenie własnej atrakcyjności pod względem fizycznym.
 - Koń, jazda konna jest tematem dokonań artystycznych (poezja, malarstwo itp.).
- ❖ **Wartości poznania**
- Poznanie psychiki, zachowań konia.
 - Poznanie siebie (odkrycie słabych i mocnych stron swojego charakteru).

❖ **Wartości porządku prawnego**

- Kontynuacja jeździeckich tradycji rodzinnych.
- Możliwość podtrzymania narodowych tradycji historycznych (rycerskich, kawaleryjskich).

❖ **Wartości świętości**

- Jazda konna jako źródło doznań duchowych, mistycznych.

Dzisiejsze obciążenia cywilizacyjne coraz wyraźniej dotyczą również dzieci i młodzieży. Sedenteryjny styl życia, niewłaściwe odżywianie, brak odporności na stres powodują często zaburzenia rozwoju bio-psycho-społecznego młodych pokoleń. Wydaje się więc słuszne holistyczne podejście do problemu przygotowania, szczególnie tej grupy, do prozdrowotnego sposobu życia. Charakterystyka wartości pony games wskazuje wyraźnie na oddziaływanie edukacyjne w zakresie budowania zdrowia przez systematyczne, pełne pozytywne zaangażowania emocjonalnego uczestnictwo w jednej z wielu, ale jakże charakterystycznej formie rekreacyjno-sportowej. Profilaktyka wstępna odnajduje w tym ruchu swoje podstawowe założenia.

Piśmiennictwo

1. Grobelny J. (1997). Specyfika rekreacyjnej jazdy konnej. W: T. Wolańska T., J. Lisowska (red.), *Sport dla wszystkich, wybrane dyscypliny*. t. 7. Warszawa: PTNKF Warszawa, 116-130
2. Grobelny J., Jasiński J. (1997). Formy rekreacji konnej w zależności od wieku i poziomu umiejętności jeździeckich. W: D. Umiastowska (red.), *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*. Szczecin: Uniwersytet Szczeciński, 15-18.
3. Heywood R. (1997). *Pony Games*. Tulusa: EDC Publishing.
4. Jagielski B. (2003). *Polskie konie – stadniny, stada i kluby jeździeckie*. Warszawa: Arkady, Warszawa
5. Jedich A. (2004). *Mounted Games*. Cadmos Verlag GmbH.
6. Kon L. (1958). *Jazda konna*. Warszawa: Sport i Turystyka.
7. Krzemień M.P. (2002). *Górska turystyka*

- jeździecka. Kraków: Ostoja, Kraków.
8. Kutzner-Kozińska M., Owczarek S., Skład A. (1983). *O indywidualizacji rekreacyjno-korektywnych form aktywności ruchowej*. Warszawa: Wyd. AWF.
 9. Przewęda R., Dobosz J. (2007). *Kondycja fizyczna polskiej młodzieży*. Warszawa: Wyd. AWF.
 10. Przewęda R. (2008). Przemiany kondycji fizycznej młodzieży. W: A. Dencikowska, S. Drozd, W. Czarny. (red.), *Aktywność fizyczna jako czynnik wspomagający rozwój i zdrowie*. Rzeszów: Wyd. URz.
 11. Rycztesky A. (2004). Active lifestyles of young people – benefits and outcomes. *EU Conference: Young People's Lifestyles and Sedentariness*, Essen, 18.
 12. Salomon-Krakowska K., Grobelny J. (2010). Wartości rekreacji jeździeckiej. W: M. Napierała M. (red.), *Pedagogy of health in physical culture*. Poznań: Ośrodek Rekreacji, Sportu i Edukacji w Poznaniu, 251-260.
 13. Suchorski J. (1977). *Jeździectwo*. Warszawa: PWRiL.
 14. Szklarska A., Koziół S., Bielicki T., Welon Z. (2004). Do Poles grow or get fat? Generation trends in the social and economic context. W: K. Kaczanowski, P. Bergman, J. Charzewska, H. Piechaczek (red.), *Secular trends and civilizations changes*. Warszawa: Wyd. AWF, 31-53.
 15. Toczek-Werner S. (2008). *Podstawy rekreacji i turystyki*. Wrocław: Wyd. AWF, 24-28.
 16. Urbankiewicz J. (1996). *Legenda jazdy polskiej*. Łódź: Wyd. Wojciecha Grochowalskiego.
 17. Wyżnikiewicz-Nawracała A. (1997). Jeździectwo jako sport rekreacyjny. W: T. Wolańska T., J. Lisowska (red.), *Sport dla wszystkich, wybrane dyscypliny*. Warszawa: PTNKF, 1997, t. 8, 93-116.
 18. zasoby internetowe: www.mounted-games.org

Małgorzata Nyc
fibichmag@wp.pl

Małgorzata Nyc

Karkonosze College in Jelenia Góra

Animation of recreational and sports activity among children through use of pony games

Abstract

The paper presents the popular and most accessible forms of equestrian recreation and sport, and highlights their diversity and character. The current state of physical fitness of Polish children is discussed. The study provides a description of pony games and emphasises their pedagogical and educational qualities. Such games are shown to be an alternative to a sedentary lifestyle and an alternative manner for managing a child's free time.

