

Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie  
Academy of Physical Education, Krakow

URSZULA MIĄZEK, MIROSŁAW SZYNDERA, DANUTA ŻISZKA-SALAMON

*Associations of physical activity and socioeconomic relationship  
of women lifestyle who study in Krakow*

---

**Socjalne uwarunkowania aktywności fizycznej  
w stylu życia żeńskiej młodzieży studiującej w Krakowie**

Jednym z elementów wyrażającym styl życia człowieka jest aktywność fizyczna, która pełni wiele funkcji począwszy od społecznej integracji po profilaktykę i prewencję zdrowia. Wynikający z postępującej globalizacji trend uwspólniania spowodował szereg przekształceń w sferze bytowej społeczeństwa oraz stres cywilizacyjny [4]. Tempo życia wymagające wysokiego poziomu sprawności psychofizycznej, stanowi trudne warunki dla rozwoju człowieka i powinno być łagodzone efektywnym wypoczynkiem, który zapobiegnie wystąpieniu negatywnych skutków cywilizacyjnych [2]. Obecnie obserwuje się ambiwalentne stanowisko społeczne zajmowane względem aktywności fizycznej. Pomimo powszechnej świadomości konsekwencji zdrowotnych braku ruchu, odnotowuje się wysokie statystyki małej aktywności fizycznej w stylu życia człowieka obecnej cywilizacji.

Celem pracy jest prześledzenie poziomu aktywności fizycznej w stylu życia młodych kobiet studiujących w Krakowie w świetle uwarunkowań socjalnych, jak środowisko siedliskowe oraz status ekonomiczny.

**PYTANIA BADAWCZE**

1. Czy istnieją powiązania między poziomem aktywności fizycznej a miejscem zamieszkania podczas studiów
2. Czy zasobność ekonomiczna wpływa na aktywność fizyczną badanych.
3. Czy są związki między dietnością rodziny i aktywnością fizyczną badanych.

**MATERIAŁ I METODY BADAŃ**

Badaniami objęto próbę losową (N=573) studiujących w Krakowie kobiet w wieku 21 lat. Materiał zebrano drogą dobrowolnej, anonimowej ankiety. Poziom podejmowanej aktywności pogrupowano w kategorie: bardzo dobra (codziennie, 3x w tygodniu), dostateczna (1x w tygodniu, w weekendy), niedostateczną (1x w miesiącu, okazjonalnie, sezonowo) i poddano analizie statystycznej celem oceny demograficznej poziomu podejmowanej aktywności badanych studentek. Pytania dotyczą miejsce zamieszkania podczas studiów, sytuacji ekonomicznej rodziny oraz własnej, a także dietność rodzin badanych studentek.

**WYNIKI**

W trakcie studiów w akademiku mieszka 32.3%, na stacji 23.1%, w domu rodzinnym 20.4%, natomiast 16.0% dysponuje samodzielnym własnym mieszkaniem. Pojawiła się również nowa forma systemu zamieszkania podczas studiów 3.3% badanych studentek zadeklarowało, iż korzysta z miesz-

kania studenckiego. Forma ta polega na wyłączności użytkowania wynajętego mieszkania przez odnajmujących mieszkanie w całości grupy studentów (ryc.1).

W zakresie sytuacji socjalnej i ekonomicznej, spośród badanych studentek 39.0% sytuację bytową swojej rodziny określiły jako dobrą, 34.0% uważa, iż warunki bytowe ich rodzin są przeciętne, a 15.7% ocenia na dostateczne. Zdecydowana mniejszość badanych ocenia sytuację socjalną rodziny jako bardzo dobrą (6.6%), a najmniej studentek oceniło jako złą (4.7%). W strukturze sytuacji ekonomicznej osobistej badanych jedynie 2.3% określiło ją jako bardzo dobrą, 21.5% jako dobrą, 40.5% jako przeciętną, natomiast jako dostateczną 28.2% oraz złą 7.5% (ryc.2) .

Problem pozyskania środków utrzymania podczas studiów dla wielu studentek jest złożony. Generalnie badana młodzież utrzymywana jest przez rodziców (76.8% deklaracji), 32.3% wypracowała sobie stypendium naukowe, a 4.0% korzysta ze stypendium socjalnego. Ponadto wśród studentek 21.1% pracuje z czego pracą stałą ma 1.2% pozostałe (19.9%) pracują dorywczo (ryc3.).

