

Zbigniew Ossowski, Tomasz Taraszkiewicz

Ekonomiczne uwarunkowania podejmowania aktywności sportowej i rekreacyjnej w grupie seniorów w rejonie Trójmiasta

Ekonomiczne Problemy Usług nr 78, 389-404

2011

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Zbigniew Ossowski, Tomasz Taraszkiewicz

Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku

**EKONOMICZNE UWARUNKOWANIA PODEJMOWANIA
AKTYWNOŚCI SPORTOWEJ I REKREACYJNEJ
W GRUPIE SENIORÓW W REJONIE TRÓJMIASTA**

Wstęp

Osoby w starszym wieku to w polskim społeczeństwie grupa, którą w szczególnym stopniu dotyka problem niedoboru środków finansowych. Niskie dochody determinują standard życia, nie pozostając bez wpływu na sposób zagospodarowania czasu wolnego. Wysokość emerytur, często niewystarczająca na zaspokojenie wszystkich podstawowych potrzeb, w naturalny sposób ogranicza, a nawet eliminuje zainteresowanie wieloma dobrami i formami współczesnej aktywności ludzkiej.

Podjęty przez autorów problem badawczy dotyczy próby zweryfikowania i sprecyzowania wieloaspektowego wpływu bieżącej sytuacji ekonomicznej na aktywność sportową i rekreacyjną seniorów. W artykule zaprezentowano wyniki przeprowadzonego na terenie województwa pomorskiego badania ankietowego, dotyczącego ekonomicznych uwarunkowań podejmowania aktywności sportowej i rekreacyjnej w tej grupie wiekowej.

1. Motywy, cele, funkcje i typy – zarys wybranych zagadnień aktywności ruchowej osób starszych

Rekreacja ruchowa to najczęściej dobrowolne działania podejmowane dla własnej satysfakcji, rozrywki i wypoczynku lub samorealizacji w czasie wolnym, którego zasób w przypadku osób starszych znacznie wzrasta wraz z ograniczaniem praktyki zawodowej i przejściem na emeryturę. Postęp cywilizacyjny, możliwości współczesnej medycyny, opieka zdrowotna oraz spadek śmiertelności powodują, że w większości gospodarek średnia długość życia się wydłuża, wynosząc w 2009 roku w Polsce 72 lata dla mężczyzn i 80 lat dla kobiet, a według prognoz, do 2050 roku ma wynosić odpowiednio 78 lat i 85 lat¹. Znaczenie aktywności ruchowej dla prawidłowego funkcjonowania człowieka wzrasta wraz z biegiem czasu. Rekreacja ruchowa odgrywa kluczową rolę w profilaktyce gerontologicznej, będąc jedną z istotnych przesłanek pogodnej starości².

Przesłanki podejmowania aktywności ruchowej przez osoby starsze mogą być w dużym stopniu zróżnicowane, co determinuje jej polimotywacyjny charakter. Jednak wśród głównych motywów najczęściej wymienia się na następujące:

- a) zdrowotne, odgrywające chyba najbardziej istotną rolę, gdyż z biegiem lat rośnie świadomość i znaczenie przypisywane tej wartości; dobre zdrowie oznacza przeciwwagę dla wielu różnego rodzaju schorzeń, których występowanie, niestety, nasila się widocznie wraz z wiekiem, co motywuje do podejmowania działań rewitalizacyjnych i profilaktycznych;
- b) utylitarne, związane z pożądanymi korzyściami praktycznymi z usprawnienia czynności lokomocyjnych i funkcjonalnych organizmu, znajdujących bezpośrednie, kluczowe przełożenie na samodzielność i niezależność seniorów;
- c) społeczne, oznaczające chęć zaspokojenia potrzeby przebywania i wchodzenia w interakcje z ludźmi, co jest odskocznią od coraz częstszej samotności osób starszych;

¹ Rocznik Demograficzny 2010, GUS, Warszawa 2010, s. 527.

² J. Adach, *Aktywność ruchowa osób w podeszłym wieku*, w: *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*, red. D. Umiastowska, Wydawnictwo Albatros, Szczecin 2006, s. 205.

- d) ludyczne, z nastawieniem na zagospodarowanie znacznych zasobów czasu wolnego oraz podejmowaniem prób przeciwstawiania się codziennej rutynie i przezwycięzania coraz większego poczucia monotonii;
- e) poznawcze, dotyczące aspiracji pozyskania wiedzy na temat funkcjonowania otaczającej rzeczywistości, pełniejszego poznania środowiska, lepszego zrozumienia siebie, doskonalenia i nabywania nowych umiejętności, rozwijania hobby, na które w czasie aktywności zawodowej brakowało wolnego czasu³.

