

CZĘŚĆ III. SPRAWOZDZANIA I RECENZJE

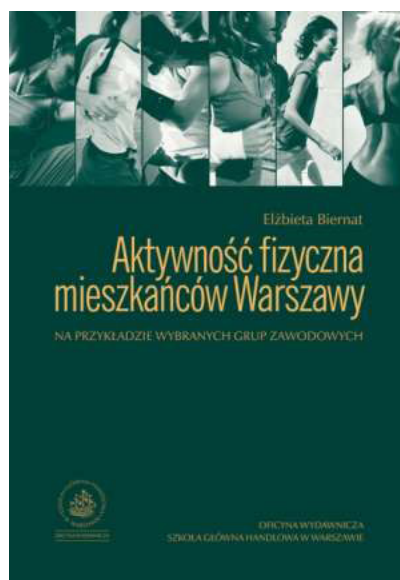
RECENZJA KSIĄŻKI AUTORSTWA ELŻBIETY BIERNAT „AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA MIESZKAŃCÓW WARSZAWY. NA PRZYKŁADZIE WYBRANYCH GRUP ZAWODOWYCH”

PRZEDSTAWIONEJ NA 360 STRONACH, WYDANEJ PRZEZ OFICYNĘ WYDAWNICZĄ
SZKOŁY GŁÓWNEJ HANDLOWEJ W WARSZAWIE, WYDANIE I, WARSZAWA 2011

Człowiek i Zdrowie, nr 2 (VI), 2012

Zofia Kubińska

Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej



Autorka książki posiada stopień doktora nauk o kulturze fizycznej, specjalność: rekreacja i jest zatrudniona jako nauczyciel akademicki w Szkole Głównej Handlowej w Warszawie, w Centrum Wychowania Fizycznego i Sportu oraz w Uczelni Warszawskiej im. Marii Skłodowskiej-Curie w Instytucie Nauk Społecznych na kierunku Turystyka i Rekreacja.

Głównym problemem badawczym podjętym przez Autorkę jest szeroko zakrojona diagnoza stanu aktywności fizycznej społeczeństwa polskiego. Określenie koncepcji badań poprzedziła Autorka rozpoznaniem dotychczasowego stanu i zakresu badań, który był ograniczony, a najczęściej były to badania dzieci i studentów. Tylko nieliczni badacze ukazywali aktywność fizyczną innych grup społecznych (s. 95). W związku z tym podstawowym celem badań było poznanie sposobów spędzania czasu przeznaczonego na sport, rekreację ruchową i turystykę oraz ocena stopnia uczestniczenia w nich. Na drodze realizacji celu szukano odpowiedzi na 9 pytań podstawowych, 8 pytań dodatkowych i weryfikowano 3 hipotezy robocze.

Całość treści pracy badawczej Autorka ujęła w trzy, kompletne tematycznie i uwzględniające dodatkowo cenną perspektywę zdrowia rozdziały, poprzedzone przedmową, a dopełnione: dyskusją, podsumowaniem, bibliografią i aneksem. Struktura pracy stanowi przykład dyscypliny metodologicznej. Poszczególne rozdziały dzieła to przejaw takich umiejętności Autorki jak: wszechstronność wiedzy podjętego zagadnienia, skrupulatność przedstawiania argumentów własnych i innych, spójność i konsekwencja merytoryczna w rozwijaniu podjętego tematu mającego szerszą perspektywę, którą jest z troską o zdrowie współczesnego człowieka. Ten zdrowotny aspekt aktywności fizycznej nie jest ujęty w tytule i celu pracy, ale spełnia bardzo ważną rolę, a mianowicie, zachęca czytelnika do ponownego zaglądania do publikacji i poleconych w niej referencji.