Ponad połowa, bo 55.0% studentek pochodzi z rodzin z trójką dzieci, 21.5% z rodzin dwudziennych, 18.2% z rodzin gdzie jest czwórka dzieci. Najmniej jest jedynaczek (2.6%), oraz dziewcząt pochodzących z rodzin wielodzietnych powyżej pięciorga dzieci (2.7%) (ryc4.) Większość badanych studentek jest drugim z kolei urodzonym dzieckiem w rodzinie (41.7%). Pierworodnych jest 39.3% badanych, a trzecich z kolei jest 14.1% z próby (ryc.5).

## DYSKUSJA

Z przeprowadzonych badań wynika, że spośród czynników siedliskowych otoczenie grupy rówieśniczej wpływa na styl życia badanych studentek. Zależność między aktywnością fizyczną a zamieszkaniem podczas studiów w akademiku jest statystycznie istotna ( $G$ -kwadrat=7.47, przy poziomie istotności  $p=0.02$ ), co świadczy o współzależności obydwu cech. Studentki mieszkające w akademiku najczęściej ćwiczą raz w tygodniu lub rzadziej(ryc.6). Podobnie Szczepański w swych badaniach odnotował znaczący wpływ środowiska zamieszkania tj. koleżeństwa i znajomych na zachowania względem zdrowia [5]

Studentki jako przeszkodę w podejmowaniu aktywności fizycznej podawały między innymi złą sytuację ekonomiczną. Rozkłady procentowe deklaracji oceny poziomu sytuacji ekonomicznej rodziny i własnej badanych studentek różnią się od siebie. Studentki osobistą sytuację ekonomiczną oceniają jako gorszą niż budżet rodzinny. Przeprowadzone badania potwierdzają związki aktywności fizycznej i sytuacji ekonomicznej rodziny. Zależność między aktywnością a sytuacją ekonomiczną rodziny jest statystycznie istotna ( $G$ -kwadrat=18.24,  $p=0.02$ ). Wraz ze wzrostem standardu ekonomicznego rodziny większa jest częstość podejmowania aktywności fizycznej przez badane studentki(ryc.7). Natomiast nie znaleziono potwierdzenia statystycznego dla zależności aktywności fizycznej od osobistej sytuacji ekonomicznej. Podejmowana przez studentki praca nie wpływa na poziom aktywności fizycznej w ich stylu życia. Zależność podobną odnotował Aarano i wsp. stwierdził iż istotnym czynnikiem aktywności jest między innymi dobry status społeczno-ekonomiczny rodziców [1].

Analiza zależności poziomu aktywności fizycznej od poziomu dzietności rodzin badanych wykazała wpływ kolejności urodzenia na aktywność(ryc.8). Aktywność fizyczna urodzonych jako drugie z kolei jest najczęściej dostateczna. Występuje statystycznie istotna zależność między poziomem aktywności a kolejnością urodzenia, co świadczy o silnej współzależności tych cech ( $G$ -kwadrat=35.12,  $p=0.01$ ). Natomiast wpływ ilości dzieci w rodzinie nie znalazł potwierdzenia statystycznego. Lenartowicz w swojej pracy podkreśla, iż „nie otrzymał dowodów potwierdzających wpływ rodzeństwa” na zachowania zdrowotne w tym aktywność fizyczną [3].

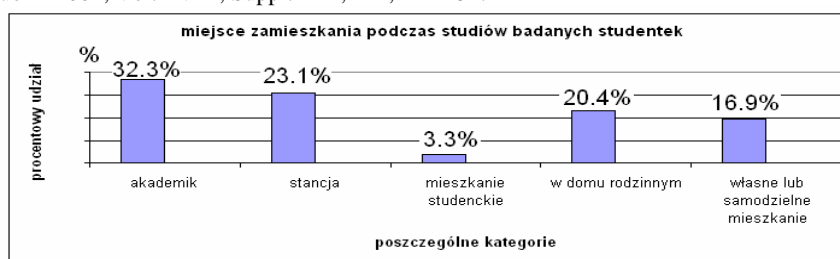
## WNIOSKI

- ⇒ Poziom podejmowanej aktywności fizycznej jest zależny od uwarunkowań bytowych. Sytuacja ekonomiczna rodziny wpływa na aktywność fizyczną. Wraz ze wzrostem standardu ekonomicznego rodziny wzrasta częstość podejmowania aktywności fizycznej.
- ⇒ Czynniki siedliskowe jak miejsce zamieszkania podczas studiów w akademiku ma istotny wpływ na poziomem podejmowanej aktywności fizycznej. Studentki zamieszkujące w akademiku najczęściej ćwiczą raz w tygodniu lub rzadziej.
- ⇒ Analizy statystyczne nie wykazały istotnych związków między ilością dzieci w rodzinie a aktywnością fizyczną. Natomiast w badanej populacji wykazano istotne statystycznie zależności po-