Inspiracją do podjęcia aktywności ruchowej może być namowa osób już uczestniczących lub sugestia lekarza. Wieloaspektowe umotywowanie aktywności ruchowej osób starszych z nastawieniem na zdrowie, pierwotną i wtórną prewencję chorób, wraz z aktywnością leczniczo-rehabilitacyjną, na przykład sanatoryjną, kształtuje wielopłaszczyznową strukturę problematyki. Złożoność charakteru rekreacyjnej aktywności ruchowej szczególnie widać przykładowo w postawach prozdrowotnych, gdzie wyróżnić można cele: leczniczy – kontynuację programu leczenia i usprawniania; biologiczny – kompensowanie ubytku sprawności fizycznej, zmniejszanie biologicznych skutków starzenia się organizmu, opóźnienie degradacji intelektualnej; anatomiczno-fizjologiczny – zwiększanie siły mięśni, ruchomości stawów, korzystny wpływ na podstawowe funkcje organizmu, zwiększenie wydolności i wytrzymałości wysiłkowej, częściowe zmniejszenie skutków niepełnosprawności; higieniczno-zdrowotny – uatrakcyjnienie codziennych ćwiczeń fizycznych, hartowanie ciała i ducha, kształtowanie odporności na trudy⁴.

Z biegiem lat nasila się problem zaniku sprawności, a nawet samodzielności seniorów w wykonywaniu różnego rodzaju czynności z zakresu codziennej aktywności, jak chodzenie po zakupy, rozporządzanie środkami pieniężnymi, wychodzenie na dwór, prace domowe, przygotowywanie posiłków, chodzenie po schodach, poruszanie się po domu, ubieranie się i wkładanie obuwia, mycie się i kąpiel, obcinanie paznokci u nóg, a nawet zrobienie sobie szklanki herbaty⁵.

³ A. Dąbrowski, *Zarys teorii rekreacji ruchowej*, ALMAMER Wyższa Szkoła Ekonomiczna & Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie, Warszawa 2006, s. 123.

⁴ E. Kozdroń, *Ruch jako cenny środek leczniczy. Promocja zdrowia, profilaktyka chorób. Sprawność funkcjonalna*, w: *Księga ubogich 2009*, Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich, Warszawa 2009, s. 634.

⁵ B. Bień, *Stan zdrowia i sprawność ludzi starszych*, w: *Polska starość*, red. B. Synak, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2003, s. 61.

Do najpopularniejszych form aktywności ludzi starszych w czasie wolnym najczęściej zalicza się: oglądanie telewizji, słuchanie radia, czytanie gazet, spacer, pracę w ogródku, spotkania z przyjaciółmi, czytanie książek, prace ręczne. Rzadziej praktykowane są podróże i turystyka, sport, działalność społeczna i w parafii, spotkania w klubie seniora, chodzenie na koncerty, do kina, teatru, restauracji, uprawianie malarstwa, muzyki, polityki, spotkania w kołach gospodyń, doksztalcanie na uniwersytetach trzeciego wieku, działalność samopomocowa⁶.

Próbując usystematyzować analizowaną problematykę, posłużono się następującą typologią aktywności w czasie wolnym:

- a) rekreacyjno-hobbistyczna, sprowadzająca się do spacerów, zajęć sportowych, pracy w ogródku lub na działce, uprawiania zajęć tak zwanych miłośniczych (malarstwo, muzyka, rękodzieło, wychodzenie do teatru, galerii, kina, na koncert);
- b) receptywna, najczęściej realizowana w warunkach domowych, przejawiająca się w oglądaniu telewizji, słuchaniu radia, czytaniu gazet i książek;
- c) zorientowana publicznie, oznaczająca działalność społeczną, polityczną, parafialną;
- d) integracyjna, przybierająca formę różnego typu spotkań i działań, zwłaszcza o charakterze towarzyskim, naukowo-szkoleniowym, charytatywnego świadczenia usług⁷.

Problematyka rekreacji ruchowej ludzi w wieku starszym nabiera znaczenia zwłaszcza w kontekście potencjalnych i pożądaných funkcji, które mogą ujawnić się z różnym prawdopodobieństwem i w różnym stopniu w okresie starości. Do podstawowych funkcji rekreacji ruchowej można zaliczyć następujące:

- a) stymulacyjną, dzięki której pod wpływem bodźców fizycznych i sytuacyjnych wzmacniają się procesy życiowe, zwiększają naturalne, genetyczne możliwości człowieka;
- b) adaptacyjną, pozwalającą przygotować organizm do zmieniających się zadań życiowych, przystosować do ewoluującego otoczenia;

⁶ M. Halicka, J. Halicki, *Integracja społeczna i aktywność ludzi starszych*, w: *Polska starość*, red. B. Synak, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2003, s. 205–206.

⁷ *Ibidem*, s. 207.

