

ALICJA KAISER¹, MARZENA STELMASZEWSKA²

¹ Wielkopolska Wyższa Szkoła Turystyki i Zarządzania w Poznaniu, Katedra Turystyki,
Poznań, Polska

² Wielkopolska Wyższa Szkoła Turystyki i Zarządzania w Poznaniu, SKN, Poznań, Polska

ROLA RODZICÓW W ROZWOJU ZAINTERESOWAŃ REKREACJĄ FIZYCZNĄ DZIECI W WIEKU PRZEDSZKOLNYM

ROLE OF PARENTS IN DEVELOPING INTEREST IN ACTIVE PHYSICAL RECREATION AMONG CHILDREN AT KINDERGARTEN AGE

Abstract: Aim: Physical recreation plays a significant role in raising quality of life and health of a contemporary man. This paper discusses an issue of family socialisation in their leisure time. The aim of the research is the analysis of pastime behaviours of parents and their role in developing interest in active recreation among children at kindergarten age.

Material and method: The research was carried out in 2012 among parents of children at kindergarten age. Majority of respondents were men aged 31-37 years, with high school education, having two children aged 4-7 years. The research was carried out with use of poll method, using an authorial questionnaire.

Results: Majority of the respondents declared that as children they had often participated in active forms of recreation. At present they hardly ever take up physical activity in their leisure time. The respondents prefer traditional forms of active recreation, they rarely take part in organised forms of recreation or make use of modern facilities. It has been noted that access to facilities which might enable the respondents rational organisation of leisure time is sufficient. However, the respondents do not make sufficient use of them.

Conclusion: Parents need support from physical activity organisers. Those who organise joint family activities should adapt contents and offer to age of various family members. It is also important to provide professional care for children in sports facilities, which will enable parents, particularly mothers, attend organised sport activities more often.

Key words: active physical recreation, family, children at kindergarten age, socialisation, health

Wstęp i cel pracy

Oddziaływanie środowiska społecznego na jednostkę odbywa się w toku procesu socjalizacji. Środowisko społeczne, w zależności od panujących w nim norm, wartości, obyczajów, zwyczajów, poglądów czy przekonań, może wywierać pozytywny lub negatywny wpływ na styl życia jednostek, w tym na preferowane formy spędzania czasu wolnego. Rodzina jest tą pierwotną grupą społeczną, która odgrywa podstawowe znaczenie we wczesnej fazie socjalizacji człowieka. Wychowanie do rekreacji, za które odpowiedzialni są przede wszystkim rodzice, oznacza „system działań pedagogicznych mających na celu wyrobienie pozytywnej otwartej postawy wobec kultury fizycznej, wyposażenie człowieka w odpowiednie wiadomości i umiejętności pozwalające na udział w sporcie, rekreacji ruchowej, turystyce, niezależnie od wieku i w różnych sytuacjach (...) jest to popularyzowanie wzorów, tworzenie różnorodnych modeli organizowania czasu wolnego, kształtowanie nawyków, przyzwyczajzeń i postaw” (Kubica 2004).

Socjalizacja w rodzinie odbywa się głównie poprzez: przykład i naśladowanie, system nakazów i zakazów, działalność inspirującą ze strony osób socjalizujących oraz system kontroli społecznej - kary i nagrody (Tyska 1997, Doniec 1998, Jacher 2000). Zadania wychowawcze rodziny polegają w znacznym stopniu na przekazywaniu dzieciom właściwych wzorców zachowań, na ukazywaniu różnorodności i specyfiki spędzania czasu wolnego. Rodzice swoim przykładem są w stanie najlepiej wpoić pożądane nawyki, formować postawy, rozbudzać potrzeby w zakresie rekreacji fizycznej (Parnicka 1997). Charakter spędzania czasu wolnego przez rodziców wpływa na kształtowanie się zainteresowań, ulubionych form zajęć i rozrywki ich potomstwa. Z licznych badań wynika, że dzieci rodziców, którzy byli (są) aktywni ruchowo, dużo częściej niż ich koledzy angażują się w różne formy aktywności fizycznej (Przewoźniak 2001, Piech 2004, Kosiba 2005, Kaiser i wsp. 2007, Kaiser, Laudańska-Krzemińska 2008). Zatem w głównej mierze od rodziny zależy to, na ile w okresie dzieciństwa i wczesnej młodości zostaną ukształtowane korzystne zachowania wolnoczasowe.