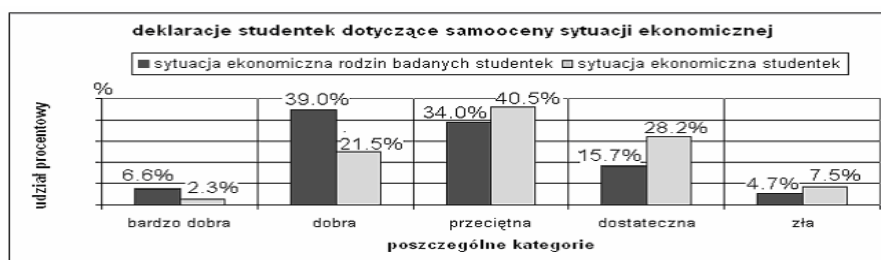
ziomu podejmowanej aktywności fizycznej od kolejności urodzenia w rodzinie. Aktywność fizyczna dzieci urodzonych jako drugie z kolei najczęściej jest dostateczna

## PIŚMIENNICTWO

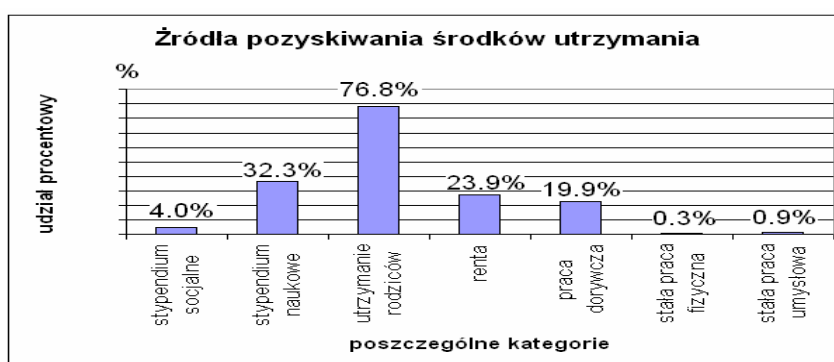
1. Aarano M., i wsp., Współzależność pomiędzy zachowaniem prozdrowotnym, czynnikami socjalnymi oraz stanem zdrowia a długotrwałą aktywnością ruchową lub jej brakiem. Obserwacja młodocianych fińskich bliźniąt. *Medycyna Sportowa* 2003, Vol. 19, Nr. 1, 40-47.
2. Górniak K., Rutkowska E., Promocja zdrowia rodziny przez aktywność fizyczną. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska Lublin* 2004, Vol. LIX, Suppl. XIV, 135, 217-220.
3. Lenartowicz M., Wpływ rodzeństwa na proces socjalizacji sportowej dzieci i młodzieży. *Roczniki Naukowe AWF w Warszawie* 1999, Tom XXXVIII, 165-176.
4. Pańczyk W., Aktywność fizyczna w społeczeństwie konsumpcji a wychowanie fizyczne. *Kultura Fizyczna* 2002, Nr. 5-6, 1-4.
5. Szczepański S., Źródła edukacji zdrowotnej. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska Lublin* 2004, Vol. LVIII, Suppl. XIII, 244, 224-232.



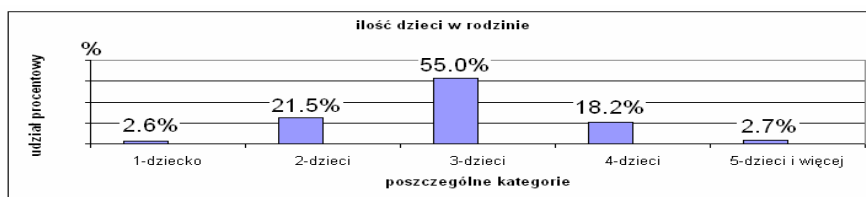
Ryc.1 Rozkład procentowy miejsca zamieszkania podczas studiów młodzieży akademickiej krakowskich uczelni



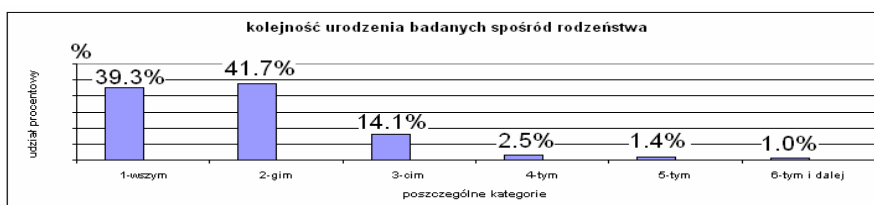
Ryc.2 Rozkład procentowy oceny sytuacji ekonomicznej badanych studentek i ich rodzin



