

Jarosław NADOBNIK*

Promowanie aktywności outdoorowej z wykorzystaniem wybranych urządzeń i aplikacji mobilnych

Streszczenie

Rynek urządzeń elektronicznych produkowanych na potrzeby sportu, turystyki i rekreacji jest bardzo różnorodny. Niestety, sprzęt przeznaczony do zastosowań profesjonalnych w obszarze turystyki i aktywności outdoorowej jest relatywnie drogi. Alternatywą wydają się zatem urządzenia powszechnego użycia, np. smartfony. Współczesne telefony posiadają możliwości zbliżone do komputerów, a ich cena jest wielokrotnie niższa – tym samym są bardziej dostępne dla przeciętnego (zwłaszcza młodego) konsumenta.

Turystyka, rekreacja i sport to aktywności, w których moduły GPS wraz z niezbędnym oprogramowaniem znajdują z powodzeniem szerokie zastosowanie.

Celem niniejszej pracy była próba odpowiedzi na pytania dotyczące wiedzy respondentów na temat możliwości wykorzystania w terenie smartfonów w grach i zabawach z elementami współzawodnictwa oraz przygody, opartych na geolokacji. Metodą badawczą był sondaż diagnostyczny. W efekcie przeprowadzonych badań stwierdzono, że najpopularniejszą formą rekreacji fizycznej wśród ankietowanych była jazda na rowerze oraz spacer, przy jednocześnie małej znajomości reguł i praktycznego wykorzystania nowoczesnych technologii przy realizacji aktywności fizycznej, pomimo dużej dostępności do nowoczesnych urządzeń.

Słowa kluczowe: nowoczesne technologie, turystyka, rekreacja.

Wstęp

Nowoczesne technologie mają wpływ na wiele sfer działalności człowieka, w tym również na aktywność fizyczną – można je dostrzec w różnych formach turystyki, rekreacji i sportu¹. Szybki rozwój technologii oraz różnorodność za-

* dr, adiunkt na Wydziale Kultury Fizycznej i Promocji Zdrowia Uniwersytetu Szczecińskiego; e-mail: jaroslaw.nadobnik@univ.szczecin.pl

¹ J. Nadobnik, W. Łubkowska, *Wykorzystanie nowoczesnych technologii w wybranych grach i zabawach rekreacyjnych*, [w:] M. Zamelska (red.), *Turystyka i rekreacja w przestrzeni miast i regionów*, „Studia Periegetica” 2014, nr 2(12), s. 165–174.

stosowań rozwiązań technicznych w otaczającym nas środowisku nie pozostają bez wpływu na aktywność i styl życia współczesnego człowieka. Relatywnie niskie koszty produkcji często zminiaturyzowanych urządzeń wpływają na ich szeroką powszechność i dostępność w sporcie, turystyce, rekreacji. Termin *outdoor* – rozumiany przymiotnikowo jako plenerowy, zewnętrzny, na wolnym powietrzu, ale z elementami przygody i współzawodnictwa – wydaje się naturalnym środowiskiem dla promowania aktywności fizycznej z wykorzystaniem np. geolokacji GPS, której nie używa się w pomieszczeniach zamkniętych, np. w domu.

W rozwoju współczesnej techniki i jej oddziaływania na otaczającą nas rzeczywistość można dopatrywać się zjawisk ocenianych w skrajnie różny sposób – pozytywny lub negatywny. Komputery i roboty mogą zastępować ludzi w ciężkich, wyczerpujących pracach fizycznych prowadzonych w niebezpiecznych dla człowieka warunkach, ale z drugiej strony wprowadzane procesy automatyzacji produkcji mogą być uznane za bezpośrednią przyczynę niekorzystnych zmian na rynku pracy – w tym wzrostu bezrobocia lub zmian ludzkich nawyków w obszarze form i sposobu spędzania wolnego czasu. Niestety, do nadużywania rozwiązań technicznych może dochodzić również w takich sferach aktywności ludzkiej, jak np. rekreacja, turystyka i sport. W przypadku sportu niekorzystne zjawiska mogą przybierać postać tzw. dopingu technologicznego, kiedy np. siła mięśni człowieka wypierana jest, czy choćby wspomagana, przez siłę wynalazków². Negatywne skutki może mieć również uzależnienie od urządzeń multimedialnych, co powoduje niekorzystne zmiany w postawach społecznych, prowadzi do wyalienowania jednostki, konfliktów rówieśniczych oraz innych postaw patologicznych. Zdarza się, że przy niekontrolowanym i bezkrytycznym dostępie do internetowych serwisów społecznościowych coraz trudniejsza staje się możliwość odbudowy zachwianych – niewirtualnych – relacji z innymi ludźmi³.