Rekreacja fizyczna odgrywa bardzo ważną rolę w podnoszeniu jakości życia i zdrowia całej rodziny. Na wykorzystanie czasu wolnego wpływ mają wykształcenie rodziców, budżet czasu, warunki ekonomiczne, poziom kultury, wiedza rodziców na temat odpowiedniej organizacji zajęć (Siwiński i wsp. 2007). Kształtowanie umiejętności planowania i gospodarowania czasem wolnym jest bardzo istotne już od najmłodszych lat. Rekreacja fizyczna jest jednym z elementów aktywności fizycznej, która towarzyszy człowieko-

wi od dzieciństwa, dlatego mamy możliwość nabywania odpowiednich nawyków poprzez naśladownictwo. Rodzice stają się głównym przekazywaniem wiedzy jak rozwijać w sobie chęć do czynnego spędzania wolnego czasu.

Wszelkie zajęcia i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu, wpływają na organizm dziecka tym efektywniej, im jest ono młodsze, dlatego rodzic powinien aktywnie brać udział w rozwoju ruchowym swojego potomstwa, wpajając tym samym dobre i prozdrowotne nawyki, które zaowocują w przyszłości. W pierwszym etapie rozwoju aktywności fizycznej jest to przygotowanie wstępne i dotyczy dzieci w wieku od 3 do 5 roku życia. Jest to etap doskonalenia poprawności wykonywania ruchów naturalnych, uczenie się nowych umiejętności ruchowych, rozwijanie dyspozycji intelektualnych za pomocą specjalnie dobranych gier i zabaw ruchowych, kształtowanie w czasie zajęć umiejętności zachowania się w złożonych i nietypowych sytuacjach oraz modelowanie zdolności motorycznych (Umiastowska 2003).

W związku z powyższym celem pracy jest analiza zachowań wolnoczasowych rodziców w kontekście rozwoju zainteresowań rekreacją fizyczną dzieci w wieku przedszkolnym.

Material i metody badań

Badania przeprowadzono wśród rodziców dzieci w wieku przedszkolnym w 2012 roku, zgodnie z ustaloną metodą i techniką badawczą. Badaniem objęto 86 rodziców dzieci w wieku 3-6 lat. Charakterystykę respondentów zawarto w tabelach 1-4.

Tabela 1. Płeć respondentów

PŁEĆ	LICZBA OSÓB
KOBIETY	28
MĘŻCZYŹNI	58
RAZEM	86

Źródło: badania własne

Tabela 2. Wiek badanych rodziców

WIEK RODZICÓW	LICZBA OSÓB
25-30	11
31-37	46
38-44	22
powyżej 44	7
RAZEM	86

Źródło: badania własne

Tabela 3. Wykształcenie badanych rodziców

WYKSZTAŁCENIE RODZICÓW	LICZBA OSÓB
Podstawowe	0
Zawodowe	10
Średnie	36
Wyższe zawodowe	12
Wyższe magisterskie	28
RAZEM	86

Źródło: badania własne

Tabela 4. Wiek dzieci badanych rodziców

WIEK DZIECI	LICZBA DZIECI
1-3 lat	38
4-6 lat	78
7-10 lat	30
Więcej niż 10 lat	26
RAZEM	86

Źródło: badania własne

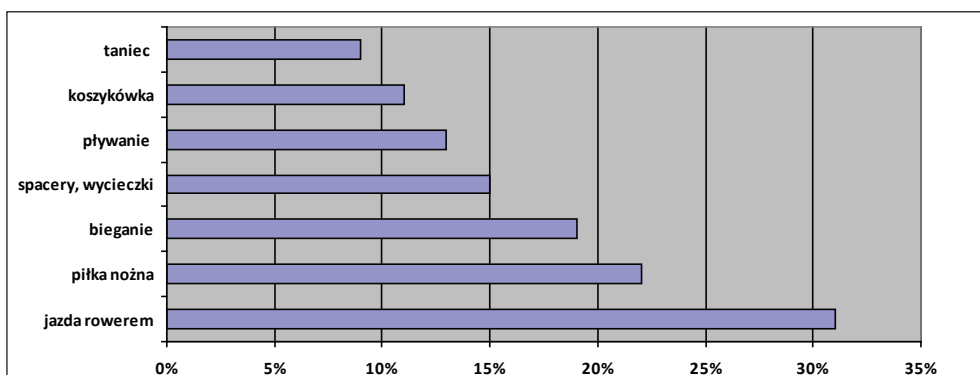
Wśród badanych osób przeważali mężczyźni, w wieku 31-37 lat, z wykształceniem średnim, posiadający dwoje dzieci w wieku 4-6 lat. W badaniach wykorzystano metodę badań sondażowych, technikę ankiety z wykorzystaniem autorskiego kwestionariusza ankiety.

