

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

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
tel. (91) 444 27 60

Sekretarz Redakcji: Milena Schefs
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

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



Anna Maszorek-Szymala
Uniwersytet Łódzki

Rodzice animatorami aktywności sportowej łódzkich gimnazjalistów

Słowa kluczowe: rodzina, zachowania
prozdrowotne, aktywność ruchowa

Wstęp

Rodzina jako naturalne środowisko wychowawcze nadaje kształt zdrowotnych zachowań dziecka. Dziś kreowany jest model aktywnego wypoczynku współczesnej rodziny, jako element wychowania do aktywności i budowania świadomości dzieci i rodziców oraz rozwoju wspólnych społecznych relacji. Jak pisze Zofia Żukowska to kobieta jest kreatorką aktywności w rodzinie, Urszula Parnicka wskazuje na znaczącą rolę matki w promowaniu aktywności wśród członków w rodzinie. Idąc dalej, dziś można powiedzieć, że babcia jest animatorką aktywności ruchowej w rodzinie. Sportowe zainteresowania babci, jej sprawność fizyczna znacząco wpływają na zachowania prozdrowotne dzieci. Sprawowana przez dłuższy czas dnia opieka nad wnukami, zmusza także do zagospodarowania ich czasu wolnego. Spacer, jazda na rowerze, zabawy w parku, czy też zorganizowane zajęcia dodatkowe to formy aktywności, w których uczestniczą pośrednio dziadkowie, a w szczególności kobieta-babcia. Bowiemy „zdrowie pozostaje najistotniejszą wartością człowieka w całym jego życiu, ono bowiem w dużej mierze od niego zależy” [1, s. 15].

Rodzina jest naturalnym środowiskiem wychowawczym dziecka. To ta „część środowiska wychowawczego, która nie należy do środowiska intencjonalnego (...), która funkcje dydaktyczne, opiekuńcze, społeczne, kulturalne, towarzyskie pełni w sposób niezamierzony, spontaniczny” [2, s. 211]. Jeżeli wspólne, rodzinne sportowanie odbywa się w duchu fair play, to pozostaną te chwile w naszej pamięci;

radość ducha i społeczne wartości będą nawykami, które pozostaną na całe życie, bowiem zasada dobrowolności daje człowiekowi moralną satysfakcję.

Właściwą rolę odgrywa wtedy odpoczynek, który polega na odreagowaniu zmęczenia i znużenia, które utrudniają, a nawet uniemożliwiają prawidłowe funkcjonowanie ustroju, a tym samym zapobieganie powstawaniu niebezpiecznych chorób [3, s. 31].

Przedszkole i szkoła są instytucjami wspomagającymi i rozwijającymi sportowe zainteresowania dzieci i młodzieży. Jak twierdzi Jan Pięta – szkoła „nasyca treściami wychowawczymi, inspiruje, organizuje i nadzoruje aktywność pozalekcyjną w grupach tematycznych, kołach zainteresowań” [3, s. 218].

Wśród innych środowisk wychowawczych, wychowujących do dbałości o zdrowie, wymienić należy: zajęcia pozaszkolne realizowane w klubach sportowych, pracowniach, ośrodkach, domach kultury, zachęcają one do uczestnictwa w masowych wystawach, pokazach, konkursach, imprezach sportowych i artystycznych. Są alternatywą spędzania czasu wolnego. Aktywne formy wypoczynku mają znaczący wpływ na proces wychowania dzieci i młodzieży, a systematyczne uczestnictwo w nich kształtuje oczekiwane postawy społeczne.

Wyniki badań ankietowych Igi Sidowskiej [4, s. 50] pokazują, że najczęstszym źródłem informacji na temat zdrowego stylu życia dla młodzieży są: środki masowego przekazu (50%), rodzice (30%), grupa rówieśnicza (10%) i nauczyciele (10%).

