

¹Krakowska Akademia im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego
Andrzej Frycz Modrzewski Krakow University, Poland

²Krakowski Szkolny Ośrodek Sportowy w Krakowie
The Cracow School Sports Centre

EWA DYBIŃSKA¹, ANNA KWIATKOWSKA-SKWARA²

***Postawy wobec kultury fizycznej i zachowania zdrowotne
młodzieży akademickiej Krakowa w aspekcie uwarunkowań
osobniczych oraz społeczno-środowiskowych***

**Attitudes towards physical culture and health behaviors
of students In Cracow in terms of individual differences
and the socio-environmental**

Słowa kluczowe: postawy, kultura fizyczna, zachowania zdrowotne, studenci

Key words: attitudes, physical culture, health behaviors, students

WSTĘP

Szkoła, jako miejsce wszechstronnego oddziaływania na osobowość człowieka ma do spełnienia ogromną rolę. Celem oddziaływań szkoły powinno być kształtowanie wielostronnej rozwiniętej osobowości ucznia, wyposażenie go w odpowiedni zasób wiedzy, umiejętności praktycznych i umysłowych oraz przygotowanie go do życia. Szkoła to również miejsce, w którym dziecko kształtuje swoje zachowania społeczne, w tym zachowania zdrowotne. Jednym z przedmiotów realizujących te postulaty jest w szkolnej edukacji wychowanie fizyczne.

Oddziaływanie kultury fizycznej na kształtowanie człowieka kompletnego, zdolnego do obecnego i przyszłego funkcjonowania w zdrowiu, powinno przebiegać na wszystkich etapach wychowania i kształcenia. W nowoczesnym ujęciu (koncepcja humanistyczna M. Demela) istotą procesu wychowania fizycznego jest dokonywanie zmian w osobowości wychowanka tak, aby przygotować go do całożyciowego, samodzielnego uczestnictwa w kulturze fizycznej po zaprzestaniu procesu wychowawczego. Koncepcja ta w pełni przedstawia najważniejsze cele stawiane przed edukacją

fizyczną. Są nimi zarówno doraźne usprawnianie ciała w postaci kształtowania sprawności fizycznej i ruchowej, kształtowanie postaw prospołecznych oraz kształtowanie postaw prosomatycznych, jako niezbędnego warunku późniejszego uczestnictwa w kulturze fizycznej [2]. Postawa prosomatyczna, czyli postawa pozytywnych nastawień do treści fizycznego wychowania jest efektem najbardziej pożądanym. Przedmiotem jej są takie wartości jak: zdrowie, uroda, sprawność fizyczna i inne.

Pod pojęciem postawy najczęściej rozumie się względnie trwałą strukturę procesów poznawczych, emocjonalnych i zachowań odnoszących się do przedmiotu [5]. Dyspozycje te przejawiają się w zachowaniach, które mogą wywoływać pozytywne lub negatywne emocje względem przedmiotu. Postawa stanowi strukturalną właściwość osobowości w skład, której wchodzi elementy [2, s. 85]:

- poznawczy – wiedza o przedmiocie postawy,
- emocjonalny – czyli uczucia wobec przedmiotu postawy
- działaniowy, czyli skłonność do zachowań wobec przedmiotu postawy.

Jednym z podstawowych wymiarów postawy jest jej znak (dodatni, ujemny lub obojętny). Znak plus wskazuje na postawę przychylną (pozytywną) wobec kultury fizycznej, znak minus na postawę nieprzychylną (negatywną), natomiast znak zero oznacza brak zdecydowania w omawianym zakresie [5]

Ważną kategorią postawy jest jej trwałość. Chodzi tu przede wszystkim o trwałość zachowań. U jej podłoża leży pozytywny stosunek do potrzeb higieniczno-zdrowotnych, rozwojowo-sprawnościowych i estetyczno-hedonistycznych względem własnego ciała, co stanowi podstawowe kryterium kultury fizycznej, a zarazem miarę skuteczności wychowania fizycznego [2].

Za naczelny cel wychowania fizycznego należy przyjąć dzisiaj wywoływanie pozytywnych zmian w świadomości, poprzez tworzenie właściwego zespołu postaw i nastawień, wyznaczających zachowanie wychowanka w stosunku do jego fizycznej postaci.

Okres studiów to dla młodych ludzi pierwszy etap dorosłego życia. Jest to zarówno czas podejmowania pierwszych ważnych decyzji, jaki i kształtowania postaw oraz poglądów młodego człowieka na otaczające go zjawiska. Okres ten często wiąże się ze zmianą miejsca zamieszkania, środowiska społecznego oraz łączeniem nauki z życiem towarzyskim czy rodzinnym. Studia dla wielu uczniów to pierwszy sprawdzian samodzielności [11]. Studenci to specyficzną grupą społeczną, która w przyszłości będzie mieć wpływ na życie społeczne i kulturalne kraju, dlatego tak ważne są badania dotyczące tego środowiska odnośnie kształtowania pozytywnych postaw wobec aktywności ruchowej w życiu codziennym oraz prowadzeniem zdrowego stylu życia.

Ogromne przemiany cywilizacyjne zapoczątkowane na świecie w ostatnich dekadach XX wieku, stwarzają coraz większe wyzwania przed żyjącymi współcześnie ludźmi [13]. Aby im sprostać, ludzie wciąż muszą przystosowywać się do nowych warunków życia. Zmiany te spowodowały również, iż ludzie muszą zwracać większą uwagę na styl życia jak prowadzą oraz bardziej dbać o własne zdrowie i sprawność.

Według Światowej Organizacji Zdrowia - WHO, zdrowie można zdefiniować, jako „...stan dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego, a nie tylko nie występowanie chorób lub niepełnosprawności” [13, s. 73].

Zachowaniami zdrowotnymi można określić zarówno postępowanie, działania (lub ich zaniechanie) które w sposób pośredni lub bezpośredni wpływa na zdrowie i samopoczucie człowieka. Według prof. B. Woynarowskiej [12] dzielimy je na:

- zachowania sprzyjające zdrowiu (prozdrowotne, pozytywne): aktywność fizyczna, racjonalne żywienie, utrzymywanie higieny osobistej, zachowanie bezpieczeństwa (np. w ruchu drogowym, kontaktach seksualnych), radzenie sobie ze stresem, odpoczynek i relaks, poddawanie się badaniom profilaktycznym i inne.
- zachowania ryzykowne dla zdrowia (antyzdrowotne, negatywne): palenie tytoniu, używanie alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, przedwczesna inicjacja seksualna; ryzyko dla zdrowia stanowią także niedostatki zachowań prozdrowotnych.

Zatem podstawowym zadaniem szkolnego wychowania fizycznego jest zarówno ukształtowanie u absolwenta szkoły pozytywnej postawy wobec uczestnictwa w kulturze fizycznej jak i wspomaganie zachowań na rzecz zdrowia. Są to działania komplementarne. Podstawowym warunkiem powodzenia w realizacji tych działań jest edukacja zdrowotna. W jej wyniku ma wzrastać świadomość stanu zagrożenia dla zdrowia u człowieka, u którego kształtować chcemy potrzeby, które ułatwią mu motywację do aktywnych i twórczych działań w zakresie troski o zdrowie. Potrzeby te wpisane są w jednostkowy system wartości, który przesądzić powinien o wyborze stylu życia człowieka [15].

Zdaniem Pawlückiego [6], nauczyciel ma pomóc uczniowi odkryć pewne wartości i wzory kreacji własnego ciała w zdrowiu, jako pewnego środka do osiągnięcia życiowego celu. Pawlücki [6] wychowanie takie nazywa wychowaniem zdrowotnym dla pozytywnych wartości życia, ponieważ kultura zdrowia pozytywnego uczy głębszych sensów zajmowania się własną cielesnością. Wynika z tego, iż edukacja zdrowotna w takim sensie, wpisana jest w pedagogikę aksjologicznie zaawansowaną.

Można, więc założyć, iż studenci podejmując naukę w uczelniach wyższych powinni być wyposażeni w umiejętności ruchowe i wiedzę, aby w świadomy sposób podejmować działania ruchowe oraz prowadzić zdrowy tryb życia [11].

Celem prezentowanych badań jest próba oceny poziomu przygotowania młodzieży studiującej z wybranych krakowskich uczelni wyższych do świadomego oraz samodzielnego uczestnictwa w kulturze fizycznej po ustaniu obowiązkowego procesu wychowawczego, czyli wzięcia odpowiedzialności za własne zdrowie i sprawność ruchową.

W niniejszej pracy została podjęta próba określenia zależności pomiędzy postawami wobec kultury fizycznej i zachowaniami zdrowotnymi młodzieży akademickiej Krakowa, a uwarunkowaniami osobniczymi oraz społeczno-środowiskowymi.

Pytania badawcze sformowano następująco:

1. Jakie postawy wobec kultury fizycznej (pozytywne, negatywne, obojętne) prezentują badani (wyróżniając komponent poznawczy, emocjonalny, behawioralny) w odniesieniu do płci i uwarunkowań społeczno-środowiskowych?
2. Jakie zachowania zdrowotne wobec własnego zdrowia i ciała deklarują badani studenci z uwzględnieniem płci, profilu kształcenia i miejsca pochodzenia?

MATERIAŁ I METODA

Badania młodzieży akademickiej Krakowa realizowane były w okresie od stycznia do kwietnia 2013 roku. Autorki uzyskały zgodę władz siedmiu wytypowanych losowo uczelni na realizację badań wśród wybranych przedstawicieli młodzieży akademickiej Krakowa. Badaniami objętych zostało 595 studentów, w tym 350 kobiet i 245 mężczyzn studiującą na ośmiu publicznych uczelniach wyższych w Krakowie. Dobór przedstawionych środowisk akademickich był celowy i podyktowany uwzględnieniem takich uczelni, które zdecydowanie różnią się profilem kształcenia.

Podstawową metodą badawczą zastosowaną w badaniach był sondaż diagnostyczny z wykorzystaniem narzędzia badawczego, jakim był kwestionariusz ankiety. Został on skonstruowany przez autorki na potrzeby badań. Konstruując ankietę uwzględniono wskazówki i zalecenia, jakie proponują autorzy przy opracowaniu tego typu narzędzia badawczego [9, 10]. Badania ankietowe zostały przeprowadzone metodą audytoryjną przed zajęciami wychowania fizycznego, po wcześniejszym poinformowaniu badanych o celu badań i o sposobie wypełniania kwestionariuszy.

W celu pozyskania informacji na temat postaw badanych studentek i studentów wobec kultury fizycznej, zastosowany został zmodyfikowany na potrzeby badania „Kwestionariusz ankiety do badania postaw młodzieży studiującej wobec kultury fizycznej”, opracowany na podstawie kwestionariusza autorstwa Stanisława Strzyżewskiego [7, 8]. Modyfikacja ankiety polegała na zmianie pytań odnoszących się do postaw młodzieży studiującej, a nie uczniów.

Przedstawione narzędzie składało się z dwóch części: części głównej zawierającej pytania właściwe oraz krótkiej metryczki. Część właściwa składała się z 67 pytań, które służyły do sprawdzenia trzech głównych sposobów ustosunkowania badanej osoby do kultury fizycznej, za pomocą następujących składowych postawy: komponent poznawczy, emocjonalny i behawioralny. Badani mieli za zadanie wyrazić swoje opinie w 5 możliwych zakresach, które wzorowane są na pięciostopniowej skali Likerta. Odpowiedzi punktowane zostały określone w skali od 0 (zdecydowanie nie) do 4 pkt. (zdecydowanie tak). Przyjęto, iż odpowiedzi na pytania zawarte w kwestionariuszu dotyczące postaw wobec kultury fizycznej ocenione zostaną według wskaźnika punktowego postawy (WPP), wyrażonego za pomocą wartości średniej arytmetycznej (\bar{x}), który wskazuje na znak postawy (dodatni, ujemny lub obojętny). Znak plus oznacza postawę przychylną (pozytywną) wobec kultury fizycznej, znak minus postawę nieprzychylną (negatywną), natomiast znak zero oznacza brak zdecydowania w omawianym zakresie.