Dynamiczny postęp technologiczny, szczególnie polegający na miniaturyzacji oraz towarzyszący temu spadek cen produkcji elektroniki wysokiej skali integracji doprowadził do rozpowszechnienia się urządzeń i tym samym do zagospodarowania nowych, wcześniej nie znanych obszarów zastosowań np. smartfonów. Obecnie nie stanowi problemu zakup urządzenia wyposażonego w moduł nawigacji satelitarnej i posiadającego dostęp do Internetu – najbardziej popularnego medium komunikacyjnego⁴.

Z pewnością nie uciekniemy od postępu i świata informatyki oraz nowoczesnych technologii. Prawdopodobnie rewolucja informacyjna dopiero się zaczy-

² K. Kowalska, *Technologie uwikłane w sport. Analiza zjawiska dopingu technologicznego*, [w:] M. Staniszewski (red.), *Spoleczne zmagania ze sportem*, Wydawnictwo Naukowe Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Poznań 2011, s. 184.

³ D. Sieberg, *The Digital Diet: The 4-step plan to break your tech addiction and regain balance in your life*, Paperback – USA Crown Publishing Group, New York 2011, s. 254.

⁴ J. Kalecińska, *Nowe technologie w branży turystycznej*, Wydawnictwo Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie, Warszawa 2013.

na. Dzięki komputerom, tabletom czy też smartfonom ludzie wytwarzają i gromadzą coraz więcej danych pochodzących niemal ze wszystkich sfer życia. Na przykład biegacze korzystają z urządzeń monitorujących trasy, osoby na diecie odchudzającej kupują „inteligentne” wagi. Zaawansowane aplikacje mogą rejestrować dane fizjologiczne człowieka. Można odczytywać oraz przetwarzać m.in. takie parametry, jak np. jakość i czas snu; liczbę spalonych kalorii; zapotrzebowanie organizmu na białko, tłuszcze, tlen; stężenie glukozy we krwi; tętno i wiele innych. Przykładowo, kanadyjska firma OM Signal⁵ produkuje inteligentne koszulki, monitorujące pracę serca i płuc. Tkanina – której oczywiście nie szkodzi wielokrotne pranie – pokryta jest dużą liczbą czujników. Bezprzewodowo przesyłają one odbierane sygnały i dane np. do smartfonów lub tabletów. Tak pozyskane informacje telemetryczne, po ich precyzyjnej interpretacji, mogą poprawić np. plan treningów sportowców, czy nawet codzienną jakość życia każdego człowieka – konsumenta nowoczesnych technologii. Gromadzenie tego typu informacji niesie ze sobą niestety również ogromne niebezpieczeństwa. Wiele firm, np. Google, Facebook, może handlować pozyskaną w ten sposób wiedzą. Należy również szczególnie zwracać uwagę na dane umieszczane w sieci komputerowej (Internecie). Do informacji tych mogą mieć dostęp np. firmy komercyjne, ubezpieczyciele, pracodawcy, czy też inne podmioty, których nie chcielibyśmy upoważniać do ingerencji w prywatność i wglądu w dane z kategorii wrażliwych, np. informacje o stanie zdrowia, przyzwyczajeniach, preferencjach konsumenckich itd. Właściciele aplikacji mogą bowiem wykorzystywać pozyskane dane bez zgody użytkownika, który „tylko” pobrał i zainstalował program. Innym przykładem wykorzystania nowoczesnych technologii może być elektronika stosowana podczas jazdy na rowerze. Rowerowe komputery gromadzą i przetwarzają setki danych, którymi można dzielić się bezprzewodowo z innymi użytkownikami np. ulubionych portali społecznościowych. Przebyta trasa i spalone kalorie to tylko przykłady z długiej listy możliwych do pozyskania w ten sposób informacji. Uważa się, że obecnie Internet i usługi sieciowe są najchętniej używaną technologią w dziejach ludzkości⁶. Ocenia się, że do 2025 roku co najmniej 80% ludzkości będzie korzystać z różnych usług dostępnych w sieci teleinformatycznej, m.in. poprzez takie programy, jak Facebook czy Twitter⁷.