Badania Mariusza Sołtysika i Sylwii Toczek–Werner (2006) pokazały, że wakacyjne formy młodzieży szkół wrocławskich są zróżnicowane poziomem wykształcenia rodziców, liczebnością rodziny, charakterem aktywności zawodowej i sytuacją ekonomiczną rodziny [5, s. 40].

Czas pracy rodziców ma znaczący wpływ na sposób spędzania czasu wolnego przez dzieci. Istnieje statystyczna zależność między liczbą godzin pracy oraz liczbą godzin spędzanych z rodziną [6, s. 365].

Udział uczniów w różnych formach aktywności fizycznej jest różnicowany przez czynnik płci i wielkość zamieszkiwanej aglomeracji; podejmowanie aktywności fizycznej przez badanych (1026 uczniów SP) jest niższe u młodzieży gimnazjalnej i licealnej, szczególnie wyraźne różnice widać u dziewcząt; aktywność rekreacyjna rodziny jest sporadycznie podejmowaną formą spędzania czasu wolnego [7, s. 173].

Uczennice szkół gimnazjalnych woj. łódzkiego (2011) aktywnie spędzają czas wolny z rodzicami: często 23,73%, czasami 57,20%, w ogóle 14% [8, s. 38].

Gimnazjaliści i licealiści z Chełma (miasto) i Adamowa (wieś) twierdzą, że największy wpływ na uprawianie rekreacji fizycznej ma rodzina (52% dziewcząt, 47% chłopców), mimo tak dużej roli, jaką przypisuje młodzież, to aż 72% rodziców nie organizuje aktywności w domu, z braku czasu (69%), zbyt wielu obowiązków domowych (30%), braku motywacji (13%), słabej sprawności i braku finansów (4%) [9, s. 179].

Analizując zachowania zdrowotne w zależności od stanu zdrowia dorastającej młodzieży polskiej Bożenna Zawadzka wykazała niezadawalający ich stan. Prawie połowa nieposiadających przeciwwskazań zdrowotnych chłopców uprawiała ćwiczenia fizyczne w czasie wolnym tylko 1-3 razy w tygodniu, 38,5% powyżej 4 razy, a 14,5% nie ćwiczyła w ogóle. Wśród dziewcząt 53,5% ćwiczyło 1-3 razy w tygodniu, 23% ćwiczyło ponad 4 razy i 23% dziewcząt nie podejmowało aktywności ruchowej. Jednocześnie znacząca część respondentów (61,7%) deklarowała, że ogląda telewizję i video 1-3 godziny dziennie, a 24% osób aż 4 godziny i więcej. Na gry komputerowe 78,7% dziewcząt i 67,4% chłopców przeznaczało do godziny w ciągu dnia [10, s. 267].

Badania sondażowe Rajmunda Tomika z 2009 roku pokazują, że oferta pozalekcyjnych zajęć rekreacyjno-sportowych jest zadowalająca. W większości objętych badaniami placówek organizowanych było kilka rodzajów zajęć pozalekcyjnych. Zainteresowani uczniowie mają, więc, możliwość dodatkowej aktywności fizycznej w czasie wolnym, poza obowiązkowymi czterema godzinami wychowania fizycznego w tygodniu w szkole [11, s. 417].

Wyniki badań różnych środowisk wskazują na konieczność podkreślania znaczącej roli rodziców w kształtowaniu postaw zdrowotnych swoich dzieci. Poprawne nawyki żywieniowe, aktywne uczestnictwo w różnych formach czasu wolnego, wspólnie spędzany czas z rodzicami buduje trwałe relacje społeczne i przygotowuje do uprawiania sportów przez całe życie.

Cel badań

Celem badań było:

1. określenie postawy rodziców wobec uczestnictwa w sportowych zajęciach ich dziecka,
2. diagnoza roli rodziców w promowaniu zdrowego stylu życia,
3. pokazanie zależności zmiennych, a także porównanie otrzymanych wyników z wynikami wybranych prac.