W celu dokonania oceny zachowań zdrowotnych zastosowany został "Kwestionariusz ankiety do badania zachowań zdrowotnych". Kwestionariusz ten powstał na podstawie „Inwentarza zachowań zdrowotnych” autorstwa Waldemara Makuły [4] i został zmodyfikowany przez autorki dla potrzeb badań. Składał się on z dwóch części: głównej zawierającej pytania właściwe oraz szczegółowej metryczki dotyczącej badanych. Część główna składała się z 22 pytań, głównie zamkniętych oraz półotwartych. Pytania odnosiły się do zagadnień dotyczących następujących problemów badawczych: deklaracji badanych dotyczących prowadzenia zdrowego trybu życia oraz rzeczywistych zachowań zdrowotnych badanej młodzieży akademickiej (nawyki żywieniowe, stosowane używki, stres i sytuacje stresowe, aktywność ruchowa, sposoby dbania o zdrowie).

W analizach dotyczących postaw wobec kultury fizycznej oraz zachowań zdrowotnych studiującej młodzieży uwzględniono następujące zmienne niezależne:

- płeć
- oraz czynniki społeczno-środowiskowe, takie jak: kierunek kształcenia, i środowisko pochodzenia (wieś, miasto).

W celu opracowania wyników badań zastosowano następujące metody statystyczne:

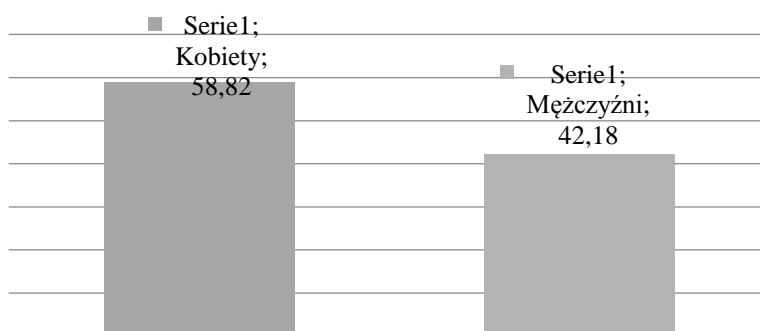
- parametryczny test t-Studenta dla prób niezależnych – w celu porównania dwóch grup badawczych,
- jednoczynnikową analizę wariancji (ANOVA) – w celu porównania pomiędzy sobą więcej niż dwóch grup badawczych,
- nieparametryczny test chi kwadrat – w celu poszukiwania zależności pomiędzy badanymi zmiennymi zależnymi i niezależnymi

Uzyskane dane zostały pogrupowane tematycznie i poddane analizie jakościowej i ilościowej, zgodnie z przyjętymi metodami i problematyką badawczą pracy. Powyższych obliczeń statystycznych dokonano z zastosowaniem programu komputerowego SPSS for Windows, wersja 20.0. oraz Microsoft Office Excel 2007.

WYNIKI

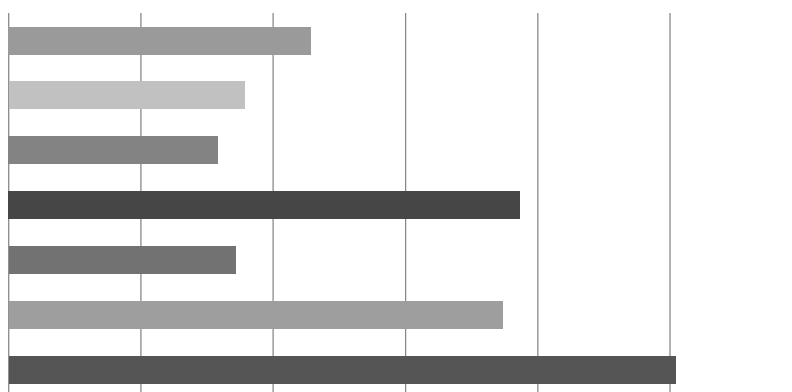
Charakterystyka grupy badawczej pod względem osobniczym i społeczno-środowiskowym

Dokonując próby rozwiązania postawionego problemu badawczego, czyli oceny poziomu przygotowania młodzieży studiującej z wybranych krakowskich uczelni wyższych do świadomego uczestnictwa w kulturze fizycznej, w pierwszej kolejności scharakteryzowano grupę badawczą 595 wybranych studentek i studentów krakowskich uczelni wyższych pod względem osobniczym i społeczno-środowiskowym.



Rycina 1. Charakterystyka liczebności badanych studentek i studentów

W prezentowanych badaniach (ryc. 1) wzięło udział 595 respondentów, w tym 350 studentek i 245 studentów, co stanowiło odpowiednio 58,82% kobiet i 42,18% studiujących mężczyzn. Zatem przewagę wśród badanych stanowiły kobiety.



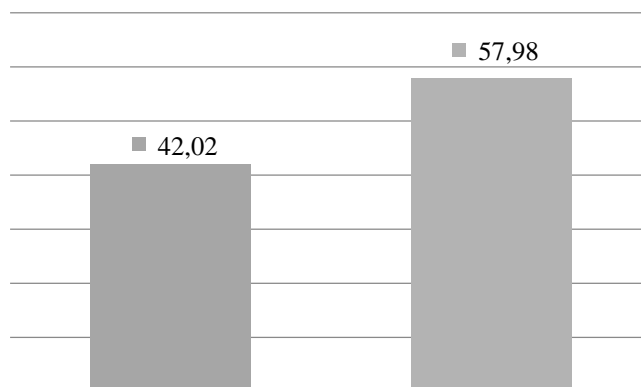
Rycina 2. Charakterystyka liczbowa młodzieży akademickiej z siedmiu wytypowanych uczelni wyższych Krakowa

Biorąc pod uwagę charakterystykę liczbową wybranej młodzieży akademickiej z wytypowanych do badań uczelni wyższych Krakowa stwierdzono (ryc. 2), iż wśród badanych największy odsetek (25,21%) stanowili studenci Uniwersytetu Pedagogicznego, w następnej kolejności Uniwersytetu Ekonomicznego (19,32%), Akademii Górniczo-Hutniczej (18,66%) oraz Uniwersytetu Jagiellońskiego Collegium Medicum (11,43%). Pozostałe uczelnie Akademię sztuk Pięknych, Uniwersytet Rolniczy oraz Akademię Muzyczną reprezentowało po mniej niż 10% ogółu badanych.

Tabela I. Kierunki kształcenia, jakie prezentowali badani studenci i studentki

Kierunki kształcenia	Ogółem	
	N	%
Humanistyczne (Uniwersytet Pedagogiczny: Wydział Humanistyczny, Wydział Filologiczny)	54	9,08
Techniczne (Akademia Górniczo-Hutnicza)	111	18,66
Medyczne (UJ Collegium Medicum)	68	11,43
Przyrodnicze (Uniwersytet Pedagogiczny: Wydział Biologiczno – Geograficzny)	96	16,13
Rolnicze (Uniwersytet Rolniczy)	51	8,57
Społeczne (Uniwersytet Ekonomiczny)	115	19,33
Nauki o sztuce (Akademia Sztuk Pięknych, Akademia Muzyczna)	100	16,81
Suma	595	100,00

Badani studiując na wybranych uczelniach prezentowali zróżnicowane kierunki kształcenia (Tab. I) od humanistycznych, poprzez techniczne, medyczne, przyrodnicze, rolnicze, społeczne oraz nauki o sztuce. Najliczniejszy odsetek badanych (19,33%) stanowili przedstawiciele nauk społecznych, nauk technicznych (18,66%) oraz nauk o sztuce (16,81%).



Rycina 3. Środowisko pochodzenia badanych studentek i studentów

Biorąc pod uwagę środowisko, z którego pochodzili respondenci (ryc. 3), należy zauważyć, iż zdecydowana większość studiującej młodzieży (57,98%) wywodzi się ze środowiska miejskiego w odniesieniu do wiejskiego (42,02%).

W celu odpowiedzi na pierwsze postawione pytanie badawcze poniżej dokonano szczegółowych analiz na temat postaw badanej młodzieży w odniesieniu do płci, kierunku kształcenia oraz środowiska pochodzenia.

Postawy wobec kultury fizycznej w odniesieniu do płci badanych studentek i studentów

W celu porównania wyników pomiędzy komponentami postawy wobec kultury fizycznej a płcią badanych studentów Krakowa, posłużono się testem t-Studenta dla prób niezależnych. Wyniki średniej arytmetycznej (\bar{x}) są wyrazem wartości wskaźnika punktowego postawy (WPP).

Tabela II. Wyniki komponentów postawy wobec kultury fizycznej w odniesieniu do płci badanych studentów

Komponent postawy	N		WPP (\bar{x})		SD		t	p
	K	M	K	M	K	M		
Postawy - KP	350	245	1,50	1,50	0,28	0,31	0,07	,943
Postawy - KE	350	245	1,86	1,76	0,45	0,43	2,67	,008*
Postawy - KB	350	245	2,04	1,83	0,47	0,48	5,39	,0001**
Postawy - WG	350	245	1,80	1,70	0,36	0,35	3,50	,0003**

* $p < ,05$ *; $p < ,001$ **

Legenda:

WPP (\bar{x}) – wskaźnik punktowy postawy (wyrażony za pomocą średniej arytmetycznej)

KP – komponent poznawczy postawy

KE – komponent emocjonalny postawy

KB – komponent behawioralny postawy

WG – wskaźnik globalny postawy

Analizując wyniki dotyczące oceny poziomu (za pomocą testu t-Studenta) komponentów postawy wobec kultury fizycznej z uwzględnieniem płci badanych (Tab. II) stwierdzono, iż w większości przypadków zarysowały się różnice istotne statystycznie ($p < ,001$) na korzyść kobiet w odniesieniu do mężczyzn. Były to następujące komponenty postawy: emocjonalny ($p = ,008$), behawioralny ($p = ,0001$) oraz wskaźnik globalny postawy ($p = ,0003$). Jedynie w komponencie poznawczym nie wykazano różnic istotnych statystycznie odnośnie zmiennej osobniczej jaką była płeć badanych.

**Postawy badanych wobec kultury fizycznej
w odniesieniu do kierunku kształcenia**

W celu dokonania porównań pomiędzy postawami wobec kultury fizycznej a ich kierunkiem kształcenia badanych posłużono się metodą statystyczną w postaci jednozmiennikowej analizy wariancji (ANOVA).

Tabela III. Wyniki komponentów postawy wobec kultury fizycznej w odniesieniu do kierunków kształcenia w grupie badanych studentów (analiza wariancji ANOVA)

Komponent postawy	Kierunki kształcenia	N	%	WPP (\bar{x})	SD	ANOVA	
						F	p
Postawy- KP	HUM	54	9,08	1,55	0,30	1,29	,269
	TECH	111	18,66	1,49	0,28		
	MED	68	11,43	1,44	0,27		
	PRZYR	96	16,13	1,48	0,31		
	ROL	51	8,57	1,54	0,32		
	SPOŁ	115	19,33	1,49	0,26		
Postawy- KE	SZTUKA	100	16,81	1,54	0,31	0,48	,791
	HUM	54	9,08	1,85	0,45		
	TECH	111	18,66	1,83	0,45		
	MED	68	11,43	1,78	0,46		
	PRZYR	96	16,13	1,81	0,45		
	ROL	51	8,57	1,81	0,41		
Postawy – KB	SPOŁ	115	19,33	1,80	0,42	1,87	,099
	SZTUKA	100	16,81	1,86	0,45		
	HUM	54	9,08	2,03	0,50		
	TECH	111	18,66	1,95	0,47		
	MED	68	11,43	1,90	0,48		
	PRZYR	96	16,13	1,89	0,53		
Postawy- WG	ROL	51	8,57	1,96	0,42	1,31	,258
	SPOŁ	115	19,33	1,93	0,47		
	SZTUKA	100	16,81	2,03	0,51		
	HUM	54	9,08	1,81	0,37		
	TECH	111	18,66	1,76	0,36		
	MED	68	11,43	1,71	0,36		
PRZYR	96	16,13	1,73	0,38			
ROL	51	8,57	1,77	0,34			
SPOŁ	115	19,33	1,74	0,32			
SZTUKA	100	16,81	1,80	0,37			

p < ,05; p < ,001**

Legenda:

WPP (\bar{x}) – wskaźnik punktowy postawy (wyrażony za pomocą średniej arytmetycznej)

KP – komponent poznawczy postawy; KE – komponent emocjonalny postawy;

KB – komponent behawioralny postawy; WG – wskaźnik globalny postawy

Analizując wyniki dotyczące postaw badanych względem kultury fizycznej w odniesieniu do kierunku kształcenia (Tab. III) stwierdzono, iż w obszarze wszystkich uwzględnianych komponentów: poznawczego (KP), emocjonalnego (KE) i behawioralnego (KB) oraz wskaźnika globalnego (WG) nie zaznaczyły się różnice istotne statystycznie pomiędzy przedstawionymi zmiennymi.

