

# AKTYWNOŚĆ RUCHOWA LUDZI W RÓŻNYM WIEKU

NR (32) 4/2016





Z myślą o bezpieczeństwie

Publikację wspiera Grupa PZU SA



Publikację wspiera  
Zakład Ubezpieczeń Społecznych



Partnerem publikacji jest IASK

**Nr (32) 4/2016**

**ISSN 2299-744X**

**ISBN 978-83-64559-10-5**

**[arlrw.usz.edu.pl](http://arlrw.usz.edu.pl)**

**ADRES REDAKCJI:**

Al. Piastów 40b  
71-065 Szczecin

**Zespół redakcyjny:**

**Redaktor naczelna i redakcja naukowa:** dr hab. Danuta Umiastowska, prof. US  
[danuta\\_umiastowska@univ.szczecin.pl](mailto:danuta_umiastowska@univ.szczecin.pl)  
tel. (91) 444 27 60

**Sekretarz Redakcji:** Milena Schefs  
[aktywnosc.sekretariat@gmail.com](mailto:aktywnosc.sekretariat@gmail.com)

**Współpraca - recenzenci:**

prof. dr hab. Leonard Nowak; dr hab. Ryszard Asienkiewicz prof. UZ; dr hab. Małgorzata Bronikowska prof. AWF; dr hab. Krystyna Górniak prof. AWF; dr hab. Jan Konarski prof. AWF; dr hab. Krystyna Górniak prof. AWF; dr hab. Mariusz Lipowski prof. AWFis; dr hab. Tomasz Lisicki prof. UZ; dr hab. Maria Nowak; dr hab. Tadeusz Rynkiewicz prof. UW-M; dr hab. Marek Sawczuk prof. US; dr hab. Wojciech Wiesner prof. AWF; dr hab. Anna Zwierzchowska prof. AWF; dr Robert Nowak; dr Piotr Zarzycki

**Korekta:** Danuta Sepuco

**Redakcja techniczna:** Natalia Mirowska

**Opracowanie graficzne, DTP:** Maciej Umiastowski

**Wydawca:** Agencja Wydawnicza koncertowo.pl Mieczysław Podsiadło  
[albatros91@wp.pl](mailto:albatros91@wp.pl)

# SPIS TREŚCI

## TEORETYCZNE ASPEKTY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

*Joanna Ratajczak*

Profilaktyka wcześniactwa i niskiej masy urodzeniowej w szkolnej edukacji zdrowotnej.... 5

*Danuta Umiastowska*

Aktywność fizyczna i psychiczna jako sposób przygotowania się do roli sprawnego seniora..... 11

## FIZJOLOGICZNO-ZDROWOTNE PODSTAWY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

*Małgorzata Fortuna, Jacek Szczurowski, Iwona Demczyszak, Anna Konieczna–Gorysz, Dorota Cichoń*

Ocena adaptacji układu krążenia u kobiet 34–35-letnich w spoczynku oraz w wysiłku fizycznym w stanie równowagi dynamicznej ..... 19

*Maciej Zawadzki*

Autorska koncepcja ćwiczeń hydrokinezyterapeutycznych w przypadku skolioz niskostopniowych..... 27

## AKTYWNOŚĆ RUCHOWA LUDZI DOROSŁYCH

*Ryszard Asienkiewicz*

Dymorfizm cech somatycznych i proporcji ciała oraz sprawności motorycznej młodzieży Uniwersytetu Zielonogórskiego w świetle wielkości zamieszkiwanego środowiska..... 39

*Joanna Cholewa, Marcin Kunicki, Jarosław Cholewa, Beata Rafalska*

Aktywność fizyczna kobiet cierpiących na chorobę Parkinsona ..... 53

*Joanna Kuriańska-Wołoszyn, Arkadiusz Wołoszyn*

Zachowania prozdrowotne studentek a wymagania zawodu pedagoga..... 61

*Tomasz Lisicki*

Zainteresowanie studentów Uniwersytetu Zielonogórskiego aktywnością fizyczną..... 71