Wyniki

Zebrano materiał empiryczny dotyczący spędzania czasu wolnego przez rodziców oraz ich dzieci w wieku przedszkolnym.

Rekreacja fizyczna w czasie wolnym badanych rodziców

Udział badanych rodziców w różnych formach rekreacji fizycznej w dzieciństwie i młodości przedstawia rycina 1.



Rycina 1. Popularne formy rekreacji fizycznej w dzieciństwie i młodości wśród badanych rodziców

Źródło: badania własne

Respondenci najczęściej deklaruwali, że w dzieciństwie i młodości często brali udział w różnych formach rekreacji. Wśród zajęć ruchowych badanych rodziców dominuje aktywność fizyczna typowa dla okresu dzieciństwa i młodości, jak: jazda rowerem, piłka nożna, formy biegowe, pływanie, wycieczki krajoznawcze, relaks nad wodą, spacer. Latem respondenci najczęściej korzystali z boisk sportowych biorąc udział w zajęciach koszykówki (SKS), jak również zabawach skocznych („skakanka”, „gra w klasy”, „gra w gumę”) oraz wędkowanie. Natomiast zimą badani rodzice w dzieciństwie uczestniczyli w zabawach na śniegu, zabawach na sankach oraz na lodowisku.

Na pytanie o obecne, aktywne formy spędzania czasu wolnego od pracy i zajęć domowych ankietowani rodzice w większości odpowiadali, że uczestniczą w nich ale rzadko. Najczęstsze formy zajęć ruchowych podejmowane przez badanych przedstawia tabela 5.

Tabela 5. Rekreacja fizyczna rodziców czasie wolnym

Formy rekreacji fizycznej	N	%
Jazda rowerem	70	81,2
Pływanie	44	51,0
Bieganie	32	37,1
Spacer	30	35,1
Aerobik	12	13,9
Piłka nożna	12	13,9
Taniec	10	11,6
Inne	9	10,5

Źródło: badania własne

W badanej populacji dominują typowe rodzaje zachowań ruchowych: jazda rowerem, pływanie, bieganie. Natomiast w kategorii odpowiedzi „inne” respondenci wskazywali: ćwiczenia siłowe, tenis ziemny, nordic walking, jazda konna, wędkarstwo, turystyka górską, piesza, działka rekreacyjna, jazda motocyklem.

W kwestionariuszu ankiety dla rodziców zawarto pytanie dotyczące posiadania własnego sprzętu sportowego. Uzyskane dane empiryczne zostały przedstawione w tabeli 6.

Tabela 6. Posiadany przez badanych rodziców własny sprzęt sportowy

Posiadany sprzęt sportowy	N	%
Rower	78	90,5
Piłki (do koszykówki, piłki ręcznej, piłki nożnej)	48	48,7
Rolki	18	20,9
Łyżwy	16	18,6
Rakiety tenisowe	18	20,9
Narty	4	4,6

Źródło: badania własne

Z powyższej tabeli wynika, że najczęściej respondentów posiada rower (90,5%). Wśród pozostałych odpowiedzi wyróżnić należy: motocykl sportowy, kijki do nordic walking, piłki do pilatesu, rower treningowy.

Większość rodziców małych dzieci (62,6%) deklaruje, że nie korzysta ze zorganizowanych form spędzania czasu wolnego w sposób aktywny fizycznie. Pozytywnych odpowiedzi udzieliło 37,1% respondentów. Można wyróżnić takie formy jak: aerobik, piłka nożna, zajęcia taneczne, joga, maraton, park linowy.

W kwestionariuszu ankiety dla rodziców zostały postawione pytania dotyczące wspólnego spędzania czasu wolnego z dziećmi. W tabeli 7 i 8 przedstawiono wyniki badań.