Postawy badanych wobec kultury fizycznej w odniesieniu do środowiska pochodzenia

Dokonując analiz związków pomiędzy postawami badanych wobec kultury fizycznej a czynnikiem społeczno-środowiskowym, jakim było środowisko pochodzenia badanej młodzieży akademickiej (wieś lub miasto) posłużono się testem t-Studenta w poszukiwaniu różnic pomiędzy analizowanymi zmiennymi.

Tabela IV. Wyniki komponentów postawy wobec kultury fizycznej w odniesieniu do środowiska pochodzenia w grupie badanych studentów (test t –Studenta)

Komponent postawy	N		\bar{x}		OS		t(592)	p
	wieś	miasto	wieś	miasto	wieś	miasto		
Postawy - KP	250	345	1,49	1,51	0,30	0,29	-0,73	,468
Postawy - KE	250	345	1,80	1,83	0,44	0,44	-0,63	,531
Postawy - KB	250	345	1,94	1,96	0,50	0,48	-0,61	,540
Postawy - WG	250	345	1,74	1,77	0,36	0,36	-0,73	,468

p < ,05; p < ,001**

Legenda:

WPP (\bar{x}) – wskaźnik punktowy postawy (wyrażony za pomocą średniej arytmetycznej)

KP – komponent poznawczy postawy; KE – komponent emocjonalny postawy;

KB – komponent behawioralny postawy; WG – wskaźnik globalny postawy

Analizując wyniki dotyczące składników postawy wobec kultury fizycznej badanych w odniesieniu do środowiska pochodzenia (Tab. IV) można stwierdzić, iż w obszarze wszystkich uwzględnianych komponentów: poznawczego (KP), emocjonalnego (KE) i behawioralnego (KB) oraz wskaźnika globalnego (WG) nie zaznaczyły się różnice istotne statystycznie pomiędzy przedstawionymi zmiennymi.

Analizy wskaźnika punktowego postawy – WPP (wyrażającego znak postawy pozytywny, obojętny lub negatywny) wykazały, iż nie zaobserwowano pozytywnych postaw u młodzieży akademickiej wobec kultury fizycznej w przypadku badanych zmiennych (płci, kierunku kształcenia, środowiska pochodzenia). Postawę obojętną wobec omawianego zagadnienia stwierdzono jedynie w przypadku komponentu behawioralnego w grupie studiujących kobiet (KB = 2,04) oraz wśród studentów kierunków humanistycznych i nauk o sztuce (KB=2,03). W przypadku pozostałych komponentów postawy (emocjonalny, poznawczy, wskaźnik globalny), wykazano negatywnie umiarkowaną postawę badanych biorąc pod uwagę zmienną: płęć, kierunek kształcenia i miejsce pochodzenia.

Zachowania zdrowotne studentów i studentek wybranych uczelni Krakowa z uwzględnieniem płci oraz uwarunkowań społeczno-środowiskowych

W celu odpowiedzi na drugie z postawionych pytań badawczych, dokonano kolejnych analiz, dotyczących zachowań zdrowotnych studiującej młodzieży akademickiej Krakowa. W składzie tych zachowań uwzględniono następujące komponenty:

- Nawyki żywieniowe
- Użytki (papierosy, alkohol)
- Stres i sytuacje stresogenne
- Aktywność fizyczna
- Sposoby dbania o zdrowie

W analizach związków pomiędzy deklarowanymi zachowaniami zdrowotnymi a takimi zmiennymi jak: płeć, kierunek kształcenia, środowisko pochodzenia studiujących kobiet i mężczyzn wdrożony został nieparametryczny test chi-kwadrat, stosowany w celu badania cech niemierzalnych (w tym przypadku zachowań zdrowotnych). Przyjęto następujące poziomy istotności i ich oznaczenia: * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,001$.

Nawyki żywieniowe

W celu poznania nawyków żywieniowych badanej młodzieży akademickiej, dokonano analiz w obszarze następujących zagadnień:

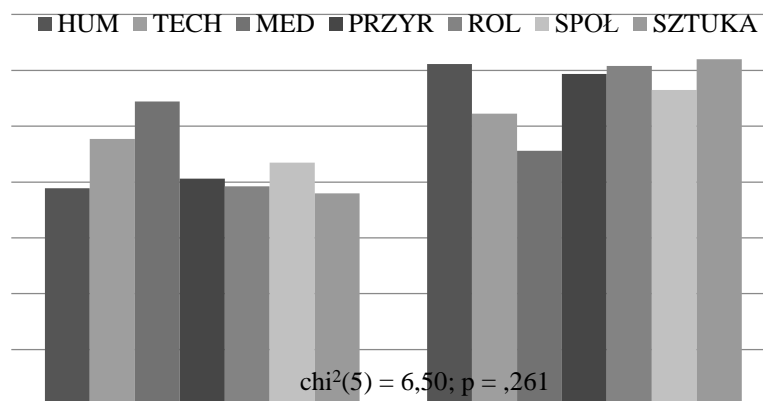
- Deklaracji badanych na temat własnego odżywiania się
- Regularności posiłków
- Ilości posiłków spożywanych w ciągu dnia
- Spożycia pierwszego śniadania

Analiz współzależności w tym zagadnieniu dokonano w odniesieniu do płci, kierunku kształcenia oraz środowiska pochodzenia badanych.

Tabela V. Współzależności pomiędzy opinią na temat prawidłowego odżywiania się a płcią badanych studentek i studentów

Opinia na temat prawidłowego odżywiania się	Płeć					
	Kobiety		Mężczyźni		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	167	47,71	91	37,14	258	43,36
Nie	183	52,29	154	62,86	337	56,64
Ogółem	350	100,00	245	100,00	595	100,00

$\chi^2(1) = 6,56$; $p = 0,010$ p dokładne Fishera = 0,012



Rycina 4. Współzależności pomiędzy opinią na temat prawidłowego odżywiania się a kierunkiem kształcenia studentek i studentów

Tabela VI. Współzależności pomiędzy opinią na temat prawidłowego odżywiania się a miejscem pochodzenia badanych studentek i studentów

Opinia na temat prawidłowego odżywiania się	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	96	38,40	162	46,96	258	43,36
Nie	154	61,60	183	53,04	337	56,64
Ogółem	250	100,00	345	100,00	595	100,00
$\chi^2(1) = 4,32; p = ,038$ p dokładne Fishera $p = ,044$						

Analizując wyniki dotyczące współzależności (dokonanych za pomocą testu chi – kwadrat) pomiędzy prawidłowym odżywianiem się a badanymi zmiennymi (Tab. V) stwierdzono, iż w przypadku płci, zaznaczyły się istotne związki w obszarze prezentowanych zmiennych ($p=0,012$). Oznacza to, iż płeć okazała się zmienną różnicującą badanych w tym względzie. Zdecydowana większość studentów z obu grup deklarowała, iż nie posiada (ich zdaniem) prawidłowych nawyków żywieniowych, z tym że mężczyźni w nieco większym odsetku (62,86%) aniżeli kobiety (52,29%).

Biorąc pod uwagę kierunek kształcenia (ryc. 4), stwierdzono, iż ponad 50% badanych (a nawet w przypadku studentów prezentujących uczelnie nauk o sztuce 62%) z większości analizowanych kierunków wyraziło podobną opinię – o nie prawidłowym odżywianiu się – z wyjątkiem studentów nauk medycznych, którzy w większości (54,41%) uznali, iż odżywiają się w prawidłowy sposób. Wykazano, iż kierunek kształcenia nie wpływa w istotny sposób na deklaracje studentów dotyczących prawidłowego odżywiania.

Studenci ze wsi w większym odsetku (61,60%) aniżeli z miasta (53,04%) deklaruwali brak ukształtowanych nawyków dotyczących żywienia (Tab. VI). Przeprowadzona analiza wykazała w tej problematyce współzależności istotne statystycznie ($p=0,038$), a więc zmienna ta różnicuje młodzież odnośnie analizowanego zagadnienia.

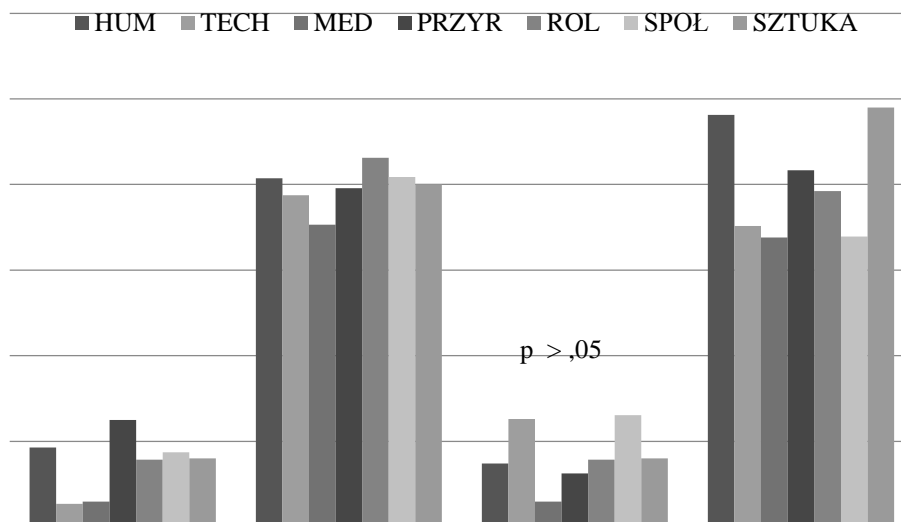
Większość badanych zarówno kobiet (52,29%) jak i mężczyzn (62,86%) wyraziło opinię, iż nie odżywia się prawidłowo. Zapytano więc tę grupę studentek i studentów jakie są przyczyny takiego stanu rzeczy.

Tabela VII. Współzależności pomiędzy najczęstszymi przyczynami nieprawidłowego odżywiania się a płcią badanych studentek i studentów

Warianty odpowiedzi	Płeć				chi ²	p
	Kobiety		Mężczyźni			
	N (183)	%	N (154)	%		
Problemy finansowe	19	10,38	25	16,23	4,80	,028*
Nieregularność posiłków	142	77,60	94	61,04	0,29	,589
Brak apetytu	28	15,30	25	16,23	0,86	,353
Brak czasu	133	72,68	103	66,88	0,98	,321

$p < ,05^*$, $p < ,001^{**}$

* suma % nie równa się 100, ponieważ ankietowani udzielali więcej niż jednej odpowiedzi



Rycina 5. Współzależności pomiędzy zmiennymi – najczęstsze przyczyny nieprawidłowego odżywiania się a kierunek kształcenia badanych

Tabela VIII. Współzależności pomiędzy zmiennymi – najczęstsze przyczyny nieprawidłowego odżywiania się a kierunek kształcenia badanych

Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia				chi ²	p
	Wieś		Miasto			
	N (154)	%	N (183)	%		
Problemy finansowe	18	7,2	26	7,54	0,02	,877
Nieregularność posiłków	110	44	126	36,52	3,39	,066
Brak apetytu	20	8	33	9,57	0,44	,508
Brak czasu	99	39,6	137	39,71	0,01	,978
p < ,05*, p < ,001**						

* suma % nie równa się 100, ponieważ ankietowani udzielali więcej niż jednej odpowiedzi

Z analiz współzależności pomiędzy przyczynami nieprawidłowego odżywiania się a płcią badanych (Tab. VII) wynika, iż dla kobiet (77,60%) oraz mężczyzn (61,04%) nieregularne posiłki w ciągu dnia oraz brak czasu (studentki 72,68% oraz studenci 66,88%) to najczęstsze powody braku troski o tę formę dbałości o zdrowie. W korelacji powyższych zmiennych stwierdzono istotne związki statystyczne (p=0,028) jedynie w przypadku wpływu czynnika osobniczego (płeć) na nieprawidłowości w odżywianiu wynikające głównie z problemów finansowych młodzieży studiującej. W przypadku pozostałych wariantów odpowiedzi nie wykazano istotnych współzależności.