W przedmowie naukowej rozprawy na temat aktywności fizycznej możemy przeczytać słowa Autorki: „*Z uwagi na wzrost społecznego zainteresowania tą problematyką wyrażam nadzieję, że treści niniejszego opracowania spotkają się z zainteresowaniem Czytelników i okażą się im pomocne*”. W imieniu własnym i innych badaczy podejmujących zdrowotne i inne efekty (aspekty) aktywności fizycznej w różnych społecznościach stwierdzam, że założenie (nadzieja) Autorki zostało spełnione. Jej nowatorska i oczekiwana publikacja „Aktywność fizyczna mieszkańców Warszawy. Na przykładzie wybranych grup zawodowych”, która ukazała się na rynku księgarskim wśród publikacji wydanych w 2011 roku, nie tylko wzbudziła duże zainteresowanie i zadowolenie, ale zachęciła też, w moim przypadku, do jej recenzji. Jednak gdy rozpoczęłam realizację postanowienia pojawił się jeden problem, a właściwie pytanie; co jest w niej szczególnego, że należy tę recenzję napisać? Temat książki, aktywność fizyczna nie jest niczym nowym, od 1953 roku stanowi problem badawczy, czego więc dotyczy jej oryginalność? Najwyższy czas aby na te pytania odpowiedzieć.

Czytając książkę, z pozycji edukatora i promotora zdrowia, dostrzegam dodatkowy cel badawczy realizowany w jej treściach, zacytowanych wynikach, wnioskach i komentarzach, już wcześniej, krótko, o tym wspomniałam. Tym celem jest z troską Autorki o stan zdrowia współczesnego człowieka na każdym etapie jego rozwoju, i na każdym stanowisku pracy, ze szczególnym uwzględnieniem zawodów wzorcotwórczych jak nauczyciele, lekarze czy aktorzy. Współczesna cywilizacja konsumpcji będąca nośnikiem hipokinezy, nieustannie zastawia na człowieka pułapkę, w której potrzeby przeżywania przyjemności hedonizmu i ekscytacji, eliminują lęk i niechęć przed trudem i zmęczeniem fizycznym. Właśnie taki obraz rzeczywistości ukazują (rysują) dokonane przez Autorkę analizy statystyczne stanu aktywności fizycznej wybranych grup zawodowych będących mieszkańcami Warszawy.

W książce jest bardzo dużo elementów, rozwiązań i innowacyjnych pomysłów Autorki, które przyciągają uwagę Czytelnika, i wyróżniają opracowanie od dotychczasowych, chciałabym zwrócić uwagę na kilka z nich. Moim zdaniem wartościowym elementem opracowania jest: zaprezentowana umiejętność posługiwania się szerokim spektrum, wcześniejszych i aktualnych prac teoretycznych i badawczych, które pochodzą z wielu krajów i reprezentują różne dziedziny wiedzy naukowej. Ich analiza posłużyła Autorce do rozpoznania istniejącej luki, a zarazem potrzeby społecznej i naukowej w Polsce na tle krajów Unii Europejskiej o rozwiniętej gospodarce rynkowej i wyższym poziomie życia. Ten fakt, dodatkowo dowartościowuje środowisko naukowe kultury fizycznej, ponieważ ruch-aktywność fizyczna to jej wszechstronny środek dydaktyczny i podstawowy problem badawczy, a jest przedmiotem zainteresowania tak wielu autorów reprezentujących inne dziedziny naukowe. Kolejny ważny atut to wielosektorowe podejście i ukazanie stanu aktywności sportowej, rekreacyjnej i turystycznej tak dużej populacji (6547 osób), dotychczas nie spotykane w badaniach aktywności fizycznej. Wśród badań aktywności fizycznej młodzieży, na dużej populacji, innych autorów należy wskazać wyniki J. Bergiera i wsp. (2012) dotyczące ponad 14 tys. badanych osób¹.