Tabela 7. Ilość godzin w tygodniu poświęconych na wspólną rekreację z dzieckiem

Ilość godzin w tygodniu spędzonych wspólnie z dzieckiem	N	%
20 godzin	20	23,2
5 godzin	24	27,8
2 godziny	10	11,6
Tylko w weekendy	10	11,6
Nie wiem	22	25,5

Źródło: badania własne

Tabela 8. Ulubione formy spędzania czasu wolnego wspólnie z dzieckiem

Formy czasu wolnego spędzane wspólnie z dzieckiem	N	%
Spacer	79	91,6
Zabawy	59	68,6
Wycieczka poza miasto	40	46,4
Oglądanie telewizji	18	20,9
Czytanie bajek	18	20,9
Gry komputerowe, planszowe	10	11,6

Źródło: badania własne

Z powyższych tabeli wynika, że 5 godzin tygodniowo spędzane wspólnie z dzieckiem, było najczęściej zaznaczaną odpowiedzią. Największa grupa respondentów (ponad 90%) deklaruje, iż spacer jest najczęstszą formą spędzania czasu wolnego wspólnie z dzieckiem.

Wakacje letnie oraz ferie zimowe stanowią dla dzieci potencjalnie dużą szansę zaspokajania potrzeby odpoczynku, rozrywki i kulturalnego rozwoju osobowości. Spędzanie czasu wolnego w wakacje oraz w ferie zimowe przedstawia tabela 9, w której ukazano, gdzie najczęściej rodzice wraz z dzieckiem spędzają wspólnie czas wolny.

Tabela 9. Spędzanie wakacji letnich i zimowych wspólnie z dzieckiem

Miejsce pobytu dzieci	Wakacje letnie		Ferie zimowe	
	N	%	N	%
Dom rodzinny	42	48,7	70	81,2
Wczasy z rodziną nad morzem	22	25,5	0	0
Wczasy z rodzina nad jeziorem	18	20,9	0	0
Z dziadkami	14	16,2	14	16,2
Wczasy za granicą	10	11,6	0	0
Wyjazd w góry	8	9,3	24	27,8
Wyjazd na działkę rekreacyjną	4	4,6	0	0
Kolonie, ferie w przedszkolu	2	2,3	4	4,6
Domy kultury	0	0	4	4,6

Źródło: badania własne

Zawartość powyższej tabeli ukazuje, iż dzieci najczęściej wakacje i ferie głównie spędzają w domu rodzinnym. Popularne wśród rodzin są wyjazdy na wczasy w okresie letnim nad morze (25,5%) i nad jezioro (20,9) oraz wyjazdy w góry podczas ferii zimowych (27,8%). Mniejszą grupą ankietowanych są rodzice, którzy spędzają czas wolny na działce rekreacyjnej lub posyłają dziecko/dzieci na różnorodne zajęcia w domach kultury.

Rodzice, którzy z różnych względów pozostają podczas wakacji letnich oraz ferii zimowych w miejscu swojego zamieszkania swój czas wolny wspólnie z dzieckiem/dziećmi przede wszystkim przeznaczają na rekreację fizyczną. Ankietowani zaznaczali: jazdę rowerem wspólnie z dzieckiem (37,1%), wyjazdy nad jezioro (27,8%), wspólne spacerowanie (23,2%), grę w piłkę (13,9%) oraz wspólne zabawy z rodzeństwem (13,9%). Badani wymieniali także spotkania rodzinne z udziałem innych dzieci, lodowisko, zabawę na śniegu, gry planszowe i komputerowe. Najbardziej popularnymi formami ruchowymi uprawianymi z dzieckiem/dziećmi w weekendy są: jazda rowerem (74,2%) oraz gra w piłkę (34,8%). Rzadziej wskazywano pływanie (23,2%), zabawy w ogrodzie i na placu zabaw (11,6%).

Rekreacja fizyczna dzieci w wieku przedszkolnym

W dalszej części analizy zebranych danych empirycznych charakteryzowano formy spędzania wolnego czasu przez dzieci w wieku przedszkolnym, poszukując odpowiedzi na następujące pytania: W jaki sposób dzieci najchętniej spędzają swój czas po powrocie z przedszkola? Jak jest liczba godzin przeznaczonych na rekreację fizyczną na świeżym powietrzu? Czy dziecko uczęszcza na zorganizowane formy spędzania czasu wolnego? Czy dziecko posiada własny sprzęt sportowo-rekreacyjny?

Udział dzieci w zajęciach po powrocie z przedszkola jest dość zróżnicowany. Szczegółowe informacje zawierają tabele 10 i 11.

