



RZECZPOSPOLITA POLSKA

Rzecznik Praw Dziecka

*Mikołaj Pawlak*

Warszawa, 10 sierpnia 2022 roku

ZSS.422.19.2022.AG

**Państwo  
Prezydenci Miast,  
Burmistrzowie, Wójtowie**

prawo do wypoczynku i czasu wolnego to jedno z podstawowych praw człowieka bez względu na jego wiek czy okres życia. Dlatego należy podjąć wszelkie działania służące dbaniu o bezpieczeństwo obywateli, w tym dzieci i młodzieży podczas realizacji tego prawa.

W okresie letnim wpływają do Rzecznika Praw Dziecka niepokojące sygnały – zarówno od rodziców, jak i samych dzieci – dotyczące złego stanu technicznego, potrzeby modernizacji, doposażenia, braku urządzeń zabawowych dla dzieci z niepełnosprawnościami czy likwidacji gminnych placów zabaw i innych obiektów małej infrastruktury sportowo-rekreacyjnej służących rekreacji. Okres wakacji to czas, kiedy najmłodsi, poza zorganizowanymi wyjazdami, większość czasu spędzają na zabawie w parkach, ogrodach jordanowskich, na placach zabaw i boiskach szkolnych.

Z napływających do mojego Biura zgłoszeń wynika, że miejsca te bywają zaniedbane i nieodpowiednio wyposażone oraz mogą stwarzać zagrożenie dla zdrowia i życia najmłodszych. Niejednokrotnie urządzenia znajdujące się na placach zabaw czy boiskach szkolnych są zużyte, spróchniałe, zardzewiałe, połamane, wystają z nich niezabezpieczone elementy lub nie są odpowiednio umocowane w podłożu, a place po demontażu zużytych urządzeń nie są wyposażane w nowe.

Mając na uwadze powyższe oraz trwający okres wakacyjny i związany z nim bardziej intensywny i dłuższy czas przebywania dzieci na świeżym powietrzu, co jest jeszcze bardziej dostrzegalne po trwającej prawie dwa lata izolacji pandemicznej wywołanej koronawirusem, proszę o dołożenie szczególnych starań poprzez zintensyfikowanie, w miarę możliwości, kontroli miejsc zabaw, by każde dziecko mogło bezpiecznie korzystać z wypoczynku



**Rzecznik  
Praw Dziecka  
Mikołaj Pawlak**

na świeżym powietrzu. Z pełnym uznaniem odnoszę się do wszelkich inicjatyw gmin, podejmujących wiele wysiłku, aby zapewnić najmłodszym mieszkańcom bezpieczne i przyjemne spędzanie czasu wolnego na obiektach gminnych.

Chciałbym przy tym zwrócić uwagę na wyniki zleconych przeze mnie ogólnopolskich badań jakości życia dzieci i młodzieży w Polsce<sup>1</sup>. W ocenie Rady Ekspertów przy Rzeczniku Praw Dziecka jeden z kilku przebadanych wymiarów – zdrowie fizyczne - jest szczególnie istotny w kontekście zagrożenia pandemicznego i doświadczenia izolacji społecznej.

Z badań tych wynika, że 17% wszystkich uczniów w Polsce wymaga natychmiastowej pomocy związanej z fatalną kondycją fizyczną. Aż 19% najmłodszych uczniów szkół podstawowych czuje się chora, wyczerpana fizycznie i brakuje im energii życiowej. Z wiekiem odczucia te się nieznacznie polepszają – źle się czuje 16% uczniów 6. klas szkół podstawowych i 15% uczniów 2. klas szkół ponadpodstawowych.

Znaczące różnice są w rodzinach o różnych statusach materialnych, dzieci z rodzin z problemami finansowymi kilkakrotnie rzadziej podejmują aktywność fizyczną.

Z badań wynika także, że co dziesiąty uczeń 2. klas szkoły podstawowej praktycznie w ogóle nie jest aktywny fizycznie – a wśród uczniów 6. klas jest to 12%. Wśród młodzieży aktywności fizycznej nie wykazuje aż 27%. Badania wskazują także na istotne różnice w odczuwaniu stanu swojego zdrowia czy kondycji fizycznej w zależności od płci – znacznie lepszą samoocenę mają chłopcy, dziewczęta częściej odczuwają problemy związane z tym obszarem.

