

Elżbieta Sieńko-Awierianów*

Wioletta Łubkowska**

Anna Sitna***

Uniwersytet Szczeciński

CZYNNIKI WARUNKUJĄCE UCZESTNICTWO W REKREACJI JEŹDZIECKIEJ

Streszczenie

Jeździectwo jest formą sportu, rekreacji i turystyki oraz terapii o wyjątkowych walorach i specyfice. Celem artykułu było określenie czynników warunkujących uczestnictwo w rekreacji jeździeckiej. Dla realizacji celów pracy przeprowadzono badania ankietowe, które wykazały, że w jeździectwie rekreacyjnym przeważają kobiety, najczęściej w wieku 18–40 lat. Podstawowym motywem podejmowania jazdy konnej jest zamiłowanie do koni, chęć aktywnego wypoczynku, realizacja marzeń z dzieciństwa oraz chęć kontaktu z naturą. Główne bariery ograniczające uprawianie jazdy konnej to czas wolny oraz możliwości finansowe. Zdecydowana większość badanych jako najważniejszą korzyść z uprawiania jeździectwa wskazała odczucie przyjemności związane z obcowaniem z koniem i relaks psychiczny. Miejsce zamieszkania respondentów ma wpływ na motywy podejmowania jazdy konnej oraz na bariery utrudniające jej częstsze podejmowanie.

Słowa kluczowe: jazda konna, rekreacja, jeździectwo

* Elżbieta Sieńko-Awierianów – dr, Uniwersytet Szczeciński, Wydział Kultury Fizycznej i Promocji Zdrowia, Zakład Anatomii Funkcjonalnej Człowieka i Biometrii. E-mail: elzbieta.sienko@univ.szczecin.pl.

** Wioletta Łubkowska – dr, Uniwersytet Szczeciński, Wydział Kultury Fizycznej i Promocji Zdrowia, Zakład Turystyki i Rekreacji. E-mail: wioletta.lubkowska@univ.szczecin.pl.

*** Anna Sitna – mgr, absolwentka Uniwersytetu Szczecińskiego. E-mail: anna.sitna@o2.pl.

Wprowadzenie

Aktywność fizyczna jest jednym z najskuteczniejszych sposobów zapobiegania wielu chorobom oraz zwalczania otyłości. Według WHO niewystarczająca aktywność fizyczna jest na świecie jednym z podstawowych czynników ryzyka w przypadku przedwczesnych zgonów i chorób¹.

Jednym z ważnych problemów dotyczących zwiększenia aktywności fizycznej społeczeństwa jest wybór właściwej formy tej aktywności, odpowiedniej do wieku, płci oraz sprawności fizycznej jednostki. Jeździectwo jest formą sportu, rekreacji i turystyki oraz terapii o wyjątkowych walorach i specyfice². Jazda konno może być uprawiana od młodych lat do późnej starości³. Sposób jazdy oraz jej częstotliwość i intensywność należy dostosować do ogólnej kondycji fizycznej jeźdźcy. Osoby starsze jeżdżące konno zachowują dłużej dobrą kondycję i sprawność ruchową⁴. Aktywność fizyczna w dzieciństwie i wieku młodzieńczym pozytywnie wpływa na kształtowanie cech morfologicznych i czynnościowych organizmu, odpowiedzialnych za umiejętność przystosowania się do pracy i środowiska. Zaniedbanie podejmowania wysiłku fizycznego w młodszych latach będzie skutkowało negatywnie na starość. W dzieciństwie łatwiej wytworzyć nawyki podejmowania aktywności ruchowej i nauczyć się różnorodnych form rekreacji⁵. Niewątpliwą zaletą rekreacji konnej jest możliwość uprawiania jej przez cały rok kalendarzowy. Kolejnym atutem są formy organizacyjne tej aktywności fizycznej. Jazdę konno można uprawiać indywidualnie lub zespołowo. Jazdy podejmowane mogą być w terenie bądź na ujeżdżalni. Ważną wartością dla jeźdźców ma przynależność do środowiska „koniarzy”. Skupia ona w swoim gronie tych wszystkich, którzy traktują konie i jeździectwo emocjonalnie. Rekreacja konna stwarza warunki do zintegrowania pokoleń. W jednym stowarzyszeniu spotykają

¹ Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej, *Konkluzje Rady i przedstawicieli rządów państw członkowskich zebranych w Radzie z dnia 27 listopada 2012 r. w sprawie propagowania aktywności fizycznej sprzyjającej zdrowiu*, 2012/C 393/07, s. 22.

² A. Wyżnikiewicz-Nawracała, *Jeździectwo w rozwoju motorycznym i psychospołecznym osób niepełnosprawnych*, Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu, Gdańsk 2002, s. 7.

³ W. Jeczeń, *Jeździectwo, nie tylko dla jeźdźców*, „Lider” 2009, nr 4, s. 5.

⁴ M. Jarzębowska, *Hajda na koń – ośrodki jeździeckie i stadniny w Polsce*, Sport i Turystyka – Muza SA, Warszawa 2010, s. 5.

⁵ W. Jeczeń, *Jeździectwo...*, s. 4–7.

się jeźdźcy amatorzy z doświadczonymi, młodszy ze starszymi czy uczniowie z nauczycielami⁶.

Jazda konna, jako forma aktywności, tak jak wiele innych cechuje się tym, że jej regularne podejmowanie rozwija potrzebę dalszego zaangażowania. Systematyczne ćwiczenia poprawiają technikę, sprawność fizyczną, zahartowują, a także pomagają osiągnąć spokój psychiczny i relaks⁷.