Tabela 10. Wykorzystanie czasu wolnego po powrocie z przedszkola

Forma aktywności podejmowana przez dzieci	N	%
Jazda rowerem	43	49,9
Spacerowanie	59	68,4
Gra w piłkę	41	47,6
Oglądanie telewizji	25	29,0
Zabawa z rodzeństwem	18	20,9
Zabawa w swoim pokoju	15	17,4
Gry komputerowe, planszowe	10	11,6

Zabawa w piaskownicy	9	10,4
Rysowanie	9	10,4
Taniec	6	6,9

Źródło: badania własne

Tabela 11. Forma aktywności podejmowana przez dziecko w weekendy

Forma aktywności podejmowana przez dzieci w weekendy	N	%
Gra na komputerze	14	16,2
Ogląda telewizję	16	18,6
Przebywa na świeżym powietrzu	60	34,8
Czytanie bajek	6	6,9
Nudzi się	14	16,2
Bawi się z rodzicami lub rodzeństwem	42	48,7
Spędza czas z innymi dziećmi	42	48,7

Źródło: opracowanie własne, na podstawie badań ankietowych

Najwięcej badanych rodziców stwierdziło, że ich dzieci w weekendy czas wolny spędzają na świeżym powietrzu. Często rodzic pragnie wykorzystać czas wolny z dzieckiem w sposób aktywny, dlatego spędzany jest on na wspólnych zabawach (48,7%). Dużo dzieci bawi się z rówieśnikami, co jest ważnym aspektem rozwojowym, ponieważ grupy rówieśnicze odgrywają istotną rolę w wychowaniu do rekreacji poprzez silne procesy identyfikacyjne w grupach, naśladownictwo gotowych wzorców zachowań (48,7%).

Tabela 12. Zorganizowane formy spędzania czasu wolnego

Zorganizowane formy spędzania czasu wolnego	N	%
Pływanie na basenie	20	23,2
Nauka języka angielskiego	20	23,2
Taniec	18	20,88
Piłka nożna	16	18,56
Zajęcia plastyczne	12	13,92
Karate	4	4,64
Jazda konna	2	2,32
Zajęcia korekcyjne	2	2,32

Źródło: badania własne

Analizując odpowiedzi na pytanie, czy dziecko uczęszcza na zorganizowane formy spędzania wolnego czasu, większość rodziców udzieliła odpowiedzi twierdzącej (74,24%). Najwięcej dzieci uczęszcza na zajęcia z pływania oraz z nauki języka obcego i tańca.

Pośród 86 badanych osób grupa 76 osób potwierdza dostęp do obiektów sportowych w najbliższej okolicy (do 20 kilometrów). Natomiast 8 respondentów wskazuje na brak obiektów sportowo – rekreacyjnych w pobliżu miejsca zamieszkania.

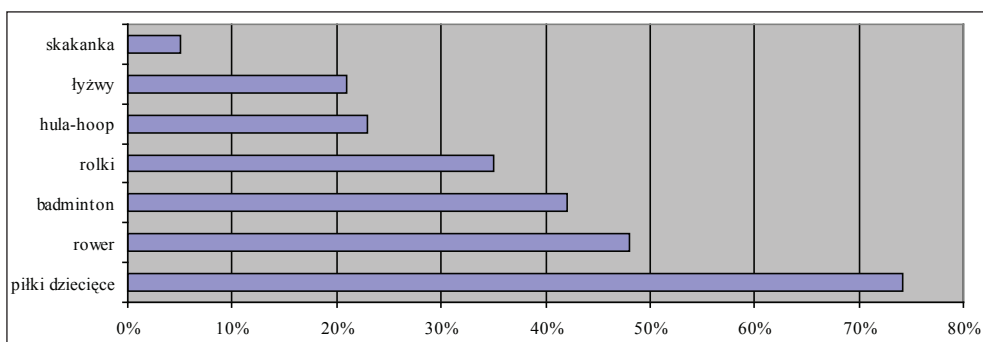
Tabela 13. Obiekty sportowo – rekreacyjne

Obiekty sportowo – rekreacyjne	N	%
Basen	54	62,64
Boisko do piłki nożnej	20	23,20
Plac zabaw	10	11,60
Hala sportowa	9	10,44
Dom Kultury	4	4,64
Lodowisko	3	3,48

Źródło: badania własne

Po analizie całej grupy pod względem infrastruktury rekreacyjnej dużym zainteresowaniem cieszą się kryte pływalnie (62,64%), boiska do piłki nożnej (23,20%), plac zabaw dla dzieci (11,60%), hala sportowa(10,44%).

Sprzęt sportowo-rekreacyjny dzieci w wieku przedszkolnym przedstawia rycina 2.