The purpose of the present study is to analyse the forms of equestrian recreation and sport and to indicate their usefulness in animating recreational and sports behaviours among children, as well as to explore the possibilities of using the advantages of horse riding in educational activities that popularise and promote a health-oriented lifestyle.

Horse riding in Europe has a long tradition and a strong historical and economic basis. Until the Partitions of Poland, our cavalry was considered the best in Europe, and many other European countries drew from their way of riding and fighting (Urbankiewicz, 1996). The period between World War I and World War II brought about the dynamic development of horse riding, mostly in military formations. Holding the cyclic Military Competition in the Polish army and Polish officers participating in international competitions and Olympic Games significantly contributed to the emergence of the modern sports, recreational and tourist horse riding (Suchorski, 1977). Those days, an elitist form of recreation included very popular horse hunting and rides in the area. This resulted in developing a civil trend of recreational horse riding, which to this day remains elitist. In 1947, the last cavalry troops were dissolved. Due to its aristocratic origins, horse riding was popularised neither as a sport nor a form of recreation. The consequences included changing direction in breeding, emphasising utility horse breeding, suitable primarily for work in harness, and

placing horse riding in stud farms, herds, and production cooperatives, i.e. in rural areas (Kon, 1958).

In the 1970s, an initiative of the Employee Holiday Fund resulted in establishing horse riding centres, promoting so-called holidays in a saddle, which became popular especially among university students, who began to organise many clubs under the name of Academic Equestrian Clubs (AEC). In return for the work in stables, the clubs offered the opportunity to participate in horse rides and enjoy the pleasures of contact with horses, an opportunity willingly taken by young people. For economic reasons, they began in the 1990s to liquidate the AECs, whose property was being bought up by private individuals. Many stables and equestrian facilities were founded. They operated mainly on the outskirts of cities, offering increasingly complex services, not just horse riding. It is difficult to determine the actual number of such centres, but it is estimated that there are over 1,000 centres across the country. Regions with an outstanding number of centres include the following voivodeships: Warmińsko-Mazurskie, Śląskie, Mazowieckie, Wielkopolskie, Lubuskie, and Pomorskie (Grobely, 1997).

Horses play an increasingly significant role in recreation, rehabilitation and sport. Practicing horse riding is fashionable. Psychophysical benefits of practicing this form of active recreation have been appreciated more often recently. Leisure riding is mainly about the contact between a human and

a horse, and that combined with the natural environment triggers a lot of positive feelings and aesthetic experiences. This contact may take various forms: English or Western horseback riding, horse-drawn vehicle riding or driving, skijoring, and mountain horse riding. Today in Poland, the most common form is English horseback riding practiced in both riding halls and the country, as well as during several-hour rides and several-day horse racing, depending on the needs and predispositions of its participants.

The centres offer off-road horse riding to those who have basic skills in independent horseback riding. The skills must first be verified by an instructor. A great attraction of such expeditions is the opportunity to visit places that due to a lack of roads are available only to pedestrians. A more developed form of off-road horse rides are rallies. These several-day rallies let a human to experience unforgettable direct contact with nature and create a bond between riders and their companions during several days of riding. It is one of the most enjoyable but also responsible forms of recreational horse riding. However, it is necessary to follow a few rules to guarantee a successful and, above all, safe ride. First of all, group members participating in a rally should have similar riding skills to easily cover another section of a certain route. It is also essential not to overestimate one's abilities in order to be able to anticipate certain situations and possible behaviour of a horse, as well as to be able to rely on the advice and suggestions given by the instructor leading the rally (Grobelny, Jasiński, 1997).

The beginning of the 21st century in Poland was a period of dynamic development of horse-drawn vehicle driving disciplines. As a form of recreation, it can be practiced in an active way with horse-drawn vehicle driving, and in a passive way with horse-drawn vehicle rides. Rides are usually available in larger tourist destinations, while the active form, i.e., horse-drawn vehicle driving, can be practiced in an area specifically designed for this purpose around equestrian centres. Overcoming obstacles arising from the terrain often gives a source of additional satisfaction. Participating in amateur competitions of horse-drawn vehicle driving has become

popular; such competitions do not differ in competitiveness and level from the professional ones.

Another form of recreational riding, is skijoring. It combines elements of skiing and horse riding and originated in Scandinavia. The idea is that a skier guides the horse while in actuality skiing behind the horse. In our country, this form was improved upon, because there is also a rider who directly leads the horse. It is a perfect option for people whose favourite recreational activities are skiing and horse riding (Wyżnikiewicz-Nawracała, 1997).