Następnym, ważnym faktem metodologicznym książki jest szeroki zakres zróżnicowania społeczno-zawodowego badanych, którymi byli przedstawiciele 16 grup zawodowych takich jak: nauczyciele akademicki, liceum, gimnazjum, szkół podstawowych, studenci, licealiści, gimnazjaliści, pracownicy naukowcy, służby zdrowia, administracji centralnej, samorządowej, technicznej, pracownicy hipermarketów, handlu detalicznego i aktorzy (s.116-122). Badania Autorki są reprezentatywne dla socjologii kultury fizycznej, w ich realizacji zastosowała wywiad bezpośredni standaryzowany, dwuczęściowy kwestionariusz, którego część pierwsza zawiera pytania o uczestnictwo badanych w sporcie, rekreacji i turystyce i dane respondentów. Część druga kwestionariusza to Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej (IPAQ), szczególnie zalecany obecnie przez międzynarodowe środowiska badawcze. Należy przypomnieć, że modyfikacje, których dokonała Autorka w zastosowanym kwestionariuszu zostały zaakceptowane przez Komitet IPAQ. Warto podkreślić, iż omawiane opracowanie w poważny sposób uzupełnia lukę nad badaniem aktywności fizycznej różnych grup zawodowych na reprezentatywnej grupie badanych osób.

Należy przyznać, że nie było moim zamiarem opracowanie całościowej recenzji, oceniającej krytycznie i tworząco wszystkie szczegóły książki, wymagane przez wytyczne metodologii odnoszące się do recenzji pracy badawczej. Mam tu na myśli, między innymi, opisy i metody statystyczne. Zachęcam i proponuję to przedsięwzięcie innym autorom, znawcom i badaczom problemu – Czytelnikom książki.

Pierwszy powód, którym było wyjaśnienie przyczyny zainteresowania się książką Pani Elżbiety Biernat został zrealizowany, należy przejść do następnego, który jest zarazem ostatnim. Uwzględniona w nim będzie ocena wyników pod kątem sposobu ich prezentacji i przydatności. Celowe, w tym miejscu, wydaje się przypomnienie optymistycznego i stanowczego stwierdzenia Autorki, „... *że treści niniejszego opracowania spotkają się z zainteresowaniem Czytelników i okażą się im pomocne*”.

Wynik badań zestawiono tabelarycznie (aneks) zaprezentowano graficznie i poddano syntezie opisowej, w sposób szczególny moją uwagę zwróciły ryciny z nowatorskim zapisem i ilustracją wyników. Szata graficzna przedstawiona w szarościach jest bardzo czytelna, przejrzysta i pomysłowa. Sposób zestawienia i prezentowania wyników badań w pracy to jednocześnie przykładowa pomoc dydaktyczna dla magistrantów i doktorantów. Natomiast sposób ujęcia, realizowania i przedstawienia podjętego problemu może stanowić dobre źródło inspiracji

¹ Bergier J., Kapka-Skrzypczak L., Biliński P., Paprzycki P., Wojtyła A. Physical activity of Polish adolescents and Young adults according to IPAQ: a population based study. *Ann Agric Environ Med.* 2012;19(1): 109-115.

dla innych badaczy. Zakres wyników badań, wniosków, dyskusja i podsumowanie w przyszłości może posłużyć badaczom do porównań i odniesień własnych wyników.

Książkę Elżbiety Biernat rekomenduję jako podręcznik akademicki dla studentów Rekreacji i Turystyki, Wychowania Fizycznego, jak również Zdrowia Publicznego, którzy chcieliby po ukończeniu uczelni pełnić rolę koordynatora edukacji zdrowotnej. Natomiast studentów medycyny, pielęgniarstwa, resocjalizacji i psychoprofilaktyki zachęcam do wnikliwej literatury opracowania, które ukazuje istotę i sens profilaktyczny i terapeutyczny każdej formy aktywności fizycznej. Uważam, że podręcznik powinien znaleźć się w wykazie literatury podstawowej sylabusów między innymi takich przedmiotów jak: promocja zdrowia, edukacja zdrowotna, trening zdrowotny, profilaktyka przez aktywność fizyczną, zdrowotne aspekty rekreacji i turystyki, seminarium magisterskie, doktoranckie

Dziedziny nauki związane z kulturą fizyczną i zdrowiem otrzymały w postaci książki Elżbiety Biernat „Aktywność fizyczna mieszkańców Warszawy. Na przykładzie wybranych grup zawodowych” cenne źródło referencji i czerpania pomysłów do podejmowania badań.

