



CENTRUM BADANIA OPINII SPOŁECZNEJ

SEKRETARIAT
OŚRODEK INFORMACJI

629 - 35 - 69, 628 - 37 - 04
693 - 58 - 95, 625 - 76 - 23

UL. ŻURAWIA 4A, SKR. PT. 24
00 - 503 W A R S Z A W A
TELEFAX 629 - 40 - 89
E-mail: sekretariat@cbos.pl

INTERNET

<http://www.cbos.pl>

BS/105/2001

TROSKA O SPRAWNOŚĆ FIZYCZNĄ - SPORT, REKREACJA I REHABILITACJA

KOMUNIKAT Z BADAŃ

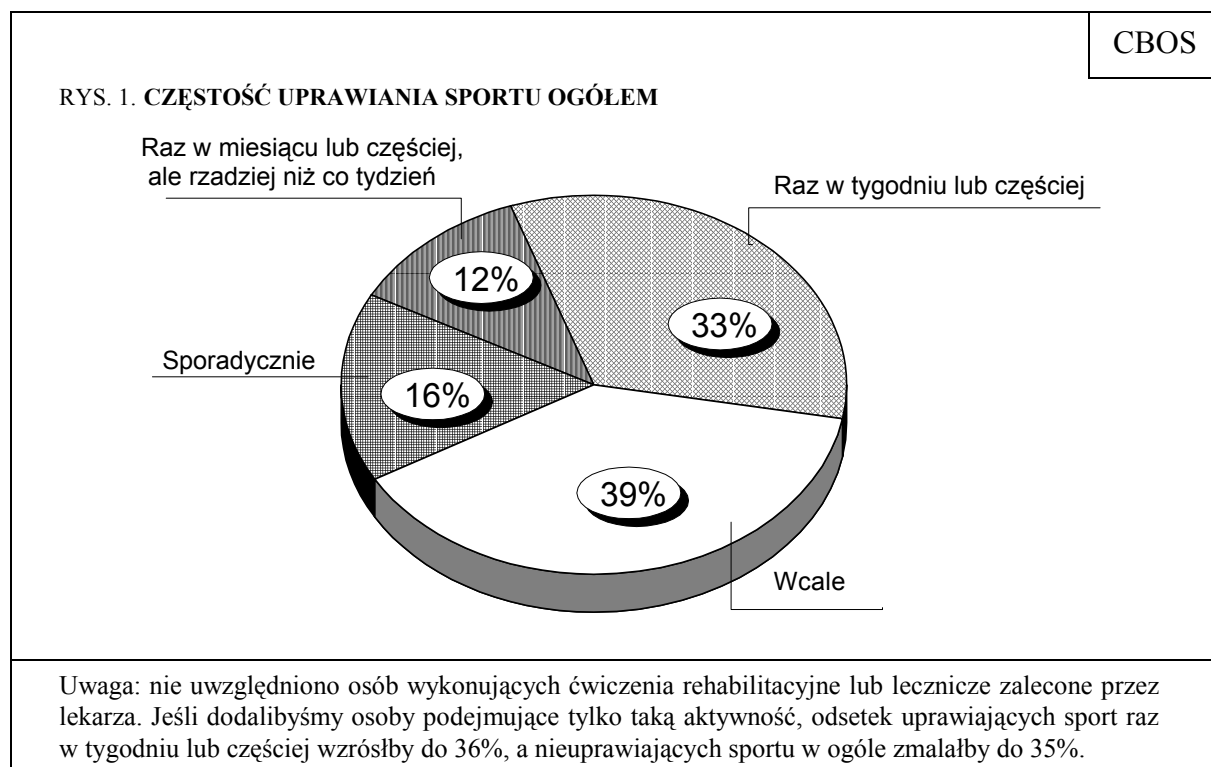
WARSZAWA, SIERPIEŃ 2001

PRZEDRUK MATERIAŁÓW CBOS W CAŁOŚCI LUB W CZĘŚCI ORAZ WYKORZYSTANIE DANYCH EMPIRYCZNYCH
JEST DOZWOLONE WYŁĄCZNIE Z PODANIEM ŹRÓDŁA