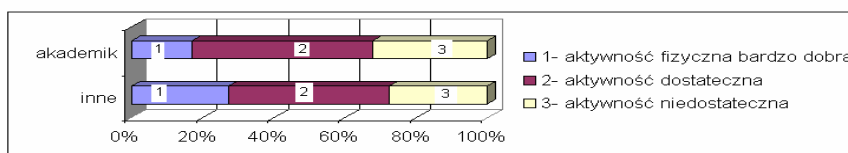
Ryc.3 Rozkład procentowy poszczególnych kategorii sposobów pozyskiwania środków utrzymania deklarowanych przez badane studentki (N=573=100%)



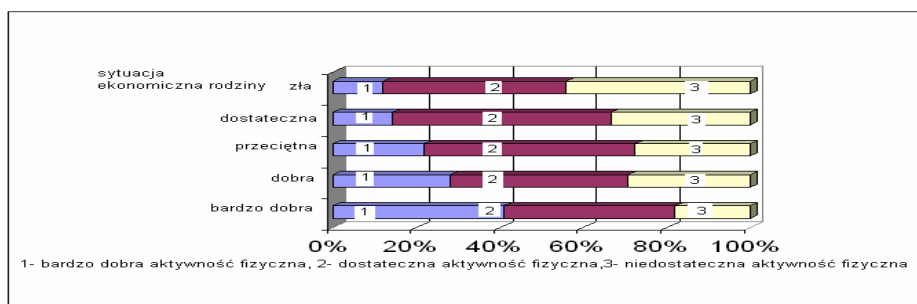
Ryc.4 Rozkład procentowy dzietności rodzin badanych studentek



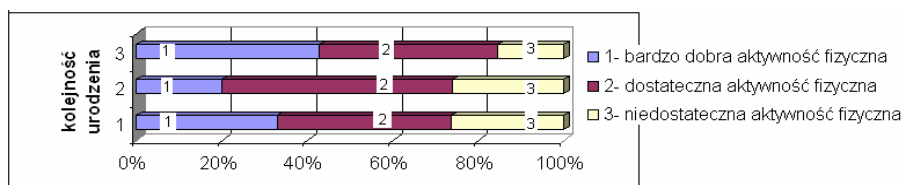
Ryc.5 Procentowy rozkład kolejności urodzenia badanych studentek w ich rodzinie



Ryc.6 Zależności zamieszkania w akademiku podczas studiów a poziomu podejmowanej aktywności fizycznej przez badane studentki



Ryc.7 Rozkład częstości aktywności fizycznej w kategoriach sytuacji ekonomicznej



Ryc.8 Poziom podejmowanej aktywności fizycznej w kategorii kolejności urodzenia w rodzinie

## STRESZCZENIE

Celem pracy jest prześledzenie poziomu aktywności fizycznej w stylu życia 21-letnich kobiet studiujących w Krakowie. W świetle uwarunkowań bytowych jak środowisko siedliskowe czyli miejsce zamieszkania podczas studiów, zasobność ekonomiczna oraz dzietność rodzin badanych studentek. Stwierdzono zależność aktywności fizycznej od sytuacji ekonomicznej rodziny, wraz ze wzrostem standardu ekonomicznego rodziny wzrasta częstość podejmowania aktywności fizycznej. Wpływ dzietności rodziny nie jest określony, analiza statystyczna wyników badań wskazuje na istotne statystycznie zależności poziomu podejmowanej aktywności fizycznej od kolejności urodzenia w rodzinie. Aktywność fizyczna dzieci urodzonych jako drugie z kolei najczęściej jest dostateczna.

Czynnik siedliskowy jak miejsce zamieszkania podczas studiów w akademiku ma istotny wpływ na poziomem podejmowanej aktywności fizycznej. Studentki zamieszkujące w akademiku najczęściej ćwiczą raz w tygodniu lub rzadziej.

## SUMMARY

The aim of the article is to research the level of the physical activity 21years old women lifestyle who study in Krakow. The work consider the connection among social, economical and living conditions and lifestyle of students. The research shows that physical activity depends on economical condition family. The more rich family is the more often the phisical activy is undertaken by their members. The influence of the amount of children in family is not describe. Icrease of the economical condition the economical condition cose that more often physical activity is undertaken. Article also presents the strong conjunction between level of students physical activity and rotation family bearth. The physical activity of children who were born second is usually sufficient.