Jazda konna przed laty zarezerwowana była dla elit, z początku w wersji militarnej jako husaria, kawaleria, a z czasem jako elegancki sposób spędzania czasu wolnego. Dziś rola konia uległa zmianie. Rekreacyjna jazda, sport jeździecki oraz hodowla koni stały się samodzielną gałęzią gospodarki zwaną *horse industry*, czyli przemysłem końskim⁸. Jeździectwo należy do popularnych sportów w krajach Unii Europejskiej. Szacuje się, że w tych krajach około 15 mln ludzi, zarówno dorosłych jak i dzieci, uprawia czynnie ten sport⁹. W Polsce również zaobserwowano wzrost zainteresowania jeździectwem. Obejmuje to nie tylko konkurencje uprawiane wyczynowo, lecz również w postaci różnorodnych form rekreacji konnej¹⁰. Na to zjawisko duży wpływ ma moda przychodząca do Polski z Zachodu. W krajach Europy Zachodniej konno jeździ 2–4% społeczeństwa¹¹, a w Wielkiej Brytanii, która jest posiadaczem największej w Europie populacji koni, co czwarty obywatel. W Polsce konno jeździ 100 tys. osób, w Wielkiej Brytanii 4,3 mln osób, w Niemczech 1,7 mln, we Francji ponad milion¹². Z obliczeń badaczy wynika, że w Polsce za kilkanaście lat będzie od 800 tys. do 1 mln osób

⁶ J. Grobelny, *Specyfika rekreacyjnej jazdy konnej*, w: *Sport dla wszystkich – wybrane dyscypliny*, red. T. Wolański, J. Lisowska, PTNKF, Warszawa 1997, s. 116.

⁷ J. Salita, *Jeździectwo jako forma turystyki aktywnej*, w: *Turystyka aktywna: turystyka kwalifikowana: I Ogólnopolska Konferencja Naukowo-Metodyczna, Hawa 23–24 października 1998 r.* (zbiór materiałów pokonferencyjnych), red. T. Łobozewicz, R. Kogut, DrukTur, Warszawa 1999, s. 175.

⁸ H.A. Jędrzejczak, *Harcerskie Drużyny Jeździeckie*, Wydawnictwo Marron Editio, Związek Harcerstwa Polskiego, Warszawa 2008, s. 3–4.

⁹ PN–EN 13158, *Odzież ochronna – Kurtki ochronne, ochraniacze ciała i ochraniacze barków dla uprawiających jeździectwo: dla jeźdźców i osób pracujących przy koniach oraz dla osób powozących końmi. Wymagania i metody badań*, Polski Komitet Normalizacyjny 2010, s. 7.

¹⁰ I. Gedl-Pieprzycza, *Prozdrowotne walory rekreacji jeździeckiej*, w: *Rekreacja ruchowa w edukacji i promocji zdrowia*, red. Z. Kubińska, D. Nałęcka, t. 1, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Papieża Jana Pawła II. Instytut Turystyki i Rekreacji, Biała Podlaska 2009, s. 252.

¹¹ M. Jarzębowska, *Hajda na koń...*, s. 4.

¹² M. Grzybowski, *Narodowy Program Rozwoju Hodowli Koni i Jeździectwa*, Hippica Pro Patria 2006, s. 8.

jeżdżących konno¹³. W ostatnich latach oferta jeździecka w Polsce bardzo się rozwinęła. Ośrodki świadczą usługi rekreacyjne dostępne dla osób o przeciętnych dochodach¹⁴. Cena jednej godziny jazdy konnej to koszt ok. 30–40 złotych¹⁵. Konno można jeździć zarówno w małych gospodarstwach agroturystycznych, ośrodkach jeździeckich oraz w dużych sławnych ośrodkach sportów konnych, jak i w prestiżowych stadninach i stadach ogierów.

Celem pracy było podjęcie próby określenia czynników warunkujących uczestnictwo w rekreacji jeździeckiej.

1. Materiał i metody badań

Materiał do badań stanowiły dane z badań ankietowych przeprowadzonych w okresie od lipca 2011 do lutego 2012 roku. Badania zrealizowano wśród losowo wybranych prywatnych właścicieli koni oraz osób korzystających z jazdy konnej w stajni „Wzgórze Koni” w Rychłowicach na Wyżynie Wieluńskiej (woj. łódzkie) oraz jeźdźców szczecińskich, korzystających z jazd konnych na prywatnych wierzchowcach w Płochocinie i Trzeszczynie (woj. zachodniopomorskie, powiat policki).

Grupę badaną stanowiły osoby zajmujące się jeździectwem w formie rekreacyjnej, w wieku od 16. do 60. roku życia. Łącznie przebadano 80 osób.

Dla realizacji celów pracy wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego. Do celów badawczych skonstruowano kwestionariusz ankietowy według zaleceń L. Sołomy¹⁶. Kwestionariusz ankiety składał się z dwóch części. Pierwsza dotyczyła cech społeczno-demograficznych respondentów, jak: płeć, wiek, wykształcenie, miejsce zamieszkania, stan cywilny. Natomiast druga – stażu jeździeckiego, preferowanych form jeździectwa, częstotliwości jazd, wynikających z niej korzyści.

Zebrane kwestionariusze poddano analizie statystycznej. Dla wybranych, nieparametrycznych cech obliczono test niezależności chi-kwadrat (χ^2), przyjmując poziom istotności 0,05. Został on wykorzystany do sprawdzenia, czy wystę-

¹³ M. Jarzębowska, *Hajda na koń...*, s. 5.

¹⁴ A. Wyżnikiewicz-Nawracała, *Jeździectwo w rozwoju motorycznym...*, s. 7.

