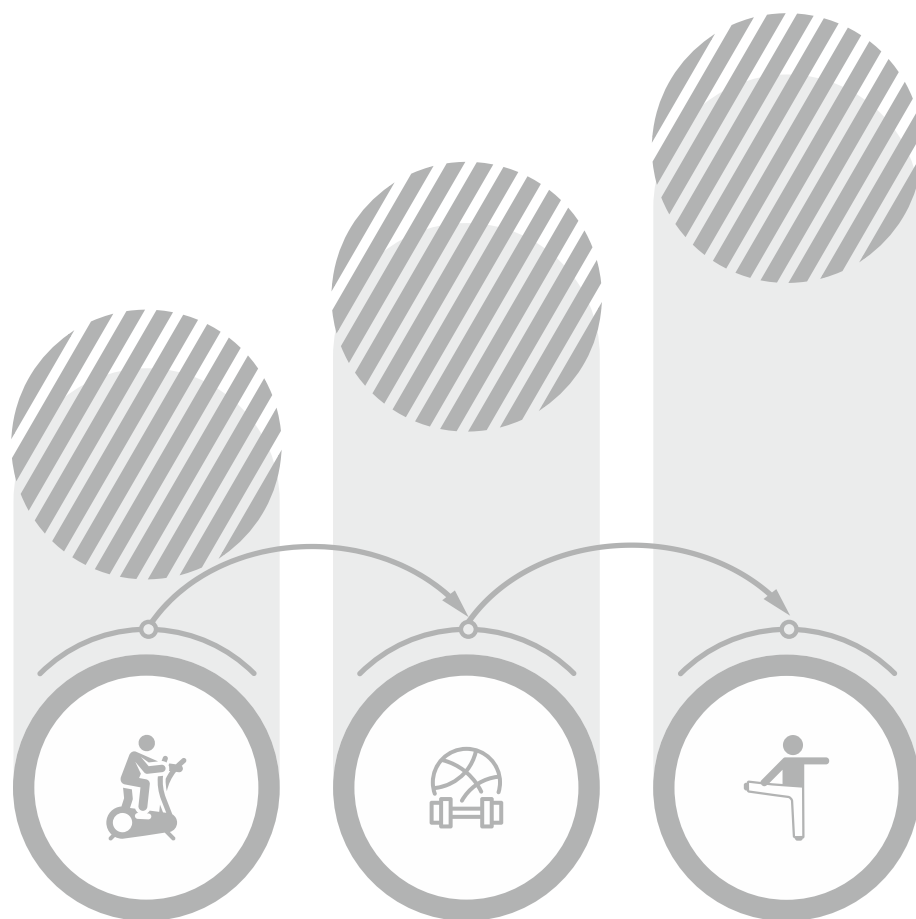


# Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej w 2021 r.

Participation in sport and recreational activities in 2021



## **Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej w 2021 r.**

Participation in sport and recreational activities in 2021

Główny Urząd Statystyczny Statistics Poland  
Urząd Statystyczny w Rzeszowie Statistical Office in Rzeszów

Warszawa, Rzeszów 2022

**Opracowanie merytoryczne**

Content-related works

Urząd Statystyczny w Rzeszowie, Ośrodek Statystyki Sportu i Turystyki, Ośrodek Inżynierii Danych  
Statistical Office in Rzeszów, Centre for Sport and Tourism Statistics, Centre for Data Engineering

pod kierunkiem

supervised by

Marka Cierpień-Wolana

**Zespół autorski**

Editorial team

Agnieszka Giemza, Ewa Malinowska, Monika Pokrzywa, Justyna Rak

**Tłumaczenie**

Translation

Mirosław Koszela

**Skład i opracowanie graficzne**

Typesetting and graphics

Wojciech Inglot, Daniel Koprowicz

ISBN 978-83-66466-99-9

**Publikacja dostępna na stronie**

Publications available on website

<https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/kultura-turystyka-sport/>

**Przy publikowaniu danych GUS prosimy o podanie źródła**

When publishing Statistics Poland data — please indicate the source

## Przedmowa

Niniejsza publikacja zawiera analizę informacji uzyskanych w piątej edycji badania ankietowego „Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej” przeprowadzonego przez Główny Urząd Statystyczny w październiku 2021 r. na próbie gospodarstw domowych biorących udział w badaniu budżetów gospodarstw domowych.

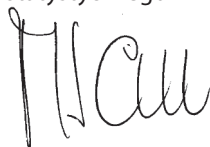
Wyniki badania są ważnym elementem kompleksowej oceny uczestnictwa ludności w sporcie i rekreacji ruchowej. Stopień uczestnictwa i jego formy mogą być interesującym wskaźnikiem poziomu życia społeczeństwa oraz zmian, jakie zaszły w tej dziedzinie w ciągu minionych pięciu lat od ostatniego badania poświęconego tej tematyce, szczególnie w okresie, kiedy obowiązywały obostrzenia związane z pandemią COVID-19.

Publikacja składa się zarówno z części analitycznej, jak i tabelarycznej. W części analitycznej zaprezentowano dane o wydatkach gospodarstw domowych na cele sportowe i rekreacyjne, a także informacje o wyposażeniu gospodarstw w sprzęt sportowy i wydatkach poniesionych na jego zakup. Opracowanie zawiera również ocenę sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych i posiadanych przez nich umiejętności związanych ze sportem i rekreacją ruchową. Prezentowana analiza przedstawia ponadto motywy uprawiania sportu i rekreacji ruchowej oraz przyczyny nieuczestniczenia w aktywności fizycznej. Zamieszczono w niej również charakterystykę uczestnictwa w zajęciach, zawodach i imprezach sportowych i rekreacji ruchowej oraz obozach sportowych i sportowo-rekreacyjnych. Podobnie jak w poprzedniej edycji, w publikacji zawarto informacje o udziale osób niepełnosprawnych w tego rodzaju zajęciach, co stanowi ważne uzupełnienie obrazu uczestnictwa mieszkańców Polski w zajęciach sportowo-rekreacyjnych.

Oddając do rąk Państwa kolejne opracowanie z zakresu „Uczestnictwa w sporcie i rekreacji ruchowej” mamy przekonanie, że zawarty w nim zestaw informacji statystycznych dotyczących tematyki uczestnictwa w sporcie i rekreacji ruchowej, okaże się użyteczny. Równocześnie składamy serdeczne podziękowania wszystkim, bez których badanie nie mogłoby być zrealizowane, przede wszystkim respondentom, którzy zechcieli na udzielenie odpowiedzi poświęcić swój czas.


Autorzy publikacji będą również wdzięczni za przesłanie dodatkowych uwag i sugestii zmierzających do udoskonalenia i wzbogacenia następnych opracowań z tego obszaru tematycznego.

Dyrektor  
Urzędu Statystycznego w Rzeszowie



dr Marek Cierpiał-Wolan

Prezes  
Głównego Urzędu Statystycznego



dr Dominik Rozkrut

## Preface

This publication analyses information obtained in the fifth edition of the survey "Participation in sport and recreational activities" conducted by Statistics Poland in October 2021 on a sample of households participating in the Household Budget Survey.

The results of the survey are an important element of a comprehensive assessment of the population's participation in sport and recreational activities. The degree of participation and its forms can be an interesting indicator of the standard of living of the population and the changes that took place in this field in the last five years since the last survey devoted to this topic, especially during the period when the COVID-19 pandemic restrictions were in force.

The publication consists of both analytical and tabular parts. The analytical part presents data about household expenditure on sports and recreational purposes, as well as information about equipment in households and expenditure on the purchase of sports equipment. The study also includes an assessment of physical fitness of household members and their skills related to sport and recreational activities. Moreover, the presented analysis presents motives for practising sport and recreational activities, as well as reasons for not participating in physical activity. It also includes characteristics of participation in sports competitions and events and recreational activities as well as sports or sports and recreational camps. As in the previous edition, the publication includes information on the participation of persons with disabilities in such activities, which is an important addition to the picture of Poles' participation in sports and recreational activities.

In handing over to you the next study on "Participation in sport and recreational activities", we are convinced that the set of statistical information it contains on the subject of participation in sport and recreational activities will prove useful. At the same time we would like to express our sincere thanks to all without whom this study would not have been possible, especially the respondents who were willing to provide answers and devote their time.


The authors of the publication would also appreciate receiving additional comments and suggestions aimed at improving and enriching further studies in this thematic area.

Director  
of the Statistical Office in Rzeszów



Marek Cierpień-Wolan, Ph.D.

President  
Statistics Poland



Dominik Rozkrut, Ph.D.

Rzeszów, July 2022

# Spis treści

## Contents

Przedmowa . . . . .	3
Preface . . . . .	4
Spis tablic . . . . .	7
List of tables . . . . .	7
Spis wykresów . . . . .	8
List of charts . . . . .	8
Objaśnienia znaków umownych Skróty . . . . .	12
Symbols. Abbreviations. . . . .	12
Synteza . . . . .	13
Executive summary . . . . .	17
Rozdział 1. Charakterystyka badanej zbiorowości . . . . .	21
Chapter 1. Characteristics of the surveyed population . . . . .	21
1.1. Charakterystyka gospodarstw domowych . . . . .	21
1.1.Characteristics of households . . . . .	21
1.2.Charakterystyka członków gospodarstw domowych . . . . .	25
1.2.Characteristics of household members . . . . .	25
Rozdział 2. Wydatki gospodarstw domowych na sport i rekreację ruchową . . . . .	31
Chapter 2. Household expenditure on sport and recreational activities . . . . .	31
2.1.Wydatki gospodarstw domowych na zakup odzieży sportowej, wypożyczenie, konserwację i utrzymanie sprzętu sportowego oraz udział w zajęciach i obozach sportowych i rekreacji ruchowej . . . . .	31
2.1.Household expenditure on the purchase of sports clothing, rental and maintenance of sports equipment as well as participation in sports activities and camps and in recreational activities . . . . .	31
2.2.Wydatki gospodarstw domowych na zakup sprzętu sportowego . . . . .	39
2.2.Household expenditure on the purchase of sports equipment . . . . .	39
Rozdział 3. Wyposażenie gospodarstw domowych w sprzęt sportowy . . . . .	41
Chapter 3. Household sports equipment. . . . .	41
Rozdział 4. Sprawność fizyczna członków gospodarstw domowych . . . . .	47
Chapter 4. Physical fitness of household members . . . . .	47
4.1. Ocena ogólnej sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych . . . . .	47
4.1.Assessment of general physical fitness of household members . . . . .	47
4.2.Samoocena sprawności fizycznej a uczestnictwo w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej . . . . .	52
4.2.Self-assessment of fitness and participation in sports and recreational activities . . . . .	52
Rozdział 5. Uwarunkowania uczestnictwa w sporcie i rekreacji ruchowej członków gospodarstw domowych . . . . .	55
Chapter 5. Determinants of participation in sport and recreational activities of household members . . . . .	55
5.1. Motywy uprawiania sportu lub rekreacji ruchowej . . . . .	55
5.1.Reasons for practising sport or recreational activities . . . . .	55

5.2.Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej . . . . .	59
5.2.Reasons for non-participation in sport or recreational activities . . . . .	59
5.3.Przyczyny sporadycznego uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej . . . . .	63
5.3.Reasons for occasional participation in sport or recreational activities . . . . .	63
5.4.Charakter wykonywanej pracy członków gospodarstw domowych a uczestnictwo w sporcie lub rekreacji ruchowej . . . . .	66
5.4.Nature of work performed by household members and participation in sports or recreational activities . . . . .	66
Rozdział 6. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w sporcie i rekreacji ruchowej . . . .	69
Chapter 6. Participation of household members in sport and recreational activities . . . . .	69
6.1. Posiadane umiejętności związane z uprawianiem sportu lub rekreacji ruchowej . . . .	69
6.1.Skills related to practising sport or recreational activities . . . . .	69
6.2.Uczestnictwo w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej . . . . .	72
6.2.Participation in sports or recreational activities . . . . .	72
6.3.Uczestnictwo w zawodach i imprezach sportowych lub rekreacji ruchowej . . . . .	81
6.3.Participation in sports competitions and events or recreational activity . . . . .	81
6.4.Uczestnictwo w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych . . . . .	84
6.4.Participation in sports or sports and recreational camps . . . . .	84
Uwagi metodologiczne. . . . .	87
Methodological notes. . . . .	94

## Spis tablic

### List of tables

Tablica 1. Gospodarstwa domowe według liczby osób w gospodarstwie w 2021 r. ....	21
Table 1. Households by the number of persons in the household in 2021 .....	21
Tablica 2. Realizacja badania – wywiady przeprowadzone w 2021 r. ....	25
Table 2. Survey implementation – completed interviews in 2021 .....	25
Tablica 3. Realizacja badania – wywiad indywidualny w 2021 r. ....	26
Table 3. Survey implementation – personal interviews in 2021 .....	26
Tablica 4. Członkowie gospodarstw domowych według grup społeczno-ekonomicznych i płci w 2021 r. ....	28
Table 4. Household members by socio-economic group and sex in 2021 .....	28
Tablica 5. Gospodarstwa domowe ponoszące wydatki na sport i rekreację ruchową według grup społeczno-ekonomicznych .....	33
Table 5. Households incurring expenditure on sport and recreational activities by socio-economic group .....	33
Tablica 6. Gospodarstwa domowe ponoszące wydatki na sport i rekreację ruchową według wielkości gospodarstwa domowego .....	35
Table 6. Households incurring expenditure on sport and recreational activities by size of household .....	35
Tablica 7. Gospodarstwa domowe ponoszące wydatki na sport i rekreację ruchową według miejsca zamieszkania .....	37
Table 7. Households incurring expenditure on sport and recreational activities by the place of residence .....	37
Tablica 8. Gospodarstwa domowe ponoszące wydatki na sport i rekreację ruchową według grup kwintylowych .....	38
Table 8. Households incurring expenditure on sport and recreational activities by quintile groups .....	38
Tablica 9. Gospodarstwa domowe posiadające sprzęt sportowy według liczby osób w gospodarstwie .....	42
Table 9. Households with sports equipment by the number of persons in the household .....	42
Tablica 10. Gospodarstwa domowe posiadające sprzęt sportowy według miejsca zamieszkania w 2021 r. ....	43
Table 10. Households with sports equipment by the place of residence in 2021 .....	43
Tablica 11. Subiektywna ocena sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych według wieku w 2021 r. ....	48
Table 11. Subjective assessment of fitness of household members by age in 2021 .....	48
Tablica 12. Subiektywna ocena sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych według uczestnictwa w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej .....	54
Table 12. Subjective assessment of fitness of household members by participation in sports or recreational activities .....	54
Tablica 13. Wybrane przyczyny sporadycznego uczestnictwa w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według wykształcenia i płci w 2021 r. ....	65
Table 13. Selected reasons for occasional participation in sports or recreational activities by education and sex in 2021 .....	65
Tablica 14. Granice grup kwintylowych według dochodu rozporządzalnego na 1 osobę za 2021 r. (w 3 kwartale) .....	87
Table 14. Boundaries of quintile groups by available income per capita in 2021 (in the third quarter) .....	94



## Spis wykresów

### List of charts

Wykres 1.	Gospodarstwa domowe według grup społeczno-ekonomicznych i liczby osób w gospodarstwie w 2021 r. ....	22
Chart 1.	Households by socio-economic group and the number of persons in the household in 2021 .....	22
Wykres 2.	Gospodarstwa domowe według grup społeczno-ekonomicznych i miejsca zamieszkania w 2021 r. ....	23
Chart 2.	Households by socio-economic group and the place of residence in 2021 .....	23
Wykres 3.	Gospodarstwa domowe według grup kwintylowych w 2021 r. ....	24
Chart 3.	Households by quintile group in 2021 .....	24
Wykres 4.	Gospodarstwa domowe według występowania osób niepełnosprawnych w 2021 r. ....	24
Chart 4.	Households by the presence of people with disabilities in 2021 .....	24
Wykres 5.	Członkowie gospodarstw domowych według miejsca zamieszkania w 2021 r. ....	26
Chart 5.	Household members by the place of residence in 2021 .....	26
Wykres 6.	Członkowie gospodarstw domowych według wieku i miejsca zamieszkania w 2021 r. ....	27
Chart 6.	Household members by age and the place of residence in 2021 .....	27
Wykres 7.	Członkowie gospodarstw domowych według płci i miejsca zamieszkania w 2021 r. ....	28
Chart 7.	Household members by sex and the place of residence in 2021 .....	28
Wykres 8.	Członkowie gospodarstw domowych według stanu cywilnego w 2021 r. ....	29
Chart 8.	Household members by marital status in 2021 .....	29
Wykres 9.	Członkowie gospodarstw domowych według poziomu najwyższego ukończonego wykształcenia w 2021 r. ....	29
Chart 9.	Household members by the level of highest completed education in 2021 .....	29
Wykres 10.	Członkowie gospodarstw domowych według poziomu najwyższego ukończonego wykształcenia i miejsca zamieszkania .....	30
Chart 10.	Household members by the level of highest completed education and the place of residence .....	30
Wykres 11.	Członkowie gospodarstw domowych według poziomu najwyższego ukończonego wykształcenia i płci .....	30
Chart 11.	Household members by the level of highest completed education and sex .....	30
Wykres 12.	Wydatki na sport i rekreację ruchową w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe .....	32
Chart 12.	Expenditure on sport and recreational activities per household .....	32
Wykres 13.	Wydatki na sport i rekreację ruchową w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe według grup społeczno-ekonomicznych w 2021 r. ....	34
Chart 13.	Expenditure on sport and recreational activities per household by socio-economic group in 2021 .....	34
Wykres 14.	Wydatki na sport i rekreację ruchową w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe według miejsca zamieszkania w 2021 r. ....	36
Chart 14.	Expenditure on sport and recreational activities per household by the place of residence in 2021 .....	36
Wykres 15.	Wydatki na sport i rekreację ruchową w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe według grup kwintylowych w 2021 r. ....	39
Chart 15.	Expenditure on sport and recreational activities per household by quintile groups in 2021 .....	39

Wykres 16. Gospodarstwa domowe ponoszące wydatki na zakup wybranego sprzętu sportowego ...	40
Chart 16. Households incurring expenditure on the purchase of selected sports equipment .....	40
Wykres 17. Sprzęt sportowy w gospodarstwach domowych według miejsca zamieszkania w 2021 r.	44
Chart 17. Sports equipment in households by the place of residence in 2021 .....	44
Wykres 18. Gospodarstwa domowe posiadające sprzęt sportowy według grup kwintylowych w 2021 r. ....	45
Chart 18. Households with sports equipment by quintile group in 2021 .....	45
Wykres 19. Subiektywna ocena sprawności członków gospodarstw domowych według płci w 2021 r.	47
Chart 19. Subjective assessment of fitness of household members by sex in 2021 .....	47
Wykres 20. Subiektywna ocena sprawności członków gospodarstw domowych według wykształcenia w 2021 r. ....	49
Chart 20. Subjective assessment of fitness of household members by education in 2021 .....	49
Wykres 21. Subiektywna ocena sprawności członków gospodarstw domowych według stanu cywilnego w 2021 r. ....	50
Chart 21. Subjective assessment of fitness of household members by marital status in 2021 .....	50
Wykres 22. Subiektywna ocena sprawności członków gospodarstw domowych według charakteru wykonywanej pracy w 2021 r. ....	51
Chart 22. Subjective assessment of fitness of household members by nature of the work performed in 2021 .....	51
Wykres 23. Subiektywna ocena sprawności członków gospodarstw domowych według miejsca zamieszkania w 2021 r. ....	51
Chart 23. Subjective assessment of fitness of household members by the place of residence in 2021	51
Wykres 24. Subiektywna ocena sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych według uczestnictwa w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r. ....	52
Chart 24. Subjective assessment of fitness of household members by participation in sports or recreational activities in 2021 .....	52
Wykres 25. Subiektywna ocena sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych a uczestnictwo w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według płci w 2021 r. ....	53
Chart 25. Subjective assessment of fitness of household members and participation in sports or recreational activities by age in 2021 .....	53
Wykres 26. Motywy uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej w 2021 r. ....	55
Chart 26. Reasons for participation in sport or recreational activities in 2021 .....	55
Wykres 27. Motywy uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej według wieku w 2021 r. ....	56
Chart 27. Reasons for participation in sport or recreational activities by age in 2021 .....	56
Wykres 28. Motywy uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej według wykształcenia w 2021 r.	57
Chart 28. Reasons for participating in sport or recreational activities by education in 2021 .....	57
Wykres 29. Motywy uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej według stanu cywilnego i płci w 2021 r. ....	58
Chart 29. Reasons for participation in sport or recreational activities by marital status and age in 2021 .....	58
Wykres 30. Motywy uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej według miejsca zamieszkania w 2021 r. ....	59
Chart 30. Reasons for participation in sport or recreational activities by the place of residence in 2021 .....	59
Wykres 31. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej w 2021 r. ....	60
Chart 31. Reasons for non-participation in sport or recreational activities in 2021 .....	60

Wykres 32. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej według wieku w 2021 r. ....	61
Chart 32. Reasons for non-participation in sport or recreational activities by age in 2021 .....	61
Wykres 33. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej według wykształcenia w 2021 r. ....	62
Chart 33. Reasons for non-participation in sport or recreational activities by education in 2021 .....	62
Wykres 34. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej osób niepełnosprawnych w 2021 r. ....	63
Chart 34. Reasons for non-participation in sport or recreational activities of persons with disabilities in 2021 .....	63
Wykres 35. Przyczyny sporadycznego uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej w 2021 r. ....	64
Chart 35. Reasons for occasional participation in sport or recreational activities in 2021 .....	64
Wykres 36. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według charakteru wykonywanej pracy w 2021 r. ....	66
Chart 36. Participation of household members in sports or recreational activities by the nature of work performed in 2021 .....	66
Wykres 37. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej według charakteru wykonywanej pracy w 2021 r. ....	67
Chart 37. Reasons for non-participation in sport or recreational activities by the nature of work performed in 2021 .....	67
Wykres 38. Przyczyny sporadycznego uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej według charakteru wykonywanej pracy w 2021 r. ....	68
Chart 38. Reasons for occasional participation in sport or recreational activities by the nature of the performed in 2021 .....	68
Wykres 39. Wybrane deklarowane umiejętności członków gospodarstw domowych według płci w 2021 r. ....	69
Chart 39. Selected declared skills of household members by sex in 2021 .....	69
Wykres 40. Wybrane deklarowane umiejętności członków gospodarstw domowych według wieku w 2021 r. ....	70
Chart 40. Selected declared skills of household members by age in 2021 .....	70
Wykres 41. Wybrane deklarowane umiejętności członków gospodarstw domowych według wykształcenia w 2021 r. ....	71
Chart 41. Selected declared skills of household members by education in 2021 .....	71
Wykres 42. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r. ....	72
Chart 42. Participation of household members in sports or recreational activities in 2021 .....	72
Wykres 43. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według wieku .....	73
Chart 43. Participation of household members in sports or recreational activities by age .....	73
Wykres 44. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według wykształcenia .....	74
Chart 44. Participation of household members in sports or recreational activities by education .....	74
Wykres 45. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według miejsca zamieszkania .....	74
Chart 45. Participation of household members in sports or recreational activities by the place of residence .....	74

Wykres 46. Uczestnictwo niepełnosprawnych członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według stopnia niepełnosprawności w 2021 r. ....	75
Chart 46. Participation of household members with disabilities in sports or recreational activities by the level of disability in 2021 .....	75
Wykres 47. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w wybranych formach aktywności według płci w 2021 r. ....	76
Chart 47. Participation of household members in sports or recreational activities in selected forms of activity by sex in 2021 .....	76
Wykres 48. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w wybranych formach aktywności według miejsca zamieszkania w 2021 r. ....	77
Chart 48. Participation of household members in sports or recreational activities in selected forms of activity by the place of residence in 2021 .....	77
Wykres 49. Częstotliwość uczestnictwa członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r. ....	78
Chart 49. Frequency of participation of household members in sports or recreational activities in 2021 .....	78
Wykres 50. Systematyczne uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według płci w 2021 r. ....	79
Chart 50. Regular participation of household members in sports or recreational activities by sex in 2021 .....	79
Wykres 51. Przeciętny czas dojazdu/dojścia na zajęcia sportowe lub rekreacji ruchowej w obie strony w 2021 r. ....	80
Chart 51. Average round-trip commuting time/walking time to sports or recreational activities in 2021 .....	80
Wykres 52. Miejsce uczestnictwa członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r. ....	80
Chart 52. Place of participation of household members in sports or recreational activities in 2021 ...	80
Wykres 53. Przeciętny czas trwania zajęć sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r. ....	81
Chart 53. Average duration of sports or recreational activities in 2021 .....	81
Wykres 54. Uczestnictwo ćwiczących członków gospodarstw domowych w zawodach i imprezach sportowych lub rekreacji ruchowej według wieku w 2021 r. ....	82
Chart 54. Participation of practising household members in sports competitions and events or recreational activity by age in 2021 .....	82
Wykres 55. Uczestnictwo ćwiczących członków gospodarstw domowych w zawodach i imprezach sportowych lub rekreacji ruchowej według wybranych form aktywności w 2021 r. ....	83
Chart 55. Participation of practising household members in sports competitions and events or recreational activity by selected forms of activity in 2021 .....	83
Wykres 56. Uczestnictwo ćwiczących członków gospodarstw domowych w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych według wybranych form aktywności w 2021 r. ....	85
Chart 56. Participation of practising household members in sports or sports and recreational camps by selected forms of activity in 2021 .....	85

## Objaśnienia znaków umownych

### Symbols

Symbol Symbol	Opis Description
Kreska (-)	zjawisko nie wystąpiło magnitude zero
Kropka (.)	oznacza: brak informacji, konieczność zachowania tajemnicy statystycznej lub że wypełnienie pozycji jest niemożliwe albo niecelowe data not available, classified data (statistical confidentiality) or providing data impossible or purposeless
„W tym” „Of which”	oznacza, że nie podaje się wszystkich składników sumy indicates that not all elements of the sum are given
Comma (,)	used in figures represents the decimal point
(0,0)	zjawisko istniało w wielkości mniejszej od 0,05 magnitude not zero, but less than 0.05 of a unit
Uwaga Note	Liczby względne (wskaźniki, odsetki) obliczono na podstawie danych bezwzględnych wyrażonych z większą dokładnością niż podano w tablicach. Ze względu na zaokrąglenia danych, w niektórych przypadkach sumy składników mogą się nieznacznie różnić od podanych wielkości „ogółem”. Liczby te są poprawne pod względem merytorycznym. Relative numbers (indicators, percentages) were calculated on the basis of absolute data expressed with more accuracy than it was given in the tables. Due to the rounding of data, in some cases sums of components may slightly differ from the amount given in the item “total”. Those numbers are correct with regard to their factual content.

## Ważniejsze skróty

### Main abbreviations

Skrót Abbreviation	Znaczenie Meaning
tys.	tysiąc thousand
zł PLN	złoty złoty
p.proc. pp	punkt procentowy percentage point
r.	rok year
SKS	Szkolne Koło Sportowe School Sports Club
UKS	Uczniowski Klub Sportowy Student Sports Club

## Synteza

### Charakterystyka badanej zbiorowości

Analiza gospodarstw domowych wykazała, że w 2021 r. w miastach znajdowało się 67,4% gospodarstw. Co czwarte gospodarstwo składało się z dwóch osób (w 2016 r. – 25,7%). W 2021 r. gospodarstw jednoosobowych, podobnie jak i w 2016 r., było 24,0%. W badanej zbiorowości gospodarstw domowych przeważały dwie grupy społeczno-ekonomiczne: gospodarstwa pracowników, które w 2021 r. stanowiły 55,1% ogółu gospodarstw domowych (w 2016 r. – 52,9%) oraz gospodarstwa emerytów stanowiące 28,7% (w 2016 r. – 27,0%). Najmniejszą grupę w badaniach uczestnictwa w sporcie i rekreacji ruchowej stanowiły gospodarstwa domowe utrzymujące się z niezarobkowych źródeł. W 2021 r. było ich zaledwie 1,8% (w 2016 r. – 3,4%). Biorąc pod uwagę klasę miejscowości zamieszkania, okazuje się, że ponad połowa gospodarstw (w miastach – 55,0% i na wsi – 55,2%) to gospodarstwa pracowników (w 2016 r. odpowiednio 53,8% i 51,0%). Najmniejszą grupą w miastach była grupa gospodarstw rolników (0,1%), a na wsi rencistów i utrzymujących się z niezarobkowych źródeł (po 2,4%). Struktury te były podobne jak w poprzedniej edycji badania. W przypadku obecności w gospodarstwach domowych osób posiadających orzeczenie o stopniu niepełnosprawności zaobserwowano, że występowały one w 13,1% gospodarstw (spadek o 7,5 p.proc. w stosunku do 2016 r.).

Ponad 60% członków gospodarstw domowych mieszkało w miastach. Biorąc pod uwagę strukturę wiekową członków gospodarstw domowych, odsetek dzieci i młodzieży w wieku 5 do 19 lat nie zmienił się w porównaniu do poprzedniego badania i wyniósł 15,8% ogółu członków gospodarstw domowych. Osoby młode, mieszczące się w przedziale wiekowym 20–39 lat, stanowiły 28,2% wszystkich respondentów (w 2016 roku – 31,2%), a osoby w wieku 40–59 lat – 28,8% (w 2016 roku – 28,5%). Udział osób 60-letnich i starszych był większy o 2,6 p.proc. niż w edycji z 2016 r. i wyniósł 27,1%. W zbiorowości członków gospodarstw domowych kobiety stanowiły, tak jak w poprzedniej edycji badania – 51,8%. Przewaga liczebna kobiet występowała zarówno w miastach, jak i na wsi. Największą grupę, biorąc pod uwagę stan cywilny, stanowiły osoby pozostające w związku małżeńskim – 53,7% (w poprzedniej edycji badania – 51,6%). Najmniejszy odsetek badanych stanowiły natomiast osoby rozwiedzione – 0,2% (w 2016 r. – 0,3%). Osoby posiadające wykształcenie średnie i policealne stanowiły 32,3% członków gospodarstw domowych, a wyższe – 23,9%. W porównaniu z wynikami badania z 2016 r. liczba tych osób zwiększyła się odpowiednio o 1,1 p.proc. i o 6,3 p.proc. Zmniejszyła się natomiast liczba członków gospodarstw domowych posiadających wykształcenie zasadnicze zawodowe/branżowe (o 3,1 p.proc.) i podstawowe (o 2,0 p.proc.), osiągając odpowiednio 21,6% i 20,4%. Wśród członków gospodarstw domowych osoby niepełnosprawne stanowiły 5,5%. W poprzedniej edycji badania posiadanie orzeczenia o niepełnosprawności deklarowało około 9% osób.

### Wydatki gospodarstw domowych na sport i rekreację ruchową

W 2021 r. na zakup odzieży sportowej, wypożyczenie, konserwację i utrzymanie sprzętu sportowego oraz udział w zajęciach i obozach sportowych i rekreacji ruchowej wydatki poniosło 39,6% gospodarstw domowych. Odsetek ten był o 7,5 p.proc. niższy w porównaniu z 2016 r. Najwięcej gospodarstw domowych poniosło wydatki na zakup odzieży sportowej (29,7%). Podobny odsetek odnotowano w 2016 r., w którym wydatki na ten cel wykazało 31,0% gospodarstw. Na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (bez kosztów dojazdu) wydatki poniosło 25,9% gospodarstw (w 2016 r. – 35,2%), a na wypożyczenie, konserwację lub utrzymanie sprzętu sportowego – 10,1% (w 2016 r. – 12,4%). Najmniej gospodarstw domowych wykazało ponoszenie kosztów na udział w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych – 2,4% (w 2016 r. – 4,0%).

W strukturze opisywanych wydatków w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe najwyższa kwota przeznaczana była na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej i wyniosła 493 zł. W 2016 r., mimo że odsetek gospodarstw ponoszących wydatki na ten cel był o ponad 9 p.proc. wyższy, kwota ta wyniosła 280 zł. Na zakup odzieży (w przeliczeniu na 1 gospodarstwo) w 2021 r. przeznaczono 151 zł (w 2016 r. – 109 zł), na wypożyczenie, konserwację lub utrzymanie sprzętu sportowego – 40 zł (w 2016 r. – 26 zł), a na udział w obozach sportowych i sportowo-rekreacyjnych – 32 zł (w 2016 r. – 43 zł).

Rozpatrując wydatki przeznaczane na opisywane cele sportowe i rekreacyjne wyłącznie w grupie gospodarstw domowych, które je poniosły, okazuje się, że w 2021 r. przeciętna wydawana przez nie kwota to 1807 zł. Było to prawie dwukrotnie więcej niż w 2016 r. (973 zł). Wydatki te najczęściej przeznaczane były na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (1897 zł). W 2016 r. wydatki na ten cel w przeliczeniu na 1 gospodarstwo je ponoszące wyniosły 796 zł i znalazły się na drugim miejscu, po wydatkach na udział w obozach sportowych i sportowo-rekreacyjnych (1072 zł). W 2021 r. przeciętne opłaty związane z udziałem w obozach opiewały na kwotę 1358 zł. Na zakup odzieży sportowej przeznaczono 509 zł (w 2016 r. – 350 zł), a na wypożyczenie, konserwację lub utrzymanie sprzętu sportowego – 397 zł (w 2016 r. – 212 zł).

W miastach wydatki na cele sportowe i rekreacyjne poniosło 42,2% gospodarstw, na wsi natomiast – 34,3%. W 2016 r. wartości te wyniosły odpowiednio 50,0% i 41,0%. Najwięcej gospodarstw domowych zarówno w miastach, jak i na wsi poniosło wydatki związane z zakupem odzieży sportowej (odpowiednio 31,3% i 26,2%). W przeliczeniu na 1 gospodarstwo w miastach wydano 829 zł (w 2016 r. – 549 zł), a na terenach wiejskich – 482 zł (w 2016 r. – 270 zł).

Na zakup sprzętu sportowego w 2021 r. wydatki poniosło 18,6% gospodarstw domowych. Odsetek ten był o 5,1 p.proc. mniejszy w porównaniu z 2016 r. Najwięcej gospodarstw domowych (8,5%) poniosło wydatki na zakup roweru (w 2016 r. – 10,1%). Piłki do gier zespołowych nabyło 3,8% gospodarstw i było to o 2,3 p.proc. mniej niż w 2016 r. Powyżej 1% gospodarstw w 2021 r. zakupiło również sprzęt wędkarski, łyżworolki, deskorolki lub wrotki, sprzęt do ćwiczeń siłowych oraz sanki.

Kwota wydana na sprzęt sportowy w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe wyniosła 154 zł. Była ona o prawie 50% wyższa w porównaniu z analogicznymi wydatkami poniesionymi przez gospodarstwa domowe w 2016 r. Najwięcej wydano na zakup roweru – 92 zł. Również w 2016 r. rower był najczęściej kupowanym sprzętem sportowym, a kwota wydana na jego zakup wyniosła 55 zł.

## Wyposażenie gospodarstw domowych w sprzęt sportowy

W 2021 r. sprzęt sportowy posiadało 85,0% gospodarstw (o 1,8 p.proc. więcej niż w 2016 r.).

Najpopularniejszym wyposażeniem był rower, który znajdował się w 79,2% gospodarstw domowych (w 2016 r. – 72,2%).

Posiadaniem piłki do gier zespołowych (do piłki nożnej, siatkówki, koszykówki i in.) mogło pochwalić się 36,6% gospodarstw, a sanek – 33,4%. Do popularnego wyposażenia należały również łyżworolki, deskorolka i wrotki (25,7%) oraz sprzęt do ćwiczeń siłowych (18,6%). Wśród rzadziej spotykanego wyposażenia, podobnie jak w 2016 r., było to, które wiąże się z uprawianiem kosztowniejszych sportów. Sprzęt do nurkowania posiadało 1,8% gospodarstw (w 2016 r. – 1,2%), do wspinaczki – 1,0% (w 2016 r. – 0,8%) a do windsurfingu i kitesurfingu, tak jak w 2016 r., 0,4%.

## Sprawność fizyczna członków gospodarstw domowych

W 2021 r. bardzo dobrą i dobrą kondycję fizyczną zadeklarowało (w subiektywnej ocenie) 65,7% osób (w 2016 r. – 59,8%), w tym jako osoby bardzo sprawne oceniło się 22,0% członków gospodarstw domowych (tj. o 1,5 p.proc. więcej niż w 2016 r.). Osób uznających swoją kondycję fizyczną jako złą lub bardzo złą było 7,8%. W porównaniu z 2016 r. odsetek ten zmniejszył się o 4,7 p.proc. Mężczyźni częściej niż kobiety oceniali swoją kondycję fizyczną jako bardzo dobrą lub dobrą (70,1% wobec 61,7%). Więcej mieszkańców wsi (68,0%) niż miast (64,4%) deklarowało wysoką sprawność fizyczną.

Ponad 50% osób regularnie uczestniczących w zajęciach swoją sprawność oceniło jako bardzo dobrą, 38,4% jako dobrą, 9,8% – średnią, a 1,5% – złą i bardzo złą. Wśród kobiet regularnie uczestniczących w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej 44,3% wskazało, że cieszy się bardzo dobrą kondycją fizyczną, 42,3% – dobrą, a 2,0% odpowiedziało, że złą i bardzo złą.

Swoją sprawność fizyczną jako bardzo dobrą i dobrą oceniło odpowiednio 55,2% i 35,2% mężczyzn deklarujących regularne uczestnictwo w zajęciach. Żaden z nich nie ocenił swojej kondycji jako bardzo złej.

## Uwarunkowania uczestnictwa w sporcie i rekreacji ruchowej członków gospodarstw domowych

Mieszkańcy Polski jako motywy uprawiania sportu lub rekreacji ruchowej najczęściej wskazywali przyjemność i rozrywkę, którymi kierowało się 65,0% osób (67,5% mężczyzn i 62,3% kobiet). W poprzedniej edycji badania był to również główny motyw uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej. W 2016 r. wybrało go 58,5% badanych (62,2% mężczyzn oraz 55,0% kobiet). Istotnym czynnikiem była chęć utrzymania kondycji fizycznej oraz zachowania właściwej sylwetki, na co wskazało 39,8% mężczyzn i 41,0% kobiet. Co czwarty mieszkaniec Polski uznał, że uprawia sport lub rekreację ruchową dla zdrowia lub ze względu na zalecenie lekarza, przy czym częściej dotyczyło to kobiet – 27,3% niż mężczyzn – 21,9%. W poprzedniej edycji badania respondenci w takiej samej kolejności wskazywali ważność motywów uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej. W 2021 r. motyw uprawiania sportu związany z rozrywką i przyjemnością przeważał we wszystkich grupach wiekowych mieszczących się w przedziale 5–59 lat. W najmłodszych grupach (5–9 oraz 10–14 lat) odpowiedź tę wskazało odpowiednio 82,4% i 76,9%. Wraz z wiekiem odsetek osób, które kierowały się tym motywem stopniowo malał, głównie na rzecz zdrowia i ze względu na zalecenie lekarza. W grupie 60-latków i starszych zdrowie przeważało nad rozrywką o 3,6 p.proc. Również bez względu na poziom wykształcenia najistotniejszym motywem podejmowania aktywności fizycznej było odczuwanie przyjemności i rozrywka. Jednak wraz ze wzrostem poziomu wykształcenia malało znaczenie tego motywu. W grupie osób z wykształceniem podstawowym i bez wykształcenia odsetek ćwiczących dla przyjemności wyniósł 76,0%, zasadniczym zawodowym lub zasadniczym branżowym – 64,7%, a w grupie legitymujących się wykształceniem wyższym – 59,4%.

Podobnie jak w poprzednich latach, dla około 30% osób najpoważniejszą przyczyną nieuczestniczenia w zajęciach sportowych był brak wolnego czasu. Powód ten częściej dotyczył mężczyzn – 33,3% (w 2016 r. – 34,7%) niż kobiet – 26,9% (w 2016 r. – 26,4%). Drugą poważną przeszkodą był brak zainteresowania, chęci podejmowania wysiłku fizycznego lub preferowanie biernego wypoczynku – 22,9% (w 2016 r. – 19,1%). Wskazywali ją zarówno mężczyźni – 23,2%, jak i kobiety – 22,7% (w 2016 r. odpowiednio 19,9% i 18,4%). Równie istotną przeszkodą okazał się wiek, który wskazało 17,1% respondentów (w 2016 r. – 13,7%). Kobiety częściej niż mężczyźni deklarowały go jako przyczynę nieuczestniczenia w sporcie i rekreacji ruchowej (kobiety – 19,6%, mężczyźni – 14,2%). Prawie 11% osób nie uprawiało sportu ze względu na stan zdrowia i przeciwwskazania lekarza. Pozostałe bariery (w tym: zmęczenie – 5,4%, obostrzenia związane z pandemią COVID-19 – 4,2%, brak organizatora zajęć lub odpowiednich obiektów w pobliżu miejsca zamieszkania – 3,2%) dotyczyły mieszkańców Polski znacznie rzadziej. W grupie osób najmłodszych (5–9 lat) główną przeszkodą był brak organizatora zajęć lub odpowiednich obiektów w pobliżu miejsca zamieszkania – 32,0% (w 2016 r. – 21,8%). Dzieci i młodzież z grup wiekowych 10–14 i 15–19 lat wskazały jako główną barierę brak zainteresowania lub chęci do aktywnego spędzania wolnego czasu – odpowiednio 28,1% i 44,9%. Respondenci w wieku 20–59 lat jako najważniejszy powód nieuczestniczenia w zajęciach sportowych wskazali brak wolnego czasu (47,2%), a osoby 60-ladne i starsze w ponad 40% zadeklarowały, że główną przyczyną ich nieuczestniczenia w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej był wiek.

## Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w sporcie i rekreacji ruchowej

Najczęściej deklarowaną przez mieszkańców Polski posiadaną umiejętnością była jazda na rowerze – 95,9% osób określiło się, że ją posiada. Było to o 3,1 p.proc. więcej niż w 2016 r. Zarówno wśród kobiet (95,5%), jak i mężczyzn (96,4%) umiejętność ta była wykazywana najczęściej. Na kolejnych miejscach kobiety wykazywały umiejętności w jeździe na sankach (73,5%), tańcu (66,0%) oraz pływaniu (58,4%). Mężczyźni, oprócz jazdy na rowerze, często deklarowali również umiejętności: gry w piłkę nożną (83,9%), pływania (75,4%) oraz jazdy na sankach (75,1%). Ponad 50% z nich posiadało także umiejętności w grze w szachy lub warcaby (60,9%) oraz w innych popularnych grach zespołowych, takich jak siatkówka (59,1%) i koszykówka (51,9%). Również ponad połowa kobiet posiadała umiejętności w grze w szachy lub warcaby (51,8%), ale umiejętności w grach zespołowych nie były wśród nich już tak popularne – deklarowała je mniej niż połowa kobiet.

W okresie od 1.10.2020 r. do 30.09.2021 r. w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej uczestniczyło 38,8% osób (36,7% kobiet i 41,0% mężczyzn). W porównaniu z poprzednią edycją badania zaobserwowa-



no spadek liczby osób aktywnych fizycznie o 7,6 p.proc. Jednak warto zauważyć, że był to czas, w którym na prowadzących działalność sportową, rozrywkową i rekreacyjną nakładane były obostrzenia związane z panującą pandemią COVID-19. Utrudniony był również dostęp do obiektów sportowych. Uczestników, którzy w zajęciach sportowych brali udział regularnie było 20,6% (w 2016 r. – 21,7%). Spośród nich 37,6% ćwiczyło regularnie, ale tylko poza okresami obowiązywania obostrzeń związanych z pandemią COVID-19. Mężczyźni częściej niż kobiety deklarowali regularny udział w zajęciach (23,1% wobec 18,1%). Więcej kobiet (18,5%) niż mężczyźni (17,9%) uczestniczyło w zajęciach sporadycznie.