## AKTYWNOŚĆ RUCHOWA DZIECI I MŁODZIEŻY

<i>Katarzyna Antosiak-Cyrak, Małgorzata Habiera, Damian Jerszyński, Krystian Wochna, Katarzyna Sobczak, Jerzy Ciereszko, Krzysztof Pietrusik</i> Zmienność globalnej koordynacji ruchowej u 12-letnich chłopców uprawiających piłkę nożną w półrocznym cyklu treningowym.....	83
<i>Damian Jerszyński, Krystian Wochna, Jerzy Ciereszko, Katarzyna Antosiak-Cyrak, Małgorzata Habiera, Katarzyna Sobczak, Krzysztof Pietrusik, Rafał Gozdewski</i> Wpływ eksperymentalnego treningu wizualizacji ruchu na zmiany techniki pływania kraulem na grzbiecie u dzieci we wstępnym etapie.....	91
<i>Anna Maszorek-Szymala</i> Rodzice animatorami aktywności sportowej łódzkich gimnazjalistów.....	109
<i>Katarzyna Sobczak, Katarzyna Antosiak-Cyrak, Joanna Apolinarska, Jerzy Ciereszko, Małgorzata Habiera, Damian Jerszyński, Krzysztof Pietrusik, Krystian Wochna</i> Profil motywacyjny rodziców kierujących dziećmi w wieku niemowlęcym na naukę pływania.....	119



*Katarzyna Sobczak<sup>1</sup>, Katarzyna Antosiak-Cyrak<sup>1</sup>, Joanna Apolinaraska<sup>2</sup>, Jerzy Ciereszko<sup>1</sup>,  
Małgorzata Habiera<sup>1</sup>, Damian Jerszyński<sup>1</sup>, Krzysztof Pietrusik<sup>1</sup>, Krystian Wochna<sup>1</sup>*

<sup>1</sup> Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu

<sup>2</sup> Wyższa Szkoła Edukacji i Terapii w Poznaniu

## **Profil motywacyjny rodziców kierujących dzieci w wieku niemowlęcym na naukę pływania**

**Słowa kluczowe:** niemowlaki, pływanie,  
niemowlaki, rozwój, motywacja,  
zdrowie

### **Wstęp**

Środowisko wodne, w którym dziecko przebywa w łonie matki jest jego pierwszym naturalnym środowiskiem i poprzez swoją specyfikę doskonale stymuluje rozwój płodowy dziecka. Dowiedziono, iż zbyt gwałtowne przechodzenie do nowego środowiska, izolowanie noworodka i pozostawienie go w bezruchu, skrępowanego pieluchami, oznacza zubożenie bodźców do szybszego rozwoju, przede wszystkim mózgu. Dlatego tak istotna jest dla prawidłowego rozwoju noworodka, płynność w przechodzeniu i adaptacji do nowo poznawanego otoczenia. Zachowanie odruchów pływania wyniesione z życia płodowego, które utrzymują się do 4 miesiąca życia, mogą sprawnie być wykorzystane do ćwiczeń ruchowych, podczas zajęć wczesnego osvajania niemowlęcia z wodą [13, 14].

Pływanie najmłodszych dzieci wraz z rodzicami jest stosunkowo nową formą rekreacji ruchowej, ale coraz to popularniejszą ze względu na wiele pozytywnych aspektów wynikających z uczestnictwa w tego typu zajęciach. U większości dzieci w tym wieku pływanie stymuluje rozwój motoryki, sensomotoryki, dostarcza nowych wrażeń i doświadczeń, ćwiczy ich percepcje umysłową [1, 11,

13, 14, 15]. Badania naukowe prowadzone w wielu krajach wykazały, że u dzieci w wieku niemowlęcym uczestniczących w zorganizowanych zajęciach w wodzie stwierdzono niezwykle korzystny wpływ na ich rozwój fizyczny [1, 5, 11, 13, 15]. U większości dzieci w tym wieku pływanie stymuluje rozwoju motoryki, jak i sensomotoryki, dostarcza im nowych doświadczeń i ćwiczy u nich percepcję umysłową [1, 4]. U dzieci w wieku niemowlęcym uczestniczących w regularnych zajęciach w wodzie dostrzega się mniej problemów w rozwijaniu koordynacji ruchowej, jednocześnie dzieci te są bardziej odporne na infekcje, wcześniej niż inne zaczynają raczkować i chodzić, a także lepiej się rozwijają pod względem psychicznym oraz funkcjonalnym oraz bardziej ogólnie mają uodporniony organizm [1, 15].

