

Jan Zawadka✉, Agata Wiśniewska

Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie

Popularność pieszej turystyki górskiej wśród studentów SGGW w Warszawie

Streszczenie. Celem opracowania było rozpoznanie popularności pieszej turystyki górskiej wśród studentów SGGW w Warszawie oraz ukazanie ich motywów, preferencji i zachowań podczas realizacji wyjazdów tego typu na terenie Polski. Badania, z udziałem 104 respondentów, zostały przeprowadzone w 2022 r. Metodą badań był sondaż diagnostyczny z wykorzystaniem techniki ankiety. Dominującym podczas wyjazdów w celu uprawiania pieszej turystyki górskiej okazał się motyw katartyczny (związany z chęcią odpoczynku i odreagowaniem stresu), a także motyw zdrowotny (poprawa samopoczucia fizyczno-psychicznego). Determinantami wyboru pasma górskiego lub szlaku turystycznego były walory przyrodnicze i krajobrazowe oraz poziom trudności trasy. Najpopularniejszymi pasmami góorskimi do realizacji wędrówek były Tatry i Bieszczady, a wyjazdy takie podejmowano najczęściej raz w roku. Miesiącem dominującym pod tym względem był wrzesień.

Słowa kluczowe: turystyka kwalifikowana, piesza turystyka górska, preferencje, motywy, studenci

Wstęp

Jednym z wielu rodzajów turystyki jest turystyka kwalifikowana, która przybiera wiele form, a uprawianiu każdej z nich sprzyjają nieco inne uwarunkowania geograficzno-fizyczne, co przekłada się m.in. na rodzaj wykorzystywanego sprzętu, poziom trudności czy stopień intensywności wysiłku towarzyszącego każdej z nich.

Jedną z najbardziej dostępnych i powszechnych form turystyki kwalifikowanej jest turystyka piesza. Nie wymaga ona zwykle wykorzystania specjalistycznego sprzętu i można ją uprawiać praktycznie w każdych warunkach terenowych i pogodowych. Charakter tej aktywności ściśle warunkowany jest fizycznymi cechami obszaru, na którym jest podejmowana, stąd też wyróżnić można turystykę pieszą nizinną oraz turystykę pieszą górską. Tereny górskie charakteryzują się bardziej zróżnicowaną rzeźbą aniżeli obszary nizinne. Ich ukształtowanie wraz z towarzyszącymi mu walorami naturalnymi

Jan Zawadka ORCID: 0000-0003-1979-0607

✉ jan_zawadka@sggw.edu.pl

(a niejednokrotnie także antropogenicznymi) i odpowiednie zagospodarowanie oraz rosnące zainteresowanie aktywnymi formami wypoczynku sprzyjają rozwojowi pieszej turystyki górskiej, którą (obok narciarstwa zjazdowego) uznać można za jedną z najpopularniejszych form aktywności realizowanych w górach. Wynika to z dużej jej dostępności, braku konieczności posługiwania się drogim i skomplikowanym ekwipunkiem, a także korzyści płynących z jej podejmowania, wśród których wskazać można pozytywne oddziaływanie na fizyczne i psychiczne zdrowie człowieka oraz kształtowanie pozytywnych cech osobowości i charakteru turysty.

Wypoczynek, rekreacja, poprawa zdrowia i wydolności, doskonalenie sprawności fizycznej, a także chęć poznania kraju to cele, którymi kierują się turyści kwalifikowani (Fąk i Jarecka, 2014, s. 164). Większość z nich, jak zauważa Kurek (2007, s. 257), to osoby młode i to właśnie one, a konkretnie młodzież akademicka, stanowiły podmiot badań, których wyniki omówione zostały w niniejszym opracowaniu. Jego celem jest bowiem przybliżenie popularności pieszej turystyki górskiej w Polsce wśród studentów SGGW. W badaniach poszukiwano odpowiedzi na pytania: Co jest głównym powodem podejmowania przez studentów pieszych wędrówek górskich? Jakimi kryteriami kierują się oni podczas wyboru miejsca realizacji tego typu aktywności? Kiedy, z kim i jak często młodzież akademicka wyjeżdża w góry celem wędrowania po nich i jak długo trwają takie wędrówki? Które góry i pasma górskie są najchętniej wybierane jako cel takich wyjazdów? W jaki sposób organizowane są takie wyjazdy i skąd studenci czerpią informacje podczas ich planowania i realizacji?

Piesza turystyka górska jako forma turystyki kwalifikowanej

Idea turystyki kwalifikowanej (określanej przez niektórych tzw. matką turystyki lub turystyką właściwą) wywodzi się z XIX w. i reprezentuje najdawniejszą formę wycieczkowania, będącego wędrowaniem połączonym z wysiłkiem fizycznym wymagającym umiejętności technicznych (Kulczycki, 1977; Gaworecki, 2007). Związana jest ona z inicjatywami podejmowanymi najpierw przez działaczy Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, później także Polskiego Towarzystwa Krajoznawczego (Stasiak, Śledzińska i Włodarczyk, 2015, s. 5).