Biorąc pod uwagę kierunek kształcenia (ryc. 5) nie wykazano istotnych zależności pomiędzy analizowanymi zmiennymi (p>0,05). Zatem kierunek kształcenia nie różnicował badanych pod względem udzielanych odpowiedzi dotyczących przyczyn nieprawidłowego odżywiania się. Badana młodzież z kierunków humanistycznych (48,14%), przyrodniczych (41,67%) i nauk o sztuce (49,00%) wskazywała na brak czasu jako główną przyczynę nieprawidłowego odżywiania się, natomiast słuchacze pozostałych uczelni (około 40%) na brak możliwości spożycia posiłków o regularnych porach.

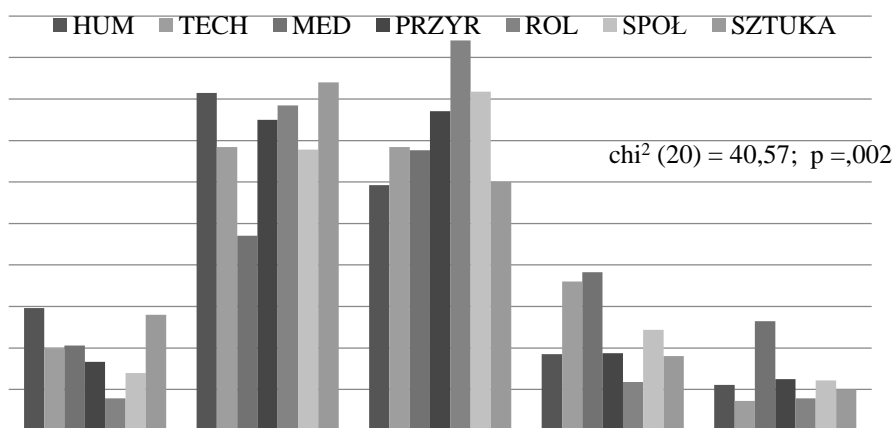
Nie odnotowano również istotnych związków pomiędzy niewłaściwymi nawykami żywieniowymi a miejscem pochodzenia badanych (Tab. VIII), zatem można więc stwierdzić, iż zmienna ta nie odgrywa istotnego znaczenia. Młodzież wywodząca się ze wsi (44,00%) wskazywała na nieregularność spożywanego posiłków w ciągu dnia (z miasta w mniejszym wymiarze 36,52%) oraz około 40% studentów z obu grup badawczych (wieś, miasto) wyrażało brak czasu na spożycie posiłków.

W następnej kolejności zadano ankietowanym pytanie dotyczące ilości spożywanego posiłków na dobę. Poniżej zaprezentowane zostały analizy dotyczące tego zagadnienia.

Tabela IX. Zależności pomiędzy ilością spożywanych posiłków w ciągu dnia a płcią badanej młodzieży akademickiej

Warianty odpowiedzi	Płeć					
	Kobiety		Mężczyźni		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
2 posiłki dziennie	31	8,86	27	11,02	58	9,75
3 posiłki dziennie	105	30,00	108	44,08	213	35,80
4 posiłki dziennie	137	39,14	78	31,84	215	36,13
5 małych o stałych porach	53	15,14	20	8,16	73	12,27
Inne	24	6,86	12	4,90	36	6,05
Ogółem	350	100,00	245	100,00	595	100,00

$\chi^2(4) = 16,41; p = ,003$



Rycina 6. Zależności pomiędzy ilością spożywanych posiłków w ciągu dnia a kierunkiem kształcenia badanej młodzieży akademickiej

Tabela X. Zależności pomiędzy ilością spożywanych posiłków w ciągu dnia a miejscem pochodzenia badanej młodzieży akademickiej

Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
2 posiłki dziennie	22	8,80	36	10,43	58	9,75
3 posiłki dziennie	91	36,40	122	35,36	213	35,80
4 posiłki dziennie	94	37,60	121	35,07	215	36,13
5 małych o stałych porach	23	9,20	50	14,49	73	12,27

Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Inne	20	8,00	16	4,64	36	6,05
Ogółem	250	100,00	345	100,00	595	100,00
chi ² (4) = 4,24; p = ,375						

W przypadku analiz związków pomiędzy ilością spożywanym posiłków w ciągu dnia a płcią młodzieży akademickiej (Tab. IX) wykazano istotne statystycznie zależności (p=,003). Można zatem sądzić, iż ilość spożywanym posiłków zależy od uwzględnianego czynnika osobniczego. Co trzecia studentka (39, 14%) wskazywała na spożywanie 4 posiłków w ciągu dnia, natomiast studenci 3 (44,08%).

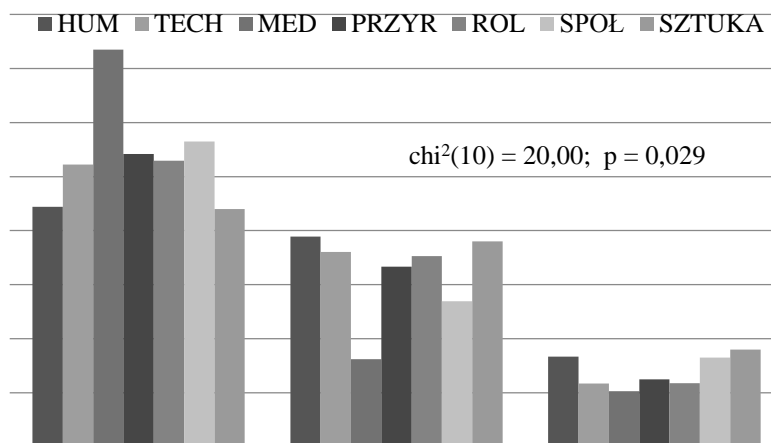
Biorąc pod uwagę kierunek kształcenia (ryc. 6) także wykazano istotne korelacje (p=,002), a więc okazało się, iż zmienna ta jest istotnie związana z ilością spożywanym posiłków na dobę. Studenci kierunków humanistycznych, technicznych i nauk o sztuce deklarowali spożywanie 3 posiłków w ciągu dnia (około 40%), natomiast słuchacze pozostałych kierunków kształcenia (medycznych, przyrodniczych, rolniczych i społecznych) – 4 (również około 40%), z czego studenci nauk medycznych w nieco większym wymiarze (47,06%).

Nie odnotowano istotnych zależności pomiędzy ilością spożywanym posiłków a miejscem pochodzenia badanej młodzieży, a więc zmienna ta nie różnicuje badanych w tym względzie (Tab. X). Nieco więcej niż 1/3 studentów zarówno ze wsi (35,4%) jak i z miasta (35,36%) deklarowało spożywanie 3 posiłków na dobę, natomiast 4 posiłków zbliżone liczebności (35,07 – 37,6%).

Kolejno zapytano badanych czy przed wyjściem na zajęcia związane z uczelnią spożywają oni śniadanie, uznawane przez dietetyków za najważniejszy posiłek w ciągu dnia.

Tabela XI. Współzależności pomiędzy spożyciem pierwszego śniadania a płcią studentów

Warianty odpowiedzi	Płeć					
	Kobiety		Mężczyźni		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak, zawsze	203	58,00	117	47,76	320	53,78
Czasami	101	28,86	90	36,73	191	32,10
Nie	46	13,14	38	15,51	84	14,12
Ogółem	350	100,00	245	100,00	595	100,00
chi ² (2) = 6,17; p = ,046						



Rycina 7. Współzależności pomiędzy spożyciem pierwszego śniadania a kierunkiem kształcenia studentów

Tabela XII. Współzależności pomiędzy spożyciem pierwszego śniadania a miejscem pochodzenia

Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak, zawsze	127	50,80	193	55,94	320	53,78
Czasami	84	33,60	107	31,01	191	32,10
Nie	39	15,60	45	13,04	84	14,12
Ogółem	250	100,00	345	100,00	595	100,00
chi²(2) = 1,69; p = ,431						

Dokonując analiz zależności pomiędzy deklaracjami dotyczącymi spożywania pierwszego śniadania przed wyjściem na uczelnię a płcią badanych (Tab. XI) wykazano istotne zależności ($p=0,046$). Zatem płeć istotnie wpływa na decyzję studentów odnośnie spożycia pierwszego posiłku. Zdecydowana większość kobiet (58,00%) oraz nieco mniej niż połowa badanych mężczyzn (47,76%) zadeklarowała, iż każdego dnia spożywa pierwsze śniadanie.

Biorąc pod uwagę wyniki dotyczące współzależności pomiędzy spożyciem przez respondentów pierwszego śniadania a zmienną jaką jest kierunek kształcenia (ryc. 7) stwierdzono istotne zależności ($p=0,029$). Zatem można stwierdzić, iż kierunek kształcenia istotnie wpływa na spożycie śniadania przez badanych. Co trzeci student nauk medycznych (73,53) i nieco więcej niż połowa przedstawicieli kierunków technicznych (52,25), przyrodniczych (54,17), rolniczych (52,94) i społecznych (56,52)

zadeklarowało, iż każdego dnia spożywa pierwsze śniadanie. Słuchacze nauk humanistycznych (44,44%) i nauk o sztuce byli też podobnego zdania lecz w mniejszym wymiarze (44,00%).

Spożycie pierwszego śniadania nie wiązało się w istotny sposób z miejscem pochodzenia badanych ($p > 0,05$) więc zmienna jaką jest środowisko pochodzenia nie wpływa na decyzję o jedzeniu pierwszego posiłku w ciągu dnia (Tab. XII). Ponad połowa młodzieży wywodzącej się z miasta (55,94%) oraz co drugi ze wsi (50,80%) również spożywa pierwszy posiłek przed wyjściem na uczelnię.

Użytki (papierosy, alkohol)

Uwzględniając zagadnienie dbałości o zdrowie w opiniach młodzieży akademickiej Krakowa wzięto też pod uwagę stosowanie przez nich używek, bowiem są to czynniki znacznie obniżające jakość życia.