-
- Większość dorosłych Polaków (61%) co najmniej sporadycznie bierze udział w zajęciach służących sprawności fizycznej - uprawia jakąś dziedzinę sportu lub podejmuje inne formy aktywności rekreacyjnej. Jedna trzecia (33%) czyni to systematycznie - raz w tygodniu lub częściej, 12% rzadziej - przynajmniej raz w miesiącu. Co szósty respondent (16%) sporadycznie uprawia jakiś rodzaj sportu lub rekreacji ruchowej.
 - Najpopularniejszą formą rekreacji fizycznej jest jazda na rowerze. Ogółem ponad dwie piąte badanych (42%) deklaruje, że czasem jeździ na rowerze na wycieczki, dla przyjemności, przy czym prawie jedna piąta (18%) czyni to raz w tygodniu lub częściej.
 - Do popularnych form aktywnego wypoczynku należą także: piesze wędrówki (30%), gra w piłkę nożną, siatkówkę, koszykówkę lub inne ruchowe gry zespołowe (26%), pływanie (26%) oraz bieganie, jogging (21%). Jednak systematycznie, tzn. przynajmniej raz w miesiącu, te rodzaje aktywności podejmuje od 9% do 13% ankietowanych.
 - Najmniej popularne wśród dorosłych formy rekreacji to jazda konna (3%), boks lub inne sporty walki (3%) oraz jazda na wrotkach, rolkach bądź deskorolce (3%).
 - Niezależnie od różnych form fizycznej rekreacji nieco ponad 14% ogółu dorosłych wykonuje także (lub tylko) ćwiczenia rehabilitacyjne i lecznicze zalecone przez lekarza.
 - Uprawianie jakiegś dziedziny sportu, zajęć służących sprawności fizycznej lub innych form rekreacji ruchowej jest najczęstsze wśród osób wykształconych oraz mieszkańców dużych miast.

Z sondażu poświęconego m. in. różnym formom aktywności fizycznej¹ wynika, że większości dorosłych Polaków (mających 18 lat lub więcej) nie jest obcy jakiś rodzaj ruchowej, fizycznej rekreacji czy sportu, choć część oddaje się takiej aktywności jedynie sporadycznie. Trzeba jednak zaznaczyć, że dwie piąte ankietowanych (39%) udzieliło negatywnej odpowiedzi na wszystkie pytania dotyczące uprawiania jakiegokolwiek sportu lub podejmowania fizycznej rekreacji.

Jedna trzecia Polaków (33%) regularnie - raz w tygodniu lub częściej - uprawia sport lub inne ćwiczenia służące sprawności fizycznej, 12% czyni to rzadziej, ale co najmniej raz w miesiącu. Co szósty respondent (16%) sporadycznie uprawia jakiś rodzaj sportu lub rekreacji ruchowej.



¹ Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (134) przeprowadzono w dniach 6-9 lipca 2001 roku na 1015-osobowej reprezentatywnej próbie losowo-adresowej dorosłych mieszkańców Polski.

Trzeba pamiętać, że wiele form rekreacji wymaga określonych warunków i większość osób nie może z nich korzystać w każdej porze roku. Tak jest np. ze sportami sezonowymi czy też takimi, które wymagają specjalnych obiektów (chyba że mamy dostęp do krytych boisk, stadionów, lodowisk itp.). Niektóre rodzaje dyscyplin lub ćwiczeń wymagają ponadto sprzętu, na który wiele osób nie może sobie pozwolić. Nie w każdym przypadku zatem częstość czy regularność podejmowania określonej aktywności rekreacyjnej odzwierciedla trafnie stałość naszego zaangażowania i troski o kondycję fizyczną.

Dodajmy też, że część ankietowanych wykonuje - niekiedy niezależnie od innych form ruchowej aktywności - ćwiczenia rehabilitacyjne lub lecznicze, zalecone przez lekarza. Wprawdzie nie należą one do sfery rekreacji, ale jednak wiążą się z troską o kondycję fizyczną. Takie ćwiczenia dość regularnie (przynajmniej raz w miesiącu) wykonuje co jedenasty respondent.

Najbardziej popularną formą aktywności sportowej jest jazda na rowerze. Ponad jedna czwarta Polaków deklaruje, że jeździ na rowerze dość często (co najmniej raz w miesiącu), ale są i tacy, którzy wsiadają na rower jedynie okazjonalnie. Ankietowani jeżdżą na rowerze tym częściej, im są młodszy; częściej mężczyźni niż kobiety. Wyraźnie też widać, że im mniejsza miejscowość, w której mieszkają badani, tym więcej osób jeździ na rowerze często, a w małych miastach i na wsi korzysta się z roweru częściej niż gdzie indziej (zapewne nie zawsze jest to jazda dla przyjemności). Rolnikom służy on stosunkowo często nie tyle do celów rekreacyjnych co komunikacyjnych.