W polskiej terminologii naukowej pojęcie turystyki kwalifikowanej pojawiło się w latach 50. XX w. i zostało wprowadzone przez Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze (Militz, 1973) celem określenia dyscyplin turystyki, do uprawiania których wymagany jest specjalny sprzęt oraz szczególne umiejętności (Kurek, 2007, s. 256). Termin ten ustanowił wspólny mianownik dla nazwania m.in. takich aktywności rekreacyjnych, jak: kajakarstwo, żeglarstwo, narciarstwo, kolarstwo czy wędrówki piesze (Kaganek, 2015, s. 22). Od tego momentu turystyka kwalifikowana stała się najważniejszą dziedziną działalności PTTK i pozostaje jedną z najistotniejszych i najdostępniejszych form aktywnego wypoczynku (Śledzińska, 2015, s. 273).

Zgodnie z definicją ze *Słownika języka polskiego* określenie kwalifikowany oznacza „posiadający kwalifikacje do wykonania czegoś, upoważniony, także wybrany, sprawdzony” (Arnold, 2011, s. 182). Można więc przyjąć, że pojęcie turystyki kwalifikowanej wywodzi się od kwalifikacji, które powinien mieć turysta, ale także od kwalifikowania

osiągnięć dla zyskiwania kolejnych stopni i odznak turystycznych (Gierczyk i Ociecek, 2011, s. 65; Mokras-Grabowska, 2015, s. 348).

Według jednej z popularniejszych definicji turystyka kwalifikowana jest najwyższą formą specjalizacji turystycznej oraz najdoskonalszym rodzajem świadomie i celowo uprawianej turystyki. Podejmuje się ją indywidualnie lub zespołowo, w grupach nieformalnych lub zorganizowanych (Łobożewicz, 1983, s. 9). W literaturze podkreślana jest wyjątkowość turystyki kwalifikowanej oraz jej specyficzne cechy. Rozpatrując to zagadnienie, można zauważyć, że (Kaganek, 2015, s. 23):

- turystyka kwalifikowana jest najwyższą formą specjalizacji w wybranej dyscyplinie turystycznej – należy podkreślić, że wiele osób uprawia turystykę pieszą, tylko nieliczni jednak robią to ze znanstwem,
- uprawianiu tej formy turystyki towarzyszy konieczność opanowania umiejętności posługiwania się różnego rodzaju (głównie lokomocyjnym) sprzętem turystycznym,
- w turystyce kwalifikowanej może czasami występować element współzawodnictwa (częściej zespołowego niż indywidualnego), jednak w celach widowiskowych inicjowane jest ono rzadko,
- turysta kwalifikowany powinien zdobyć i utrzymać możliwie największą dla wieku i stanu zdrowia sprawność i wydolność fizyczną oraz odporność na zmiany warunków pogodowych i wszelkie niewygody,
- turystę powinna wyróżniać także wszechstronna znajomość środowiska, w którym mieszka lub wędruje, a także umiejętność samodzielnego zdobywania wiedzy krajoznawczej, organizowania zwiedzania, dobierania racjonalnych norm tempa i odległości marszu, jazdy i pływania, orientacji i poruszania się w terenie itp.

Można więc stwierdzić, że turystę kwalifikowanego charakteryzuje świadomość, znanstwo, pasja oraz systematyczność, z jaką podejmuje aktywność turystyczną. Towarzyszą mu: trwałe zainteresowanie odpowiednim rodzajem turystyki, wiedza potrzebna do jej uprawiania, a także odpowiednie przygotowanie psychofizyczne oraz umiejętność (czasem udokumentowana odpowiednimi uprawnieniami) posługiwania się sprzętem turystycznym właściwym dla określonego rodzaju turystyki. Należy tu także podkreślić ukształtowaną potrzebę aktywnego wypoczyniania oraz poznawania środowisk przyrodniczych i społeczno-kulturowych oraz (co bardzo istotne) przestrzeganie zasad obowiązujących w środowisku i obiektach turystycznych oraz norm społeczno-kulturowych (Gierczyk i Ociecek, 2011, s. 66). Sednem turystyki kwalifikowanej jest zbliżenie uczestnika do natury, regeneracja sił psychofizycznych oraz polepszenie sprawności fizycznej. Obecna tu aktywność fizyczna stanowi podstawę zdrowego stylu życia, wydłuża jego przewidywaną długość oraz przynosi organizmowi człowieka wiele korzyści (Martinez-Ibarra, 2019, s. 1). Temu rodzajowi turystyki, ze względu na umożliwienie kontaktu z kulturowym i społecznym środowiskiem danego miejsca, nadaje się również walor poznawczy i krajoznawczy, a także wychowawczy (Czarnowski, 2009, s. 41–42; Adamczyk, 2011, s. 64). Ponadto turyści biorący udział w imprezach turystyki kwalifikowanej zaspokajają swoje potrzeby emocjonalne, doskonalą różnego rodzaju umiejętności, a także rozwijają zdolność orientacji w terenie. Uczestnictwo w tego typu imprezach kształtuje również dobre cechy charakteru i osobowości, wśród których wymienić można: odwagę,

zaradność, samodzielność, solidarność, zręczność czy wytrzymałość, ale także doskonalenie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania relacji międzyludzkich (Kapuściński i Zając, 2007, s. 7; Kurek, 2007, s. 257).