- c) korektywną, niwelującą odchylenia od przyjętych norm, poprawiającą funkcjonowanie w sferze fizycznej i psychospołecznej;
- d) kompensacyjną, umożliwiającą wyrównywanie odczuwanych braków w jednej dziedzinie, wzmożoną aktywnością na innych płaszczyznach⁸.

Zagospodarowanie przez seniorów czasu wolnego ogranicza bierny i monotony tryb życia. Angażowanie się w aktywność ruchową przez osoby starsze jest uzależnione od ich kondycji psychofizycznej, nawyków wykształtowanych we wcześniejszych latach, funkcjonującego w społeczeństwie kulturowym wzorca starości, ale także od posiadania działki, ogródka czy dostępu do sprzętów i urządzeń rekreacyjnych, na co niewątpliwie wpływa sytuacja materialna.

Analogicznie do motywów podejmowania przez ludzi starszych aktywności ruchowej, również typowe bariery mają w dużym stopniu zróżnicowaną strukturę. Do najczęstszych przeszkód w podejmowaniu aktywności ruchowej można zaliczyć: brak znajomych uczestniczących w potencjalnych zajęciach, brak wykształtowanych nawyków aktywnego spędzania czasu, niską świadomość pozytywnych skutków aktywności fizycznej, brak odpowiednich zajęć i informacji o ich prowadzeniu, deficyt czasu, ograniczony dostęp do obiektów, a także nieśmiałość i niepozwalający na wysiłek stan zdrowia. Duże znaczenie przypisywane jest także uwarunkowaniom ekonomicznym, jak przykładowo wysokie koszty uczestnictwa, które czasami odgrywają bardzo dużą rolę⁹.

Z punktu widzenia efektywności podejmowanych działań główne znaczenie ma dojrzała postawa wobec rekreacji ruchowej, na której całokształt składają się przede wszystkim: racjonalny, emocjonalnie zrównoważony stosunek do aktywności fizycznej; odpowiedzialność za podejmowanie aktywności ruchowej i systematyczne, przynajmniej minimalne uczestnictwo; podstawowa znajomość ogólnych zasad stosowania wysiłku, samokontroli i samooceny¹⁰.

Rozpatrując analizowane zagadnienie w kontekście makroekonomicznym, z perspektywy polityki społecznej i gospodarczej państwa, można stwierdzić, że wzmożona rekreacja ruchowa osób starszych oprócz wielu, niewątpliwie pozytywnych efektów biologicznych i psychologicznych, pozwala również na

⁸ A. Dąbrowski, *op.cit.*, s. 119.

⁹ D. Borzucka, Z. Rektor, *Motywy podejmowania aktywności fizycznej przez ludzi starszych*, *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska*, vol. LX, suppl. XVI, 43, Lublin 2005, s. 194–195.

¹⁰ A. Dąbrowski, *op.cit.*, s. 124.

widoczne zwiększenie zdolności jednostek do samodzielnego inicjowania i podejmowania różnego rodzaju wysiłku, stawiania czoła różnego typu wyzwaniom, przyczynia się do zmniejszenia kosztów opieki zdrowotnej, wspomaga pozytywną promocję wizerunkową ludzi starszych jako aktywnej i ważnej grupy społeczeństwa oraz wspomaga przeciwdziałanie ubóstwu i różnego rodzaju wykluczeniom, przez co w zagregowanym rachunku pozytywnie wpływa na politykę budżetową. Zdrowsze i aktywniejsze społeczeństwo może wpłynąć na obniżenie wskaźnika obciążenia systemu zabezpieczenia społecznego¹¹.

Jedną z głównych przyczyn zgonów w Polsce są choroby cywilizacyjne: układu krążenia (np. choroba niedokrwienna serca, nadciśnienie tętnicze), metaboliczne (miażdżyca, cukrzyca i otyłość), schorzenia układu mięśniowo-szkieletowego (osteoporoza czy choroby kręgosłupa) oraz nowotwory i depresje. Obniżona aktywność ruchowa może być traktowana jako jeden z czynników ryzyka wystąpienia tego typu chorób. Zwiększona, kontrolowana aktywność ruchowa niewątpliwie wywiera korzystny wpływ na profilaktykę i rehabilitację wielu chorób cywilizacyjnych¹².

Polskie społeczeństwo się starzeje, próg starości demograficznej został przekroczony już w 1967 roku. W roku 2009 ludzie w wieku 65 lat i starszym stanowili 13,8% społeczeństwa¹³. W całej Europie termin seniorzy coraz częściej jest stosowany do osób nie tylko po 67., czy 65. roku życia, ale nawet do 60-latków¹⁴.

Głównym źródłem dochodów ludzi starszych są świadczenia emerytalne, które w 2009 roku kształtowały się na poziomie 1994 zł netto na gospodarstwo domowe i 1181 zł netto na osobę, przy czym ponad 10% musi korzystać ze stałej pomocy rodziny¹⁵.