Niemowlaki uczestniczące w zajęciach z pływania są bardziej otwarte na otoczenie oraz szybciej nawiązują kontakt w grupie, łagodniej reagują na niepowodzenia, a także są bardziej aktywne i zarazem inteligentne niż ich rówieśnicy nie uczestniczący w tego zajęciach [1, 6, 15].

Zwolennicy ćwiczeń ruchowych w wodzie dla dzieci w tym wieku uważają, że pływanie ma również zbawienny wpływ na dzieci, u których zaobserwowano opóźniony rozwój na skutek wszelkiego rodzaju upośledzeń [1, 15].

Tak więc aktywność ruchowa małych dzieci w środowisku wodnym, według wielu opinii pediatrów, psychologów i specjalistów z zakresu pływania, ma niezwykle pozytywny wpływ na ich ogólny rozwój fizyczny, traktowana jest bardzo często jako forma wczesnej stymulacji rozwoju fizycznego oraz psychomotorycznego, a także forma terapii o wieloprofilowym i kompleksowym usprawnieniu dzieci z różnymi dysfunkcjami rozwojowymi [13, 14].

W dodatku, oprócz bezpośredniego wpływu na uczestników kursu, taka forma rekreacji ma pośredni wpływ na całą populację, gdyż stanowi element edukacji prozdrowotnej. Determinuje poprawę bezpieczeństwa i zdrowotności społeczeństwa.

Z uwagi na atrakcyjność zarówno sposobu przeprowadzanych zajęć jak ich zbawienny efekt na rozwój dziecka, postanowiono podjąć badania nad określeniem determinantów, jakimi kierowali się rodzice w podejmowaniu decyzji o wzięciu udziału w tego typu zajęciach.

## **Cel badań i pytania badawcze**

Celem przeprowadzonych badań było określenie powodów dla których rodzice decydują się na kierowanie małych dzieci na zajęcia wczesnej adaptacji do środowiska wodnego oraz określenie hierarchii ważności poszczególnych motywów w zależności od miejsca zamieszkania. Pytania badawcze sformułowano następująco:

1. Jaki poziom wykształcenia cechował badanych rodziców?
2. Jakie formy aktywności ruchowej preferowali badani rodzice?

3. Jakimi motywami kierowali się badani rodzice wysyłając swoje dzieci na naukę pływania?
4. Jaką hierarchię ważności motywów zaobserwowano u badanych rodziców?
5. Jakie korzyści dostrzegali badani rodzice u swoich dzieci z uczestniczenia w zajęciach ruchowych w wodzie?

## **Materiał i metoda badań**

W pracy materiał badawczy stanowili rodzice, którzy zdecydowali się na wzięcie udziału wraz ze swoim dzieckiem w kursie wczesnej adaptacji do środowiska wodnego. Celem kursu było opanowanie przez dzieci umiejętności zachowania się w wodzie, uzyskania właściwych reakcji na środowisko wodne, przyswojenie podstawowych czynności pływackich, elementarnej lokomocji oraz podstawowych skoków do wody. Badany zespół podzielono na dwie grupy. Pierwszą grupę badawczą (grupa I) stanowiło 95 rodziców uczęszczających z dziećmi na zajęcia w Poznaniu, natomiast do grupy II zakwalifikowano 99 rodziców z miasta Śrem. Badania przeprowadzono wśród obojga rodziców wszystkich dzieci uczestniczących w zajęciach na poznańskich (Poznań) i okolicznych krytych pływalniach (Śrem). Zajęcia z dziećmi odbywały się w basenach o płytkiej głębokości od 90-120 cm, spełniające wymogi sanitarno- higieniczne. Temperatura wody wahała się od 32 do 34 stopni. Wiek niemowląt wynosił od 3 do 12 miesięcy.