Ponadto jazdą na rowerze wyróżniają się osoby wykształcone: największy odsetek uprawiających tę dyscyplinę sportu jest wśród uczniów i studentów oraz kadry kierowniczej i inteligencji, natomiast najmniejszy wśród pracowników umysłowych niższego szczebla.

Drugą pod względem popularności formą rekreacji są piesze wycieczki. Turystykę pieszą uprawia blisko jedna trzecia ankietowanych. Co prawda większość tylko sporadycznie - przypuszczalnie w czasie urlopu czy wakacji, ale jedna dziesiąta co najmniej raz w miesiącu udaje się na pieszą wędrowkę. Turystyka piesza jest najczęstszą formą aktywnego wypoczynku wśród kadry kierowniczej i inteligencji, częściej niż pozostałe kategorie badanych

uprawiają ją też pracownicy umysłowi niższego szczebla oraz uczniowie i studenci. Bardzo wyraźna jest zależność tej formy rekreacji od wykształcenia - im ono wyższe, tym więcej osób uprawia turystykę pieszą. Ta forma rekreacji, podobnie jak wszystkie inne związane z wysiłkiem fizycznym, zależna jest też od wieku: młodszy uprawiają ją częściej niż starsi.

Tabela 1

Czy w ciągu ostatniego roku zdarzyło się Panu(i) uprawiać następujące sporty?	Tak, raz w tygodniu lub częściej	Tak, raz w miesiącu lub częściej, ale rzadziej niż co tydzień	Tak, sporadycznie	Nie
	w procentach			
Jeździć na rowerze na wycieczki, dla przyjemności	18	10	14	57
Uprawiać turystykę pieszą: chodzić po górach, wędrować pieszo po szlakach turystycznych	4	6	20	70
Grać w piłkę nożną, siatkówkę, koszykówkę lub inne gry ruchowe zespołowe	6	7	13	74
Pływać	5	4	17	74
Biegać - uprawiać jogging	6	5	10	78
Uprawiać gimnastykę, aerobik, callanetics itp.	7	3	5	84
Wykonywać ćwiczenia rehabilitacyjne lub lecznicze zalecane przez lekarza	6	2	6	86
Uprawiać sporty zimowe: jeździć na nartach, łyżwach, uprawiać snowboard	1	3	8	88
Grać w tenisa, squasha, badmintona	1	3	7	89
Ćwiczyć na siłowni, uprawiać kulturystykę	3	3	5	90
Uprawiać sporty wodne: żeglować, pływać kajakiem	0	2	5	93
Jeździć na wrotkach, rolkach, deskorolce	0	1	2	96
Uprawiać boks lub inne sporty walki (karate, kung-fu itp.)	1	1	1	97
Jeździć konno	0	1	2	97
Uprawiać inne sporty	1	1	1	97

Niewiele mniej popularne są różnego rodzaju gry zespołowe, np. piłka nożna, siatkówka i inne, a także pływanie oraz jogging.

W piłkę nożną, siatkówkę, koszykówkę lub inne gry zespołowe częściej grają mężczyźni niż kobiety, najczęściej, oczywiście, uczniowie i studenci. Ponadto tę dyscyplinę sportu częściej niż inni ankietowani uprawiają przedstawiciele kadry kierowniczej i inteligencji, pracownicy umysłowi niższego szczebla i pracownicy fizyczno-umysłowi.

Im wyższe jest wykształcenie respondentów, tym więcej osób uprawia pływanie, ponadto częściej pływają mężczyźni niż kobiety, częściej (choć raczej sporadycznie niż regularnie) mieszkańcy wielkich aglomeracji miejskich niż pozostali. Wśród kadry kierowniczej i inteligencji regularne pływanie (co najmniej raz w tygodniu) jest prawie tak popularne jak jazda na rowerze dla przyjemności (odpowiednio 18% i 20%).

Bieganie dla zdrowia także wiąże się z wykształceniem ankietowanych, choć słabiej. Jogging lub inne rodzaje biegania najczęściej uprawiają uczniowie i studenci oraz kadra kierownicza i inteligencja.