Rycina 2. Sprzęt sportowo – rekreacyjny

Źródło: badania własne

Na rycinie 2 przedstawiono odpowiedzi rodziców dotyczące posiadanego sprzętu sportowo- rekreacyjnego dzieci w wieku przedszkolnym. Badani rodzice najczęściej wskazywali na posiadanie przez dziecka różnego rodzaju piłek do zabaw rekreacyjnych (75%), następnie popularnym sprzętem rekreacyjnym jest rower (48%), badminton (42%). Respondenci wymieniali także inny posiadany sprzęt rekreacyjny: trampolina, deskorolka, huśtawka.

Podsumowanie

Aby prozdrowotny wpływ turystyki i rekreacji fizycznej mógł urzeczywistnić się rodzinie, aktywny wypoczynek nie może mieć charakteru okazjonalnego, lecz stanowić powinien nierozłączną część życia rodzinnego. Współczesne zagrożenia cywilizacyjne stawiają przed rodziną szczególne zadanie: wychowanie do zdrowego stylu życia, w tym zminimalizowanie biernego wypoczynku na rzecz zajęć aktywnych fizycznie. Wyniki badań nad rekreacją ruchową w rodzinie są niezadawalające i informują o niskim stopniu uczestnictwa polskich rodzin w aktywnych formach wypoczynku (Lenartowicz 1998, Kaik-Woźniak, Fąk 2010, Stula, Graczykowska 2010). Ważne jest zatem aby już małym dzieciom dostarczać pozytywnych wzorców w zakresie spędzania czasu wolnego. Jednak jak wykazują badania im rodzina posiada mniejsze dzieci, tym ma mniej czasu wolnego, co obniża wolnoczasową aktywność fizyczną rodziców, zwłaszcza matek (Wawrzak-Chodaczek 1993, Zawadzka, Ferencz 1998, Sieńko-Awierianów, Chudecka 2010). W prezentowanych badaniach większość rodziców dzieci w wieku przedszkolnym deklaruje, że podejmuje aktywność fizyczną w czasie wolnym ale sporadycznie. Badani rodzice preferują tradycyjne formy rekreacji fizycznej, rzadko biorą udział w zorganizowanych formach spędzania czasu wolnego oraz korzystają z nowoczesnych form ruchu. Rodzice deklarowali, że jazda rowerem była podstawową formą rekreacji ruchowej w ich dzieciństwie, jak również w życiu dorosłym. Jest to najbardziej popularna forma aktywności fizycznej, którą można podejmować wspólnie z całą rodziną. W badanym środowisku zauważa się wystarczającą infrastrukturę umożliwiającą racjonalną organizację czasu wolnego jednakże nie jest ona w wystarczającym stopniu wykorzystywana przez badanych.

Rodzice muszą zatem otrzymać wsparcie ze strony animatorów czasu wolnego. Organizatorzy wspólnych działań rodzinnych powinni dostosowywać treści i propozycje do wieku poszczególnych członków rodziny. W takim ujęciu rekreację fizyczną powinno się rozpatrywać z punktu widzenia rodziny

w rozwoju i rodziny zmieniającej się (Dąbrowska, Kalecińska 2006). Aby zachęcić współczesną rodzinę do aktywności fizycznej, należy propagować nowe propozycje w zakresie różnych form aktywności fizycznej. Należy je w sposób szczególnie opracowywać pod kątem potrzeb osób o różnej sprawności i wydolności fizycznej. W społecznej świadomości aktywność fizyczna ciągle zbyt często kojarzona jest tylko z młodością i dobrą sprawnością organizmu, klubem sportowym czy wynikiem sportowym. Taki sposób myślenia powoduje, że większość osób naszego społeczeństwa postrzega obszar kultury fizycznej jako „nie dla mnie”. Chcąc zatem zmieniać istniejącą sytuację, należy propagować te formy ruchu, które może realizować „przeciętna” rodzina i które będą budować wszystkie sfery zdrowia (Kaiser, Sokolowski 2010). Ważne jest także zapewnienie fachowej opieki dla małych dzieci w placówkach sportowo-rekreacyjnych, co umożliwi rodzicom, szczególnie młodym matkom, zwiększenie częstotliwości podejmowania zorganizowanej aktywności fizycznej.