The literature of the subject has been paying more and more attention to a style new in Poland, but increasingly popular, which is Western riding. It is a style created for strolling and horse racing, which creates a suitable atmosphere and a taste of adventure during the rides. A rider leads a horse effortlessly, holding the reins in one hand, because a trained horse is prepared for that. The number of Western clubs is rapidly increasing, which results in a higher sporting level at competitions. Published papers in journals about professional equestrianism, as well as the people committed to improving their skills thanks to foreign coaches, mainly in the Czech Republic, also contribute to raising the level at competitions. Interest in the Western style is also reflected in the number of spectators watching competitions, and some events attract thousands of fans. The attractiveness of contests is also increased by accompanying events such as country music concerts, shows, rides using the Western saddle, etc.

Nowadays, a new field of tourism is becoming more and more popular: mountain equestrian tourism. In Poland, however, we can talk about its reactivation, since the beginnings of both tourist and scientific exploration of Polish mountains were associated with the Hucul ponies (Krzemień, 2002). The last decade was a period of rapid development of mountain equestrian tourism. There are more and more equestrian centres where mountain and horse lovers can enjoy this beautiful kind of tourism, which provides many extraordinary experiences.

The mountain equestrian tourism is believed to be much older than the concept of "tourism" – the concept appeared for the first time in "Słownik Warszawski" in 1919 – and even older than describing

such tourism as “adventure tourism.” In those days, the horse served as a means of transport; therefore, such trips were not treated as tourism. This is also a reason why it is difficult to find messages about the origins of equestrian tourism, as nobody elaborated on such a widely used means of transport. Horse riding was regarded primarily as the only reliable means of transportation, and only secondarily as a pleasure. This does not change the fact that horse riding in the mountains required and still requires certain skills. Such skills were characteristic of the Hucul people, who not only used the horses – commonly called the Huculs – but they were also engaged in breeding them. Undoubtedly, horse transport was very popular in the Hutsul region, where the natural conditions were difficult, and the mountainous terrain and lack of roads excluded other means of transportation. Hucul horses were used in pack transport, sled work, as well as horseback riding because they are characterised by great courage, a high level of intelligence that allows them to cope well with the obstacles encountered, an amazing sense of orientation in the field, lack of preference for just one fodder, and a high degree of immunity to diseases. These features allow us to describe them as an invaluable companion for a human in mountain hiking (Jagielski, 2003).

The popularisation of horse riding tourism has been prompted by awarding an equestrian badge of mountain and lowland tourism. The development of equestrian tourism has also contributed to determining “horse trek” routes. Mountain Equestrian Trails Markers were specially trained, and their work resulted in marking up over 1,000 km of trails, including 600 km of the Trans-Beskydy Horse Trail, over 150 km of the Bieszczady Horse Trail, 200 km of trails around the Equestrian Tourism Centres, 250 km of trails in the area of the Kraków-Częstochowa Jurassic Upland, as well as numerous trails created in the areas of the Bieszczady and Gorce National Parks.

Thanks to increasingly popular agritourism, farms introduced an additional attraction of horse riding to expand their range of services. It is commonly known that the most favourable conditions for recreation and equestrian tourism are in the co-

untryside. The idea of agritourism is to create a special atmosphere of home rural life, which is experienced by a tourist under the roof of a host. Equestrian recreation in all its forms strengthens and provides an additional source of positive feelings. Maintaining two or three horses on the farm is not a major problem, but it brings tangible benefits: increased interest in the offer and higher income of the agritourism farm. Horses have become a magnet for people interested in horse riding and have contributed to extending the tourist season (Grobelny, 1997).

“Boarding house” services are increasingly offered by the owners of equestrian centres to the horse lovers who want to have their own horse. As a part of such an offer, the horse is provided with a stall, proper nutrition, often care and training as well. The duties of the owner of the horse include only signing a contract and paying for services and possible horse insurance. Benefits of such a situation are the motivation to go out and the pleasure from at least visiting the horse and spending time in the nature, as well as practicing a chosen form of recreation with the horse.

Every year increasing numbers of people are willing to enjoy recreational riding, so the number of centres that offer this type of service is also growing.

However, considering the age range of participants in the aforementioned forms of recreation, it can be noticed that such forms are directed mostly to adult recipients. So what about children and teenagers and their participation in equestrian recreation and sport? According to research by R. Przewęda and J. Dobosz (2007), Polish children’s physical fitness has been falling. Despite the fact that from a biological point of view results achieved in the performance tests should be getting better, they are not. The level of performance and fitness among Polish young men has been decreasing. This trend is highly alarming, because if nothing changes, in 2035 half the Polish population will suffer from hypertension, and one-third of Poles will be overweight. Currently, one in five boys and one in seven girls are obese (Szklarska, Koziół, Bielicki, Welon, 2004).