Badania zostały przeprowadzone za pomocą metody sondażu diagnostycznego, a techniką badawczą był kwestionariusz ankiety opracowany przez autorów opracowania. Ankieta składała się z 21 pytań otwartych i zamkniętych. Pytania zawarte w ankiecie dotyczyły: wykształcenia rodziców; preferencji sportowych (sposobu realizacji zainteresowań sportowych oraz częstotliwości uczestnictwa w zajęciach ruchowych); form spędzania czasu wolnego z dzieckiem; motywacji, jakimi kierowali się zapisując dziecko na naukę pływania; korzyści wynikających z uczestnictwa we wczesnej adaptacji do środowiska wodnego. Odpowiedzi respondentów zostały uporządkowane tematycznie, obliczone w wartościach bezwzględnych i procentowych. Celem wzbogacenia informacji na temat motywów rodziców kierujących dziećmi w wieku niemowlęcym na zajęcia ruchowe w wodzie oraz ustalenia hierarchii ich ważności wykorzystano autorską tabelę z 6 punktową skalą oceny.

## **Wyniki**

Współcześnie podejmowanie aktywności fizyczna jest zjawiskiem bardzo popularnym. Jest to nie tylko potrzeba, ale także przyjemność powszechnie do-

stępna dla każdego. Stale zainteresowanie aktywnością fizyczną o charakterze prozdrowotnym wśród wszelkich grup wiekowych. Prozdrowotne działania rodziców bardzo często przekładane są na ich dzieci, a w sposób szczególny na stymulowanie rozwoju fizycznego poprzez kierowanie dzieci na wszelkiego rodzaju formy aktywności fizycznej. Badania socjologiczne dotyczące uczestnictwa społeczeństwa w kulturze fizycznej wskazują, że jest ono uwarunkowane szeregiem determinantów [5, 9, 7].

Poziom wykształcenia jest jednym z głównych czynników, który ma ścisły związek z wiedzą na temat roli aktywności fizycznej w życiu jednostki. Większa jest świadomość rodziców, im wyższe jest ich wykształcenie. Potwierdzają to wyniki badań przedstawione w tabeli 1. Rodzice objęci badaniami w znacznej większości posiadali wyższe wykształcenie zarówno w zespole badanych rodziców mieszkających w Poznaniu, oraz w Śremie. Ojcowie stanowili niniejszość w tej grupie wykazując również wykształcenie średnie oraz wyższe niepełne. Żadne z rodziców dzieci biorących udział w zajęciach ruchowych w wodzie badaniach nie posiadało wykształcenia podstawowego.

Tabela 1.

Poziom wykształcenia badanych rodziców

wykształcenie	matka (%)		ojciec (%)	
	Poznań	Śrem	Poznań	Śrem
podstawowe	-	-	-	-
średnie	5,26	7,07	15,29	17,17
wyższe niepełne	17,90	15,15	10,59	18,18
wyższe	76,84	77,78	74,12	64,65

Źródło: badania własne

Z analizy danych liczbowych zamieszczonych w tabeli 2 wynika, że zdecydowana większość rodziców spędza czas wolny aktywnie, preferując podejmowanie różnego rodzaju formy rekreacyjne zgodnie z ich możliwościami i upodobaniami. Badani rodzice spośród różnorodnych form aktywności fizycznej podejmowanych w czasie wolnym preferują spacerowanie (42,31%; 32,49%), pływanie (21,54%; 22,34%), a w następnej kolejności bieganie 12,31%; 16,24%). Badani rodzice w czasie wolnym chętnie uprawiają także tenis ziemny, uprawiają różnorodne gry sportowe, a także uczestniczą w wybranych formach zorganizowanych zajęć takich jak: Aqua fitness, Nordic walking i inne. Dane te ukazują coraz to bardziej rosnące zainteresowanie różnego rodzaju formami aktywności fizycznej w prozdrowotnym stylu życia.