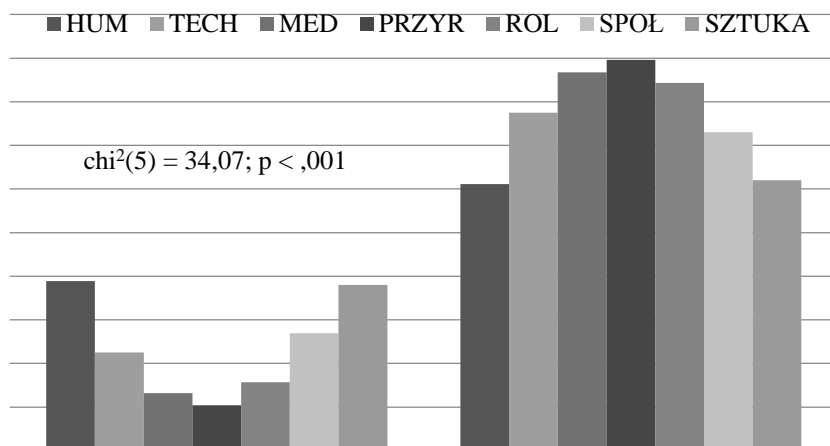
Analiza wyników dotycząca stosowanych przez badaną młodzież akademicką używek odniosła się do następujących zagadnień:

- Palenia papierosów
- Spożycia napojów alkoholowych
- Częstości spożywania napojów alkoholowych

Tabela XIII. Współzależności pomiędzy paleniem papierosów a płcią badanych studentów

Palenie papierosów	Płeć					
	Kobiety		Mężczyźni		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	74	21,14	68	27,76	142	23,91
Nie	276	78,86	177	72,24	453	76,09
Ogółem	350	100,00	245	100,00	595	100,00

$\chi^2(1) = 3,47; p = ,063$ p dokładne Fishera = ,064



Rycina 8. Współzależności pomiędzy paleniem papierosów przez badanych studentów a kierunkiem kształcenia

Tabela XIV. Zależności pomiędzy paleniem papierosów a miejscem pochodzenia badanych studentów

Palenie papierosów	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	49	19,60	93	26,96	142	23,87
Nie	201	80,40	252	73,04	453	76,13
Ogółem	250	100,00	345	100,00	595	100,00
chi ² (1) = 4,32; p = ,038 p dokładne Fishera p=,041						

Analizując wyniki zawarte w tabeli XIII dotyczące stosowania przez badanych używek jakimi były papierosy, stwierdzono, iż płeć nie różnicuje badanych w tym względzie (bowiem odnotowano brak zależności statystycznych). Zdecydowana większość studentek (78,86%) i w nieco mniejszym odsetku studentów (72,24%) deklarowało nie palenie papierosów.

Natomiast stwierdzono, iż palenie papierosów istotnie zależy ($p < 0,001$) od wybranego przez studentów kierunku kształcenia (ryc. 8). Ponad $\frac{3}{4}$ badanych (przedstawicieli nauk humanistycznych i nauk o sztuce w mniejszym wymiarze – około 60%) ze wszystkich analizowanych kierunków deklarowało nie palenie papierosów.

Podobne wyniki (Tab. XIV) uzyskano w przypadku zmiennej jaką było środowisko pochodzenia, bowiem czynnik ten – jak się okazało – istotnie wpływa (istotnie statystyczne korelacje $p = 0,038$) na deklaracje młodzieży dotyczące palenia papierosów. W tym przypadku również zdecydowana większość badanych deklarowało brak

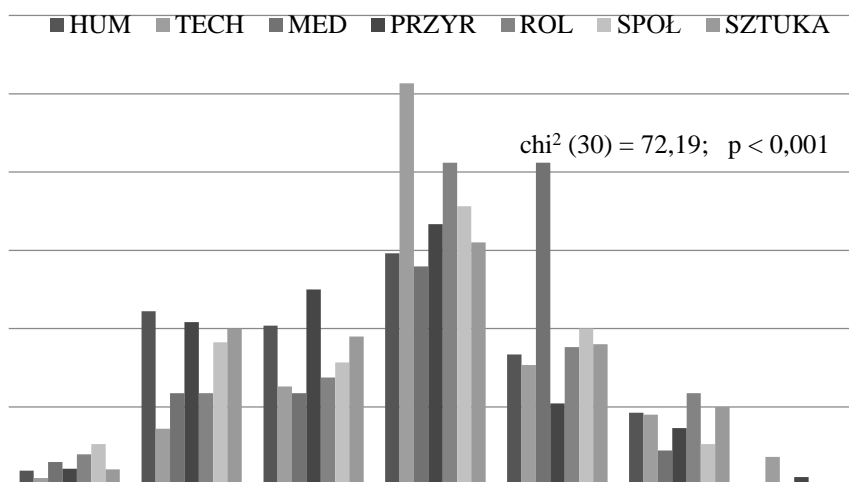
palenia papierosów, z tym że studenci pochodzący ze wsi w nieco większym odsetku (80,40%) aniżeli z miasta (73,04%).

W dalszej kolejności dociekań zadano respondentom pytanie „Czy spożywają oni napoje alkoholowe, a jeżeli tak to jak często oraz w jakich ilościach?”.

Tabela XV. Współzależności pomiędzy częstością spożycia alkoholu a płcią badanych studentek i studentów

Warianty odpowiedzi	Płeć					
	Kobiety		Mężczyźni		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Codziennie	1	0,29	15	6,12	16	2,69
Kilka razy w tygodniu	30	8,57	65	26,53	95	15,97
Raz w tygodniu	51	14,57	50	20,41	101	16,97
Kilka razy w miesiącu	144	41,14	73	29,80	217	36,47
Kilka razy w roku	89	25,43	25	10,20	114	19,16
Brak spożycia	32	9,14	15	6,12	47	7,90
Inne	3	0,86	2	0,82	5	0,84
Ogółem	350	100,00	245	100,00	595	100,00

$\chi^2(6) = 74,44; p < 0,001$



Rycina 9. Współzależności pomiędzy częstością spożycia alkoholu a kierunkiem kształcenia badanych studentek i studentów

Tabela XVI. Współzależności pomiędzy częstością spożycia a środowiskiem pochodzenia badanych studentek i studentów

Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Codziennie	10	4,00	6	1,74	16	2,69
Kilka razy w tygodniu	31	12,40	64	18,55	95	15,97
Raz w tygodniu	41	16,40	60	17,39	101	16,97
Kilka razy w miesiącu	84	33,60	133	38,55	217	36,47
Kilka razy w roku	63	25,20	51	14,78	114	19,16
Brak spożycia	19	7,60	28	8,12	47	7,90
Inne	2	0,80	3	0,87	5	0,84
Ogółem	250	100,00	345	100,00	590	100,00
chi ² (5) = 15,51; p=0,008						

Analizując dane zawarte w tabeli XV wykazano, iż zachodzą silne związki pomiędzy płcią badanych a spożyciem przez nich napojów alkoholowych (istotność statystyczna $p < 0,001$). Zatem zjawisko częstotliwości sięgania po alkohol silnie wiąże się z płcią badanych. Mężczyźni deklarowali częstsze spożycie alkoholu niż kobiety. Studentki spożywają alkohol kilka razy w miesiącu (41,14%) lub rzadziej, natomiast studenci deklarowali spożycie kilka razy w miesiącu (29,80%) lub w kilka razy tygodniu (26,53%), a nawet niewielki odsetek codziennie (6,12%).

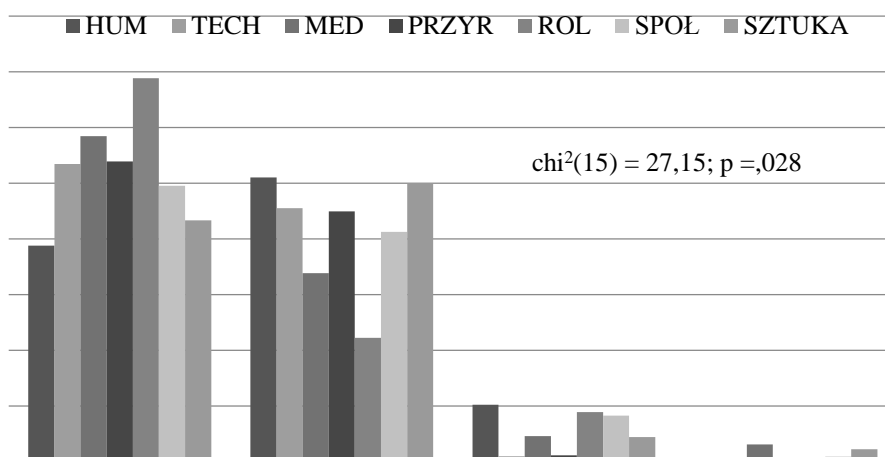
Ponadto na podstawie zawartych na ryc. 9 wyników można stwierdzić, iż zaznaczyły się silne związki pomiędzy spożyciem alkoholu oraz kierunkiem kształcenia badanych ($p < 0,001$), a więc zmienna ta znacząco wpływa na spożywanie przez młodzież napojów alkoholowych. Studenci nauk humanistycznych (29,63%), przyrodniczych (33,33%), społecznych (35,65%), nauk o sztuce (31,00%) oraz ponad 40% z wydziałów rolniczych i co drugi z kierunków technicznych najczęściej spożywają alkohol kilka razy w miesiącu. Słuchacze nauk medycznych rzadziej, bo tylko kilka razy w roku (41,18%) - (ryc. 23).

Rozpatrując miejsce pochodzenia stwierdzono (Tab. XVI), iż co trzeci student z obu grup badawczych (miasto i wieś) wskazał na spożycie alkoholu kilka razy w miesiącu. Poza tym można zauważyć, że młodzież pochodząca z miasta częściej niż ze wsi deklarowała spożycie napojów alkoholowych. Środowisko pochodzenia wykazuje silne związki z częstością spożycia napojów alkoholowych przez badaną młodzież (istotność statystyczna $p = 0,008$).

W dalszej kolejności zadano respondentom pytanie uzupełniające ten problem, bowiem dotyczyło ono ilości spożywanych napojów alkoholowych. Rozpatrując ten problem w analizach uwzględniono tylko osoby deklarujące spożywanie alkoholu. Ogółem było to 548 osób, co stanowiło ponad 90% badanej populacji.

Tabela XVII. Współzależności pomiędzy ilością spożywanego alkoholu a płcią respondentów

Warianty odpowiedzi	Płeć					
	Kobiety		Mężczyźni		Ogółem	
	N	(318) %	N (230)	%	N (548)	%
Niższe od przeciętnego	185	58,18	98	42,61	283	51,64
Przeciętne	125	39,31	108	46,96	233	42,52
Wyższe od przeciętnego	4	1,26	23	10,00	27	4,93
Inne	4	1,26	1	0,43	5	0,91
Ogółem	318	100,00	230	100,00	548	100,00
chi ² (3) = 36,80; p < 0,001						



Rycina 10. Współzależności pomiędzy ilością spożywanego alkoholu a kierunkiem kształcenia respondentów

Tabela XVIII. Współzależności pomiędzy ilością spożywanego alkoholu a miejscem pochodzenia respondentów

Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Niższe od przeciętnego	125	54,82	158	49,38	283	51,64
Przeciętne	89	39,04	144	45,00	233	42,52
Wyższe od przeciętnego	14	6,14	13	4,06	27	4,93
Inne	0	0,00	5	1,56	5	0,91

Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Ogółem	228	100,00	320	100,00	548	100,00
chi ² (5) = 15,51; p = ,008						

Z prezentowanych analiz (Tab. XVII) dotyczących związków pomiędzy ilością spożywanego przez badanych alkoholu a czynnikiem osobniczym jakim była płeć wykazano zależności statystyczne ($p < 0,001$); zatem ilość spożywanego alkoholu jest zależna od płci badanych. Zdecydowana większość studentek (58,18%) deklarowała niższe od przeciętnego spożycie alkoholu, natomiast mężczyźni przeciętnie (46,96%) oraz wyższe (10,00%).

Biorąc pod uwagę kierunek kształcenia młodzieży wykazano (ryc. 10), iż zmienna ta wpływa istotnie na spożycie napojów alkoholowych przez badaną młodzież ($p = 0,028$). Około połowa studentów z analizowanych kierunków (studenci nauk rolniczych w największym wymiarze 68,89%) deklarowała niższe od przeciętnego spożycie alkoholu, natomiast wśród ponad połowy studentów nauk humanistycznych i nauk o sztuce stwierdzono większy odsetek pijących, w doniesieniu do przeciętnego spożycia.