Materiał i metoda badań

Badania ankietowe przeprowadzono w oparciu o metodę sondażu diagnostycznego w łódzkich gimnazjach w 2012 roku wśród uczniów klas I. Placówki, które wyraziły chęć uczestniczenia to łącznie 31 gimnazjów, co stanowiło blisko 66% ogółu szkół gimnazjalnych w roku szkolnym 2011/2012 (47 placówek – www.stat.gov.pl), liczba respondentów wynosiła 2749 osób. W szkołach w zebraniu materiału pomagał nauczyciel wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej. W podziale na dzielnice wypełnione kwestionariusze otrzymaliśmy od uczniów Gimnazjum

nr 1, 2, 3, 5 (Śródmieście), Gimnazjum nr 7, 8, 10, 14, 15, 16, 17, 18 (Bałuty), Gimnazjum nr 19, 20, 21, 22, 23, 26, 27, 47 (Polesie), Gimnazjum nr 28, 30, 31, 32 (Widzew), Gimnazjum nr 37, 38, 39, 41, 43, 44, 46 (Górna).

Do częściowej analizy zebranych wyników wykorzystano współczynnik rangowy.

Tabela 1.

Struktura badanych osób (n = 2749)

dzielnica miasta	liczba placówek	liczba uczniów	%
Śródmieście	4	345	12,55
Bałuty	8	651	23,68
Polesie	8	687	24,99
Widzew	4	315	11,46
Górna	7	751	27,32
razem	31	2749	100,00

Źródło: badania własne

Wyniki badań

Dokonując diagnozy roli rodziców (Tabela 2.) w promowaniu zdrowego stylu życia zapytano gimnazjalistów: Czy aktywnie-sportowo spędzasz czas wolny z rodzicami? Wyniki badań w analizie całościowej pokazują, że: rodzice aktywnie spędzają czas wolny ze swoimi dziećmi-gimnazjalistami:

- często – 938 osób, co stanowiło 34,12% ogółu odpowiedzi,
- czasami – 1437 (52,28%),
- w ogóle – 374 (13,6%).

Tabela 2.

Czas wolny spędzany wspólnie z rodzicami w opinii respondentów (n=2749)

dzielnica miasta	tak, często		tak, czasami		nie	
	n	%	n	%	n	%
Śródmieście	128	37,10	168	48,70	49	14,20
Bałuty	218	33,49	350	53,76	83	12,75
Polesie	255	37,12	339	49,34	93	13,54
Widzew	135	42,86	152	48,25	28	8,89
Górna	202	26,90	428	56,99	121	16,11
razem	938	34,12	1437	52,28	374	13,60

Źródło: badania własne

W podziale na dzielnice najwięcej czasu rodzice poświęcają na wspólne sportowanie: wśród gimnazjalistów szkół na Widzewie – 42,86% wskazań, na Polesiu – 37,12% wskazań i w Śródmieściu – 37,10%.

W ogóle nie uczestniczą w aktywnym spędzaniu czasu wolnego razem ze swoimi dziećmi w największym stopniu rodzice z dzielnicy Górna – 16,11% wskazań i w Śródmieściu – 14,2%. Bez zainteresowania rodziców pozostawionych jest 374 gimnazjalistów (13% ogółu badanych).

Szukając przyczyn nie spędzania aktywnie czasu wolnego z dziećmi, odpowiedzi podzielono na grupy i przedstawiono w podziale na dzielnice.

Tabela 3.

Przyczyny bierności rodziców w opinii gimnazjalistów

dzielnica miasta	rodzic nie spędza czasu wolnego z dzieckiem (łącznie)	brak czasu rodziców, brak zainteresowania dziećmi, zmęczenie		bez podania przyczyny		niechęć przebywania z rodzicami, nie mam czasu	
		n	%	n	%	n	%
Śródmieście	49	20	40,82	20	40,82	9	18,36
Bałuty	83	39	46,99	29	34,94	15	18,07
Polesie	93	28	30,11	56	60,21	9	9,68
Widzew	28	13	46,43	6	21,43	9	32,14
Górna	121	45	37,19	18	14,88	58	47,93
razem	374 (13,6% ogółu badanych)	145	38,77	129	34,49	100	26,74

Źródło: badania własne

Główną przyczyną bierności rodziców:

- ze strony rodziców jest: brak czasu i zainteresowania ze strony rodziców oraz ich zmęczenie – 38,77% wszystkich odpowiedzi NIE;
- ze strony dziecka jest: niechęć do wspólnego spędzania czasu wolnego i brak czasu – 26,74%.