¹⁵ L. Wojtasik, R. Tauber, *Nowoczesna turystyka i rekreacja*, Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii, Poznań 2007, s. 96.

¹⁶ L. Sołoma, *Metody i techniki badań socjologicznych*, WSP, Olsztyn 2005, s. 180.

puje związek między badanymi w ankiecie zmiennymi jakościowymi, których nie można wyrazić ilościowo.

2. Wyniki badań

Zdecydowaną większość respondentów stanowiły kobiety (93,75%). Fakt ten potwierdza tendencje do występowania na rekreacyjnym poziomie większej liczby kobiet.

Charakterystyka respondentów pod względem wieku wykazała, iż najliczniejszą grupę stanowili respondenci w wieku od 18 do 25 lat (35%) oraz pomiędzy 26. a 40. rokiem życia (27,5%). Kolejną grupę stanowiły osoby poniżej 18. roku życia (22,5%). Wśród badanych nie było osób powyżej 60. roku życia.

Struktura zamieszkania ankietowanych przedstawiała się następująco: 51,25% to osoby mieszkające w mieście (kobiety 53,33% i mężczyźni 20%), 48,75% to mieszkańcy wsi (46,67% kobiet oraz 80% mężczyzn).

Analiza ankietowanych pod kątem wykształcenia wykazała, iż ponad połowa (52,5%) badanych posiadała wykształcenie wyższe (53,33% kobiety, 40% mężczyźni). Około jedna trzecia respondentów zadeklarowała wykształcenie średnie, w tym co 4 osoba (21,25%) policealne (kobiety 20%, mężczyźni 40%) oraz 7,50% zawodowe (kobiety 6,67%, mężczyźni 20%). Co piąta kobieta (20%) wskazała na wykształcenie podstawowe. Ma to związek z dużym odsetkiem młodych i uczących się jeszcze respondentów. Wśród respondentów zdecydowana większość (75%) jest stanu cywilnego wolnego (77,33% kobiet, 40% mężczyzn), natomiast w związku małżeńskim pozostaje jedna czwarta badanych (kobiet 22,67%, mężczyzn 60%).

Ankietowani angażują się w jazdę konną od dłuższego czasu. Ponad połowa (60%) posiada staż jeździecki dłuższy niż 4 lata. 26,25% badanych posiada staż jeździecki w przedziale od 4 do 10 lat (26,67% kobiet, 20% mężczyzn). Około jedna trzecia (33,75%) respondentów uprawia jazdę konną ponad 10 lat (32% kobiet, 60% mężczyzn). Niewiele mniejszy odsetek badanych (30%) zdobywa doświadczenie jeździeckie od 1 roku do 3 lat (kobiety 30,67%, mężczyźni 20%).

Zdecydowana większość ankietowanych uczestniczyła regularnie w jeździe konnej. Jedna trzecia (33,33%) kobiet trenowała raz w tygodniu. Ponad połowa badanych (53,75%) jeździła kilka razy w tygodniu, z czego około jedna czwarta kobiet (28%) poświęcała się swojej pasji 2–3 razy w tygodniu. Natomiast od 4 do

6 razy w tygodniu wolny czas w siodle spędzało tylko 13,75% badanych (13,33% kobiet, 20% mężczyzn). Taka sama ilość (13,75%) jeźdźców jeździła codziennie.

Ankietowani najczęściej (42,5%) poświęcają się jeździectwu w weekendy oraz w inne dni wolne od pracy (kobiet 42,67%, mężczyzn 40%). 28,75% ankietowanych zadeklarowało uprawianie jazdy konnej w ciągu tygodnia (29,33% kobiet, 20% mężczyzn). Natomiast tylko w okresie wakacji jeździ 15% respondentów (11% kobiet, 20% mężczyzn).

Jako główną barierę ograniczającą uprawianie jazdy konnej respondenci podali brak czasu wolnego (43,75%) oraz ograniczenia finansowe (31,25%). Niewielki odsetek (8,75%) kobiet jako przeszkodę wskazał odległość między miejscem zamieszkania a ośrodkiem jeździeckim bądź prywatną stajnią. Natomiast 6,25% badanych (20% mężczyzn, 5,33% kobiet) w wieku między 41. a 60. rokiem życia wymieniało jako przeszkodę barierę zdrowotną. Z żadnymi przeszkodami nie spotykała się jedna piąta ankietowanych (20% kobiet, 20% mężczyzn). W większości są to osoby posiadające własne konie czy też jeżdżące codziennie.

Do użytkowania rekreacyjnego koni zalicza się wiele form. Największym powodzeniem (53,75%) cieszyła się jazda w terenie (54,67% kobiet, 40% mężczyzn) oraz jazda na ujeżdżalni (31,25% respondentów: kobiet 32%, mężczyzn 20%). Mniejszy odsetek badanych (8,75%) wybiera skoki przez przeszkody (8% kobiet, 20% mężczyzn). Natomiast wśród badanych najmniejsza grupa (6,25%) opowiedziała się za rajdami konnymi (5,33% kobiet, 20% mężczyzn).

Analiza motywów podejmowania jazdy konnej wykazała, że zdecydowana większość (82,5%) uznała za jeden z głównych motywów zamiłowanie do koni (84% kobiet, 60% mężczyzn). Kolejnym powodem, wskazanym przez 40% badanych, była chęć aktywnego wypoczynku (38,67% kobiet, 60% mężczyzn). Natomiast co trzecia badana osoba (32,5%) ujawniła, że to realizacja marzeń z dzieciństwa związanych z jeździectwem skłoniła ją do spróbowania jazdy konnej (32% kobiet, 40% mężczyzn). Ponadto chęć kontaktu z naturą dzięki obcowaniu z koniem i możliwością jazd w terenie dla 28,75% osób (29,33% kobiet, 20% mężczyzn) była powodem rozpoczęcia przygody z koniem. 15% ankietowanych (14,67% kobiet, 20% mężczyzn) zwróciło uwagę na podtrzymanie lub poprawianie kondycji dzięki tej formie aktywności fizycznej (14,67% kobiet, 20% mężczyzn).