Podobnie jak w 2016 r. najbardziej aktywne były osoby w wieku 10–14 lat – 69,3% z nich brało udział w zajęciach (w 2016 r. – 82,2%). Powyżej 60% osób uczestniczyło w zajęciach również w grupach wiekowych 5–9 lat i 15–19 lat. Wraz z wiekiem aktywność fizyczna spadała. Wśród osób w wieku 20–29 lat odsetek uczestnictwa wyniósł 47,2% (w 2016 r. – 59,3%). Odsetek osób aktywnych w grupie wiekowej 30–49 lat wyniósł również ponad 40%, ale już w grupie 50–69 lat – poniżej 30%. Najmniej aktywne były osoby w wieku powyżej 70 lat – w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej uczestniczyło tylko 15,5% osób.

Aktywność fizyczną podejmowało 43,2% mieszkańców miast (najwięcej w dużych miastach, o liczbie mieszkańców 500 tys. i więcej – 51,6%). Regularnie ćwiczyło w nich 24,3% osób. Uczestnictwo w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej deklarowało natomiast tylko 31,8% mieszkańców wsi (regularnie 14,6%). W porównaniu z poprzednią edycją badania odsetek osób aktywnych w miastach zmniejszył się o 6,1 p.proc. (ćwiczących regularnie wzrósł o 0,2 p.proc.), a na wsi o 10,3 p.proc. (ćwiczących regularnie spadł o 3,4 p.proc.).

Najpopularniejszą aktywnością sportową, jaką zadeklarowali uczestnicy zajęć sportowych była jazda na rowerze (64,8% osób, w 2016 r. – 71,5%). Zarówno wśród ćwiczących kobiet, jak i mężczyzn ponad 60% uprawiało ten sport. Spośród osób jeżdżących na rowerze 6,4% wykazywało tę aktywność tylko w okresach, kiedy nie obowiązywały obostrzenia związane z pandemią COVID-19. Popularnym sportem było również pływanie, które uprawiało 34,2% (w 2016 r. – 39,8%) uczestników zajęć sportowych (30,4% kobiet i 37,9% mężczyzn). Spośród nich 22,4% uprawiało ten sport tylko w okresach nieobowiązywania obostrzeń covidowych. W ogólnorozwojowych zajęciach sportowych i poprawiających kondycję fizyczną (m.in. spacerów rekreacyjnych, skakanie na skakance, ćwiczenia na rowerze stacjonarnym, trenerze) uczestniczyło 25,5% osób (9,5% z nich tylko w okresach nieobowiązywania obostrzeń). W porównaniu z 2016 r. popularność tej aktywności wzrosła o 12,8 p.proc. Oprócz ww. form uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej kobiety często wybierały aerobik, fitness i gimnastykę (25,1%) oraz jogging i nordic walking (19,2%), natomiast mężczyźni grę w piłkę nożną (28,3%) oraz sporty siłowe i kulturystykę (12,1%).

W 2021 r. uczestnictwo w zawodach i imprezach sportowych lub rekreacji ruchowej zadeklarowało 16,3% osób (17,6% mężczyzn i 14,8% kobiet). Wśród osób systematycznie uczestniczących w zajęciach odsetek ten był wyższy i wyniósł 18,0%. Mieszkańcy miast częściej (16,8%) brali udział w zawodach i imprezach niż mieszkańcy wsi (15,1%). Udział w opisywanych wydarzeniach najpopularniejszy był wśród mieszkańców miast o liczbie ludności 20–99 tys. (22,4% uczestniczących). Ćwiczący członkowie gospodarstw domowych najczęściej brali udział w zawodach lub imprezach rowerowych (20,2%). Popularne były również rozgrywki w piłkę nożną (14,0%), pływanie (11,1%) oraz ogólnorozwojowe zajęcia ruchowe i poprawiające kondycję fizyczną (10,5%). Mężczyźni najczęściej uczestniczyli w rozgrywkach piłki nożnej (22,8%), a kobiety w zawodach rowerowych (22,9%).

W okresie objętym badaniem spośród osób, które brały udział w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w obozach uczestniczyło 2,2% osób (1,9% kobiet i 2,5% mężczyzn). W 2016 r. odsetek ten wyniósł 2,5% (1,6% kobiet i 3,4% mężczyzn). Spośród osób wyjeżdżających na obozy 75,3% stanowili mieszkańcy miast. Uczestnikami obozów najczęściej były osoby młode, mające do 19 lat – 83,6% (w tym w wieku 10–14 lat – 47,4%). Najwięcej osób wyjeżdżało na obozy jeden raz w badanym okresie (86,2%, w 2016 r. – 77,7%). Największą popularnością cieszyły się obozy piłki nożnej (34,6% wszystkich obozów wskazanych przez respondentów). Na kolejnych miejscach znalazły się obozy rowerowe (15,2%), sportów walki (7,4%), ogólnorozwojowych zajęć ruchowych i poprawiających kondycję fizyczną (6,1%) oraz tańca (5,0%). W 2016 r. również najwięcej obozów dotyczyło piłki nożnej (33,2%), a następnie sportów walki (11,4%), tańca (9,0%) i koszykówki (6,7%).

## Executive summary

### Characteristics of the surveyed population

Analysis of households showed that 67.4% of households in 2021 were located in urban areas. One in four households consisted of two persons (in 2016 – 25.7%). In 2021, as in 2016, single-person households accounted for 24.0%. Two socio-economic groups predominated in the surveyed community of households: households of employees, which in 2021 accounted for 55.1% of all households (in 2016 – 52.9%), and households of retirees accounting for 28.7% (in 2016 – 27.0%). The quantitatively smallest group in the survey of participation in sport and recreational activities were households of persons living on unearned sources. They accounted for only 1.8% in 2021 (3.4% in 2016). Taking into account the class of place of residence, it turns out that more than half of the households (in urban areas – 55.0% and in rural areas – 55.2%) are households of employees (in 2016 – 53.8% and 51.0%, respectively). The smallest group in cities was the group of households of farmers (0.1%), and in rural areas, households of retirees and of persons living on unearned sources (2.4% each). These structures were similar to those in the previous edition of the survey. In the case of the presence in households of persons with a disability certificate, it was observed that they were present in 13.1% of households (a decrease of 7.5 pp compared to 2016).

More than 60% of household members lived in urban areas. Comparing household members by age, it can be stated that the percentage of children and young people aged between 5 and 19 was, as in the previous survey, 15.8% of all household members. Young people falling into the 20–39 age bracket accounted for 28.2% of all respondents (31.2% in 2016), and those aged 40–59 accounted for 28.8% (28.5% in 2016). The share of those aged 60 and over was 2.6 pp higher than in the 2016 edition, at 27.1%. In terms of household composition, household members, women accounted for 51.8%, as in the previous edition of the survey. The numerical predominance of women occurred in both urban and rural areas. The largest group, taking into consideration marital status, were married people – 53.7% (51.6% in the previous edition of the survey). On the other hand, the smallest percentage of respondents were divorced – 0.2% (in 2016 – 0.3%). Persons with secondary and post-secondary education constituted 32.3% of household members, and with higher education 23.9%. Compared to the results of the 2016 survey, the number of these persons increased by 1.1 pp and 6.3 pp respectively. However, the number of household members with basic vocational/sectoral vocational education (by 3.1 pp) and primary education (by 2.0 pp) decreased, reaching 21.6% and 20.4% respectively. Among household members, persons with disabilities constituted 5.5%. In previous editions of the survey, approximately 9% of people declared that they had a disability certificate.

### Household expenditure on sport and recreational activities

In 2021, expenditure was incurred by 39.6% of households on the purchase of sports clothing, rental and maintenance of sports equipment and participation in sports and classes and camps and recreational activities. This percentage was 7.5 pp lower compared to 2016. Most households incurred expenditure on the purchase of sportswear (29.7%). A similar percentage was recorded in 2016, with 31.0% of households reporting expenditure for this purpose. 25.9% of households incurred expenditure on participation in sport classes recreational activities (excluding travel costs) (35.2% in 2016), and 10.1% incurred expenditure on the rental and maintenance of sports equipment (12.4% in 2016). The fewest households reported incurring costs for participation in sports or sports and recreational camps – 2.4% (in 2016 – 4.0%).

In the structure of the described expenditure per 1 household, the highest amount was spent on participation in sports classes recreational activities and amounted to PLN 493. In 2016, although the percentage of households incurring expenditure for this purpose was more than 9 pp higher, this amount was PLN 280. For the purchase of clothing (per household) in 2021, PLN 151 was allocated (in 2016 – PLN 109), for the rental and maintenance of sports equipment – PLN 40 (in 2016 – PLN 26), and for participation in sports and sports and recreational camps – PLN 32 (in 2016 – PLN 43).

Considering expenditure on the described sports and recreational purposes only in the group of households that incurred them, it turns out that in 2021 the average amount spent by them is PLN 1807. This

was almost twice as much as in 2016 (PLN 973). These expenses were most often spent on participation in sports and recreational activities (PLN 1897). In 2016, expenditures for this purpose per household incurring them amounted to PLN 796 and were in second place, after expenditures for participation in sports and sports and recreational camps (PLN 1072). In 2021, the average fees associated with participation in camps amounted to PLN 1358. The purchase of sports clothing amounted to PLN 509 (in 2016 – PLN 350), and the rental, maintenance or upkeep of sports equipment amounted to PLN 397 (in 2016 – PLN 212).

In urban areas, 42.2% of households incurred expenditure for sports and recreational purposes, while in rural areas it was 34.3%. In 2016, these values were 50.0% and 41.0% respectively. The largest number of households in both urban and rural areas incurred expenses related to the purchase of sportswear (31.3% and 26.2% respectively). Per household, PLN 829 was spent in urban areas (PLN 549 in 2016) and PLN 482 in rural areas (PLN 270 in 2016).

For the purchase of sports equipment, 18.6% of households incurred expenditure in 2021. This percentage was 5.1 pp lower compared to 2016. The largest number of households (8.5%) incurred expenditure on the purchase of a bicycle (in 2016 – 10.1%). Balls for team games were purchased by 3.8% of households and this was 2.3 pp less than in 2016. More than 1% of households in 2021 also purchased fishing equipment, rollerblades, skateboards or skates, fitness equipment and sledge.

The amount spent on sports equipment per household was PLN 154. It was almost 50% higher compared to the corresponding expenditure incurred by households in 2016. Most of this amount (59.7%) was spent on a bicycle (PLN 92). Also in 2016, the bicycle was the most frequently purchased sports equipment, and the amount spent on its purchase accounted for 53.4% of the total expenditure.

## Household sports equipment

In 2021, 85.0% of households owned sports equipment (1.8 pp more than in 2016).

The most popular piece of equipment was a bicycle, which was in 79.2% of households (72.2% in 2016).

Ownership of a ball for team games (football, volleyball, basketball, etc.) was reported by 36.6% of households, and a sledge by 33.4%. Other popular equipment included rollerblades, skateboard or skates (25.7%) and fitness equipment (18.6%). Among the less common equipment, as in 2016, was that associated with more expensive sports. Diving equipment was owned by 1.8% of households, by 1.8% (in 2016 – 1.2%) climbing equipment by 1.0% (in 2016 – 0.8%) and windsurfing and kitesurfing equipment, as in 2016, by 0.4% of households.

## Physical fitness of household members

Very good and good physical condition was declared (in a subjective assessment) by 65.7% of people (59.8% in 2016), of which 22.0% of household members rated themselves as very fit (i.e. 1.5 pp more than in 2016). Those considering their physical condition as bad or very bad were 7.8%. Compared to 2016, this percentage decreased by 4.7 pp. Men were more likely than women to rate their physical condition as very good or good (70.1% compared to 61.7% of women). More rural (68.0%) than urban (64.4%) residents declared high physical fitness.

Over 50% of those regularly participating in activities rated their fitness as very good, 38.4% as good, 9.8% as average, and 1.5% as bad and very bad. Among women regularly participating in sports or recreational activities, 44.3% indicated that they enjoyed very good fitness, 42.3% good fitness, and 2.0% responded that they enjoyed bad and very bad fitness.

Physical fitness was assessed as very good and good by 55.2% and 35.2% of men, respectively, who declared regular participation in activities. None of them assessed their fitness as very bad.

## Determinants of participation in sport and recreational activities of household members

Poles most often indicated pleasure and entertainment as the motives for practising sport or recreational activities, which were indicated by 65.0% of people – 67.5% of men and 62.3% of women. In the previous edition of the survey, this was also the main motive for participating in sport or recreational activities. In 2016, it was chosen by 58.5% of respondents – 62.2% of men and 55.0% of women. An important factor was the desire to keep fit and maintain a good body shape, which was indicated by 39.8% of men and 41.0% of women. Every fourth Pole stated that he or she practices sports or recreational activities for health reasons or due to a doctor's recommendation, and this was more often the case with women – 27.3%, than men – 21.9%. In the previous edition of the study, respondents in the same order indicated the importance of the motives for participating in sport or recreational activities. The motive of practising sport associated with entertainment and pleasure prevailed in all age groups within the range of 5–59 years. In the youngest groups (5–9 and 10–14 years), this answer was indicated by 82.4% and 76.9% respectively. With age, the percentage of those who were motivated by this motive gradually decreased, mainly in favour of health and due to doctor's recommendations. In the group of 60 year olds and older, health outweighed entertainment by 3.6 pp. Also, regardless of the level of education, feeling pleasure and entertainment were the most important motives for undertaking physical activity. However, as the level of education increased, the importance of this motive decreased. In the group of people with primary education and no education, the percentage of those exercising for pleasure was 76.0%, in the group with basic vocational or sectoral vocational education – 64.7%, and in the group with higher education – 59.4%.

As in previous years, for about 30% of people the most serious barrier to participation in sport activities was lack of free time. This reason more often concerned men – 33.3% (in 2016 – 34.7%) than women – 26.9% (in 2016 – 26.4%). The second major obstacle was lack of interest, desire to undertake physical activity or preference for passive leisure activities – 22.9% (in 2016 – 19.1%). This was indicated by both men – 23.2% and women – 22.7% (in 2016 19.9% and 18.4% respectively). Age proved to be an equally important obstacle, indicated by 17.1% of respondents (previously 13.7%). Women more often than men declared it as the reason for not participating in sport and recreational activities (women – 19.6%, men – 14.2%). Almost 11% did not participate in sport due to health condition and doctor's contraindications. Other barriers (including: fatigue – 5.4%, restrictions related to the COVID-19 pandemic – 4.2%, lack of an activity organiser or appropriate facilities near the place of residence – 3.2%) affected Poles much less frequently. In the youngest group (5–9 years), the main obstacles were: lack of an activity organiser or suitable facilities near the place of residence – 32.0% (in 2016 – 21.8%). Children and adolescents in the 10–14 and 15–19 age groups indicated as the main barrier the lack of interest or willingness to spend their free time actively – 28.1% and 44.9% respectively. Respondents aged 20–59 indicated lack of free time (47.2%) as the most important reason for non-participation in sports activities, and people aged 60 and over declared that age (40%) was the main reason for their non-participation in sports and recreational activities.

## Participation of household members in sport or recreational activities

Cycling was the most commonly declared skill possessed by Poles, with 95.9% of people identifying themselves as having it. This was 3.1 pp higher than in 2016. Among both women (95.5%) and men (96.4%), this skill was demonstrated most often, followed by skills in sledging (73.5%), dancing (66.0%) and swimming (58.4%) among women. Men, in addition to cycling, often declared skills in football (83.9%), swimming (75.4%) and sledging (75.1%). More than 50% were also skilled in playing chess or draughts (60.9%) and other popular team games such as volleyball (59.1%) and basketball (51.9%). More than half of the women also had skills in chess or checkers (51.8%), but skills in team games were not as popular among them - they were declared by less than half of the women.

Between 1.10.2020 and 30.09.2021, 38.8% of people (36.7% of women and 41.0% of men) participated in sports or recreational activities. Compared to the previous edition of the survey, a decrease of 7.6 pp in the number of physically active people was observed. However, it is worth noting that this was a time

when restrictions were imposed on those participating in sports, entertainment and recreational activities due to the prevailing COVID-19 pandemic. Access to sports facilities was also difficult. Participants who took part in sports activities regularly constituted 20.6% (in 2016 – 21.7%). Of these, 37.6% exercised regularly, but only outside periods of COVID-19 pandemic restrictions. Men were more likely than women to report regular participation (23.1% versus 18.1% of women). More women (18.5%) than men (17.9%) attended classes occasionally.

As in 2016, those aged 10–14 were the most active, with 69.3% of them taking part in activities (previously 82.2%). More than 60% of people also participated in activities in the age groups 5–9 and 15–19. Physical activity declined with age. Among those aged 20–29, the participation rate was 47.2% (59.3% in 2016). The percentage of active people in the 30–49 age group was also over 40%, but in the 50–69 age group it was below 30%. The least active were those aged over 70 – only 15.5% participated in sports or recreational activities.

Physical activity was undertaken by 43.2% of urban residents (most in large cities with a population of 500,000 or more – 51.6%). 24.3% exercised regularly. Participation in sports or recreational activities, on the other hand, was declared by only 31.8% of rural residents (14.6% exercised regularly). In comparison with the previous edition of the study, the percentage of active people in urban areas decreased by 6.1 pp (those exercising regularly increased by 0.2 pp), and in rural areas by 10.3 pp (those exercising regularly decreased by 3.4 pp).

The most popular sport activity declared by sports participants, as well as skills possessed, was cycling (64.8% of people, 71.5% in 2016). Among both exercising women and men, over 60% practiced this sport. Of those who cycled, 6.4% showed this activity only during periods when COVID-19 pandemic restrictions were not in force. Swimming was also a popular sport, practised by 34.2% (in 2016 – 39.8%) of sports participants (30.4% of women and 37.9% of men). Of these, 22.4% practised the sport only during periods when Covid-19 restrictions were not in force. General sports and fitness-enhancing activities (including recreational walking, skipping, exercising on a stationary bicycle, a link trainer) were participated in by 25.5% of people (9.5% of them only during periods without restrictions). Compared to 2016, the popularity of this activity increased by 12.8 pp. In addition to the above-mentioned forms of participation in sport or recreational activities, women often chose aerobics, fitness and gymnastics (25.1%) and jogging and Nordic walking (19.2%), while men played football (28.3%) and strength sports and bodybuilding (12.1%).

In 2021, 16.3% of people (17.6% of males and 14.8% of females) declared participation in competitions or events. Among regular participants, the percentage was higher at 18.0%. Urban residents were more likely (16.8%) to participate in competitions and events than rural residents (15.1%). Participation in the described events was most popular among residents of cities with a population of 20–99 thousand (22.4% participating). Exercising household members most often participated in cycling competitions or events (20.2%). Football games (14.0%), swimming (11.1%) and general exercise and fitness activities (10.5%) were also popular. Men most often participated in football competitions (22.8%) and women in cycling competitions (22.9%).

During the survey period, of those who participated in sports or recreational activities, 2.2% of people participated in camps (1.9% of women and 2.5% of men). In 2016, this percentage was 2.5% (1.6% women and 3.4% men). Of those going to camps, 75.3% were urban residents. Participants in camps were most often young people, aged up to 19 years old – 83.6% (including 10–14 year olds – 47.4%). Most people went to camps once during the period under study (86.2%, in 2016 – 77.7%). Football camps were the most popular (34.6% of all camps indicated by respondents). This was followed by cycling camps (15.2%), combat sports (7.4%), general exercise and physical conditioning (6.1%) and dance (5.0%). In 2016, football (33.2%) also had the highest number of camps, followed by combat sports (11.4%), dance (9.0%) and basketball (6.7%).

# Rozdział 1

## Chapter 1

### Charakterystyka badanej zbiorowości

#### Characteristics of the surveyed population

#### 1.1. Charakterystyka gospodarstw domowych

##### 1.1. Characteristics of households

Badanie „Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej” zrealizowane było w formie modułu do badania budżetów gospodarstw domowych. Dzięki informacjom o cechach zbiorowości zbieranych w badaniu głównym, możliwa jest analiza uczestnictwa w sporcie i rekreacji ruchowej w gospodarstwach domowych, m.in. według: grup społeczno-ekonomicznych, liczby osób w gospodarstwie, liczby dzieci czy miejsca zamieszkania.

W badaniu uczestniczyło 4339 gospodarstw, w tym 3991 (92,0%) wypełniło kwestionariusz gospodarstwa domowego.

Analiza gospodarstw domowych wykazała, że 67,4% gospodarstw znajdowało się w miastach. Zauważyć można zależność pomiędzy miejscem zamieszkania a wielkością gospodarstwa domowego. Ponad 70% gospodarstw jedno-, dwu- i trzyosobowych znajdowało się w miastach, natomiast gospodarstwa składające się z sześciu i więcej osób, tak jak w poprzedniej edycji badania, w około 60% usytuowane były na terenach wiejskich.

Rozkład gospodarstw, ze względu na liczbę członków, był podobny do poprzednich edycji badania. Co czwarte gospodarstwo składało się z dwóch osób (w 2016 r. – 25,7%, w 2012 r. – 23,2%). W 2021 r. gospodarstw jednoosobowych, podobnie jak i w 2016 r., było 24,0% (w 2012 r. – 24,8%). W ostatnich dwóch edycjach badania gospodarstwa trzyosobowe stanowiły 20,2%, natomiast czteroosobowe 16,2% (w 2012 r. odpowiednio 19,9% i 18,0%).

**Tablica 1. Gospodarstwa domowe według liczby osób w gospodarstwie w 2021 r.**  
Table 1. Households by the number of persons in the household in 2021

Wyszczególnienie Specification	Ogółem Total	Miasta Urban areas	Wieś Rural areas
	w odsetkach in percent		
Ogółem Total	100,0	100,0	100,0
1 osoba 1 person	24,0	27,2	17,4
2 osoby 2 persons	25,7	28,3	20,3
3 osoby 3 persons	20,2	21,2	18,1
4 osoby 4 persons	16,2	14,9	19,0
5 osób 5 persons	7,5	5,0	12,7
6 osób lub więcej 6 persons or more	6,4	3,4	12,6

W badanej zbiorowości gospodarstw domowych, podobnie jak we wcześniejszych edycjach badania, przeważały dwie grupy społeczno-ekonomiczne: gospodarstwa pracowników<sup>1</sup>, które w 2021 r. stanowiły 55,1% ogółu gospodarstw domowych (w 2016 r. – 52,9%, w 2012 r. – 48,7%) oraz gospodarstwa emerytów<sup>2</sup> stanowiące 28,7% (w 2016 r. – 27,0%, w 2012 r. – 28,9%). Najmniejszą ilościowo grupę w badaniach uczestnictwa w sporcie i rekreacji ruchowej stanowiły gospodarstwa domowe utrzymujące się z niezarobkowych źródeł<sup>3</sup>. W 2021 r. było ich zaledwie 1,8% (w 2016 r. – 3,4%, a w 2012 r. – 3,6%).

W zdecydowanej większości (91,2%, w 2016 r. – 87,9%) gospodarstw domowych pracowników nie występowały osoby bezrobotne. W przypadku 51,6% gospodarstw na główne źródło utrzymania pracowały dwie osoby, a co trzecie gospodarstwo utrzymywała jedna osoba pracująca.

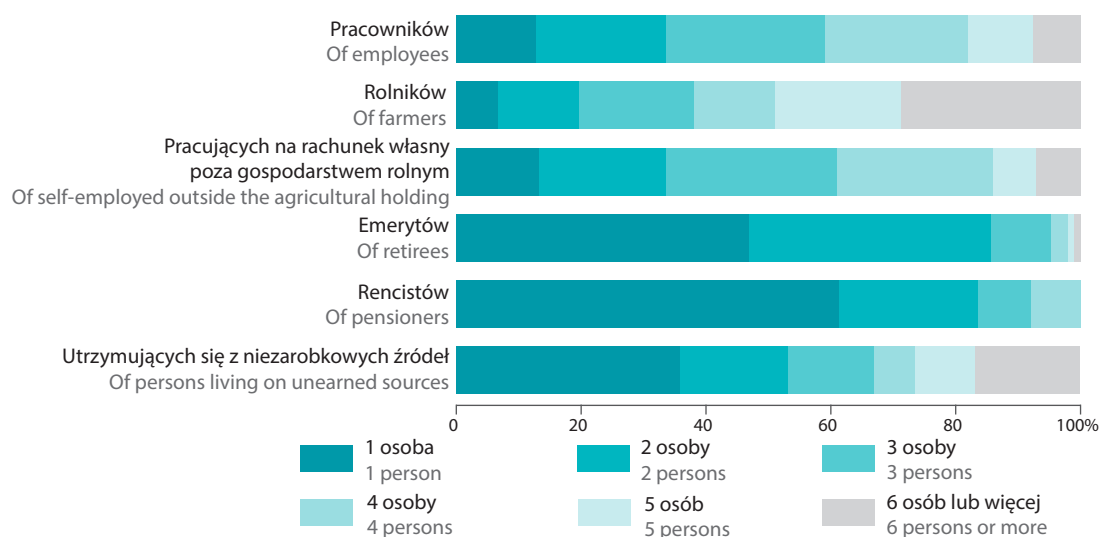
Około 60% gospodarstw pracowników nie miała dzieci, a tylko 3,1% posiadało troje lub więcej dzieci.

W gospodarstwach emerytów najwyższy odsetek stanowiły gospodarstwa jednoosobowe – 46,8%. Prawie 40% gospodarstw było dwuosobowych, a liczących sześć osób lub więcej – tylko 1,0%.

W gospodarstwach utrzymujących się z niezarobkowych źródeł w zdecydowanej większości nie było dzieci (82,1%) i w prawie 36% były to gospodarstwa jednoosobowe.

### Wykres 1. Gospodarstwa domowe według grup społeczno-ekonomicznych i liczby osób w gospodarstwie w 2021 r.

Chart 1. Households by socio-economic group and the number of persons in the household in 2021



Biorąc pod uwagę klasę miejscowości zamieszkania okazuje się, że ponad połowa gospodarstw (w miastach – 55,0% i na wsi – 55,2%) to gospodarstwa pracowników (w 2016 r. odpowiednio 53,8% i 51,0%). Najmniejszą grupą w miastach była grupa gospodarstw rolników<sup>4</sup> (0,1%), natomiast na wsi rencistów<sup>5</sup> i utrzymujących się z niezarobkowych źródeł (po 2,4%). Struktury te były podobne jak w poprzedniej edycji badania – gospodarstwa rolników w miastach również stanowiły najniższy procent – 0,4%, a w grupie gospodarstw wiejskich najmniej było utrzymujących się z niezarobkowych źródeł (3,1%).

1 Gospodarstwa pracowników to gospodarstwa domowe, których wyłącznym lub głównym (przeważającym) źródłem utrzymania jest dochód z pracy najemnej w sektorze publicznym lub prywatnym.

2 Gospodarstwa emerytów to gospodarstwa domowe, których wyłącznym lub głównym (przeważającym) źródłem utrzymania jest emerytura.

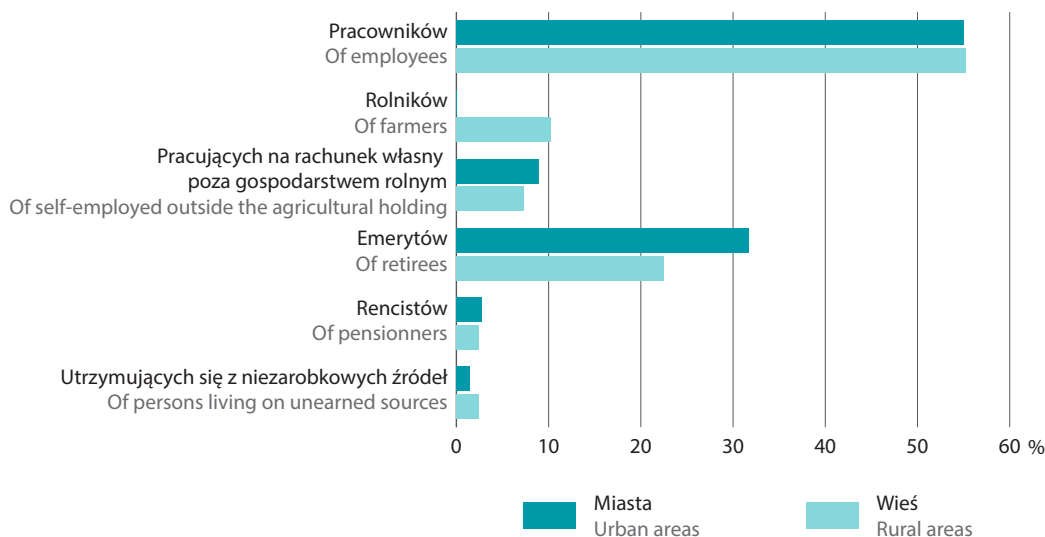
3 Gospodarstwa utrzymujące się z niezarobkowych źródeł to gospodarstwa domowe, których wyłącznym lub głównym (przeważającym) źródłem utrzymania są źródła niezarobkowe inne niż emerytura i renta, np. zasiłki dla bezrobotnych, świadczenia pieniężne i niepieniężne udzielone na podstawie ustawy o pomocy społecznej, dodatki mieszkaniowe, zasiłki rodzinne wraz z dodatkami, świadczenia wychowawcze „Rodzina 500+”, alimenty, dochody z tytułu własności i z wynajmu nieruchomości.

4 Gospodarstwa rolników to gospodarstwa domowe, których wyłącznym lub głównym (przeważającym) źródłem utrzymania jest dochód z użytkowania gospodarstwa indywidualnego w rolnictwie.

5 Gospodarstwa rencistów to gospodarstwa domowe, których wyłącznym lub głównym (przeważającym) źródłem utrzymania jest renta.

**Wykres 2. Gospodarstwa domowe według grup społeczno-ekonomicznych i miejsca zamieszkania w 2021 r.**

Chart 2. Households by socio-economic group and the place of residence in 2021



Uczestnictwo w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej niejednokrotnie wiązało się z wydatkami zarówno na udział w zajęciach i obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych, jak i na zakup, wypożyczenie czy konserwację sprzętu sportowego lub zakup odzieży sportowej. Dlatego, wykorzystując dane z badania budżetów gospodarstw domowych, dokonano podziału gospodarstw według grup kwintylowych dochodów<sup>6</sup>.

Podział procentowy gospodarstw domowych na poszczególne grupy kwintylowe był podobny jak w poprzedniej edycji badania. Większość gospodarstw domowych zaliczonych do poszczególnych grup kwintylowych była gospodarstwami miejskimi. Najwięcej było ich w ostatniej, V grupie kwintylowej – 80,0% (w tym w miastach o liczbie mieszkańców 500 tys. i więcej – 29,1%).

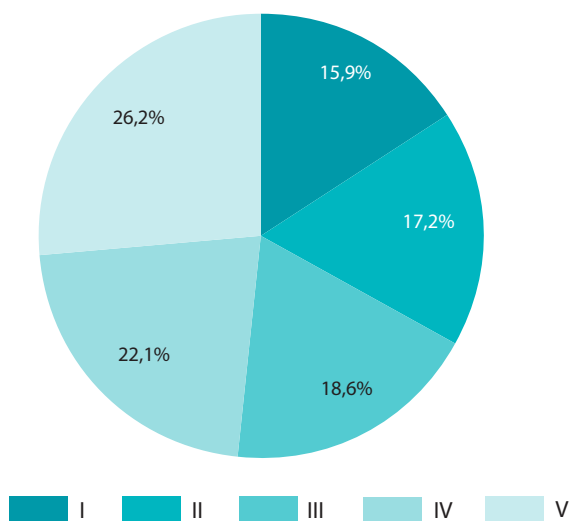
W I grupie kwintylowej najwyższy odsetek (61,9%) stanowiły gospodarstwa utrzymujących się z niezarobkowych źródeł, a najniższy (9,7%) – gospodarstwa emerytów. W II grupie kwintylowej różnice w odsetkach gospodarstw do niej zakwalifikowanych nie były duże (od 13,9% gospodarstw pracujących na rachunek własny do 23,1% gospodarstw rencistów). Najliczniejszą grupą gospodarstw w III grupie kwintylowej były gospodarstwa emerytów (22,6%), a najmniej liczną gospodarstwa utrzymujących się z niezarobkowych źródeł (8,1%). W IV grupie kwintylowej również największy odsetek stanowiły gospodarstwa emerytów (28,6%), a najmniej gospodarstwa utrzymujących się z niezarobkowych źródeł (4,5%). W V grupie kwintylowej, gdzie dochód rozporządzalny na jedną osobę był najwyższy, znalazło się 39,6% gospodarstw pracujących na własny rachunek<sup>7</sup> (najliczniejsza grupa gospodarstw) oraz tylko 6,5% gospodarstw utrzymujących się z niezarobkowych źródeł.

<sup>6</sup> Grupy kwintylowe zostały utworzone na podstawie informacji o wysokości dochodu rozporządzalnego na osobę w gospodarstwie domowym, uzyskanej z badania budżetów gospodarstw domowych. Listę członków wszystkich gospodarstw domowych uporządkowano według rosnących wartości dochodu rozporządzalnego na osobę przy uwzględnieniu stosowanych w badaniu wag, a następnie podzielono na 5 równych części, które stanowią poszczególne grupy kwintylowe. Skrajne wartości dochodów w tych grupach tworzą granice podziałów dochodu rozporządzalnego w grupach kwintylowych i zostały określone na podstawie danych empirycznych.

<sup>7</sup> Gospodarstwa pracujących na własny rachunek to gospodarstwa domowe, których wyłącznym lub głównym (przeważającym) źródłem utrzymania jest praca na własny rachunek poza gospodarstwem indywidualnym w rolnictwie lub wykonywanie wolnego zawodu.

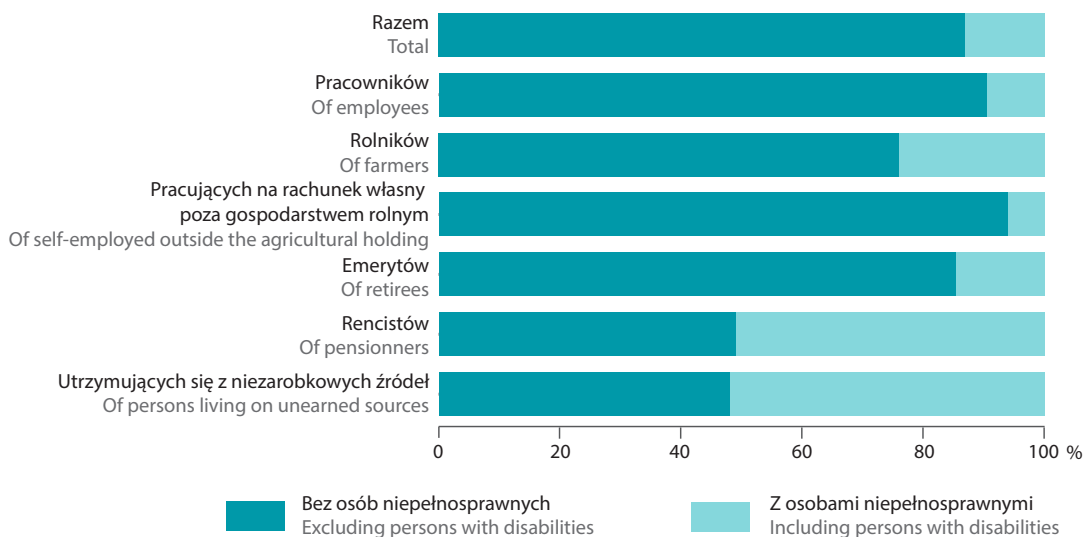


**Wykres 3. Gospodarstwa domowe według grup kwintylowych w 2021 r.**  
Chart 3. Households by quintile group in 2021



W przypadku obecności w gospodarstwach domowych osób posiadających orzeczenie o stopniu niepełnosprawności zaobserwowano, że występowały one w 13,1% gospodarstw (spadek o 7,5 p.proc. w stosunku do 2016 r.). Niepełnosprawność najczęściej występowała wśród osób w gospodarstwach domowych utrzymujących się z niezarobkowych źródeł – w 52,0% gospodarstw domowych (o 4,6 p.proc. więcej niż w 2016 r.). W grupie gospodarstw domowych rencistów odsetek ten wyniósł 51,0%, a rolników – 24,0% (w 2016 r. odpowiednio 60,0% i 24,3%).

**Wykres 4. Gospodarstwa domowe według występowania osób niepełnosprawnych w 2021 r.**  
Chart 4. Households by the presence of people with disabilities in 2021



## 1.2. Charakterystyka członków gospodarstw domowych

### 1.2. Characteristics of household members

W trakcie realizacji badania „Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej” przeprowadzono 8351 wywiadów (tj. 85,3% zbiorowości przewidzianej do badania). W celu pozyskania jak największej liczby odpowiedzi, umożliwiono przeprowadzenie wywiadu z osobą zastępczą, czyli członkiem gospodarstwa domowego, mającym pełną informację na temat uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej osoby nieobecnej lub niemogącej z innych powodów udzielić wywiadu. Respondenci zastępczy udzielili 45,5% wywiadów.

**Tablica 2. Realizacja badania – wywiady przeprowadzone w 2021 r.**  
Table 2. Survey implementation – completed interviews in 2021

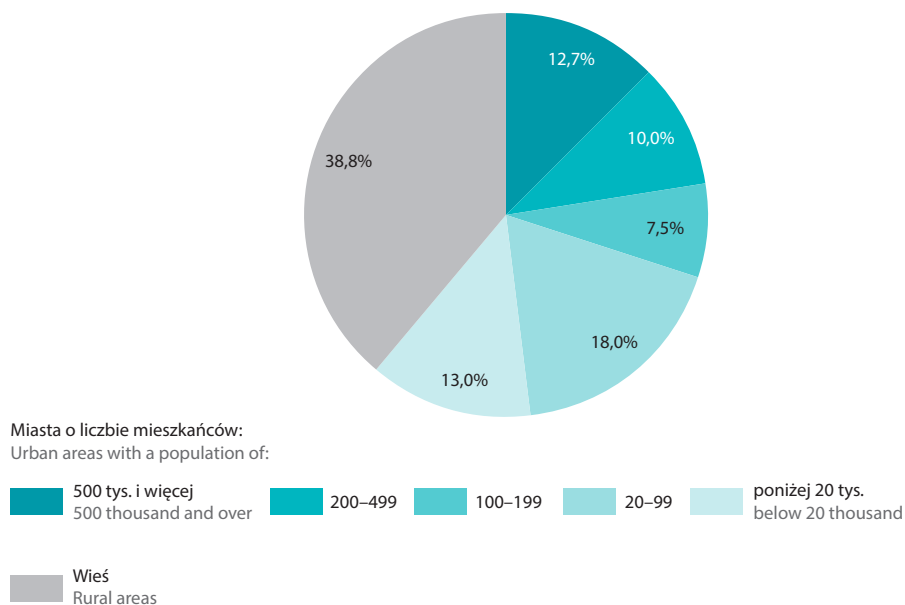
Wyszczególnienie Specification	Ogółem Total	Osoby uczestniczące w badaniu Persons who participated in the survey	Osoby nieuczestniczące w badaniu Persons who did not participate in the survey
	w odsetkach in percent		
Ogółem Total	100,0	85,3	14,7
w tym gospodarstwa domowe: of which households:			
pracowników of employees	100,0	84,3	15,7
rolników of farmers	100,0	80,6	19,4
pracujących na własny rachunek poza gospodarstwem rolnym of self-employed outside the agricultural holding	100,0	84,5	15,5
emerytów of retirees	100,0	89,0	11,0
rencistów of pensioners	100,0	89,3	10,7
utrzymujących się z niezarobkowych źródeł of persons living on unearned sources	100,0	87,6	12,4

**Tablica 3. Realizacja badania – wywiad indywidualny w 2021 r.**  
 Table 3. Survey implementation – personal interviews in 2021

Wyszczególnienie Specification	Osoby uczestniczące w badaniu Persons who participated in the survey	Wywiad przeprowadzony Interview conducted	
		z samym badanym with the respondent himself	z osobą zastępczą with a proxy
w odsetkach in percent			
Ogółem Total	100,0	54,5	45,5
w tym gospodarstwa domowe: of which households:			
pracowników of employees	100,0	48,9	51,1
rolników of farmers	100,0	45,6	54,4
pracujących na własny rachunek poza gospodarstwem rolnym of self-employed outside the agricul- tural holding	100,0	45,0	55,0
emerytów of retirees	100,0	73,7	26,3
rencistów of pensioners	100,0	68,3	31,7
utrzymujących się z niezarobkowych źródeł of persons living on unearned sources	100,0	45,4	54,6

Ponad 60% członków gospodarstw domowych mieszkało w miastach (w tym 20,7% w miastach liczących 500 tys. mieszkańców i więcej). Zauważono wzrost liczby respondentów mieszkających w miastach w porównaniu z 2016 r. (o 0,9 p.proc.) oraz spadek w porównaniu z 2012 r. (o 6,9 p.proc.).

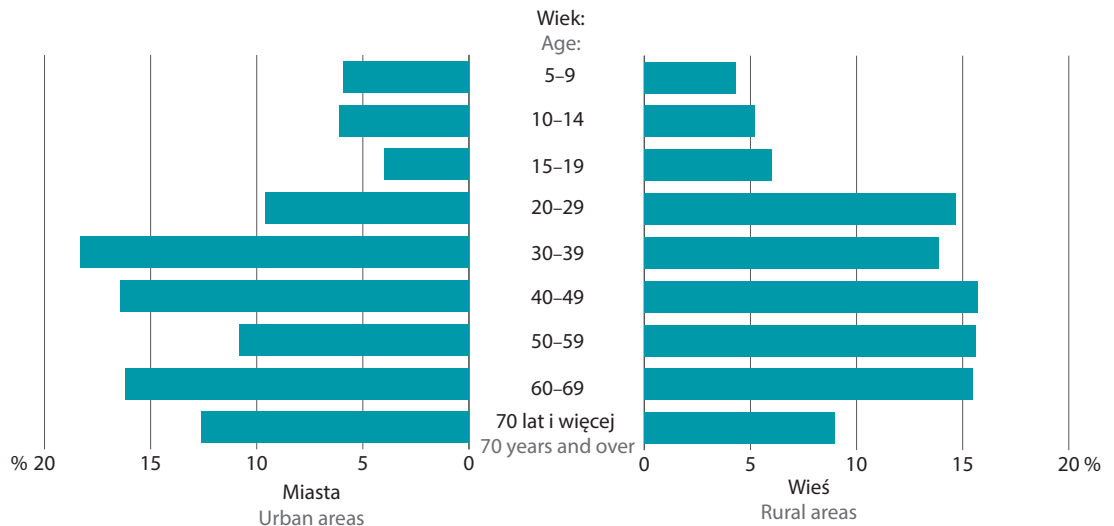
**Wykres 5. Członkowie gospodarstw domowych według miejsca zamieszkania w 2021 r.**  
 Chart 5. Household members by the place of residence in 2021



Analizując strukturę wiekową członków gospodarstw domowych można zauważyć, że odsetek dzieci i młodzieży w wieku 5–19 lat wyniósł, tak jak w poprzednim badaniu, 15,8% ogółu członków gospodarstw domowych. Osoby młode mieszczące się w przedziale wiekowym 20–39 lat stanowiły 28,2% wszystkich respondentów (w 2016 r. – 31,2%), a osoby w wieku 40–59 lat – 28,8% (w 2016 r. – 28,5%). Udział osób 60-letnich i starszych był większy o 2,6 p.proc. niż w edycji z 2016 r. i wyniósł 27,1%.