Dzieci w wieku przedszkolnym wykazują szczególne zamiłowanie do wszelkiego rodzaju gier i zabaw ruchowych. Takie bowiem formy wynikają z naturalnych potrzeb rozwoju młodego i zdrowego organizmu. Zabawa i zajęcia dowolne występują w ciągu całego dnia przeplatając się z innymi formami wychowania w rodzinie oraz przedszkolu. Podstawowym założeniem edukacji zdrowotnej dzieci jest dążenie do zaspokajania „głodu ruchu” dziecka, stworzenie warunków do pełniejszego i bardziej harmonijnego jego rozwoju fizycznego i psychicznego. Akcja sport w rodzinie realizowana jest na całym świecie, także w Polsce należy jak najszerszej ją popularyzować. Wszelkie ćwiczenia ruchowe uprawiane przez rodziców wspólnie z dziećmi od najmłodszych lat, mają szereg zalet. Ćwiczenia te stanowią zachętę do rozwijania sprawności fizycznej dziecka, sprzyjają rozwojowi fizycznemu dziecka, działając wzmacniająco na jego organizm, pogłębiają stosunki uczuciowe między rodzicami a dziećmi, umożliwiają wykonywanie ćwiczeń także rodzicom, pozwalają spędzić czas w czynny, a nie bierny sposób, są źródłem obopólnej radości, wzbogacają życie rodzinne” (Siemek 1982). Podsumowując, należy podkreślić, że rodzice mają znaczący wpływ na kształtowanie i doskonalenie aktywności rekreacyjnej dzieci. Kultura spędzania czasu wolnego w rodzinie jest bardzo ważnym ogniwem socjalizacji i wychowania do rekreacji, realizowanych m.in. poprzez proces międzypokoleniowej transmisji poglądów i zachowań. Wzory wyniesione z rodziny pochodzenia na ogół przenoszone są na dalsze etapy życia i istotnie wpływają na stan zdrowia całej rodziny rekreacyjnej.

PIŚMIENNICTWO

1. Dąbrowska A., Kalecińska J. (2006): *Spoleczno-wychowawcze uwarunkowania rekreacji ruchowej. Wychowanie do rekreacji ruchowej w rodzinie. W: Zarys teorii rekreacji ruchowej*, red. A. Dąbrowski. WSE, AWF, Warszawa.
2. Doniec R. (1998): *Rodzice w międzypokoleniowym przekazie wartości. W: Pedagogika społeczna jako dyscyplina akademicka*, red. E. Marynowicz-Hetka, J. Piekarski, E. Cygańska. Wyd. Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź.
3. Jacher W. (2000): *Czym jest socjalizacja w rodzinie*. Problemy Rodziny, nr 1.
4. Kaik-Woźniaka A., Fąk T. (2010): *Rekreacja ruchowa we wrocławskich rodzinach z dziećmi w młodszym wieku szkolnym. W: Środowisko społeczno-przyrodnicze a aktywność fizyczna człowieka*, red. A. Kaiser, M. Sokołowski, Wielkopolska Wyższa Szkoła Turystyki i Zarządzania w Poznaniu, Poznań.
5. Kaiser A., Sokołowski M. (2010) *Elementy promocji zdrowia rodziny w turystyce i rekreacji - podstawy teoretyczne*. Wielkopolska Wyższa Szkoła Turystyki i Zarządzania w Poznaniu, Poznań.
6. Kaiser A., Laudańska-Krzemińska I. (2008): *Aktywność fizyczna jako element stylu życia rodzin mieszkających na wsi. W: Turystyka i rekreacja jako formy aktywności społecznej*, red. W. Staniewska-Zątek, T. Sankowski, E. Szczepanowska, R. Muszkieta. Wyd. Wielkopolska Wyższa Szkoła Turystyki i Zarządzania w Poznaniu, Poznań.
7. Kaiser A., Laudańska-Krzemińska I., Krawański A. (2007): *Rodzinna tradycja jako ważny czynnik socjalizujący w zakresie aktywności fizycznej*. Annales UMCS Sectio D Medicina, VOL LXII, SUPPL.XVIII.
8. Kubica J.F. (2004): *Wychowanie zdrowotne i promocja zdrowia*. Wyd. WSE, Warszawa.
9. Lenartowicz M. (1998): *Sport w rodzinie w Europie Wschodniej i w Europie Zachodniej. W: Sport w procesie integracji europejskiej: międzynarodowe sympozjum*, red. Z. Krawczyk, J. Kosiewicz, K. Piłat. AWF, Warszawa.
10. Parnicka U. (1997): *Wychowanie do rekreacji. Edukacja i dialog*, nr 4(87).
11. Piech K. (2004): *Promocja rodzinnej aktywności ruchowej*. ZWWF, Biała Podlaska.
12. Przewoźniak L. (2001): *Wybrane zagadnienia socjologii i promocji zdrowia rodziny. W: Zdrowie publiczne*, red. A. Czupryna i wsp. Uniwersyteckie Wydawnictwo Medyczne Vesalius, Kraków.
13. Siemek D. (1982): *Problemy wychowawcze wieku przedszkolnego*. Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa.
14. Sieńko-Awierianów E., Chudecka M. (2010): *Aktywność fizyczna „młodych matek”. W: Środowisko społeczno-przyrodnicze a aktywność fizyczna człowieka*, red. A. Kaiser, M. Sokołowski, Wielkopolska Wyższa Szkoła Turystyki i Zarządzania w Poznaniu, Poznań.
15. Siwiński W., Tauber R.D., Mucha-Szajek E. (2007): *Nowe tendencje w kulturze fizycznej i turystyce w kontekście hotelarstwa i gastronomii*. WSHiG, Poznań.
16. Stuła A., Graczykowska B. (2010): *Rekreacyjne formy spędzania czasu wolnego w rodzinie. W: Środowisko społeczno-przyrodnicze a aktywność fizyczna człowieka*, red. A. Kaiser, M. Sokołowski, Wielkopolska Wyższa Szkoła Turystyki i Zarządzania w Poznaniu, Poznań.
17. Tyszka Z. (1997): *System metodologiczny poznańskiej szkoły socjologicznych badań nad rodziną*. Poznańska Drukarnia Naukowa, Poznań.
18. Umiastowska D. (2003): *Aktywność ruchowa jako wartość w życiu człowieka. W: Czas wolny, rekreacja, turystyka, hotelarstwo, żywienie. Wyniki badań naukowych*, red. W. Siwiński, R.D. Tauber, E. Szajek-Mucha. Wyd. WSHiG w Poznaniu, Poznań.