Na koniec rozważań dotyczących pojęcia i istoty turystyki kwalifikowanej należy podkreślić, że poddając analizie literaturę dotyczącą tego zagadnienia można mieć poczucie dezorientacji, a nawet stwierdzić istnienie chaosu terminologicznego. W opracowaniach naukowych z tego zakresu pojęciu turystyki kwalifikowanej towarzyszy wiele innych turystyk, np. aktywna, przygodowa, ekstremalna, sportowa czy usportowiona. Zdarza się, że niektóre z tych pojęć stosowane są zamiennie i uznawane za synonimy. Dostrzec można także odmienny sposób ich interpretacji i definiowania. Rozważania te, z uwagi na cel niniejszego opracowania oraz jego ograniczenia objętościowe, nie będą tu podejmowane. W celu zgłębienia tego zagadnienia warto jednak zapoznać się z publikacjami m.in. takich autorów, jak: Gibson (1998); Weber (2001); Merski (2002); Durydiwka (2010); Nowacki (2011); Bończak (2013a), (2013b); Tomik (2013) czy Mokras-Grabowska (2015).

W ramach turystyki kwalifikowanej wyróżnić można wiele różnych form, wśród których wskazywana jest turystyka piesza (m.in. Gaworecki, 2007, s. 30; Kurek, 2007, s. 257; Umiastowska, Pławińska i Umiastowska, 2013, s. 16), dzielona na nizinną i górską. Wycieczki piesze stanowią najpopularniejszą formę działalności turystycznej, którą można podejmować bez względu na płeć i wiek (Kurek i Szmytkę, 2003, s. 121). Uznaje się je za najstarsze i tradycyjne dyscypliny turystyczne PTTK (Czarnowski, 2009, s. 43). Turystyka piesza jest również jedną z najbardziej rozpowszechnionych dziedzin aktywności górskiej (Niekurzak i Szczepanik, 2014, s. 138), czemu sprzyja obecność różnego typu walorów na tych obszarach. Do tych najbardziej istotnych, poza szlakami turystycznymi, zaliczyć można: punkty widokowe, zmienność otoczenia, kontrastowość form, symetrię i asymetrię oraz dynamiczność i statykę w krajobrazie, barwność pejzaży, a także swoiste zjawiska akustyczne (Deja, 1986).

Piesza turystyka zarówno o charakterze nizinnym, jak i górskim jest niezwykle popularna, a jej uprawianie niesie za sobą wiele korzyści. Stwarza chociażby możliwość poznania przyrody, krajobrazu czy walorów kulturowych. Wędrówki realizowane z dala od przepelnionych ośrodków turystycznych stanowią zaletę dla osób unikających masowej turystyki (Kurek, 2007, s. 257–258). Należy także zaznaczyć, że tereny nizinne stwarzają mniej atrakcyjne warunki do uprawiania turystyki pieszej niż góry. Podczas wspinaczki na górskie szczyty i grzbiety turysta może podziwiać zmieniające się wraz z wysokością strefy roślinne oraz podziwiać panoramy. Wędrowanie na obszarach górskich wymaga również zadania sobie większego trudu i wysiłku niż chodzenie po równinach. Różnice w krajobrazie, topografii i klimacie powodują, że warunki w górach silnie oddziałują na stan fizyczny i psychiczny turystów (Kurek, 2004, s. 53), korzystnie wpływając na ich osobowość. Równie istotne są czynniki: integrujący, socjalizujący oraz poznawczy (Grobelny, Wiesner i Zarzycki, 2010, s. 322). W 1541 r. Gessner, szwajcarski przyrodnik i lekarz, w swoim liście do przyjaciela napisał: „Jestem zdecydowany co rok wejść na kilka lub przynajmniej jeden szczyt, by z jednej strony rozszerzyć swoje wiadomości

o roślinach, a z drugiej, aby wzmocnić ciało i odświeżyć ducha”. Przytoczona myśl towarzyszy górkim turystom do dnia dzisiejszego, niezmiennie od czasów oświecenia kierują się oni podczas wędrówek motywami naukowymi, duchowymi i fizycznymi (Turystyka górską, 2014). Kurek i Szmytke (2003, s. 124–128), charakteryzując pieszą turystykę górską, podkreślają jej korzystny wpływ na zdrowie człowieka i wskazują, iż uprawianie turystyki górskiej odpręża psychicznie, przyspiesza regenerację sił fizycznych, a także przeciwdziała procesom starzenia się.

Należy jednak podkreślić, że pomimo tego, iż turystyka górską znajduje się w gronie najbardziej atrakcyjnych i popularnych form turystyki, to pod względem organizowania i prowadzenia forma jest jedną z najbardziej wymagających i najtrudniejszych. Wiąże się to przede wszystkim ze specyfiką i techniką poruszania się po szlakach zlokalizowanych na terenach o znacznej wysokości względnej i bardzo urozmaiconej rzeźbie, w często zmiennych i trudnych do przewidzenia warunkach pogodowych, dlatego też górskie wędrówki cechować powinny się odpowiedzialnością i bezwzględną dbałością o bezpieczeństwo uczestników oraz odpowiednim poziomem organizacji i realizacji programu wyprawy.