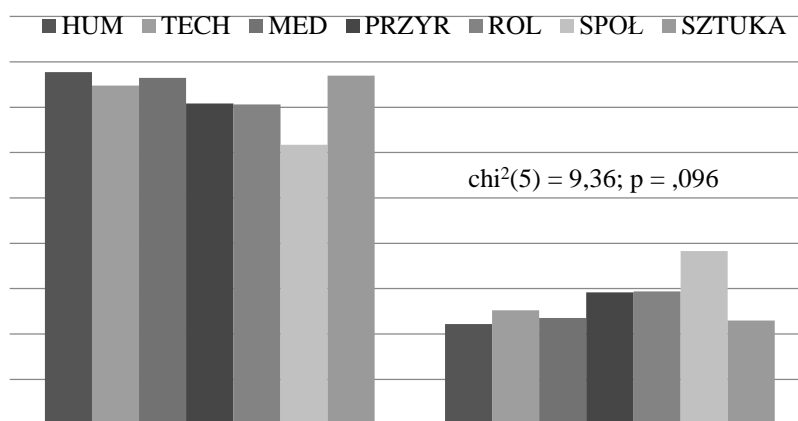
Co drugi student (54,69%) wywodzący się ze wsi oraz z miasta lecz w mniejszym odsetku (49,14%) określił spożycie przez siebie alkoholu jako niższe od średniego (Tab. XVIII). Nie stwierdzono istotnych zależności w prezentowanych analizach, zatem ilość spożywanego napojów alkoholowych nie zależy od miejsca pochodzenia.

Stres i sytuacje stresowe

Kolejnym badanym zagadnieniem wchodzącym w zakres zachowań zdrowotnych dotyczył stresu i najczęstszych sytuacji stresowych występujących w codziennym życiu studiującej młodzieży.

Tabela XIX. Współzależności pomiędzy występowaniem sytuacji stresowych w życiu respondentów a płcią badanych

Występowanie sytuacji stresowych	Płeć					
	Kobiety		Mężczyźni		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	274	78,29	155	63,27	429	72,10
Nie	76	21,71	90	36,73	166	27,90
Ogółem	350	100,00	245	100,00	595	100,00
chi ² (1) = 16,16; p < 0,001 p dokładne Fishera < 0,001						



Rycina 11. Współzależności pomiędzy występowaniem sytuacji stresowych w życiu respondentów a kierunkiem kształcenia

Tabela XX. Współzależności pomiędzy występowaniem sytuacji stresowych w życiu respondentów a miejscem pochodzenia

Występowanie sytuacji stresowych	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	189	75,60	240	69,57	429	72,10
Nie	61	24,40	105	30,43	166	27,90
Ogółem	250	100,00	345	100,00	595	100,00
$\chi^2(1) = 2,62; p = ,105$ p dokładne Fishera = ,116						

Dokonując analizy związków pomiędzy występowaniem sytuacji stresowych w życiu respondentów a płcią badanych (Tab. XIX) wykazano istotne współzależności statystyczne ($p < 0,001$), zatem czynnik ten (płeć) okazał się mieć znaczenie w tym względzie. Zdecydowana większość studentek (78,29%) i studentów (lecz mniejszym wymiarze - 63,27%) odczuwa stres w codziennym życiu.

Nie zaobserwowano natomiast istotnych statystycznie związków pomiędzy odczuwaniem stresu przez badanych a podjętym przez nich kierunkiem studiów (ryc. 11). Zatem występowanie sytuacji stresowych nie było zależne od kierunku studiów. Co trzeci student ze wszystkich branż pod uwagę kierunków kształcenia stwierdził, iż w jego życiu mają miejsce stresujące sytuacje (przedstawiciele nauk społecznych w nieco mniejszym wymiarze - 61,74%).

Co trzeci respondent pochodzący ze wsi i około 70% młodzieży z miasta (Tab. XX) potwierdziło, iż na co dzień doświadczają stresujących sytuacji (brak istotnych

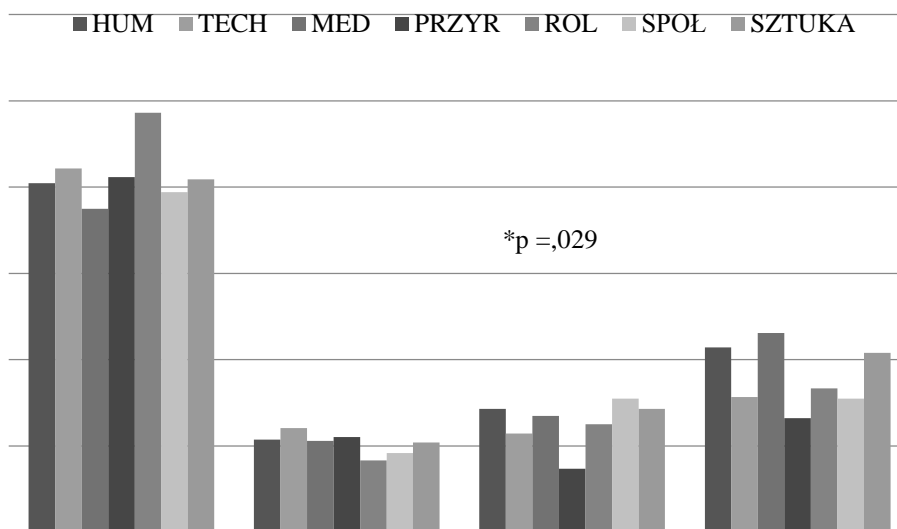
zależności statystycznych. Środowisko pochodzenia nie różnicuje, zatem studentów odnośnie występowania sytuacji stresowych w ich życiu.

Następnie zadano respondentom uzupełniające pytanie, dotyczące najczęstszych przyczyn odczuwania stresu.

Tabela XXI. Zależności pomiędzy najczęstszymi przyczynami stresu a płcią badanej młodzieży akademickiej Krakowa

Warianty odpowiedzi	Płeć				chi ²	p
	Kobiety		Mężczyźni			
	N (274)	%	N (155)	%		
Egzaminy i zaliczenia	244	89,05	109	70,32	32,84	<0,001**
Kłopoty rodzinne	63	22,99	27	17,42	2,47	0,116
Niska samoocena	76	27,73	32	20,65	4,14	0,042*
Brak czasu	110	40,15	42	27,10	10,17	0,001**
p < ,05*, p < ,001**						

* suma % nie równa się 100, ponieważ ankietowani udzielali więcej niż jednej odpowiedzi



Rycina 12. Zależności pomiędzy najczęstszymi przyczynami stresu a kierunkiem kształcenia badanej młodzieży akademickiej Krakowa

Tabela XXII. Zależności pomiędzy najczęstszymi przyczynami stresu a miejscem pochodzenia badanej młodzieży akademickiej Krakowa

Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia				chi ²	p
	Wieś		Miasto			
	N (189)	%	N (240)	%		
Egzaminy i zaliczenia	160	84,80	190	79,13	3,09	,079
Kłopoty rodzinne	40	21,20	49	20,29	0,07	,787
Niska samoocena	46	24,40	60	24,93	0,02	,883
Brak czasu	64	34,00	85	35,36	0,12	,731
p < ,05*, p < ,001**						

*suma % nie równa się 100, ponieważ ankietowani udzielali więcej niż jednej odpowiedzi

Jak wynika z danych zawartych w tabeli XXI, najczęstszymi powodami odczuwania stresu przez badane studentki (89,14%) oraz studentów (70,61%) były okoliczności związane z uczelnią: egzaminy i zaliczenia. W następnej kolejności kobiety i mężczyźni (odpowiednio 40,15% i 27,10%) wskazywali na brak czasu oraz ponad 20% respondentów z obu badanych grup na niską samoocenę. Z prezentowanych analiz wynika, iż płeć wiąże się w istotny sposób z odczuwaniem stresu spowodowanym zaliczeniami na uczelni (istotność statystyczna $p < 0,001$), brakiem czasu ($p = 0,001$) oraz poczuciem niskiej samooceny ($p = 0,042$). Jedynie w przypadku kłopotów rodzinnych młodzieży nie wykazano istotnych związków z płcią.

Natomiast biorąc pod uwagę zmienną jaką jest kierunek kształcenia (ryc. 12), analiza wyników wykazała istotne związki pomiędzy kierunkiem kształcenia a występowaniem stresu spowodowanym brakiem czasu ($p = 0,029$). W pozostałych przypadkach nie wykazano istotnych współzależności. Uzyskane wyniki pokazały, iż dla ponad 3/4 studentów ze wszystkich analizowanych kierunków kształcenia, najczęściej sytuacji stresowych przysparzają egzaminy i zaliczenia na studiach.

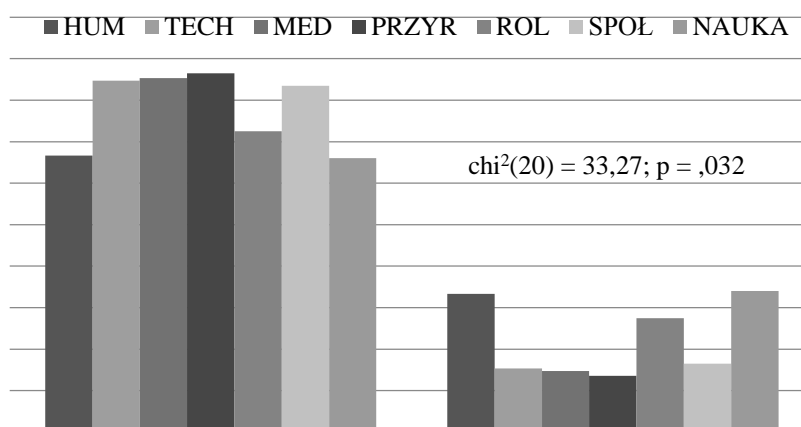
W odniesieniu do zmiennej środowisko pochodzenia, studenci ze wsi (84,80%) oraz z miasta (79,13%) najczęściej odczuwają stres z powodu zaliczeń i egzaminów na studiach (Tab. XXII). Sytuacje stresowe nie wiążą się istotnie z analizowaną zmienną.

Aktywność fizyczna

Jednym z zagadnień wchodzących w zakres zachowań zdrowotnych jest udział w aktywności fizycznej, mającej pozytywny wpływ na zdrowie człowieka. W dalszych rozważaniach zapytano badanych: „Czy w wolnym czasie podejmują oni aktywne formy ruchowe?”.

Tabela XXIII. Współzależności pomiędzy deklaracjami na temat podejmowania aktywności fizycznej w wolnym czasie a płcią badanych studentek i studentów

Podejmowanie aktywności fizycznej w wolnym czasie	Płeć					
	Kobiety		Mężczyźni		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	274	78,29	196	80,00	470	78,99
Nie	76	21,71	49	20,00	125	21,01
Ogółem	350	100,00	245	100,00	595	100,00
$\chi^2(4) = 13,36; p = 0,10$						



Rycina 13. Zależności pomiędzy deklaracjami na temat podejmowania aktywności fizycznej w wolnym czasie a płcią badanych studentek i studentów

Tabela XXIV. Współzależności pomiędzy deklaracjami na temat podejmowania aktywności fizycznej w wolnym czasie a miejscem pochodzenia studentów

Podejmowanie aktywności fizycznej w wolnym czasie	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	197	78,8	273	79,13	470	78,99
Nie	53	21,2	72	20,87	125	21,01
Ogółem	250	100,00	345	100,00	595	100,00
$\chi^2(4) = 3,68; p = ,451$						

Analizując związki pomiędzy deklaracjami studentów na temat podejmowania aktywności fizycznej w wolnym czasie a płcią badanych (Tab. XXIII) stwierdzono, iż 80% mężczyzn i 78,29% kobiet deklaroowało podejmowanie tego typu działalności. W wyniku analiz nie stwierdzono, aby płeć istotnie różnicowała młodzież akademicką odnośnie deklaracji o podjęciu aktywności fizycznej w czasie wolnym.

W obszarze związków pomiędzy podejmowaniem aktywności fizycznej a kierunkiem kształcenia studentów (ryc. 13) wykazano powiązania istotne statystycznie ($p=0,032$). Zatem kierunek studiów różnicuje respondentów w tym zagadnieniu. Zdecydowana większość badanych (ponad 70%) z wytypowanych kierunków studiów (nauki humanistyczne i nauki o sztuce w mniejszym odsetku - odpowiednio 66,67% i 66,00%) wyraziła się pozytywnie na temat spędzenia wolnego czasu w aktywny sposób.