Despite the increased availability and attractiveness of sports facilities and products related to

sports and recreation in general, the most common pastime is watching TV or using a computer (Rycztesky, 2004). The motivation of children to participate in active leisure activities is not strong enough to reject the programmes offered on TV or playing computer games. Despite the easy access to information, the question arises whether there is enough knowledge about the need for physical activity and its impact on the proper physical and psychological development of a child, its stimulating role in brain development, and its crucial function in child's socialisation. This creates a scope for activity organisers of different sports and recreational activities. Sensible management of a young person's time is always a dilemma for a parent who is willing to accept a well-argued proposal (Toczek-Werner, 2008).

In the era of big opportunities and at the same time the crisis of physical activity and actions undertaken to develop individual physical fitness of a young Pole, an alternative to spending free time in front of a television or a computer can be games on the horse and with the horse arranged in the form of so-called pony games/mounted games. These games appeared in the 1950s in the United Kingdom, but their true birthplace is India. In England, they met with high praise and quickly became very popular. The games spread also in France, Germany, the United States, and Australia, where they have many fans. To ensure maximum safety in the competition, the rules of pony games and mounted games were standardised. The International Mounted Games Association was founded and now includes members from 20 countries already.

Pony games are a kind of novelty in horse riding. They have broad educational values. Based on games and group cooperation, they strengthen children's self-esteem, teach behaviour associated with healthy competition, and stimulate them to aim at self-improvement. Pony games, known also as gymkhanas, are equestrian games, i.e. competitions introducing in various forms of rallies and games. They are often a part of a larger event, for instance, show jumping events. They may seem to be simple, but each competition of pony games is an arranged test of fitness and skills of both a rider and a horse. Participation in pony games means mainly a lot

of fun and a great way to take care of one's physical condition and improve riding skills (Heywood, 1997).

In the early childhood of many children from the European cultural circle, a rocking horse appears among the favourite toys, frequently arousing children's interest in horse riding. It usually brings pleasant memories of rocking loved by children, and which is known to positively influence their development. The warm touch, parent's attention, security, positive emotions associated with the meeting with a toy horse remain in their memory for a long time. As can be seen, the popularity of the TV series "My Little Pony" is very high among children. Almost every little girl dreams of having her own pony. The motivation to participate in pony games is based on these children's dreams and healthy emotions (Kutzner-Kozińska, Owczarek, Skład, 1983). Playing is a natural activity of a child, thanks to which a child discovers the world, watches it and tries to understand existing relationships. Playing is a pleasure, which supports the learning process. Pony games through their varied form, attractiveness, and dynamism may satisfy this need.

The competition in pony games can take place individually, as a team, or a family. One team consists of a minimum of four, and a maximum of five, riders and ponies, out of which four represent the team in individual events. Each event is divided into types, which emphasise the precision, accuracy, technique, speed, agility, synchronisation between a rider and a pony, and teamwork between players. Much attention is paid to the treatment of ponies by their riders and the safety of both.

The use of whip, spurs, shouting, and beating an animal with a hand are forbidden. The participants in pony games do not use any ornaments, and they wear an appropriate outfit that provides for freedom of movement. A helmet is mandatory. The size of the pony must match the height and weight of the rider. This is important for the health of the horse, and it allows for greater safety and for the possibility of the rider to better handle and cooperate with the pony. In the case of smaller children, the element of fear of a large animal is eliminated, since according to the regulations, the size of the pony must be pro-

portional to the height of the child. The experience and riding skills of the participant are also relevant. The player can compete on the pony whose dressage level is adequate to the degree of training.

Pony games include over 30 games. The least complicated of them is the "relay-slalom." The other examples are: "slalom in pairs" (a pair of riders from one team do a slalom between the poles, holding a piece of rope in their hands and not letting it go even for a moment), "passing over the stones" (riders lead a horse in their hands and cover a certain distance, stepping on the inverted buckets), "ball on the cone race" (a rider's task is to move a tennis ball from one top of a cone to another), "balloon race," "pyramid race," "postman," "sack race, leading one's mount," "mug race," "changed flags race" (Jedich, 2004).

Teams compete simultaneously in individual events. The field of games can be modified (it is necessary to maintain the proportion), but it covers a place of a maximum area of 100 m x 75 m. Six teams can compete with each other at the same time. Judges include the chief judge, who has the final say in cases of disputes, the chief judge assistant and line judges who signal errors to the chief judge, as well as the starter and the person responsible for the correct setting of the track. There are several categories of startup, depending on the age and level of riders:

- Category A3: children up to 10 years of age, mounts of pony A parameters;
- Category A3 and A2: children up to 12 years of age, mounts of pony A parameters;
- Category PG3,2,1: teenagers up to 16 years of age, mounts of pony B, C, D parameters;
- Category MG3,2,1: young people between 14 and 26 years of age, mounts of pony B, C, D parameters;
- Senior Category: people over 26 years of age

For children and young players, pony games are a way to pave their way to other forms of recreation and equestrian sports in the future. They are excellent preparation for practicing polo, horseball and polocrosse, which are slowly beginning to appear in Poland. They teach responsibility for one's pony, strategic thinking, how to perform precision tasks

under time pressure, cooperate in the pursuit of the goal, develop a fighting spirit, improve agility, dexterity, coordination, and balance. The games are exciting and spectacular for the audience. Referring to the Uhlan traditions, they are a history lesson for younger generations. The games also teach respect for animals, other people, rules and principles, have an impact on socialisation and physical fitness, as well as improve horse riding technique, and competition allows the riders to realise their value and appreciate systematic work.