¹¹ A. Chłoń-Domińczak, *Wpływ starzenia się ludności na wydatki socjalne*, w: *Starzenie się populacji wyzwaniem dla polityki społecznej*. Materiały konferencyjne, red. M. Szlązak, Regionalny Ośrodek Pomocy Społecznej w Krakowie, Kraków 2003, s. 40.

¹² J. Chwalbińska-Moneta, *Aktywność ruchowa w profilaktyce chorób cywilizacyjnych*, w: *Rekreacja, turystyka, kultura. Współczesne problemy wykorzystywania czasu wolnego*, red. B. Marciszewska, J. Oździński, Wydawnictwo AWFIS w Gdańsku, Gdańsk 2004, s. 167.

¹³ Rocznik Demograficzny 2010..., s. 56.

¹⁴ *Starzejąca się Europa. Wyzwania stojące przed europejskim sektorem usług dla seniorów*, Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego, Wrocław 2010, s. 9.

¹⁵ *Diagnoza społeczna 2009. Warunki i jakość życia Polaków*, red. J. Czapiński, T. Panek, Rada Monitoringu Społecznego, Warszawa 2011, s. 54, www.diagnoza.com, 28.03.2011.

W ostatnich latach wysokość emerytur, niestety, nie wykazuje zbyt dużej dynamiki zmian, oscylując w granicach poziomu inflacji, co uniemożliwia realny wzrost dochodów i polepszenie stopy życiowej. Przewidziany na 2011 rok wskaźnik rewaloryzacji emerytur ustalono na symbolicznym poziomie 3,1%¹⁶. Niestety, rośnie odsetek osób starszych, które z powodu zaległości w regulowaniu zobowiązań zaliczono do grupy nierzetelnych klientów. Osoby starsze stanowią obecnie 16,57% ogółu klientów podwyższonego ryzyka, zgłoszonych do Biura Informacji Kredytowej, posiadających zobowiązania powyżej 200 zł, niespłacane przez co najmniej 60 dni¹⁷.

2. Wybrane główne założenia metodologiczne badań

Wykorzystany jako narzędzie badawcze kwestionariusz ankietowy składał się z 37 pytań, głównie zamkniętych, w tym z 8 o charakterze metryczkowym. Przeprowadzone w okresie 10.02.2011–20.03.2011 badanie było oparte głównie na metodzie osobistych wywiadów ankieterskich, realizowanych wśród typowych jednostek populacji. Jako działania uzupełniające wykorzystano również metodę kuli śniegowej, polegającej na tym, że ankietowani przekazywali formularze kolejnym respondentom, będącym typowymi jednostkami z grupy badawczej. Wyniki pochodzą z pierwszego pomiaru o próbie 298 jednostek z planowanych cyklicznych badań poświęconych wieloaspektowej problematyce aktywności ruchowej osób starszych rejonu Trójmiasta¹⁸.

Badania koncentrowały się wokół kwestii ekonomicznych uwarunkowań podejmowania aktywności ruchowej przez osoby starsze. Ich celem było poznanie opinii i postaw seniorów na temat ewentualnego wpływu sytuacji ekonomicznej na gotowość do praktykowania rekreacji ruchowej oraz zidentyfikowanie zależności między różnymi determinantami ekonomicznymi i aktywnością ruchową. Podjęta problematyka badawcza spotkała się z dużym zainteresowaniem seniorów, co bezpośrednio wpłynęło na chętnie wypełnianie formularzy ankietowych bądź udzielanie odpowiedzi ankietantom.

¹⁶ Komunikat Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 lutego 2011 r. w sprawie wskaźnika waloryzacji emerytur i rent w 2011 r., *Monitor Polski* nr 12, poz. 134, s. 310.

¹⁷ *Ogólnopolski raport o zaległym zadłużeniu i klientach podwyższonego ryzyka*, Biuro Informacji Gospodarczej, Warszawa 2011, s. 16.

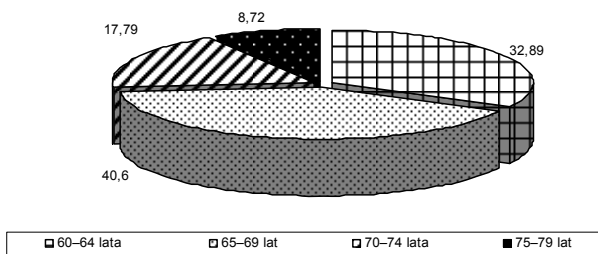
¹⁸ S. Kaczmarczyk, *Badania marketingowe*, PWE, Warszawa 2003, s. 59.