Biorąc pod uwagę wyniki zawarte w tabeli XXIV stwierdzono, że niemal 80% badanych studentów zarówno ze wsi, jaki z miasta swój wolny czas spędza w czynny sposób. Nie wykazano natomiast związków statystycznych pomiędzy analizowanymi czynnikami, zatem środowisko pochodzenia nie różnicuje istotnie odnośnie deklaracji o podjęciu w wolnym czasie aktywności fizycznej.

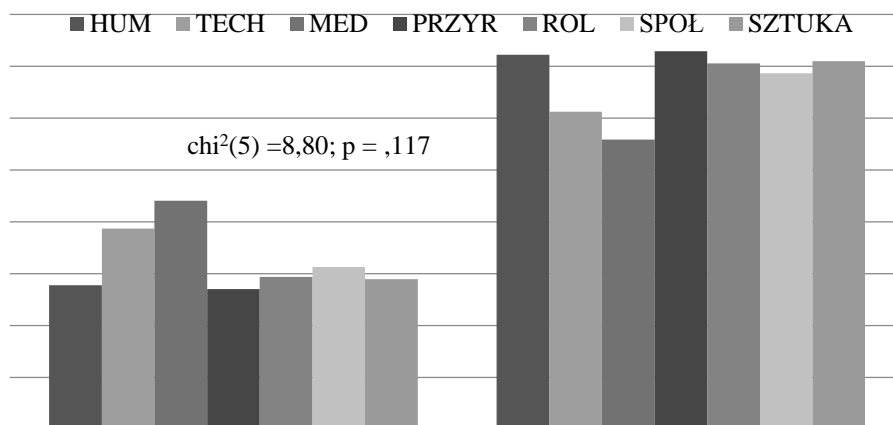
DBAŁOŚĆ O ZDROWIE

Jednym z badanych zagadnień było poznanie innych (poza aktywnością ruchową) sposobów dbania o zdrowie badanej młodzieży akademickiej. W zakres tych zagadnień wchodziły:

- Badania kontrolne
- Ilość godzin snu na dobę
- Sposoby dbania o własne zdrowie

Tabela XXV. Korelacje pomiędzy wykonywaniem badań kontrolnych w ciągu roku a płcią badanych studentek i studentów

Wykonywanie badań kontrolnych	Płeć					
	Kobiety		Mężczyźni		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	147	42,00	47	19,18	194	32,61
Nie	203	58,00	198	80,82	401	67,39
Ogółem	350	100,00	245	100,00	595	100,00
chi ² (1) = 34,14; p < 0,001 p dokładne Fishera < 0,001						



Rycina 14. Współzależności pomiędzy wykonywaniem badań kontrolnych w ciągu roku a kierunkiem kształcenia badanych studentek i studentów

Tabela XXVI. Korelacje pomiędzy wykonywaniem badań kontrolnych w ciągu roku a miejscem pochodzenia badanych studentów

Wykonywanie badań kontrolnych	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	73	29,20	121	35,07	194	32,61
Nie	177	70,80	224	64,93	401	67,39
Ogółem	250	100,00	345	100,00	595	100,00
chi ² (1) = 2,27; p = ,131; p dokładne Fishera = ,133						

Jak wynika z danych zawartych w tabeli XXV, przeważająca większość mężczyzn (80,82%) oraz około 60% kobiet nie wykonuje w ogóle badań profilaktycznych. Stwierdzono, iż płeć istotnie wpływa na decyzje studentów o wykonywaniu badań kontrolnych w ciągu roku ($p < 0,001$).

Nie wykazano natomiast zależności pomiędzy wykonywaniem badań profilaktycznych a kierunkiem kształcenia (ryc. 14), zatem zmienna ta nie różnicuje w tym względzie istotnie respondentów. Około 70% studentów z uwzględnianych kierunków kształcenia nie wykonuje w ogóle badań kontrolnych. Wyjątek stanowią studenci nauk medycznych, którzy w największym odsetku (44,12%) wskazywali na tę formę dbałości o własne zdrowie.

W przypadku wyników zawartych w tabeli XXVI (biorąc pod uwagę miejsce pochodzenia) wynika, iż więcej studentów ze wsi (70,80%) aniżeli z miasta (64,93%) nie wykonuje zalecanych przynajmniej raz w roku badań kontrolujących ich stan

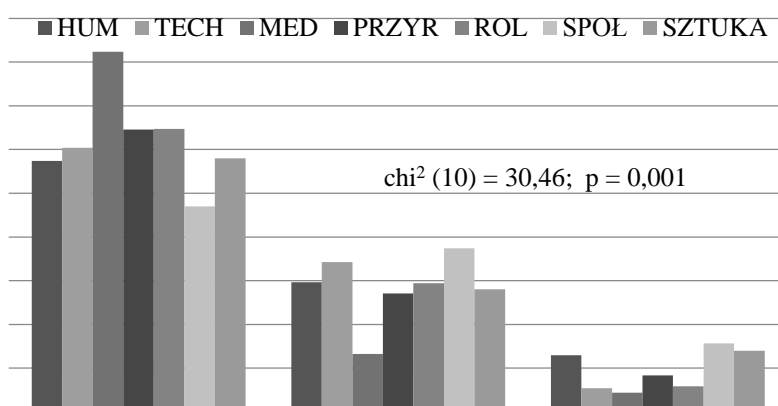
zdrowia. Tak więc analizowana zmienna nie wykazuje istotnych współzależności z tą formą dbałości o własne zdrowie.

Kolejnym podjętym zagadnieniem z zakresu innych form dbałości o własne zdrowie badanej młodzieży akademickiej była kwestia ilości godzin snu na dobę. Analizy w tym zagadnieniu przedstawiono poniżej.

Tabela XXVII. Zależności pomiędzy ilością godzin snu na dobę a płcią badanych

Warianty odpowiedzi	Płeć					
	Kobiety		Mężczyźni		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Mniej niż 8 godzin	231	66,00	130	53,06	361	60,67
8 godzin	86	24,57	89	36,33	175	29,41
Powyżej 8 godzin	33	9,43	26	10,61	59	9,92
Ogółem	350	100,00	245	100,00	595	100,00

$\chi^2(2) = 10,95; p = ,004$



Rycina 15. Zależności pomiędzy ilością godzin snu na dobę a kierunkiem kształcenia badanych studentek i studentów

Tabela XXVIII. Zależności pomiędzy ilością godzin snu na dobę a miejscem pochodzenia badanych studentek i studentów

Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Mniej niż 8 godzin	161	64,40	200	57,97	361	60,67
8 godzin	68	27,20	107	31,01	175	29,41

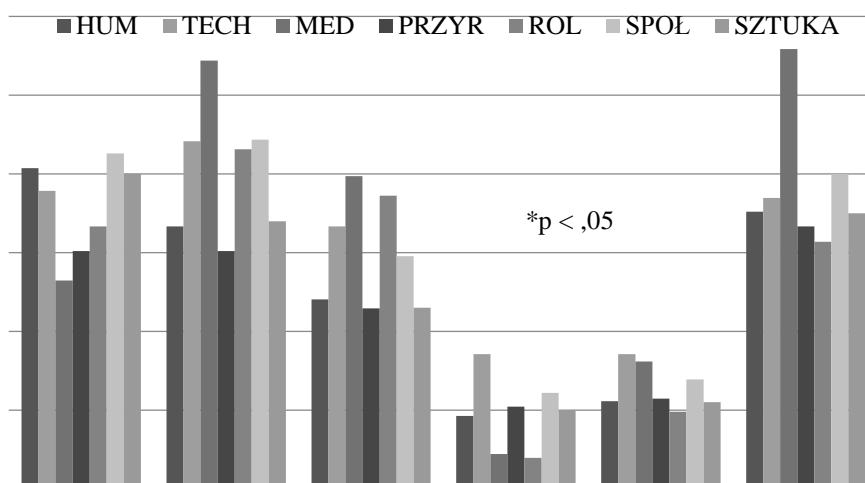
Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia					
	Wieś		Miasto		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Powyżej 8 godzin	21	8,40	38	11,01	59	9,92
Ogółem	250	100,00	345	100,00	595	100,00
$\chi^2(2) = 2,70; p = ,259$						

Uwzględniając deklaracje badanych na temat ilości godzin snu na dobę (Tab. XXVII) stwierdzono, iż ponad 65% studentek i około 40% studentów przespia mniej niż 8 godzin. Poza tym prezentowane analizy wykazały współzależności statystycznie ($p=0,004$), zatem zmienna jaką była płeć istotnie różnicuje badaną młodzież pod względem ilości godzin snu. Odnotowano również związki statystyczne ($p=0,001$) pomiędzy ilością godzin snu na dobę a kierunkiem kształcenia (ryc. 15), a więc zmienna ta okazała się mieć znaczenie. Ponad 55% studentów ze wszystkich uwzględnianych obszarów kształcenia (kierunki społeczne w mniejszym odsetku - 46,96%) wskazało, iż przespia mniej niż 8 godzin w ciągu doby. Studenci kierunków medycznych w przeważającej liczbie (82,35%) wskazali na tę wypowiedź. W przypadku zmiennej, jakim było środowisko pochodzenia nie wykazano zależności istotnych statystycznie ($p>0,05$) w wypowiedziach badanych (Tab. XXVIII). Studenci zarówno pochodzący ze wsi (64,40%) jak i z miasta (57,97%) najliczniej stwierdzili, iż ich dobowy sen trwa mniej niż 8 godzin. W następnych analizach zaprezentowane zostały wyniki odnoszące się do najczęstszych sposobów dbania o własne zdrowie w opiniach badanej młodzieży akademickiej

Tabela XXIX. Współzależności pomiędzy najczęstszymi sposobami dbania o własne zdrowie a płcią badanych studentek i studentów

Warianty odpowiedzi	Kobiety		Mężczyźni		chi ²	p
	N	%	N	%		
Odpowiednia ilość snu i wypoczynku	119	36,39	98	44,75	2,24	,135
Urozmaicona dieta, unikanie pożywienia typu „fast food”	167	51,07	73	33,33	19,23	<,001**
Brak używek	121	37,00	54	24,66	10,9	,001**
Regularne badania kontrolne	53	16,21	10	4,57	18,63	<,001**
Czytanie na temat racjonalnego odżywiania	64	19,57	15	6,85	18,52	<,001**
Sprawność fizyczna i kondycja	123	37,61	104	47,49	3,26	,071
$p < ,05^*$, $p < ,001^{**}$						

*suma % nie równa się 100, ponieważ ankietowani udzielali więcej niż jednej odpowiedzi



Rycina 16. Współzależności pomiędzy najczęstszymi sposobami dbania o własne zdrowie a kierunkiem kształcenia badanych studentek i studentów

Tabela XXX. Współzależności pomiędzy najczęstszymi sposobami dbania o własne zdrowie a miejscem pochodzenia badanych studentek i studentów

Warianty odpowiedzi	Miejsce pochodzenia				chi ²	p
	Wieś		Miasto			
	N	%	N	%		
Odpowiednia ilość snu i wypoczynku	84	33,60	133	38,55	1,53	,216
Urozmaicona dieta, unikanie pożywienia typu „fast food”	91	36,40	149	43,19	2,78	,096
Brak używek	85	34,00	90	26,09	4,37	,037*
Regularne badania kontrolne	24	9,60	39	11,30	0,45	,505
Czytanie na temat racjonalnego odżywiania	33	13,20	46	13,33	0,00	,962
Dbanie o sprawność fizyczną i kondycję	84	33,60	143	41,45	3,79	,052

p < ,05*, p < ,001**

*suma % nie równa się 100, ponieważ ankietowani udzielali więcej niż jednej odpowiedzi

W odniesieniu do analiz zawartych w tabeli XXIX dotyczących najczęstszych sposobów dbania o własne zdrowie stwierdzono, że kobiety najbardziej przywiązywały uwagę do racjonalnej diety (51,07%), unikania używek (37,00%) oraz zwracania uwagi na odpowiednią ilość snu i wypoczynku (36,39%). Natomiast studenci na

pierwszym miejscu stawiali dbanie o poziom własnej sprawności fizycznej i kondycji (47,49%), odpowiednią ilość wypoczynku (44,75%) oraz spożywanie urozmaiconych posiłków, unikając pożywienia typu „fast food” (33,33%). Analiza współzależności pomiędzy sposobami dbania o własne zdrowie a płcią wykazała istotne współzależności statystyczne w zakresie: wyszukiwania informacji na temat prawidłowego odżywiania ($p < 0,001$), zastosowania ich w racjonalnej diecie ($p < 0,001$), unikania używek ($p = 0,001$) i wykonywania badań kontrolnych ($p = 0,001$). Zatem płeć badanych różnicowała istotnie młodzież w tym zakresie.