Rynek urządzeń elektronicznych projektowanych dla potrzeb turystyki i rekreacji jest bardzo bogaty. Wysoko wyspecjalizowane i precyzyjne narzędzia są jednakże z punktu widzenia przeciętnego konsumenta relatywnie kosztowne. Rozwiązaniem wydają się zatem urządzenia będące w posiadaniu niemal każdego człowieka – smartfony. Współczesne telefony posiadają możliwości zbliżone do komputerów, lecz za cenę wielokrotnie niższą. Tym samym są bardziej do-

⁵ <https://omsignal.com/> [dostęp: 12.07.2017].

⁶ J. Kalecińska, *Nowe technologie...*

⁷ K. Schwab, *Die Vierte Industrielle Revolution*, Pantheon Verlag, München 2016, ss. 240.

stępne dla przeciętnego konsumenta oraz – co wydaje się najważniejsze – dają się łatwo zabrać w teren. Wystarczy w telefonie zainstalować odpowiednią aplikację oraz zdobyć się na wstanie z kanapy sprzed telewizora i wyjść na zewnątrz.

Cel badania

W urządzeniach wyposażonych w moduły nawigacji satelitarnej, np. w smartfonach, tabletach i innym sprzęcie informatycznym, tkwi ogromny potencjał, który można wykorzystać na szeroką skalę w turystyce i rekreacji indywidualnej, rodzinnej lub zorganizowanej, również w szkole, np. na lekcjach wychowania fizycznego, geografii czy techniki. Celem przeprowadzonego badania była próba odpowiedzi na pytania dotyczące wiedzy na temat możliwości wykorzystania smartfonów w grach i zabawach opartych na geolokacji, oraz poznania preferencji respondentów dotyczących realizowanych w wolnym czasie form aktywności fizycznej i dostępu do niezbędnego sprzętu technicznego, który umożliwiłoby zainstalowanie oraz korzystanie z istniejących gier (zabaw) terenowych, opartych na dostępie do sygnałów satelitarnych GPS.

Material badawczy i zastosowane metody

Technika, a w szczególności rozwiązania oparte na elektronice i informatyce, wzbogacają środowisko, w którym żyje, pracuje i odpoczywa współczesny człowiek. Sport, turystyka i rekreacja bez nowych technologii miałyby zupełnie inny wymiar. Trudno wyobrazić sobie masowe imprezy sportowe, mistrzostwa, igrzyska olimpijskie bez transmisji telewizyjnych, bez atrakcyjnych wizualizacji wyników, czy też jakże istotnych w rywalizacji sportowej precyzyjnych przyrządów do pomiaru czasu w sytuacji, w której wielu zawodników osiąga zbliżone wyniki. Zupełnie inaczej wyglądałby również popyt na aktywność fizyczną oraz na usługi turystyczne i rekreacyjne bez takich urządzeń, jak np. moduły nawigacji satelitarnej GPS, internetowe systemy rezerwacyjne w hotelach, muzeach itd.

W związku z powyższym, przeprowadzono dalsze badania i analizy dotyczące znajomości zasad gier i zabaw opartych na smartfonach i zainstalowanych w nich modułach GPS, jako rozwinięcie wcześniejszych dociekań i zainteresowań autora, obejmujących tematykę nowoczesnych technologii wykorzystywanych w szeroko rozumianej kulturze fizycznej, promocji zdrowia, promocji obszarów wiejskich. Metodą badawczą był sondaż diagnostyczny, zrealizowany w oparciu o metodologię według Babbiego⁸. Wykorzystałem w tym celu narzę-

⁸ E. Babbie, *Podstawy badań społecznych*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2013.

dziem do pozyskania danych był kwestionariusz składający się z 12 pytań zamkniętych ze skalowaniem (z możliwością rozwinięcia wypowiedzi) oraz 4 pytań otwartych, w których respondenci mogli wypowiedzieć własne opinie. Zawarte w nim zagadnienia odnosiły się do preferencji respondentów, dotyczących charakteru i form aktywnego wypoczynku, a także posiadania i korzystania z urządzeń wyposażonych w moduł nawigacji (np. GPS) w ramach aktywnej rekreacji, turystyki lub uprawianej dyscypliny sportowej. Pierwsze badania ankietowe dotyczące możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii w promocji aktywności fizycznej i zdrowia przeprowadzono w styczniu 2015 roku na grupie 80 osób, następne badania dotyczące głównie tematyki outdoorowej przeprowadzono w kwietniu 2016 roku na innej grupie badawczej, tym razem liczącej 100 osób. Respondentami byli uczniowie I Społecznego Liceum Ogólnokształcącego w Gorzowie Wlkp., studenci kierunku turystyka i rekreacja, kierunku zdrowie publiczne oraz kierunku wychowanie fizyczne na Wydziale Kultury Fizycznej i Promocji Zdrowia Uniwersytetu Szczecińskiego, a także studenci studiów niestacjonarnych kierunku zarządzanie z Wyższej Szkoły Biznesu w Gorzowie Wlkp. O wyborze grupy badawczej zdecydował dostęp do respondentów uczących się lub studiujących, będących w różnym wieku i jednocześnie pochodzących z różnych środowisk i miejsc zamieszkania (miasto/wieś). Uzyskane informacje uzupełniono wynikami obserwacji i wywiadów nieskategoryzowanych, zrealizowanych wśród respondentów po przeprowadzeniu ankiety. Analizę jakościową i ilościową wyników badań przeprowadzono w oparciu o standardowe metody statystyczne. W interpretacji graficznej wyników wykorzystano program Excel z pakietu Office 2013 firmy Microsoft.