Metody badań

Badania empiryczne, z wykorzystaniem portalu webankieta.pl, zrealizowano w kwietniu 2022 r. Metodą badań był sondaż diagnostyczny z wykorzystaniem techniki ankiety. Kwestionariusz, który zawierał 10 pytań jedno- i wielokrotnego wyboru, oraz 7 pytań dotyczących cech społeczno-demograficznych, rozpowszechniono drogą internetową. Zastosowanie tej techniki warunkowane było faktem, iż umożliwia ona dotarcie do dużej liczby osób w celu zebrania pożądanych informacji. Z uwagi na cel badań grupę respondentów stanowić mieli studenci SGGW w Warszawie. Link do kwestionariusza zamieszczony został na grupach tematycznych skupiających studentów SGGW: „SGGW w Warszawie”, „WNE SGGW”, „SGGW 2019 (Pierwszaki) Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego” oraz „Akademik DENDRYT”. Respondenci pozyskani na Facebooku poproszeni zostali dodatkowo o przekazanie za pośrednictwem różnych mediów społecznościowych zaproszenia do badania innym osobom studiującym w SGGW. Do rekrutacji respondentów zastosowana została tym samym metoda kuli śnieżnej (ang. *snowball sampling*) (Sadler i in., 2010; Voicu, 2011; Naderifar, Goli, i Ghaljaie, 2017), co zwiększyło zasięg badań. Ostateczna próba badawcza wyniosła 104 respondentów.

Charakterystyka respondentów

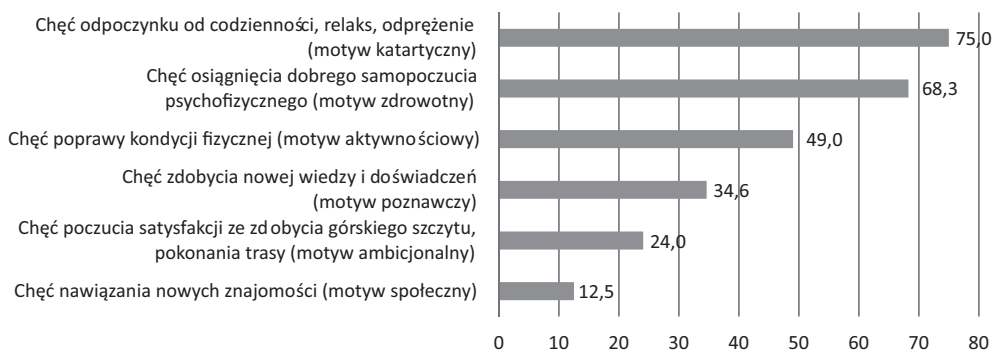
Większość respondentów stanowiły kobiety (76,0%), które (co dowiedziono wielokrotnie) chętniej poddają się badaniom ankietowym. Wiek badanych zawierał się w przedziale od 18 do 30 lat, a dominanta wynosiła 22 (28,8%). Ponad połowa (51,9%) respondentów jako miejsce swojego pochodzenia wskazała wieś. Z miast do 50 tys. mieszkańców pochodziło 17,3% badanych, z ośrodków liczących między 50 a 100 tys. mieszkańców 2,9%, a z dużych, ponad stutysięcznych metropolii, wywodziło się 27,9% badanych.

Zdecydowana większość (68,3%) respondentów była słuchaczami studiów I stopnia, a pozostałe 31,7% stanowili uczestnicy studiów II stopnia. Aż 89,4% badanych realizowało studia w formie stacjonarnej, a 10,6% niestacjonarnej. Wśród badanych znaleźli się reprezentanci prawie 30 kierunków. Najliczniej reprezentowane były jednak: turystyka i rekreacja (29,8%), kierunki ekonomiczne (18,3%), zootechnika (12,5%) oraz logistyka (5,8%).

Badani poproszeni zostali także o ocenę własnej sytuacji materialnej. Zdecydowana większość określiła ją pozytywnie (bardzo dobrze 9,6% i dobrze 60,6%). Jako przeciętną postrzegała ją 29,8% badanych. Nikt nie określił jej jako złej.

Wyniki badań

Motywy, którymi kierowali się badani studenci podczas podejmowania krajowych wyjazdów w celu uprawiania pieszej turystyki górskiej, były zróżnicowane. Wykorzystując klasyfikację motywacji aktywności rekreacyjnej według Winiarskiego (1991), który wyróżnił 7 potrzeb i łączących się z nimi motywów, można stwierdzić, że dla respondentów największe znaczenie podczas podejmowania górskich wędrówek miały pobudki katartyczne i zdrowotne (wykres 1).



Wykres 1. Motywy uczestnictwa respondentów w pieszej turystyce górskiej [%; N = 104]*

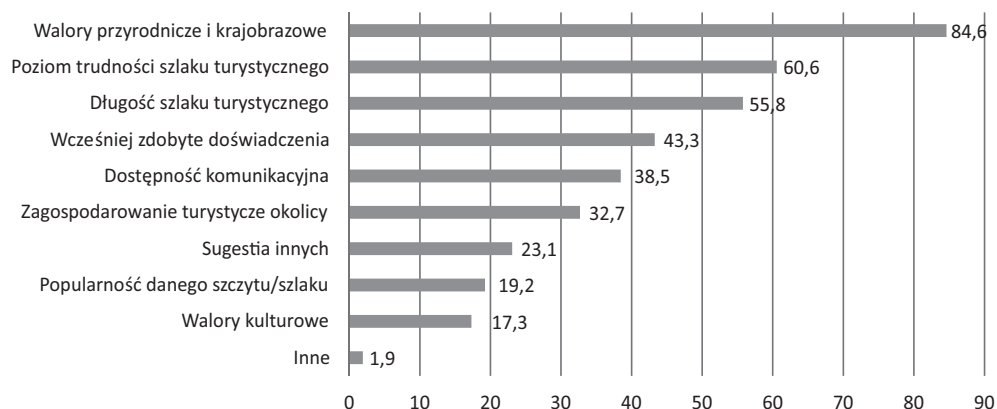
*Badani mogli wskazać więcej niż jedną odpowiedź.