SECTION III. REPORTS AND REVIEWS

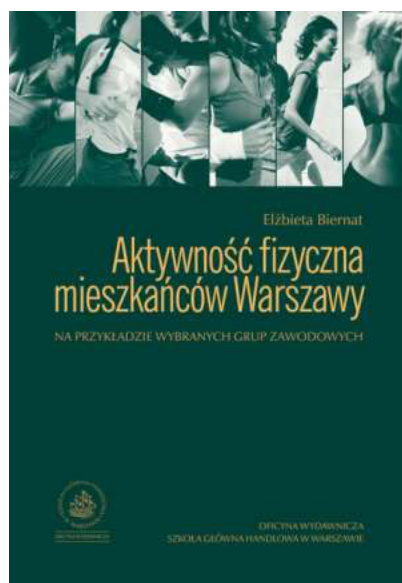
REVIEW OF THE BOOK BY ELŻBIETA BIERNAT PHYSICAL ACTIVITY OF THE INHABITANTS OF WARSAW. CASE STUDY OF THE SELECTED PROFESSIONAL GROUPS"

360 PAGES, PUBLISHED BY WARSAW SCHOOL OF ECONOMICS
PUBLISHING HOUSE IN WARSAW, 1ST ED., WARSAW 2011

Human and Health, Issue 2 (VI), 2012

Zofia Kubińska

Pope John Paul II State School of Higher Education in Biała Podlaska



The author of the book is a Doctor of Physical Culture, speciality – Recreation, and is an academic teacher in the Warsaw School of Economics, at Physical Education and Sports Centre and at the Institute of Social Sciences at Maria Skłodowska-Curie Warsaw Academy in the department of Tourism and Recreation.

The main research problem of the author's analysis is a broad diagnosis of the physical activity state of the Polish society. Prior to defining the research objectives, the author examined the hitherto prevailing state, and the scope of research, which was limited and to a large extent involved children and students. Only few other researchers examined the physical activity of other social groups (p. 95). Thus, the basic goal of the research was to find out about the ways of spending the time devoted to sports, physical recreation and tourism, as well as to assess the level of participation in them by the respondents. The author sought the answer to 9 basic and 8 additional questions and verified 3 working hypotheses.

The entire content of the research is presented in three, thematically complete chapters which, in addition, take into account a valuable issue of health. The chapters are preceded by a preface and complemented with a discussion, summary, bibliography and an appendix. The structure of the work is an example of a methodological rigour. Individual chapters show the author's skills, such as thorough knowledge of the problem, scrupulosity in presenting her own arguments as well as the arguments of others, consistency and substantial consequence in elaborating on the problem which has a broader perspective – being a concern about the health condition of any contemporary person. This health aspect of physical activity is not incorporated in the title or in the purpose of the work, but it does play a very important role, namely, it encourages the readers to return to the publication and to the recommended by it references.

In the preface of the scientific thesis on physical activity the author states: "Because of the increased social interest in this problem I hope that the content of this study shall prove to be interesting and helpful for the readers." On behalf of myself and other researchers dealing with health and further effects (aspects) of physical activity among different societies I confirm that the author's assumption (wish) has been fulfilled. Her innovative and awaited publication "Physical activity of the inhabitants of Warsaw. Case Study of the selected professional groups" available in bookshops in 2011 among the publications from the same year, not only aroused much interest and appreciation, but also encouraged myself to review it. However, having commenced my work on the review I encountered a problem, or more so a question emerged – What is so special about this book that would justify its review? The topic of the book – physical activity – is nothing new; it has been a research problem since 1953. What is so peculiar about the work, then? It is about time that I proceed to answer these questions.

While reading the book, from the perspective of a teacher and health promoter I recognized an additional research goal in its content, quoted results, conclusions and comments, which I have mentioned briefly before. This goal is the author's concern with the contemporary person's health state at each stage of his or her life and on any work position held, with particular interest in professions shaping standards like teachers, doctors or actors. Contemporary consumerist civilization which brings about the hypokinesia constantly sets a trap for men, in which the needs of experiencing hedonism and excitement eliminate anxiety and reluctance to any effort and physical tiredness. This is the reality depicted (painted) by the author's statistical analysis of the physical state of some selected professional groups in Warsaw.