The discussed content fits perfectly in the equestrian values systematics presented in the article by K. Salomon-Krakowska and J. Grobelny (2010) that they based on Max Scheler's typology:

❖ **Hedonistic values**

- The opportunity to impress others.
- The pleasure of riding itself.
- The pleasure of taking care of the horse.
- The escape from the hustle and bustle of the city.

❖ **Utilitarian values**

- ❖ Belonging to the environment of "horsemen".
- ❖ The opportunity to meet people with similar interests.
- ❖ The opportunity to acquire new skills.
- ❖ The opportunity to practice horse riding in a family circle.
- ❖ The opportunity to make friends with people of different ages (several generations).
- ❖ The opportunity to practice horse riding throughout the year.
- ❖ Spending time in the open air.

❖ **Values of life**

- Increasing one's prestige.
- The opportunity to overcome fear of the horse.
- The opportunity (necessity) of self-improvement.
- Controlling the animal.
- Overcoming one's weaknesses.
- The sense of freedom (e.g., while galloping in the field).
- The recovery of physical fitness.
- Increasing the level of physical fitness.
- Maintaining physical fitness.

- Relaxation, regeneration of psycho-physical power.
 - Contact with the nature.
 - Becoming more attractive in terms of personality.
 - The adventure aspect of riding (e.g., during rallies, horse treks).
 - Horse riding as a means of caring for one's own health.
 - Horse riding is a "lifetime sport" (it can be practiced from 5 to 105 years of age).
- ❖ **Aesthetic values**
- The beauty of the horse.
 - The beauty of the outfit.
 - The aesthetics of horse tack.
 - Following equestrian utility fashion (blankets, saddle pads, pads, wrap, etc.).
 - Admiring the landscape.
 - Becoming more attractive physically.
 - The horse and horse riding is the subject of artistic achievements (poetry, painting, etc.).
- ❖ **Cognitive values**
- Understanding the psyche and behaviour of the horse.
 - Getting to know oneself (the discovery of the strengths and weaknesses of one's character).
- ❖ **Traditional values**
- Continuing the family equestrian traditions.
 - The opportunity to maintain national historical traditions (knightly, cavalry).
- ❖ **Holiness values**
- Horse riding as a source of spiritual, mystical experiences.

Today, the results of the development of civilization apply to children and adolescents to a larger extent. Sedentary lifestyle, malnutrition, lack of resistance to stress often cause the abnormal bio-psycho-social development of young generations. Therefore, it seems reasonable to employ a holistic approach to the problem of preparing, especially this group, to a health-oriented lifestyle. The characteristics of pony games clearly shows the educational impact on building health through a regular, full of positive emotional commitment participation in one of many, but an outstanding form of recreation and sport. Initial prevention finds its basic assumptions

in this movement.

References

1. Grobelny J. (1997). Specyfika rekreacyjnej jazdy konnej. In: T. Wolańska T., J. Lisowska (eds.), *Sport dla wszystkich, wybrane dyscypliny*. t. 7. Warszawa: PTNKF Warszawa, 116-130
2. Grobelny J., Jasiński J. (1997). Formy rekreacji konnej w zależności od wieku i poziomu umiejętności jeździeckich. In: D. Umiastowska (ed.), *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*. Szczecin: Uniwersytet Szczeciński, 15-18.
3. Heywood R. (1997). *Pony Games*. Tulusa: EDC Publishing.
4. Jagielski B. (2003). *Polskie konie – stadniny, stada i kluby jeździeckie*. Warszawa: Arkady, Warszawa.
5. Jedich A. (2004). *Mounted Games*. Cadmos Verlag GmbH.
6. Kon L. (1958). *Jazda konna*. Warszawa: Sport i Turystyka.
7. Krzemień M.P. (2002). *Górska turystyka jeździecka*. Kraków: Ostoja, Kraków.
8. Kutzner-Kozińska M., Owczarek S., Skład A. (1983). *O indywidualizacji rekreacyjno-korektywnych form aktywności ruchowej*. Warszawa: Wyd. AWF.
9. Przewęda R., Dobosz J. (2007). *Kondycja fizyczna polskiej młodzieży*. Warszawa: Wyd. AWF.
10. Przewęda R. (2008). Przemiany kondycji fizycznej młodzieży. In: A. Dencikowska, S. Drozd, W. Czarny (eds.), *Aktywność fizyczna jako czynnik wspomagający rozwój i zdrowie*. Rzeszów: Wyd. URz.
11. Rycztesky A. (2004). Active lifestyles of young people – benefits and outcomes. *EU Conference: Young People's Lifestyles and Sedentariness*, Essen, 18.
12. Salomon-Krakowska K., Grobelny J. (2010). Wartości rekreacji jeździeckiej. In: M. Napierała M. (ed.), *Pedagogy of health in physical culture*. Poznań: Ośrodek Rekreacji, Sportu i Edukacji w Poznaniu, 251-260.
13. Suchorski J. (1977). *Jeździectwo*. Warszawa: PWRiL.