Wymienione wyżej formy ruchowej aktywności podejmuje co najmniej jedna piąta ankietowanych, natomiast mniej popularne są: gimnastyka, ćwiczenia na siłowni, kulturystyka, sporty zimowe, a także gra w tenisa i badmintona (od 10% do 16% wskazań wśród dorosłych). Zwraca uwagę stosunkowo mała popularność różnych form gimnastyki (aerobik, callanetics itp.) i ćwiczeń na siłowni, choć mogłoby się wydawać, że są one bardziej rozpowszechnione. Trzeba zaznaczyć, że - wyjąwszy, oczywiście, jazdę na rowerze - gimnastyka różnego rodzaju jest najbardziej regularnie uprawianą formą aktywności fizycznej.

Poziom wykształcenia (im wyższy, tym więcej osób uprawia daną dyscyplinę sportu) oraz miejsce zamieszkania, zwłaszcza w dużych ośrodkach miejskich, wiążą się z częstszym podejmowaniem różnych form aktywności - gimnastyki, sportów zimowych i wodnych, gry w tenisa lub ćwiczeń na siłowni czy kulturystyki. Przy czym sporty zimowe, wodne, tenis i ćwiczenia na siłowni częściej uprawiają mężczyźni, natomiast różne formy gimnastyki - kobiety.

Prawie równie częste jak gimnastyka są też rozmaite ćwiczenia fizyczne, wykonywane w celach rehabilitacyjnych czy leczniczych - 9% ankietowanych ćwiczy w ten sposób co najmniej raz w miesiącu, ponadto część wykonuje zalecane przez lekarza ćwiczenia sporadycznie. Co ciekawe, ćwiczenia rehabilitacyjne są tym częstsze, im wyższy jest poziom wykształcenia ankietowanych, częściej wykonują je mieszkańcy dużych miast. W tym jednym przypadku występuje, co zrozumiałe, odwrotna niż zwykle zależność aktywności od wieku - im starsi respondenci, tym większy ich odsetek wykonuje takie ćwiczenia.

Najmniej osób dorosłych (3-4%) uprawia boks lub inne sporty walki, jeździ konno, na wrotkach, rolkach lub deskorolce. Być może wynika to z bardzo młodzieżowego charakteru tych form aktywności, rzadziej podejmowanych przez dorosłych. Osoby z wyższym wykształceniem, mieszkańcy wielkich miast częściej niż inni uprawiają sporty wodne, a także sporty walki i jazdę konną.

Jak widać, uprawianie różnych dyscyplin sportowych, zajęć służących sprawności fizycznej lub innych form rekreacji wyraźnie wiąże się z przynależnością do określonych kategorii społecznych. Najczęstsze jest wśród osób wykształconych, mieszkańców miast, respondentów zajmujących wysoką pozycję w strukturze zawodowej i związane z określonym stylem życia².

Opracował

Włodzimierz DERCZYŃSKI

² Wyniki obecnego sondażu warto porównać z wnioskami z badań przeprowadzonych przez CBOS w roku 1997. Zob. R. Kostka, *Zdrowy styl życia po polsku*, w: *Wartości, praca, zakupy... O stylach życia Polaków* (red. M. Falkowska), Warszawa 1997.

A N E K S

Tabela 1. Czy w ciągu ostatniego roku zdarzyło się Panu(i) **jeździć na rowerze na wycieczki, dla przyjemności**? 1 - Tak, raz w tygodniu lub częściej; 2 - Tak, raz w miesiącu lub częściej, ale rzadziej niż co tydzień; 3 - Tak, sporadycznie

(%)