Pozytywnych efektów, zarówno fizycznych jak i psychicznych, wynikających z uprawiania rekreacyjnej jazdy konnej jest wiele. Zdecydowana większość (76,25%) badanych jako najważniejszą korzyść wskazała odczucie przyjemności

związane z obcowaniem z koniem (77,33% kobiet, 60% mężczyzn). Również dla 63,75% ankietowanych ważny okazał się relaks psychiczny od codziennych problemów i zmartwień (64% kobiet, 60% mężczyzn). Dzięki jeździectwu 60% respondentów doznało niezapomnianych przeżyć (kobiet 58,67%, mężczyzn 80%). Niewiele mniej (58,75%) badanych podkreśliło uczucie satysfakcji towarzyszące etapom zaawansowania w jeździe konnej (58,67% kobiet, 60% mężczyzn). Ponad połowa (56,25%) ankietowanych wskazała na pozytywny efekt psychologiczny w postaci nauki cierpliwości i wytrwałości, jakiej wymaga praca z koniem (56% kobiety, 60% mężczyźni). Respondenci podkreślili także głębsze korzyści wynikające z jazdy konnej, takie jak zrozumienie koni (42,67% kobiet, 80% mężczyzn), przydatne w doskonaleniu współpracy pomiędzy jeźdźcem a zwierzęciem. 42,5% ankietowanych (42,67% kobiet, 40% mężczyzn) wśród korzyści wymieniło naukę dyscypliny i odpowiedzialności. Wynika z tego, że jazda konna może być bardzo znaczącym czynnikiem w procesie pracy nad charakterem. Mniej zauważalny okazał się pozytywny wpływ jeździectwa na stan zdrowia (27,5% badanych, w tym 26,67% kobiet, 40% mężczyzn) oraz zachowanie zgrabnej sylwetki (13,33% kobiet).

Jeździectwo związane jest z kosztami. Ankietowani w 38,75% wskazali kwotę, jaką wydają na jazdę konno, w przedziale od 100 do 300 złotych miesięcznie (38,67% kobiety, 40% mężczyzn). Jedna czwarta (25%) respondentów deklarowała kwotę do 100 złotych na miesiąc (25,33% kobiet, 20% mężczyzn). 13,33% kobiet na miesięczne wydatki związane z jazdą konną przeznaczało kwotę w przedziale od 601 do 800 złotych. Do kwoty powyżej 1000 złotych przyznało się 10% ankietowanych (9,33% kobiet, 20% mężczyzn). Najmniejszy odsetek badanych (5,33% kobiet) wskazał kwotę w przedziale od 301 do 600 złotych. Zdecydowana większość (80%) badanych uważa jazdę konną za drogą formę aktywności (80% kobiet, 80% mężczyzn). Uprawianie jazdy konnej związane jest z kupnem odpowiedniej odzieży i akcesoriów jeździeckich.

W celu sprawdzenia, czy istnieje związek między motywami podejmowania jazdy konnej oraz barierami utrudniającymi częstsze podejmowanie jazdy konno a wiekiem, miejscem zamieszkania, wykształceniem oraz stanem cywilnym badanych obliczono test chi-kwadrat (χ^2) (z poprawką Yatesa – dla liczebności oczekiwanych <5) (tab. 1–7).

Ponadto, stosując test chi-kwadrat (χ^2), sprawdzono, czy istnieje związek między korzyściami wynikającymi z podejmowania jazdy konno a wiekiem badanych (tab. 8).

Obliczone wartości χ^2 dla przyjętych hipotez zerowych pozwalają stwierdzić, że:

1. Motywy podejmowania jazdy konnej nie zależą od:

- wieku badanych z prawdopodobieństwem popełnienia błędu I rodzaju równym 0,05 (wartość współczynnika chi-kwadrat wynosiła 0,26862, wartość odniesienia z tablic 40,113 dla 27 stopni swobody),
- wykształcenia badanych z prawdopodobieństwem popełnienia błędu I rodzaju równym 0,05 (wartość współczynnika chi-kwadrat wynosiła 33,90838, wartość odniesienia z tablic 40,113 dla 27 stopni swobody),
- stanu cywilnego badanych z prawdopodobieństwem popełnienia błędu I rodzaju równym 0,05 (wartość współczynnika chi-kwadrat wynosiła 7,37316, wartość odniesienia z tablic 16,919 dla 9 stopni swobody);

natomiast zależą od:

- miejsca zamieszkania respondentów z prawdopodobieństwem popełnienia błędu I rodzaju równym 0,05 (wartość współczynnika chi-kwadrat wynosiła 19,35717 wartość odniesienia z tablic 16,919 dla 9 stopni swobody).

2. Bariery utrudniające częstsze podejmowanie jazdy konno nie zależą od:

- wykształcenia badanych z prawdopodobieństwem popełnienia błędu I rodzaju równym 0,05 (wartość współczynnika chi-kwadrat wynosiła 7,31206, wartość odniesienia z tablic 21,026 dla 12 stopni swobody),
- stanu cywilnego badanych z prawdopodobieństwem popełnienia błędu I rodzaju równym 0,05 (wartość współczynnika chi-kwadrat wynosiła 7,33285, wartość odniesienia z tablic 9,488 dla 4 stopni swobody);

natomiast zależą od:

- miejsca zamieszkania respondentów z prawdopodobieństwem popełnienia błędu I rodzaju równym 0,05 (wartość współczynnika chi-kwadrat wynosiła 9,91979 wartość odniesienia z tablic 9,488 dla 4 stopni swobody).