14. Szklarska A., Kozieł S., Bielicki T., Welon Z. (2004). Do Poles grow or get fat? Generation trends in the social and economic context. In: K. Kaczanowski, P. Bergman, J. Charzewska, H. Piechaczek (eds.), *Secular trends and civilizations changes*. Warszawa: Wyd. AWF, 31-53.
15. Toczek-Werner S. (2008). *Podstawy rekreacji i turystyki*. Wrocław: Wyd. AWF, 24-28.
16. Urbankiewicz J. (1996). *Legenda jazdy polskiej*. Łódź: Wyd. Wojciecha Grochowalskiego.
17. Wyżnikiewicz-Nawracała A. (1997). Jeździectwo jako sport rekreacyjny. In: T. Wolańska T., J. Lisowska (eds.), *Sport dla wszystkich, wybrane dyscypliny*. Warszawa: PTNKF, 1997, t. 8, 93-116.
18. zasoby internetowe: www.mounted-games.org

Regulamin publikowania prac w *Turystyce i Rekreacji*

Turystyka i Rekreacja jest półrocznikiem naukowym publikującym prace z obszaru turystyki i rekreacji oraz dziedzin bezpośrednio z nimi związanych. Czasopismo zamieszcza następujące rodzaje prac:

- oryginalne prace badawcze – prezentujące wyniki badań naukowych; o całkowitej maksymalnej objętości 20 standardowych stron ze streszczeniem, tabelami i rycinami (około 1800 znaków na stronie), zawierające maksymalnie 6 tabel/rycin i do 30 pozycji piśmiennictwa;
- krótkie doniesienia naukowe – o całkowitej maksymalnej objętości 5 stron, zawierające 1 tabelę/ rycinę i do 10 pozycji piśmiennictwa;
- prace przeglądowe - zamówione lub uzgodnione z redakcją, o całkowitej maksymalnej objętości 30 stron, zawierające maksymalnie 50 pozycji piśmiennictwa;
- listy do Redakcji - stanowiące krótkie artykuły dyskusyjne, o objętości do 3 stron.

Przyjmowane są również sprawozdania ze zjazdów i konferencji naukowych oraz recenzje książek.

Czasopismo jest wydawane równolegle w języku polskim i angielskim. W przypadku złożenia jedynie pracy napisanej w języku polskim koszty tłumaczenia na język angielski ponosi Autor. W przypadku konieczności korekty językowej pracy przygotowanej w języku angielskim jej koszty ponosi Autor.

Za opublikowanie pracy w *Turystyce i Rekreacji* autorzy nie otrzymują honorarium. Pierwszy autor każdego artykułu otrzymuje jeden egzemplarz autorski czasopisma.

Warunkiem rozpoczęcia prac redakcyjnych jest przesłanie drogą elektroniczną na adres redakcji manuskryptu przygotowanego zgodnie z przedstawionymi poniżej wymaganiami formalnymi.

List przewodni i oświadczenie

Do manuskryptu powinien być dołączony a) list przewodni, w którym pierwszy autor kieruje pracę do publikacji w czasopiśmie *Turystyka i Rekreacja*, co jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na publikację pracy w tym kwartalniku oraz b) oświadczenie, że treść artykułu nie była publikowana ani nie została złożona do druku w innym wydawnictwie i po uzyskaniu akceptacji nie zostanie opublikowana w żadnej formie bez pisemnej zgody wydawcy. W przypadku prac zespołowych należy wypełnić także drugą część oświadczenia określając wkład każdego z Autorów pracy.

Rzetelność w nauce stanowi jeden z jej jakościowych fundamentów. Czytelnicy powinni mieć pewność, iż autorzy publikacji w sposób przejrzysty, rzetelny i uczciwy prezentują rezultaty swojej pracy, niezależnie od tego, czy są jej bezpośrednimi autorami, czy też korzystali z czyjejs pomocy (osoby fizycznej lub prawnej). Przejawem nierzetelności naukowej są zjawiska **ghostwriting** (brak ujawnienia wkładu osoby w powstanie publikacji) i **guest authorship** (wskazywanie jako autora/współautora osoby, której wkład w powstanie publikacji był znikomy lub w ogóle nie miał miejsca). Wszelkie wykryte przypadki będą demaskowane, włącznie z powiadomieniem odpowiednich podmiotów (instytucje zatrudniające autorów, towarzystwa naukowe, stowarzyszenia edytorów naukowych itp.).

Konieczne jest także przedstawienie w pracy informacji o źródłach finansowania publikacji, wkładzie instytucji naukowo-badawczych, stowarzyszeń i innych podmiotów (**financial disclosure**).