Tabela 2.

## Formy aktywności fizycznej preferowane przez badanych rodziców

forma aktywności	Poznań (%)	Śrem (%)
spacery	42,31	32,49
pływanie	21,54	22,34
bieganie	12,31	16,24
tenis ziemny	7,69	3,86
gry sportowe	6,92	14,72
aqua fitness	5,62	3,55
Nordic walking	1,30	2,23
inne	2,31	4,57

Źródło: badania własne

Rodzice coraz częściej zdają sobie sprawę, że poprzez intensywną wczesną stymulację organizmu oraz systematyczne uczestnictwo w zajęciach ruchowych w wodzie korzystnie wpływają na rozwój swojego małego dziecka. W przypadku większości dzieci w tym wieku woda wpływa korzystnie zarówno na poziom rozwoju motoryki, jak i sensomotoryki, dostarcza im nowych doświadczeń i ćwiczy u nich percepcję umysłową [4, 6, 8, 10].

Tabela 3.

## Motywy rodziców kierujących dziećmi w wieku niemowlęcym na zajęcia ruchowe w wodzie

motywy	Poznań (%)	Śrem (%)
stymulowanie rozwoju fizycznego	26,67	48,45
rozwój psychiczny	23,33	12,37
zahartowanie dziecka	15,33	5,15
ciekawość charakter zajęć	9,33	-
oswojenie dziecka z wodą	16,67	22,68
kontakt z aktywnością fizyczną	6,67	10,31
zajęcia jako forma rehabilitacji	2,00	1,04

Źródło: badania własne

Z analizy danych zawartych w tabeli 3 wynika, że rodzice zapisując swoje dzieci na kurs nauki pływania kierowali się przede wszystkim pozytywnym wpływem ćwiczeń w wodzie na harmonijny rozwój fizyczny organizmu (26,67%; 48,45%), rozwój psychiczny (23,33%; 12,37%) oraz oswojeniem z wodą (16,67%; 22,68%). Chęć zahartowania stanowiło motyw do kierowania na naukę pływania dla 15,33% re-

spondentów mieszkających w Poznaniu oraz 5,15% respondentów mieszkających w małej miejscowości. Godnym odnotowania jest dostrzeżenie przez rodziców pozytywnego wpływu wcześnie podejmowanej aktywności fizycznej w kształtowaniu nawyku ruchowego w celach zdrowotnych i rehabilitacyjnych.

Analiza danych (tabela 2 i 3) wykazała, że uczestnictwo rodziców z niemowlakami w zajęciach ruchowych w wodzie, że ma dość jednolite źródła motywacyjne. Celem potwierdzenia tak sformułowanej tezy, starano się również ustalić hierarchię ich ważności w zależności od miejsca zamieszkania. W obu zespołach priorytetem okazały się motywy związane z traktowaniem pływania niemowląt jako czynnika stymulującego rozwój fizyczny i psychiczny małego dziecka, które wyraźnie dystansują pozostałe determinanty. Średnia ocena motywów ważności uczestnictwa w zajęciach w zależności od miejsca zamieszkania przedstawia tabela 4 oraz rycina 1.

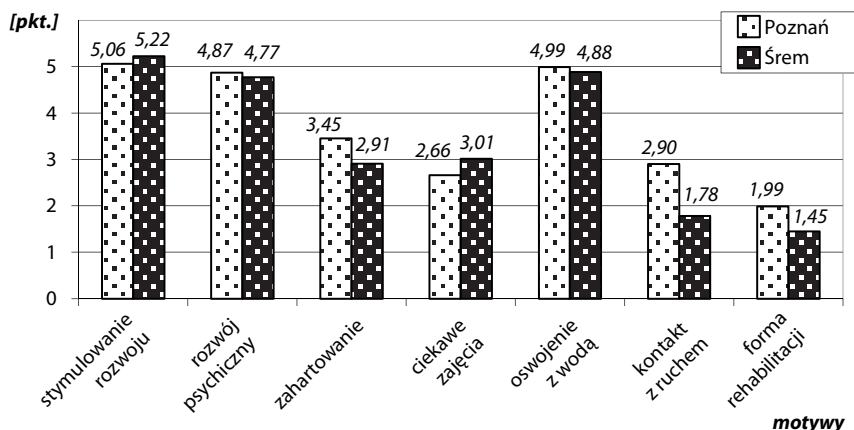
Tabela 4.