Wyniki

Analiza uzyskanych odpowiedzi na pytania zawarte w kwestionariuszach pozwala stwierdzić, że 100% respondentów (uczniów) w wieku 15–18 lat posiadało telefon z modułem nawigacji satelitarnej. W przypadku osób w wieku 19–25 lat (studenci studiów stacjonarnych) wartość ta wynosiła 75%, natomiast w grupie osób w wieku 26–52 lat (studenci studiów niestacjonarnych) 95% posiadało telefon komórkowy – smartfon (tabela 1).

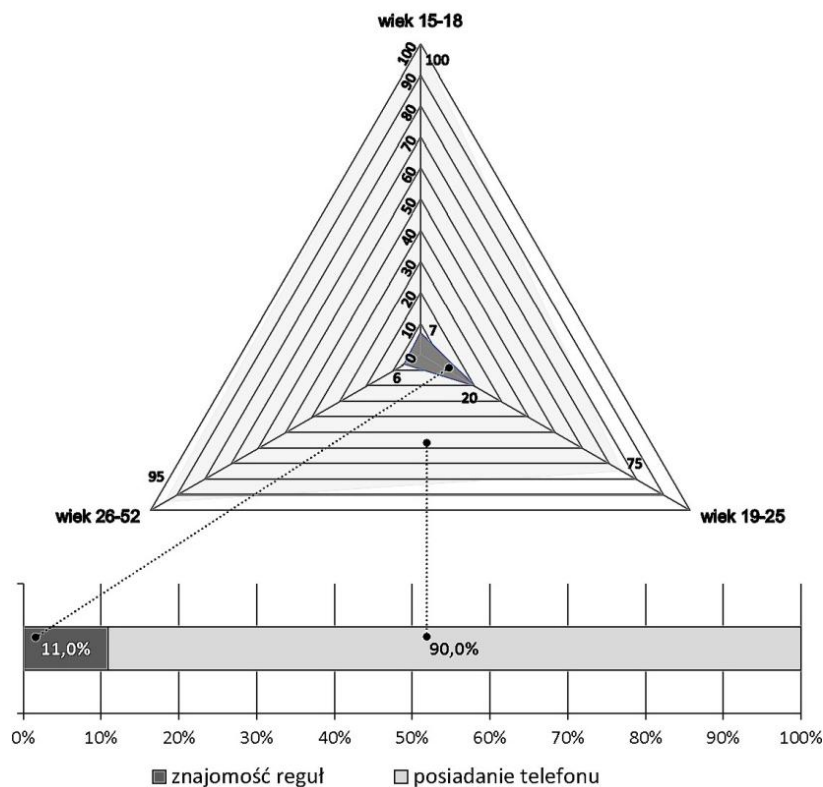
Znajomość reguł dowolnych gier i zabaw opartych na modułach geolokacji satelitarnej (GPS, GLONAS) zadeklarowało 7% respondentów w wieku 15–18 lat oraz 20% badanych w wieku 16–25 lat. Natomiast w grupie osób w przedziale wieku 26–52 lat znajomość zasad i reguł takich gier wynosiła 6% (tabela 1).

Analiza uzyskanych danych pozwoliła na prezentację wybranych wyników w postaci wykresu (ryc. 1).

Tabela 1. Posiadanie smartfonów z modułem nawigacji satelitarnej, deklarowane przez respondentów, oraz znajomość reguł gier (zabaw) outdoorowych z wykorzystaniem modułów GPS w smartfonach

Wiek respondentów (w latach)	Posiadanie smartfonów (%)	Znajomość gier i zabaw z wykorzystaniem GPS (%)
15–18	100	7
19–25	75	20
26–52	95	6
średnia	90	11

Źródło: badania własne.