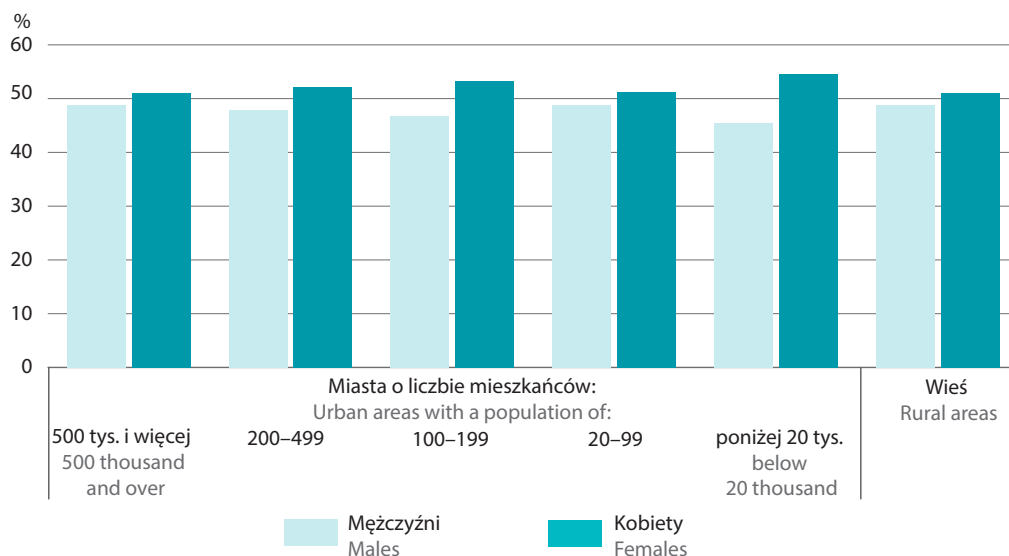
Struktura ludności według wieku w miastach i na wsi zmieniła się w porównaniu z poprzednimi edycjami badania. Większy odsetek dzieci i młodzieży (5–19 lat) wystąpił w zbiorowości ludności miejskiej (16,0%) niż wiejskiej (15,5%). Zarówno w 2016 r. jak i w 2012 r., respondenci z tej grupy wiekowej przeważali w ludności wiejskiej (odpowiednio 17,7% i 23,8%) nad ludnością w miastach (14,4% i 18,1%). Zwiększyła się różnica w liczbie osób w wieku 40–59 lat między miastami a wsią, zwłaszcza w porównaniu z 2016 r. W aktualnej edycji badania grupa ta w społeczności wiejskiej stanowiła 31,3%, a w miastach 27,3% (w 2016 r. odpowiednio 28,7% i 28,3%). Zwiększył się również odsetek osób starszych (60 lat i więcej), który w miastach wyniósł 28,8%, a na wsi 24,5%. W przypadku miast był on o 2,3 p.proc. większy niż w 2016 r. i 5,9 p.proc. większy niż w 2012 r. Na wsi mieszkało o 3,0 p.proc. więcej osób z tej grupy wiekowej w porównaniu z 2016 r. i 4,9 p.proc. w porównaniu z 2012 r.

**Wykres 6. Członkowie gospodarstw domowych według wieku i miejsca zamieszkania w 2021 r.**  
Chart 6. Household members by age and the place of residence in 2021



W zbiorowości członków gospodarstw domowych kobiety stanowiły 51,8%, tak jak w poprzedniej edycji badania. Przewaga liczebna kobiet występowała zarówno w miastach, gdzie było ich 52,3%, jak i na wsi – 51,1%. Największą różnicę między liczbą kobiet i mężczyzn, która wynosiła 9,0 p.proc., zauważono w miastach o liczbie mieszkańców poniżej 20 tys. Najmniejszą przewagę kobiet zanotowano w dużych miastach (500 tys. mieszkańców lub więcej) oraz na wsi – w obydwu przypadkach różnica wyniosła 2,2 p.proc.

**Wykres 7. Członkowie gospodarstw domowych według płci i miejsca zamieszkania w 2021 r.**  
**Chart 7. Household members by sex and the place of residence in 2021**



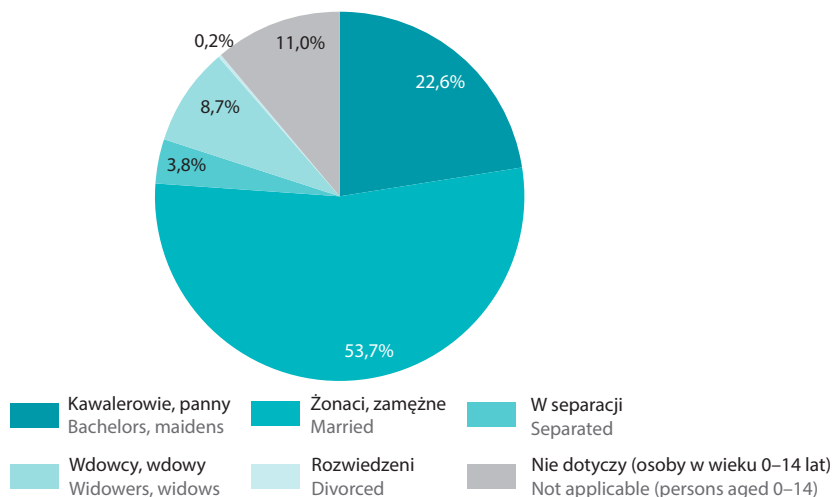
Zdecydowana większość respondentów (62,8%) pochodziła z gospodarstw pracowników (mężczyźni – 64,5%, kobiety – 61,2%). Odsetek ten w poprzedniej edycji badania dla mężczyzn wyniósł 61,1%, a dla kobiet 57,1%. Najmniejszy odsetek respondentów (1,7%) zanotowano w grupie rencistów (mężczyzn – 1,3%, a kobiet – 2,1%).

**Tablica 4. Członkowie gospodarstw domowych według grup społeczno-ekonomicznych i płci w 2021 r.**  
**Table 4. Household members by socio-economic group and sex in 2021**

Wyszczególnienie Specification	Ogółem Total	Gospodarstwa domowe Households					
		pracownik of employ- ees	rolników of farmers	pracujących na własny rachunek poza gospo- darstwem rolnym outside the agricultural holding	emerytów of retirees	rencistów of pension- ers	utrzymują- cych się z nie- zarobkowych źródeł of persons living on unearned sources
w odsetkach in percent							
Ogółem Total	100,0	62,8	4,8	9,5	19,3	1,7	1,9
Mężczyźni Males	100,0	64,5	5,5	10,2	16,7	1,3	1,8
Kobiety Females	100,0	61,2	4,2	8,9	21,7	2,1	1,9

Największą grupę, biorąc pod uwagę stan cywilny, stanowiły osoby pozostające w związku małżeńskim – 53,7% (w poprzedniej edycji badania 51,6%). Kawalerowie i panny to druga pod względem liczebności grupa respondentów, która w 2021 r. liczyła 22,6%, a w 2016 r. – 24,7%. Najmniejszy odsetek badanych natomiast stanowiły osoby rozwiedzione – 0,2% (w 2016 r. – 0,3%).

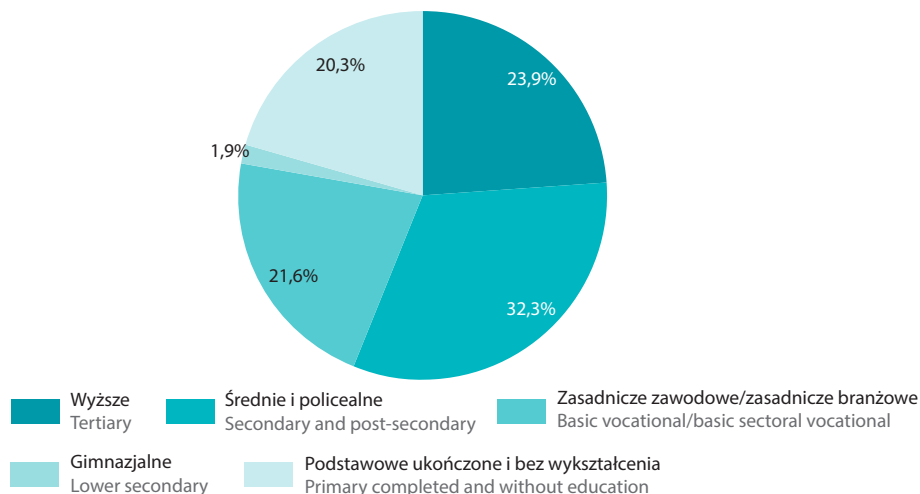
**Wykres 8. Członkowie gospodarstw domowych według stanu cywilnego w 2021 r.**  
Chart 8. Household members by marital status in 2021



Osoby z wykształceniem średnim i policealnym stanowiły 32,3% członków gospodarstw domowych, a wyższym 23,9%. W porównaniu z wynikami badania z 2016 r. liczba tych osób zwiększyła się odpowiednio o 1,1 p.proc. i 6,3 p.proc. Zmniejszyła się natomiast liczba członków gospodarstw domowych posiadających wykształcenie zasadnicze zawodowe/branżowe (o 3,1 p.proc.) i podstawowe (o 2,0 p.proc.), osiągając odpowiednio 21,6% oraz 20,4%. Wykształcenie gimnazjalne posiadało niespełna 2% członków gospodarstw domowych (odsetek ten zmniejszył się o 2,2 p.proc.), w tym 77,2% osób to dzieci i młodzież w wieku 15–19 lat.

**Wykres 9. Członkowie gospodarstw domowych według poziomu najwyższego ukończonego wykształcenia w 2021 r.**

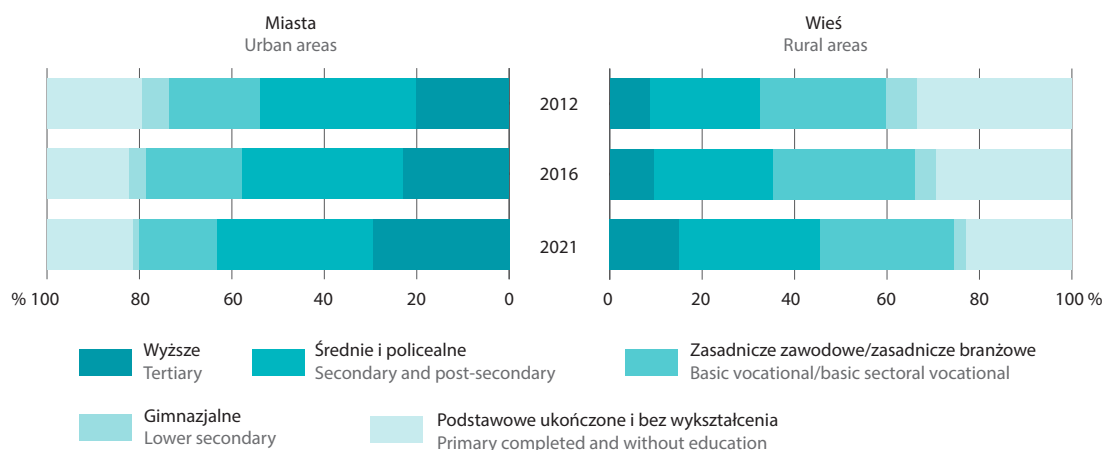
Chart 9. Household members by the level of highest completed education in 2021



Analiza wyników badania wykazała, że struktura osób posiadających poszczególne poziomy wykształcenia zmieniała się znacząco na przestrzeni lat. Biorąc pod uwagę szereg czasowy 2012–2021, okazuje się, że prawie dwukrotnie wzrósł odsetek mieszkańców wsi posiadających najwyższe ukończone wykształcenie na poziomie wyższym – z 8,6% do 15,0% (w miastach wzrost z 20,1% do 29,5%). Liczba mieszkańców wsi z wykształceniem średnim i policealnym wzrosła z 24,0% do 30,3% (w miastach wskaźnik pozostał na tym samym poziomie), natomiast osób bez wykształcenia i z ukończonym wykształceniem podstawowym było mniej – spadek z 33,7% do 23,1% (w miastach spadek z 20,6% do 18,6%).

### Wykres 10. Członkowie gospodarstw domowych według poziomu najwyższego ukończonego wykształcenia i miejsca zamieszkania

Chart 10. Household members by the level of highest completed education and the place of residence



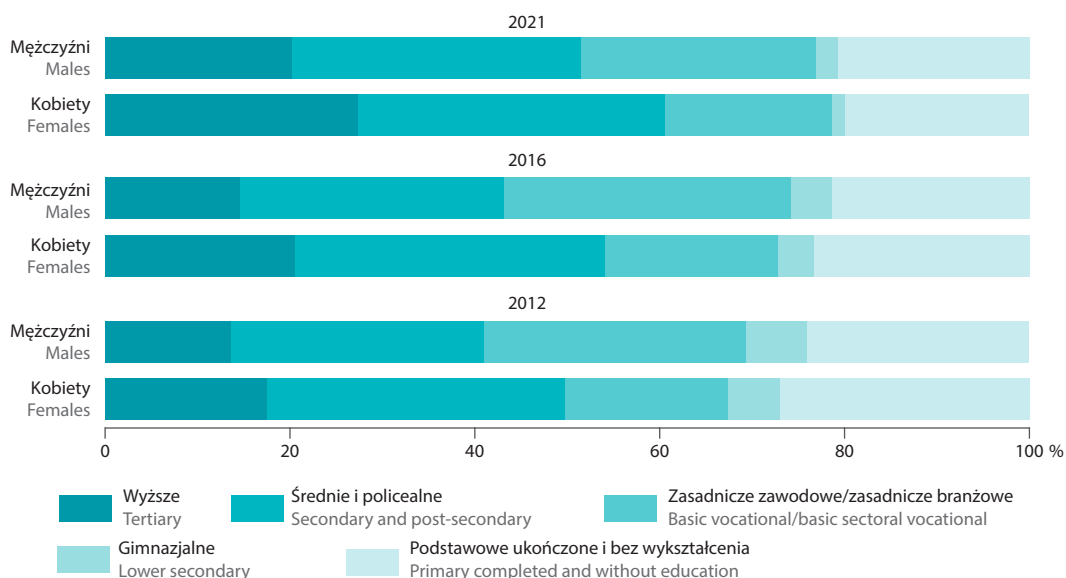
Wyniki ostatnich trzech badań pokazały zależności pomiędzy poziomem najwyższego ukończonego wykształcenia a płcią respondentów. Grupa osób z wykształceniem zasadniczym zawodowym/branżowym oraz gimnazjalnym to w przeważającej części mężczyźni (odpowiednio 56,9% i 61,8%). Kobiety natomiast stanowiły większą grupę wśród osób z wykształceniem wyższym oraz średnim i policealnym – 59,2% i 53,5%.

W poprzednich edycjach proporcje były podobne i również mężczyźni dominowali wśród osób z wykształceniem gimnazjalnym i zasadniczym zawodowym/branżowym.

Wśród członków gospodarstw domowych osoby niepełnosprawne stanowiły 5,5%. W poprzednich edycjach badania posiadanie orzeczenia o niepełnosprawności deklarowało około 9% osób. Wśród osób niepełnosprawnych największy odsetek (44,8%) stanowiły osoby z orzeczeniem o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności – w 2016 r. było ich 48,9%, a w 2012 r. – 41,5%. Większość osób niepełnosprawnych stanowili mężczyźni, natomiast odsetek kobiet w liczbie osób niepełnosprawnych wyniósł 44,5%.

### Wykres 11. Członkowie gospodarstw domowych według poziomu najwyższego ukończonego wykształcenia i płci

Chart 11. Household members by the level of highest completed education and sex



## Rozdział 2

### Chapter 2

## Wydatki gospodarstw domowych na sport i rekreację ruchową

### Household expenditure on sport and recreational activities

Badaniem, podobnie jak w poprzedniej edycji z 2016 r., objęte zostały dwie grupy wydatków gospodarstw domowych na sport i rekreację ruchową. Pierwsza z nich dotyczyła wydatków na cele sportowo-rekreacyjne, z wyłączeniem zakupu sprzętu sportowego. Podzielona ona została na:

- wydatki na zakup odzieży sportowej przeznaczonej wyłącznie do zajęć sportowych i rekreacji ruchowej (obuwie, dresy, kimono itp.),
- wydatki na wypożyczenie, konserwację lub utrzymanie sprzętu sportowego,
- wydatki na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (w obiektach sportowych, basenach, klubach fitness, siłowniach oraz poza infrastrukturą sportową) bez kosztów dojazdów,
- wydatki na udział w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych (łącznie z kosztami dojazdów na zgrupowania).

Druga grupa dotyczyła wydatków związanych z nabyciem sprzętu sportowego w podziale na rodzaj zakupionego wyposażenia.

### 2.1. Wydatki gospodarstw domowych na zakup odzieży sportowej, wypożyczenie, konserwację i utrzymanie sprzętu sportowego oraz udział w zajęciach i obozach sportowych i rekreacji ruchowej

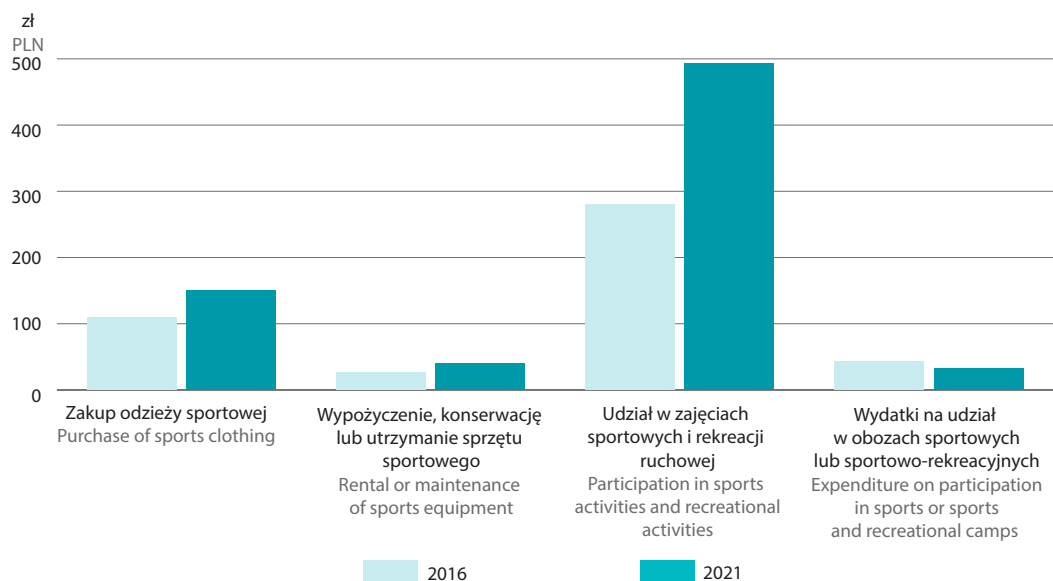
#### 2.1. Household expenditure on the purchase of sports clothing, rental and maintenance of sports equipment as well as participation in sports activities and camps and in recreational activities

Na zakup odzieży sportowej, wypożyczenie, konserwację i utrzymanie sprzętu sportowego oraz udział w zajęciach i obozach sportowych i rekreacji ruchowej wydatki poniosło 39,6% gospodarstw domowych. Odsetek ten był o 7,5 p.proc. niższy w porównaniu z 2016 r. Najwięcej gospodarstw domowych poniosło wydatki na zakup odzieży sportowej (29,7%). Podobny odsetek odnotowano w 2016 r., w którym wydatki na ten cel wykazało 31,0% gospodarstw. Na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (bez kosztów dojazdu) wydatki poniosło 25,9% gospodarstw (w 2016 r. – 35,2%), a na wypożyczenie, konserwację lub utrzymanie sprzętu sportowego – 10,1% (w 2016 r. – 12,4%). Najmniej gospodarstw domowych wykazało ponoszenie kosztów na udział w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych – 2,4% (w 2016 r. – 4,0%).

W strukturze opisywanych wydatków w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe najwyższa kwota przeznaczana była na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej i wyniosła 493 zł. W 2016 r., mimo że odsetek gospodarstw ponoszących wydatki na ten cel był o ponad 9 p.proc. wyższy, kwota ta wyniosła 280 zł. Na zakup odzieży, w przeliczeniu na 1 gospodarstwo, w 2021 r. przeznaczono 151 zł (w 2016 r. – 109 zł), na wypożyczenie, konserwację lub utrzymanie sprzętu sportowego – 40 zł (w 2016 r. – 26 zł), a na udział w obozach sportowych i sportowo-rekreacyjnych – 32 zł (w 2016 r. – 43 zł).



**Wykres 12. Wydatki na sport i rekreację ruchową w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe**  
**Chart 12. Expenditure on sport and recreational activities per household**



Rozpatrując wydatki przeznaczane na opisywane cele sportowe i rekreacyjne wyłącznie w grupie gospodarstw domowych, które je ponosiły, okazuje się, że w 2021 r. przeciętna wydawana przez nie kwota to 1807 zł. Było to prawie dwukrotnie więcej niż w 2016 r. (973 zł). Wydatki te najczęściej przeznaczane były na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (1897 zł). W 2016 r. wydatki na ten cel w przeliczeniu na 1 gospodarstwo je ponoszące wyniosły 796 zł i znalazły się na drugim miejscu, po wydatkach na udział w obozach sportowych i sportowo-rekreacyjnych (1072 zł). W 2021 r. przeciętne opłaty związane z udziałem w obozach opiewały na kwotę 1358 zł. Na zakup odzieży sportowej przeznaczono 509 zł (w 2016 r. – 350 zł), a na wypożyczenie, konserwację lub utrzymanie sprzętu sportowego – 397 zł (w 2016 r. – 212 zł).

W poszczególnych grupach społeczno-ekonomicznych wydatki na cele sportowe i rekreacyjne były zróżnicowane. Najczęściej odnotowano je w gospodarstwach pracujących na rachunek własny poza gospodarstwem rolnym (54,3%), a następnie wśród gospodarstw pracowników (52,2%). Natomiast tylko 14,5% gospodarstw emerytów i 15,5% gospodarstw rencistów wykazało wydatki tego rodzaju. Podobne tendencje zaobserwowano w 2016 r., jednak odsetki gospodarstw ponoszących wydatki w każdej z grup były wyższe (71,1% gospodarstw pracujących na rachunek własny poza gospodarstwem rolnym, 60,4% gospodarstw pracowników, 22,4% gospodarstw emerytów i 15,4% gospodarstw rencistów).

**Tablica 5. Gospodarstwa domowe ponoszące wydatki na sport i rekreację ruchową według grup społeczno-ekonomicznych**

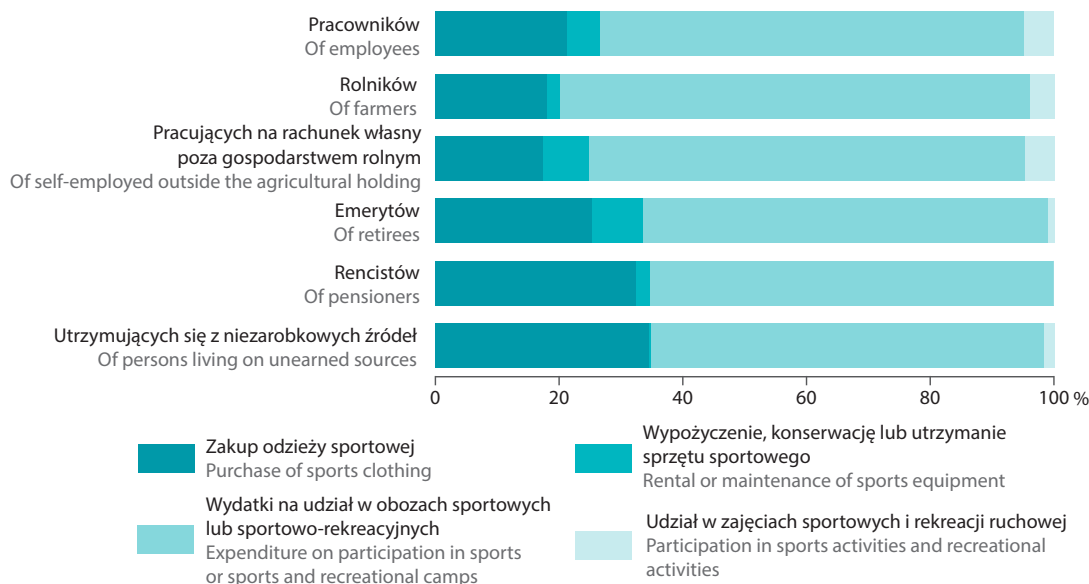
Table 5. Households incurring expenditure on sport and recreational activities by socio-economic group

Wyszczególnienie Specification  a – 2016 b – 2021	Gospodarstwa domowe Households	Wydatki Expenditure					
		razem total	na zakup odzieży sportowej on purchase of sports clothing	na wypożyczenie, konserwację i utrzymanie sprzętu sportowego on rental and maintenance of sports equipment	na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (bez kosztów dojazdu) on participation in sports activities and recreational activities (excluding travel costs)	na udział w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych (łącznie z kosztami dojazdów) on participation in sports or sports and recreational camps (including travel costs)	
							w odsetkach in percent
Ogółem Total	a	100,0	47,1	31,0	12,4	35,2	4,0
	b	100,0	39,6	29,7	10,1	25,9	2,4
pracowników of employees	a	100,0	60,4	40,1	15,3	47,5	5,2
	b	100,0	52,2	39,1	13,3	35,5	3,4
rolników of farmers	a	100,0	45,7	32,8	11,4	24,8	1,1
	b	100,0	34,7	28,7	9,0	20,1	1,9
pracujących na rachunek własny poza gospodarstwem rolnym of self-employed outside the agricultural holding	a	100,0	71,1	52,6	15,3	56,3	10,1
	b	100,0	54,3	44,2	15,6	35,5	3,9
emerytów of retirees	a	100,0	22,4	13,0	7,7	13,4	1,3
	b	100,0	14,5	9,3	3,7	7,8	0,3
rencistów of pensioners	a	100,0	15,4	7,1	3,1	9,6	1,1
	b	100,0	15,5	13,6	3,0	8,2	-
utrzymujących się z niezarobkowych źródeł of persons living on unearned sources	a	100,0	43,5	27,1	14,5	29,3	2,8
	b	100,0	29,2	22,8	1,4	16,5	0,3

Gospodarstwa pracujących na rachunek własny poza gospodarstwem rolnym w 2021 r. ponosiły najczęściej wydatki we wszystkich kategoriach wyszczególnionych w badaniu. Na zakup odzieży sportowej koszty wykazało 44,2% tych gospodarstw, na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej – 35,5% (tyle samo, co gospodarstwa pracowników), na wypożyczenie, konserwację lub utrzymanie sprzętu sportowego – 15,6%, a na obozy sportowe – 3,9%.

**Wykres 13. Wydatki na sport i rekreację ruchową w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe według grup społeczno-ekonomicznych w 2021 r.**

Chart 13. Expenditure on sport and recreational activities per household by socio-economic group in 2021



W zależności od typu gospodarstwa domowego na cele sportowo-rekreacyjne przeznaczana była inna kwota. W przeliczeniu na 1 gospodarstwo w 2021 r. najwięcej – 1146 zł – wydały gospodarstwa pracujących na własny rachunek poza gospodarstwem rolnym, a najmniej – 102 zł – gospodarstwa rencistów. Prawie 1000 zł wydały gospodarstwa pracowników, a nieco powyżej 600 zł – gospodarstwa rolników. We wszystkich typach gospodarstw największą część wydatkowanej kwoty przeznaczono na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (podobnie jak w 2016 r.), przy czym w gospodarstwach rolników wydatki te stanowiły aż 75,9% wydatkowanej kwoty ogółem na cele sportowe i rekreacji ruchowej. W gospodarstwach pracujących na rachunek własny odsetek ten stanowił 70,5%, a w pozostałych typach gospodarstw nie przekroczył 70%. W gospodarstwach pracowników, pracujących na własny rachunek i emerytów najmniejszą część wydatkowanych pieniędzy przeznaczono na udział w obozach sportowych i sportowo-rekreacyjnych (odpowiednio 4,8%, 4,7% i 0,9%). Kwota przeznaczona na wypożyczenie, konserwację lub utrzymanie sprzętu sportowego stanowiła natomiast najmniejszą część wydatków na cele sportowe i rekreacji ruchowej w gospodarstwach rolników i utrzymujących się z niezarobkowych źródeł (odpowiednio 2,1% i 0,4%).

Analizując strukturę wydatków w przeliczeniu na 1 gospodarstwo ponoszące wydatek, można zauważyć, że również w większości gospodarstw (poza gospodarstwami utrzymującymi się z niezarobkowych źródeł) największą ich część stanowiły kwoty przeznaczone na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (od 816 zł w gospodarstwach rencistów do 2375 zł w gospodarstwach rolników). W gospodarstwach utrzymujących się z niezarobkowych źródeł najczęściej wydano na udział w obozach sportowych i sportowo-rekreacyjnych (2000 zł). W pozostałych typach gospodarstw (poza gospodarstwami rencistów, gdzie takie wydatki nie wystąpiły) kwoty przeznaczone na udział w obozach znalazły się na drugim miejscu w strukturze wydatków i wyniosły od 399 zł w gospodarstwach emerytów do 1400 zł w gospodarstwach pracowników.

**Tablica 6. Gospodarstwa domowe ponoszące wydatki na sport i rekreację ruchową według wielkości gospodarstwa domowego**

Table 6. Households incurring expenditure on sport and recreational activities by size of household

Wyszczególnienie Specification  a – 2016 b – 2021	Gospodarstwa domowe Households	Wydatki Expenditure					
		razem total	na zakup odzieży sportowej on purchase of sports clothing	na wypożyczenie, konserwację i utrzymanie sprzętu sportowego on rental and maintenance of sports equipment	na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (bez kosztów dojazdu) on participa- tion in sports activities and recreational activities (ex- cluding travel costs)	na udział w obozach sportowych lub sporto- wo-rekreacyj- nych (łącznie z kosztami dojazdów) on participa- tion in sports or sports and recreational camps (in- cluding travel costs)	
							w odsetkach in percent
Ogółem Total	a	100,0	47,1	31,0	12,4	35,2	4,0
	b	100,0	39,6	29,7	10,1	25,9	2,4
1 osoba 1 person	a	100,0	25,9	15,3	7,2	19,1	1,4
	b	100,0	22,6	16,9	4,6	12,9	0,2
2 osoby 2 persons	a	100,0	36,4	21,9	11,5	26,7	1,7
	b	100,0	26,3	17,1	7,5	16,1	0,3
3 osoby 3 persons	a	100,0	55,4	36,7	13,9	42,0	4,6
	b	100,0	48,6	35,2	11,6	32,1	1,7
4 osoby 4 persons	a	100,0	69,8	50,0	19,0	55,7	9,0
	b	100,0	62,5	49,6	17,9	46,2	7,4
5 osób 5 persons	a	100,0	69,8	43,3	13,4	53,7	7,9
	b	100,0	53,8	41,2	12,1	41,1	7,4
6 osób lub więcej 6 persons or more	a	100,0	57,7	45,6	12,0	32,8	3,7
	b	100,0	53,9	46,5	14,6	25,9	2,1

Na ponoszone wydatki wpływ miała również wielkość gospodarstw domowych. W 2021 r. najczęściej ponosiły je gospodarstwa czteroosobowe (62,5%), a najrzadziej gospodarstwa jednoosobowe (22,6%). Podobna tendencja widoczna była w poprzedniej edycji badania, z tym, że odsetki gospodarstw ponoszących wydatki były wyższe (wśród czteroosobowych – 69,8%, a wśród jednoosobowych – 25,9%). W przeliczeniu na 1 gospodarstwo najwięcej na cele sportowe i rekreacyjne wydawały gospodarstwa czteroosobowe (1637 zł), a najmniej gospodarstwa jednoosobowe (248 zł). W 2016 r. kwoty te wyniosły odpowiednio 899 zł i 198 zł. Powyżej 1 tys. zł wydatkowały w 2021 r. jeszcze tylko gospodarstwa pięcioosobowe. Bez względu na wielkość gospodarstwa, najwyższe kwoty przeznaczane były na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej. W przypadku gospodarstw cztero- i pięcioosobowych najmniejsze kwoty wydatkowano na wypożyczenie, konserwację lub utrzymanie sprzętu sportowego, a w pozostałych gospodarstwach – na udział w obozach sportowych i sportowo-rekreacyjnych.

Po ograniczeniu zbiorowości do gospodarstw ponoszących jakiegokolwiek koszty związane ze sportem i rekreacją ruchową, średnie wydatkowane kwoty wyniosły od 1099 zł w przypadku gospodarstw jednoosobowych do 2619 zł dla gospodarstw czteroosobowych. W porównaniu z 2016 r. były one wyższe odpowiednio półtora- i dwukrotnie.

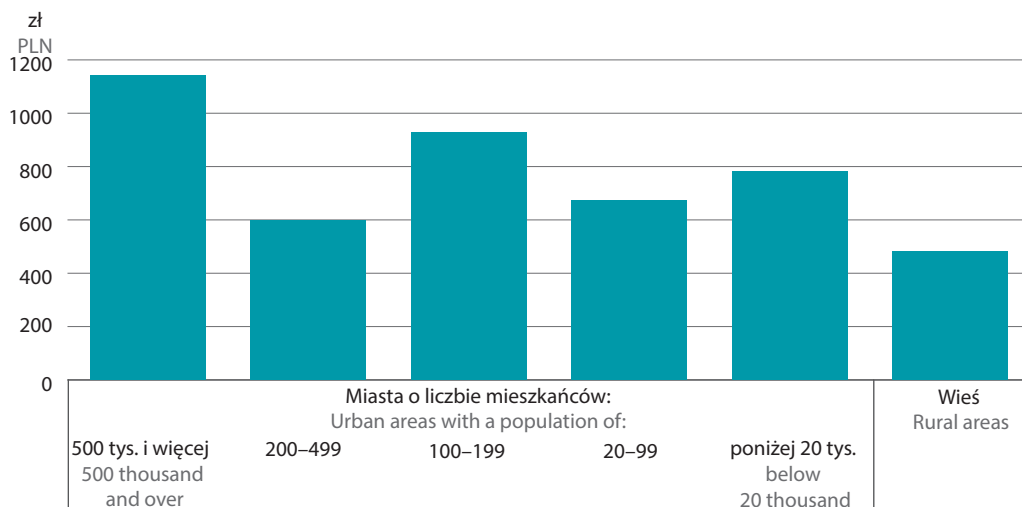
Wielkość gospodarstw domowych powiązana była z typem biologicznym gospodarstwa. Najczęściej wydatki na cele sportowe i rekreacyjne poniosły małżeństwa z dwójką dzieci na utrzymaniu – 72,9% (w 2016 r. były to małżeństwa z trójką dzieci – 80,2%). Wysoki odsetek gospodarstw ponoszących takie koszty odnotowano również wśród małżeństw z trójką dzieci na utrzymaniu (68,3%) i małżeństw z jednym dzieckiem (60,7%). Oprócz gospodarstw jednoosobowych (22,6%) rzadko wydatki na cele sportowo-rekreacyjne poniosły również małżeństwa bez dzieci (26,5%, w 2016 r. – 35,8%). W przeliczeniu na 1 gospodarstwo małżeństwa z dwójką dzieci wydały 2160 zł (w przeliczeniu na 1 gospodarstwo ponoszące wydatki – 2963 zł).

Kolejnym czynnikiem wpływającym na wielkość i strukturę wydatków na cele sportowe i rekreacyjne było miejsce zamieszkania. W miastach wydatki poniosło 42,2% gospodarstw, na wsi natomiast – 34,3%. W 2016 r. wartości te wyniosły odpowiednio 50,0% i 41,0%. W 2021 r. najczęściej wydatki poniosły gospodarstwa w miastach liczących co najmniej 500 tys. mieszkańców (49,0%) i było to o 7,5 p.proc. mniej niż w 2016 r. Najwięcej gospodarstw domowych zarówno w miastach, jak i na wsi poniosło wydatki związane z zakupem odzieży sportowej (odpowiednio 31,3% i 26,2%). W przeliczeniu na 1 gospodarstwo w miastach na cele sportowe i rekreacyjne wydano 829 zł (w 2016 r. – 549 zł), a na terenach wiejskich – 482 zł (w 2016 r. – 270 zł). Bez względu na miejsce zamieszkania najwyższe kwoty przeznaczono na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (w miastach 576 zł, a na wsi 320 zł). Na drugim miejscu znalazły się wydatki na zakup odzieży sportowej (166 zł w miastach i 120 zł na wsi).

W przeliczeniu na 1 gospodarstwo ponoszące wydatek kwoty przeznaczone na cele sportowe i rekreacyjne wyniosły: w miastach – 1965 zł, a na wsi – 1406 zł. W porównaniu z 2016 r. wzrosły one odpowiednio o 79,0% i o 113,4%. Najwięcej przeznaczono na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej, a następnie na udział w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych.

**Wykres 14. Wydatki na sport i rekreację ruchową w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe według miejsca zamieszkania w 2021 r.**

Chart 14. Expenditure on sport and recreational activities per household by the place of residence in 2021



**Tablica 7. Gospodarstwa domowe ponoszące wydatki na sport i rekreację ruchową według miejsca zamieszkania**

**Table 7. Households incurring expenditure on sport and recreational activities by the place of residence**

Wyszczególnienie Specification  a – 2016 b – 2021	Gospodarstwa domowe Households	Wydatki Expenditure					
		razem total	na zakup odzieży sportowej on purchase of sports clothing	na wypożyczenie, konserwację i utrzymanie sprzętu sportowego on rental and maintenance of sports equipment	na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (bez kosztów dojazdu) on participation in sports activities and recreational activities (excluding travel costs)	na udział w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych (łącznie z kosztami dojazdów) on participation in sports or sports and recreational camps (including travel costs)	w odsetkach in percent
Ogółem Total	a	100,0	47,1	31,0	12,4	35,2	4,0
	b	100,0	39,6	29,7	10,1	25,9	2,4
Miasta Urban areas	a	100,0	50,0	32,1	13,5	39,9	4,8
	b	100,0	42,2	31,3	11,2	28,7	2,6
o liczbie mieszkańców 500 tys. i więcej with a population of 500 thousand and over	a	100,0	56,5	38,4	20,4	45,9	6,7
	b	100,0	49,0	35,9	14,3	35,9	3,2
o liczbie mieszkańców 200–499 tys. with a population of 200 – 499 thousand	a	100,0	47,8	29,0	8,7	39,2	3,8
	b	100,0	41,1	29,8	12,9	23,5	4,3
o liczbie mieszkańców 100–199 tys. with a population of 100 – 199 thousand	a	100,0	54,1	35,5	14,0	47,3	6,3
	b	100,0	44,1	32,3	8,8	32,2	2,4
o liczbie mieszkańców 20–99 tys. with a population of 20 – 99 thousand	a	100,0	49,4	30,0	13,4	39,1	3,6
	b	100,0	36,9	27,8	9,9	25,9	2,2
o liczbie mieszkańców poniżej 20 tys. with a population below 20 thousand	a	100,0	43,3	28,8	10,0	30,8	4,3
	b	100,0	41,1	31,4	9,7	25,5	1,4
Wieś Rural areas	a	100,0	41,0	28,8	10,0	25,3	2,4
	b	100,0	34,3	26,2	7,8	20,3	1,9

Na wysokość wydatków wpływ miała także sytuacja materialna gospodarstw domowych. Gospodarstwa należące do V grupy kwintylowej (z najwyższym dochodem rozporządzalnym na osobę), poniosły je najczęściej (48,6%). W 2016 r. również najwięcej gospodarstw z tej grupy poniosło wydatki, było ich jednak o 7,7 p.proc. więcej niż w 2021 r. Najrzadziej na cele sportowo-rekreacyjne w 2021 r. wydawały gospodarstwa należące do III grupy kwintylowej – 33,8% gospodarstw (w 2016 r. – gospodarstwa należące do I grupy kwintylowej). Niezależnie od sytuacji materialnej gospodarstw domowych, najwięcej z nich poniosło wydatki na zakup odzieży sportowej (od 36,3% w przypadku gospodarstw należących do V grupy

kwintylowej, po 24,9% gospodarstw należących do II grupy kwintylowej), a najmniej na udział w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych. W przeliczeniu na 1 gospodarstwo na cele sportowo-rekreacyjne najwięcej wydały gospodarstwa zaliczone do V grupy kwintylowej (1067 zł), a najmniej – do II grupy (507 zł). W 2016 r. również gospodarstwa z V grupy kwintylowej wydały najwięcej (716 zł), najmniej natomiast gospodarstwa należące do I grupy (266 zł).

Po ograniczeniu zbiorowości do gospodarstw ponoszących jakiegokolwiek koszty związane ze sportem i rekreacją ruchową, średnie wydatkowane kwoty wyniosły od 1416 zł w przypadku gospodarstw należących do II grupy kwintylowej do 2194 zł dla gospodarstw należących do V grupy. W porównaniu z 2016 r. kwoty te znacznie wzrosły (najwięcej w I grupie kwintylowej – prawie trzykrotnie, najmniej w IV grupie – półtorakrotnie).

**Tablica 8. Gospodarstwa domowe ponoszące wydatki na sport i rekreację ruchową według grup kwintylowych**

**Table 8. Households incurring expenditure on sport and recreational activities by quintile groups**

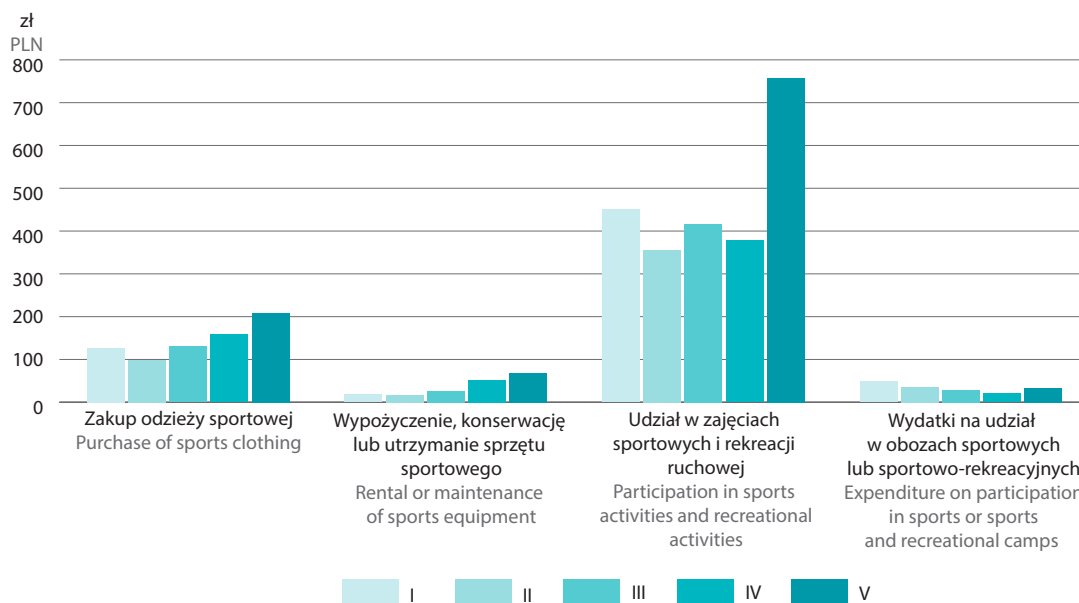
Wyszczególnienie Specification  a – 2016 b – 2021	Gospodarstwa domowe Households	Wydatki Expenditure					
		razem total	na zakup odzieży sportowej on purchase of sports clothing	na wypożyczenie, konserwację i utrzymanie sprzętu sportowego on rental and maintenance of sports equipment	na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej (bez kosztów dojazdu) on participation in sports activities and recreational activities (excluding travel costs)	na udział w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych (łącznie z kosztami dojazdów) on participation in sports or sports and recreational camps (including travel costs)	
							w odsetkach in percent
Ogółem Total	a	100,0	47,1	31,0	12,4	35,2	4,0
	b	100,0	39,6	29,7	10,1	25,9	2,4
I grupa I group	a	100,0	43,1	29,2	10,2	29,0	2,8
	b	100,0	37,2	27,7	7,7	24,0	2,9
II grupa II group	a	100,0	43,2	25,6	9,9	31,5	4,1
	b	100,0	35,8	24,9	7,8	23,4	2,9
III grupa III group	a	100,0	44,6	29,4	12,7	32,0	4,8
	b	100,0	33,8	26,5	8,3	21,4	2,4
IV grupa IV group	a	100,0	43,3	27,6	10,3	32,2	2,9
	b	100,0	38,5	29,6	9,3	25,0	1,7
V grupa V group	a	100,0	56,3	39,0	16,4	45,3	4,9
	b	100,0	48,6	36,3	15,1	32,8	2,2

Wydatki na cele sportowo-rekreacyjne najczęściej poniosły gospodarstwa domowe zlokalizowane w makroregionie południowo-zachodnim (województwa dolnośląskie i opolskie) – 48,1%, a najrzadziej w makroregionie wschodnim (województwa: lubelskie, podkarpackie i podlaskie) – 33,7%. Powyżej 40% gospodarstw poniosło wydatki również w makroregionach południowym (województwa małopolskie i śląskie) oraz północnym (województwa: kujawsko-pomorskie, pomorskie i warmińsko-mazurskie).