Źródło: badania własne.

Poza chęcią poprawy kondycji fizycznej i osiągnięciem dobrego samopoczucia psychofizycznego (na które wskazało prawie 3/4 badanych) dość istotne znaczenie miała także potrzeba odpoczynku od codzienności, relaksu i odprężenia (prawie połowa badanych), a także zdobycie nowej wiedzy (ponad 1/3 badanych). Dla 1/4 respondentów duże znaczenie miało ponadto poczucie satysfakcji związane ze zdobyciem szczytu górskiego czy pokonaniem określonego szlaku. Nawiązanie nowych znajomości i przyjaźni podczas wędrówek po górach miało dla studentów niewielkie znaczenie.

Oprócz ogólnych motywacji, które skłaniały studentów do uprawiania pieszej turystyki górskiej, w badaniach podjęto próbę rozpoznania konkretnych czynników, mają-

cych wpływ na decyzję o wyborze górskiego pasma bądź szlaku turystycznego do realizacji pieszych górskich wędrówek. Najważniejszy element stanowiły w tym przypadku walory przyrodnicze i krajobrazowe odwiedzanego obszaru (wykres 2). Bardzo istotny był dla badanych także poziom trudności szlaku turystycznego oraz jego długość. Kryteria te są fundamentalne, pozwalają bowiem świadomie wybrać trasę dostosowaną do własnych umiejętności (np. via ferrata, konieczność wspinaczki, ekspozycja szlaku) i możliwości fizycznych (np. długość, nachylenie przewyższenia).



Wykres 2. Czynniki determinujące wybór przez badanych pasma górskiego lub szlaku turystycznego* [% , N = 104]

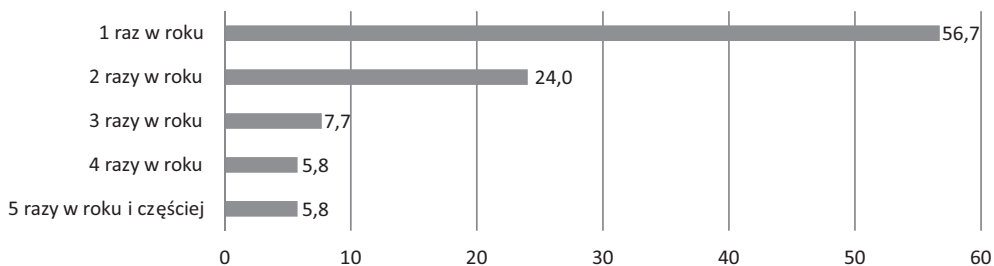
*Badani mogli wskazać więcej niż jedną odpowiedź.

Źródło: badania własne.

Dość duże znaczenie miały dla badanych własne doświadczenia, a także dostępność komunikacyjna oraz zagospodarowanie turystyczne okolicy. Prawie 1/4 respondentów podczas wyboru miejsca realizacji wędrówek górskich była podatna na sugestie innych, a 1/5 sugerowała się popularnością danego szlaku lub szczytu. Warto w tym miejscu nadmienić, że zaledwie 19,2% badanych preferowało znane i popularne szlaki. Aż 40,4% respondentów stwierdziło, że nie przywiązuje wagi do tego kryterium. Tyle samo preferowało mniej znane i rzadziej uczęszczane trasy i miejsca, co może być powiązane z głównym motywem tego typu wyjazdów, którym było oderwanie się od rzeczywistości, relaks i odprężenie.

Badani, celem uprawiania pieszej turystyki górskiej, wyjeżdżali najczęściej raz w roku. Prawie 1/4 respondentów podejmowała takie wyjazdy 2 razy w ciągu roku. Osoby wyjeżdżające częściej stanowiły niespełna 20% badanych (wykres 3).

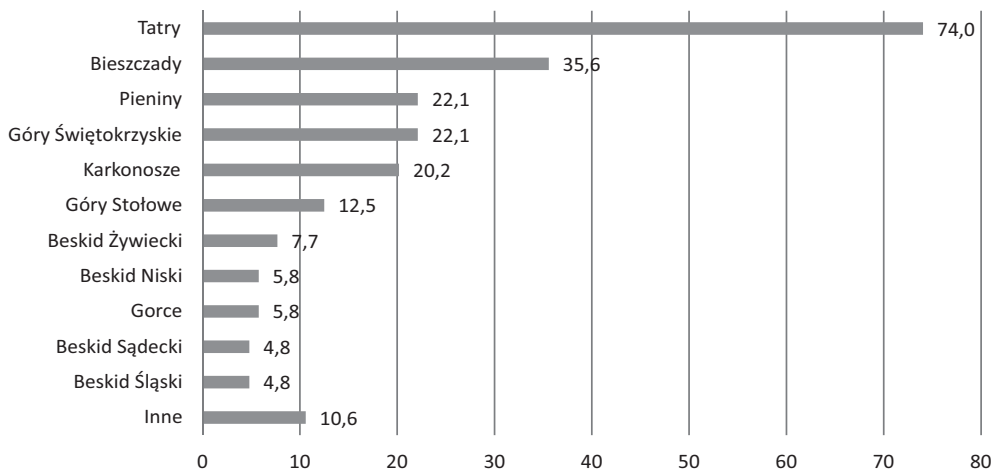
Obok częstotliwości rozpoznano także długość górskich wypraw respondentów. Dominowały wędrówki jednodniowe (76,9%). Pozostała część badanych (23,1%) preferowała wyprawy uwzględniające nocleg wzdłuż trasy. Był to zazwyczaj jeden lub dwa noclegi (18,3%). Na dłuższe i bardziej wymagające wyprawy decydowało się tylko 4,8% badanych.