3. Charakterystyka badanej zbiorowości

Grupę badawczą stanowiły osoby starsze. Ogromna większość próby to kobiety (84,9%), co potwierdza znaczną feminizację tej części społeczeństwa. Badanie przeprowadzono na terenie aglomeracji trójmiejskiej. Najwięcej ankietowanych pochodziło z Gdańska (64,09), 16,44% – z Sopotu, 13,09% – z Gdyni, natomiast 6,38% respondentów jako miejsce swojego zamieszkania wskazało – inne. Osoby starsze największy udział w strukturze demograficznej mają w Sopocie – blisko 25% mieszkańców.

Ponad połowa respondentów legitymowała się wykształceniem wyższym (51,34%), 44,97% – średnim. Tylko 14,09% ankietowanych było czynnych zawodowo, a 85,91% nie podejmowało systematycznej pracy. W próbie dominowali emeryci – 90,27%. Świadczenia rentowe pobierało 93,29% respondentów.

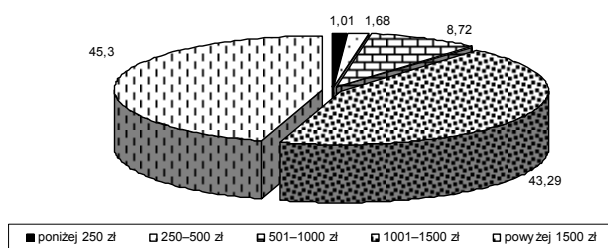
Strukturę wiekową respondentów przedstawiono na rysunku 1. Najliczniej reprezentowany w badaniu przedział wiekowy osób starszych dotyczył grupy 65–69 lat (40,6%). Co trzeci ankietowany plasował się w przedziale 60–64 lata. Niestety w grupie badawczej nie znaleźli się respondenci ani z przedziału 80–85 lat, ani powyżej 85. roku życia, co dobitnie koreluje z nielicznymi przypadkami osób w tym wieku uprawiających rekreację ruchową.



Rys. 1. Struktura wiekowa respondentów (%)

Źródło: opracowanie własne.

Pod względem średnich miesięcznych dochodów netto na członka gospodarstwa domowego 45,3% respondentów stanowiły osoby, których dochody wynosiły powyżej 1500 zł, 43,29% pobierało świadczenia w wysokości 1001–1500 zł (rys. 2). Większość ankietowanych seniorów mieszkała z rodziną (57,05%), a 42,95% – samotnie.



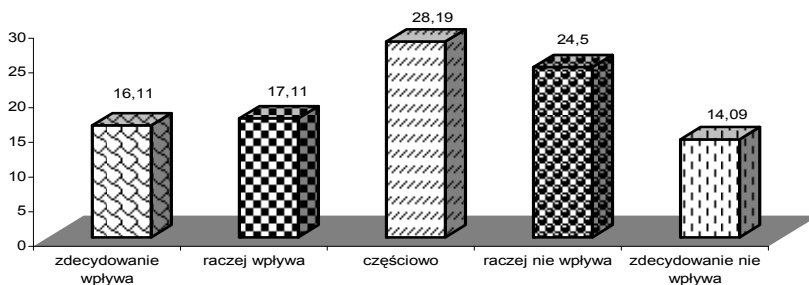
Rys. 2. Struktura respondentów pod względem średnich miesięcznych dochodów netto na członka gospodarstwa domowego (%)

Źródło: opracowanie własne.

4. Analiza zebranego materiału badawczego

Pierwszym problemem szczegółowym badania była kwestia zależności między sytuacją ekonomiczną ludzi starszych a spędzaniem wolnego czasu (rys. 3). Co ciekawe, zdania na ten temat były podzielone. Jeden na trzech seniorów wskazał na zależność sposobu spędzania czasu wolnego od swojej sytuacji materialnej, natomiast tylko 5% respondentów więcej nie zauważyło takich uwarunkowań.

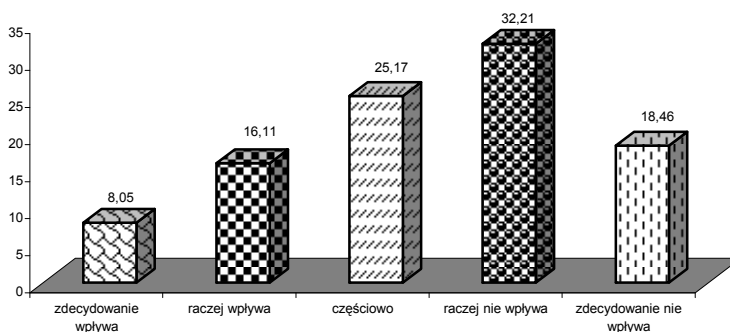
Można stwierdzić, że wnioski są umiarkowanie optymistyczne, gdyż 38,59% nie uzależniło formy zagospodarowania czasu wolnego od stanu swoich finansów. Należy pamiętać, że praktykowane wzorce seniorów są w dużej mierze konserwatywne, a przyzwyczajenia rzadko ulegają zmianom, zatem raczej nie należy się obawiać znacznej dodatniej korelacji między pogarszaniem się sytuacji materialnej tej części społeczeństwa a reorganizacją zagospodarowania czasu wolnego.