W przeliczeniu na 1 gospodarstwo przeciętna wydatkowana kwota w makroregionie południowo-zachodnim wyniosła 1118 zł (w tym na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej – 754 zł), a w makroregionie wschodnim – 375 zł (w tym na udział w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej – 280 zł).

**Wykres 15. Wydatki na sport i rekreację ruchową w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe według grup kwintylowych w 2021 r.**

Chart 15. Expenditure on sport and recreational activities per household by quintile groups in 2021



## 2.2. Wydatki gospodarstw domowych na zakup sprzętu sportowego

### 2.2. Household expenditure on the purchase of sports equipment

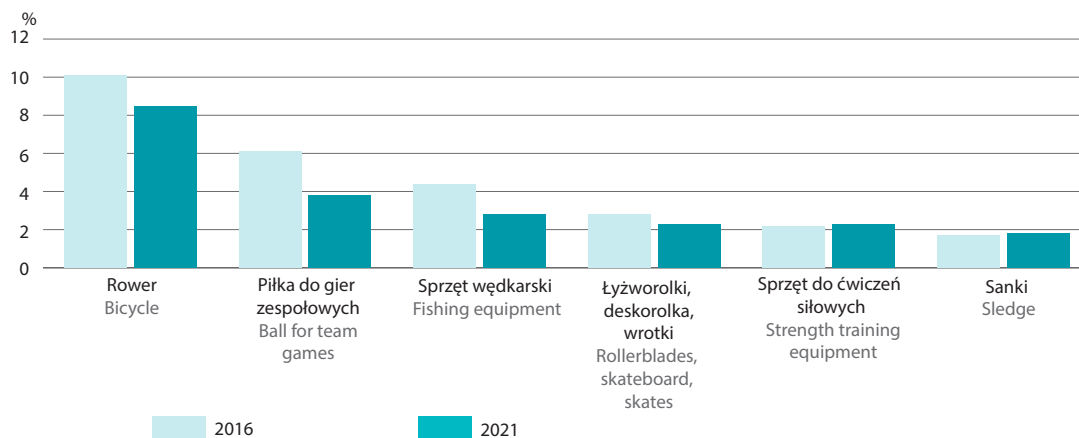
Na zakup sprzętu sportowego w 2021 r. wydatki poniosło 18,6% gospodarstw domowych. Odsetek ten był o 5,1 p.proc. mniejszy w porównaniu z 2016 r. Najwięcej gospodarstw domowych (8,5%) poniosło wydatki na zakup roweru (w 2016 r. – 10,1%). Piłki do gier zespołowych nabyło 3,8% gospodarstw i było to o 2,3 p.proc. mniej niż w 2016 r. Powyżej 1% gospodarstw w 2021 r. zakupiło również sprzęt wędkarski, łyżworolki, deskorolki lub wrotki, sprzęt do ćwiczeń siłowych oraz sanki.

Kwota wydana na sprzęt sportowy w przeliczeniu na 1 gospodarstwo domowe wyniosła 154 zł. Była ona o prawie 50% wyższa w porównaniu z analogicznymi wydatkami poniesionymi przez gospodarstwa domowe w 2016 r. Najwięcej wydano na zakup roweru – 92 zł. Również w 2016 r. rower był najczęściej kupowanym sprzętem sportowym, a kwota wydana na jego zakup wyniosła 55 zł. Na pozostały rodzaj sprzętu w 2021 r. wydatki nie przekroczyły 10 zł. Po 9 zł wydano na sprzęt wędkarski, sprzęt do ćwiczeń siłowych i trener, 7 zł na narty lub snowboard, a 6 zł na łyżworolki, deskorolkę lub wrotki.

Średnia kwota wydana na sprzęt sportowy w przeliczeniu na 1 gospodarstwo ponoszące wydatki na ten cel wyniosła 827 zł (w 2016 r. – 436 zł). Najwięcej wydano na zakup stołu do tenisa stołowego (1400 zł). Powyżej 1 tys. zł przeznaczono również na zakup sprzętu do nurkowania, sprzętu do sportów wodnych (kajak, łódź wiosłowa, ponton, żaglówka), roweru oraz trenera.



**Wykres 16. Gospodarstwa domowe ponoszące wydatki na zakup wybranego sprzętu sportowego**  
**Chart 16. Households incurring expenditure on the purchase of selected sports equipment**



Wydatki na zakup sprzętu sportowego najczęściej występowały w gospodarstwach pracujących na rachunek własny poza gospodarstwem rolnym (26,4%). Na kolejnych miejscach znalazły się gospodarstwa rolników (24,7%) oraz pracowników (22,8%). Najrzadziej opisywane wydatki poniosły gospodarstwa emerytów (7,9%). W 2016 r. również odsetek gospodarstw pracujących na rachunek własny ponoszących koszty na zakup sprzętu sportowego był najwyższy i wyniósł 32,0%. Najniższy odsetek odnotowano natomiast wśród gospodarstw rencistów (8,4%). W przeliczeniu na 1 gospodarstwo w 2021 r. najwięcej wydały gospodarstwa pracujących na rachunek własny poza gospodarstwem rolnym (276 zł), a następnie gospodarstwa pracowników (201 zł). Najmniej natomiast wydały gospodarstwa rencistów (39 zł). W strukturze wydatków na zakup sprzętu sportowego w większości grup społeczno-ekonomicznych pierwsze miejsce zajmowały wydatki przeznaczone na zakup roweru (najwięcej w gospodarstwach pracujących na rachunek własny – 70,3%).

Tylko w gospodarstwach rencistów najwięcej przeznaczono na zakup trenera (51,3%). Wydatki na zakup roweru w tych gospodarstwach znalazły się na trzecim miejscu, po wydatkach na zakup sprzętu wędkarskiego. W 2016 r. wydatki związane z zakupem roweru dominowały we wszystkich grupach społeczno-ekonomicznych gospodarstw.

W 2021 r. wydatki na zakup sprzętu sportowego poniosło 30,8% gospodarstw czteroosobowych. Najrzadziej wydatki te występowały w gospodarstwach jednoosobowych (8,7%), podobnie jak i w 2016 r. (10,5%). W poprzedniej edycji badania najczęściej wydatki wykazywały gospodarstwa pięcioosobowe (38,5%). W przeliczeniu na 1 gospodarstwo kwota przeznaczona w 2021 r. na nabycie sprzętu sportowego wahała się od 59 zł w gospodarstwach jednoosobowych do 303 zł w gospodarstwach pięcioosobowych. Bez względu na wielkość gospodarstw najwięcej przeznaczono na zakup roweru.

Zauważono, że na ponoszenie wydatków na zakup sprzętu w 2021 r. nie miało wpływu miejsce zamieszkania. Odsetek gospodarstw miejskich ponoszących koszty wyniósł 18,6%, a odsetek gospodarstw wiejskich – 18,5%. W porównaniu z 2016 r. zarówno w miastach, jak i na wsi odsetek ten był wyższy i wyniósł odpowiednio 22,8% i 25,7%. Mimo że podobna liczba gospodarstw miejskich i wiejskich w 2021 r. poniosła koszty, to kwota wydatkowana w przeliczeniu na 1 gospodarstwo była zróżnicowana. Na terenie miast gospodarstwa wydały 167 zł (w 2016 r. – 106 zł), natomiast na terenie wsi 126 zł (w 2016 r. – 98 zł). Zarówno w miastach, jak i na wsi dominowały koszty związane z zakupem roweru (57,1% kwoty ogółem w miastach i 68,8% na wsi).

Podobnie jak w przypadku wydatków na inne cele sportowe i rekreacyjne, wydatki na zakup sprzętu w 2021 r. najczęściej poniosły gospodarstwa należące do V grupy kwintylowej (20,8%), a najrzadziej – do III grupy (16,0%). Najwyższa kwota wydatkowana, w przeliczeniu na 1 gospodarstwo, wykazana została przez gospodarstwa należące do V grupy kwintylowej i wyniosła 217 zł, najniższa natomiast – przez gospodarstwa należące do II grupy (93 zł). We wszystkich grupach wydatki na rower stanowiły najwyższy odsetek. W 2016 r. najwyższe kwoty na zakup sprzętu sportowego przeznaczały gospodarstwa z V grupy kwintylowej (140 zł), a najniższe z I grupy (82 zł).

## Rozdział 3

### Chapter 3

## Wyposażenie gospodarstw domowych w sprzęt sportowy

### Household sports equipment

Utrzymanie prawidłowego poziomu zdrowia wymaga systematycznej aktywności fizycznej. W dużej mierze wpływ na poziom tej aktywności ma wyposażenie gospodarstw domowych w sprzęt sportowy. Z tego względu istotną wydaje się charakterystyka sprzętu sportowego posiadanego przez gospodarstwa domowe.

Według wyników uzyskanych na podstawie badania w 2021 r. sprzęt sportowy posiadało 85,0% gospodarstw (o 1,8 p.proc. więcej niż w 2016 r.).

Najpopularniejszym sprzętem sportowym był rower, który znajdował się w 79,2% gospodarstw (w 2016 r. – 72,2% i w 2012 r. – 70,9%).

Ponad 30% gospodarstw miało piłkę do gier zespołowych i sanki, czyli sprzęt, który nie wymaga dużych nakładów finansowych. Wśród rzadziej spotykanego wyposażenia, podobnie jak w 2016 r., było to, które wiąże się z uprawianiem kosztowniejszych sportów. Sprzęt do nurkowania posiadało 1,8% gospodarstw (w 2016 r. – 1,2%), do wspinaczki – 1,0% (w 2016 r. – 0,8%) a do windsurfingu i kitesurfingu, tak jak w 2016 r., 0,4%.

Analiza wyposażenia gospodarstw domowych w sprzęt sportowy w zależności od grupy społeczno-ekonomicznej pokazała, że w 2021 r. ponad 92% gospodarstw osób pracujących, rolników i pracujących na rachunek własny poza gospodarstwem rolnym wykazała posiadanie jakiegokolwiek sprzętu. W sprzęt wyposażonych było 83,8% gospodarstw utrzymujących się z niezarobkowych źródeł, 73,9% – gospodarstw rencistów i 68,0% – emerytów. W 2016 r. najwyższy wskaźnik odnotowano w gospodarstwach rolników – 98,9%.

We wszystkich typach gospodarstw najczęściej spotykanym sprzętem sportowym był rower.

Zaobserwowano, że najbardziej popularny, tak jak w 2016 r. był on w grupie gospodarstw rolników – 92,7% (w 2016 r. – 96,9%), następnie w grupie pracowników i osób pracujących na rachunek własny poza gospodarstwem rolnym (odpowiednio 87,9% i 87,6%). Blisko 60% emerytów również zadeklarowało jego posiadanie. Wśród gospodarstw pracowników i pracujących na rachunek własny poza gospodarstwem rolnym dużą popularnością, oprócz roweru cieszyła się piłka do gier zespołowych (49,5%), sanki (44,6%), łyżworolki, deskorolka i wrotki (36,3%). Podobnie było w gospodarstwach utrzymujących się z niezarobkowych źródeł (odpowiednio 32,0%, 31,5%, 18,8%).

Z analizy danych wynika, że 20,7% gospodarstw posiadało inny sprzęt sportowy (w 2016 r. – 17,7% gospodarstw).

**Tablica 9. Gospodarstwa domowe posiadające sprzęt sportowy według liczby osób w gospodarstwie**  
**Table 9. Households with sports equipment by the number of persons in the household**

Wyszczególnienie Specification	2016	2021
	w odsetkach in percent	
1 osoba 1 person	59,5	62,7
2 osoby 2 persons	80,5	83,3
3 osoby 3 persons	92,1	93,4
4 osoby 4 persons	97,7	97,8
5 osób 5 persons	98,8	99,1
6 osób lub więcej 6 persons or more	99,3	99,5

Badanie „Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej” pokazało, że im więcej osób w gospodarstwie domowym, tym większy był odsetek gospodarstw posiadających sprzęt sportowy. W gospodarstwach składających się z 5 osób i więcej przekroczył on 99%, najniższy natomiast był w gospodarstwach jednoosobowych – 62,7%.

Wśród gospodarstw małżeństw bezdzietnych, odsetek gospodarstw wyposażonych w sprzęt sportowy był znacznie niższy – 83,1% (w 2016 – 79,9%) niż w przypadku gospodarstw z dziećmi na utrzymaniu: z jednym dzieckiem – 95,4%, z dwojgiem – 98,6%, z trojgiem – 100% (w 2016 r. analogicznie – 94,8%, 99,2%, 99,2%).

Wręcz ze wzrostem liczby dzieci w gospodarstwie wzrastał odsetek posiadających rowery, piłki do gier zespołowych, sanki, łyżworolki, deskorolki, wrotki czy łyżwy, a więc sprzęt wykorzystywany głównie przez najmłodszych. Posiadanie jakiegokolwiek sprzętu sportowego w swoim gospodarstwie zadeklarowało 99,7% gospodarstw z dwójką dzieci do lat 14 włącznie.

Posiadanie sprzętu sportowego było również uwarunkowane miejscem zamieszkania. W 2021 r. spośród gospodarstw zamieszkujących tereny wiejskie sprzęt sportowy posiadało 93,4% (w 2016 r. – 90,3%). Odsetek gospodarstw zamieszkujących miasta posiadających sprzęt sportowy w 2021 r. był niższy i wyniósł 80,9% (w 2016 r. – 79,7%). Rozbieżność ta wynikała głównie z faktu, że posiadanie roweru częściej deklarowały gospodarstwa wiejskie (91,4%) niż miejskie (73,3%).

Ze względu na wielkość miast najwyższy odsetek gospodarstw mających sprzęt sportowy odnotowano w miastach o liczbie mieszkańców poniżej 20 tys. i wyniósł on 87,6%, najniższy natomiast występował w miastach od 200 do 499 tys. mieszkańców (72,9%).

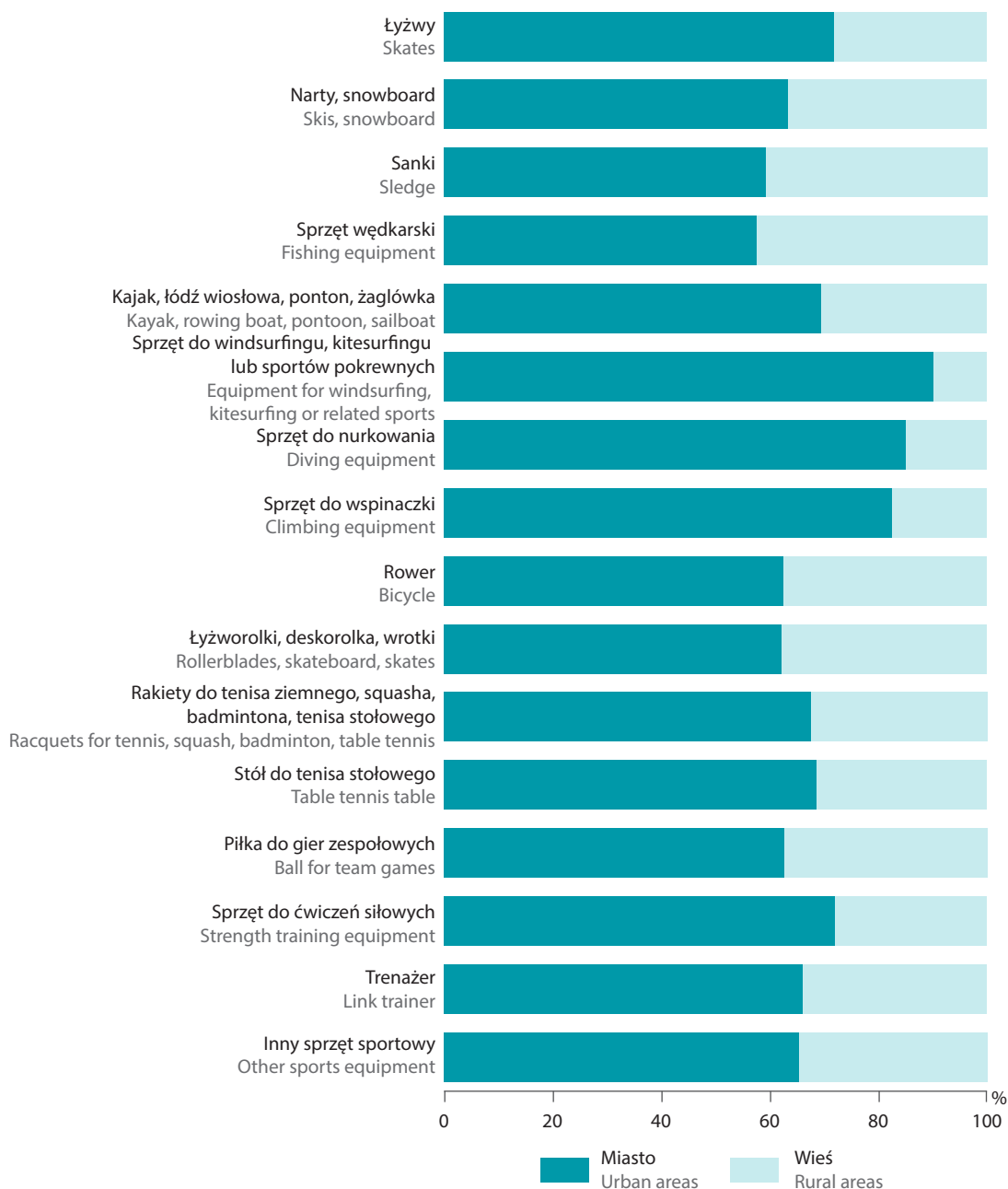
Na terenie wiejskim odsetek gospodarstw posiadających sprzęt służący do uprawiania sportów zimowych (taki jak: narty lub snowboard oraz sanki) był wyższy niż w miastach i wyniósł odpowiednio 12,6% i 41,8% (wobec 10,5% i 29,4% w miastach), łyżwy natomiast częściej występowały w miastach (15,0% wobec 12,2% na wsi). Gospodarstwa miejskie częściej wyposażone były również w: sprzęt do uprawiania sportów wodnych (kajak, łódź, żaglówka, sprzęt do windsurfingu i kitesurfingu oraz sprzęt do nurkowania), sprzęt do wspinaczki, sprzęt do tenisa stołowego, rakiety do tenisa ziemnego, squasha i badmintonu oraz sprzęt do ćwiczeń siłowych.

**Tablica 10. Gospodarstwa domowe posiadające sprzęt sportowy według miejsca zamieszkania w 2021 r.**  
**Table 10. Households with sports equipment by the place of residence in 2021**

Wyszczególnienie Specification	Miasta Urban areas	Wieś Rural areas
	w odsetkach in percent	
Ogółem Total	80,9	93,4
Łyżwy Skates	15,0	12,2
Narty, snowboard Skis, snowboard	10,5	12,6
Sanki Sledge	29,4	41,8
Sprzęt wędkarski Fishing equipment	12,9	19,7
Kajak, łódź wiosłowa, ponton, żaglówka Kayak, rowing boat, pontoon, sailboat	2,4	2,1
Sprzęt do windsurfingu, kitesurfingu lub sportów pokrewnych Equipment for windsurfing, kitesurfing or related sports	0,6	0,1
Sprzęt do nurkowania Diving equipment	2,3	0,8
Sprzęt do wspinaczki Climbing equipment	1,3	0,6
Rower Bicycle	73,3	91,4
Łyżworolki, deskorolka, wrotki Rollerblades, skateboard, skates	23,7	29,8
Rakiety do tenisa ziemnego, squasha, badmintonu, tenisa stołowego Racquets for tennis, squash, badminton, table tennis	17,7	17,5
Stół do tenisa stołowego Table tennis table	2,1	2,0
Piłka do gier zespołowych Ball for team games	34,1	41,9
Sprzęt do ćwiczeń siłowych Strength training equipment	19,9	16,1
Trenażer Link trainer	12,3	13,0
Inny sprzęt sportowy Other sports equipment	20,1	22,0

Sprzęt sportowy, w który wyposażone były gospodarstwa w większości znajdował się w miastach (64,2%). Największa różnica pomiędzy miastem a wsią występowała w przypadku sprzętu do windsurfingu, kitesurfingu lub sportów pokrewnych (80,2 p.proc.), a następnie sprzętu do nurkowania (70,0 p.proc.) oraz sprzętu do wspinaczki (64,8 p.proc.). Najmniejsza różnica dotyczyła sprzętu wędkarskiego (15,2 p.proc.).

**Wykres 17. Sprzęt sportowy w gospodarstwach domowych według miejsca zamieszkania w 2021 r.**  
**Chart 17. Sports equipment in households by the place of residence in 2021**



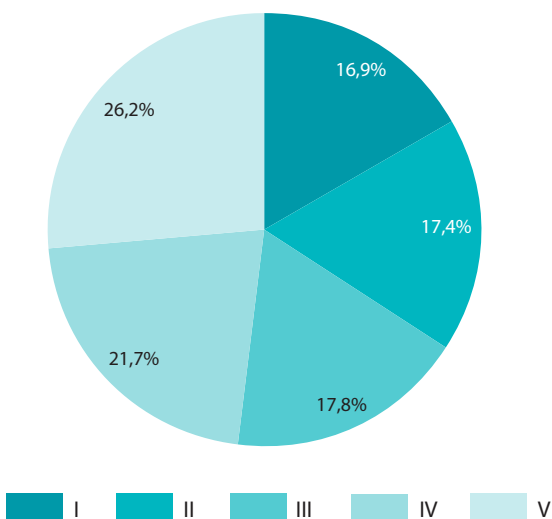
Analiza wyników badania pod względem przynależności do makroregionu pokazuje, że 90,1% gospodarstw położonych w makroregionie wschodnim, tj. w województwach: lubelskim, podkarpackim i podlaskim zadeklarowało posiadanie sprzętu sportowego. Gospodarstwa znajdujące się w tych trzech województwach najczęściej wskazywały, że posiadają: rower, sanki, rakiety do tenisa ziemnego, squasha, badmintonu i tenisa stołowego oraz piłkę do gier zespołowych. Za gospodarstwami z makroregionu wschodniego znalazły się gospodarstwa z makroregionu południowo-zachodniego (województwa dolnośląskie i opolskie), z których 87,5% wskazało, że posiada jakikolwiek sprzęt sportowy. W tym ma-

królestwie również rower, sanki i piłka do gier zespołowych były sprzętami najczęściej występującymi w gospodarstwach. Gospodarstwa z makroregionów północnego (województwa: kujawsko-pomorskie, pomorskie, warmińsko-mazurskie) i centralnego (województwa łódzkie i świętokrzyskie) charakteryzowały się podobnym odsetkiem posiadania sprzętu sportowego (odpowiednio 85,3% i 85,0%). Najniższy odsetek gospodarstw domowych posiadających jakikolwiek sprzęt sportowy wystąpił w makroregionie południowym (województwa małopolskie i śląskie) – 83,3%.

Gospodarstwa, w których zamieszkiwały osoby niepełnosprawne były gorzej wyposażone w sprzęt sportowy. Najczęściej wskazywały one na posiadanie roweru (78,1%), piłki do gier zespołowych (29,6%), sanek (29,3%) oraz innego sprzętu sportowego (19,1%). W żadnym z tych gospodarstw nie było sprzętu do windsurfingu lub kitesurfingu (w 2016 r. – 0,2%).

Wyposażenie gospodarstw domowych było zróżnicowane w zależności od sytuacji materialnej mieszkańców Polski. Analiza wyników przynależności do grup kwintylowych pokazała, że wyposażenie w sprzęt sportowy zadeklarowało 90,1% gospodarstw z najniższej grupy kwintylowej (w 2016 r. – 88,9%). Wiązało się to z bardzo częstym posiadaniem przez gospodarstwa należące do najniższej grupy kwintylowej popularnych sprzętów sportowych, takich jak: rower, piłka do gier zespołowych czy sanki. Wśród najzamożniejszej grupy mieszkańców Polski (gospodarstwa należące do V grupy kwintylowej) odsetek ten był nieco niższy i wyniósł 85,1% – o 2,0 p.proc. wyższy niż w poprzedniej edycji badania. Zauważono odwrotną zależność między dochodem gospodarstwa domowego, a deklarowanym posiadanym sprzętem. Odsetek gospodarstw wyposażonych w te najpopularniejsze sprzęty maleje wraz ze wzrostem dochodów. Tę samą tendencję zauważono już we wcześniejszych edycjach badania. Natomiast w przypadku sprzętu wymagającego wyższego nakładu finansowego, np. sprzęt do ćwiczeń siłowych, trenażer czy narty lub snowboard, jak również inny sprzęt sportowy, odsetek gospodarstw deklarujących ich posiadanie był największy wśród gospodarstw z V grupy kwintylowej.

**Wykres 18. Gospodarstwa domowe posiadające sprzęt sportowy według grup kwintylowych w 2021 r.**  
Chart 18. Households with sports equipment by quintile group in 2021





## Rozdział 4

### Chapter 4

## Sprawność fizyczna członków gospodarstw domowych

### Physical fitness of household members

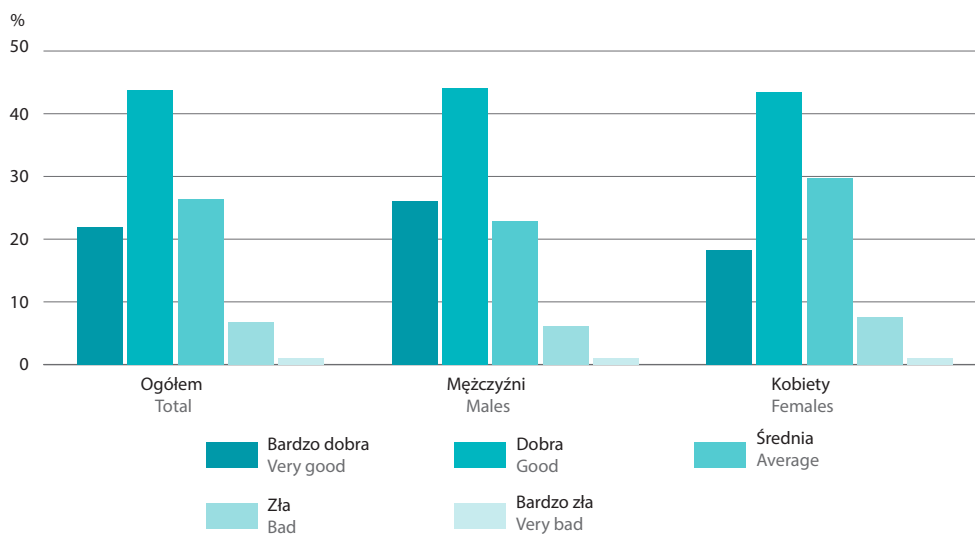
#### 4.1. Ocena ogólnej sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych

#### 4.1. Assessment of general physical fitness of household members

Oceny ogólnej sprawności mieszkańców Polski dokonano na podstawie odsetków członków gospodarstw domowych deklarujących jedną z pięciu kategorii sprawności (bardzo dobrą, dobrą, średnią, złą i bardzo złą).

Z zebranych danych wynika, że w okresie objętym badaniem (od 1.10.2020 r. do 30.09.2021 r.) bardzo dobrą i dobrą sprawnością pochwalić się mogło 65,7% mieszkańców Polski (w 2016 r. – 59,8%), w tym bardzo dobrą 22,0% (tj. o 1,5 p.proc. więcej niż w 2016 r.). Złą i bardzo złą ocenę swojej sprawności wykazało 7,8% osób, podczas gdy w 2016 r. taką sprawność zadeklarowało 12,5% badanych. Mężczyźni swoją sprawność ocenili subiektywnie wyżej niż kobiety. W 2021 r. odsetek osób oceniających swoją sprawność jako bardzo dobrą i dobrą wśród kobiet wyniósł 61,7%, a u mężczyzn – 70,1% (w 2016 r. było to 55,0% kobiet i 64,7% mężczyzn). Ocenę średnią dla swojej sprawności fizycznej zadeklarowało 29,7% kobiet i 22,9% mężczyzn, w poprzedniej edycji badania swoją sprawność tak oceniło 30,2% kobiet i 25,2% mężczyzn. Natomiast złą i bardzo złą kondycję (sprawność) wykazało 8,6% kobiet i 7,1% mężczyzn (w 2016 r. – 14,7% kobiet i 10,1% mężczyzn).

**Wykres 19. Subiektywna ocena sprawności członków gospodarstw domowych według płci w 2021 r.**  
Chart 19. Subjective assessment of fitness of household members by sex in 2021





**Tablica 11. Subiektywna ocena sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych według wieku w 2021 r.**

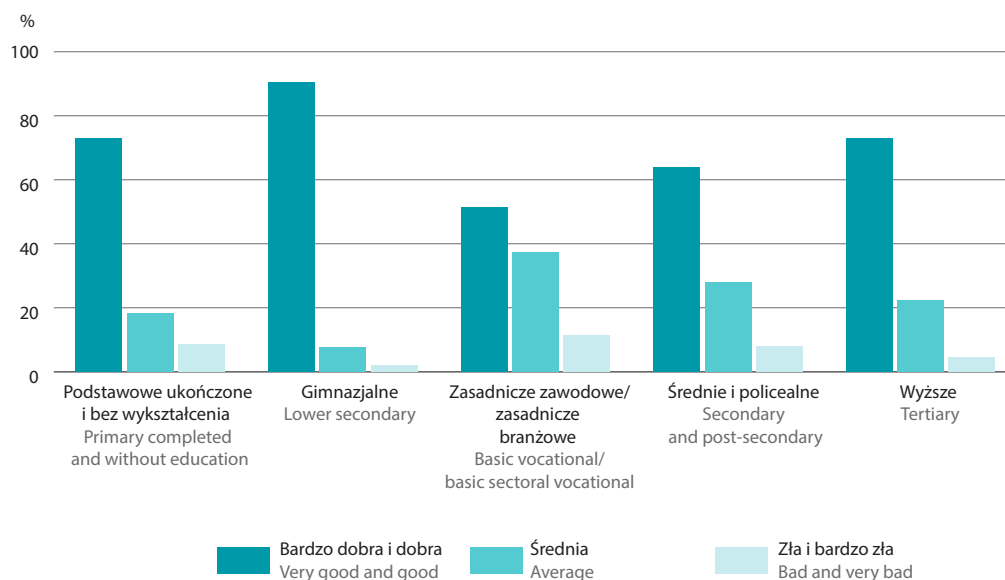
Table 11. Subjective assessment of fitness of household members by age in 2021

Wyszczególnienie Specification	Bardzo dobra Very good	Dobra Good	Średnia Average	Zła Bad	Bardzo zła Very bad
	w odsetkach in percent				
5–9 lat 5–9 years	65,3	33,1	1,5	0,1	-
10–14 lat 10–14 years	55,6	39,3	4,6	-	0,4
15–19 lat 15–19 years	55,2	38,2	5,4	1,3	-
20–29 lat 20–29 years	38,9	49,2	9,8	1,8	0,4
30–39 lat 30–39 years	27,1	55,3	15,3	2,0	0,3
40–49 lat 40–49 years	15,3	55,8	25,3	3,1	0,4
50–59 lat 50–59 years	6,9	51,4	34,8	6,5	0,4
60–69 lat 60–69 years	1,7	35,2	49,7	11,6	1,8
70 lat i więcej 70 years and over	0,9	16,4	50,8	27,1	4,7

W badaniu zauważono odwrotną do wieku subiektywną ocenę sprawności fizycznej. Bardzo dobrą i dobrą sprawność fizyczną najczęściej deklarowały osoby najmłodsze, w wieku 5–9 lat – 98,4%, 10–14 lat – 94,9% oraz w wieku 15–19 lat – 93,4% (w poprzednim badaniu było to odpowiednio 94,9%, 95,7% i 91,4%). Wraz z wiekiem forma fizyczna pogarszała się. Średnią sprawność fizyczną wskazało 49,7% osób w wieku 60–69 lat oraz 50,8% osób w grupie wiekowej 70 lat i więcej. Natomiast złą i bardzo złą sprawność w tych samych grupach wiekowych wskazało odpowiednio 13,4% i 31,8%.

### Wykres 20. Subiektywna ocena sprawności członków gospodarstw domowych według wykształcenia w 2021 r.

Chart 20. Subjective assessment of fitness of household members by education in 2021



Największy odsetek mieszkańców Polski deklarujących bardzo dobrą i dobrą sprawność fizyczną w gospodarstwach domowych dotyczył osób młodych – z wykształceniem gimnazjalnym – 90,4% i był nieco niższy niż w 2016 r., w którym wyniósł 92,2%. Wśród tych osób odsetek oceniających swoją sprawność jako złą i bardzo złą był natomiast na najniższym poziomie i wyniósł 2,1%.

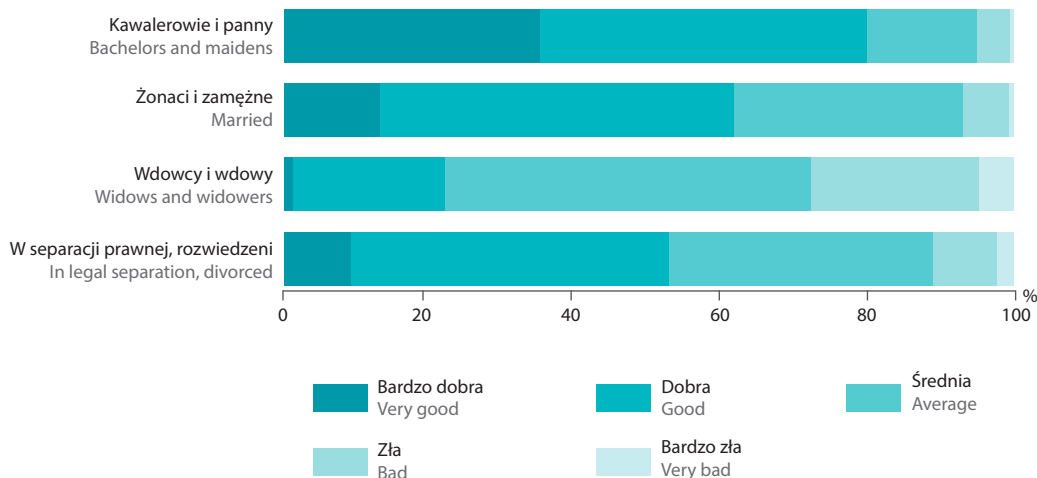
W 2021 r. 73,1% osób z wyższym wykształceniem oceniło swoją sprawność jako bardzo dobrą i dobrą, w poprzednim badaniu taką sprawność zadeklarowało 59,7%. Osoby z wykształceniem podstawowym ukończonym oraz osoby bez wykształcenia cieszyły się dość dobrą sprawnością fizyczną – 73,0% z nich wskazało na ocenę bardzo dobrą i dobrą, natomiast niecałe 9% na ocenę złą i bardzo złą. Osoby z wykształceniem średnim i policealnym w 64,0% oceniły swoją kondycję fizyczną na poziomie bardzo dobrym i dobrym, tylko 7,9% na poziomie złym i bardzo złym. Spośród pozostałych poziomów wykształcenia 51,3% osób z wykształceniem zasadniczym zawodowym lub zasadniczym branżowym wskazało, że posiada bardzo dobrą i dobrą sprawność fizyczną (w 2016 r. – 47,7%). Również w tej grupie respondentów wystąpił najwyższy odsetek (11,3%) oceniających swoją sprawność jako złą i bardzo złą.

Stan cywilny istotnie różnicuje subiektywną ocenę sprawności fizycznej. Ocenę bardzo dobrą i dobrą najczęściej wskazywali kawalerowie i panny – odpowiednio 35,0% i 44,8% (w 2016 r. – 34,9% i 43,8%). Wdowcy i wdowy w zaledwie 1% ocenili swoją sprawność na najwyższym poziomie. Połowa z nich wskazała, że ich sprawność jest na średnim poziomie (w 2016 r. – 38,5%), natomiast na złym i bardzo złym – odpowiednio 23,1% i 4,8% (w 2016 r. – 35,8% i 11,5%).

Żonaci mężczyźni i zamężne kobiety swoją sprawność ocenili jako dobrą – 48,5% (w 2016 r. – 42,5%). Niecały 1% z nich wskazał, że ocenia ją jako bardzo złą, w poprzedniej edycji badania było to 2,1%.

### Wykres 21. Subiektywna ocena sprawności członków gospodarstw domowych według stanu cywilnego w 2021 r.

Chart 21. Subjective assessment of fitness of household members by marital status in 2021



Innym czynnikiem, który analizowano w badaniu był charakter wykonywanej pracy. Osoby, które deklarowały, że ich praca ma charakter siedzący, niewymagający wysiłku fizycznego, w większości ocenili swoją sprawność jako bardzo dobrą i dobrą – 75,6% (w poprzednim badaniu było to 68,9%). Tylko 3,3% członków gospodarstw domowych, wykonujących pracę siedzącą, niewymagającą wysiłku fizycznego wskazało, że mają sprawność na poziomie złym i bardzo złym. Osoby, których praca wymagała wysiłku fizycznego w 58,0% ocenili swoją kondycję fizyczną jako dobrą, a w 17,4% jako bardzo dobrą. W 2016 r. było to odpowiednio 52,4% i 16,7%. Średnią ocenę swojej sprawności wskazało 23,2% członków gospodarstw domowych, którzy wykonywali pracę wymagającą wysiłku fizycznego, natomiast tylko 0,1% z nich oceniło ją jako bardzo złą. Natomiast wśród osób, których praca wymagała intensywnego wysiłku fizycznego nikt nie ocenił swojej sprawności jako bardzo złej, a ponad 50% z nich wskazało, że ocenia ją na poziomie dobrym.

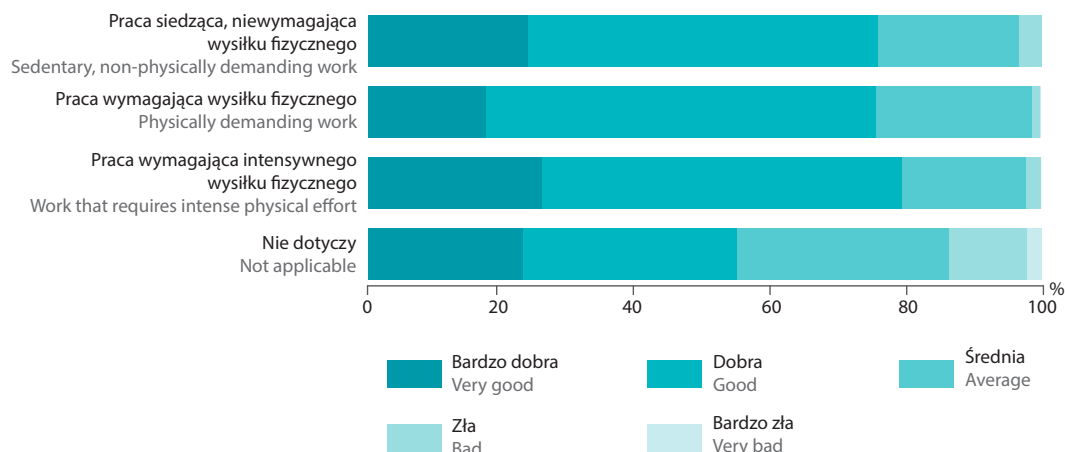
Zarówno kobiety, jak i mężczyźni wykonujący jakąkolwiek pracę, bez względu na rodzaj wymaganego wysiłku fizycznego w blisko 50% ocenili swoją sprawność na poziomie dobrym.

Kobiety, których praca nie wymagała wysiłku fizycznego i była pracą siedzącą, najczęściej oceniły swoją sprawność fizyczną jako dobrą (56,0%). Wśród mężczyzn natomiast taką ocenę najczęściej wskazała grupa tych, których praca wymagała wysiłku fizycznego (59,9%). W 2016 r. było to odpowiednio 49,5% kobiet i 52,8% mężczyzn. Mężczyźni, zarówno wykonujący pracę siedzącą, niewymagającą wysiłku, jak i ci, którzy wykonywali pracę wymagającą intensywnego wysiłku fizycznego, nie wskazali na ocenę bardzo złą.

Wśród osób, których praca nie dotyczyła (niepracujących i dzieci powyżej 5 lat) po około 30% wskazało, że ocenia swoją sprawność fizyczną jako bardzo dobrą, dobrą i średnią.

### Wykres 22. Subiektywna ocena sprawności członków gospodarstw domowych według charakteru wykonywanej pracy w 2021 r.

Chart 22. Subjective assessment of fitness of household members by nature of the work performed in 2021



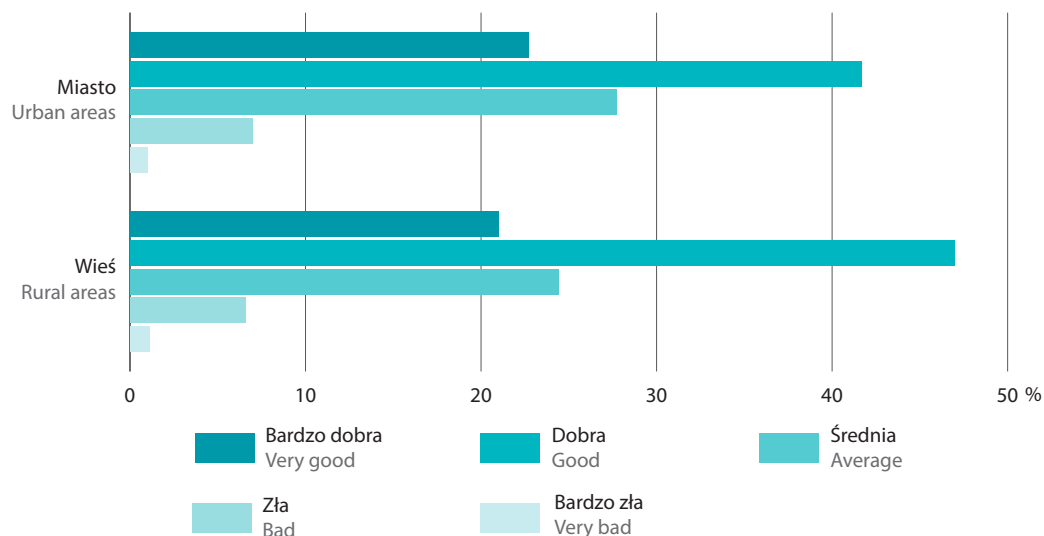
Badając zależność między oceną sprawności fizycznej a miejscem zamieszkania, stwierdzono, że nie ma znaczących różnic w samoocenie. Mieszkańcy miast swoją sprawność fizyczną w 41,7% określili jako dobrą (w 2016 r. – 39,1%), jako średnią – 27,7% (w 2016 r. – 28,9%), a 8,0% z nich wskazało na ocenę złą i bardzo złą (w 2016 r. – 12,7%). Mieszkańcy terenów wiejskich zadeklarowali, że 47,0% z nich miało sprawność dobrą, 24,4% – średnią, a złą i bardzo złą – 7,7%. W 2016 r. było to analogicznie 39,4%, 26,1% i 12,2%.