Wykres 3. Częstotliwość wyjazdów badanych w góry celem uprawiania turystyki pieszej [%], N = 104]

Źródło: badania własne.

Istotną część badań stanowiła próba rozpoznania najchętniej wybieranych przez respondentów gór i pasm górskich do uprawiania pieszej turystyki na terenie Polski. Bezkonkurencyjne okazały się tu Tatry. Dużym zainteresowaniem cieszyły się także Bieszczady, Pieniny, Góry Świętokrzyskie oraz Karkonosze (wykres 4). W kategorii „Inne” wymieniane były m.in.: Góry Sanocko-Turczańskie, Góry Sowie, Masyw Śnieżnika, Góry Bystrzyckie, Góry Izerskie, Beskid Mały oraz Rudawy Janowickie.



Wykres 4. Łańcuchy i pasma górskie w Polsce wybierane przez respondentów do uprawiania pieszej turystyki górskiej* [%], N = 104]

*Badani mogli wskazać więcej niż jedną odpowiedź.

Źródło: badania własne.

Preferowanymi przez respondentów miesiącami na realizację górskich wędrówek były te w okresie sprzyjającym pod względem pogodowym i obfitującym w odpowiednią ilość czasu wolnego. Dominowały zatem miesiące wakacyjne (lipiec i sierpień – po

57,7% wskazań), ale głównie wrzesień (63,5%), co wynikać może z mniejszej niż w wakacje liczby turystów na szlakach oraz często relatywnie niższych cen usług turystycznych. Poza ww. studenci chętnie wyjeżdżali w góry w czerwcu (34,6%), maju (25,0%), a także w lutym, czyli okresie przerwy międzysemestralnej (20,2%).

Respondenci najchętniej wybierali się na piesze górskie wycieczki w towarzystwie przyjaciół lub znajomych (67,3%) oraz partnerki lub partnera, w tym żony lub męża (39,4%). Część badanych wędrowała po górach z rodzicami (37,5%), rodzeństwem (28,8%), a 2,9% z innymi niż wskazane wcześniej osoby. Samotnie po górach wędrowało 14,4% badanych.

Warto tu także nadmienić, że wyjazdy w celu uprawiania pieszej turystyki górskiej badani w głównej mierze organizowali samodzielnie (95,2%). Jedynie 1,0% respondentów korzystało w tym celu z usług biura podróży. Z kolei 3,8% zadeklarowało korzystanie z obu tych form organizacji swojego wyjazdu. Najczęściej wykorzystywanym podczas organizacji i realizacji wyjazdu źródłem informacji były różne strony internetowe (wraz z dostępnymi na nich mapami w wersji elektronicznej), na które wskazało 84,6% badanych, mapy papierowe (62,5%), a także drukowane przewodniki turystyczne (49,0%). Chętnie korzystano także z wiedzy i doświadczenia, którym dzielili się użytkownicy mediów społecznościowych (43,3%).

Podsumowanie i wnioski

Turystyka piesza stanowi najbardziej dostępną formę turystyki kwalifikowanej. Jej uprawianie przynosi człowiekowi wiele korzyści, szczególnie zdrowotnych. Aktywny wypoczynek pozwala zachować zdrowie nie tylko fizyczne, ale także psychiczne, co w dzisiejszych czasach jest wyjątkowo istotną kwestią, ponieważ na skutek ciągłego pośpiechu ludzie zapominają, jak negatywny wpływ na zdrowie człowieka ma chociażby długotrwały stres.

Poczynione podczas badań obserwacje pozwoliły na sformułowanie kilku wniosków:

- głównymi powodami podejmowania przez badanych studentów pieszych wędrowek górskich były: chęć odpoczynku, relaks i odprężenie, osiągnięcie dobrego samopoczucia psychofizycznego oraz chęć poprawienia kondycji fizycznej,
- czynnikami determinującymi wybór konkretnego pasma górskiego bądź szlaku turystycznego były przede wszystkim walory przyrodnicze i krajobrazowe obszaru, poziom trudności szlaku turystycznego oraz jego długość, a także wcześniejsze doświadczenia,
- podczas wyboru trasy i pasma górskiego studenci nie przywiązywali większej wagi do ich popularności, znaczna część z nich preferowała wręcz miejsca mniej znane i rzadziej uczęszczane,
- wyjazdy turystyczne w celu uprawiania pieszej turystyki górskiej podejmowane były przez studentów najczęściej raz lub dwa razy w roku; dominowały wędrowki jednodniowe, ale prawie 1/4 badanych realizowała także wyprawy uwzględniające najczęściej jeden lub dwa noclegi podczas takiej wędrowki,