Średnia ocena motywów ważności uczestnictwa w zajęciach w zależności od miejsca zamieszkania

motyw	Poznań (pkt.)	Śrem (pkt.)
stymulowanie rozwoju fizycznego	5,06	5,22
rozwój psychiczny	4,87	4,77
zahartowanie dziecka	3,45	2,91
ciekawy charakter zajęć	2,66	3,01
oswojenie dziecka z wodą	4,99	4,88
kontakt z aktywnością fizyczną	2,90	1,78
zajęcia jako forma rehabilitacji	1,99	1,45

Źródło: badania własne

Wybór i hierarchia motywów w poszczególnych grupach okazał się bardzo interesujący. Respondenci uczęszczający na zajęcia ruchowe w wodzie w Poznaniu wskazywali na stymulowanie rozwoju fizycznego (5,06 pkt.), oswojenie z wodą (4,99 pkt.), a w dalszej kolejności rozwój psychiczny (4,87 pkt.). Jako mniej istotne respondenci wskazywali na kontakt dziecka z aktywnością fizyczną, chęć zahartowania dziecka, ciekawy charakter zajęć oraz zajęcia w wodzie jako forma rehabilitacji. Najważniejszymi motywami dla rodziców mieszkających w małej miejscowości okazały się również motywy związane z stymulowaniem rozwoju fizycznego (5,22 pkt.) oraz z zaadaptowaniem do środowiska wodnego (4,88 pkt.). Bardzo wysoka ocena tych czynników wydają się być oparta na chęci zapewnieniu dziecku umiejętności bezpiecznego korzystania z kąpielii wodnych.



**Rycina 1.** Profil ważności motywów w zależności od miejsca zamieszkania

Źródło: badania własne

Badania naukowe wykazują, że niemowlaki uczestniczące w zajęciach z pływania są bardziej otwarte na otoczenie oraz szybciej nawiązują kontakt w grupie, łagodniej reagują na niepowodzenia, a także są bardziej aktywne i zarazem inteligentne niż ich rówieśnicy nieuczestniczący w tego typu zajęciach [1, 11, 14, 15]. Badania własne wykazały, że w opinii rodziców dzieci uczestnicząc w zajęciach ruchowych w wodzie charakteryzują się większą otwartością na otoczenie (29,40%; 25,77%), są odważniejsze (21,01%; 23,72%), bardziej pogodne (15,38; 10,40%) oraz mniej chorują (13,43%; 15,46%). Rodzice dzieci mieszkających w Śremie wskazywali na zaobserwowane umiejętności szybszego nabywania nowych umiejętności oraz pozbywania się stresu.

Tabela 5.

Korzyści wynikające z uczestniczenia w zajęciach ruchowych w wodzie

korzyści	Poznań (%)	Śrem (%)
dziecko otwarte na otoczenie	29,40	25,77
dziecko jest spokojniejsze	19,40	-
dziecko mniej płacze	1,38	4,12
dziecko mniej choruje	13,43	15,46
dziecko częściej się uśmiecha/pogodne	15,38	10,40
dziecko szybciej się uczy	-	12,28
dziecko lepiej znosi stres	-	<b>8,25</b>
dziecko jest odważniejsze	<b>21,01</b>	<b>23,72</b>

Źródło: badania własne

## **Podsumowanie**

Otrzymane wyniki badań wskazują, iż znaczna większość rodziców kierujących swoje dzieci na zajęcia wczesnej adaptacji do środowiska wodnego posiada wykształcenie wyższe. Podobne spostrzeżenia poczynił Kaca (7). Badania naukowe wykazują, że zainteresowanie aktywnością fizyczną w czasie wolnym jest coraz częściej domeną osób o wyższym wykształceniem, którzy charakteryzują się wysoką świadomością społeczną co do prozdrowotnej roli aktywności fizycznej w życiu człowieka od najmłodszych lat. Dotyczy to osób zamieszkujących duże oraz coraz częściej małe miejscowości [3, 5, 8]. Aktywne fizycznie i sprawne dzieci aktywnych fizycznie rodziców, mają w przyszłości kilka razy większą szansę na aktywny fizycznie styl życia.