Rys. 3. Rozkład opinii ankietowanych na temat wpływu sytuacji ekonomicznej na sposób spędzania czasu wolnego (%)

Źródło: opracowanie własne.

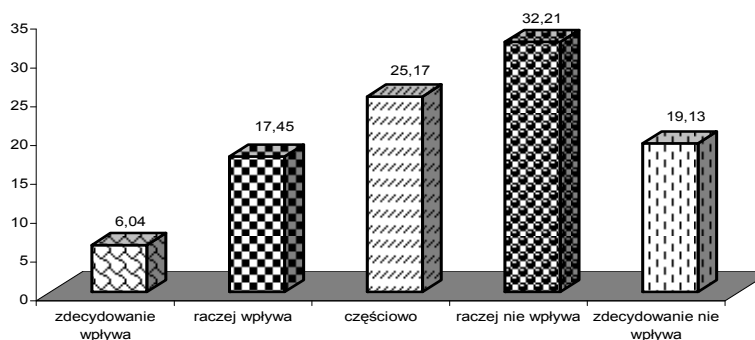
Optymistycznie prezentuje się kwestia uwarunkowania sytuacją ekonomiczną gotowości do uczestnictwa w aktywności ruchowej (rys. 4). Jedynie 8% osób starszych uzależniło podejmowanie aktywności od swojej sytuacji finansowej. U ponad połowy seniorów status materialny nie determinował uczestnictwa w aktywności ruchowej (dla 32% raczej i dla 18% w stopniu zdecydowanym).



Rys. 4. Rozkład opinii badanych na temat wpływu sytuacji ekonomicznej na podejmowanie aktywności rekreacyjnej i sportowej (%)

Źródło: opracowanie własne.

Podobne wyniki uzyskano w kwestii wpływu sytuacji ekonomicznej respondentów na sposób organizacji aktywności ruchowej, co przedstawiono na rysunku 5. Preferowanie aktywności indywidualnej lub w grupach było niezależne od sytuacji ekonomicznej dla 51% ankietowanych. Na zależność taką zdecydowanie wskazało jedynie 6% seniorów.

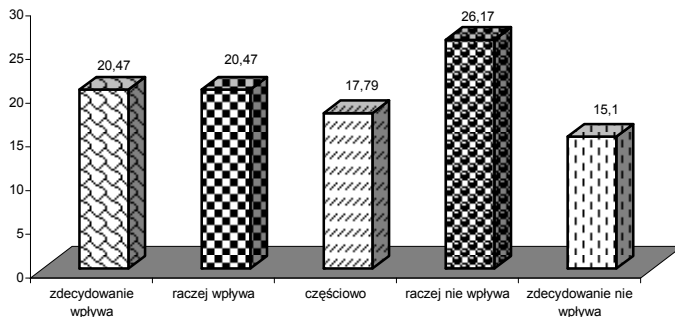


Rys. 5. Rozkład opinii respondentów na temat wpływu sytuacji ekonomicznej na organizację aktywności rekreacyjnej i sportowej (%)

Źródło: opracowanie własne.

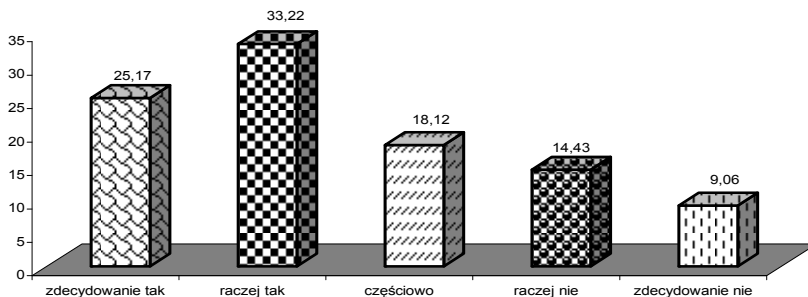
Dla 41% osób starszych w większym i mniejszym stopniu odczuwalne były implikacje sytuacji ekonomicznej w wydatkach przeznaczanych na aktywność rekreacyjną i sportową; dla 26% seniorów sytuacja materialna raczej nie miała wpływu na wysokość wydatków na aktywność ruchową. Na częściowe zależności w tym obszarze wskazało 18% badanych (rys. 6).

Co czwarty respondent wybierał zdecydowanie, jeden na trzech – raczej, a 58,39% ogółem usługi bezpłatne z zakresu rekreacji ruchowej. Wyłącznie bezpłatnych usług kategorię nie preferowało jedynie 9% respondentów. Podobnie jak w kwestii wydatków, na częściowe zależności między odpłatnością usług a dokonywanymi wyborami wskazało 18% badanych seniorów (rys. 7).