	1	2	3	Nie	Liczba osób
Ogółem	18	10	14	57	1015
Płeć					
Mężczyźni	22	11	16	51	481
Kobiety	15	9	12	63	534
Wiek					
18-24 lat	29	21	17	33	145
25-34	27	11	14	48	179
35-44	21	12	23	44	199
45-54	16	6	17	61	212
55-64	12	5	5	76	114
65 lat i więcej	5	5	4	86	166
Miejsce zamieszkania					
Wies	26	8	11	55	375
Miasto do 20 tys.	16	9	21	54	107
20-100 tys.	17	10	15	58	205
101-500 tys.	14	12	12	62	197
501 tys.i więcej mieszk.	8	13	18	60	132
Wykształcenie					
Podstawowe	18	5	6	71	263
Zasadnicze zawodowe	20	10	15	54	284
Średnie	19	12	18	51	378
Wyższe	14	16	17	54	90
Grupa społ.-zaw. pracujący					
Kadra kier., inteligencja	20	22	16	41	58
Prac.umysł.niż.szczebła	11	5	16	68	82
Pracownicy fiz.- umysł.	16	4	33	47	74
Robotnicy wykwalifikowani	19	9	20	51	83
Robotnicy niewykwalifik.	21	0	25	54	44
Rolnicy	19	12	13	57	64
Pracujący na własny rach.	14	12	29	46	60
Bierni zawodowo					
Renciści	14	4	8	74	101
Emeryci	8	5	3	84	192
Uczniowie i studenci	35	31	13	22	70
Bezrobotni	33	12	11	43	138
Gospodynie domowe i inni	19	14	9	58	48
Pracuje w:					
inst. państw., publicznej	15	6	21	58	156
społec.właścicieli					
prywatnych i państwa	17	18	17	48	81
sekt. przyw. poza rolnict.	16	8	25	51	185
prywatnym gosp. rolnym	21	8	12	59	92
Dochody na jedną osobę					
Do 275 zł	21	9	13	57	117
276-399	25	11	13	51	89
400-549	20	7	15	59	180
550-799	22	6	8	65	143
Powyżej 799 zł	10	11	13	65	181
Ocena własnych war. mater.					
Złe	21	9	13	57	353
Średnie	17	11	13	59	454
Dobre	17	9	20	55	207
Udział w prakt. religijnych					
Kilka razy w tygodniu	14	13	4	69	54
Raz w tygodniu	20	9	15	56	516
1-2 razy w miesiącu	17	11	13	59	164
Kilka razy w roku	18	10	14	58	175
W ogóle nie uczestniczy	18	9	18	55	103
Poglądy polityczne					
Lewica	23	9	14	55	310
Centrum	19	10	17	54	283
Prawica	13	14	15	57	198
Trudno powiedzieć	18	8	10	64	224

Tabela 2. Czy w ciągu ostatniego roku zdarzyło się Panu(i) **uprawiać turystykę pieszą: chodzić po górach, wędrować pieszo po szlakach turystycznych?**
1 - Tak, raz w tygodniu lub częściej; 2 - Tak, raz w miesiącu lub częściej, ale rzadziej niż co tydzień; 3 - Tak, sporadycznie

	(%)				
	1	2	3	Nie	Liczba osób
Ogółem	4	6	20	70	1015
Płeć					
Mężczyźni	3	6	20	71	481
Kobiety	6	6	20	69	534
Wiek					
18-24 lat	4	10	28	58	145
25-34	7	7	30	56	179
35-44	5	6	20	69	199
45-54	6	3	19	72	212
55-64	2	8	12	78	114
65 lat i więcej	3	4	6	87	166
Miejsce zamieszkania					
Wies	3	5	11	80	375
Miasto do 20 tys.	2	3	21	75	107
20-100 tys.	3	3	20	74	205
101-500 tys.	8	11	25	56	197
501 tys. i więcej mieszk.	7	8	34	51	132
Wykształcenie					
Podstawowe	2	5	7	86	263
Zasadnicze zawodowe	2	6	13	78	284
Średnie	5	9	28	62	378
Wyższe	14	17	38	31	90
Grupa społ.-zaw. pracujący					
Kadra kier., inteligencja	13	16	43	28	58
Prac. umysł. niż. szczebla	8	7	29	55	82
Pracownicy fiz.- umysł.	1	11	25	63	74
Robotnicy wykwalifikowani	7	6	16	72	83
Robotnicy niewykwalifik.	4	3	18	75	44
Rolnicy	1	1	11	86	64
Pracujący na własny rach.	6	2	22	71	60
Bierni zawodowo					
Renciści	3	5	8	84	101
Emeryci	2	5	9	84	192
Uczniowie i studenci	7	9	31	54	70
Bezrobotni	4	6	22	67	138
Gospodynie domowe i inni	2	3	23	72	48
Pracuje w:					
inst. państw. publicznej	4	8	30	59	156
społec. właścicieli					
prywatnych i państwa	8	13	21	59	81
sekt. prywat. poza rolnict.	8	5	23	64	185
prywatnym gosp. rolnym	1	4	13	81	92
Dochody na jedną osobę					
Do 275 zł	3	4	11	81	117
276-399	3	4	15	78	89
400-549	3	5	15	77	180
550-799	5	11	19	66	143
Powyżej 799 zł	5	9	27	59	181
Ocena własnych war. mater.					
Złe	3	5	15	77	353
Średnie	5	6	18	71	454
Dobre	7	8	30	56	207
Udział w prakt. religijnych					
Kilka razy w tygodniu	7	7	11	75	54
Raz w tygodniu	3	6	19	72	516
1-2 razy w miesiącu	5	4	20	71	164
Kilka razy w roku	6	7	21	66	175
W ogóle nie uczestniczy	6	7	25	62	103
Poglądy polityczne					
Lewica	5	4	20	71	310
Centrum	5	6	24	65	283
Prawica	4	11	21	64	198
Trudno powiedzieć	3	5	13	80	224