- najchętniej wybieranymi przez respondentów górami i pasmami górskimi do uprawiania pieszej turystyki na terenie Polski były Tatry; dużym zainteresowaniem cieszyły się także Bieszczady, Pieniny, Góry Świętokrzyskie oraz Karkonosze,
- górskie wędrówki podejmowane były przez studentów głównie w okresie sprzyjającej pogody i dużej ilości czasu wolnego – głównie we wrześniu, lipcu i sierpniu; w okresie zimowym najczęściej wyjeżdżano w lutym (przerwa międzysemestralna),
- preferowanym towarzystwem podczas górskich wędrówek byli przede wszystkim przyjaciele i znajomi oraz partnerki lub partnerzy (w tym żony lub mężowie); relatywnie rzadko podejmowano takie aktywności w pojedynkę,
- wyjazdy podejmowane w celu uprawiania pieszej turystyki górskiej organizowane były samodzielnie, a źródłami informacji najczęściej wykorzystywanymi podczas ich planowania i realizacji były przede wszystkim strony internetowe (wraz z dostępnymi na nich mapami w wersji elektronicznej), mapy papierowe, drukowane przewodniki, a także informacje pozyskiwane poprzez media społecznościowe.

Przedstawionych wyników nie można uogólnić na wszystkich studentów SGGW w Warszawie, a tym bardziej innych uczelni w Polsce, czego powodem jest liczebność próby i sposób jej doboru. Zaprezentowane informacje umożliwiają jednak dokonanie ogólnego zarysu i charakterystyki pieszej turystyki górskiej studentów. Stanowią one także przyczynek do dalszych, bardziej pogłębionych i prowadzonych na szerszą skalę dociekań w tym zakresie.

Literatura

- Adamczyk, J. (2011). Od turystyki aktywnej do ekstremalnej, czyli miejsce turystyki kwalifikowanej na współczesnym rynku. W: I. Ozimek (red.). *Trendy w turystyce i rekreacji*. Warszawa: Wydawnictwo SGGW, s. 63–88.
- Arnold, A. (2011). *Słownik języka polskiego*. Warszawa: Wydawnictwo Szkolne PWN.
- Bończak, B. (2013a). Aktywne formy turystyki – problemy terminologiczne. W: R. Wiluś, J. Wojciechowska (red.). *Nowe–stare formy turystyki w przestrzeni*. Warsztaty z Geografii Turyzmu. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, s. 49–62.
- Bończak, B. (2013b). Turystyka aktywna, kwalifikowana czy sportowa? Wzajemne relacje między zjawiskami w świetle literatury polskiej i zagranicznej. W: R. Pawlusiński (red.). *Współczesne uwarunkowania i problemy rozwoju turystyki*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, s. 121–134.
- Czarnowski, A. (2009). Działalność społeczna w Polskim Towarzystwie Turystyczno-Krajoznawczym w latach 1951–2000. Rozwój i występujące problemy. W: E. Matusiak-Gordon (red.). *Studia i materiały z dziejów krajoznawstwa polskiego. Od PTK do PTTK*. Warszawa: Zarząd Główny PTTK, s. 13–96.
- Deja, W. (red.). (1986). *Wpływ środowiska przyrodniczego na zróżnicowanie turystycznych form rekreacji*. Warszawa: Wydawnictwo AWF.
- Durydiwka, M. (2010). Definicja i zakres pojęcia „turystyka kwalifikowana (turystyka aktywna)”. W: A. Kowalczyk (red.). *Turystyka zrównoważona*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, s. 249–289.