Rys. 6. Rozkład opinii badanych na temat wpływu sytuacji ekonomicznej na wydatki przeznaczane na aktywność rekreacyjną i sportową (%)

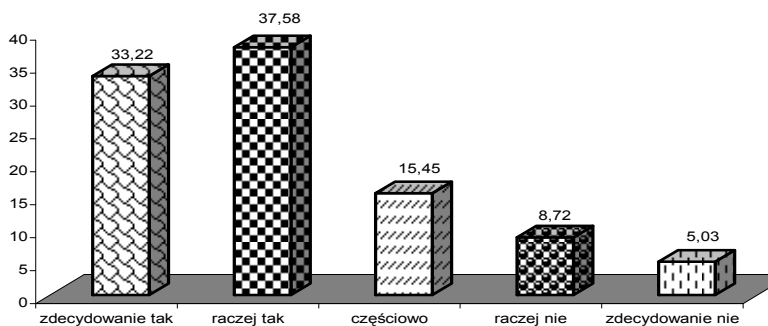
Źródło: opracowanie własne.



Rys. 7. Preferowanie przez ankietowanych głównie usług bezpłatnych w podejmowaniu aktywności rekreacyjno-sportowej (%)

Źródło: opracowanie własne.

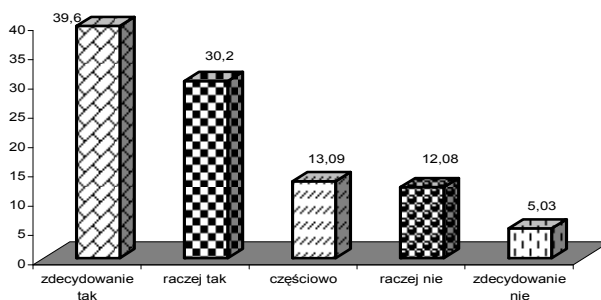
Ponad 70% ankietowanych osób starszych stwierdziło, że rozszerzenie bezpłatnej oferty rynku usług rekreacyjnych przełożyłoby się na wzrost zainteresowania tego typu aktywnością, częściowo takich prawidłowości spodziewało się ponad 15%, a 5% zdecydowanie nie przewiduje takiej ewentualności, co przedstawiono na rysunku 8.



Rys. 8. Rozkład opinii respondentów w kwestii rozszerzenie oferty bezpłatnych usług rekreacyjno-sportowych, co zwiększy zainteresowanie tą formą zagospodarowania czasu wolnego (%)

Źródło: opracowanie własne.

Podobne implikacje mogłyby wystąpić po wprowadzeniu przez oferentów, specjalnie z myślą o seniorach, systemu atrakcyjnych zniżek na dostępne, obecnie płatne usługi rekreacyjno-sportowe w regionie. Wzrost zainteresowania tego typu usługami jako reakcję na zniżki deklarowało blisko 70% osób starszych. Jedynie 5% badanych stało na stanowisku, że upusty cenowe na płatne usługi rekreacyjne nie zintensyfikują zainteresowania nimi (rys. 9).



Rys. 9. Rozkład opinii ankietowanych w kwestii wpływu atrakcyjnych zniżek dla seniorów na dostępne, płatne usługi rekreacyjno-sportowe w regionie na wzrost zainteresowania nimi aktywności (%)

Źródło: opracowanie własne.

Wnioski i zakończenie

Aktywność ruchowa determinuje stan zdrowia człowieka. Korelację między tymi czynnikami zauważyć można w okresie dzieciństwa, dojrzewania, młodości i w późniejszych latach. Największe znaczenie dobrej kondycji zdrowotnej przypisuje się jednak w latach starszych, kiedy nasilają się różnego rodzaju dysfunkcje organizmu, a ich przejawy stają się coraz bardziej dotkliwie, pogarszając komfort życia codziennego.

Motywy i przesłanki bywają zróżnicowane, co nie zmienia faktu, że podejmowanie aktywności ruchowej powinno odgrywać główną rolę w zagospodarowaniu czasu wolnego. Powielane wzorce, wyrobione poglądy i ukształtowane przekonania, praktykowane zachowania oraz przyjmowane postawy są pośrednio bądź bezpośrednio, w różnym stopniu determinowane również przez wiele różnego rodzaju uwarunkowań ekonomicznych. Osiągane dochody, sytuacja materialna i mieszkaniowa oraz poziom stopy życiowej nie pozostają bez wpływu na wiele różnych wydatków konsumpcyjnych. Zdolności nabywcze są jedną z podstawowych determinant realnego popytu. Pomimo że osoby starsze tworzą w naszym społeczeństwie grupę o najniższych dochodach, to kwestia ta nie jest w stanie całkowicie pozbawić seniorów możliwości podejmowania aktywności ruchowej, choć ponad 33% respondentów uzależniało sposób spędzania czasu wolnego od swojej sytuacji ekonomicznej. Ponad połowa seniorów podejmowała aktywność ruchową niezależnie od uwarunkowań ekonomicznych, choć tylko dla 15% osób starszych wydatki na rekreację nie były zdeterminowane osiąganymi dochodami. Jednak, co istotne, dla prawie 60% ankietowanych na wybór oferty rekreacyjnej decydujący wpływ miał nieodpłatny charakter usług i, co warto podkreślić, 70% respondentów zwiększyłoby swoją aktywność po rozszerzeniu wachlarza bezpłatnych usług lub wprowadzeniu specjalnych zniżek dla tej grupy wiekowej.