W związku z wynikami badań Rada Ekspertów przy Rzeczniku Praw Dziecka podkreśla duże znaczenie wytwarzania w procesie wychowawczym nawyków aktywności fizycznej, tak aby stały się one czynnościami rutynowymi. Rada rekomenduje m.in. promowanie formy aktywności fizycznej dostosowywanej do zainteresowań dzieci i młodzieży, i zmienianej wraz z wiekiem dzieci, rozszerzenie oferty klubów sportowych o zajęcia dla amatorów i zwiększenie dostępności szkolnej infrastruktury sportowej poza godzinami nauki.

---

<sup>1</sup> Badaniem objęto łącznie ponad 5800 uczniów z całej Polski, na trzech poziomach edukacyjnych: edukacji wczesnoszkolnej (klasy 2. szkoły podstawowej), szkoły podstawowej (klasy 6.) i szkoły ponadpodstawowej (klasy 2. technika i licea ogólnokształcące). Pomiar przeprowadzono przy użyciu kwestionariusza The KIDSCREEN. Realizacja badania w szkołach miała miejsce w czerwcu 2021 r., pod koniec roku szkolnego podczas pandemii koronawirusa SARS-CoV-2, Informacja nt. badania dostępna: <https://brpd.gov.pl>

WHO rekomenduje różną długość i intensywność aktywności fizycznej dla dzieci i młodzieży, w zależności od wieku. Dla dzieci poniżej 1. roku wynosi ona około 30 minut w pozycji na brzuchu. Dla dzieci 1-4 lat to 180 minut aktywności o różnym nasileniu, przy czym dzieci w wieku 3-4 lat muszą wykonać 60 minut aktywności fizycznej o średniej i wysokiej intensywności. Dzieci i młodzież w wieku 5-17 lat powinni wykonywać codziennie minimum 60 minut aktywności fizycznej o średniej lub wysokiej intensywności. Aktywność fizyczna zapobiega występowaniu chorób cywilizacyjnych takich jak otyłość, cukrzyca czy choroby układu krążenia. Niestety, badania wskazują, że jedynie około 17% polskiej młodzieży spełnia normy WHO dotyczące aktywności fizycznej. Widać tutaj też różnicę pomiędzy płciami – o 5% więcej młodych mężczyzn niż młodych kobiet spełnia te normy. Różnica ta również zmienia się w zależności od wieku i jest największa wśród 15-latków. Porównując dane z innych krajów, Polska plasuje się na wysokim miejscu – dla dzieci w wieku 11-15 lat jest to 12. pozycja z 42 badanych krajów. Nie jest to jednak argument za tym, by nie starać się tego wyniku poprawić, ponieważ dalej tylko 17% dzieci spełnia normy WHO<sup>2</sup>.

Ważnym aspektem zdrowia fizycznego jest aktywność fizyczna. Dlatego zasadne jest w mojej ocenie tworzenie dla dzieci wszelkich rodzajów obiektów małej infrastruktury, gdzie ich aktywność fizyczna będzie mogła być realizowana każdego dnia, gdzie chętnie będą spędzać czas i do których będą wracać nie tylko z rówieśnikami, lecz także z rodzicami, i to nie okazjonalnie, a systematycznie, czyniąc aktywność fizyczną swoją codziennością i rutyną.

Jak wskazują eksperci, na każdym etapie życia, a przede wszystkim w okresie dzieciństwa i adolescencji, aktywność fizyczna powinna być źródłem przyjemności i pozytywnych emocji oraz metodą na odreagowanie codziennych napięć. Jest to również doskonały sposób na spędzanie czasu z rówieśnikami i rodziną, co pozwala przy okazji modelować prawidłowe nawyki i potrzeby związane ze zdrowym stylem życia. Realizacja podstawowych funkcji aktywności fizycznej jest kluczowym zadaniem rozwojowym okresu dzieciństwa i adolescencji. Możemy wśród nich wymienić: pobudzanie i wspieranie prawidłowego wzrastania i dojrzewania – funkcja stymulacyjna, kształtowanie umiejętności ruchowych i zdolności do wysiłku fizycznego – funkcja adaptacyjna, wyrównywanie niedoborów ruchu oraz radzenie sobie ze stresem – funkcja kompensacyjna, wczesne

<sup>2</sup> Źródło: <http://healpolaska.pl/wp-content/uploads/2021/08/Wplyw-zmiany-klimatu-na-zdrowie-dzieci-raport.pdf>

oddziaływanie korygujące i naprawcze – funkcja korekcyjna oraz przeciwdziałanie chorobom cywilizacyjnym – funkcja profilaktyczna, realizowana m.in. poprzez utrzymywanie i kontrolowanie właściwej masy ciała<sup>3</sup>.