Wyniki badań wśród łódzkich gimnazjalistów pierwszych klas wskazują także na małe zainteresowanie sportowymi formami ruchu. Przyczyną takiej sytuacji są:

- zbyt duże obowiązki szkolne,
- brak uczestnictwa w zorganizowanych formach aktywności fizycznej, a tym samym brak odpowiedniej motywacji i wzorca w rodzinie,
- dominacja biernych form aktywności,
- brak dobrego planowania czasu wolnego i uczestnictwa w systematycznych formach rekreacji.

Jeżeli jednak gimnazjalista uczestniczy w zajęciach sportowych bo zachęciła go postawa nauczyciela wychowania fizycznego, grupy rówieśniczej lub chęć przebywania w grupie, to rodzice nie wspierają i nie zachęcają do zdrowego stylu życia.

Poznając postawy rodziców wobec uczestnictwa w sportowych zajęciach ich dziecka, zapytano gimnazjalistów: Jak rodzice reagują na twoje uczestnictwo w zajęciach sportowych (pozalekcyjnych, pozaszkolnych) ?

Tabela 4.

Rodzice jako animatorzy aktywności sportowej w opinii respondentów
(liczebność w poszczególnych kategoriach i udział %)

dzielnica miasta	są zadowoleni, chwalał mnie		nagradzają mnie		wspierają mnie		jest im obojętne		krytykują, mówią nie		nie (bez przyczyny)	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Śródmieście (345)	162	46,96	25	7,25	67	19,42	66	19,13	19	5,5	6	1,74
Bałuty (651)	328	50,38	47	7,22	172	26,42	77	11,83	16	2,46	11	1,69
Polesie (687)	303	44,1	64	9,32	189	27,51	76	11,06	32	4,66	23	3,35
Widzew (315)	187	59,37	21	6,67	48	15,24	37	11,74	12	3,81	10	3,17
Górna (751)	326	43,4	65	8,66	191	25,43	110	14,65	25	3,33	34	4,53
razem	1306	47,51	222	8,08	667	24,26	366	13,31	104	3,78	84	3,06

Źródło: badania własne

Rodzice (w analizie całościowej) są zadowoleni i chwalał dziecko – to najczęstsza odpowiedź – 1306 wskazań (47,51%); wspierają, motywując, pokazując atuty – 667 wskazań (24,26%).

Gimnazjaliści oceniają postawy swoich rodziców jako:

- pozytywne (chwalał, wspierają, zachęcają, motywują, nagradzają) – 2195 osób (79,85%),
- negatywne (obojętnie, krytykują, zakazują – mówią NIE) – 554 osoby (20,15%).

Poszukiwano również zależności między dzielnicami a przyczynami nieaktywności wychodzących od rodziców i od gimnazjalistów. W Łodzi istnieją środowiskowe zależności, w podziale na dzielnice.

Czy postawa rodziców ma znaczący wpływ na aktywność sportową gimnazjalistów?

Rodzice, którzy często spędzają czas wolny ze swoimi dziećmi – motywują i chwalał swoje dzieci za uczestnictwo w sportowej aktywności (współczynnik korelacji rangowej Spearmanna $r = 0,93$) sprawiają, że gimnazjaliści częściej uprawiają sport i lepiej planują własny czas wolny ($r = 0,38$).