Najwyższy odsetek mieszkańców miast oceniających swoją sprawność jako bardzo dobrą i dobrą odnotowano w miastach liczących od 200 tys. do 499 tys. ludności (66,4%), a najniższy w miastach od 100 tys. do 199 tys. ludności (61,3%).

Na terenach wiejskich 71,5% mężczyzn oceniło swoją sprawność jako bardzo dobrą i dobrą, natomiast złą i bardzo złą wskazało 7,4% z nich. Wśród kobiet odsetek oceniających się w analogicznych kategoriach sprawności wyniósł 64,5% i 8,0%.

### Wykres 23. Subiektywna ocena sprawności członków gospodarstw domowych według miejsca zamieszkania w 2021 r.

Chart 23. Subjective assessment of fitness of household members by the place of residence in 2021



## 4.2. Samoocena sprawności fizycznej a uczestnictwo w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej

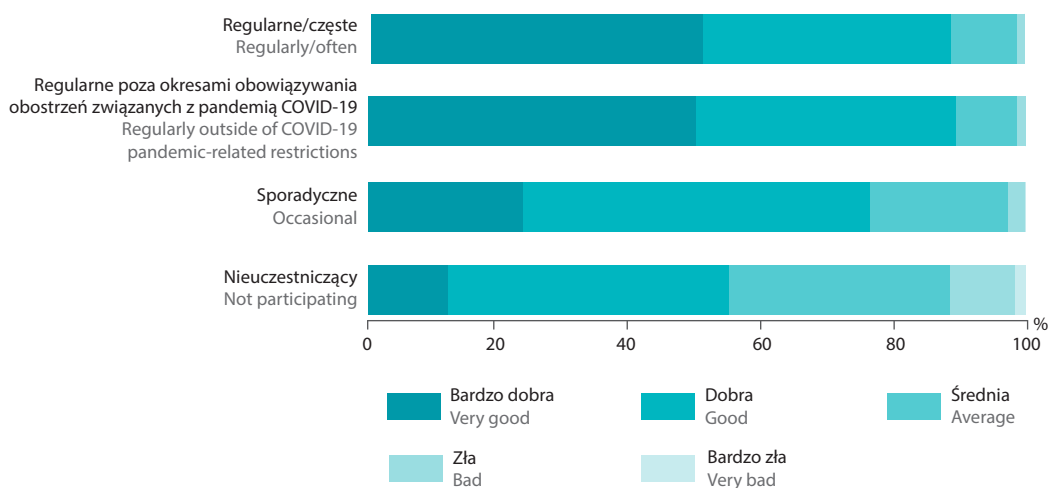
### 4.2. Self-assessment of fitness and participation in sports and recreational activities

Na podstawie wyników z przeprowadzonego badania stwierdzono, że 38,8% osób uczestniczyło w 2021 r. w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej (w 2016 r. było to 46,4%, a w 2012 r. – 45,9%). Spośród nich 53,0% (49,5% kobiet i 56,3% mężczyzn) w zajęciach brało udział regularnie.

Ponad połowa osób regularnie uczestniczących w zajęciach swoją sprawność oceniło jako bardzo dobrą, 38,4% – jako dobrą, 9,8% – średnią, a 1,5% – złą i bardzo złą.

#### Wykres 24. Subiektywna ocena sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych według uczestnictwa w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r.

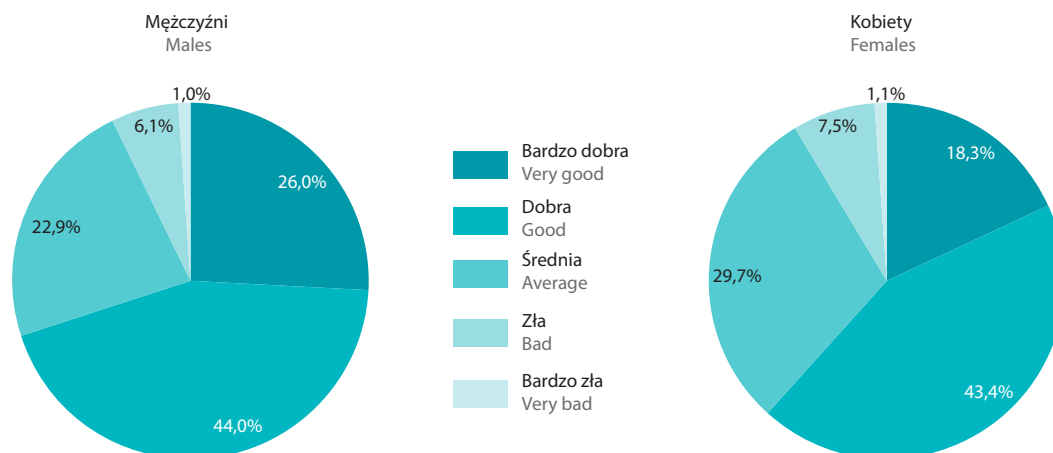
Chart 24. Subjective assessment of fitness of household members by participation in sports or recreational activities in 2021



Wśród kobiet regularnie uczestniczących w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej 44,3% wskazało, że cieszy się bardzo dobrą kondycją fizyczną, 42,3% – dobrą, a 2,0% odpowiedziało, że złą i bardzo złą. Swoją sprawność fizyczną jako bardzo dobrą i dobrą oceniło odpowiednio 55,2% i 35,2% mężczyzn deklarujących regularne uczestnictwo w zajęciach. Żaden z nich nie ocenił swojej kondycji jako bardzo złej.

**Wykres 25. Subiektywna ocena sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych a uczestnictwo w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według płci w 2021 r.**

Chart 25. Subjective assessment of fitness of household members and participation in sports or recreational activities by age in 2021



Sporadyczne<sup>8</sup> uczestnictwo spośród ćwiczących zadeklarowało 47,0% osób (kobiet – 50,5% i mężczyzn – 43,7%). W 2016 r. taką odpowiedź wskazało 53,3% członków gospodarstw domowych.

Wśród kobiet sporadycznie uczestniczących w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej 53,0% oceniło swoją sprawność fizyczną jako dobrą, 23,5% jako średnią, a zaledwie 1/5 z nich jako bardzo dobrą. Niecałe 3% kobiet sporadycznie uczestniczących w zajęciach wystawiło ocenę złą i bardzo złą dla swojej kondycji fizycznej. Mężczyźni sporadycznie uczestniczący w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej, podobnie jak kobiety, najczęściej ocenili swoją sprawność jako dobrą (52,6%), natomiast na drugim miejscu wskazali ocenę bardzo dobrą (26,7%). Ocenę złą i bardzo złą zadeklarowało 2,6% mężczyzn sporadycznie uczestniczących w zajęciach.

<sup>8</sup> Sporadyczne uczestnictwo oznacza uprawianie zajęć sportowych lub rekreacji ruchowej regularnie na przestrzeni całego badanego okresu, ale z małą częstotliwością (np. przeciętnie raz na miesiąc).

**Tablica 12. Subiektywna ocena sprawności fizycznej członków gospodarstw domowych według uczestnictwa w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej**

Table 12. Subjective assessment of fitness of household members by participation in sports or recreational activities

Wyszczególnienie Specification  a – 2016 b – 2021	Ogółem Total	Uczestnictwo w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej Participation in sports or recreational activities			Nieuczestniczący Non-participating	
		regularne/częste regularly/often	regularne poza okresami obowiązywania obostrzeń związanych z pandemią COVID-19 regularly outside the periods of restrictions related to the COVID-19 pandemic	sporadyczne occasional		
						w odsetkach in percent
Bardzo dobra Very good	a	100,0	46,6	.	24,0	29,4
	b	100,0	29,3	17,5	19,5	33,7
Dobra Good	a	100,0	22,6	.	31,6	45,9
	b	100,0	11,1	7,0	22,0	59,9
Średnia Average	a	100,0	10,5	.	23,5	66,0
	b	100,0	4,9	2,7	14,5	77,9
Zła Bad	a	100,0	3,0	.	8,3	88,6
	b	100,0	3,0	1,5	6,8	88,7
Bardzo zła Very bad	a	100,0	1,7	.	4,6	93,7
	b	100,0	0,6	-	1,8	97,6

Odsetek osób nieuczestniczących w żadnych zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r. wyniósł 61,2% (63,3% kobiet i 59,0% mężczyzn). W 2016 r. takich kobiet było 55,4%, a mężczyzn 51,6%. Osoby nieuczestniczące w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 12,1% oceniły swoją sprawność na poziomie bardzo dobrym. Wśród kobiet, które nie uczestniczyły w zajęciach 1,7% oceniło swoją kondycję fizyczną jako bardzo złą, a 10,6% jako złą. Ocenę średnią wskazało 36,7% z nich. Ponad 40% kobiet nieuczestniczących w żadnych zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej oceniło swoją sprawność na poziomie dobrym, natomiast 10,2% na poziomie bardzo dobrym. Podobnie ocenili się mężczyźni. Ocenę bardzo złą wskazało 1,6%, złą – 9,1%, średnią – 29,9%, natomiast dobrą i bardzo dobrą odpowiednio 45,0% i 14,4% mężczyzn nieuczestniczących w żadnych zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej.

## Rozdział 5

### Chapter 5

## Uwarunkowania uczestnictwa w sporcie i rekreacji ruchowej członków gospodarstw domowych

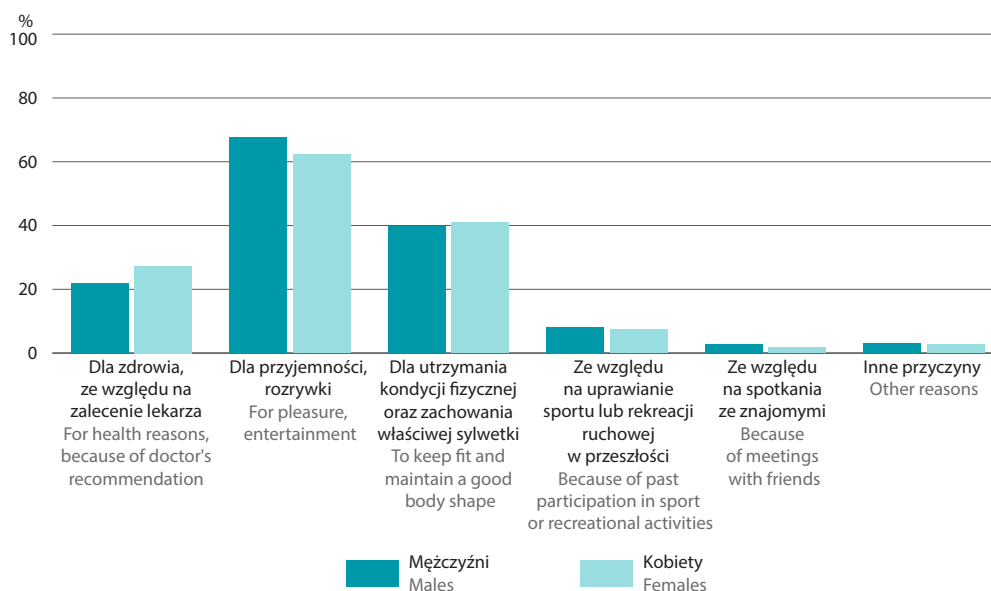
### Determinants of participation in sport and recreational activities of household members

#### 5.1. Motywy uprawiania sportu lub rekreacji ruchowej

##### 5.1. Reasons for practising sport or recreational activities

Analiza wyników badania pokazuje, że mieszkańcy Polski jako motywy uprawiania sportu lub rekreacji ruchowej<sup>9</sup> najczęściej wskazywali przyjemność i rozrywkę, którymi kierowało się 65,0% osób – 67,5% mężczyzn i 62,3% kobiet. W poprzednich edycjach badania był to również główny motyw uczestnictwa w sporcie. W 2016 r. wybrało go 58,5% badanych – 62,2% mężczyzn oraz 55,0% kobiet, natomiast w 2012 r. odpowiednio: 66,0%, 70,8% i 61,3%. Istotnym czynnikiem była także chęć utrzymania kondycji fizycznej oraz zachowania właściwej sylwetki, na co wskazało 39,8% mężczyzn i 41,0% kobiet. Co czwarty mieszkaniec Polski uznał, że uprawia sport lub rekreację ruchową dla zdrowia lub ze względu na zalecenie lekarza, jednak częściej dotyczyło to kobiet – 27,3% niż mężczyzn – 21,9%. W poprzednich edycjach badania respondenci w takiej samej kolejności wskazywali ważność motywów uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej.

**Wykres 26. Motywy uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej w 2021 r.**  
Chart 26. Reasons for participation in sport or recreational activities in 2021

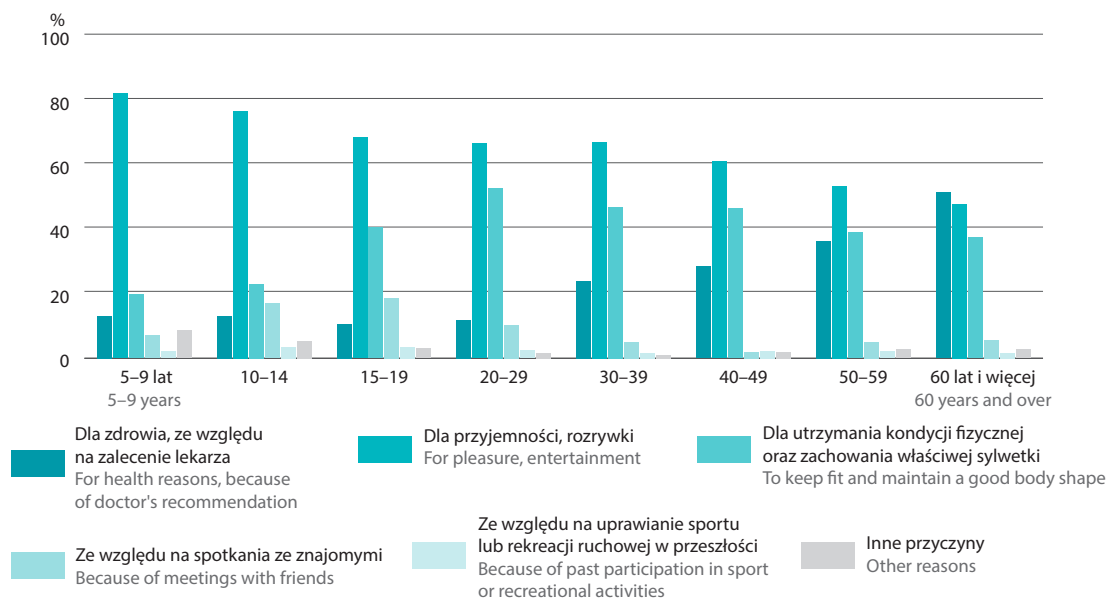


<sup>9</sup> Na pytanie dotyczące motywów uprawiania sportu lub rekreacji ruchowej respondent mógł wskazać maksymalnie dwie odpowiedzi.



Motyw uprawiania sportu związany z rozrywką i przyjemnością przeważał we wszystkich grupach wiekowych mieszczących się w przedziale 5–59 lat. W najmłodszych grupach (5–9 oraz 10–14 lat) odpowiedź tę wskazało odpowiednio 82,4% i 76,9%. Wraz z wiekiem odsetek osób, które kierowały się tym motywem stopniowo malał, głównie na rzecz zdrowia i ze względu na zalecenie lekarza. W grupie sześćdziesięciolatków i starszych zdrowie przeważało nad rozrywką o 3,6 p.proc. Drugim istotnym powodem, dla którego osoby w wieku do 59 lat uprawiały sport lub rekreację ruchową była chęć utrzymania kondycji fizycznej oraz zachowania właściwej sylwetki. Aspekt ten miał największe znaczenie u osób w grupie wiekowej 20–29 lat – 53,0%. Trzecim z najczęściej wymienianych powodów przez respondentów 20-letnich i starszych była dbałość o zdrowie, a odsetek ten wzrastał wraz z wiekiem (najmniejszy był wśród osób 20–29 lat – 11,9%). Osoby w młodym wieku (10–19 lat) natomiast często jako motyw uprawiania sportu wymieniały spotkania ze znajomymi (w grupie wiekowej 15–19 lat – 18,7%, a wśród 10–14 latków – 17,0%).

**Wykres 27. Motywy uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej według wieku w 2021 r.**  
Chart 27. Reasons for participation in sport or recreational activities by age in 2021



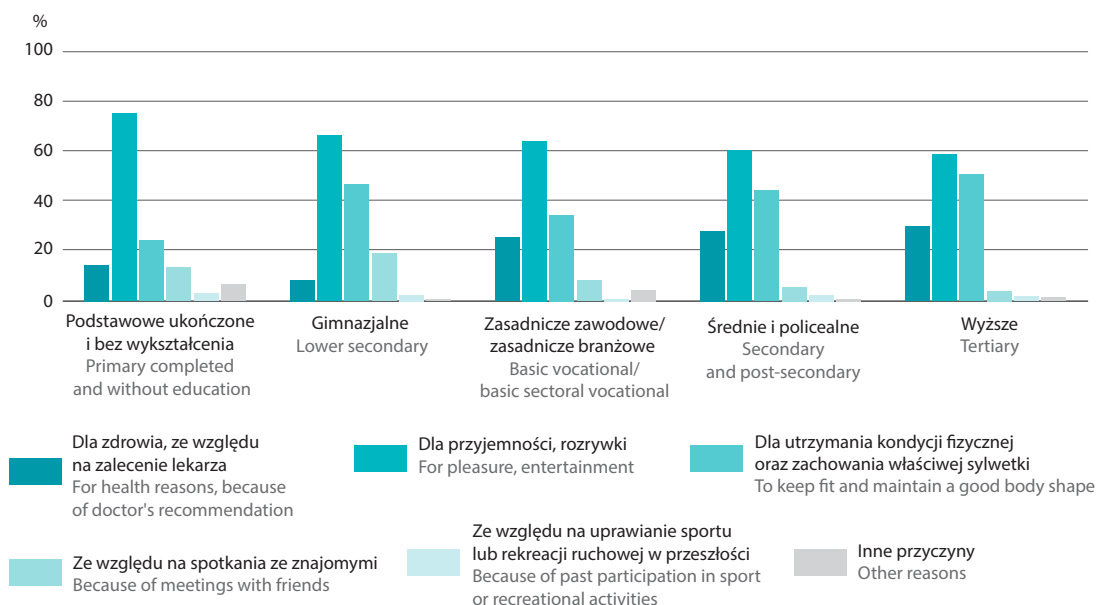
Mężczyźni częściej niż kobiety wskazywali rozrywkę i przyjemność jako motyw uprawiania sportu lub rekreacji ruchowej (67,5% mężczyzn i 62,3% kobiet). Kobiety z kolei częściej wskazywały utrzymanie kondycji fizycznej – 41,0% oraz zdrowie i zalecenie lekarza – 27,3% (mężczyźni odpowiednio – 39,8% i 21,9%).

Z analizy poziomu wykształcenia wynika, że we wszystkich grupach najistotniejszym motywem podejmowania aktywności fizycznej było odczuwanie przyjemności i rozrywka. Jednak wraz ze wzrostem poziomu wykształcenia malało znaczenie tego motywu. W grupie osób z wykształceniem podstawowym i bez wykształcenia odsetek ćwiczących dla przyjemności wyniósł 76,0%, zasadniczym zawodowym lub zasadniczym branżowym – 64,7%, a w grupie legitymujących się wykształceniem wyższym – 59,4%.

Utrzymanie kondycji fizycznej oraz zachowanie właściwej sylwetki największe znaczenie miało dla osób z wykształceniem wyższym – 51,1%. Respondenci z wykształceniem gimnazjalnym w 47,1%, a z wykształceniem średnim i policealnym w 44,4% opowiedzieli się, że uprawiają sport, aby poprawić swoją kondycję fizyczną.

Aspekt zdrowotny zyskiwał na popularności w grupach z wyższym poziomem wykształcenia. Ze względu na spotkania ze znajomymi natomiast częściej aktywność sportową podejmowały osoby z niższym poziomem wykształcenia.

**Wykres 28. Motywy uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej według wykształcenia w 2021 r.**  
**Chart 28. Reasons for participating in sport or recreational activities by education in 2021**



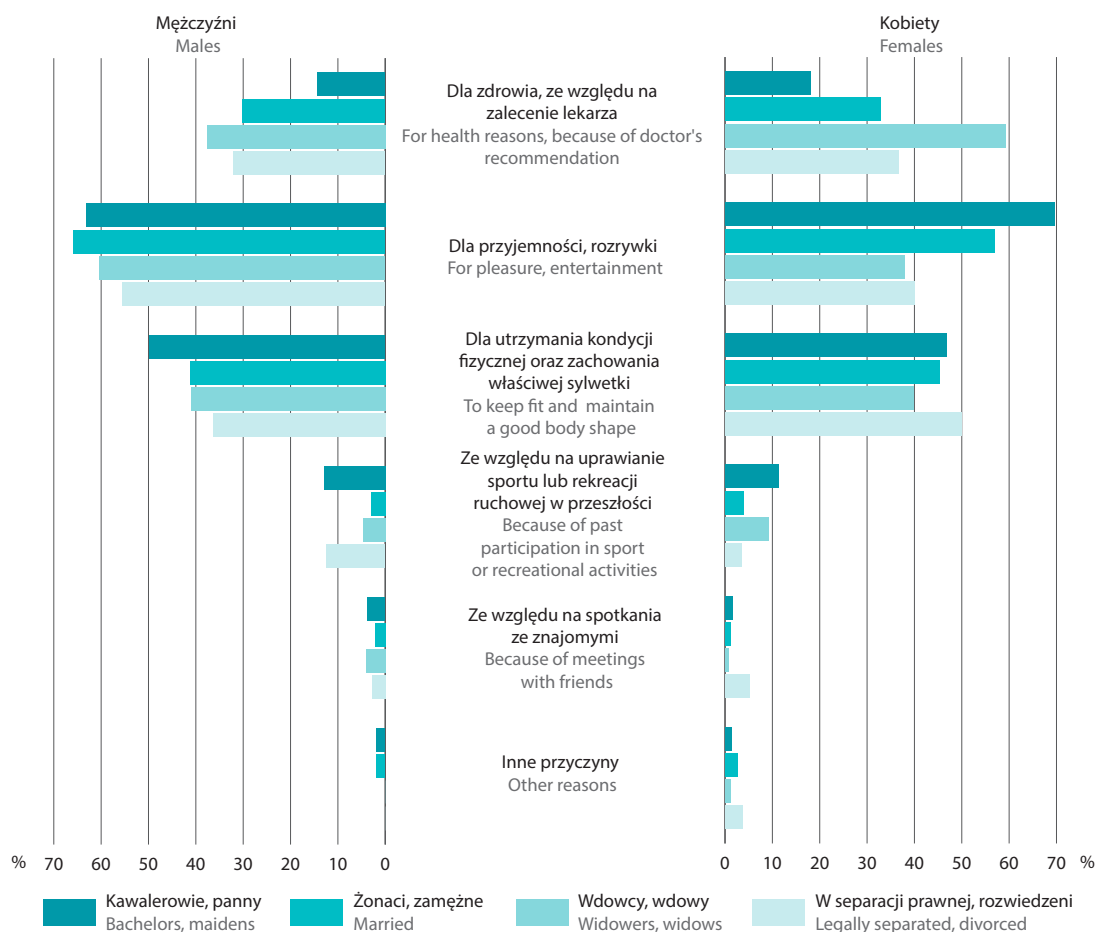
Zależność pomiędzy motywacją do uczestnictwa w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej a stanem cywilnym członków gospodarstw domowych kształtowała się podobnie jak w przypadku wieku i wykształcenia. Przyjemnością i rozrywką kierowało się 66,0% kawalerów i panien oraz 61,4% osób będących w związkach małżeńskich. Motyw ten na drugim miejscu znalazł się w wyborze wdowców i wdów, a także osób pozostających w separacji prawnej oraz rozwiedzionych.

Chęć utrzymania kondycji fizycznej oraz zachowania właściwej sylwetki zadeklarowało 48,4% osób w stanie cywilnym kawaler/panna oraz 43,2% żonaty i zamężnych. Osoby rozwiedzione oraz pozostające w separacji prawnej motyw ten wybrały na pierwszym miejscu (45,9%).

Sport dla zdrowia uprawiali głównie wdowcy i wdowy. Na trzecim miejscu aspekt ten znalazł się wśród osób z grupy pozostających w separacji (35,3%), żonaty i zamężnych (31,5%) oraz kawalerów i panien (15,9%).

Przy podziale powyższych grup na płeć zauważyć można różnicę w motywach, jakimi kierowano się w podejmowaniu aktywności fizycznej. Dla rozrywki i przyjemności częściej uczestniczyły w zajęciach sportowych panny niż kawalerowie (o 6,4 p.proc.), a w pozostałych grupach dominowali mężczyźni (wdowcy – o 22,3 p.proc., rozwiedzeni – o 15,5 p.proc., żonaci – o 8,9 p.proc.). Dla dobrej kondycji oraz zachowania właściwej sylwetki częściej ćwiczyli kawalerowie i wdowcy, natomiast dla zdrowia w każdej z opisywanych grup dominowały kobiety.

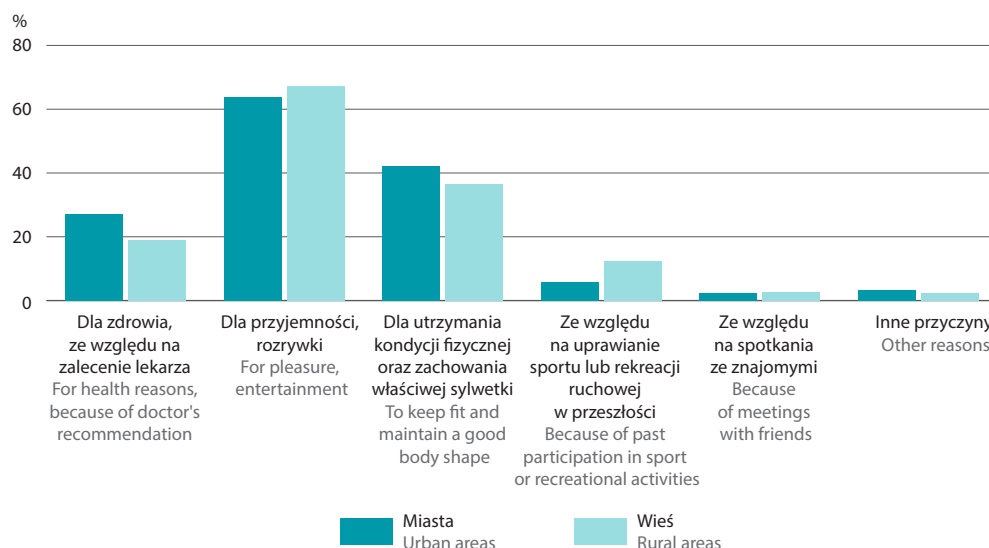
**Wykres 29. Motywy uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej według stanu cywilnego i płci w 2021 r.**  
**Chart 29. Reasons for participation in sport or recreational activities by marital status and age in 2021**



Miejsce zamieszkania nie miało znaczącego wpływu na zróżnicowanie motywacji respondentów do podejmowania aktywności fizycznej. Zarówno wśród mieszkańców miast, jak i obszarów wiejskich dominowały trzy podstawowe motywy: przyjemność i rozrywka, chęć utrzymania kondycji fizycznej i zachowania właściwej sylwetki oraz dbałość o zdrowie.

Częstotliwość wyboru motywu rozrywkowego była wyższa wśród osób zamieszkujących obszary wiejskie o 3,4 p.proc. Z kolei aspekt zdrowotny, czyli chęć utrzymania kondycji fizycznej oraz dbałość o zdrowie częściej wykazywany był przez mieszkańców miast – odpowiednio o 5,6 p.proc. i o 8,3 p.proc.

**Wykres 30. Motywy uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej według miejsca zamieszkania w 2021 r.**  
**Chart 30. Reasons for participation in sport or recreational activities by the place of residence in 2021**



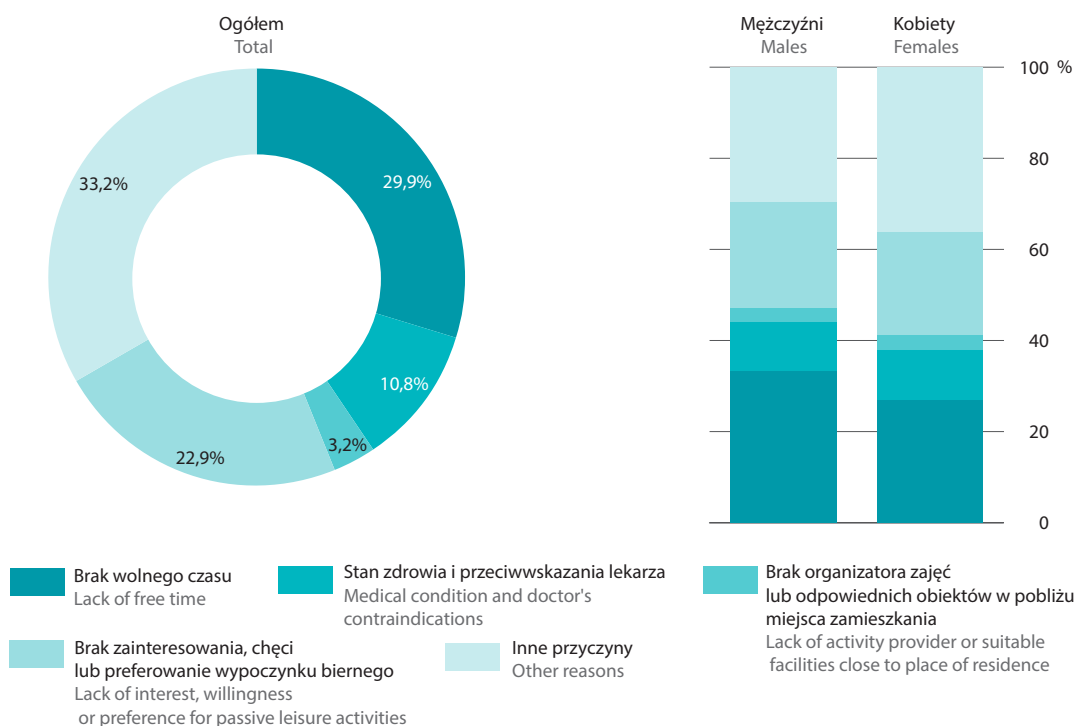
Niepełnosprawni członkowie gospodarstw domowych uczestniczący w sporcie lub rekreacji ruchowej deklarowali, że robią to przede wszystkim dla zdrowia lub ze względu na zalecenie lekarza (52,0%). Prawie 40% z nich uczęszczało na zajęcia sportowe lub rekreacji ruchowej dla przyjemności, a 30,2% dla zachowania właściwej sylwetki lub utrzymania kondycji fizycznej. W poprzedniej edycji badania na pierwszym miejscu niepełnosprawni wybierali przyjemność – 45,3%, a na kolejnych motyw zdrowia – 29,9% oraz utrzymanie kondycji fizycznej – 19,0%.

## 5.2. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej

### 5.2. Reasons for non-participation in sport or recreational activities

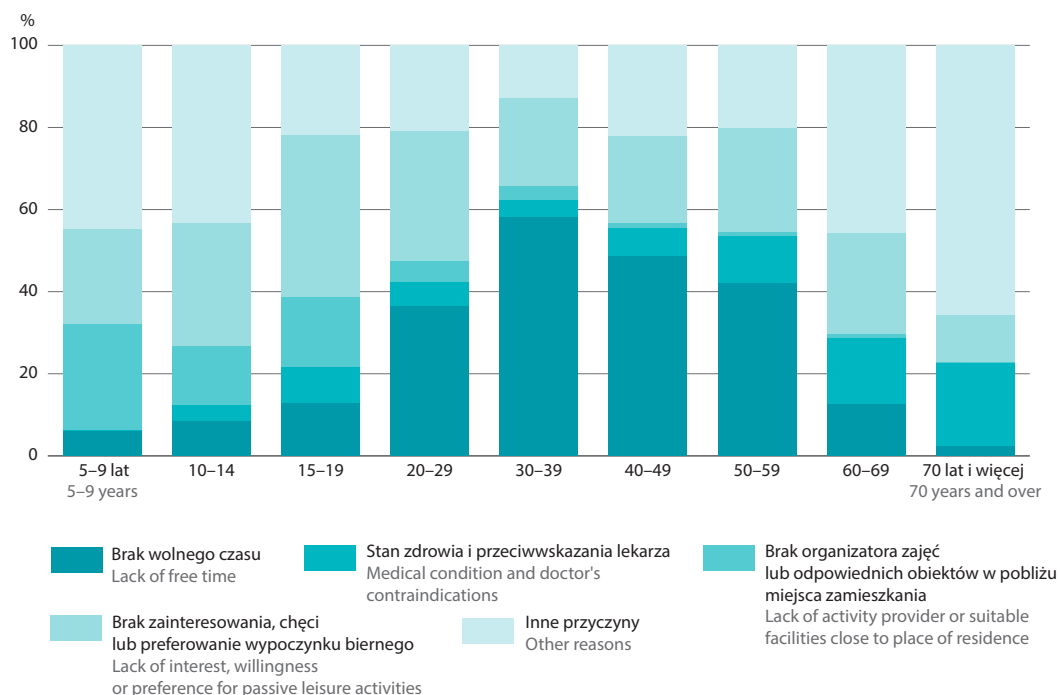
Jednym z celów przeprowadzenia badania było pozyskanie informacji o najważniejszych czynnikach utrudniających bądź uniemożliwiających uczestnictwo mieszkańcom Polski w sporcie lub rekreacji ruchowej. Podobnie jak w poprzednich latach, dla około 30% osób najpoważniejszą przyczyną nieuczestniczenia w zajęciach sportowych był brak wolnego czasu (w 2021 r. – 29,9%, w 2016 r. – 30,3%). Powód ten częściej dotyczył mężczyzn – 33,3% (w 2016 r. – 34,7%) niż kobiet – 26,9% (w 2016 r. – 26,4%). Drugą poważną przeszkodą był brak zainteresowania, chęci podejmowania wysiłku fizycznego lub preferowanie biernego wypoczynku – 22,9% (w 2016 r. – 19,1%). Wskazywali ją zarówno mężczyźni – 23,2%, jak i kobiety – 22,7% (w 2016 r. odpowiednio 19,9% i 18,4%). Równie istotną przeszkodą okazał się wiek, który wskazało 17,1% respondentów (w 2016 r. – 13,7%). Kobiety częściej niż mężczyźni deklarowały go jako przyczynę nieuczestniczenia w sporcie i rekreacji ruchowej (kobiety – 19,6%, mężczyźni – 14,2%). Prawie 11% osób nie uprawiało sportu ze względu na stan zdrowia i przeciwwskazania lekarza. Pozostałe bariery (w tym: zmęczenie – 5,4%, obostrzenia związane z pandemią COVID-19 – 4,2%, brak organizatora zajęć lub odpowiednich obiektów w pobliżu miejsca zamieszkania – 3,2%) dotyczyły mieszkańców Polski znacznie rzadziej.

**Wykres 31. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej w 2021 r.**  
**Chart 31. Reasons for non-participation in sport or recreational activities in 2021**



Jednym z czynników, które różnicują mieszkańców Polski ze względu na deklarowany powód braku aktywności fizycznej był wiek. W grupie najmłodszych (5–9 lat) głównymi przeszkodami były: brak organizatora zajęć lub odpowiednich obiektów w pobliżu miejsca zamieszkania – 32,0% (w 2016 r. – 21,8%), brak zainteresowania, chęci uczestniczenia w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej lub preferowanie wypoczynku biernego – 22,4% (w 2016 r. – 25,1%) oraz obostrzenia związane z pandemią COVID-19 – 20,1%. Dzieci i młodzież z grup wiekowych 10–14 i 15–19 lat wskazały jako główną barierę brak zainteresowania lub chęci do aktywnego spędzania wolnego czasu – odpowiednio 28,1% i 44,9%. Kolejne przeszkody dla młodzieży (10–14 lat) to obostrzenia związane z pandemią – 25,0% i brak organizatora zajęć – 16,7%. Młodzież (15–19 lat) natomiast jako ważniejsze powody podawała brak organizatora – 19,6% oraz brak wolnego czasu – 14,2%. Respondenci w wieku 20–59 lat jako najważniejszy powód nieuczestniczenia w zajęciach sportowych wskazali brak wolnego czasu (47,2%), w tym najczęściej stanowił on przeszkodę w grupie wiekowej 30–39 lat – 58,1%. Na drugim miejscu znalazło się preferowanie biernego wypoczynku oraz brak zainteresowania i chęci uprawiania sportu. Osoby 60-letnie i starsze w ponad 40% zadeklarowały, że główną przyczyną ich nieuczestniczenia w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej był wiek.

**Wykres 32. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej według wieku w 2021 r.**  
**Chart 32. Reasons for non-participation in sport or recreational activities by age in 2021**

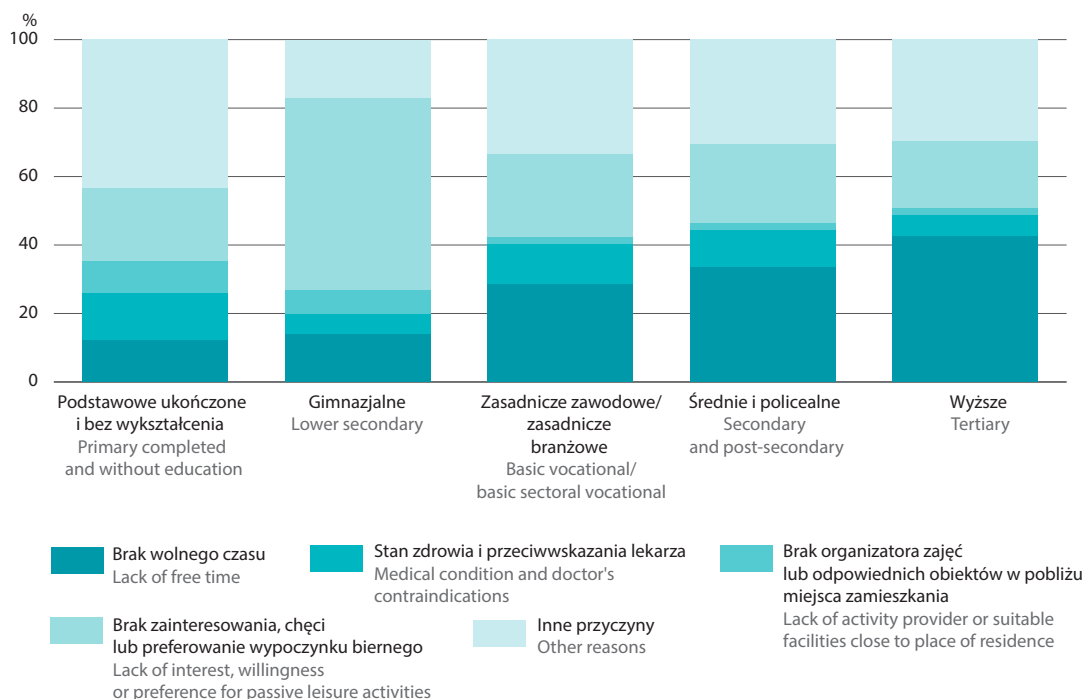


Kolejnym czynnikiem, który miał wpływ na wybór przyczyn nieuczestniczenia w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej był poziom wykształcenia.

Brak zainteresowania i chęci lub preferowanie wypoczynku biernego to najważniejszy powód dla osób z wykształceniem gimnazjalnym – wskazała go ponad połowa respondentów (55,9%) z tej grupy (w 2016 r. – 32,8%). Przez osoby z pozostałym wykształceniem powód ten wskazany był na drugim miejscu. Najistotniejszą przeszkodą uniemożliwiającą podjęcie ćwiczeń fizycznych dla respondentów z wykształceniem zasadniczym zawodowym, średnim i policealnym oraz wyższym był brak wolnego czasu. Jego znaczenie było tym większe im wyższy poziom wykształcenia respondenta (odpowiednio 28,4%, 33,4% i 42,5%). Odsetek odpowiedzi w poszczególnych grupach układał się podobnie jak w poprzedniej edycji badania, w której wyniósł analogicznie – 31,5%, 37,3% oraz 46,7%. Tak jak w 2016 r. wśród osób bez wykształcenia lub z wykształceniem podstawowym głównym powodem braku aktywności fizycznej był wiek – 23,8% (2016 r. – 27,7%).

Zarówno dla osób pozostających w związku małżeńskim, jak i rozwiedzionych bądź w separacji, największą barierę uczestnictwa w sporcie stanowił brak wolnego czasu – odpowiednio 36,9% i 30,2%. W 2016 r. był on również wskazywany przez te osoby najczęściej i wyniósł – 37,2% i 29,8%. Kawalerowie i panny nie uprawiali sportu przede wszystkim przez brak zainteresowania, chęci lub preferowanie biernego wypoczynku – 32,6% (w 2016 r. przyczyna ta zajęła drugie miejsce – 28,9%), a wdowcy i wdowcy ze względu na wiek – 49,0% (w 2016 r. – 47,3%).

**Wykres 33. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej według wykształcenia w 2021 r.**  
**Chart 33. Reasons for non-participation in sport or recreational activities by education in 2021**



Wśród mieszkańców miast najczęstszą przyczyną nieuczestniczenia w aktywności fizycznej był brak wolnego czasu – 27,1% (w 2016 r. – 29,4%), następnie brak zainteresowania, chęci uczestnictwa w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej lub preferowanie wypoczynku biernego – 22,7% (w 2016 r. – 20,4%), wiek – 17,8% (w 2016 r. – 14,1%) oraz stan zdrowia i przeciwwskazania lekarza – 17,8% (w 2016 r. – 19,8%).