Recenzja pracy

Redakcja dokonuje wstępnej oceny zgodności treści pracy z profilem czasopisma oraz zgodności manuskryptu z wymaganiami formalnymi przedstawionymi poniżej. Prace niespełniające tych wymagań będą odsyłane do Autorów do poprawy przed rozpoczęciem procedury recenzowania.

Praca jest oceniana anonimowo przez dwóch recenzentów. Autor może podać nazwiska potencjalnych recenzentów w liście do Redakcji, lecz ostateczną decyzję o ich doborze podejmuje Redakcja. W zależności od sugestii osób oceniających Redakcja podejmuje decyzję o dalszym losie pracy; decyzja ta jest ostateczna.

Przygotowanie manuskryptu

Czcionka: Times New Roman, 12 punktów; marginesy: 2,5 cm; interlinia: 1,5 wiersza; bez odstępów między akapitami; wcięcia akapitowe: 1,25 cm; tekst wyrównany do obu marginesów (wyjustowany); bez pogrubień i podkreśleń w tekście.

Numeracja stron na dole, na środku strony.

Struktura manuskryptu

1. Strona tytułowa

Na stronie tytułowej należy podać:

- a. tytuł pracy;
- b. imiona i nazwiska Autorów wraz z afiliacją
- c. imię i nazwisko Autora upoważnionego do prowadzenia korespondencji z Redakcją, wraz z adresem do korespondencji, numerem telefonu i adresem e-mail (kontakt z Autorem będzie utrzymywany wyłącznie za pomocą poczty elektronicznej).

Dodatkowo należy przygotować tzw. ślepą stronę tytułową z samym tytułem pracy, bez informacji o autorach.

2. Streszczenie i słowa kluczowe

Streszczenie powinno zawierać 150-200 słów i posiadać następującą strukturę: cel, materiał i metoda, wyniki, wnioski. Dodatkowo należy podać 3-6 słów kluczowych.

3. Tekst główny

Tekst główny pracy empirycznej powinien zawierać następujące części: wstęp, materiał i metody, wyniki, dyskusja, podziękowania i informacje o finansowaniu badań; piśmiennictwo. Prace powinny być napisane zwięźle i treściwie, z uwzględnieniem nazewnictwa właściwego dla danej dyscypliny naukowej. Redakcja zastrzega sobie prawo dokonywania drobnych poprawek stylistycznych. W przypadku prac budzących poważne zastrzeżenia językowe manuskrypt będzie odsyłany Autorom do poprawy. Możliwe jest też dokonanie korekty językowej pracy na koszt Autorów.

Wstęp

Wprowadza w problematykę pracy, prezentuje krótko aktualny stan wiedzy, zwłaszcza kwestie nierozstrzygnięte (bez szczegółowego przeglądu literatury), określa problem i cel badań, ewentualnie przedstawia pytania badawcze i hipotezy.

Materiał i metoda

Opisuje metodologię badań na tyle dokładnie, by możliwe było ich powtórzenie. Należy podać informacje dotyczące osób badanych (liczebność, wiek, płeć, inne dane istotne z punktu widzenia poruszanego problemu), omówić zastosowane metody, w przypadku metod stosowanych po raz pierwszy podać informacje na temat ich trafności i rzetelności, w przypadku modyfikacji metod istniejących szczegółowo je określić, przedstawić zastosowane metody analiz statystycznych. W przypadku badań eksperymentalnych z udziałem ludzi konieczne jest podanie informacji na temat zgody właściwej komisji etycznej.

Wyniki

Wyniki powinny być przedstawione w sposób uporządkowany, spójny i logiczny, odpowiednio szczegółowo, z podaniem wartości testów statystycznych i poziomu istotności oraz wielkości efektu. Należy unikać prezentowania tych samych danych liczbowych w tabelach i na rycinach oraz szczegółowego ich opisywania w tekście pracy powtarzającego informacje zawarte w tabelach i rycinach. Tabele i ryciny powinny posiadać jak najprostszą i ujednoliczoną formę.

Dyskusja

Stanowi omówienie najważniejszych wyników bez szczegółowego ich przedstawiania z odniesieniem do rezultatów wcześniejszych badań, podkreśleniem nowych i znaczących aspektów, wskazaniem kierunków dalszych badań, podkreśleniem ograniczeń przedstawianego badania. Może być podsumowana w osobnej części prezentującej wnioski poznawcze i praktyczne. Należy unikać stwierdzeń ogólnikowych i niepopartych wynikami badań własnych.

Podziękowania

Prezentowane są tu osoby, które przyczyniły się do powstania pracy, ale ich wkład jest niewystarczający, by spełnić kryteria autorstwa.

Informacje o finansowaniu badań

Należy wskazać źródła finansowania badań podając numery grantów, tytuły projektów badawczych, instytucje finansujące itp.