Badania łódzkich gimnazjalistów wskazują, że młodzież gimnazjalna:

- posiada czas wolny w ciągu dnia (czas poza zajęciami szkolnymi i obowiązkami domowymi) najczęściej w wymiarze: 2-4 godziny – 885 (32,19%);
- wśród sposobów spędzania czasu wolnego wybierają najczęściej: chodzenie po galeriach – 831 wskazań (21,1% wszystkich odpowiedzi) oraz zajęcia przy komputerze (gry, Internet) – 699 (17,75%);
- główną barierą utrudniającą aktywne spędzanie czasu wolnego łódzkich gimnazjalistów jest brak wystarczającej motywacji – 873 odpowiedzi (34,84% ogółu odpowiedzi) .

Podsumowanie

Oceniając aktywne uczestnictwo w promowaniu zdrowego stylu życia stwierdzić można, że tylko 938 gimnazjalistów (34,12%) potwierdziło aktywne spędzanie czasu wolnego ze swoimi rodzicami, reszta (65,88%) w małym stopniu lub w ogóle nie spędza czasu w gronie rodzinnym.

Określając postawy rodziców wobec uczestnictwa w sportowych zajęciach ich dziecka wyniki badań pokazują, że tylko 34,12% rodziców spędza czas wolny ze swoimi dziećmi, pozostali czasami lub w ogóle nie poświęcają czasu dzieciom. Rodzice aktywni sportowo są animatorami aktywności sportowej gimnazjalistów, zachwalają i motywują ich do aktywności, rodzice niezainteresowani osiągnięciami sportowymi swoich dzieci wpływają znacząco na ich bierność. Jak pokazują również badania innych autorów brak jest motywacji i chęci do zwiększonej aktywności fizycznej.

Wyniki badań własnych są porównywalne z badaniami innych autorów, m.in. z badaniami Danuty Umiastowskiej, Jerzego Królickiego i Igi Sobocińskiej, w życiu młodzieży gimnazjalnej dominują bierne formy odpoczynku, a zajęcia sportowe dla wielu są marginalnym zajęciem (7,8,9). Bożena Matyjas jako sposoby spędzania czasu wolnego wskazała na następujące wybierane przez respondentów formy: czytanie książek, gazet i czasopism, oglądanie telewizji, słuchanie radia (muzyki), przeglądanie Internetu, majsterkowanie, zajęcia plastyczne; muzykowanie, śpiew, taniec; czynny udział w zajęciach kulturalnych, pobyt w teatrze, kinie, operze, na koncercie, spotkania, wizyty i zabawy towarzyskie, spacer, oglądanie imprez sportowych i występów sportowych poza domem; czynne uprawianie sportu, wycieczki turystyczne, zamiłowania osobiste, hobby; koła i kluby zainteresowań, praktyki i inne zajęcia religijne, rozmowy z członkami rodziny; praca i działalność społeczna oraz odpoczynek bierny (12, s. 562).

Reasumując można sformułować następujące wnioski:

1. Gimnazjaliści, którzy są motywowani przez aktywnych rodziców częściej spędzają czas wolny aktywnie ruchowo.

2. Odnotowano występowanie zależności między sposobem aktywizowania dzieci do podejmowania czynnego spędzania czasu wolnego a miejscem zamieszkania w różnych dzielnicach Łodzi.
3. Najczęściej wskazywaną barierą utrudniającą aktywne spędzanie czasu wolnego przez łódzkich gimnazjalistów jest brak wystarczającej motywacji.

Zatem uczestnictwo w kulturze fizycznej jest koniecznym, mając na uwadze działania dla podtrzymania i utrzymania zdrowia, umożliwia bowiem wszechstronny rozwój psychofizyczny.

Ustawiczne uświadamianie dorosłych o konieczności aktywności sportowej w czasie wolnym w gronie rodzinnym jest obowiązkiem społeczeństwa. Tworząc zasady zdrowego stylu życia wskazujemy na konieczność dbałości o zdrowie od najmłodszych lat. Jeżeli współpraca rodziny ze szkołą przebiega poprawnie, to daje możliwość kształtowania nawyków przez całe życie i dbania o zdrowie na każdym etapie życia.