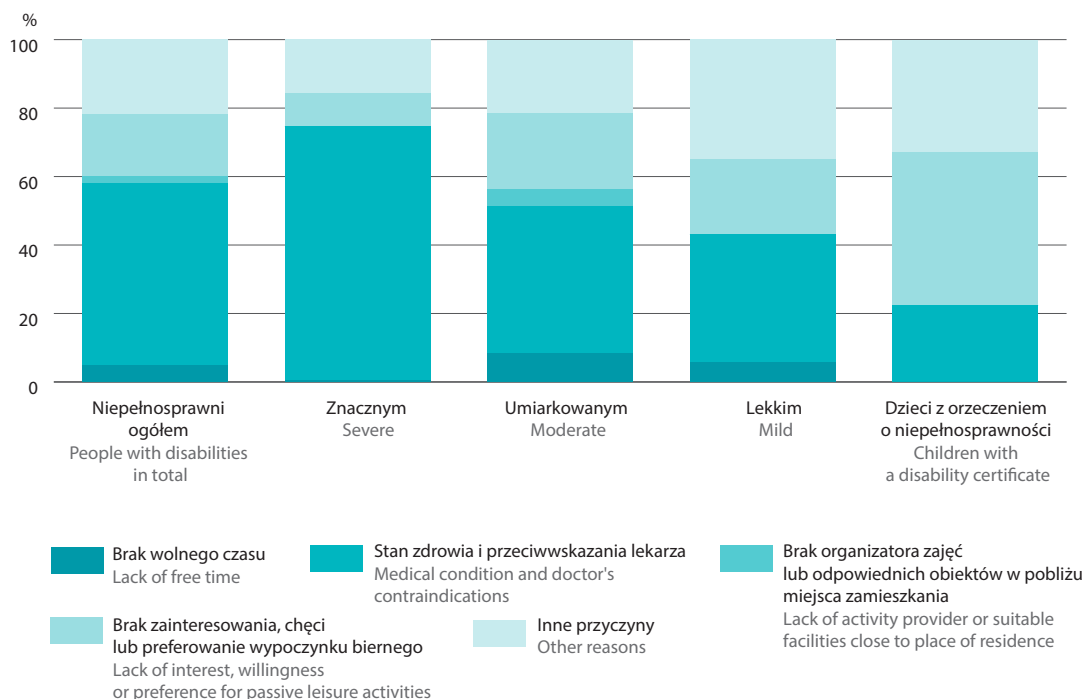
W przypadku mieszkańców obszarów wiejskich przyczyny nieuczestniczenia w sporcie były podobne jak w przypadku mieszkańców miast. Brak wolnego czasu odnotowano u 33,5% respondentów (w 2016 r. – 31,4%), brak zainteresowania i chęci u 23,2% (w 2016 r. – 17,4%), wiek u 16,1% (w 2016 r. – 13,2%), natomiast stan zdrowia u 9,6% (w 2016 r. – 16,1%). Na kolejnym miejscu na obszarach wiejskich znalazło się zmęczenie (6,2%), a wśród mieszkańców miast – obostrzenia związane z pandemią COVID-19 (6,0%).

W przypadku osób niepełnosprawnych bariery uczestnictwa w aktywności fizycznej związane były głównie z sytuacją zdrowotną. Podobnie jak w poprzedniej edycji badania ponad połowa respondentów (53,4%) posiadających orzeczenie o niepełnosprawności wskazała stan zdrowia i przeciwwskazania lekarza jako główne ograniczenie uprawiania sportu (w 2016 r. – 57,4%). W drugiej kolejności wymieniany był brak zainteresowania, chęci na aktywność ruchową lub preferowanie wypoczynku biernego – 18,1% (w 2016 r. – 11,8%). Następną przeszkodą nieuczestniczenia w sporcie był wiek – 15,2% (w 2016 r. – 16,1%).

Wśród osób o znacznym stopniu niepełnosprawności bariera stanu zdrowia dotyczyła 74,1% mężczyzn i 74,5% kobiet. Odsetek osób uznających barierę zdrowotną jako najważniejszą zmniejszał się wraz ze stopniem niepełnosprawności. W przypadku mężczyzn o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności odsetek ten wyniósł 43,1%, a w przypadku kobiet – 42,8%. Niepełnosprawni z lekkim stopniem niepełnosprawności przyczynę zdrowotną wybrali w 38,3% – mężczyźni i w 36,6% – kobiety.

Dzieci z orzeczeniem o niepełnosprawności nie uczestniczyły w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej głównie ze względu na brak zainteresowania, chęci lub preferowanie biernego wypoczynku – 44,6% (w 2016 r. – 3,5%). Stan zdrowia i przeciwwskazania lekarza były dla nich kolejną barierą – 22,3% (w 2016 r. – 48,9%), a następną brak towarzystwa – 19,5% (w 2016 r. nikt nie wskazał takiej przyczyny).

**Wykres 34. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej osób niepełnosprawnych w 2021 r.**  
**Chart 34. Reasons for non-participation in sport or recreational activities of persons with disabilities in 2021**



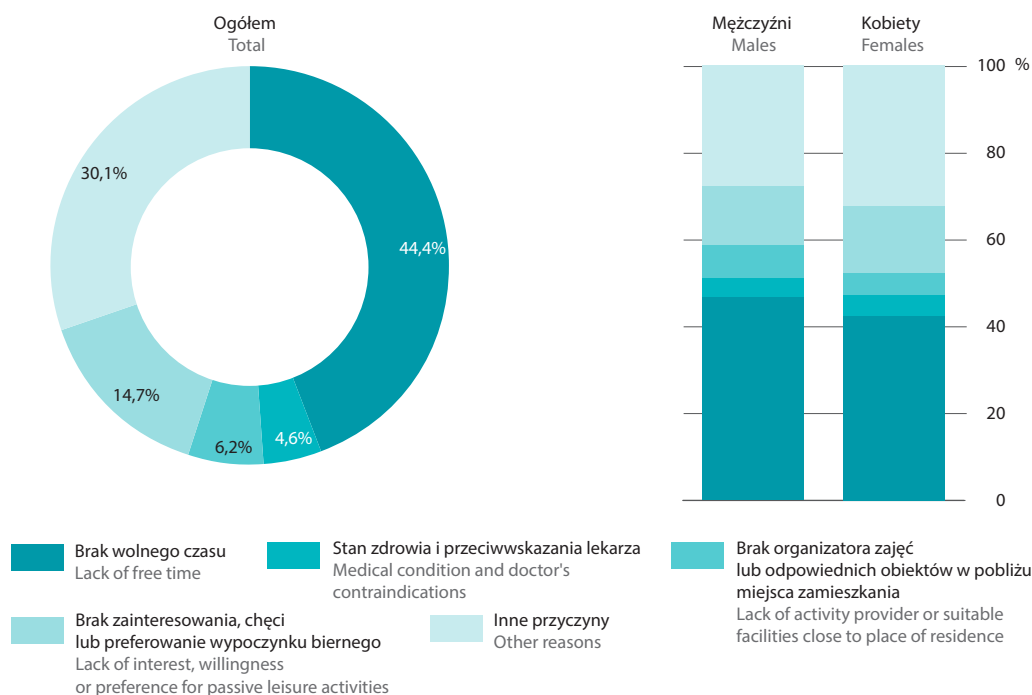
### 5.3. Przyczyny sporadycznego uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej

### 5.3. Reasons for occasional participation in sport or recreational activities

Prawie 1/5 członków gospodarstw domowych zadeklarowała sporadyczne uczestnictwo w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej. Respondenci z tej grupy za główny powód nieczęstego uprawiania sportu podawali brak wolnego czasu – 44,4% (w 2016 r. – 48,7%). Brak zainteresowania lub preferowanie wypoczynku biernego to powód, który pod względem liczby osób wybierających go znalazł się na drugim miejscu – 14,7% (w 2016 r. – 14,9%). Równie często podawaną przyczyną sporadycznego uczestnictwa w sporcie były obostrzenia związane z pandemią COVID-19, przy czym częściej wybierały go kobiety – 11,7% niż mężczyźni – 10,2%. Obawa przed zarażeniem COVID-19 nie była istotną przyczyną sporadycznego uprawiania sportu – wybrało ją zaledwie 1,4% respondentów.



**Wykres 35. Przyczyny sporadycznego uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej w 2021 r.**  
**Chart 35. Reasons for occasional participation in sport or recreational activities in 2021**



Dzieci w wieku 5–14 lat sporadycznie uczestniczyli w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej głównie ze względu na obostrzenia związane z pandemią COVID-19. Odsetek takich osób w przedziale wiekowym 5–9 lat wyniósł 57,7%, a wśród 10–14-latków – 26,8%. Dzieci do 9 roku życia nieczęsto uprawiały sport również ze względu na brak organizatora zajęć lub brak odpowiednich obiektów w pobliżu miejsca zamieszkania – 22,3% (w 2016 r. – 32,2%), natomiast starsze (10–14 lat) z powodu braku zainteresowania, chęci lub preferowanie biernego wypoczynku – 20,5% (w 2016 r. – 17,3%).

Młodzież w wieku 15–19 lat jako powód niezbyt częstego uprawiania sportu podawała brak chęci i zainteresowania aktywnością fizyczną – 28,5% (w 2016 r. – 25,9%) oraz brak wolnego czasu – 21,0% (w 2016 r. – 31,3%). Ponad połowa osób w wieku 20–59 lat na pierwszym miejscu wybrała brak wolnego czasu, przy czym największy odsetek zanotowano wśród respondentów 40–49-letnich – 63,3%. Osoby 60-letnie i starsze sport uprawiały sporadycznie ze względu na wiek – 30,4% (w 2016 r. – 25,6%), a w dalszej kolejności przez brak wolnego czasu – 16,9% (w 2016 r. – 15,4%) oraz brak zainteresowania i preferowanie biernego wypoczynku – 14,0% (w 2016 r. – 18,7%).

Główną przyczyną sporadycznego uprawiania sportu przez osoby z wyższym wykształceniem był brak wolnego czasu (58,9%). Podobnie wypowiedzieli się respondenci z wykształceniem średnim i policealnym (49,8%) oraz zasadniczym zawodowym (41,9%). Im poziom wykształcenia był niższy, tym brak czasu był mniej istotny. Odsetek osób z wykształceniem gimnazjalnym podających tę przyczynę wyniósł 18,5%, a z ukończonym wykształceniem podstawowym i bez wykształcenia – 17,0%. Brak zainteresowania i chęci podejmowania wysiłku fizycznego był drugim w kolejności powodem rzadkiego uprawiania sportu przez osoby z wykształceniem co najmniej średnim i policealnym. Osoby z wykształceniem zasadniczym zawodowym i branżowym na drugim miejscu podawały zmęczenie.

**Tablica 13. Wybrane przyczyny sporadycznego uczestnictwa w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według wykształcenia i płci w 2021 r.**

Table 13. Selected reasons for occasional participation in sports or recreational activities by education and sex in 2021

Wyszczególnienie Specification	Brak wolnego czasu Lack of free time	Stan zdrowia i przeciwwskazania lekarza Medical condition and doctor's contraindications	Brak towarzystwa Lack of company	Zmęczenie Fatigue	Brak organizatora zajęć lub odpowiednich obiektów w pobliżu miejsca zamieszkania Lack of activity provider or suitable facilities close to place of residence	Brak zainteresowania, chęci lub preferowanie biernego wypoczynku Lack of interest, willingness or preference for passive leisure activities	Obostrzenia związane z pandemią COVID-19 Restrictions related to the COVID-19 pandemic
<b>Wykształcenie podstawowe ukończone i bez wykształcenia</b> Primary completed education and without education							
Mężczyźni Males	21,1	6,1	1,9	0,3	15,1	16,6	20,3
Kobiety Females	14,0	5,7	6,1	1,2	11,5	26,8	20,4
<b>Wykształcenie gimnazjalne</b> Lower secondary education							
Mężczyźni Males	23,2	3,0	-	6,1	30,4	22,8	8,1
Kobiety Females	14,0	3,8	14,2	-	12,5	11,7	20,1
<b>Wykształcenie zasadnicze zawodowe/zasadnicze branżowe</b> Basic vocational/basic sectoral vocational education							
Mężczyźni Males	46,6	6,4	5,0	13,7	3,9	8,8	4,2
Kobiety Females	33,8	7,3	2,2	12,8	1,2	14,6	4,9
<b>Wykształcenie średnie i policealne</b> Secondary and post-secondary education							
Mężczyźni Males	51,3	4,8	2,1	3,0	7,6	12,8	9,2
Kobiety Females	48,3	5,4	3,3	2,7	4,4	12,7	8,1
<b>Wykształcenie wyższe</b> Tertiary education							
Mężczyźni Males	59,2	1,9	1,7	2,0	1,7	15,3	9,4
Kobiety Females	56,6	2,4	1,4	4,0	2,4	12,1	21,6

## 5.4. Charakter wykonywanej pracy członków gospodarstw domowych a uczestnictwo w sporcie lub rekreacji ruchowej

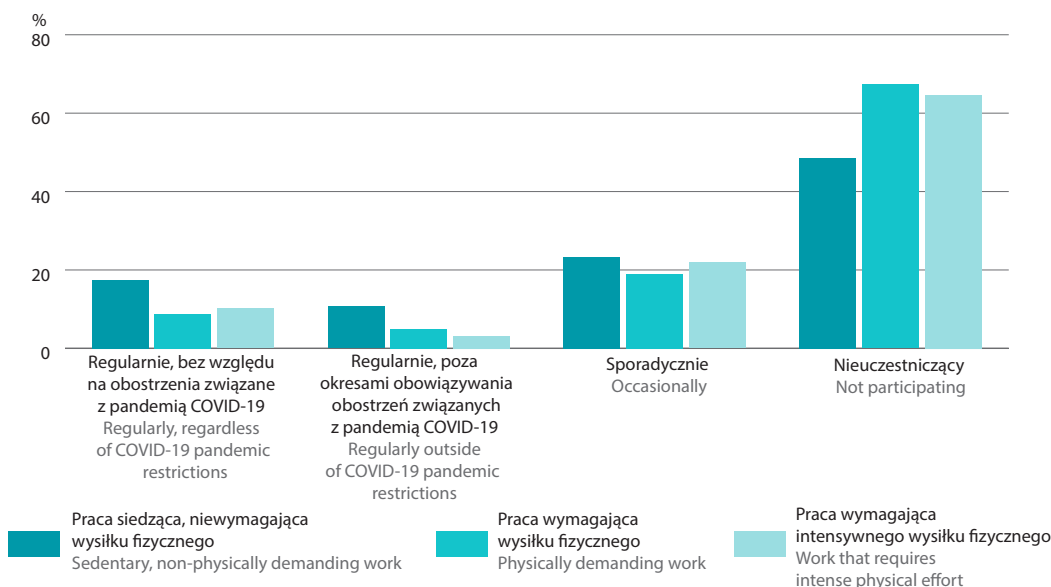
### 5.4. Nature of work performed by household members and participation in sports or recreational activities

Grupa osób wykonująca pracę siedzącą, niewymagającą wysiłku fizycznego była najczęściej deklarującą udział w ćwiczeniach, zarówno regularny jak i sporadyczny – 51,4% (w 2016 r. – 60,5%). Regularnie ćwiczyło 28,1% respondentów z tej grupy (w 2016 r. – 27,0%), w tym 38,0% uprawiało sport lub rekreację ruchową regularnie, ale poza okresami obowiązywania obostrzeń związanych z pandemią COVID-19. Również w tej grupie zanotowano największy odsetek osób podejmujących sporadycznie ćwiczenia sportowe – 23,4% (w 2016 r. – 33,4%).

Znacznie rzadziej w aktywności sportowej lub rekreacji ruchowej uczestniczyli respondenci deklarujący pracę związaną z wysiłkiem fizycznym – 32,7% oraz wymagającej intensywnego wysiłku fizycznego – 35,4%.

#### Wykres 36. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według charakteru wykonywanej pracy w 2021 r.

Chart 36. Participation of household members in sports or recreational activities by the nature of work performed in 2021



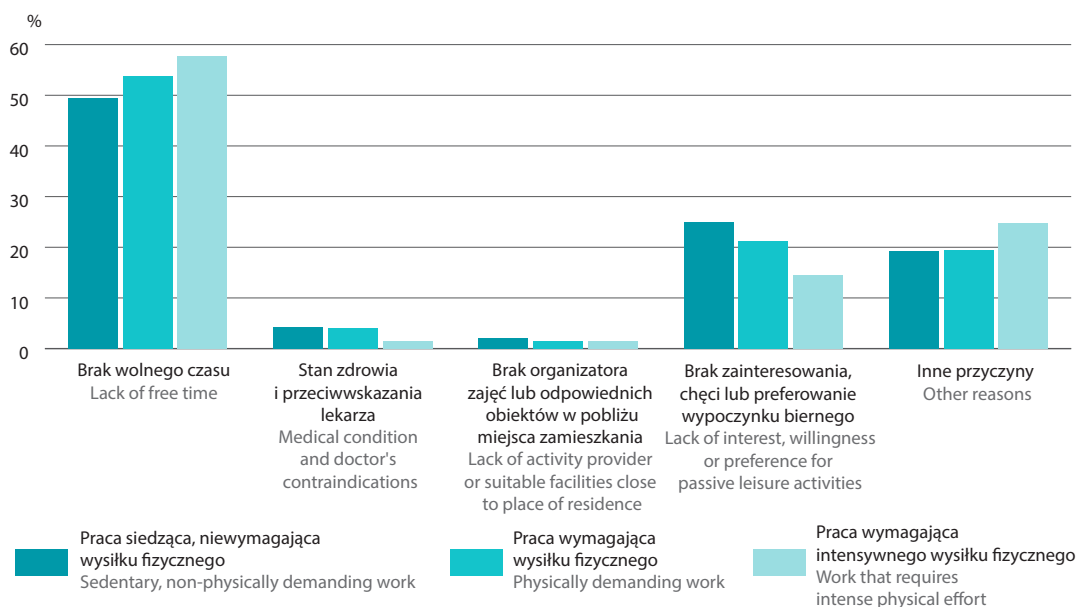
Wyniki badania pokazują, że brak jakiejkolwiek aktywności fizycznej dotyczył przede wszystkim mieszkańców Polski wykonujących pracę fizyczną. Odsetek osób nieuczestniczących w zajęciach sportowych i rekreacji ruchowej, których praca wymagała wysiłku fizycznego wyniósł 64,6%, natomiast intensywnego wysiłku fizycznego – 67,3% (w 2016 r. odpowiednio 56,3% i 64,4%).

Co druga osoba wykonująca pracę siedzącą nie uczestniczyła w sporcie i rekreacji nawet sporadycznie. Dla wszystkich osób pracujących główną przyczyną nieuprawiania aktywności fizycznej był brak wolnego czasu. Najbardziej na brak czasu wskazywali respondenci, których praca fizyczna wymagała intensywnego wysiłku – 57,8% (w 2016 r. – 51,8%). Co piąta osoba z tej grupy pracujących jako kolejną barierę podawała zmęczenie.

Mieszkańcy Polski, których praca wymagała wysiłku fizycznego lub była pracą siedzącą, tak jak w 2016 r., na drugim miejscu po braku wolnego czasu wskazywali brak zainteresowania, chęci lub preferowanie wypoczynku biernego – odpowiednio 21,3% i 24,9% (w 2016 r. – 16,8% i 19,5%).

**Wykres 37. Przyczyny nieuczestniczenia w sporcie lub rekreacji ruchowej według charakteru wykonywanej pracy w 2021 r.**

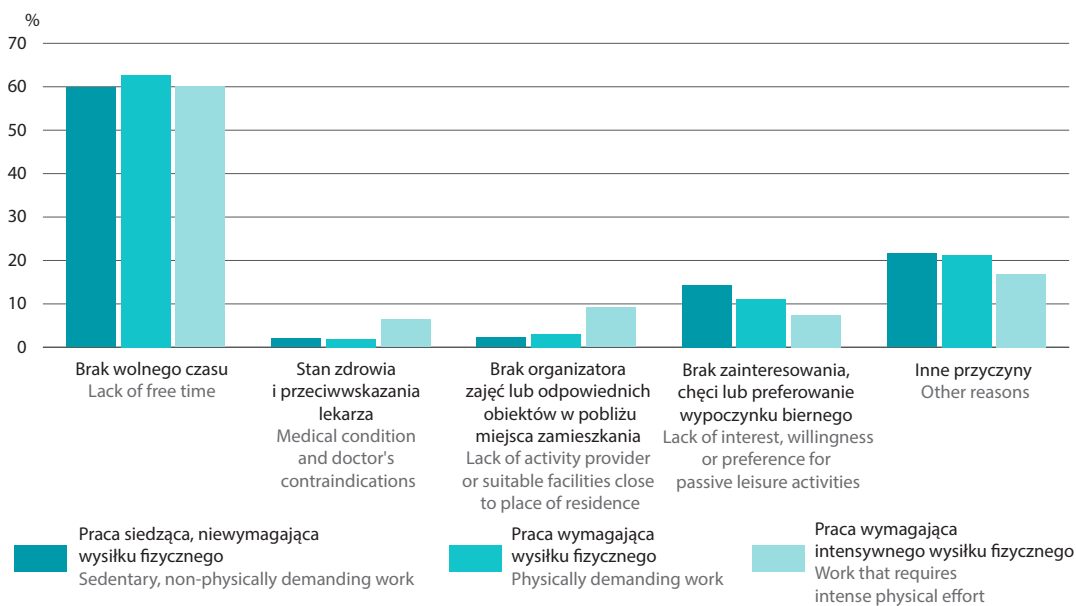
**Chart 37. Reasons for non-participation in sport or recreational activities by the nature of work performed in 2021**



Spośród osób sporadycznie uczestniczących w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej we wszystkich grupach pracujących główną przyczyną rzadkiego uprawiania sportu był brak wolnego czasu (dla około 60%). Brak zainteresowania i chęci podejmowania wysiłku fizycznego lub preferowanie biernego wypoczynku wykazało 14,3% wykonujących pracę siedzącą i 11,1% pracujących fizycznie. Niespełna 10% respondentów, których praca wymagała intensywnego wysiłku fizycznego nie uprawiało sportu często ze względu na brak organizatora zajęć lub odpowiednich obiektów w pobliżu miejsca zamieszkania. Obostrzenia związane z pandemią COVID-19 były przyczyną sporadycznego uprawiania sportu dla 5,6% pracujących fizycznie, 8,2% osób, których praca wymagała intensywnego wysiłku fizycznego oraz dla 10,6% wykonujących pracę siedzącą.

**Wykres 38. Przyczyny sporadycznego uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej według charakteru wykonywanej pracy w 2021 r.**

**Chart 38. Reasons for occasional participation in sport or recreational activities by the nature of work performed in 2021**



## Rozdział 6

### Chapter 6

## Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w sporcie i rekreacji ruchowej

### Participation of household members in sport and recreational activities

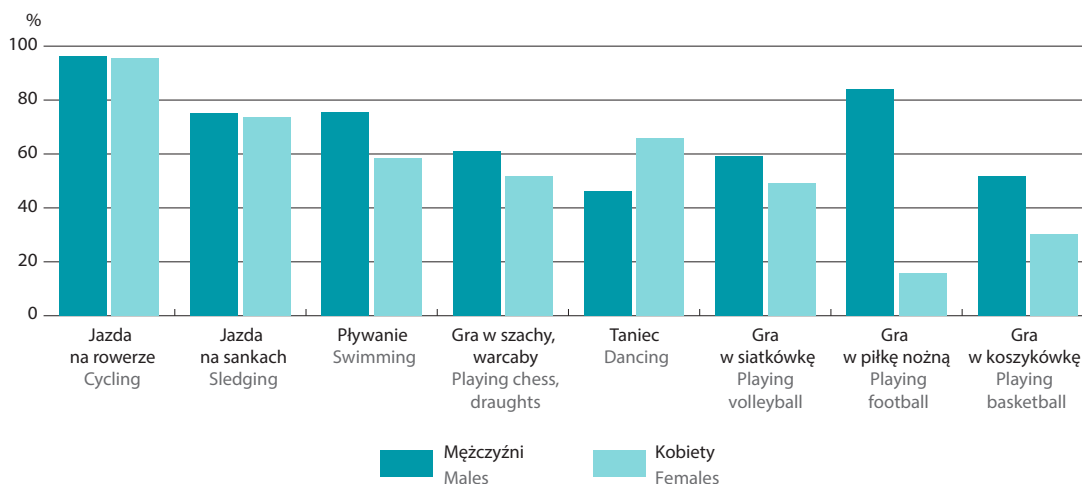
#### 6.1. Posiadane umiejętności związane z uprawianiem sportu lub rekreacji ruchowej

##### 6.1. Skills related to practising sport or recreational activities

Najczęściej deklarowaną przez mieszkańców Polski posiadaną umiejętnością była jazda na rowerze – 95,9% osób określiło się, że ją posiada i było to o 3,1 p.proc. więcej niż w 2016 r. Zarówno wśród kobiet (95,5%), jak i mężczyzn (96,4%) umiejętność ta była wykazywana najczęściej. Na kolejnych miejscach kobiety wykazywały umiejętności w jeździe na sankach (73,5%), tańcu (66,0%) oraz pływaniu (58,4%). Mężczyźni, oprócz jazdy na rowerze, często deklarowali również umiejętność gry w piłkę nożną (83,9%), pływania (75,4%) oraz jazdy na sankach (75,1%). Ponad 50% z nich posiadało także umiejętności w grze w szachy lub warcaby (60,9%) oraz w innych popularnych grach zespołowych, takich jak siatkówka (59,1%) i koszykówka (51,9%). Ponad połowa kobiet również posiadała umiejętności w grze w szachy lub warcaby (51,8%), ale umiejętności w grach zespołowych nie były wśród nich już tak popularne – deklarowała je mniej niż połowa kobiet.

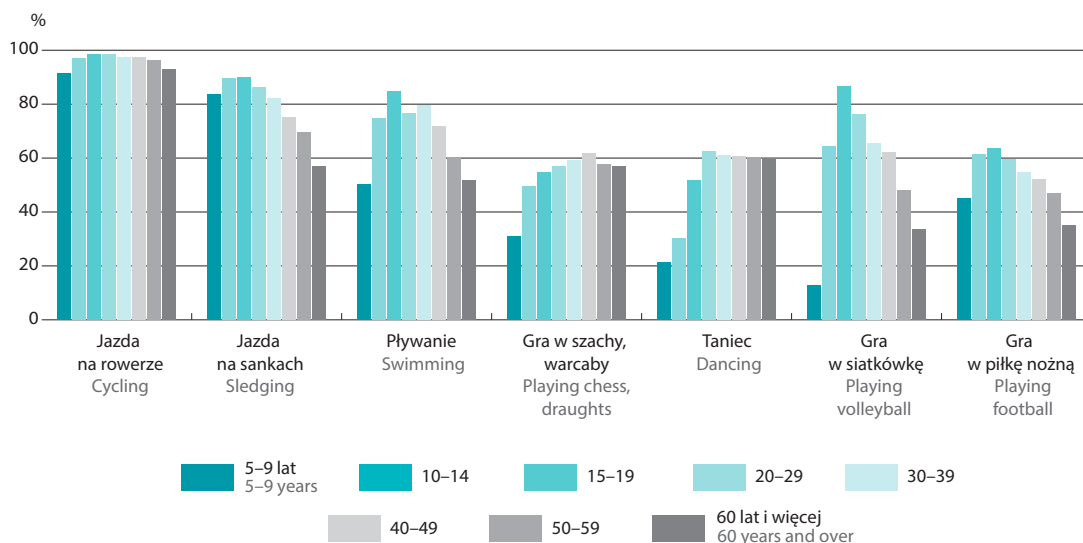
Zdecydowana większość osób deklarowała posiadanie umiejętności w stopniu podstawowym. W żadnej z badanych aktywności odsetek osób posiadających umiejętności w stopniu zaawansowanym nie przekroczył 16% (spośród osób deklarujących umiejętności w danej aktywności). W sportach takich jak: jazda na rowerze, joga, sporty siłowe i kulturystyka, sporty walki, wędkarstwo, wspinaczka oraz żeglarstwo odsetek ten wyniósł powyżej 10%.

**Wykres 39. Wybrane deklarowane umiejętności członków gospodarstw domowych według płci w 2021 r.**  
Chart 39. Selected declared skills of household members by sex in 2021



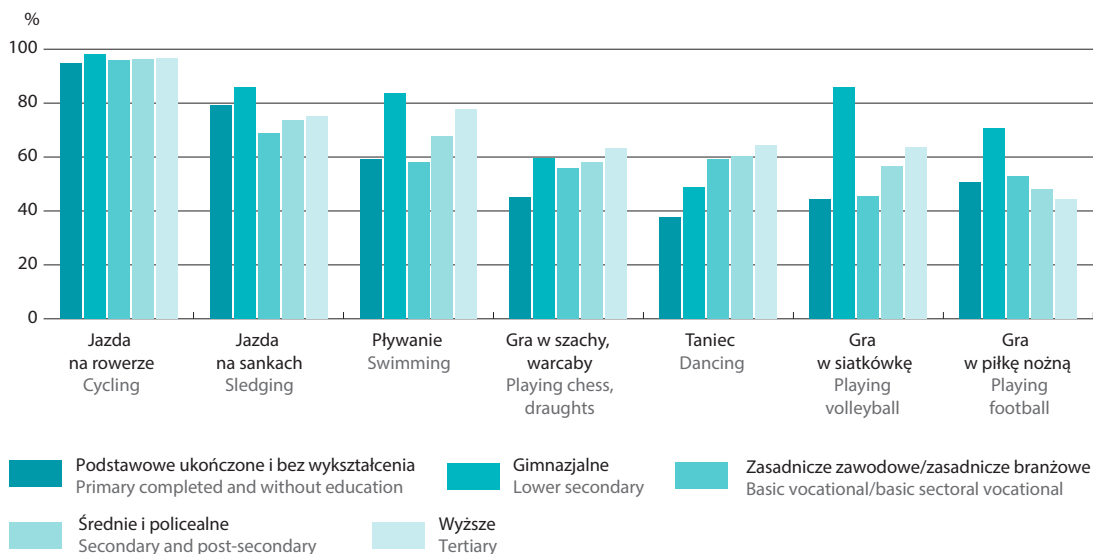
Umiejętność jazdy na rowerze dominowała we wszystkich badanych kategoriach cech. Biorąc pod uwagę grupy wiekowe, najczęściej deklarowały ją osoby młode, w wieku 15–19 lat (98,6%). W 2016 r. najwięcej osób umiało jeździć na rowerze w grupie wiekowej 40–49 lat (96,5%). W grupie wiekowej 15–19 lat w 2021 r. były również najwyższe odsetki osób deklarujących umiejętności w aktywnościach takich, jak: jazda na sankach (89,9%), pływanie (84,7%), gry zespołowe (siatkówka 86,5%, koszykówka – 70,6%, piłka nożna – 63,6%, piłka ręczna – 63,2%, inne gry zespołowe – 14,2%), jazda na łyżwach (63,9%), gra w tenisa stołowego (50,7%), aerobik (48,5%) i lekkoatletyka (33,7%). Umiejętności w sportach, które nie są w programie nauczania w szkołach, wymagają większego doświadczenia, posiadania specjalistycznego sprzętu lub dostępu do rzadziej występujących obiektów sportowych były najczęściej deklarowane przez osoby starsze. W grupie wiekowej 20–29 lat odnotowano najwyższe odsetki osób deklarujących umiejętności w: tańcu (62,4%), kręglach (49,8%), tenisie ziemnym, badmintonie lub squashu (48,1%), joggingu lub nordic walkingu (38,2%), jeździe na nartach lub snowboardzie (32,5%), sportach siłowych i kulturystyce (20,8%), nurkowaniu (11,1%), jodze (8,2%), sportach walki (7,5%), wspinaczce (4,6%) oraz windsurfingu, kitesurfingu (2,7%). Wśród osób z grupy wiekowej 30–39 lat odnotowano najwyższe odsetki umięjących grać w bilarda i snookera (35,0%), posiadających umiejętności w wioślarstwie, kajakarstwie (12,5%) oraz jodze (8,2%, podobnie jak i osoby w wieku 20–29 lat). Najwyższy odsetek osób deklarujących umiejętność gry w szachy lub warcaby był w grupie wiekowej 40–49 lat (61,7%), natomiast gry w brydża – 70 lat i więcej (13,1%). Osoby najstarsze najczęściej posiadały także umiejętności w wędkarstwie (17,4%).

**Wykres 40. Wybrane deklarowane umiejętności członków gospodarstw domowych według wieku w 2021 r.**  
Chart 40. Selected declared skills of household members by age in 2021



### Wykres 41. Wybrane deklarowane umiejętności członków gospodarstw domowych według wykształcenia w 2021 r.

Chart 41. Selected declared skills of household members by education in 2021



Osoby z wykształceniem podstawowym lub bez wykształcenia w większości badanych aktywności charakteryzowały się najniższym odsetkiem deklarujących umiejętności w zakresie sportu i rekreacji. Wśród osób z wykształceniem zasadniczym zawodowym odnotowano najwyższy odsetek deklarujących umiejętności (w porównaniu z osobami z innymi poziomami wykształcenia) tylko w wędkarstwie (20,9%). Osoby legitymujące się wykształceniem gimnazjalnym z kolei charakteryzowały się najwyższymi odsetkami deklarujących umiejętności w wielu aktywnościach – oprócz najpopularniejszych, tj.: jazda na rowerze (98,0%), jazda na sankach (86,0%) i pływanie (83,8%), również m.in.: w grach zespołowych (piłce siatkowej – 86,0%, koszykówce – 73,4%, piłce nożnej – 70,6%, piłce ręcznej – 62,0%), jeździe na rolkach, deskorolce, wrotkach (65,2%), jeździe na łyżwach (56,4%) i tenisie stołowym (53,5%). Osoby z wykształceniem średnim i policealnym w żadnej z badanych aktywności nie wyróżniały się najwyższym odsetkiem posiadanych umiejętności. W większości z nich jednak odsetek osób posiadających umiejętności był wyższy od średniej. Wśród osób z wyższym wykształceniem najwięcej osób zadeklarowało umiejętności dotyczące m.in.: tańca (64,2%), gry w szachy, warcaby (63,1%), aerobiku, fitness, gimnastyki (49,6%), gry w tenisa ziemnego, badmintona lub squasha (43,7%), joggingu, nordic walkingu (42,7%), jazdy na nartach, snowboardzie (36,0%), jogi (12,6%), gry w brydża (10,8%) oraz jazdy konnej (7,3%). Osoby z wyższym wykształceniem również częściej niż pozostałe osoby deklarowały umiejętności w mniej popularnych sportach, takich jak: sporty wodne (wioślarstwo, kajakarstwo – 15,8%, nurkowanie – 11,5%, żeglarstwo – 5,6%, windsurfing, kitesurfing i pokrewne – 3,2%) oraz wspinaczka (5,2%).

W większości badanych aktywności sportowych mieszkańcy miast charakteryzowali się wyższym odsetkiem posiadanych umiejętności niż mieszkańcy wsi. Największa różnica, wynosząca 12,7 p.proc., dotyczyła umiejętności pływania, a następnie jazdy na łyżwach – 11,1 p.proc. Mieszkańcy wsi natomiast częściej niż mieszkańcy miast wykazywali umiejętności w grze w piłkę nożną (najwyższa różnica, wynosząca 5,0 p.proc.), piłkę ręczną, inne gry zespołowe, w jeździe konnej, w jeździe na rowerze oraz w wędkarstwie.

Spośród osób deklarujących niepełnosprawność (bez względu na jej stopień), które wykazały posiadanie jakichkolwiek umiejętności związanych z uprawianiem sportu lub rekreacji ruchowej, najwięcej (90,9%) umiało jeździć na rowerze. Ponad połowa zadeklarowała także umiejętności w jeździe na sankach (64,2%), w grze w szachy, warcaby (54,9%), pływaniu (53,9%) oraz tańcu (52,8%).



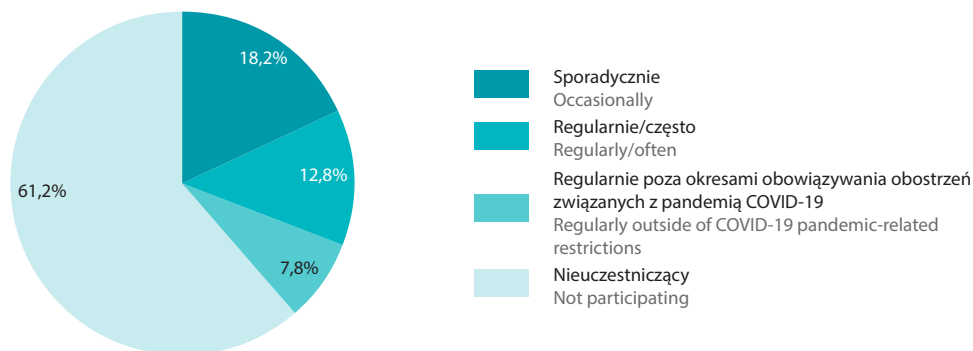
## 6.2. Uczestnictwo w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej

### 6.2. Participation in sports or recreational activities

W okresie od 1.10.2020 r. do 30.09.2021 r. w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej uczestniczyło 38,8% osób (36,7% kobiet i 41,0% mężczyzn). W porównaniu z poprzednią edycją badania zaobserwowano spadek liczby osób aktywnych fizycznie o 7,6 p.proc. Jednak warto zauważyć, że był to czas, w którym na prowadzących działalność sportową, rozrywkową i rekreacyjną nakładane były obostrzenia związane z panującą pandemią COVID-19. Utrudniony był również dostęp do obiektów sportowych. Uczestników, którzy w zajęciach sportowych brali udział regularnie było 20,6% (w 2016 r. – 21,7%). Spośród nich 37,6% ćwiczyło regularnie, ale tylko poza okresami obowiązywania obostrzeń związanych z pandemią COVID-19. Mężczyźni częściej niż kobiety deklarowali regularny udział w zajęciach (23,1% wobec 18,1%). Więcej kobiet (18,5%) niż mężczyzn (17,9%) uczestniczyło w zajęciach sporadycznie.

**Wykres 42. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r.**

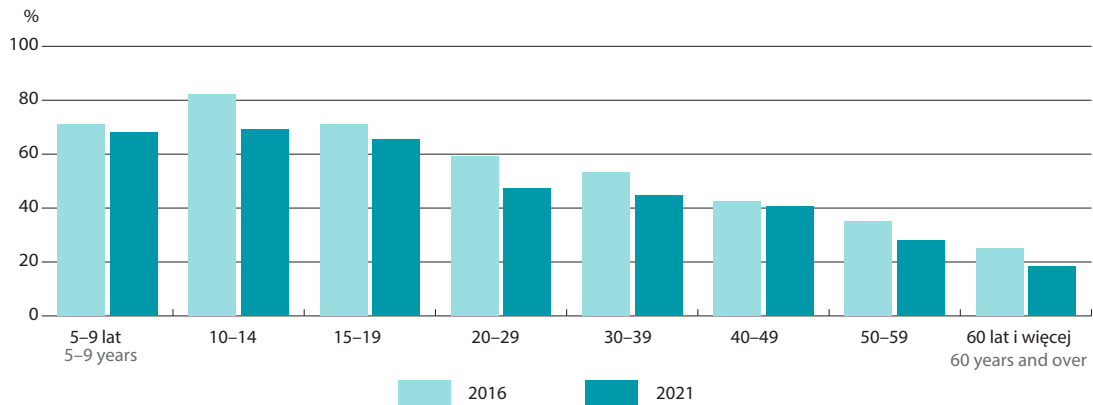
Chart 42. Participation of household members in sports or recreational activities in 2021



Podobnie jak w 2016 r., najbardziej aktywne były osoby w wieku 10–14 lat – 69,3% z nich brało udział w zajęciach (w 2016 r. – 82,2%). Powyżej 60% osób uczestniczyło w zajęciach również w grupach wiekowych 5–9 lat i 15–19 lat. Wraz z wiekiem aktywność fizyczna spadała. Wśród osób w wieku 20–29 lat odsetek uczestnictwa wyniósł 47,2% (w 2016 r. 59,3%). Odsetek osób aktywnych w grupach wiekowych 30–39 lat i 40–49 lat wyniósł również ponad 40%, ale już w grupach 50–59 lat i 60–69 lat – poniżej 30%. Najmniej aktywne były osoby w wieku powyżej 70 lat – w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej uczestniczyło tylko 15,5% osób. W porównaniu z 2016 r. odsetki aktywnych fizycznie osób zmniejszyły się w każdej z grup wiekowych, w tym najwięcej – o 12,9 p.proc. w grupie osób w wieku 10–14 lat. Również wysoki spadek aktywności wystąpił w grupie wiekowej 20–29 lat – o 12,1 p.proc. Najmniejszy spadek, o 1,6 p.proc., odnotowano w grupie wiekowej 40–49 lat.

**Wykres 43. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według wieku**

Chart 43. Participation of household members in sports or recreational activities by age



Podobna tendencja widoczna była w przypadku osób deklarujących regularne uczestnictwo w zajęciach. Im osoby były młodsze, tym częściej uczestniczyły w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej regularnie (od 51,2% w grupie wiekowej 5–9 lat, po 7,4% w grupie osób powyżej 70 lat). Obostrzenia związane z pandemią COVID-19 miały największy wpływ na aktywność osób w wieku 40–49 lat. Spośród osób regularnie uczestniczących w zajęciach w tej grupie wiekowej aż 46,5% osób robiło to, ale tylko w okresach, kiedy nie obowiązywały obostrzenia. Powyżej 40% osób spośród deklarujących regularną aktywność fizyczną wykazywało ją poza okresami obowiązywania obostrzeń również w grupie wiekowej 10–14 lat. W pozostałych grupach wiekowych odsetek ten wahał się od 29,7% wśród osób 70 lat i więcej do 39,9% wśród osób w wieku 15–19 lat.

W zajęciach często brali udział kawalerowie i panny (47,3%, w tym regularnie 24,5%). Najrzadziej aktywność wykazali natomiast wdowcy i wdowy (16,8%, w tym regularnie 7,5%). W 2016 r. odsetki te wyniosły: dla kawalerów i panien – 56,2%, a dla osób owdowiałych – 17,6%.

Różnice w uczestnictwie w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej związane były także z poziomem wykształcenia. Podobnie jak w 2016 r., uczestnictwo wykazało najwięcej osób z wykształceniem gimnazjalnym – 56,3% (w 2016 r. – 67,6%), a najmniej z zasadniczym zawodowym lub branżowym – 18,7% (w 2016 r. – 31,1%). Wysoki był również odsetek osób deklarujących uczestnictwo w zajęciach wśród osób z wykształceniem wyższym – 50,7% (w 2016 r. – 61,7%). Regularnie w zajęciach brały udział najczęściej osoby z wykształceniem podstawowym ukończonym lub bez wykształcenia (32,9%).

### Wykres 44. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według wykształcenia

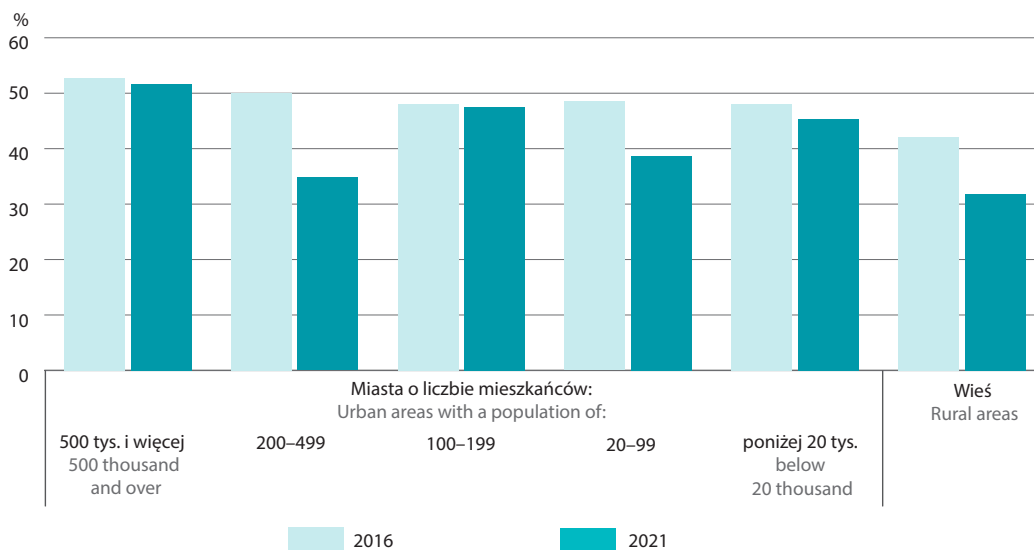
Chart 44. Participation of household members in sports or recreational activities by education



Aktywność fizyczną podejmowało 43,2% mieszkańców miast (najwięcej w dużych miastach, o liczbie mieszkańców 500 tys. i więcej – 51,6%). Regularnie ćwiczyło w nich 24,3% osób. Uczestnictwo w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej deklarowało natomiast tylko 31,8% mieszkańców wsi (regularnie 14,6%). W porównaniu z poprzednią edycją badania odsetek osób aktywnych fizycznie w miastach zmniejszył się o 6,1 p.proc. (ćwiczących regularnie wzrósł o 0,2 p.proc.), a na wsi o 10,3 p.proc. (ćwiczących regularnie spadł o 3,4 p.proc.).