3. Korzyści wynikające z podejmowania jazdy konnej nie zależą od:

- wieku badanych z prawdopodobieństwem popełnienia błędu I rodzaju równym 0,05 (wartość współczynnika chi-kwadrat wynosiła 20,09663, wartość odniesienia z tablic 40,113 dla 27 stopni swobody).

Tabela 1

Motywy podejmowania jazdy konnej a wiek badanych (n = 80)

Motywy	Wiek							
	<18		18–25		26–40		41–60	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Zwyczaj rodzinny	2	4,44	4	7,14	–	–	1	2,44
Marzenia z dzieciństwa	5	11,11	5	8,93	8	18,60	8	19,51
Zamiłowanie do koni	16	35,56	20	35,71	16	37,21	14	34,15
Chęć kontaktu z naturą	6	13,33	7	12,50	5	11,63	5	12,20
Podtrzymanie kondycji	3	6,67	3	5,36	3	6,98	3	7,32
Aktywny wypoczynek	8	17,78	11	19,64	7	16,28	5	12,20
Zaimponowanie innym	3	6,67	1	1,79	2	4,65	2	4,88
Poznanie nowych osób	–	–	4	7,14	–	–	–	–
Zaspokojenie ciekawości	2	4,44	1	1,79	2	4,65	1	2,44
Wyrobienie charakteru	–	7,14	–	–	–	–	2	4,88
Razem	45	100,00	56	100,00	43	100,00	41	100,00

Uwaga: ze względu na możliwość wielokrotnego wyboru N ≠ 100%.

Tabela 2

Motywy podejmowania jazdy konnej a miejsce zamieszkania badanych (n = 80)

Motywy	Miejsce zamieszkania			
	miasto		wieś	
	N	%	N	%
Zwyczaj rodzinny	4	5,00	3	3,75
Marzenia z dzieciństwa	8	10,00	18	22,50
Zamiłowanie do koni	28	35,00	38	47,50
Chęć kontaktu z naturą	15	18,75	8	10,00
Podtrzymanie kondycji	9	11,25	3	3,75
Aktywny wypoczynek	24	30,00	8	10,00
Zaimponowanie innym	4	5,00	4	5,00
Poznanie nowych osób	3	3,75	1	1,25
Zaspokojenie ciekawości	4	5,00	2	2,50
Wyrobienie charakteru	1	1,25	1	1,25
Razem	100	125,00	86	107,50

Uwaga: ze względu na możliwość wielokrotnego wyboru N ≠ 100%.

Tabela 3

Motywy podejmowania jazdy konnej a wykształcenie badanych (n = 80)

Motywy	Wykształcenie							
	podstawowe		zawodowe		średnie		wyższe	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Zwyczaj rodzinny	1	1,25	1	1,25	1	1,25	4	5
Marzenia z dzieciństwa	3	3,75	4	5,00	4	5	15	18,75
Zamiłowanie do koni	14	17,50	5	6,25	6	7,5	41	51,25
Chęć kontaktu z naturą	6	7,50	3	3,75	4	5	10	12,50
Podtrzymanie kondycji	1	1,25	2	2,50	3	3,75	6	7,50
Aktywny wypoczynek	6	7,50	2	2,50	7	8,75	17	21,25
Zaimponowanie innym	2	2,50	1	1,25	3	3,75	2	2,50
Poznanie nowych osób	0	0,00	3	3,75	0	0	1	1,25
Zaspokojenie ciekawości	1	1,25	2	2,50	3	3,75	0	0,00
Wyrobienie charakteru	1	1,25	0	0,00	0	0	1	1,25
Razem	35	43,70	23	28,75	31	38,75	97	121,50

Uwaga: ze względu na możliwość wielokrotnego wyboru N ≠ 100%.

Tabela 4

Motywy podejmowania jazdy konnej a stan cywilny badanych (n = 80)

Motywy	Stan cywilny			
	wolny		małżeński	
	N	%	N	%
Zwyczaj rodzinny	3	3,75	4	5,00
Marzenia z dzieciństwa	14	17,50	12	15,00
Zamiłowanie do koni	47	58,75	19	23,75
Chęć kontaktu z naturą	14	17,50	9	11,25
Podtrzymanie kondycji	9	11,25	3	3,75
Aktywny wypoczynek	18	22,50	14	17,50
Zaimponowanie innym	6	7,50	2	2,50
Poznanie nowych osób	3	3,75	1	1,25
Zaspokojenie ciekawości	5	6,25	1	1,25
Wyrobienie charakteru	1	1,25	1	1,25
Razem	120	150	66	82,5

Uwaga: ze względu na możliwość wielokrotnego wyboru N ≠ 100%.

Tabela 5

Bariery utrudniające częstsze podejmowanie jazdy konnej
a miejsce zamieszkania badanych (n = 80)

Bariery	Miejsce zamieszkania			
	miasto		wieś	
	N	%	N	%
Brak przeszkód	11	13,75	5	6,25
Środki finansowe	11	13,75	14	17,50
Odległość od stajni	5	6,25	2	2,50
Brak czasu wolnego	26	32,50	9	11,25
Bariera zdrowotna	1	1,25	4	5,00
Razem	54	67,50	34	42,50

Uwaga: ze względu na możliwość wielokrotnego wyboru $N \neq 100\%$.