Dostęp do bogatej oferty, zwłaszcza płatnych usług rekreacyjnych, maleje wraz ze zmniejszaniem się wysokości środków będących w dyspozycji osób starszych. Problematyczna sytuacja ekonomiczna nie wyklucza jednak seniorów z grona osób podejmujących aktywność ruchową, ale jedynie ogranicza jej formy.

Literatura

- Adach J., *Aktywność ruchowa osób w podeszłym wieku*, w: *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*, red. D. Umiastowska, Wydawnictwo Albatros, Szczecin 2006.
- Bień B., *Stan zdrowia i sprawność ludzi starszych*, w: *Polska starość*, red. B. Synak, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2003.
- Borzucka D., Rektor Z., *Motywy podejmowania aktywności fizycznej przez ludzi starszych*, *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska* vol. LX, suppl. XVI, 43, Lublin 2005.
- Chłoń-Domińczak A., *Wpływ starzenia się ludności na wydatki socjalne*, w: *Starzenie się populacji wyzwaniem dla polityki społecznej*, materiały konferencyjne, red. M. Szlązak, Regionalny Ośrodek Pomocy Społecznej w Krakowie, Kraków 2003.
- Chwalbińska-Moneta J., *Aktywność ruchowa w profilaktyce chorób cywilizacyjnych*, w: *Rekreacja, turystyka, kultura. Współczesne problemy wykorzystywania czasu wolnego*, red. B. Marciszewska, J. Oździński, Wydawnictwo AWFIS w Gdańsku, Gdańsk 2004.
- Dąbrowski A., *Zarys teorii rekreacji ruchowej*, ALMAMER Wyższa Szkoła Ekonomiczna & Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie, Warszawa 2006.
- Diagnoza społeczna 2009. Warunki i jakość życia Polaków*, red. J. Czapiński, T. Panek, Rada Monitoringu Społecznego, Warszawa 2011, www.diagnoza.com, 28.03.2011.
- Halicka M., Halicki J., *Integracja społeczna i aktywność ludzi starszych*, w: *Polska starość*, red. B. Synak, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2003.
- Kaczmarczyk S., *Badania marketingowe*, PWE, Warszawa 2003.
- Komunikat Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 lutego 2011 r. w sprawie wskaźnika waloryzacji emerytur i rent w 2011 r., *Monitor Polski* nr 12, poz. 134.
- Kozdroń E., *Ruch jako cenny środek leczniczy. Promocja zdrowia, profilaktyka chorób. Sprawność funkcjonalna*, w: *Księga ubogich 2009*, Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich, Warszawa 2009.
- Ogólnopolski raport o zaległym zadłużeniu i klientach podwyższonego ryzyka*, Biuro Informacji Gospodarczej, Warszawa 2011.
- Rocznik Demograficzny 2010, GUS, Warszawa 2010.
- Starzejąca się Europa. Wyzwania stojące przed europejskim sektorem usług dla seniorów*, Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego, Wrocław 2010.

**ECONOMIC DETERMINANTS OF UNDERTAKING SPORT
AND RECREATIONAL ACTIVITY
UPON GROUP OF ELDERLY PEOPLE IN THE REGION OF TRICITY**

Summary

Reasons may be different but it does not change the fact that taking up physical activity by elderly people ought to be of great importance in planning their free time.

Despite the fact that senior citizens are in our society a group with the lowest incomes, unpleasant financial issues do not constitute barriers not to overcome, which may completely deprive elder people taking up physical activities, although more than 33% of respondents determine the way of spending free time by their economic situation.

More than half senior citizens take physical activities irrespective to the economic circumstances, although only for 15% of the elderly expenditure on recreation are not defined by achieved revenue. But what is more important, for almost 60% of those questioned, the decisive impact on selecting the recreational offer has the issue whether it is free of charge and what should be emphasized, 70% of the respondents declare the will to increase their activity with the enlargement of free services or implementing special discounts for their age group.

Access to a wide range of offers, especially payable recreational services is significantly confined with the decreasing amount of money being at the disposal of elderly people. Fortunately, the problematic economic situation does not disqualify senior citizens among the group of people taking up physical activity, but only limits its form.

Translated by Tomasz Taraszkiewicz