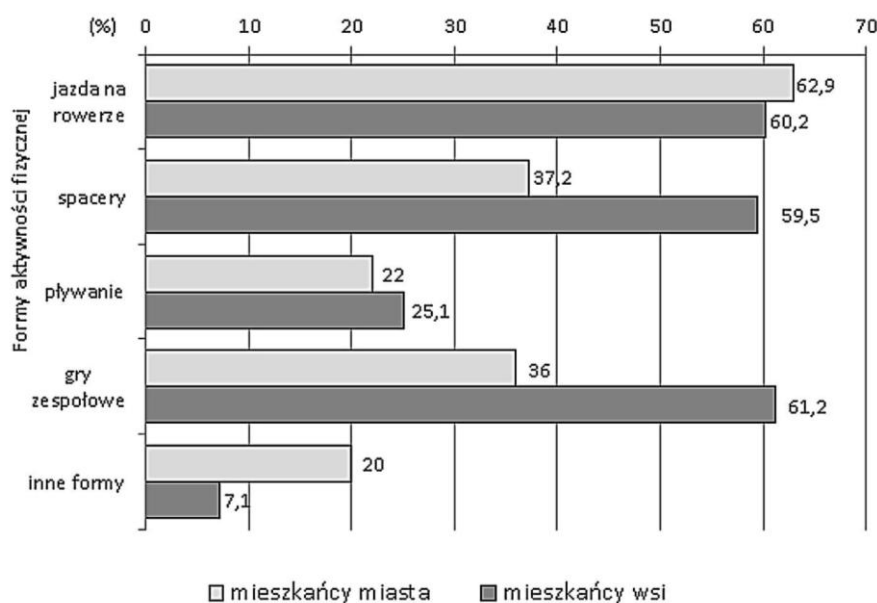


Ryc. 1. Znajomość reguł gier i zabaw terenowych wykorzystujących moduł GPS w relacji do liczby posiadanych przez respondentów telefonów (smartfonów) z nawigacją satelitarną (opracowanie własne)

Największą liczbę odpowiedzi (20%) potwierdzających znajomość przedmiotowych gier i zabaw rekreacyjnych zadeklarowali respondenci z przedziału wiekowego 19–25 lat, najmniejszą znajomość takich aktywności (6%) deklaro-

wali badani z przedziału wiekowego 26–52 lata. Średni poziom nasycenia odbiorników GPS w posiadanych telefonach respondentów wynosił 90%. Znajomość reguł gier i zabaw – rekreacji outdoorowej – z wykorzystaniem telefonów z modułem nawigacji satelitarnej wynosiła 11% ogólnej liczby badanych osób posiadających w swoim smartfonie moduł nawigacyjny.

W przypadku pytań dotyczących preferowanych form aktywności fizycznej wyniki przedstawiono na ryc. 2.



Ryc. 2. Preferowane formy aktywności fizycznej według miejsca zamieszkania respondentów (opracowanie własne)

Badania wykazały, że jazdę na rowerze preferowało 62,9% respondentów mieszkających w mieście i 60,2% mieszkających na wsi. Aktywność ruchową w formie spacerów wskazywało 37,2% mieszkańców miast i 59,5% mieszkańców wsi. Pływanie uprawiało 22% ankietowanych mieszkańców miast i 25,1% mieszkańców wsi. Gry zespołowe preferowało 36% respondentów z miasta i 61,2% mieszkańców wsi. Inne formy aktywności fizycznej wymieniło 20% respondentów pochodzących z miasta oraz 7,1% mieszkańców wsi.

W przypadku innych form aktywności fizycznej mieszkańcy miast najczęściej wskazywali na ćwiczenia w fitness klubach, jazdę na deskorolce, jazdę na wrotkach oraz parkour. W przypadku respondentów zamieszkałych na wsi, najczęściej w kategorii innych form aktywności fizycznej wskazywano na jazdę konno, wędkowanie, a w kilku przypadkach grzybobranie i wędkowanie.

Dyskusja

Rozwój nowoczesnych technologii powoduje, że w ostatnich kilkudziesięciu latach w kontekście aktywności fizycznej można mówić o diametralnych zmianach społecznych oraz postawach dzieci, młodzieży oraz dorosłych.