Tabela 3. Czy w ciągu ostatniego roku zdarzyło się Panu(i) grać w piłkę nożną, siatkówkę, koszykówkę lub inne gry ruchowe zespołowe? 1 - Tak, raz w tygodniu lub częściej; 2 - Tak, raz w miesiącu lub częściej, ale rzadziej niż co tydzień; 3 - Tak, sporadycznie

	(%)				
	1	2	3	Nie	Liczba osób
Ogółem	6	7	13	74	1015
Płeć					
Mężczyźni	11	9	19	62	481
Kobiety	2	5	7	86	534
Wiek					
18-24 lat	23	15	25	37	145
25-34	6	12	20	61	179
35-44	5	7	16	71	199
45-54	4	1	9	87	212
55-64	1	5	1	93	114
65 lat i więcej	1	1	2	97	166
Miejsce zamieszkania					
Wieś	5	9	15	71	375
Miasto do 20 tys.	2	4	20	74	107
20-100 tys.	9	3	8	80	205
101-500 tys.	9	9	9	73	197
501 tys. i więcej mieszk.	5	5	12	77	132
Wykształcenie					
Podstawowe	4	4	5	87	263
Zasadnicze zawodowe	5	7	15	73	284
Średnie	10	7	15	68	378
Wyższe	4	9	16	71	90
Grupa społ.-zaw. pracujący					
Kadra kier., inteligencja	9	4	27	59	58
Prac. umysł. niż. szczebla	11	10	16	63	82
Pracownicy fiz.- umysł.	13	7	17	63	74
Robotnicy wykwalifikowani	6	3	15	77	83
Robotnicy niewykwalifik.	0	9	23	67	44
Rolnicy	0	8	16	76	64
Pracujący na własny rach.	7	6	8	79	60
Bierni zawodowo					
Renciści	0	4	6	91	101
Emeryci	1	2	1	96	192
Uczniowie i studenci	29	25	25	22	70
Bezrobotni	6	8	14	73	138
Gospodynie domowe i inni	3	2	8	87	48
Pracuje w:					
inst. państw., publicznej	9	5	13	73	156
społec. właścicieli					
prywatnych i państwa	17	7	20	56	81
sekt. pryw. poza rolnict.	5	8	16	71	185
prywatnym gosp. rolnym	2	9	16	73	92
Dochody na jedną osobę					
Do 275 zł	7	7	9	77	117
276-399	1	9	12	78	89
400-549	7	8	8	77	180
550-799	3	8	12	77	143
Powyżej 799 zł	6	3	9	82	181
Ocena własnych war. mater.					
Złe	6	5	10	79	353
Średnie	5	7	12	76	454
Dobre	10	8	18	63	207
Udział w prakt. religijnych					
Kilka razy w tygodniu	6	0	13	81	54
Raz w tygodniu	6	7	14	74	516
1-2 razy w miesiącu	5	9	11	75	164
Kilka razy w roku	9	5	8	78	175
W ogóle nie uczestniczy	10	7	17	66	103
Poglądy polityczne					
Lewica	6	5	13	75	310
Centrum	7	7	11	75	283
Prawica	7	8	17	68	198
Trudno powiedzieć	6	7	9	79	224

Tabela 4. Czy w ciągu ostatniego roku zdarzyło się Panu(i) **pływać**?
1 - Tak, raz w tygodniu lub częściej; 2 - Tak, raz w miesiącu lub częściej,
ale rzadziej niż co tydzień; 3 - Tak, sporadycznie

(%)