Piśmiennictwo

Wykaz piśmiennictwa należy sporządzić według przedstawionych niżej wzorów, uporządkować alfabetycznie numerując kolejne pozycje wykazu. Prace tego samego autora należy uporządkować według roku wydania w porządku rosnącym; w przypadku tego samego roku alfabetycznie według tytułu oznaczając literami np. (Guszkowska, 2000a). Nie należy powoływać się na prace nieopublikowane.

Odwołując się do piśmiennictwa w tekście pracy należy podać w nawiasie okrągłym nazwiska autorów i rok wydania pracy, w przypadku dosłownego cytatu także numer strony. W przypadku kilku pozycji należy zachować porządek alfabetyczny (Andruszkiewicz, Szeligiewicz, 2011; Guszkowska, 2007; Rowiński, Dąbrowski, 2012).

W tekście pracy należy podawać same nazwiska autorów, bez inicjałów imienia np. Zdaniem Mazurkiewicza (2009); Wyniki badania Guszkowskiej i Sionek (2011).

Wskazując źródło po raz pierwszy należy podać wszystkich autorów (Cieślik, Ostrowska, Bodzioch, 2011), przy ponownym odwołaniu w przypadku więcej niż dwóch autorów – nazwisko pierwszego autora z dopiskiem *i in.* (Cieślik i in., 2011).

Przykłady zapisu:

Artykuł w czasopiśmie naukowym

1. Grabara M., Borek Z. (2011). Niektóre aspekty uczestnictwa w rekreacji ruchowej w opinii aktywnych fizycznie słuchaczy Uniwersytetów Trzeciego Wieku. *Turystyka i Rekreacja*, 7, 115-120.

Podręcznik, monografia

2. Leary M., Kowalski R. M. (2001). *Lęk społeczny*. Gdańsk: GWP.

Rozdział w podręczniku, monografii

3. Strelau J. (2000). Temperament. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki*. t. 2. Gdańsk: GWP, 683-714.

4. Tabele i ryciny

Tabele i ryciny wraz z numeracją (cyfry arabskie), tytułami (nad tabelą, pod ryciną) należy umieścić na osobnych stronach i dołączyć w osobnych plikach. W pracy należy zaznaczyć miejsce umieszczenia tabeli/ryciny, jeśli nie ma do nich bezpośredniego odwołania w tekście. Tabele/ryciny powinny być zrozumiałe bez konieczności odwoływania się do tekstu pracy. Wszystkie niestandardowe skróty powinny być wyjaśnione w opisie.

Tabele powinny zostać przygotowane w edytorze Word, posiadać jak najprostszą strukturę (bez linii pionowych). Tekst w tabeli wyśrodkowany, w miarę możliwości zaczynający się z wielkiej litery, tabela wyśrodkowana na stronie, tytuł nad tabelą, czcionka 12 punktów, wyśrodkowany.

Ryciny (wszystkie rysunki, schematy, wykresy, mapy, zdjęcia) muszą być czarno-białe lub w odcieniach szarości; numerowane w sposób ciągły, w kolejności odwoływania się do nich w tekście, tytuł pod ryci-

ną, sformatowane tak samo jak podpisy tabel. Do wykresów należy dołączyć dane źródłowe (np. arkusz danych Excela). Wykresy mogą być przygotowane w programie Word lub Excel, zapisane w osobnych plikach .doc lub .xls. Fotografie i inne obrazy powinny być dołączone w plikach .jpg.

Praca, w której tabele i ryciny będą przygotowane niezgodnie z podanymi wymaganiami, zostanie odesłana do autora.

Korekta autorska

Zaakceptowane do druku artykuły po opracowaniu redakcyjnym zostaną przesłane do autora w celu dokonania korekty autorskiej. Obowiązkiem autora jest odesłanie korekty w ciągu jednego tygodnia.

Przesyłanie prac

Prace powinny być przesyłane w postaci elektronicznej jako załączniki; każda część pracy jako oddzielny załącznik (plik tekstowy, plik z tabelami, plik z rycinami, plik z fotografiami) wraz z listem przewodnim i oświadczeniami na adres redakcji t.i.r@wp.pl. W dalszej korespondencji z redakcją należy podawać numer identyfikacyjny manuskryptu.

Alfabetyczny wykaz recenzentów prac nadesłanych w latach 2013-2014

Adamowicz Magdalena	Matusiak Janusz
Awedyk Matylda	Ossowski Zbigniew
Blecharz Jan	Ostrowska-Tryzno Anna
Bochenek Marcin	Piekarski Stanisław
Bołdak Agnieszka	Prusik Katarzyna
Chełmecki Jerzy	Sadowski Grzegorz
Dudek Dobiesław	Strzembicki Leszek
Gorska Jowita	Szeligiewicz Wojciech
Kozdroń Ewa	Wartecka-Ważyńska Agnieszka
Kulczyk Sylwia	Wendt Jan
Leś Anna	Wiesner Wojciech
Łuczak Maciej	Witkowski Zbigniew

Wszystkim Recenzentom Redakcja *Turystyki i Rekreacji* składa serdeczne podziękowania.