Z pewnością skutkiem rewolucji technicznej jest m.in. problem absencji uczniów na lekcjach wychowania fizycznego. Według danych Najwyższej Izby Kontroli, stałe zwolnienie z zajęć WF ma 15% uczniów w szkołach podstawowych, 23% w gimnazjach i 30% uczęszczających do szkół ponadgimnazjalnych⁹. Biernie konsumowanie treści dostępnych przy wykorzystaniu komputerów, telefonów komórkowych, również długotrwałe przesiadywanie przed telewizorem, nie ułatwia wdrażania dzieci i młodzieży do odczuwania potrzeb związanych z dbaniem o własny rozwój psychiczny oraz fizyczny. Często ludzie nie wiążą bezruchu z jego niekorzystnym wpływem na zdrowie osobnicze. Celem postępu cywilizacyjnego jest m.in. uczynienie prac zawodowych i domowych czynnościami łatwiejszymi, mniej uciążliwymi fizycznie oraz bardziej wydajnymi. Obecnie, w XXI wieku, jesteśmy świadkami wprowadzania automatów, robotów i komputerów do wszystkich dziedzin życia społecznego i gospodarczego. Proces ten dotyczy również stylu spędzania czasu wolnego. Nowe technologie podnoszą komfort życia, niestety równocześnie powodując stopniową redukcję ogólnej aktywności ruchowej, przy jednoczesnym zwiększaniu obciążenia układu nerwowego. Udowodniono, że organizm ludzki, poszczególne jego układy są naturalnie przystosowane do podejmowania wysiłku fizycznego i potrzebują ruchu do prawidłowego funkcjonowania¹⁰. Turystyka, rekreacja i sport to formy aktywności, w których postęp technologiczny również odcisnął swoje cywilizacyjne piętno. Przykładem nowoczesnej technologii, będącej w powszechnym użytkowaniu, są m.in. moduły GPS wraz z niezbędnym oprogramowaniem. Pomimo różnorodności systemów i platform programowych, występujących w smartfonach i tabletach, istnieje wiele aplikacji służących do obsługi różnych systemów geolokacyjnych na urządzeniach mobilnych, wykorzystujących środowisko programistyczne Android, Windows Phone, IOS, BlackBerry, Linux i inne. Większość tych programów jest przy tym nieodpłatnie udostępniana na stronach internetowych producentów sprzętu i aplikacji.

Przykładem jednej z ciekawszych, łatwo dostępnych (darmowych) gier i zabaw outdoorowych jest *Geocaching*. Aplikacja ta powstała w 2000 roku w USA i do dnia dzisiejszego jest tam oraz w Europie Zachodniej bardzo popularna. Z chwilą powstania gry rozpoczęły funkcjonowanie w Internecie specjalistyczne serwisy poświęcone wyłącznie tej aktywności. Jej zasady są bardzo proste. Na-

⁹ NIK, *Informacja o wynikach kontroli Wychowanie fizyczne i sport w szkołach publicznych i niepublicznych*, nr ewid. 108/2013/P/12/067/KNO, KNO-4101-06-00/2012, 2012.

¹⁰ B. Maj, *Społeczne uwarunkowania rekreacji ruchowej i turystyki młodzieży wielkomięskiej*, Impuls, Kraków 2007.

leży odnaleźć „skarb” (*cache*), posiłkując się informacjami na podstawie wskaźników współrzędnych GPS. W skrytce znajduje się kilka przedmiotów, które zostały ukryte przez innego uczestnika zabawy. Współrzędne geograficzne danego miejsca są podawane na specjalnie stworzonej w tym celu stronie internetowej¹¹.

Proponowana gra może motywować do aktywności fizycznej, do łączenia rekreacji z elementami krajoznawstwa, poznania nowych ciekawych miejsc, w tym także środowiska przyrodniczego. *Geocaching* oddziałuje pozytywnie również na rozwój kompetencji społecznych uczestników gry, pozwala nawiązywać nowe znajomości i integrować się z zespołem. Sprytnie rozmieszczone skrytki są ponadto świetnym sposobem na promocję mało znanych zakątków regionu. Najważniejszym celem tej zabawy jest konieczność fizycznego przemieszczania się w terenie. Pomimo wykorzystywania technologii informatycznej, która najczęściej kojarzona jest z bierną konsumpcją treści multimedialnych, gra wymusza na jej uczestnikach wysiłek fizyczny. Aktywność ta może przyjmować różne formy, jak np. kolarstwo, jeździectwo, kajakarstwo, wspinaczkę, biegi itd. Edukacja plenerowo-przygodowa uważana jest również za cenną z punktu widzenia wychowawczego, ponieważ umożliwia kształtowanie aktywnej postawy życiowej człowieka i przeciwdziałania marginalizacji oraz wykluczeniu społecznemu.