There are many elements, solutions and author's innovative ideas in the book which attract reader's attention and distinguish this work from the previous ones. I would like to draw attention to some of them. In my opinion, a particularly valuable element of the study is the presented ability of using a broad spectrum of previous and current theoretical and research works which come from many countries and represent various fields of scientific knowledge. Their analysis enabled the author to recognize the existing gap, and at the same time, a social and scientific need in Poland as opposed to the other European Union countries of developed market economy and higher standards of living. This fact additionally enhances the status of the scientific environment of physical culture, due to the fact that movement – physical activity – is the versatile teaching measure and the basic research problem of this culture. It is also the subject of interest for so many authorities representing other fields of science. Another important asset of the research is a multisectoral approach to the problem and examining the state of sport, recreational and tourist activity of such big population (6547 people), which was not previously present in the research on physical activity. Among researchers who examined the issue of teenagers' physical activity performed on a large group of people, the results obtained by J. Bergier and others (2012) concerning over 14 thousand respondents¹ shall be mentioned.

The next important methodological aspect of the book is a broad socio-professional diversity of the respondents, including representatives of 16 professional groups like: academic, high school, secondary school teachers and students, primary school pupils, research and health service workers, central, self-government and technical administration workers, hypermarket and retail trade workers and actors (p. 116-122). The author's research is representative for the sociology of physical culture. While doing the research she employed direct standardised survey, two-part questionnaire, first part of which includes questions about respondent's data, their participation in sports, recreation and tourism. The second part of the survey is the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), nowadays especially advised by an international research environment. It should be emphasised that the author's modifications in the questionnaire were accepted by the IPAQ Committee. It is worth mentioning that the study considerably fills the gap in the research on various professional groups' physical activity done on representative group of respondents.

I have to admit that it was not my intention to write a comprehensive review, critically and creatively assessing all the details of the book in a way it is demanded by the methodology guidelines regarding the review of a research work. What I mean here are, among others, descriptions and statistical methods. I encourage and offer this approach to other authors, experts and researchers of the problem- the book readers.

The first reason which was an explanation of the reason of my interest in Elżbieta Biernat's book has been fulfilled; now let me proceed to the next issue, which is also the last part of my review. It will contain the evaluation of results in terms of their presentation and usefulness. It seems to be appropriate at this point to refer to author's optimistic and firm statement "... that the content of this study shall prove to be interesting and helpful for the readers."

The result of the research was presented in tables (annex) graphically and descriptively synthesized. The illustrations which present the results in an innovative way drew my attention. The layout in shades of grey is very readable, transparent and creative. Thanks to the way in which the results were juxtaposed and presented the work is an example of a teaching help for students writing a master's or a doctoral thesis. Furthermore, the way in which the problem was addressed, realized and presented may be a good source of inspiration for other researchers. The range of results, conclusions, discussion and summary may be used by researchers for comparisons and references of their own results.

¹ Bergier J., Kapka-Skrzypczak L., Biliński P., Paprzycki P., Wojtyła A. Physical activity of Polish adolescents and Young adults according to IPAQ: a population based study. *Ann Agric Environ Med.* 2012;19(1): 109-115.

I recommend Elżbieta Biernat's book as an academic textbook for students of Recreation and Tourism, Physical Education as well as Public Health, who after graduation would like to become coordinators of health education. I also encourage students of medicine, nursing, rehabilitation and psychoprophylaxis to thoroughly read the study which shows the essence as well as therapeutic role of every form of physical activity. In my opinion the textbook should be present in the basic syllabuses of subjects such as: health promotion, health education, health training, prophylaxis through physical activity, health aspects of recreation and tourism, as well as of M.A. and D.A. seminars.

Thanks to Elżbieta Biernat's book "Physical activity of the inhabitants of Warsaw. Based on the example of the selected professional groups" fields of science related to physical culture and health gained a valuable source of references and ideas for undertaking research.