Piśmiennictwo

1. Żukowska Z. (2002) *Wprowadzenie*, w: *Zdrowie i sport w edukacji globalnej*, red. Z. Żukowska, R. Żukowski, Akademia Wychowania Fizycznego, Warszawa.
2. Maszorek-Szymala A., Sławek M. (2010), *Charakterystyka czasu wolnego dzieci w wieku 10-12 lat zamieszkałych w małym mieście*, w: *Uczestnictwo w kulturze fizycznej wyzwaniem naszych czasów*, red. B. Zawadzka, Prace Wszechnicy Świętokrzyskiej nr 133, Kielce, s. 209–222.
3. Pięta J. (2004), *Pedagogika czasu wolnego*, Almer Warszawa.
4. Sidowska I. (2013), *Kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych gimnazjalistów i licealistów*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź.
5. Guła-Kubiszewska H., Oleśniewicz P. (2010), *Edukacja do kultury czasu wolnego a cechy wzorcowe animatorów turystyki szkolnej*, w: *Humanistyczny wymiar kultury fizycznej*, red. M. Zasada, M. Klimczyk, H. Żukowska, R. Muszkieta, M. Cieślicka, Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz-Lwów-Warszawa, s. 40–63.
6. Zarzeczna-Baran M., Pęgiel-Kamrat J., Bandurska E., Walawska D. (2012), *Wpływ czasu pracy rodziców na sposób spędzania czasu przez ich dzieci*, w: *Societal conditioning for well-ness*, red. G. Nowak-Starz, I. Wrońska, NeuroCentrum, Lublin, s. 178–185.
7. Umiastowska D. (2010), *Podejmowanie aktywności fizycznej przez zachodniopomorskich uczniów i ich rodziców*, w: *Społeczno-edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu*, red. J. Nowocień, J. Chełmecki, Akademia Wychowania Fizycznego Warszawa, s. 166–174.
8. Sobocińska I. (2012), *Zachowania zdrowotne uczennic szkół gimnazjalnych województwa łódzkiego*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź.
9. Królicki J. (2010), *Uwarunkowania aktywności fizycznej gimnazjalistów i licealistów z Adamowa i Chełma*, w: *Społeczno-edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu*, red. J. Nowocień, J. Chełmecki, Akademia Wychowania Fizycznego, Warszawa, s. 175–180.

10. Zawadzka B. (2007), *Dorastająca młodzież wobec problemu własnego zdrowia*, Akademia Wychowania Fizycznego, Kraków.
11. Tomik R. (2010), *Program promocji aktywności fizycznej jako zadanie współczesnej szkoły*, w: *Kultura fizyczna a globalizacja*, red. Dziubiński Z., Rymarczyk P., Salos, Warszawa, s. 411–419.
12. Matyjas B. (2003), *Encyklopedia Pedagogiczna XXI Wieku*. Tom I, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa.

HOW PARENTS ORGANIZE SPORT ACTIVITIES OF JUNIOR SECONDARY SCHOOL PUPILS IN LODZ

Summary

Keywords: *family, pro-health behavior, physical activity*

Family as the primary educational environment plays a crucial role in developing children's awareness: it supports, motivates, and participates in the development of their sporting habits and healthy way of life. The survey respondents included 2749 first-year junior secondary school pupils in Lodz (n= 2749). Analyses of the survey were conducted for the city districts and aimed to find statistically significant variables that may have a considerable impact on pupils' participation in sport activities. In the district of Bałuty, survey results reveal that only 33.5 per cent of parents frequently spend their leisure time actively with their children; 53.8 per cent do it sometimes, while as many as 12.8 per cent never do it. The primary reasons for children's loneliness include lack of time, lack of interest, and tiredness of their parents (47 per cent) or children's unwillingness to spend leisure time with their parents (18 per cent).

Parents' organizational activities include praising children and expressing satisfaction with their participation in sports – 50.4 per cent; awarding and supporting them – 7.2 and 26.4 per cent respectively. As many as 16 per cent of parents are indifferent in this respect.

Translated by Anna Maszorek-Szymala