	1	2	3	Nie	Liczba osób
Ogółem	5	4	17	74	1015
Płeć					
Meżczyźni	6	5	22	67	481
Kobiety	4	4	13	80	534
Wiek					
18-24 lat	14	7	42	37	145
25-34	7	8	23	63	179
35-44	3	4	19	74	199
45-54	3	1	11	85	212
55-64	1	6	5	88	114
65 lat i więcej	1	2	4	93	166
Miejsce zamieszkania					
Wies	4	4	13	79	375
Miasto do 20 tys.	8	2	18	72	107
20-100 tys.	4	6	15	74	205
101-500 tys.	5	5	18	72	197
501 tys.i więcej mieszk.	5	6	29	60	132
Wykształcenie					
Podstawowe	2	3	8	87	263
Zasadnicze zawodowe	3	3	19	76	284
Srednie	6	6	21	67	378
Wyzsze	12	10	22	56	90
Grupa społ.-zaw. pracujący					
Kadra kier., inteligencja	18	12	24	46	58
Prac.umysł.niz.szczebła	7	7	18	68	82
Pracownicy fiz.- umysł.	0	7	28	65	74
Robotnicy wykwalifikowani	3	3	25	68	83
Robotnicy niewykwalifik.	0	0	14	86	44
Rolnicy	1	0	5	93	64
Pracujący na własny rach.	4	3	30	64	60
Bierni zawodowo					
Renciści	1	3	6	90	101
Emeryci	2	2	4	93	192
Uczniowie i studenci	15	12	41	32	70
Bezrobotni	8	5	18	68	138
Gospodynie domowe i inni	0	0	19	81	48
Pracuje w:					
inst. państw. publicznej	5	5	16	73	156
społce właścicieli	7	7	25	61	81
prywatnych i państwa	6	5	28	62	185
sekt. pryw. poza rolnict.	1	2	8	89	92
prywatnym gosp. rolnym					
Dochody na jedną osobę					
Do 275 zł	4	0	13	83	117
276-399	1	7	17	75	89
400-549	5	6	14	75	180
550-799	4	5	16	75	143
Powyżej 799 zł	4	4	15	77	181
Ocena własnych war. mater.					
Złe	3	4	17	76	353
Srednie	4	4	15	77	454
Dobre	8	6	22	64	207
Udział w prakt. religijnych					
Kilka razy w tygodniu	0	0	18	82	54
Raz w tygodniu	5	5	16	74	516
1-2 razy w miesiącu	6	3	11	80	164
Kilka razy w roku	6	2	19	73	175
W ogóle nie uczestniczy	3	11	27	58	103
Poglądy polityczne					
Lewica	6	4	15	75	310
Centrum	4	4	21	71	283
Prawica	4	7	19	70	198
Trudno powiedzieć	4	3	14	79	224

Tabela 5. Czy w ciągu ostatniego roku zdarzyło się Panu(i) **biegać - uprawiać jogging?**
1 - Tak, raz w tygodniu lub częściej; 2 - Tak, raz w miesiącu lub częściej,
ale rzadziej niż co tydzień; 3 - Tak, sporadycznie

(%)

	1	2	3	Nie	Liczba osób
Ogółem	6	5	10	78	1015
Płeć					
Mężczyźni	7	6	11	76	481
Kobiety	6	5	10	79	534
Wiek					
18-24 lat	18	8	26	48	145
25-34	8	11	15	66	179
35-44	6	5	9	80	199
45-54	4	4	7	85	212
55-64	4	3	3	90	114
65 lat i więcej	1	1	2	97	166
Miejsce zamieszkania					
Wies	6	5	7	82	375
Miasto do 20 tys.	1	6	16	77	107
20-100 tys.	11	3	9	77	205
101-500 tys.	7	6	14	74	197
501 tys. i więcej mieszk.	6	6	12	76	132
Wykształcenie					
Podstawowe	3	4	4	89	263
Zasadnicze zawodowe	5	4	8	84	284
Średnie	11	6	15	67	378
Wyższe	4	7	19	70	90
Grupa społ.-zaw. pracujący					
Kadra kier., inteligencja	7	7	23	62	58
Prac. umysł. niż. szczebla	5	6	13	75	82
Pracownicy fiz. - umysł.	11	8	9	72	74
Robotnicy wykwalifikowani	5	5	9	81	83
Robotnicy niewykwalifik.	0	7	15	78	44
Rolnicy	7	4	3	86	64
Pracujący na własny rach.	3	9	11	77	60
Bierni zawodowo					
Renciści	1	2	4	93	101
Emeryci	3	1	2	94	192
Uczniowie i studenci	31	11	28	30	70
Bezrobotni	7	6	13	74	138
Gospodynie domowe i inni	5	2	14	79	48
Pracuje w:					
inst. państw. publicznej	4	6	13	78	156
społce właścicieli					
prywatnych i państwa	14	9	12	65	81
sekt. pryw. poza rolnict.	3	6	14	77	185
prywatnym gosp. rolnym	5	5	4	87	92
Dochody na jedną osobę					
Do 275 zł	4	2	8	86	117
276-399	7	8	9	76	89
400-549	9	7	9	75	180
550-799	11	4	11	75	143
Powyżej 799 zł	3	2	10	85	181
Ocena własnych war. mater.					
Złe	6	3	9	81	353
Średnie	5	5	9	80	454
Dobre	10	9	14	67	207
Udział w prakt. religijnych					
Kilka razy w tygodniu	3	1	15	81	54
Raz w tygodniu	6	5	8	81	516
1-2 razy w miesiącu	7	8	10	75	164
Kilka razy w roku	7	6	12	75	175
W ogóle nie uczestniczy	8	3	17	71	103
Poglądy polityczne					
Lewica	6	4	11	79	310
Centrum	8	7	10	75	283
Prawica	6	5	12	77	198
Trudno powiedzieć	6	4	9	81	224