Przedstawione obserwacje pozwalają nam skupić uwagę na czynnikach mających znamienne wpływy na zainteresowanie rodziców aktywnością fizyczną kierujących małe dzieci na zajęcia ruchowe w wodzie. Analiza motywów rodziców uczestniczących z niemowlakami w zajęciach ruchowych w wodzie wykazała, że w poszczególnych grupach respondentów dominowały odmienne determinanty, wśród których najczęściej wskazywano na chęć stymulowania rozwoju fizycznego i psychicznego, a także oswojenie dzieci z wodą. Uzyskany obraz częściowo koresponduje z wynikami otrzymanymi przez innych badaczy [3, 7, 15].

Analiza hierarchii ważności poszczególnych motywów badanych rodziców w zależności od miejsca zamieszkania okazała się bardzo interesująca. Stwierdzono, że stymulowanie rozwoju fizycznego, oswojenie dziecka z wodą oraz poprawa rozwoju psychicznego, to najważniejsze motywy kierowania dzieci na zajęcia ruchowe w wodzie w obu badanych zespołach.

Podsumowując należy stwierdzić, że profile motywacyjne rodziców z różnych miejscowości kierujących dzieci w wieku niemowlęcym na naukę pływania są charakterystyczne i zbieżne z celami założonymi dla poszczególnych grup ćwiczebnych. Działania ukierunkowane na identyfikację motywów, jakimi kierują się osoby wybierające tę formę aktywności fizycznej, w świetle zróżnicowanych celów, mogą przyczynić się coraz większego zainteresowania tą formą aktywności fizycznej, która współczesne traktowana jest jako forma wczesnej stymulacji rozwoju fizycznego i psychomotorycznego dzieci w wieku niemowlęcym. Zajęcia z pływania powinny zająć takie solidne miejsce w „reżimie” życia każdej rodziny mającej niemowlę, jak prawidłowe odżywianie i stały porządek dnia, jak systematyczne spacerowanie na świeżym powietrzu i dokładne wypełnianie higienicznych warunków życia, jak ciągła, nieprzerywalna opieka nad dzieckiem.

## Wnioski

Rezultaty uzyskane w czasie poczynionych obserwacji stanowią podstawę do sformułowania następujących wniosków:

1. Dzieci uczęszczające na zajęcia pochodziły z rodzin inteligentnych, zamieszkujących głównie w aglomeracji dużego miasta.
2. Do najczęściej podejmowanych przez rodziców form aktywności fizycznej należy: spacerowanie, pływanie i bieganie.
3. Podstawowym motywem skierowania dziecka na kurs wczesnej adaptacji w środowisku wodnym okazało się dążenie rodziców do osiągnięcia harmonijnego rozwoju fizycznego organizmu dziecka oraz oswojenie dzieci z wodą.
4. Z wyszczególnionych motywów najistotniejszymi dla badanych rodziców okazały się: stymulowanie rozwoju fizycznego, oswojenie dziecka z wodą oraz rozwój psychiczny.
5. Największe korzyści wynikające z uczestniczenia w zajęciach ruchowych w wodzie rodzice spostrzegali w większym otwarciu dzieci na otoczenie, nabyciu odwagi oraz kontakty między ludźmi.