- Fąk, T., Jarecka, P. (2014). Czynniki warunkujące uprawianie górskiej turystyki kwalifikowanej w subregionie Karkonoszy i gór Izerskich na podstawie badanych turystów. W: P. Zarzycki (red.). Wybrane aspekty górskiej aktywności ruchowej w Polsce i na świecie. Wrocław: Wydawnictwo AWF, s. 163–170.
- Gaworecki, W. W. (2007). Turystyka. Warszawa: Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne.
- Gibson, H. J. (1998). Sport tourism: a critical analysis of research. *Sport Management Review* 1, s. 45–76.
- Gierczyk, Z., Ociecek, B. (2011). Obozy turystyki kwalifikowanej formą aktywności dzieci i młodzieży. *Studia Periegetica* 6, s. 65–76.
- Grobelny, J., Wiesner, W., Zarzycki, P. (2010). Walory turystyczne gór w opinii pieszych turystów sudeckich. *Ekonomiczne Problemy Usług* 590 (52), s. 321–329.
- Kaganek, K. (2015). Różnorodność pojęć w zakresie aktywnego uprawiania turystyki. W: A. Stasiak, J. Śledzińska, B. Włodarczyk (red.). Wczoraj, dziś i jutro turystyki aktywnej i specjalistycznej. Warszawa: Wydawnictwo PTTK „Kraj”, s. 21–37.
- Kapuściński, J., Zajęc, M. (2007). ABC... Bezpiecznego wędrowania. Warszawa: Zarząd Główny PTTK.
- Kulczycki, Z. (1977). Zarys historii turystyki w Polsce. Warszawa: Sport i Turystyka.
- Kurek, W. (2004). Turystyka na obszarach górskich Europy. Wybrane zagadnienia. Kraków: Instytut Geografii i Gospodarki Przestrzennej Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Kurek, W. (red.). (2007). Turystyka. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Kurek, A., Szymtke, R. (2003). Turystyka piesza górską. W: T. Burzyński, M. Łabaj (red.). Turystyka rekreacyjna oraz turystyka specjalistyczna. Warszawa: Biuro Ekspertyz Finansowych, Marketingu i Consultingu Uniconsult, s. 124–128.
- Łobożewicz, T. (1983). Turystyka kwalifikowana. Warszawa: Wydawnictwo PTTK „Kraj”.
- Martinez-Ibarra, E., Gomez-Martin, M., Armesto-Lopez, X, Pardo-Martinez, R. (2019). Climate Preferences for Tourism: Perceptions Regarding Ideal and Unfavourable Conditions for Hiking in Spain. *Atmosphere* 10 (646), s. 1–14. DOI: <https://doi.org/10.3390/atmos10110646>
- Merski, J. (2002). Turystyka kwalifikowana. Warszawa: WSE.
- Militz, W. (1973). Turystyka kwalifikowana, jej charakter i znaczenie. Warszawa: Sport i Turystyka.
- Mokras-Grabowska, J. (2015). Turystyka kwalifikowana – od idei do praktyki. W: A. Stasiak, J. Śledzińska, B. Włodarczyk (red.). Wczoraj, dziś i jutro turystyki aktywnej i specjalistycznej. Warszawa: Wydawnictwo PTTK „Kraj”, s. 347–357.
- Naderifar, M., Goli, H., Ghaljaie, F. (2017). Snowball sampling: A purposeful method of sampling in qualitative research. *Strides in Development of Medical Education* (14), e67670. DOI: <https://doi.org/10.5812/SDME.67670>
- Niekurzak, Z., Szczepanik, U. (2014). Zainteresowania trenerów osiedlowych turystyką górską. W: P. Zarzycki (red.). Wybrane aspekty górskiej aktywności ruchowej w Polsce i na świecie. Wrocław: Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, s. 137–149.
- Nowacki, M. (2011). Czym jest turystyka przygodowa? W: W. Siwiński, D. Mucha-Szajek (red.). Teoria i praktyka usług turystycznych, rekreacyjnych i hotelarsko-żywnieniowych w świetle badań. Poznań: WSHiG, s. 281–290.
- Sadler, G. R., Lee, H. C., Lim, R. S., Fullerton, J. (2010). Recruitment of hard-to-reach population subgroups via adaptations of the snowball sampling strategy. *Nursing & Health Sciences* 12, s. 369–374. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1442-2018.2010.00541.x>
- Stasiak, A., Śledzińska, J., Włodarczyk, B. (red.). (2015). Wczoraj, dziś i jutro turystyki aktywnej i specjalistycznej. Warszawa: Wydawnictwo PTTK „Kraj”.

- Śledzińska, J. (2015). Turystyka kwalifikowana – środek czy cel działalności polskich towarzystw turystycznych? W: A. Stasiak, J. Śledzińska, B. Włodarczyk (red.). *Wczoraj, dziś i jutro turystyki aktywnej i specjalistycznej*. Warszawa: Wydawnictwo PTTK „Kraj”, s. 271–288.
- Tomik, R. (2013). Active Sport Tourism – a survey of students of Tourism and Recreation. *Journal of Tourism, Recreation & Sport Management* 1, s. 13–20.
- Turystyka górską. (2014). Pobrano z: <https://www.pttk.pl/turystyka-gorska.html#Yi9zvnrMK3A> (dostęp: 05.02.2014).
- Umiastowska, D., Pławińska, L., Umiastowska, M. (2013). Obszary górskie jako miejsce aktywności ruchowej młodzieży. W: P. Zarzycki, J. Grobelny (red.). *Aktywność ruchowa na obszarach górskich Polski i świata*. Wrocław: Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, s. 16–27.
- Winiarski, R. (1991). *Motywacja aktywności rekreacyjnej człowieka*. Kraków: AWF w Krakowie.
- Voicu, M. C. (2011). Using the Snowball Method in Marketing Research on Hidden Populations. *Challenges of the Knowledge Society* 2011 (1), s. 1341–1351.
- Weber, K. (2001). Outdoor adventure tourism. A review of research approaches. *Annals of Tourism Research* 28 (2), s. 360–377.

The popularity of mountain hiking among students of the Warsaw University of Life Sciences

Abstract. The aim of the study was to identify the popularity of mountain hiking among students of the Warsaw University of Life Sciences and to show their motives, preferences and behaviors during such trips in Poland. The research, with the participation of 104 respondents, was conducted in 2022. The research method was a diagnostic survey with use of the questionnaire technique. The dominant motive during mountain hiking trips was the cathartic motive (associated with the desire to rest and relieve stress), as well as the health motive (improve physical and mental well-being). The determinants of the choice of a mountain range or a tourist trail were the natural and landscape values as well as the difficulty level of the route. The most popular mountain ranges for hiking were the Tatras and Bieszczady Mountains, and such trips were usually undertaken once a year. The dominant month in this respect was September.

Keywords: qualified tourism, mountain hiking, preferences, motives, students