### Wykres 45. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według miejsca zamieszkania

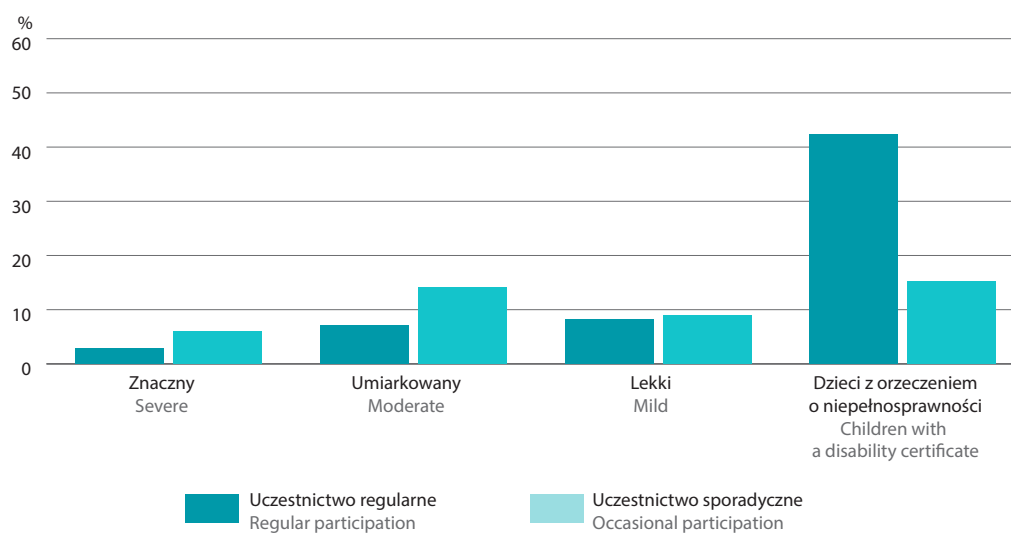
Chart 45. Participation of household members in sports or recreational activities by the place of residence



Odsetek osób niepełnosprawnych spośród uczestniczących w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r. był niższy o 2,8 p.proc. niż w 2016 r. i wyniósł 2,6%, w tym najwięcej było osób z niepełnosprawnością w stopniu umiarkowanym – 1,4% (w 2016 r. – 2,8%). Wśród mężczyzn uczestniczących w zajęciach osoby niepełnosprawne stanowiły 3,3% (w 2016 r. – 5,2%), a wśród kobiet – 1,9% (w 2016 r. – 5,6%). Spośród osób niepełnosprawnych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej uczestniczyło 18,4% (w poprzedniej edycji badania było to 28,1%), w tym regularnie – 7,7% (w 2016 r. – 11,0%). Poza okresami obowiązywania obostrzeń związanych z pandemią COVID-19 w zajęciach brało udział 23,7% osób niepełnosprawnych deklarujących uczestnictwo regularne. Uczestnictwo najczęściej, podobnie jak w 2016 r., deklarowały dzieci z orzeczeniem o niepełnosprawności – 57,7% (w 2016 r. – 62,6%). Osoby z orzeczeniem o znacznym, umiarkowanym bądź lekkim stopniu niepełnosprawności uczestniczyły w zajęciach zdecydowanie rzadziej. Odsetki uczestniczących wyniosły w 2021 r. odpowiednio 8,8%, 21,3% oraz 17,1%.

**Wykres 46. Uczestnictwo niepełnosprawnych członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według stopnia niepełnosprawności w 2021 r.**

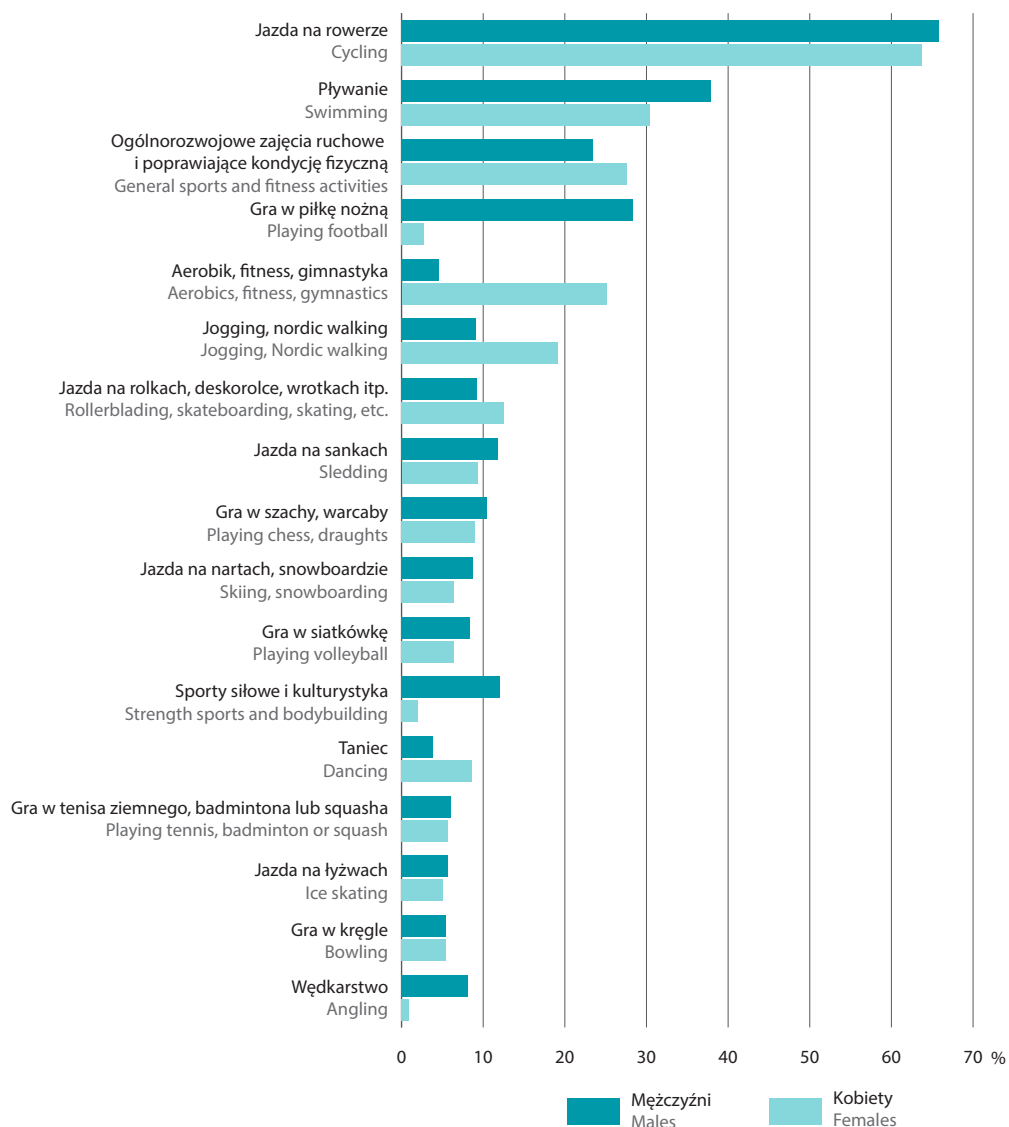
Chart 46. Participation of household members with disabilities in sports or recreational activities by the level of disability in 2021



Najpopularniejszą aktywnością sportową, jaką zadeklarowali uczestnicy zajęć sportowych lub rekreacji ruchowej, była jazda na rowerze (64,8% osób, w 2016 r. – 71,5%). Zarówno wśród ćwiczących kobiet jak i mężczyzn ponad 60% uprawiało ten sport. Spośród osób jeżdżących na rowerze 6,4% wykazało tę aktywność tylko w okresach, kiedy nie obowiązywały obostrzenia związane z pandemią COVID-19. Popularnym sportem było również pływanie, które uprawiało 34,2% (w 2016 r. – 39,8%) uczestników zajęć sportowych (30,4% kobiet i 37,9% mężczyzn). Spośród nich 22,4% uprawiało ten sport tylko w okresach nieobowiązywania obostrzeń covidowych. W ogólnorozwojowych zajęciach sportowych i poprawiających kondycję fizyczną (m.in. spacerowanie rekreacyjne, skakanie na skakance, ćwiczenia na rowerze stacjonarnym, trenerze) uczestniczyło 25,5% osób (9,5% z nich tylko w okresach nieobowiązywania obostrzeń). W porównaniu z 2016 r. popularność tych aktywności wzrosła o 12,8 p.proc. Oprócz ww. form uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej kobiety często wybierały aerobik, fitness i gimnastykę (25,1%) oraz jogging i nordic walking (19,2%), natomiast mężczyźni grę w piłkę nożną (28,3%) oraz sporty siłowe i kulturystykę (12,1%).

**Wykres 47. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w wybranych formach aktywności według płci w 2021 r.**

Chart 47. Participation of household members in sports or recreational activities in selected forms of activity by sex in 2021



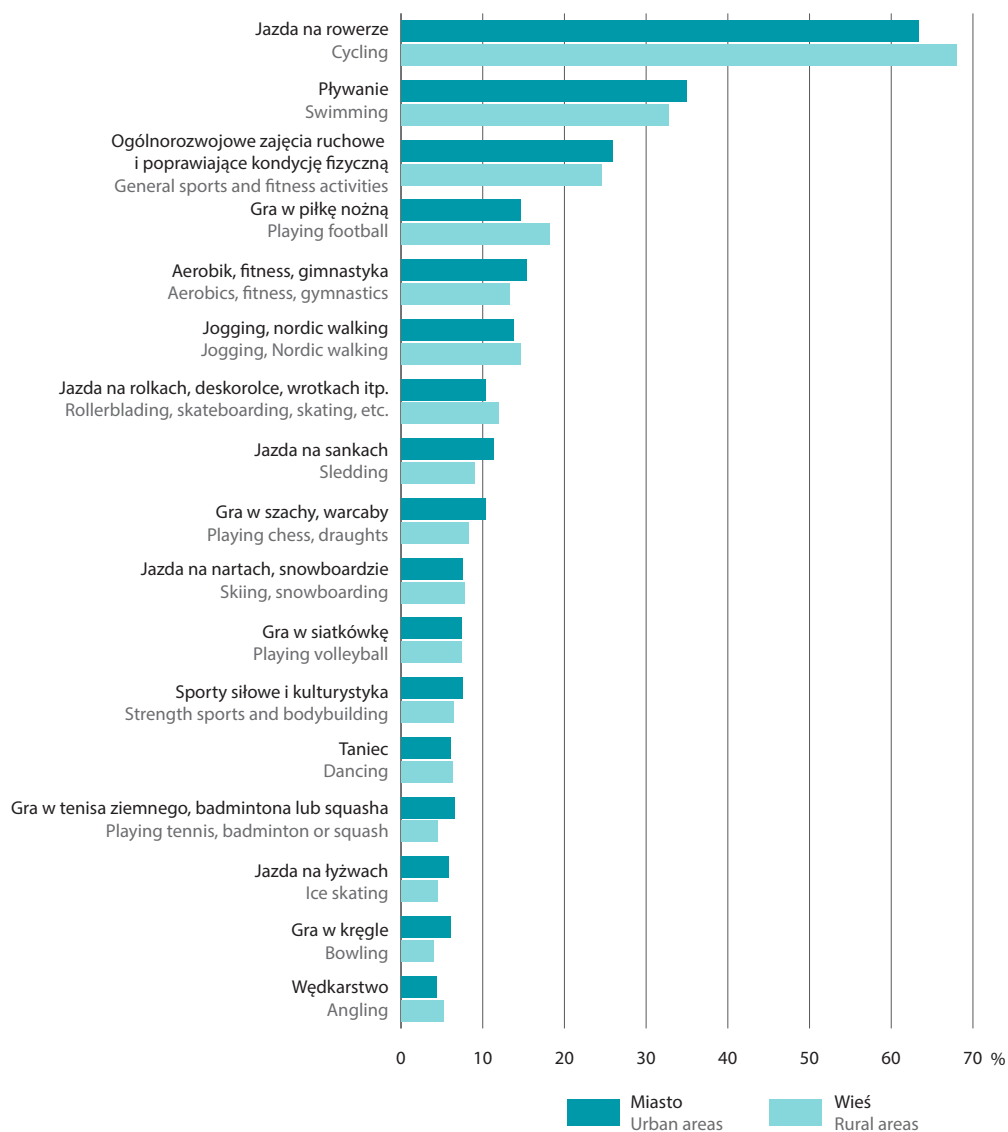
Analiza najczęściej podejmowanych form aktywności sportowych i rekreacyjnych w zależności od cech takich, jak: wiek, wykształcenie, stan cywilny, poziom zamożności (przynależność do odpowiedniej grupy kwintylowej), czy miejsce zamieszkania pokazała, że wśród ćwiczących we wszystkich grupach przeważała jazda na rowerze. W większości przypadków na drugim miejscu znalazło się pływanie.

Osoby mające 50–59 lat oraz 60 lat i więcej po jeździe na rowerze wybierały ogólnorozwojowe zajęcia sportowe i poprawiające kondycję fizyczną (odpowiednio 28,8% i 41,6%), a następnie jogging i nordic walking (19,8% i 31,0%). W najmłodszej badanej grupie wiekowej (5–9 lat) na trzecim miejscu (po jeździe na rowerze i pływaniu) znalazła się jazda na sankach (37,9%), a w kolejnych grupach wiekowych (10–14 lat oraz 15–19 lat) – gra w piłkę nożną (odpowiednio 39,2% i 29,5%). Osoby w wieku 20–29 lat, 30–39 lat oraz 40–49 lat po jeździe na rowerze i pływaniu wybierały ogólnorozwojowe zajęcia sportowe i poprawiające kondycję fizyczną (odpowiednio 17,1%, 25,2% oraz 28,1%).

Rozpatrując preferowane rodzaje aktywności fizycznej w zależności od poziomu ukończonego wykształcenia można zauważyć, że tylko wśród osób posiadających wykształcenie zasadnicze zawodowe na drugim miejscu, po jeździe na rowerze, znalazły się ogólnorozwojowe zajęcia ruchowe i poprawiające kondycję fizyczną (28,8%), a na trzecim – pływanie (20,5%). Osoby posiadające pozostałe wykształcenie na drugim miejscu wybierały pływanie. Piłka nożna znalazła się na trzecim miejscu aktywności najczęściej uprawianych przez osoby z wykształceniem podstawowym i bez wykształcenia (32,5%) oraz z wykształceniem gimnazjalnym (30,4%), a ogólnorozwojowe zajęcia ruchowe i poprawiające kondycję fizyczną – przez osoby z wykształceniem średnim i policealnym (26,5%) oraz wyższym (27,3%).

**Wykres 48. Uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w wybranych formach aktywności według miejsca zamieszkania w 2021 r.**

Chart 48. Participation of household members in sports or recreational activities in selected forms of activity by the place of residence in 2021



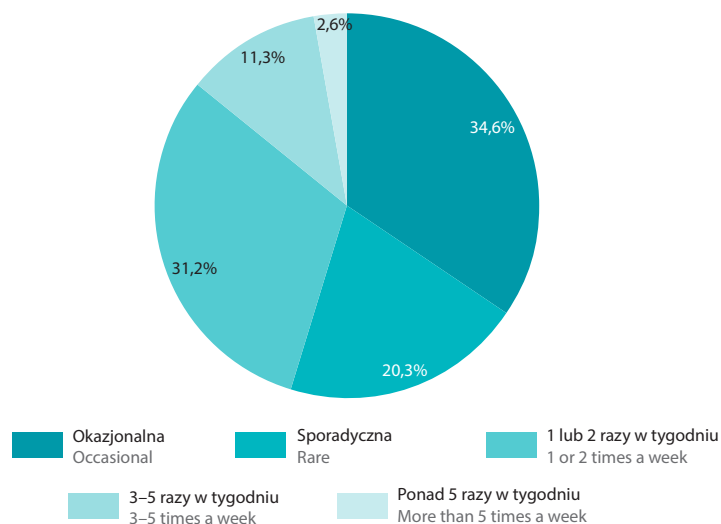
Jazda na rowerze, a następnie pływanie, to dwie najczęściej preferowane aktywności w każdej z badanych grup kwintylowych. Na trzecim miejscu w większości grup kwintylowych znalazły się ogólnorozwojowe zajęcia ruchowe i poprawiające kondycję fizyczną. Tylko osoby z gospodarstw zaliczonych do III grupy kwintylowej, po jeździe na rowerze i pływaniu, wskazały grę w piłkę nożną.

Na rowerze w badanym okresie jeździło więcej mieszkańców wsi (68,0%) niż miast (63,3%). W następnej kolejności mieszkańcy miast i wsi wybierali pływanie (odpowiednio 34,9% i 32,7%) oraz ogólnorozwojowe zajęcia ruchowe i poprawiające kondycję fizyczną (odpowiednio 25,9% i 24,6).

Osoby niepełnosprawne w 2021 r. najczęściej wybierały jazdę na rowerze (45,1%, w 2016 r. – 64,1%). Nieco rzadziej preferowały ogólnorozwojowe zajęcia ruchowe i poprawiające kondycję fizyczną (39,8%, w 2016 r. – 18,9%) oraz pływanie (18,4%, w 2016 r. – 20,5%).

#### Wykres 49. Częstotliwość uczestnictwa członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r.

Chart 49. Frequency of participation of household members in sports or recreational activities in 2021



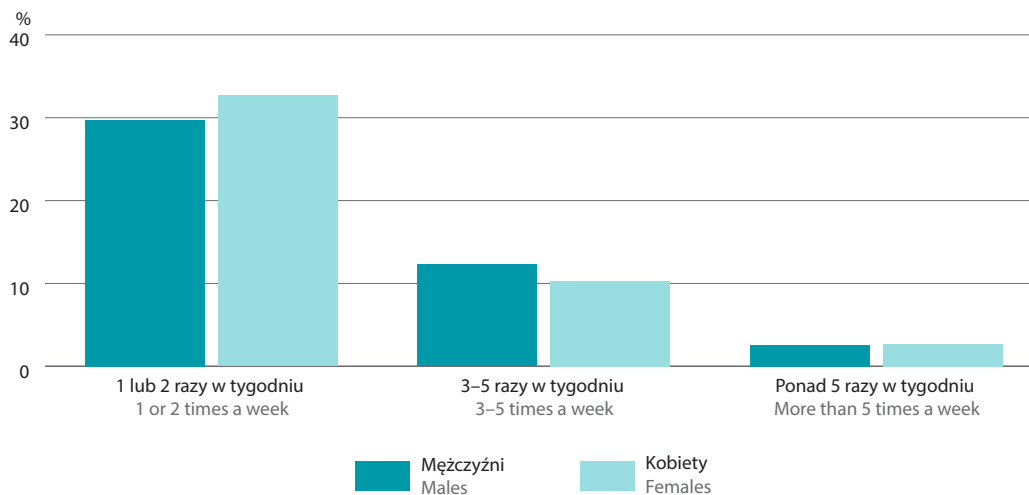
W badaniu respondenci mieli możliwość szczegółowego scharakteryzowania uczestnictwa w nie więcej niż 5 rodzajach zajęć, w których brali udział (częstotliwość uczestnictwa, przeciętny czas trwania zajęć, główny organizator, przeciętny czas dotarcia na zajęcia oraz ich finansowanie).

Okazjonalnie (np. w czasie wakacji, na urlopie) ćwiczyło 34,6% członków gospodarstw domowych (w odniesieniu do scharakteryzowanych zajęć), a sporadycznie (przeciętnie raz w miesiącu) – 20,3%. W 2016 r. wartości te wyniosły odpowiednio 34,0% oraz 23,1%. Osoby, które zadeklarowały systematyczne uczestnictwo w zajęciach<sup>10</sup> najczęściej wybierały częstotliwość zajęć wynoszącą 1 lub 2 razy w tygodniu (69,1%), 3–5 razy w tygodniu ćwiczyło 25,1%, a ponad 5 razy w tygodniu tylko 5,8%. Odsetki te nieznacznie różniły się od uzyskanych w badaniu w 2016 r., kiedy wyniosły odpowiednio 67,0%, 27,1% i 5,8%. Kobiety systematyczniej niż mężczyźni uczestniczyły w zajęciach. Udział okazjonalny zadeklarowało o 1,2 p.proc. mniej kobiet niż mężczyzn, a udział systematyczny – o 1,1 p.proc. więcej. Nieznaczne różnice w systematycznym uczestnictwie można było zauważyć pomiędzy mieszkańcami miast (45,2%) i wsi (44,8%). Sporty, w których więcej osób zadeklarowało uczestnictwo systematyczne niż okazjonalne i sporadyczne, to: gra w piłkę nożną i inne gry zespołowe (tj. hokej, rugby), jazda konna, jazda na rowerze, jazda na rolkach, aerobik, fitness, gimnastyka, joga, jogging, nordic walking, lekkoatletyka, sporty siłowe i kulturystyka, sporty walki oraz ogólnorozwojowe zajęcia ruchowe i poprawiające kondycję fizyczną. Natomiast sporty, w których udział uczestnictwa okazjonalnego i sporadycznego przekroczył 80%, to: gra w brydża, w bilard i snookera oraz w kręgle, jazda na sankach, łyżwach, nartach i snowboardzie, wioślarstwo, kajakarstwo i żeglarstwo.

<sup>10</sup> Co najmniej 1 raz w tygodniu.

**Wykres 50. Systematyczne uczestnictwo członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej według płci w 2021 r.**

Chart 50. Regular participation of household members in sports or recreational activities by sex in 2021



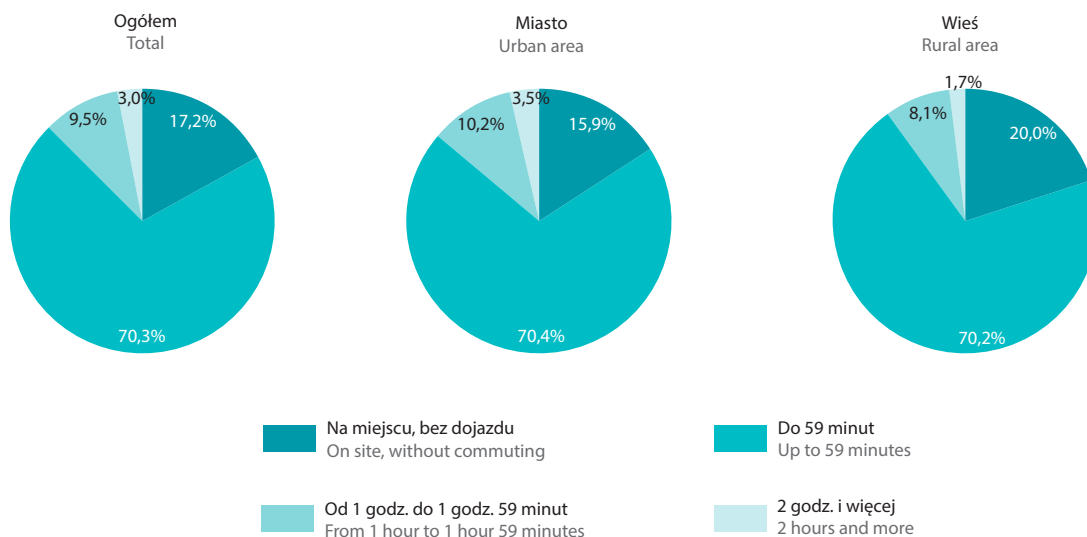
Osoby uczestniczące w zajęciach najczęściej deklarowały, że robiły to 10 lat i więcej (31,3%, w 2016 r. – 36,3%). Nieco mniej osób wskazało na czas uczestnictwa wynoszący 3–5 lat (27,6%, w 2016 r. – 28,4%). Tylko 3,4% osób zadeklarowało, że dopiero zaczyna udział w zajęciach – okres ich uczestnictwa wyniósł mniej niż 1 rok. W 2016 r. odsetek tych osób był o 2,8 p.proc. niższy. Więcej mężczyzn (34,0%) niż kobiet (28,3%) wskazało na ponad 10-letnie uczestnictwo w zajęciach. Również więcej mężczyzn zadeklarowało uczestnictwo poniżej 1 roku (mężczyźni 4,0%, a kobiety 2,7%). Różnice pomiędzy deklaracjami okresu uczestnictwa w zajęciach pomiędzy mieszkańcami miast i wsi były nieznaczne. Największa, wynosząca 2,7 p.proc., dotyczyła okresu uczestnictwa 3–5 lat (mieszkańcy miast – 28,5%, a mieszkańcy wsi – 25,8%).

Większość osób uczestniczyła w zajęciach w miejscowości zamieszkania – 79,1% (w 2016 r. – 76,8%). Odsetek osób preferujących zajęcia, które nie wymagały dojazdu (np.: ćwiczenia w domu, jazda na rowerze czy jogging bezpośrednio po wyjściu z domu) wyniósł 17,2%. W 2016 r. było to 35,5%. Na dojazd lub dojazd na zajęcia w obie strony mieszczący się w czasie do 59 minut zdecydowało się 70,3% osób w nich uczestniczących (w 2016 r. – 54,4%), natomiast na dotarcie na i z zajęć zajmujące od 1 godz. do 1 godz. i 59 minut – 9,5% osób (w 2016 r. – 7,1%). Tylko 3,0% osób na zajęcia dojeżdżało średnio 2 godziny lub więcej (w 2016 r. – 3,1%). Kobiety (19,1%) częściej niż mężczyźni (15,5%) wybierały zajęcia, które nie wymagały dojazdu, natomiast odsetek mężczyzn dojeżdżających 1 godz. i dłużej był o 3,2 p.proc. większy. Odsetek mieszkańców wsi uczestniczących w zajęciach, które nie wymagały dojazdu wyniósł 20,0% i był o 4,1 p.proc. większy niż odsetek mieszkańców miast.



### Wykres 51. Przeciętny czas dojazdu/dojścia na zajęcia sportowe lub rekreacji ruchowej w obie strony w 2021 r.

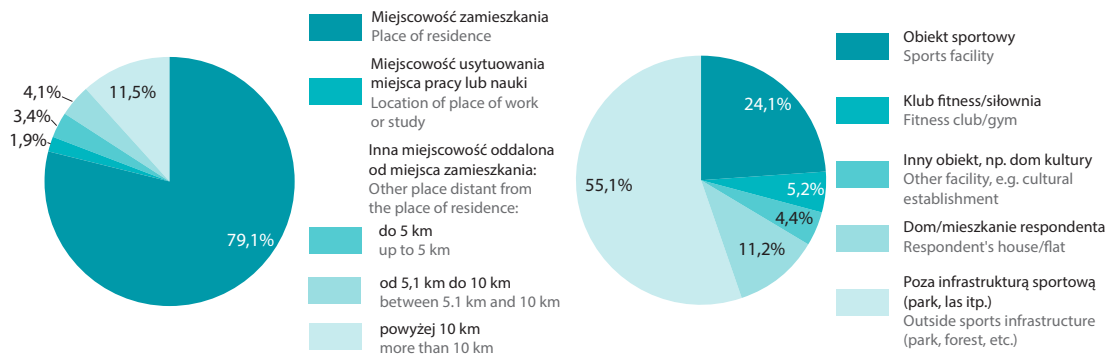
Chart 51. Average round-trip commuting time/walking time to sports or recreational activities in 2021



Osoby uczestniczące w zajęciach przeważnie jako miejsce ich odbywania wybierały przestrzeń poza infrastrukturą sportową (np. park, las) – 55,1%. Na kolejnych miejscach znalazły się obiekty sportowe (24,1%), dom/mieszkanie respondenta (11,2%), kluby fitness/siłownie (5,2%) oraz inne obiekty, np. domy kultury (4,4%). W porównaniu z 2016 r. największe różnice wystąpiły w odsetkach osób ćwiczących w obiektach sportowych (o 6,1 p.proc. mniej) i w domu/mieszaniu respondenta (o 3,7 p.proc. więcej). Mężczyźni częściej korzystali z obiektów sportowych (28,2% wobec 19,6% kobiet), kobiety natomiast z klubów fitness/siłowni (o 2,1 p.proc.), innych obiektów (o 1,9 p.proc.), domu/mieszkania (o 2,1 p.proc.) oraz częściej brały udział w zajęciach poza infrastrukturą sportową (o 2,6 p.proc.). Mieszkańcy wsi, częściej niż mieszkańcy miast, ćwiczyli w domu/mieszaniu (o 2,3 p.proc.) oraz poza infrastrukturą sportową (o 1,1 p.proc.). Pozostałe miejsca odbywania zajęć były częściej wykorzystywane przez mieszkańców miast.

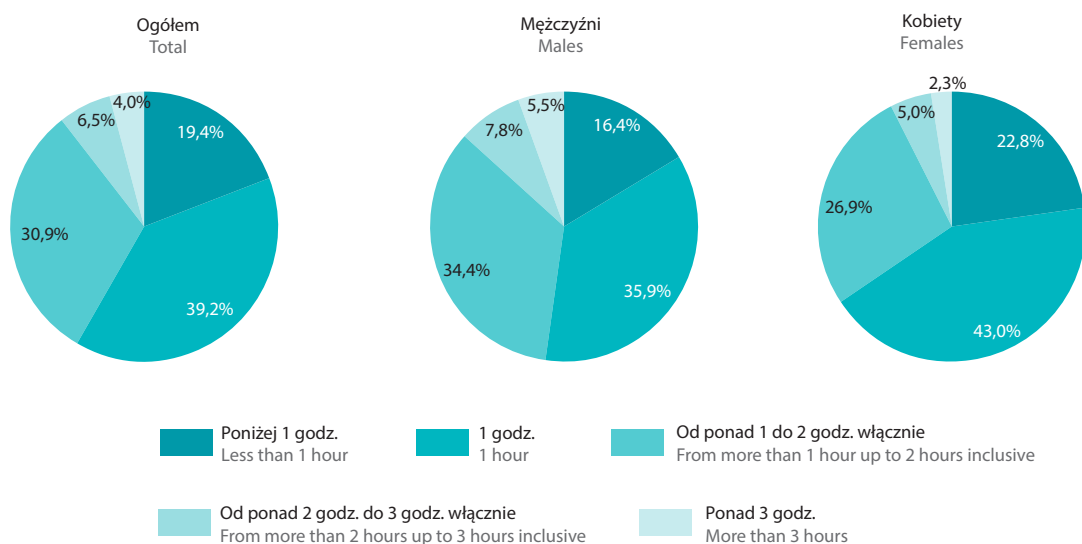
### Wykres 52. Miejsce uczestnictwa członków gospodarstw domowych w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r.

Chart 52. Place of participation of household members in sports or recreational activities in 2021



Najwięcej osób (39,2%) uczestniczyło w zajęciach trwających przeciętnie 1 godz. (w 2016 r. – 38,1%). Nieco mniej osób (30,9%) wybierało zajęcia trwające od ponad 1 godz. do 2 godz. łącznie (2016 r. – 32,8%). W zajęciach trwających poniżej 1 godz. uczestniczyło 19,4% (w 2016 r. – 17,8%). Kobiety wybierały raczej zajęcia trwające krócej – poniżej 1 godz. (22,8% kobiet wobec 16,4% mężczyzn) i 1 godz. (43,0% wobec 35,9% mężczyzn).

**Wykres 53. Przeciętny czas trwania zajęć sportowych lub rekreacji ruchowej w 2021 r.**  
**Chart 53. Average duration of sports or recreational activities in 2021**



Zdecydowana większość scharakteryzowanych zajęć nie miała organizatora (osoby ćwiczyły indywidualnie, z rodziną itp.) – 80,3% (w 2016 r. 79,8%). Udział innych organizatorów nie przekroczył 10%. Organizatorzy prywatni zorganizowali 6,3% zajęć (w 2016 r. – 5,7%), kluby sportowe – 5,4% (w 2016 r. – 5,6%), a szkoła (SKS, UKS) – 4,3% (w 2016 r. – 5,2%). Wśród rodzajów zajęć, w których większy udział w organizacji miały inne podmioty niż osoby indywidualne, znalazły się: piłka ręczna (50,2% zajęć zorganizowała szkoła), inne gry zespołowe, tj. rugby, hokej (46,7% szkoła), jazda konna (60,2% – prywatny organizator), taniec (39,6% – prywatny organizator) oraz sporty walki (44,1% – klub sportowy).

Uczestnictwo w zajęciach przeważnie nie wiązało się z wydatkami (73,2% z nich nie wymagało opłat). W 2016 r. odsetek ten wyniósł 71,6%. Przeciętne miesięczne opłaty na uczestnika wynoszące do 50 zł dotyczyły 15,6% scharakteryzowanych zajęć (w 2016 r. – 17,4%), a od 51 zł do 100 zł – 6,3% (w 2016 r. – 5,9%). Wyższe opłaty (powyżej 100 zł) wydatkowane były na 4,9% zajęć (w 2016 r. – 5,2%). Udział przeciętnych miesięcznych opłat wynoszących powyżej 100 zł, przekroczył 30% w sportach takich, jak: jazda konna (56,8%), żeglarsstwo (47,7%), sporty walki (34,1%) oraz nurkowanie (32,3%). Jeżeli udział w zajęciach wiązał się z wydatkami, to przeważnie koszty ponosił sam uczestnik – w całości (77,3%) lub w części (12,7%).

### 6.3. Uczestnictwo w zawodach i imprezach sportowych lub rekreacji ruchowej

#### 6.3. Participation in sports competitions and events or recreational activity

Charakterystyka uczestnictwa w zawodach i imprezach sportowych lub rekreacji ruchowej dotyczyła jedynie osób, które zadeklarowały w tym czasie uczestnictwo w zajęciach. Zawody sportowe polegają na rywalizacji prowadzonej w oparciu o ustalone przepisy charakterystyczne dla danego sportu, której celem jest uzyskanie zwycięstwa, a w sportach wymiernych jak najlepszych wyników, natomiast zawody rekreacji ruchowej są formą rywalizacji, której celem jest zabawa, własna satysfakcja i osiągnięcie zadowolenia, a nie uzyskiwanie jak najlepszych rezultatów. Na imprezach rekreacji ruchowej rywalizacja

może nie występować, a ich główny cel może polegać np. na popularyzacji danej aktywności sportowej (np. rajdy rowerowe, wycieczki nordic walking itp.). W 2021 r. uczestnictwo w zawodach lub imprezach zadeklarowało 16,3% osób (17,6% mężczyzn i 14,8% kobiet). Wśród osób deklarujących systematyczne uczestnictwo w zajęciach odsetek ten był wyższy i wyniósł 18,0% (20,1% mężczyzn i 15,7% kobiet). W badaniu w 2016 r. respondentów pytano jedynie o uczestnictwo w zawodach, dlatego uzyskany wówczas wynik (9,9%) nie jest porównywalny.

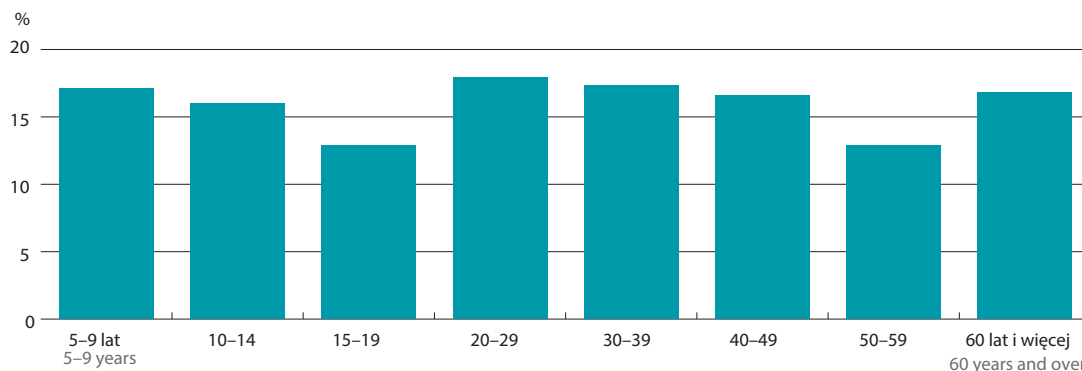
Najczęściej członkowie gospodarstw domowych startowali w zawodach lub uczestniczyli w imprezach ponad 10 razy w roku (44,3% uczestników zawodów i imprez), a następnie od 1 do 5 razy w roku (40,7%). Osoby oceniające swoją sprawność fizyczną jako bardzo dobrą i dobrą stanowili aż 87,4% wszystkich uczestników zawodów i imprez. Odsetek uczestnictwa spadał wraz z obniżaniem się samooceny kondycji fizycznej – 11,3% uczestników oceniło swoją kondycję jako średnią, a 1,3% jako złą lub bardzo złą.

Mieszkańcy miast częściej (16,8%) brali udział w zawodach i imprezach niż mieszkańcy wsi (15,1%). Udział w opisywanych wydarzeniach najpopularniejszy był wśród mieszkańców miast o liczbie ludności 20–99 tys. (22,4% uczestniczących).

Analizując wiek osób startujących w zawodach lub uczestniczących w imprezach, można stwierdzić, że najwyższy odsetek (spośród wykazujących udział w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej) był wśród osób w wieku 20–29 lat (17,9%). Odsetek ten przekroczył również 17% w grupach wiekowych 5–9 lat i 30–39 lat. Najniższy okazał się w grupach wiekowych 15–19 lat i 50–59 lat (po 12,9%).

#### Wykres 54. Uczestnictwo ćwiczących członków gospodarstw domowych w zawodach i imprezach sportowych lub rekreacji ruchowej według wieku w 2021 r.

Chart 54. Participation of practising household members in sports competitions and events or recreational activity by age in 2021

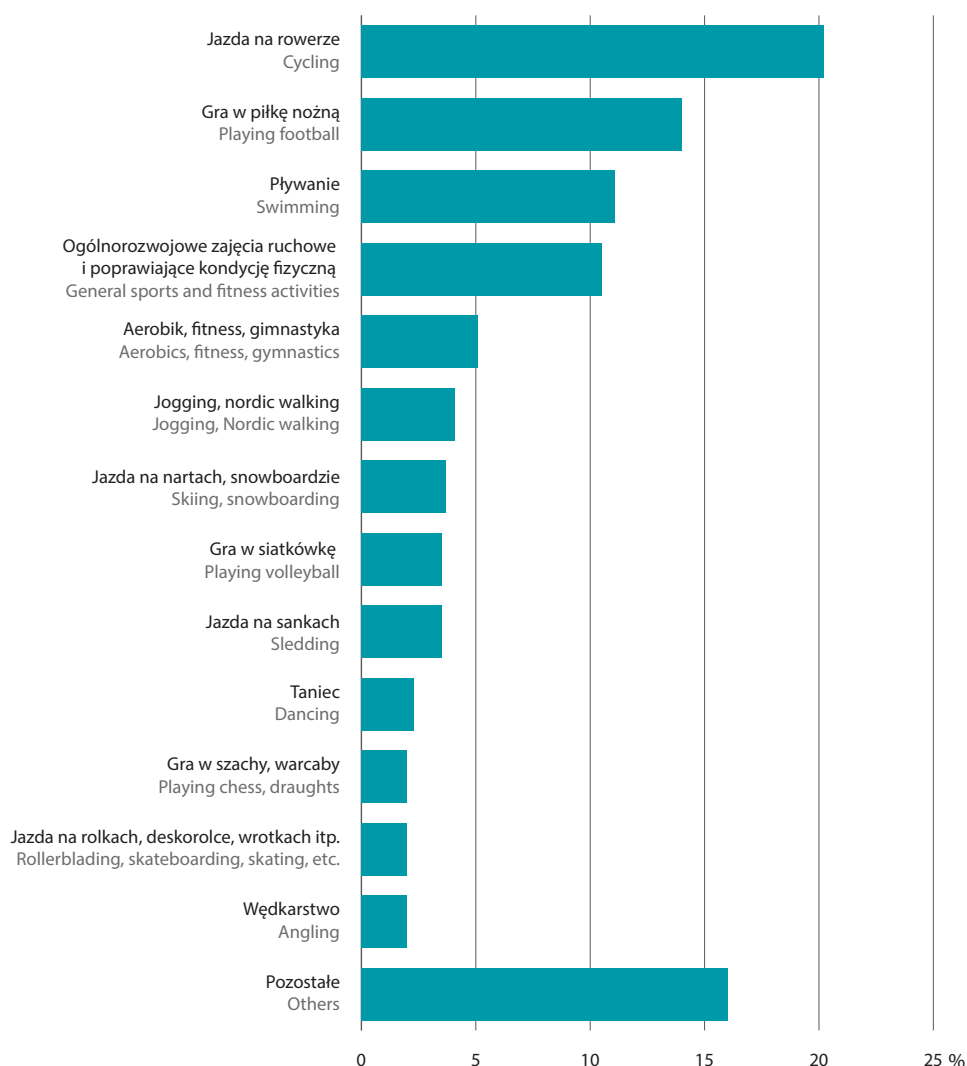


Osiągnięty poziom wykształcenia nie miał większego wpływu na udział w zawodach i imprezach sportowych lub rekreacyjnych. Poza osobami z wykształceniem gimnazjalnym, których udział wyniósł 12,8%, dla osób z pozostałym wykształceniem wahał się od 16,2% (zasadnicze zawodowe lub branżowe) do 16,6% (wyższe).

Ćwiczący członkowie gospodarstw domowych najczęściej brali udział w zawodach lub imprezach rowerowych (20,2%). Popularne były również rozgrywki w piłkę nożną (14,0%), pływanie (11,1%) oraz ogólnorozwojowe zajęcia ruchowe i poprawiające kondycję fizyczną (10,5%). Mężczyźni najczęściej uczestniczyli w rozgrywkach piłki nożnej (22,8%), a kobiety w zawodach rowerowych (22,9%).

**Wykres 55. Uczestnictwo ćwiczących członków gospodarstw domowych w zawodach i imprezach sportowych lub rekreacji ruchowej według wybranych form aktywności w 2021 r.**

Chart 55. Participation of practising household members in sports competitions and events or recreational activity by selected forms of activity in 2021



Biorąc pod uwagę poszczególne aktywności sportowe, można zauważyć, że wysokimi odsetkami uczestniczących w zawodach i imprezach spośród uprawiających daną aktywność charakteryzowały się: piłka nożna (36,8% ćwiczących uczestniczyło w zawodach i imprezach), wspinaczka (36,4%), inne gry zespołowe (32,9%), bilard, snooker (32,3%). W zawodach i imprezach brała również około 1/4 ćwiczących nurkowanie, piłkę ręczną, sporty walki, siatkówkę oraz jazdę na nartach i snowboardzie.

Osoby uczestniczące w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej, które nie brały udziału w zawodach lub imprezach (83,7%) przeważnie takiego uczestnictwa nie planowały (95,1% z osób nieuczestniczących), 2,2% osób nieuczestniczących zrezygnowało z udziału ze względu na pandemię COVID-19, a 2,7% – ze względu na inne przyczyny.