## Piśmiennictwo

1. Ahrendt L., Kohl M. (2002), *Baby swimming*, Meyer und Meyer Sport (UK) Ltd.
2. Alejski B. (2011), *Fitness as an active form of spending free time by women of Tarnów*, The Małopolska School of Economics in Tarnów, Research Papers Collection, t. 1, s. 11–28.
3. Antoniuk-Lewandowska K., Konieczny G., (2007), *Bezpieczeństwo na zajęciach ruchowych w wodzie z niemowlętami i małymi dziećmi*, „Sporty Wodne i Ratownictwo”, vol. 1, s. 24–30.
4. Diem L. (1982), *Early motor stimulation and personal development*, „Journal of Physical Education Recreation and Dance”, nr 53, s. 23–25.
5. Dybińska E., Stasiak N., (2013), *Zainteresowania aktywnością ruchową w wolnym czasie dzieci i młodzieży w wieku od 12-18 lat z regionu Małopolski w odniesieniu do uwarunkowań osobniczych i społeczno-środowiskowych*, w: *Zdrowie Dobrostan*, 3, Lublin, WN NeuroCentrum, s. 29–52.
6. Dybińska E. (1997), *Adaptacja wstępna do środowiska wodnego w procesie nauczania pływackich czynności ruchowych*, „Kultura Fizyczna”, nr 5–6, str. 14–17.
7. Kaca M. (2007), *Uwarunkowania, motywy i opinie o uczestnictwie dzieci we wczesnej adaptacji do środowiska wodnego*, AWF, Kraków.
8. Krawczyk Z., Czekalska J. (1994), *Efektywność nauczania pływania dzieci od roku do 3 lat*, „Kultura Fizyczna”, nr 9–10, s. 23–27.
9. Parnicka U. (2002), *Czynniki inspirujące aktywność ruchową kobiet*, „Wychowanie Fizyczne i Sport”, nr 46, s. 162–163.
10. Pietrusik K. (2015), *Pływanie niemowląt jako forma wczesnej stymulacji rozwoju fizycznego oraz psychomotorycznego małego dziecka*, „Rehabilitacja w pediatrii”, nr 1, s. 57–59.

11. Pietrusik K. (2012), *Pływanie niemowląt*, Wydawnictwo WSEiT, Poznań.
12. Pietrusik K. (2007), *Edukacyjne aspekty nauczania pływania dzieci w wieku niemowlęcym*, w: *Aktywność ludzi w różnym wieku*, t. XI, red.: D. Umiastowska, Uniwersytet Szczeciński-PTNKF, Szczecin, s. 64–71.
13. Pietrusik K. (2015), *Pływanie niemowląt jako forma wczesnej stymulacji rozwoju fizycznego oraz psychomotorycznego małego dziecka*, „Rehabilitacja w pediatrii”, nr 1, s. 57–59.
14. Zeiss G. (1997), *Gimnastyka dla maluchów*. Kalliope, Warszawa.
15. Żelazo P.R., Żelazo N.A., Kolb S. (1972), *Walking in the newborn*, „Science”, nr 176, s. 314–315.

## PROFILE OF MOTIVATION OF PARENTS SENDING INFANTS FOR SWIMMING CLASSES

### *Summary*

**Keywords:** *infants, swimming, development, motivation, health*

Swimming classes for infants have in recent years become very popular. Internet, television, radio, books and magazines provide ever more information regarding movement classes for babies in aquatic environment. Scientific studies carried out in numerous countries showed a truly beneficial impact of movement classes on land and in water on the infants' physical and psychomotor development.

The aim of this article was to determine the motives of parents sending their children for classes of early adaptation to water environment.

The study was carried out in a group of 194 parents of infants who participated in movement classes in water. A specially designed questionnaire was used as the research instrument. The questions related to biometric parameters of the babies at birth; education of their parents, as well as their attitude towards physical activity, their preferable forms of physical activity during leisure time, and the reasons for sending their children for swimming classes.

Respondents' contributions were grouped according to topic and calculated using absolute and percentage values. The results were illustrated in a form of tables and graphs, which characterized the answers of parents participating in the study.

Study results showed, among others, that the basic motive determining the decision of parents participating in the research to send their children for physical activity classes in water was their urge to allow their children to adapt to water environment as well as stimulate their physical development after birth through physical activity in water.

*Translated by Krzysztof Pietrusik*