Tabela 6

Bariery utrudniające częstsze podejmowanie jazdy konnej
a wykształcenie badanych (n = 80)

Bariery	Wykształcenie							
	podstawowe		zawodowe		średnie		wyższe	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Brak przeszkód	4	5,0	2	2,50	3	3,75	7	8,75
Środki finansowe	8	10,0	3	3,75	4	5,00	10	12,50
Odległość od stajni	0	0,0	2	2,50	0	0,00	5	6,25
Brak czasu wolnego	6	7,5	4	5,00	6	7,50	19	23,70
Bariera zdrowotna	0	0,0	2	2,50	0	0,00	3	3,75
Razem	18	22,5	13	16,25	13	16,25	44	55,00

Uwaga: ze względu na możliwość wielokrotnego wyboru $N \neq 100\%$.

Tabela 7

Bariery utrudniające częstsze podejmowanie jazdy konnej
a stan cywilny badanych (n = 80)

Bariery	Stan cywilny			
	wolny		małżeński	
	N	%	N	%
Brak przeszkód	11	13,75	5	6,25
Środki finansowe	7	8,75	18	22,50
Odległość od stajni	4	5,00	3	3,75
Brak czasu wolnego	14	17,50	21	26,25
Bariera zdrowotna	2	2,50	3	3,75
Razem	38	47,50	50	62,50

Uwaga: ze względu na możliwość wielokrotnego wyboru N ≠ 100%.

Tabela 8

Korzyści z uprawiania jazdy konnej a wiek badanych (n = 80)

Korzyści z uprawiania jazdy konnej	Wiek							
	< 18		18–25		26–40		41–60	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Przyjemność	20	20	14	12,17	11	12,79	16	20,78
Zdrowie	5	5	7	6,09	6	6,98	4	5,19
Zgrabna sylwetka	2	2	6	5,22	2	2,33	–	–
Nauka dyscypliny i odpowiedzialności	5	5	11	9,57	9	10,47	9	11,69
Nauka cierpliwości i wytrwałości	11	11	10	8,70	13	15,12	11	14,29
Satysfakcja	12	12	17	14,78	12	13,95	6	7,79
Niezapomniane przeżycia	16	16	15	13,04	10	11,63	7	9,09
Relaks psychiczny	8	8	14	12,17	13	15,12	16	20,78
Zrozumienie koni	10	10	12	10,43	8	9,30	6	7,79
Poznanie ludzi o tej samej pasji	11	11	9	7,83	2	2,33	2	2,60
Razem	100	100	115	100,00	86	100,00	77	100,00

Uwaga: ze względu na możliwość wielokrotnego wyboru N ≠ 100%.

3. Dyskusja

W ostatnich latach oferta jeździecka w Polsce bardzo się poszerzyła. Jazdę konno praktykować można zarówno w wielkich miastach, jak i na ich obrzeżach. Ośrodki świadczą usługi rekreacyjne dostępne dla wszystkich. Taką możliwość stwarzają zarówno małe gospodarstwa agroturystyczne, jak i większe ośrodki jeździeckie¹⁷.

Uprawianie jeździectwa w czasie wolnym posiada zróżnicowane podłoże. Według J. Gracza i T. Sankowskiego¹⁸ aktywność rekreacyjna ma charakter polimotywacyjny. Rekreację zwykle determinują całe zespoły motywów. Można jednak przyjąć założenie, iż w strukturze motywacji aktywnych zachowań rekreacyjnych można wyróżnić motyw dominujący, który najsilniej warunkuje formę aktywności ludzkiej.

Analiza materiału wskazuje na występowanie wspólnych motywów dla wszystkich uczestników jazdy konnej. Z przeprowadzonych badań własnych wynika, że głównym powodem podejmowania tej formy aktywności jest zamiłowanie do koni (82,5%). Efekt emocjonalnego związku, powstający podczas kontaktu człowieka z koniem, przekłada się na szybsze postępy w uczeniu się techniki jeździeckiej¹⁹. Na drugim miejscu wśród argumentów podjęcia jazdy konnej znajduje się chęć aktywnego wypoczynku (40%). Powszechnie wiadomo, że wypocinek aktywny wpływa na poprawę sprawności fizycznej i psychicznej. Pozostałe motywy to realizacja marzeń z dzieciństwa związanych z jeździectwem (32,5%), chęć kontaktu z naturą (28,75%) oraz chęć podtrzymania bądź poprawiania kondycji (15%). Jazda konna, podobnie jak inne dyscypliny, wpływa pozytywnie na ludzki organizm. Ćwiczone mięśnie grzbietu, mięśnie brzucha i pośladków wpływają na korygowanie wad postawy oraz profilaktykę schorzeń kręgosłupa. Rytmiczność ruchów konia pomaga w zaburzeniach równowagi i działa przeciwskurczowo w stanach spastycznych²⁰. Dodatkowo przebywanie w czystym, cichym, pełnym różnych gatunków roślin i zwierząt środowisku naturalnym wywiera korzystny wpływ na odnowę sił fizycznych oraz stan psychiczny człowieka. Taka forma spędzania czasu wolnego pozwala zachować dobrą kondycję i wydolność dzięki dotlenieniu i wyciszeniu organizmu²¹.

¹⁷ M. Jarzębowska, *Hajda na koń...*, s. 5.

¹⁸ J. Gracz, T. Sankowski, *Psychologia w rekreacji i turystyce*, AWF, Poznań 2001, s. 117–126.

¹⁹ J. Grobelny, *Specyfika rekreacyjnej jazdy konnej...*, s. 116.

²⁰ Ibidem.