Podkreślić należy, że prawo dziecka do wypoczynku, czasu wolnego, do uczestniczenia w zabawach i zajęciach rekreacyjnych należy do katalogu praw przyznanych wszystkim dzieciom. Zgodnie z art. 31 ratyfikowanej przez Polskę Konwencji o Prawach Dziecka<sup>4</sup> na państwa-strony nałożony jest obowiązek podejmowania działań zmierzających do pełnej realizacji wskazanego prawa, które realizuje się poprzez tworzenie, utrzymywanie i uposażanie istniejących obiektów małej infrastruktury oraz tworzenie nowych miejsc z przeznaczeniem na rodzinne miejsca zabaw. Obowiązek gmin w tym zakresie obejmuje również przestrzeganie przepisów zawartych w ustawie z 7 lipca 1994 r. Prawo budowlane<sup>5</sup> oraz w Rozporządzeniu Ministra Infrastruktury z 12 kwietnia 2002r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie<sup>6</sup>.

Chciałbym podkreślić, że zabawa jest czymś najbardziej właściwym dzieciństwu, a obiekty małej infrastruktury sportowo-rekreacyjnej to przede wszystkim miejsca radości i odpoczynku dla dzieci. To właśnie tam dzieci zyskują możliwość nie tylko rozwoju swojej sprawności fizycznej, lecz także uczą się i rozwijają umiejętności społeczne. Nie ulega również wątpliwości, że m.in. place zabaw, boiska szkolne, ogródki jordanowskie czy parki przyczyniają się do budowania relacji i więzi między rówieśnikami i powinny być one miejscami bezpiecznymi i przyjaznymi dla ich użytkowników.

Kierując się troską o zapewnienie dzieciom bezpiecznych warunków wypoczynku i rozwoju fizycznego, w tym potrzebą tworzenia i dbania o przestrzeń do zabawy i spędzania wolnego czasu przez dzieci, na podstawie ustawy z dnia 6 stycznia 2000 r. o Rzeczniku Praw Dziecka<sup>7</sup> zwracam się do Państwa z prośbą o podjęcie wszelkich działań, by dzieci odpoczywały i bawiły się na w pełni bezpiecznych, dyspozycyjnych i gotowych do ich przyjęcia obiektach małej infrastruktury sportowo-rekreacyjnej nie tylko w okresie wakacji,

---

<sup>3</sup> Raport Komitetu Zdrowia Publicznego Polskiej Akademii Nauk, Niedostateczny poziom aktywności fizycznej w Polsce jako zagrożenie i wyzwanie dla zdrowia publicznego, Warszawa 2021 r. s. 69.

<sup>4</sup> Dz. U. z 1991 r. Nr 120, poz. 526 z późn. zm.

<sup>5</sup> Dz. U. z 2021 r. poz. 2351, z późn. zm.

<sup>6</sup> Dz. U. z 2022 r. poz. 1225.

<sup>7</sup> Dz. U. z 2020 r. poz. 141

ale by mogły się nimi cieszyć przez cały rok, m.in. poprzez stały monitoring bezpieczeństwa urządzeń zabawowych oddanych do użytku małoletnim.

Wyrażam nadzieję, że niniejsza korespondencja spotka się z życzliwym przyjęciem i będzie dla Państwa potwierdzeniem wagi zagadnienia, jakim jest prawo dziecka do zabawy, jak również stanie się asumptem do kreatywności w tym zakresie. Jestem przekonany, że decyzje podejmowane na rzecz najmłodszych mieszkańców przyniosą Państwu wiele satysfakcji.



  
RZECZNIK PRAW DZIECKA  
Mikołaj Pawlak