## 6.4. Uczestnictwo w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych

### 6.4. Participation in sports or sports and recreational camps

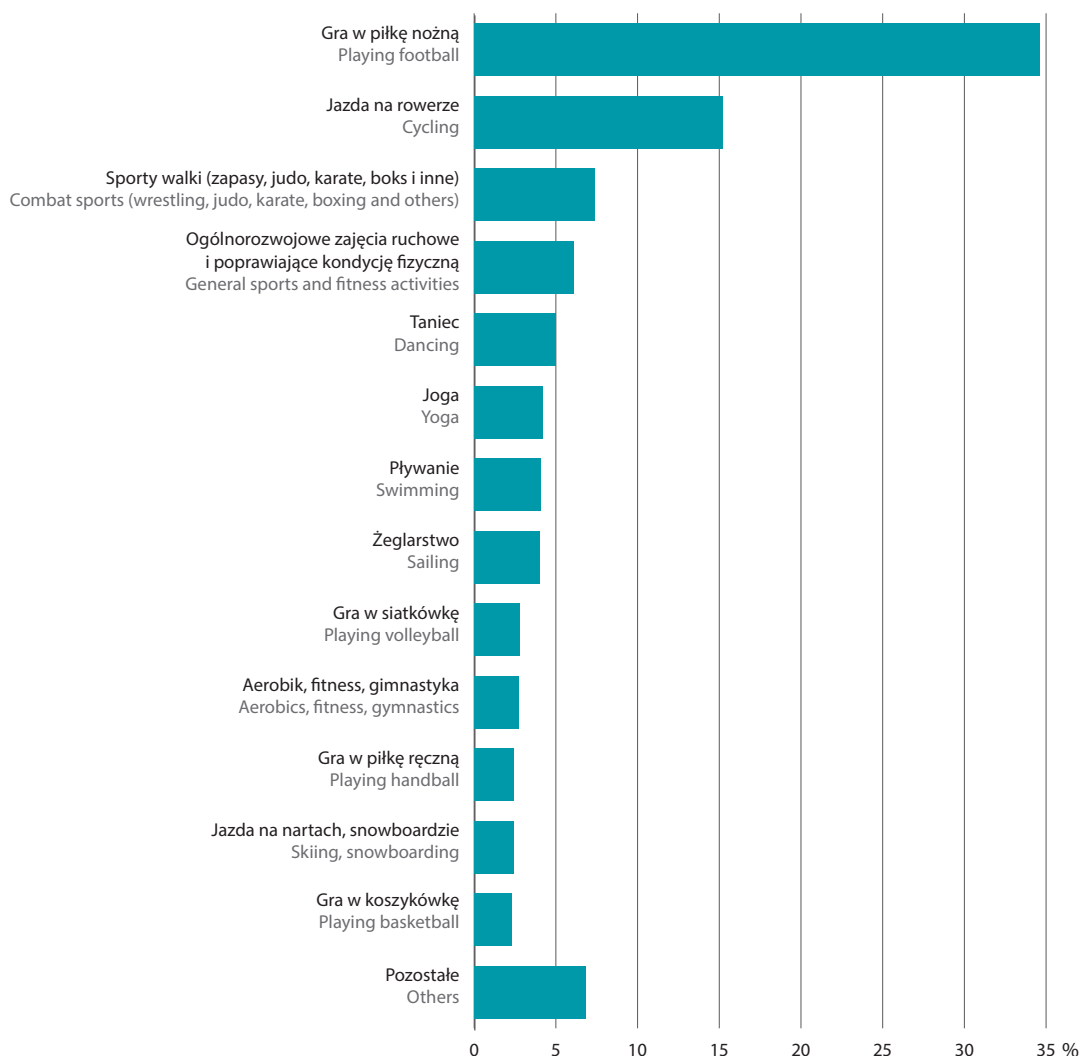
Obozy sportowe i sportowo-rekreacyjne to zorganizowane formy wyjazdów, z reguły poza miejsce zamieszkania. Podczas ich trwania uczestnicy biorą systematycznie udział w zajęciach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych. W okresie objętym badaniem spośród osób, które brały udział w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w obozach uczestniczyło 2,2% osób (1,9% kobiet i 2,5% mężczyzn). W 2016 r. odsetek ten wyniósł 2,5% (1,6% kobiet i 3,4% mężczyzn). Spośród osób wyjeżdżających na obozy 75,3% stanowili mieszkańcy miast. Uczestnikami obozów najczęściej były osoby młode, mające do 19 lat – 83,6% (w tym w wieku 10–14 lat – 47,4%). Najwięcej osób wyjeżdżało na obozy jeden raz w badanym okresie (86,2%, w 2016 r. – 77,7%).

Głównymi organizatorami obozów były kluby sportowe (54,4% obozów, które zostały scharakteryzowane w badaniu), a następnie szkoły (16,2%). Wydatki na obozy (łącznie z kosztami dojazdów) ponosił najczęściej sam uczestnik – w całości (56,6%) lub w części (30,1%). Tylko koszty na 11,4% obozów ponoszone były w całości przez ich organizatorów. Prawie 60% obozów wiązało się z kosztami od 501 zł do 1500 zł.

Największą popularnością cieszyły się obozy piłki nożnej (34,6% wszystkich obozów wskazanych przez respondentów). Na kolejnych miejscach znalazły się obozy rowerowe (15,2%), sportów walki (7,4%), ogólnorozwojowych zajęć ruchowych i poprawiających kondycję fizyczną (6,1%) oraz tańca (5,0%). W 2016 r. również najczęściej obozów dotyczyło piłki nożnej (33,2%), a następnie sportów walki (11,4%), tańca (9,0%) i koszykówki (6,7%).

**Wykres 56. Uczestnictwo ćwiczących członków gospodarstw domowych w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych według wybranych form aktywności w 2021 r.**

Chart 56. Participation of practising household members in sports or sports and recreational camps by selected forms of activity in 2021



Kobiety preferowały obozy rowerowe (32,1%). Często wybierały także obozy ogólnorozwojowych zajęć ruchowych i poprawiających kondycję fizyczną (12,8%) oraz tańca (10,5%). Mężczyźni najczęściej uczestniczyli w obozach piłki nożnej (59,4%). Popularne wśród nich były też obozy sportów walki (12,8%) i żeglarskie (6,9%).

Obozy przeważnie trwały od 8 do 14 dni (65,9%). Krótsze (do 7 dni) dotyczyły 32,9% obozów. Na prawie połowie z nich (49,1%) zajęcia odbywały się przeciętnie 3–6 godz. dziennie. Zajęcia przeciętnie krótsze oraz dłuższe odbywały się na odpowiednio 26,1% i 24,8% obozów sportowych lub sportowo-rekreacyjnych.

Osoby uczestniczące w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej, które nie brały udziału w obozach przeważnie takiego uczestnictwa nie planowały (82,2%). Z powodu pandemii COVID-19 z wyjazdu na obóz zrezygnowało 2,9% osób uczestniczących w zajęciach, a z powodu innych przyczyn – 14,8%.



## Uwagi metodologiczne

Publikacja została opracowana na podstawie wyników badania ankietowego na temat uczestnictwa w sporcie i rekreacji ruchowej przeprowadzonego w październiku 2021 r. Było to kolejne badanie z cyklu badania modułowego, poprzednie zrealizowano w latach: 1999, 2008, 2012 oraz 2016. Pierwotnie miało ono zostać przeprowadzone w 4 kwartale 2020 r., jednak ze względu na panującą w kraju pandemię COVID-19 zostało przełożone na 2021 r.

Celem badania „Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej” było dostarczenie informacji o aktywności fizycznej mieszkańców Polski, o czynnikach wpływających na tę aktywność, motywach jej podejmowania lub przyczynach jej braku, a także o wydatkach związanych z uprawianiem sportu i rekreacji ruchowej.

## Charakterystyka metody badawczej

Badanie modułowe „Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej” przeprowadzone zostało metodą reprezentacyjną na próbkę gospodarstw domowych, uczestniczących w badaniu budżetów gospodarstw domowych w 3 kwartale 2021 r. Zastosowanie takiej metody pozwoliło na wykorzystanie w celach analitycznych niektórych informacji uzyskanych od respondentów w badaniu budżetów gospodarstw domowych bez dodatkowego ich obciążania tymi samymi pytaniami. Z badania podstawowego wykorzystano informacje społeczno-demograficzne na temat członków gospodarstw domowych oraz dane o dochodzie rozporządzalnym gospodarstw, co z kolei umożliwiło ustalenie grup kwintylowych. Listę członków wszystkich gospodarstw domowych, po uprzednim uporządkowaniu według rosnących wartości dochodu rozporządzalnego na osobę, podzielono na 5 równych części, które stanowią poszczególne grupy kwintylowe. Skrajne wartości dochodów w tych grupach tworzą granice podziałów dochodu rozporządzalnego w grupach kwintylowych i zostały określone na podstawie danych empirycznych.

**Tablica 14. Granice grup kwintylowych według dochodu rozporządzalnego na 1 osobę za 2021 r. (w 3 kwartale)**

Wyszczególnienie	Dolna i górna granica grupy kwintylowej
I grupa kwintylowa	do 1256,00 zł
II grupa kwintylowa	1256,01–1703,86 zł
III grupa kwintylowa	1703,87–2102,50 zł
IV grupa kwintylowa	2102,51–2780,00 zł
V grupa kwintylowa	2780,01 zł i więcej



## Estymacja parametrów

W celu oszacowania parametrów oraz zmniejszenia błędu związanego z losowością próby i obciążenia wynikającego z braku odpowiedzi przyjęta została metoda, która uwzględnia:

- prawdopodobieństwa wyboru mieszkań i gospodarstw domowych,
- strukturę populacji gospodarstw domowych i osób według bieżących danych demograficznych.

W związku z powyższym obliczone zostały kolejno następujące wagi:

- $w_1$  – waga z losowania,
- $w_2$  – waga uwzględniająca strukturę demograficzną gospodarstw domowych i ludności.

Waga  $w_1$  dla gospodarstw domowych wynika z przyjętego planu losowania próby. Waga ta jest równa odwrotności prawdopodobieństwa wyboru mieszkania, w którym zamieszkuje zbadane gospodarstwo domowe.

Wagi z losowania  $w_1$  nie odwzorowują w sposób zadowalający badanej populacji w zakresie struktury ludności i wielkości gospodarstw, dlatego następnym etapem było obliczenie wag  $w_2$  na podstawie wag  $w_1$ . W tym celu zastosowano metodę kalibracji wag. Jako zmienne dodatkowe wykorzystano informacje o liczbie gospodarstw domowych według 5 klas wielkości, tj. 1-osobowe, 2-osobowe, 3-osobowe, 4-osobowe oraz o 5 i więcej osobach, w podziale na miasto i wieś. Dla ludności wykorzystano informację o płci, grupie wieku (9 grup wieku). Wartości tych zmiennych pochodziły z bieżących szacunków demograficznych.

Zastosowaną metodę kalibracji można przedstawić następująco:

Celem kalibracji jest jak najmniejsze „poprawienie” wagi  $w_1$  tak, aby iloraz ostatecznej wagi  $w_2$  do wagi  $w_1$  był jak najbliższy jedności, a jednocześnie, aby uogólnienia za pomocą ostatecznych wag odtwarzały ustalone dane zewnętrzne.

Stosując terminologię matematyczną, problem kalibracji można sformułować, wprowadzając tzw. funkcję odległości  $G\left(\frac{w_2}{w_1}\right)$ , która będzie kontrolowała odchylenia ilorazu wag od jedynki.

Wagi „kalibrowane”  $w_2$  są rozwiązaniem następującego problemu optymalizacji z ograniczeniami:

minimum:  $\sum_j w_{1j} G\left(\frac{w_{2j}}{w_{1j}}\right)$

$$\text{minimum: } \sum_j w_{1j} G\left(\frac{w_{2j}}{w_{1j}}\right)$$

przy ograniczeniach:

$$\sum_j w_{2j} x_{rj} = X_r \quad (r = 1, 2, \dots, p)$$

gdzie:

$j$  – numer gospodarstwa,

$p$  – liczba zmiennych pomocniczych przyjętych do kalibracji,

$X_r$  – wartość globalna dla zmiennej pomocniczej  $r$ ,

$x_{rj}$  – wielkość cechy  $r$  w gospodarstwie  $j$ -tym.

Sformułowany wyżej problem optymalizacji rozwiązywany jest za pomocą odpowiednich metod numerycznych, które iteracyjnie doprowadzają do rozwiązania przybliżonego. W praktycznym rozwiązywaniu tego problemu mogą być stosowane różne postacie funkcji odległości  $G$ . Przy obliczaniu wag dla badania "Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej" użyto metody opartej na funkcji sinusa hiperbolicznego, ze względu na wykazaną w praktyce własność uzyskiwania rozkładów wag kalibrowanych bardzo blisko skupionych wokół wartości wyjściowych.

W powyższy sposób otrzymano wagi dla gospodarstw.

Z uwagi na występujące braki odpowiedzi indywidualnych utworzono następnie wagi dla osób. Wagi te zostały obliczone w oparciu o wskaźniki odpowiedzi w grupach płci i wieku. Dla każdej osoby waga została obliczona przez pomnożenie wagi dla gospodarstwa, do którego ta osoba należała, przez odwrotność wskaźnika odpowiedzi w danej grupie płci i wieku.

## Obliczanie precyzji szacowanych parametrów

Precyzję szacowano dla zmiennych losowych typu: wartości globalne, czyli:

$$T = \sum_j x_j,$$

gdzie  $x_j$  jest wartością zmiennej ilościowej lub zerojedynkowej dla jednostki  $j$ .

Przyjęto następujące oznaczenia:

$h = 1, 2, \dots, L$  – numer warstwy (w roku 2021 liczba warstw  $L = 108$  lub  $120$  – w zależności od rodzaju dostępnych przekrojów danych),

$i = 1, 2, \dots, n_h$  – numer tpb w warstwie,

$j = 1, 2, \dots, m_{hi}$  – numer gospodarstwa domowego w tpb,

$m_{hi}$  – liczba zbadanych gospodarstw (osób) w  $i$ -tym tpb  $h$ -tej warstwy,

$n_h$  – liczba tpb, w których zrealizowano co najmniej jeden wywiad w  $h$ -tej warstwie,

$x_{hij}$  – wartość zmiennej  $X$  dla  $j$ -tego gospodarstwa domowego (osoby) w  $i$ -tym terenowym punkcie badań (tpb)  $h$ -tej warstwy,

$w_{hij}$  – waga przypisana do  $j$ -tego gospodarstwa domowego (osoby) w  $i$ -tym tpb  $h$ -tej warstwy.

Dla każdego tpb obliczono wartości  $x_{hi}$  według wzoru:

$$(1) \quad x_{hi} = \sum_j w_{hij} \cdot x_{hij}$$

następnie obliczono:

$$(2) \quad \hat{x} = \sum_h \sum_i x_{hi}$$

W każdej warstwie próbę tpb o liczebności  $n_h$  podzielono losowo na dwie półpróby  $S_{h1}$  i  $S_{h2}$  o liczbie tpb odpowiednio  $n_{h1}$  i  $n_{h2}$ , przy czym:

$$(3) \quad n_{h1} = \left\lfloor \frac{n_h}{2} \right\rfloor,$$

$$(4) \quad n_{h2} = n_h - n_{h1}$$

Podział próby tpb na dwie półpróby dokonywany jest losowo, np. poprzez losowanie bez powtórzeń  $n_{h1}$  liczb całkowitych z przedziału  $[1; n_h]$ . Wylosowane liczby są numerami porządkowymi tpb wylosowanych do pierwszej półpróby w  $h$ -tej warstwie, zaś pozostałe tpb zaliczono do drugiej półpróby.

Następnie obliczono dla każdej warstwy  $h = 1, 2, \dots, L$ :

$$(5) \quad x_{h1} = \frac{n_h}{n_{h1}} \sum_{i \in S_{h1}} x_{hi} \quad - \text{suma po tpb-ach należących do pierwszej podpróby}$$

$$(6) \quad x_{h2} = \frac{n_h}{n_{h2}} \sum_{i \in S_{h2}} x_{hi} \quad - \text{suma po tpb-ach należących do drugiej podpróby}$$

Kolejnym etapem było obliczanie wartości replikowanych  $x_\alpha$ , przy czym  $\alpha = 1, 2, \dots, A$ . Wartość  $A$ , tj. liczba replikacji zależy od liczby warstw. Dla  $L = 120/108$  liczba replikacji wynosi 200. Estymator interesującego nas parametru jest obliczany z replikacji  $\alpha$  zgodnie ze wzorem:

$$(7) \quad x_\alpha = \sum_h [P_{ah} \cdot x_{h1} + (1 - P_{ah}) \cdot x_{h2}] \quad (h = 1, 2, \dots, L)$$

Występująca we wzorze (7) wartość  $P_{ah}$  stanowi element macierzy  $P$  w wierszu o numerze  $\alpha$  i w kolumnie o numerze  $h$ . Niech  $z$  oznacza numer powtórzenia ( $z = 1, 2, \dots, 100$ ).

Estymator wariancji  $d_z^2(x)$  obliczony na podstawie  $A$ -tej replikacji w  $z$ -tym powtórzeniu dany jest przez

$$(8) \quad d_z^2(x) = \frac{1}{A} \sum_{\alpha=1}^A (x_\alpha - \hat{x})^2$$

Podział próby na dwie półpróby oraz obliczenia wg wzorów (5) – (8) powtórzono 100 razy.

Obliczono wariancję

$$(9) \quad d^2(x) = \frac{1}{100} \sum_z d_z^2(x)$$

oraz odchylenie standardowe

$$(10) \quad d(x) = \sqrt{d^2(x)}.$$

Współczynnik precyzji dany jest wzorem

$$(11) \quad v(x) = \frac{d(x)}{\hat{x}} \cdot 100$$

## Narzędzia badawcze

Narzędziami badania były dwa kwestionariusze: „Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej – kwestionariusz gospodarstwa domowego DS-52G” oraz „Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej – kwestionariusz indywidualny DS-52I”.

Kwestionariusz DS-52G odnosił się do gospodarstwa domowego oraz do jego członków. Zawarte pytania dotyczyły realizacji wywiadu, charakterystyki gospodarstwa domowego, wyposażenia gospodarstwa w sprzęt sportowy oraz wydatków związanych ze sportem i rekreacją ruchową. Respondenci wypowiedzieli się również na temat wykonywanej pracy, oceniali swoją kondycję fizyczną oraz wskazywali przyczyny nieuczestniczenia w zajęciach sportowych.

Kwestionariusz indywidualny DS-52I przeznaczony był oddzielnie dla każdego członka gospodarstwa domowego i był wypełniany przez wszystkie osoby wykazane w badaniu budżetów gospodarstw domowych urodzone przed 1.10.2016 r. Zawierał pytania dotyczące umiejętności respondenta związanych z uprawianiem sportu i rekreacji ruchowej, rodzajów zajęć sportowych, w których uczestniczył w okresie od 1.10.2020 r. do 30.09.2021 r., a także motywów uprawiania aktywności ruchowej.

Zajęcia sportowe, w których respondenci uczestniczyli w badanym okresie, były charakteryzowane przez nich pod względem częstotliwości i długości uczestnictwa, a także miejsca oraz czasu trwania. Ponadto zgromadzono informacje o udziale w zawodach, imprezach sportowych lub rekreacji ruchowej oraz uczestnictwie w obozach sportowych i sportowo-rekreacyjnych.

W badaniu uczestnictwa w sporcie i rekreacji ruchowej:

- Nie uwzględnia się udziału w obowiązkowych zajęciach wychowania fizycznego młodzieży szkolnej i akademickiej lub rehabilitacji ruchowej.
- Gospodarstwo domowe podaje informacje o posiadanym sprzęcie sportowym, bez względu na to, kiedy został zakupiony, natomiast wydatki na zakup sprzętu sportowego dotyczą wyłącznie wydatków na zakup sprzętu (w pełnych złotych) poniesionych w badanym okresie. Z dokonanych wcześniej zakupów uwzględnia się tylko spłaty rat, o ile dotyczą one wymienionego okresu. Wykazuje się jedynie sprzęt nadający się do użytkowania, a nie np. zepsuty lub niekompletny.
- W wydatkach gospodarstw domowych na cele sportowo-rekreacyjne nie uwzględnia się kosztów odzieży i sprzętu wykorzystywanych na inne cele niż rekreacyjno-sportowe, służących jako codzienny ubiór, na potrzeby obowiązkowych zajęć w szkole lub uczelni, do wykonywanej pracy.
- Przeciętne miesięczne opłaty ponoszone w związku z uczestnictwem w zajęciach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych dotyczą wszystkich kosztów ponoszonych przez uczestnika zajęć wyłącznie ze środków gospodarstwa domowego. Jeżeli dany sport lub rekreacja ruchowa uprawiana była okazjonalnie lub sezonowo (np. narciarstwo, saneczkarstwo lub sporty wodne), to roczną kwotę dzieli się przez 12, tak jakby uprawiana była przez cały czas. Opłaty za udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych nie obejmują kosztów dojazdów.
- Dla sportów uprawianych okazjonalnie (np. tylko w czasie letniego lub zimowego urlopu) miejsce czasowego pobytu, w którym respondent spędza urlop lub wczasy, traktuje się jako miejscowość zamieszkania i od niej liczy się odległość dojazdu na zajęcia sportowe lub rekreację.
- Do kosztów poniesionych na uprawianie sportu lub rekreacji w czasie wyjazdu na urlop uwzględnia się tylko tę część kosztów, która dotyczyła jedynie uprawiania sportu lub rekreacji, np. w przypadku jazdy na nartach w czasie zimowego wypoczynku tylko wydatki na wypożyczenie sprzętu, wyciągi narciarskie, opłata instruktora itp. Do poniesionych wydatków nie zalicza się zakupu sprzętu oraz kosztów dojazdu i pobytu.
- Wydatki poniesione przez uczestnika na udział w obozach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych dotyczą wszystkich kosztów ponoszonych przez uczestnika, łącznie z kosztami dojazdów i pobytu.

W porównaniu z poprzednią edycją badania nieznacznie zmodyfikowano kwestionariusze. Do pytań dotyczących uczestnictwa w sporcie lub rekreacji ruchowej, w zawodach oraz obozach dodano odpowiedzi, dzięki którym można ocenić wpływ pandemii COVID-19 na zaangażowanie mieszkańców Polski w sport i rekreację ruchową.

## Podstawowe pojęcia

**Impreza rekreacyjna** jest sposobem upowszechniania rekreacji, odbywa się w formie spotkania uczestników, wypełnionego treściami programowymi z zakresu sportu, rekreacji, turystyki, zabaw ruchowych i może mieć charakter jednorazowy lub cykliczny. Na imprezach rekreacji ruchowej rywalizacja może nie występować, a ich główny cel polega na popularyzacji danej aktywności sportowej (np. rajdy rowerowe, wycieczki nordic walking itp.).

**Klub sportowy** to podstawowa jednostka organizacyjna prowadząca działalność sportową, funkcjonująca jako osoba prawna.

**Obiekt sportowy** to samodzielny zwarty zespół urządzeń terenowych oraz budynków przeznaczonych do celów sportowych.

**Obozy sportowe lub sportowo-rekreacyjne** to zorganizowane formy wyjazdów, z reguły poza miejsce zamieszkania, mające na celu podniesienie umiejętności sportowych, wypracowanie lub poprawienie kondycji fizycznej i psychicznej lub aktywny wypoczynek. Podczas ich trwania uczestnicy systematycznie biorą udział w zajęciach sportowych lub sportowo-rekreacyjnych według odpowiednio przygotowanego programu szkolenia sportowego lub sportowo-rekreacyjnego.

**Organizacja kultury fizycznej** to ogólnopolska organizacja prowadząca działalność w zakresie sportu i rekreacji ruchowej.

**Rekreacja ruchowa** jest formą aktywności fizycznej, o charakterze sportowym, podejmowaną dla wypoczynku i odnowy sił psychofizycznych. Uczestnictwo we współzawodnictwie sportowym, ścisłe stosowanie norm i przepisów i uzyskiwanie jak najlepszych rezultatów nie odgrywa pierwszoplanowej roli, jednakże może być czynnikiem motywującym. Do rekreacji zaliczamy takie formy ruchu, jak np.: spacer, jogging, natomiast nie są do niej zaliczane np. pielgrzymki. Kryterium zaliczenia danej formy ruchu do rekreacji ruchowej powinno być odczucie respondenta. Jeżeli respondent celowo wybrał daną formę w celu „zażywania ruchu”, należy ją zaliczyć do rekreacji ruchowej (np. wybór dotarcia do pracy na rowerze, itp.).

**Sport** to wszelkie formy aktywności fizycznej, które przez uczestnictwo doraźne lub zorganizowane wpływają na wypracowanie lub poprawienie kondycji fizycznej i psychicznej, rozwój stosunków społecznych lub osiągnięcie wyników sportowych na wszelkich poziomach. Za sport uważa się również współzawodnictwo oparte na aktywności intelektualnej, którego celem jest osiągnięcie wyniku sportowego.

**Sporty (dyscypliny sportowe)** to rodzaje aktywności fizycznej wyodrębnione w drodze różnicowania form, sprzętu, urządzeń oraz przepisów regulujących zasady rywalizacji. Charakteryzują się swoistym przedmiotem współzawodnictwa, specyfiką prowadzenia rywalizacji sportowej (technika i taktyka), zasadami wyłaniania zwycięzców oraz odrębnymi normami klasyfikacyjnymi.

**Sprzęt sportowy** to sprzęt charakterystyczny dla danego rodzaju sportu lub konkurencji, który w odróżnieniu od ubioru czy obuwia sportowego na ogół nie może być użytkowany poza sportem i rekreacją ruchową.

**Systematyczne uczestnictwo** oznacza uczestnictwo w zajęciach (zorganizowanych lub indywidualnych) co najmniej 1 raz w tygodniu.

**Szkolny Związek Sportowy (SZS)** jest organizacją działającą wśród dzieci i młodzieży na terenie szkół podstawowych oraz szkół ponadpodstawowych. W zakresie sportu kwalifikowanego SZS prowadzi działalność w oparciu o międzyszkolne kluby sportowe o charakterze wyczynowym. Zajęcia o charakterze rekreacyjnym prowadzi natomiast Szkolne Koła Sportowe (SKS) i Uczniowskie Kluby Sportowe (UKS).

**Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej (TKKF)** to ogólnokrajowa organizacja sportowa. Zajmuje się przede wszystkim organizacją działalności rekreacyjnej, głównie w osiedlach miejskich lub zakładach pracy. Działa w oparciu o sieć ognisk statutowych i regulaminowych. Propaguje także imprezy rekreacyjne dla rodzin, głównie w zakresie wypoczynku sobotnio-niedzielnego na terenie miast lub podmiejskich ośrodków wypoczynkowych.

**Uczniowskie Kluby Sportowe (UKS)** działają w szkołach podstawowych oraz ponadpodstawowych, posiadają osobowość prawną, a prowadzona przez nie działalność ma głównie charakter rekreacji ruchowej.

**Umiejętności w stopniu podstawowym** deklaruje osoba, która orientuje się w podstawowych zasadach obowiązujących w danym sporcie i posiada praktyczną umiejętność uprawiania go. Poprzez **stopień zaawansowany** umiejętności związanych z uprawianiem sportu rozumie się znajomość zasad obowiązujących w danym sporcie oraz swobodne uprawianie danego sportu, a w szczególności uczestnictwo w zawodach.

**Udział sporadyczny** oznacza uprawianie regularne na przestrzeni całego badanego okresu, ale z małą częstotliwością (np. przeciętnie raz w miesiącu).

**Udział okazjonalny** dotyczy krótkiego czasu uprawiania danego rodzaju zajęć w ciągu roku i często związany jest z pobytem poza miejscem stałego zamieszkania (np. wyjazd na narty w góry w okresie zimowym czy uprawianie żeglarstwa lub innych sportów wodnych w czasie urlopu letniego).

**Współzawodnictwo sportowe** to rywalizacja sportowa o charakterze indywidualnym lub zespołowym, ukierunkowana na uzyskanie, przez osoby uczestniczące, optymalnych rezultatów dla danego sportu.

**Zajęcia rekreacji ruchowej** mogą być prowadzone z różną częstotliwością i w różnej formie, zarówno indywidualnie, w gronie rodzinnym, koleżeńskim oraz w zorganizowanych grupach, zależnie od specyfiki formy ruchu, dysponowanego czasu lub możliwości korzystania ze sprzętu sportowego.

**Zajęcia sportowe** prowadzone są w formie systematycznych treningów w klubach sportowych lub przez innych organizatorów, a także w formie obozów sportowych, w zorganizowanych grupach lub indywidualnie, w oparciu o rozpisane plany szkoleniowe.

**Zawody rekreacji ruchowej** są formą rywalizacji, której zasadniczym celem jest zabawa, własna satysfakcja i osiągnięcie zadowolenia, a nie uzyskiwanie jak najlepszych rezultatów.

**Zawody sportowe** polegają na rywalizacji prowadzonej w oparciu o ustalone przepisy ją regulujące, charakterystyczne dla danego sportu, której celem jest uzyskanie zwycięstwa, a w sportach wymiernych jak najlepszych wyników.

**Zrzeszenie „Ludowe Zespoły Sportowe” (LZS)** jest ogólnopolską organizacją kultury fizycznej prowadzącą działalność głównie na terenie wsi i małych miejscowości. Generalnie w zakresie sportu kwalifikowanego działa w oparciu o Ludowe Kluby Sportowe, a w zakresie rekreacji ruchowej – o Ludowe Zespoły Sportowe, Ludowe Kluby Turystyczne, Ludowe Zespoły Turystyczne oraz Uczniowskie Ludowe Kluby Sportowe.

## Methodological notes

The publication is based on the results of a questionnaire survey on participation in sport and recreational activities conducted in October 2021. This was another survey in the modular survey series, previous surveys were carried out in 1999, 2008, 2012 and 2016. It was originally scheduled to be conducted in the fourth quarter 2020, but due to the COVID-19 pandemic prevailing in the country, it was postponed to 2021.

The aim of the survey "Participation in sport and recreational activities" was to provide information on physical activity of the Polish population, the factors influencing this activity, the motives for undertaking it or the reasons for not undertaking it, as well as expenditure connected with practising sport and recreational activities.

## Characteristics of the survey method

The module survey "Participation in sport and recreational activities" was conducted using a representative method on a subsample of households participating in the Household Budget Survey in the third quarter of 2021. The use of such a method allowed certain information obtained from respondents in the Household Budget Survey to be used for analytical purposes without burdening them additionally with the same questions. Socio-demographic information on household members and data on household disposable income were used from the baseline survey, which in turn enabled quintile groups to be established. The list of members of all households, after being sorted according to increasing values of disposable income per person, was divided into 5 equal parts, which are the individual quintile groups. The income extremes in these groups form the boundaries of the divisions of disposable income in quintile groups and were determined on the basis of empirical data.

Table 14. Boundaries of quintile groups by available income per capita in 2021 (in the third quarter)

Specification	Lower and upper boundary of quntile group
I quintile group	up to PLN 1256,00
II quintile group	1256,01–1703,86 PLN
III quintile group	1703,87–2102,50 PLN
IV quintile group	2102,51–2780,00 PLN
V quintile group	2780,01 PLN and more

## Parameter estimation

In order to estimate the parameters and to reduce the error associated with the randomness of the sample and the non-response bias, a method is adopted that takes into account:

- probability of choosing a dwelling and households,
- the structure of the population of households and persons according to current demographic data.

Accordingly, the following weights were calculated:

- $w1$  – weight from the draw,
- $w2$  – weight that takes into account the demographic structure of households and the population.

The weight  $w1$  for households results from the sampling design adopted. This weight is equal to the inverse of the probability of selecting the dwelling in which the surveyed household resides.

The weights from sampling  $w1$  do not satisfactorily represent the study population in terms of population structure and household size. Therefore, the next step was to calculate the weights  $w2$  on the basis of the weights  $w1$ . For this purpose, the method of calibration of the weights was applied. As additional variables, information on the number of households was used according to 5 size classes, i.e. one-person households, two-person households, three-person households, four-person households and households with 5 or more members, divided into urban and rural areas. For the population, information on sex, age group (9 age groups) was used. The values of these variables were derived from current demographic estimates.

The calibration method used can be represented as follows:

The aim of the calibration is to 'correct' the weight  $w1$  as little as possible so that the quotient of the final weight  $w2$  to the weight  $w1$  is as close to unity as possible, while at the same time ensuring that the generalisations using the final weights reproduce the external data set.

Using mathematical terminology, the calibration problem can be formulated by introducing the so-called distance function  $G\left(\frac{w2}{w1}\right)$ , which will control the deviation of the quotient of the weights from unity. The "calibrated" weights  $w2$  are the solution to the following optimization problem with constraints:

$$\text{minimum: } \sum_j w1_j G\left(\frac{w2_j}{w1_j}\right),$$

with restrictions:

$$\sum_j w2_j x_{rj} = X_r \quad (r = 1, 2, \dots, p)$$

where:

$j$  – household number,

$p$  – number of auxiliary variables adopted for calibration,

$X_r$  – global value for the auxiliary variable  $r$ ,

$x_{rj}$  – the size of characteristic  $r$  in the  $j$ th household.

The optimization problem formulated above is solved by appropriate numerical methods that iteratively lead to an approximate solution. Different forms of the distance function  $G$  can be used in the practical solution of this problem. When calculating the weights for the "Participation in sport and recreation activities", a method based on the hyperbolic sine function was used because of the property, demonstrated in practice, of obtaining distributions of calibrated weights very closely clustered around the initial values.

Weights for the households were obtained in the above manner.

Due to the individual response gaps that occurred, person weights were then created. These weights were calculated based on the response rates in the sex and age groups. For each person, the weight was calculated by multiplying the weight for the household to which that person belonged by the inverse of the response rate in that sex and age group.



## Calculation of precision of estimated parameters

Precision was estimated for random variables of type: global values, i.e:

$$T = \sum_j x_j,$$

where  $x_j$  is the value of a quantitative or dummy variable for unit  $j$ .

The following designations have been adopted:

$h = 1, 2, \dots, L$  – layer number (in 2021 the number of layers  $L = 108$  or  $120$  – depending on the type of data sections available),

$i = 1, 2, \dots, n_h$  – tpb number in layer,

$j = 1, 2, \dots, m_{hi}$  – household number in tpb,

$m_{hi}$  – number of sampled households (persons) in the  $i$ -th tpb  $h$ -th stratum,

$n_h$  – number of tpb in which at least one interview in the  $h$ -th layer was carried out,

$x_{hij}$  – the value of variable  $X$  for the  $j$ -th household (person) at the  $i$ -th field survey point (tpb) of the  $h$ -th stratum,

$w_{hij}$  – weight assigned to the  $j$ th household (person) in the  $i$ -th tpb of the  $h$ -th stratum.

For each tpb,  $x_{hi}$  values were calculated, i.e:

$$(1) \quad x_{hi} = \sum_j w_{hij} \cdot x_{hij}$$

In addition, the following was calculated:

$$(2) \quad \hat{x} = \sum_h \sum_i x_{hi}$$

In each stratum, a tpb sample of  $n_h$  was randomly divided into two half-samples  $S_{h1}$  and  $S_{h2}$  with tpb numbers  $n_{h1}$  and  $n_{h2}$ , respectively:

$$(3) \quad n_{h1} = \left\lfloor \frac{n_h}{2} \right\rfloor,$$

$$(4) \quad n_{h2} = n_h - n_{h1}$$

The division of the tpb sample into two half-samples is done randomly e.g. by drawing without repetition  $n_{h1}$  integers from the interval  $[1; n_h]$ . The numbers drawn are the ordinal numbers of the tpb drawn for the first half-sample in the  $h$ -th stratum, while the remaining tpb are counted in the second half-sample.

Then  $h = 1, 2, \dots, L$  was calculated for each layer:

$$(5) \quad x_{h1} = \frac{n_h}{n_{h1}} \sum_{i \in S_{h1}} x_{hi} \quad \text{– sum after tpb's belonging to the first subsample}$$

$$(6) \quad x_{h2} = \frac{n_h}{n_{h2}} \sum_{i \in S_{h2}} x_{hi} \quad \text{– sum after tpb's belonging to the second subsample}$$

The next step was to calculate the replicate values  $x_\alpha$ , with  $\alpha = 1, 2, \dots, A$ . The value of  $A$ , i.e. the number of replications, depends on the number of layers. For  $L = 120/108$ , the number of replications is 200. The estimator of the parameter of interest is calculated from the replication  $\alpha$  according to the formula:

$$(7) \quad x_\alpha = \sum_h [P_{ah} \cdot x_{h1} + (1 - P_{ah}) \cdot x_{h2}] \quad (h = 1, 2, \dots, L)$$

The value  $P_{ah}$  appearing in formulae (7) is the element of the matrix  $P$  in the row numbered  $\alpha$  and in the column numbered  $h$ . Let  $z$  denote the repetition number ( $z = 1, 2, \dots, 100$ )

Variance estimator  $d_z^2(x)$  calculated from the  $A$ -th replication in the  $z$ -th replication:

$$(8) \quad d_z^2(x) = \frac{1}{A} \sum_{\alpha=1}^A (x_\alpha - \hat{x})^2.$$

The division of the sample into two half-samples and the calculations according to equations (5)–(8) were repeated 100 times.

The variance was calculated

$$(9) \quad d^2(x) = \frac{1}{100} \sum_z d_z^2(x)$$

and standard deviation

$$(10) \quad d(x) = \sqrt{d^2(x)}.$$

The precision ratio is given by the formula

$$(11) \quad v(x) = \frac{d(x)}{\hat{x}} \cdot 100v.$$

## Survey tools

The survey tools were two questionnaires: "Participation in sport and recreational activities - household questionnaire DS-52G" and "Participation in sport and recreational activities - individual questionnaire DS-52I".

The DS-52G questionnaire referred to the household and its members. The questions included the implementation of the interview, household characteristics, household sports equipment and expenditure related to sport and recreational activities. Respondents also commented on their work, assessed their physical condition and indicated the reasons for not participating in sports activities.

The DS-52I individual questionnaire was designed separately for each household member and was completed by all persons shown in the Household Budget Survey, born before 1.10.2016. It contained questions about the respondent's skills related to sport and recreational activities, the types of sport activities they participated in between 1.10.2020 and 30.09.2021 and their motives for practising physical activity.

The sports activities in which the respondents participated during the study period were characterised by them in terms of frequency and length of participation, as well as place and duration. In addition, information was collected on participation in competitions, sports events or recreational activities and participation in sports and sports and recreation camps.

In the survey of participation in sport and recreational activities:

- Participation in compulsory physical education classes for school and university students or physical rehabilitation is not included.
- The household provides information on the sports equipment owned, regardless of when it was purchased, while the expenditure on the purchase of sports equipment refers only to the expenditure on the purchase of equipment (in full zloty) incurred during the surveyed period. Of earlier purchases, only instalment repayments are included if they relate to the period in question. Only usable equipment is reported, not, for example, broken or incomplete equipment.
- Household expenditure on sport and recreation does not include the cost of clothing and equipment used for purposes other than recreation and sport, serving as everyday clothing, for compulsory school or university activities, for work.
- The average monthly fees paid for participation in sport or recreational activities refer to all costs incurred by the participant solely from household resources. If the sport or activity in question was practised occasionally or seasonally (e.g. skiing, sledging or water sports), the annual amount is divided by 12 as if it had been practised all the time. Fees for participation in sports and recreational activities are calculated excluding travel costs.
- For sports practiced on an occasional basis (e.g. only during summer or winter holidays), the place of temporary residence where the respondent spends his/her holiday or holiday is considered as the place of residence and the distance to the sports or recreation is counted from this place.
- Only that part of the expenditure which concerned only sport or recreation during the holiday is included, e.g. in the case of skiing during the winter holiday only the expenditure for renting equipment, ski lifts, instructor's fee, etc. Expenses incurred do not include the purchase of equipment or travel and accommodation costs.
- Expenditure incurred by the participant for participation in sports or sports and recreational camps refers to all costs incurred by the participant, including travel and subsistence costs.

Compared to the previous survey, the questionnaires were slightly modified.

Responses were added to questions on participation in sport or recreational activities, competitions and camps to assess the impact of the COVID-19 pandemic on Poles' involvement in sport and recreational activities.

## Basic concepts

**Recreational event** is a way of popularizing recreational activities, it takes place in the form of a meeting of participants, filled with programme content from the field of sport, leisure, tourism, and movement games, and may be one-time or cyclical. It may be one-time or cyclical. There may be no competition at recreational activities events, and their main purpose is to popularise a given sport activity (e.g. bicycle rallies, Nordic walking tours, etc.).

**Sports club** is a basic organisational unit running sports activity which acts as a legal person.

**Sports facility** is a separate, compact complex of field equipment and buildings intended for sporting purpose.

**Sports or sports and recreational camps** are organised trips, as a rule outside the place of residence, aimed at improving sports skills, developing or improving physical and mental fitness or active leisure. During these camps, participants systematically take part in sport or sport and recreational activities in accordance with an appropriately prepared sport or sport and recreational training programme.

**Organization of physical education** is a nationwide organization operating in the field of sport and recreational activities.

**Recreational activity** is a form of physical activity, connected with sport, undertaken for active leisure and regeneration of psychophysical strength. Participation in sports competition, strict application of standards and regulations and obtaining the best possible results do not play a leading role, but can be a motivating factor. Recreational activities include such forms of movement as walking and jogging, whereas pilgrimages, for example, are not included in recreational activities. The respondent's feeling should be the criterion for including a given form of movement in recreational activities. If the respondent deliberately chose a given form in order to exercise, it should be included in recreational activities (e.g. the choice of getting to work by bicycle, etc.).

**Sport** is any form of physical activity which through casual or organized participation affects the development or improvement of physical and mental condition, social relationships, or obtaining sports results at all levels. Sport is also considered to be competition based on intellectual activity aimed at achieving a sporting outcome.

**Sports (sports disciplines)** are kinds of physical activity selected through diversification of forms, equipment, facilities and rules governing the competition. They are characterized by a specific type of competition, a unique way in which they are performed (technique and tactics), rules for selecting winners and separate classification standards.

**Sports equipment** is equipment specific to a particular sport or competition that, unlike sports clothing or footwear, generally cannot be used outside of sport and recreational activities.

**Systematic participation** means attending classes (organised or individual) at least 1 time per week.

**School Sports Association (SZS)** is an organization which is active among children and students at primary and post-primary schools. Within the scope of extreme sport, its activity is based on competitive inter-school sports clubs. Recreational activities are provided by school sports associations and since 1994 by Student Sports Clubs.

**The Society for Promotion of Physical Education (TKKF)** is Polish national sports organization. Its main purpose is to organize recreation activities, particularly in urban estates or at work places. Its activity is based on a network of centres created on the basis of statute and regulations. It also promotes recreation events for families primarily during weekend rest in urban areas or suburban recreational centres.

**Student Sports Clubs (UKS)** are active in primary and post-primary schools. They are legal entities, and their activity is primarily physical recreation.

**Basic level of competence** is demonstrated by a person with basic knowledge of the rules of a given sport and a practical ability to practise it. **Advanced level of competence** in sport is understood to mean knowledge of the rules of a given sport and an ability to practise the sport freely, in particular to participate in competitions.

**Rare participation** means practising regularly over the whole period under study, but with low frequency (e.g. once a month on average).

**Occasional participation** refers to a short period of time during the year when a particular activity is practised and is often linked to a stay outside the place of permanent residence (e.g. skiing in the mountains during winter or sailing or other water sports during summer holidays).

**Sports rivalry** is individual or team sporting competition, focused on acquiring by the persons involved optimal results for a particular sport.

**Recreational activity classes** may be carried out at different frequencies and in different forms, both individually, with family, friends and in organised groups, depending on the specific form of exercise, available time or possibility to use sports equipment.

**Sports classes** are conducted in the form of systematic training in sports clubs or by other organisers, as well as in the form of sports camps, in organised groups or individually, on the basis of pre-set training plans.

**Recreational activity competitions** are a form of competition with the primary aim of having fun, self-satisfaction and achieving satisfaction, rather than achieving the best possible results.

**Sports competitions** consist in competition based on the established rules governing it, specific to the sport in question, the aim of which is to achieve victory and, in measurable sports, the best possible result.

**Association of People's Sports Teams (LZS)** is a nationwide physical culture organisation operating mainly in villages and small towns. Generally, in the area of qualified sport, it operates on the basis of People's Sports Clubs, and in the area of physical recreation – on the basis of People's Sports Groups, People's Tourist Clubs, People's Tourist Teams and Pupils' People's Sports Clubs.