

Polska Karta Aktywności Fizycznej Dzieci i Młodzieży 2016

W ramach Active Healthy Kids Global Alliance 16 listopada 2016 r. zostały opublikowane krajowe karty aktywności fizycznej dzieci i młodzieży dla 38 krajów świata, po raz pierwszy została opracowana karta dla Polski (<http://www.activehealthykids.org>).

Projekt koordynowała fundacja V4Sport, a autorami artykułu naukowego byli Paweł Zembura i Aleksandra Gołdys z Instytutu Studiów Społecznych im. Profesora Roberta B. Zajonca Uniwersytetu Warszawskiego oraz dr Hanna Naęcz z Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie (<http://journals.humankinetics.com/doi/abs/10.1123/jpah.2016-0386>). Wszystkie kraje zbierały dane dotyczące 9 wskaźników: ogólna aktywność fizyczna; udział w zorganizowanych zajęciach sportowych; aktywna zabawa; aktywny transport; zajęcia sedentarne; rodzina i rówieśnicy; szkoła; społeczność lokalna i infrastruktura; polityka centralna, strategie i inwestycje, które następnie oceniały w skali od A do F (A 81%–100% dzieci i młodzieży realizuje zalecenia, B 61%–80%, C 41%–60%, D 21%–40% i F 0%–20%). Jak wykazały analizy dostępnych danych, nie ma w Polsce zrównoważonego podejścia do wspierania aktywności fizycznej dzieci i młodzieży. Najlepiej funkcjonującym obszarem w tym zakresie jest szkoła, gdzie działania koncentrują się wokół poprawy zajęć wychowania fizycznego i infrastruktury szkolnej. Stwierdzono brak reprezentatywnych badań aktywności fizycznej dzieci poniżej 9 roku życia oraz całkowity brak analiz naukowych w obszarze aktywnej zabawy. Niepokoić powinien fakt, że mniej niż ¼ dzieci i młodzieży w Polsce (11-15 lat) jest wystarczająco aktywna fizycznie, a umiarkowany optymizm może budzić pozytywny trend zanotowany od roku 2010 (20,1 – 24,2% aktywnych minimum 60 min codziennie). Obiecująco wypadł również obszar polityka centralna, strategie i inwestycje, szczególnie ze względu na umieszczenie w Strategii Rozwoju Sportu w Polsce 2020 elementów odnoszących się do wspierania aktywności dzieci i młodzieży. Wnioskiem podsumowującym pierwszą Polską Kartę Aktywności Fizycznej dla Dzieci i Młodzieży jest konieczność rozproszenia działań wspierających aktywność fizyczną oraz podjęcia stałego monitorowania zmian zachodzących w obszarach poszczególnych jej wskaźników oraz wypełnienia luk w badaniach naukowych w obszarze młodszych dzieci i aktywnej zabawy.



Dr Hanna Naęcz
AWF Warszawa, Wydział Wychowania Fizycznego
Katedra Nauk Humanistycznych i Społecznych
Zakład Pedagogiki i Psychologii