Uwzględniając kierunek kształcenia (ryc. 16) stwierdzono, iż istotne związki wykazano jedynie w przypadku wpływu kierunku studiów na dbałość o zdrowie rozumiane jako przestrzeganie urozmaiconej diety ($p = 0,015$) oraz kondycję i sprawność fizyczną ($p = 0,037$). Studenci kierunków technicznych (44,14%), rolniczych (43,14%) i społecznych (44,35%) najczęściej dbają o racjonalną dietę. Słuchacze nauk o sztuce i humanistycznych (około 40%) zwracają uwagę na odpowiednią ilość snu i wypoczynku. Ponad połowa młodzieży z kierunków medycznych (55,88%) i 33,33% z przyrodniczych na pierwszym miejscu stawia dbanie o poziom własnej sprawności fizycznej i kondycji.

Biorąc pod uwagę zmienną, jaką jest środowisko pochodzenia (Tab. XXX) stwierdzono, że najpopularniejszą formą troski o własne zdrowie w obu badanych grupach (odpowiednio miasto - 43,19% i wieś 36,40%) okazało się dbanie o racjonalną dietę. Należy zauważyć, że młodzież ze środowiska miejskiego liczniej aniżeli z wiejskiego wskazywała na przedstawione warianty troski o własne zdrowie, za wyjątkiem unikania używek, który to aspekt był częściej wskazywany przez młodzież wiejską. Natomiast istotne statystycznie zależności stwierdzono jedynie w przypadku wpływu miejsca pochodzenia na zagadnienie dotyczące eliminacji używek ($p = 0,037$). W pozostałych wariantach nie wykazano istotnych współzależności.

WNIOSKI

Dokonując próby oceny zależności pomiędzy postawami wobec kultury fizycznej i zachowaniami zdrowotnymi młodzieży akademickiej Krakowa, a uwarunkowaniami osobniczymi oraz społeczno-środowiskowymi sformułowano następujące uogólnienia:

1. Postawy badanych wobec kultury fizycznej najsilniej różnicowała płeć. Studentki prezentowały wyższy poziom aniżeli studenci takich składowych postawy jak: emocjonalnej, behawioralnej oraz wskaźnika globalnego postawy. Z kolei kierunek kształcenia jak i środowisko pochodzenia badanych w żadnym z uwzględnianych komponentów nie okazał się zmienną różnicującą badanych w tym względzie. Wskaźnik punktowy postawy (KPP), wyrażający kierunek postawy wykazał, iż w większości komponentów badana młodzież wyraża obojętny lub negatywny stosunek do zagadnień dotyczących kultury fizycznej.
2. Analiza nawyków żywieniowych respondentów pozwoliła stwierdzić, iż zdecydowana większość badanych bez względu na płeć oraz miejsce zamieszkania (z wyjątkiem kierunku kształcenia – studentów uczelni medycznych) wyrażała

opinię o braku prawidłowego odżywiania się. Najczęstymi przyczynami tego stanu rzeczy okazał się (bez względu na płeć, kierunek kształcenia i miejsce pochodzenia) brak czasu oraz nieregularność posiłków. Kobiety częściej (4 razy) aniżeli mężczyźni (3 razy) spożywają posiłki w ciągu dnia. Spożycie pierwszego śniadania przez badanych okazało się zasadniczo związane z takimi zmiennymi jak: płeć oraz kierunek kształcenia, natomiast środowisko pochodzenia nie. Pierwsze śniadanie spożywa ponad połowa kobiet (58,00%) oraz niecała połowa mężczyzn (47,76%).

3. Uwzględniając stosowanie przez badanych używek stwierdzono, iż zdecydowana większość badanych studentek (78,86%) oraz studentów (72,24%), mieszkańców zarówno wsi (80,40%) jak i miasta (73,04%) oraz przedstawiciele uwzględnianych kierunków kształcenia (50,11% – 89,58%) deklarowało nie palenie papierosów. Natomiast płeć, kierunek kształcenia oraz miejsce pochodzenia okazały się zmiennymi znacząco różnicującymi badanych pod względem spożycia napojów alkoholowych. Kobiety (41,14%) i mężczyźni (29,80%), słuchacze zróżnicowanych kierunków kształcenia (29,63% - 51,35%) oraz mieszkańcy wsi (33,60%) i miasta (38,55%) deklarowali, iż najczęściej spożywają oni alkohol kilka razy w miesiącu, natomiast studenci nauk medycznych znacznie rzadziej, bo tylko kilka razy w roku (41,18%).
4. Zdecydowana większość respondentów bez względu na płeć, kierunek kształcenia oraz pochodzenie deklarowało występowanie w ich życiu sytuacji stresowych. Najczęstymi przyczynami wywołującymi stres według większości badanych (ponad 75%) okazały się okoliczności związane z uczelnią – egzaminy i zaliczenia.
5. Ponad 75% studiującej młodzieży deklarowało podejmowanie aktywności ruchowej w wolnym czasie (przedstawiciele kierunków humanistycznych i nauk o sztuce w mniejszym odsetku – 66%). Kierunek kształcenia okazał się zmienną różnicującą badanych w tym względzie, natomiast płeć oraz miejsce zamieszkania nie.
6. W odniesieniu do zagadnień zdrowotnych stwierdzono, iż najczęstszymi formami dbałości o zdrowie przez badanych okazały się: urozmaicona dieta, unikanie pożywienia typu „fast food”, dbałość własną o sprawność fizyczną i kondycję oraz odpowiednia ilość snu i wypoczynku. Płeć okazała się zmienną różnicującą badanych w tym względzie, natomiast kierunek i miejsce pochodzenia w mniejszym wymiarze. Ponad połowa badanych studentów i studentek deklarowało jednak krótki sen tzn. mniej niż 8 godzin na dobę. Zauważono też, iż 42,00% studentek i zaledwie 20% studentów oraz co czwarty badany z uwzględnianych kierunków kształcenia (nauki medyczne w niewiele większym odsetku 44,12%) deklarowało wykonywanie badań profilaktycznych w ciągu roku.
7. Podsumowując można zatem stwierdzić, iż przeprowadzone analizy wskazały na zróżnicowane postawy przedstawicieli młodzieży akademickiej Krakowa wobec kultury fizycznej, jednakże należy zwrócić szczególną uwagę na fakt, że żaden z

respondentów nie wyrażał w tym względzie pozytywnych postaw. Z kolei na temat zdrowego stylu życia badani w większości deklarowali zachowania służące zdrowiu, a zwłaszcza reprezentanci nauk medycznych. W obszarze analizowanych zmiennych najczęściej różnicującą badanych zmienną okazała się płeć.

PIŚMIENNICTWO

1. Górna K.: Przygotowanie młodzieży do uczestnictwa w kulturze fizycznej. AWF Katowice 2001.
2. Grabowski H.: Teoria fizycznej edukacji. WSiP, Warszawa 1999.
3. Makuła W.: Treść i miejsce postaw prosomatycznych w systemie wartości młodzieży akademickiej Krakowa. – praca doktorska 1998.
4. Makuła W.: Problem wartości ciała i aktywności fizycznej w badaniach nad kulturą fizyczną studentów. Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Nowym Sączu 2010.
5. Mika S.: Psychologia społeczna dla nauczycieli. WSiP, Warszawa 1980.
6. Pawłucki A.: Osoba w pedagogice ciała. Wykłady. Wydawnictwo OSW, Olsztyn 2002.
7. Strzyżewski S.: Jak kontrolować wiadomości z kultury fizycznej, Wychowanie Fizyczne i Higiena Szkolna, 1988, nr 7: s. 226-227.
8. Strzyżewski S.: Postawy wobec kultury fizycznej młodzieży kończącej zasadnicze szkoły zawodowe. Wychowanie Fizyczne i Sport, 1990, nr 3, s. 73–85.
9. Stupnicki R.: Analiza i prezentacja danych ankietowych. AWF Warszawa 2003.
10. Sztumski J.: Wstęp do metod i technik badań społecznych. „Śląsk” Wydawnictwo Naukowe, Katowice 2010.
11. Umiastowska D.: Zmiana modelu akademickiego wychowania fizycznego w świetle badań uczestnictwa szczecińskich studentów w kulturze fizycznej. Uniwersytet Szczeciński. Szczecin 2007.
12. Woynarowska B.: Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia w szkole. CMPPP. Warszawa, 2006, Zeszyt 10-11.
13. Woynarowska B.: Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki. PWN Warszawa 2007.
14. Woynarowska B.: Edukacja zdrowotna. Poradnik dla nauczycieli wychowania fizycznego w gimnazjach i szkołach ponadpodstawowych. Wydawnictwo Pedagogiczne ZNP, Kielce 2012.
15. Żukowska Z.: Potrzeby i styl życia człowieka wobec zagrożeń cywilizacyjnych jego zdrowia. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne, 1995, nr 3, s. 107 – 111.

STRESZCZENIE

Celem pracy była próba określenia zależności pomiędzy postawami wobec kultury fizycznej i zachowaniami zdrowotnymi młodzieży akademickiej Krakowa, a uwarunkowaniami osobniczymi oraz społeczno-środowiskowymi. Podstawową metodą badawczą zastosowaną w badaniach był sondaż diagnostyczny z wykorzystaniem narzędzia badawczego, jakim był kwestionariusz ankiety. Badaniami objętych zostało 595 studentów, w tym 350 kobiet i 245 mężczyzn studiujących na siedmiu wybranych publicznych uczelniach wyższych w Krakowie. Otrzymane wyniki badań pozwoliły stwierdzić, iż postawy badanych wobec kultury fizycznej najsilniej różnicowała płeć. Studentki prezentowały wyższy poziom aniżeli studenci następujących składowych postawy: emocjonalnej, behawioralnej, wskaźnika globalnego postawy oraz wskaźnika punktowego postawy. Z kolei zarówno kierunek kształcenia jak i środowisko pochodzenia badanych w żadnym z uwzględnianych komponentów nie okazał się zmienną różnicującą badanych pod względem postaw wobec kultury fizycznej. Płeć, kierunek kształcenia oraz miejsce pochodzenia różnicowały badanych pod względem zachowań związanych ze zdrowiem, z czego czynnik osobniczy w największym wymiarze.

ABSTRACT

The objective of the research was to determine the relationship between the attitudes towards physical education and health behaviors of students in/from Cracow and sex and socio- environmental conditions. The basic research method used in the study was the use of a diagnostic survey research tool, which was the questionnaire. There were 595 students involved in the studies, including 350 women and 245 men studying at eight selected public universities in Cracow. The obtained results led to the conclusion that the attitude of the respondents towards physical culture were significantly differentiated by sex. The female students presented a higher level than the male students in the following components: emotional, behavioral, indicator of global attitudes and spot rate indicator. In turn, both the direction of education and the environment of origin of respondents - village, town has not been a variable differentiating the students in terms of attitudes toward physical education in any of the components. Individual differences, direction of education and the environment of origin of respondents differentiated in terms of health-related behaviors, of which sex in maximum dimension.

Artykuł zawiera 61915 znaków ze spacjami + grafika