Z bogatej palety możliwych do instalacji mobilnych aplikacji związanych z aktywnością w terenie użytkownik może wybrać również inne gry i zabawy outdoorowe. Przykładem wartym zainteresowania jest np. *Parallel Kingdom*, która łączy w sobie świat wirtualny z rzeczywistym, wykorzystując w tym celu elektroniczne mapy Google i odbiornik GPS. Uczestnik gry porusza się po terenie tak, aby jego postać przedstawiona na planszy (mapie) również się przemieszczała. Jest to pierwowzór innej znanej gry terenowej, powstałej w 2016 roku, o nazwie *Pokémon Go*. W tym przypadku jest to zabawa, która rozgrywa się najczęściej w mieście, w dużych skupiskach ludzi. Główny jej cel polega na „złapaniu” przez uczestników fantastycznych, wykreowanych przez program postaci. Świat wirtualny nakłada się tu na realny, tworząc tzw. rzeczywistość rozszerzoną. Innym przykładem gry terenowej opartej na nowoczesnej technologii jest gra o nazwie *Softrace*. Jest to aplikacja stworzona głównie dla sportowców, którzy uprawiają biegi, kolarstwo, narciarstwo. Celem korzystającego z programu jest konkurowanie z innymi uczestnikami rywalizacji. Na ekranie smartfonów można śledzić trasy i uzyskane wyniki własne oraz innych zawodników.

Z przeprowadzonych badań nad preferowanymi przez respondentów formami aktywności rekreacyjnej wynika, że jazda na rowerze oraz spacerowanie są najczęściej przez nich wskazywane i są dość popularne w mieście oraz na wsi. Z powodu ograniczonej liczby szlaków może istnieć niebezpieczeństwo rutyny lub znużenia poznanymi i wielokrotnie uczęszczanymi trasami. Dzięki możliwo-

¹¹ <http://www.geocaching.pl/> [dostęp 10.06.2017].

ściom technologicznym współczesnych rozwiązań mobilnych można uatrakcyjnić spacerowanie oraz jazdę na rowerze. Dzięki prostym rozwiązaniom technicznym możliwe jest zainstalowanie telefonów i tabletów na rowerowej kierownicy, a specjalne ochronne pokrowce pozwalają używać elektroniki również w nieprzychylnych warunkach atmosferycznych, np. przy opadach deszczu lub śniegu. Znane, wielokrotnie pokonywane trasy mogą zyskać nowy wymiar, stać się ponownie ciekawe.

Podsumowanie i wnioski

Zarówno w mieście, jak i na wsi istnieją warunki do uprawiania aktywności ruchowej z wykorzystaniem nowoczesnych aplikacji mobilnych. Posiadane przez zdecydowaną większość respondentów urządzenia spełniają niezbędne do tego celu wymagania techniczne. Istnieją aplikacje na smartfony i tablety, łączące elementy zabawy i współzawodnictwa, promujące wiedzę krajoznawczą, pobudzające kreatywność i inne zachowania korzystne dla propagowania aktywnej turystyki i rekreacji. Warto jest podejmować próby zachęcania dzieci i młodzieży, oraz oczywiście osób dojrzałych, do zainteresowania się potencjałem tkwiącym w urządzeniach, do których mają dostęp szerokie kręgi osób, co dalej prowadzić może do promowania pozytywnego wpływu turystyki i rekreacji na zdrowie człowieka, aktywnego wypoczynku, lepszego poznania otaczającego środowiska.

Rewolucja cyfrowa przekracza kolejne granice. Dzisiejsze nowoczesne urządzenia prawdopodobnie szybko i bezpowrotnie odejdą w niepamięć, ustępując miejsca bardziej wyrafinowanym, niezawodnym i zminiaturyzowanym sprzętom. Szczególnie niepokojące wydają się przy tym reorientacje w sferze aktywności fizycznej młodego pokolenia, które w dużym stopniu jest odbiorcą i konsumentem nowoczesnych technologii informacyjnych¹². Istniejące powiedzenie „Jeśli nie możesz ich pokonać, przyłącz się do nich”¹³, można następująco sparafrazować: „Jeśli nie możesz oderwać się od komputera, zabierz go ze sobą”. Oczywiście wszelkie formy uzależnienia, w tym od technologii komputerowej, mogą zostać zaliczone do szkodliwych, negatywnych zachowań – zwłaszcza, że mogą być szkodliwe dla zdrowia fizycznego i psychicznego, szczególnie młodego człowieka. Promując rozwiązania łatwo dostępnych aplikacji mobilnych i wykorzystując je dla potrzeb kultury fizycznej, turystyki i aktywności outdoorowej, należy zachować rozsądek i umiar – tak, aby nie utrwalać postaw patologicznych związanych z akinezją, lecz aby uatrakcyjnić zachowania prozdrowotne – korzystne dla człowieka – zachęcające do zmiany siedzącej

¹² M. Zysnarska, D. Bernadab, T. Marsyumiuk, *Computer – a chance or a threat to a child's development?*, „Family Medicine & Primary Care Review” 2008, 10, 4, s. 1346–1350.