Tabela 6. Czy w ciągu ostatniego roku zdarzyło się Panu(i) **wykonywać ćwiczenia rehabilitacyjne lub lecznicze zalecone przez lekarza?** 1 - Tak, raz w tygodniu lub częściej; 2 - Tak, raz w miesiącu lub częściej, ale rzadziej niż co tydzień; 3 - Tak, sporadycznie

	(%)				
	1	2	3	Nie	Liczba osób
Ogółem	6	2	6	86	1015
Płeć					
Mężczyźni	4	1	5	89	481
Kobiety	7	4	7	83	534
Wiek					
18-24 lat	1	2	1	96	145
25-34	2	2	3	94	179
35-44	5	3	10	83	199
45-54	11	2	9	78	212
55-64	6	4	3	87	114
65 lat i więcej	7	4	8	81	166
Miejsce zamieszkania					
Wieś	2	2	4	92	375
Miasto do 20 tys.	5	3	8	83	107
20-100 tys.	6	3	7	84	205
101-500 tys.	11	3	5	81	197
501 tys. i więcej mieszk.	8	3	10	80	132
Wykształcenie					
Podstawowe	4	2	5	88	263
Zasadnicze zawodowe	5	2	5	88	284
Średnie	6	2	6	86	378
Wyższe	10	6	13	72	90
Grupa społ.-zaw. pracujący					
Kadra kier., inteligencja	8	9	18	65	58
Prac. umysł. niż. szczebla	5	1	6	88	82
Pracownicy fiz.-umysł.	0	7	4	89	74
Robotnicy wykwalifikowani	2	0	6	92	83
Robotnicy niewykwalifik.	0	0	0	100	44
Rolnicy	0	0	3	97	64
Pracujący na własny rach.	10	3	13	74	60
Bierni zawodowo					
Renciści	8	3	8	81	101
Emeryci	9	3	6	81	192
Uczniowie i studenci	0	1	2	97	70
Bezrobotni	7	2	4	87	138
Gospodynie domowe i inni	10	3	2	85	48
Pracuje w:					
inst. państw., publicznej	4	4	11	82	156
społec. właścicieli					
prywatnych i państwa	4	2	7	88	81
sekt. pryw. poza rolnict.	4	2	7	86	185
prywatnym gosp. rolnym	0	2	2	96	92
Dochody na jedną osobę					
Do 275 zł	5	0	5	90	117
276-399	2	4	3	91	89
400-549	4	3	4	89	180
550-799	7	3	7	83	143
Powyżej 799 zł	10	3	11	75	181
Ocena własnych war. mater.					
Złe	5	2	5	88	353
Średnie	5	3	5	87	454
Dobre	6	4	11	79	207
Udział w prakt. religijnych					
Kilka razy w tygodniu	7	3	9	81	54
Raz w tygodniu	5	3	6	85	516
1-2 razy w miesiącu	4	3	5	88	164
Kilka razy w roku	8	0	7	84	175
W ogóle nie uczestniczy	5	2	3	90	103
Poglądy polityczne					
Lewica	7	2	5	85	310
Centrum	8	2	7	84	283
Prawica	6	2	8	80	198
Trudno powiedzieć	1	0	4	94	224