²¹ I. Gedl-Pieprzycza, *Prozdrowotne walory...*, s. 252–264.

Badania własne korespondują z wynikami A. Barskiej i J. Grobelnego²². Autorzy analizowali grupę studentów Uniwersytetu Wrocławskiego uprawiającą jazdę konno w ramach zajęć wychowania fizycznego i fakultetów. W opinii większości (66,6%) studentów również zamiłowanie do koni miało istotny wpływ na ich decyzję o wyborze jeździectwa jako formy aktywności ruchowej. Mniej niż połowa (45,7%) badanych oświadczyła, iż jeździ dla przyjemności i odpoczynku. Niewiele mniej, bo 41,7%, studentów ujawniło, że to marzenia z dzieciństwa skłoniły ich do spróbowania jazdy konnej.

W badaniach opublikowanych przez I. Gedl-Pieprzycę²³ także potwierdzono wspólne motywy dla wszystkich uczestników jeździectwa. Badanie przeprowadzone zostało na terenie Krakowa wśród osób w wieku od 25. do 56. lat, jeżdżących rekreacyjnie konno w kilku ośrodkach jeździeckich oraz prywatnych stajniach, od 2 do 6 razy w tygodniu, przez okres dłuższy niż 2 lata. Ponadto badanie wykazało, że w motywacji uprawiania sportów rekreacyjnych wśród ludzi młodych powtarzają się motywy hedonistyczne, zdrowotne i kompensacyjne. Wraz z wiekiem rośnie rola motywów zdrowotnych. W przeprowadzonych badaniach własnych stwierdzono, że motywy podejmowania jazdy konnej są niezależne statystycznie od wieku badanych.

Według Zdebskiego rekreacyjna jazda konna zaspokaja potrzebę: relaksu, odpoczynku, aktywności fizycznej, członkownstwa oraz akceptacji. Jeździectwo daje możliwość zapoznania nowych ludzi. U sporej części osób jeżdżących dostrzeżono pragnienie przeżycia silnych doznań emocjonalnych, jak również radości z uprawiania jazdy konnej. Autor, opierając się na badaniach dotyczących także innych sportów rekreacyjnych, sformułował przypuszczenie, że dyscypliny rozgrywane w przestrzeni, zakładające kontakt człowieka z naturą, wymagające pokonywania barier wewnętrznych, dają możliwość zaspokajania wielu różnorodnych potrzeb²⁴.

Z przeprowadzonych badań własnych wynika, że najczęściej wskazana została korzyść psychiczna, jaką jest odczucie przyjemności związane z obcowaniem z koniem (76,25%). Również ważny okazał się odpoczynek psychiczny

²² A. Barska, J. Grobelny, *Jeździectwo, jako forma aktywności ruchowej studentów Uniwersytetu Wrocławskiego*, w: *Hotelarstwo, gastronomia, turystyka i rekreacja w procesie integracji europejskiej*, red. W. Siwiński, Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii, Poznań 2004, s. 283–292.

²³ I. Gedl-Pieprzyca, *Prozdrowotne walory...*, s. 252–264.

²⁴ J. Grobelny, *Specyfika rekreacyjnej jazdy konnej...*, s. 116.

(63,75%) od problemów i zmartwień dnia codziennego. Dzięki jeździectwu respondenci doznają niezapomnianych przeżyć (60%). Badani podkreślają uczucie satysfakcji (58,75%) towarzyszące etapom zaawansowania w jeździe konnej. Zbliżony odsetek badanych (56,25%) wskazał na pozytywny efekt psychologiczny w postaci nauki cierpliwości i wytrwałości, jaką daje praca z końmi. Respondenci podkreślili także głębsze korzyści wynikające z nauki jeździectwa, takie jak zrozumienie koni (45%). Bardzo ważne jest, aby pracując z koniem, wykorzystywać jego cechy psychiczne w naturalny sposób, czyli nie walczyć ze zwierzęciem, ale współpracować. W szczególności w treningu ujeżdżeniowym powinno się dążyć do harmonii z koniem, a nie do ustawienia konia poprzez przełamanie go na siłę.

Jazda konna nie tylko daje wiele przyjemności, lecz także modyfikuje charakter jeźdźcy²⁵. Jeździectwo i kontakt z koniem mogą kształcić takie cechy, jak: punktualność, sumiennność, spostrzegawczość, dbałość o kondycję fizyczną, umiejętność pracy w grupie, dobrą organizację czasu oraz asertywność i umiejętność obrony własnego systemu wartości²⁶. Potwierdzają to badania własne, gdzie w opinii co drugiej osoby (42,5%) korzyścią z jeździectwa jest nauka dyscypliny i odpowiedzialności.

Istnieje jednak wiele barier w podejmowaniu systematycznej jazdy konnej. Przeprowadzone badania własne potwierdzają ich występowanie. Analiza materiału wykazała, że główną przeszkodą ograniczającą jazdę konno u prawie połowy badanych jest brak czasu wolnego. Większość stadnin zlokalizowana jest w strefie podmiejskiej, co wydłuża czas dojazdu. Sama jazda konna przeważnie trwa od 1 do 1,5 godziny. Dodatkowo potrzebny jest czas na przygotowanie konia do pracy, tj. zabiegi pielęgnacyjne konia przed jazdą, siodłanie oraz rozsiadłanie i pielęgnacja po jeździe. U mniej doświadczonych osób wspomniane zabiegi mogą trwać do godziny²⁷.