19. Wawrzak-Chodaczek M. (1993): *Telewizja w czasie wolnym kobiet polskich mających dzieci w młodszym wieku szkolnym*. W: *Kobieta i jej czas wolny*, red. A. Zawadzka. Wyd. Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław.
20. Zawadzka A., Ferenz K. (1998): *Społeczne aspekty wypoczynku młodych kobiet*. Wyd. Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław.

Streszczenie: Cel pracy: Rekreacja fizyczna odgrywa bardzo ważną rolę w podnoszeniu jakości życia i stanu zdrowia współczesnego człowieka. W pracy podjęto problem rodzinnej socjalizacji do czasu wolnego. Celem badań jest analiza zachowań wolnoczasowych rodziców w kontekście rozwoju zainteresowań rekreacją fizyczną dzieci w wieku przedszkolnym. Materiał i metody: Badania przeprowadzono wśród rodziców dzieci w wieku przedszkolnym w 2012 roku. Wśród badanych osób przeważali mężczyźni w wieku 31-37 lat, z wykształceniem średnim, posiadający dwoje dzieci w wieku 4-6 lat. W badaniach wykorzystano metodę badań sondażowych, technikę ankiety z wykorzystaniem autorskiego kwestionariusza. Wyniki: Większość badanych rodziców dzieci w wieku przedszkolnym deklaruje, że w dzieciństwie i młodości często brali udział w różnych formach rekreacji fizycznej. Aktualnie aktywność fizyczną w czasie wolnym badani podejmują tylko sporadycznie. Respondenci preferują tradycyjne formy rekreacji fizycznej, rzadko biorą udział w zorganizowanych formach spędzania czasu wolnego oraz korzystają z nowoczesnych form ruchu. W badanym środowisku zauważa się wystarczającą infrastrukturę umożliwiającą racjonalną organizację czasu wolnego jednak nie jest ona w wystarczającym stopniu wykorzystywana przez badanych. Wnioski. Rodzice muszą otrzymać wsparcie ze strony animatorów czasu wolnego. Organizatorzy wspólnych działań rodzinnych powinni dostosowywać treści i propozycje do wieku poszczególnych członków rodziny. Ważne jest także zapewnienie fachowej opieki dla małych dzieci w placówkach sportowo-rekreacyjnych, co umożliwi rodzicom, szczególnie młodym matkom, zwiększenie częstotliwości podejmowania zorganizowanej aktywności fizycznej.

Słowa kluczowe: rekreacja fizyczna, rodzina, dzieci w wieku przedszkolnym, socjalizacja, zdrowie

Adres do korespondencji – Corresponding address:

Alicja Kaiser, Wielkopolska Wyższa Szkoła Turystyki i Zarządzania w Poznaniu, Katedra Turystyki

ul. Św. Marcin 40, 61-807 Poznań

e-mail: alicja_kaiser@poczta.fm