¹³ Źródło: „Kultura”, Wydania 484–489, red. J. Giedroyc, Instytut Literacki, 1988, s. 96.

go i biernego trybu życia. Unikajmy gier i aplikacji „o sporcie i rekreacji”, korzystajmy i popierajmy natomiast programy „dla sportu i rekreacji”.

Przeprowadzone badania pozwalają na sformułowanie następujących wniosków:

1. Nowoczesnymi technologiami w postaci smartfonów z nawigacją satelitarną dysponowało 90% badanych uczniów i studentów w wieku 15–52 lat.
2. Zasady gier i zabaw outdoorowych z wykorzystaniem urządzeń posiadających moduł nawigacji satelitarnej znane były 11% badanych posiadających smartfony.
3. Najpopularniejszymi formami rekreacji fizycznej wśród ankietowanych były jazda na rowerze oraz spacer.
4. Preferowane przez respondentów formy aktywności fizycznej mogą być wzbogacone o powszechnie dostępne gry i zabawy outdoorowe, oparte na nowoczesnych rozwiązaniach technologicznych oraz informacyjnych.

Bibliografia

A. Źródła internetowe

<https://omsignal.com/> [dostęp: 12.07.2017].

<http://www.geocaching.pl/> [dostęp 10.06.2017].

B. Literatura

Babbie E., *Podstawy badań społecznych*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2013.

Kalecińska J., *Nowe technologie w branży turystycznej*, Wydawnictwo Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie, Warszawa 2013.

Kowalska K., *Technologie uwikłane w sport. Analiza zjawiska dopingu technologicznego*, [w:] M. Staniszewski (red.), *Społeczne zmagania ze sportem*, Wydawnictwo Naukowe Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Poznań 2011, s. 169–184.

Maj B., *Społeczne uwarunkowania rekreacji ruchowej i turystyki młodzieży wielkomiejskiej*, Impuls, Kraków 2007.

Nadobnik J., Łubkowska W., *Wykorzystanie nowoczesnych technologii w wybranych grach i zabawach rekreacyjnych*, [w:] M. Zamelska (red.), *Turystyka i rekreacja w przestrzeni miast i regionów*, „Studia Periegetica” 2014, nr 2(12), s. 165–174.

NIK, *Informacja o wynikach kontroli Wychowanie fizyczne i sport w szkołach publicznych i niepublicznych*, nr ewid. 108/2013/P/12/067/KNO, KNO-4101-06-00/2012, 2012.

Schwab K., *Die Vierte Industrielle Revolution*, Pantheon Verlag, München 2016.

Sieberg D., *The Digital Diet: The 4-step plan to break your tech addiction and regain balance in your life*, Paperback – USA Crown Publishing Group, New York 2011.

Zysnarska M., Bernad D., Marsymiuk T., *Computer – a chance or a threat to a child's development?*, „Family Medicine & Primary Care Review” 2008, 10, 4, s. 1346–1350.

Promote Outdoor Activities with Selected Mobile Devices and Applications

Abstract

The market of electronic devices dedicated for sport, tourism and recreation is very broad. Unfortunately, the specialist equipment is relatively expensive. Smartphones seem to be the solution for this cost problem. They offer similar possibilities to computers, however their price is much lower. Thus they are more available to the average consumer. What is more, thanks to small dimensions, they can be also used outside. To begin an outdoor game, it is only needed to have a right application. An example of such a program is the Geocaching game that consists in finding a „treasure” (*cache*) based on GPS coordinates, determined by another player. He simply chooses the destination on his smartphone. The searched object, although being not valuable, can be often times well hidden. Additionally, the information regarding sightseeing and history of monuments found nearby the destination point is displayed on the smartphone during the travel.

The aim of this article was to check the respondents' level of knowledge regarding the use of smartphones in geolocation games. Furthermore, the purpose was to determine what forms of outdoor physical activity are preferred among the students living in the city and in the countryside. Tourism, recreation and sport are forms of activity, in which GPS modules, together with the necessary software find successfully use.

Keywords: modern technologies, tourism, recreation, outdoor activities.