Na drugim miejscu znajduje się bariera ekonomiczna (31,25%). Jest to jedna z poważniejszych przeszkód, podobnie jak w przypadku wielu innych, droższych dyscyplin rekreacyjnych²⁸. Mimo iż rekreacyjna jazda konna, bez wielkich ambicji sportowych, staje się dostępna dla osób o przeciętnych dochodach, gdzie godzina jazdy to koszt w granicach 30–40 złotych²⁹, jeździectwo wciąż jeszcze

²⁵ A. Wyżnikiewicz-Nawracała, *Jeździectwo w rozwoju motorycznym...*, s. 7.

²⁶ H.A. Jędrzejczak, *Harcerskie Drużyny...*, s. 5.

²⁷ J. Grobelny, *Specyfika rekreacyjnej jazdy konnej...*, s. 116.

²⁸ Ibidem.

²⁹ L. Wojtasik, R. Tauber, *Nowoczesna turystyka...*

ma w Polsce opinię rozrywki elitarnej i bardzo kosztownej. Potwierdza to opinia badanych, spośród których 80% uważa ją za drogą formę aktywności ruchowej.

Podsumowanie

1. W badanej grupie osób uprawiających rekreacyjnie jazdę konno zaobserwowano zdecydowanie większy udział kobiet, najczęściej w wieku 18–40 lat, z wykształceniem wyższym.

2. Podstawowym motywem uprawiania rekreacyjnej jazdy konnej jest zamiłowanie do koni, a barierami utrudniającymi jej częstsze podejmowanie – brak czasu wolnego oraz ograniczenia finansowe.

3. Miejsce zamieszkania respondentów ma wpływ na motywy podejmowania jazdy konnej oraz na bariery utrudniające jej częstsze podejmowanie.

4. Mimo iż rekreacyjna jazda konna jest dostępna dla osób o przeciętnych dochodach, jeździectwo w Polsce nadal postrzegane jest jako kosztowne.

Literatura

- Barska A., Grobelny J., *Jeździectwo, jako forma aktywności ruchowej studentów Uniwersytetu Wrocławskiego*, w: *Hotelarstwo, gastronomia, turystyka i rekreacja w procesie integracji europejskiej*, red. W. Siwiński, Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii, Poznań 2004, s. 283–292.
- Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej, *Konkluzje Rady i przedstawicieli rządów państw członkowskich zebranych w Radzie z dnia 27 listopada 2012 r. w sprawie propagowania aktywności fizycznej sprzyjającej zdrowiu*, 2012/C 393/07, s. 22.
- Gedl-Pieprzycza I., *Prozdrowotne walory rekreacji jeździeckiej*, w: *Rekreacja ruchowa w edukacji i promocji zdrowia*, red. Z. Kubińska, D. Nałęcka, t. 1, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Papieża Jana Pawła II, Instytut Turystyki i Rekreacji, Biała Podlaska 2009, s. 252–264.
- Gracz J., Sankowski T., *Psychologia w rekreacji i turystyce*, AWF, Poznań 2001.
- Grobelny J., *Specyfika rekreacyjnej jazdy konnej*, w: *Sport dla wszystkich – wybrane dyscypliny*, red. T. Wolański, J. Lisowska, PTNKF, Warszawa 1997, s. 116.
- Grzybowski M., *Narodowy Program Rozwoju Hodowli Koni i Jeździectwa*, Hippica Pro Patria 2006.
- Jarzębowska M., *Hajda na koń – ośrodki jeździeckie i stadniny w Polsce*, Sport i Turystyka – Muza SA, Warszawa 2010.
- Jeczeń W., *Jeździectwo, nie tylko dla jeździectwa*, „Lider” 2009, nr 4, s. 4–7.

- Jędrzejczak H.A., *Harcerskie Drużyny Jeździeckie*, Wydawnictwo Marron Editio, Związek Harcerstwa Polskiego, Warszawa 2008.
- PN-EN 13158, *Odzież ochronna – Kurtki ochronne, ochraniacze ciała i ochraniacze barków dla uprawiających jeździectwo: dla jeźdźców i osób pracujących przy koniach oraz dla osób powożących końmi – Wymagania i metody badań*, Polski Komitet Normalizacyjny 2010.
- Salita J., *Jeździectwo jako forma turystyki aktywnej*, w: *Turystyka aktywna: turystyka kwalifikowana: I Ogólnopolska Konferencja Naukowo-Metodyczna, Iława 23–24 października 1998 r.* (zbiór materiałów pokonferencyjnych), red. T. Łobozewicz, R. Kogut, DrukTur, Warszawa 1999.
- Sołoma L., *Metody i techniki badań socjologicznych*, WSP, Olsztyn 2005.
- Wojtasik L., Tauber R., *Nowoczesna turystyka i rekreacja*, Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii, Poznań 2007.
- Wyżnikiewicz-Nawracała A., *Jeździectwo w rozwoju motorycznym i psychospołecznym osób niepełnosprawnych*, Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu, Gdańsk 2002.

DETERMINANTS OF PARTICIPATION IN RECREATIONAL RIDING

Summary

Horse riding is a form of sport, recreation and tourism and the treatment of exceptional and specific. The aim of this study was to identify the determinants of participation in recreational riding. To achieve the objectives of this study survey, which showed that recreational horse riding mostly women, mostly aged 18–40 years. The primary motive is to make riding a passion for horses, a willingness to leisure activities, the realization of a childhood dream and a desire to commune with nature. The main barrier to the practice of riding is the lack of free time and financial constraints. The vast majority of respondents as the most important benefit of equestrian indicated feeling of pleasure associated with intercourse with a horse and mental relaxation. Themes take horseback riding and the benefits of the practice are independent of the age of the riders.

Keywords: horse riding, recreation, horsemanship

Translated by Tomasz Maciulewicz