

# L I D E R

PROMOCJA ZDROWIA, KULTURA ZDROWOTNA I FIZYCZNA

Numer 2. 2012 /252/



SZKOLNY  
ZWIĄZEK  
SPORTOWY



INSTYTUT  
KARDIOLOGII

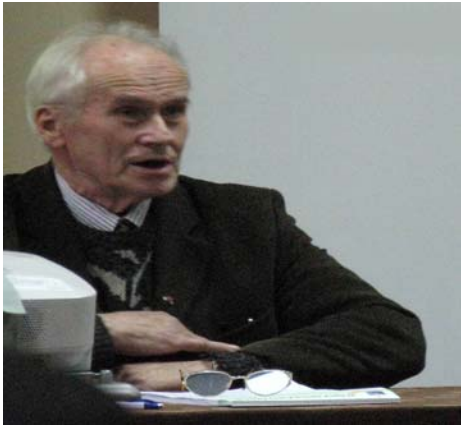
*Wszystkie te rzeczy, za którymi tłum się ugania,  
nie tylko nie pomagają do zachowania naszego  
bytu, lecz nawet stanowią przeszkodę ku temu.  
Spinoza*



*Foto Kama Veymont – Nicea*

**W numerze między innymi :**

- ZBIGNIEW CENDROWSKI - Stałe publikacje: Drodzy czytelnicy, wybór myśli, rekomendacje
- XV Zjazd Szkolnego Związku Sportowego – uchwała ZG SZS i tezy programowe
- MŁODZI 2011 – Rozdział 7 - Konsumpcja, czas wolny, nowe media
- TADEUSZ KARPOWICZ – Nowa podstawa programowa IV etap
- WIOLETA PRYLEWSKA – O polskich seniorach
- JUSTYNA POST - O ciekawej konferencji w AWF Warszawa



Drodzy czytelnicy

W zakresie wielu ważnych problemów społecznych, w tym – co nas szczególnie interesuje - w zakresie zdrowia, mamy do czynienia ze zjawiskiem specyficznej odmiany schizofrenii. Z jednej strony znamy i uznajemy wagę istotnych zależności pomiędzy naszymi zachowaniami (stylem życia) a zdrowiem mierzonym, między innymi, tak istotnym wskaźnikiem jak długość życia, w tym szczególnie długość życia w zdrowiu. Z drugiej strony doskonale wiemy (w każdym razie wiedzą to dobrze znawcy problemu), jak niewielkie wnioski praktyczne wyciąga się z tej wiedzy. Wiedza nie przekłada się na praktykę. Systematyczna aktywność fizyczna, wraz z właściwym systemem odżywiania się, unikaniem szkodliwych uzależnień i umiejętnościami radzenia sobie z dystresem daje, zgodnie z odkryciem Marc'a Lalonda, około 50 % szans zdrowotnych. Pozostałe to : opieka medyczna, wyposażenie genetyczne i warunki środowiskowe, które są mało zależne od woli człowieka (choć i tu nasz wpływ, pod warunkiem, że wiemy o co chodzi, może być znaczący) .

Dlaczego zatem, mimo ugruntowanej wiedzy, tak nieumiejętny czynimy z niej użytek ? Dokonajmy, pobieżnej siłą rzeczy analizy, w odniesieniu do podstawowego składnika jakim jest systematyczna aktywność fizyczna. Podstawowe ustalenie w tej kwestii to fakt, że mamy społeczeństwo hipokinetyczne, a znacząca większość (czasem mówi się o tym, że dotyczy to ponad 90 % społeczeństwa) nie zażywa ruchu i wysiłku fizycznego w normie uznanej choćby za minimalną. W znacznym zakresie brak tej aktywności łączy się z trwaniem w pozostałych czynnikach ryzyka, co w całości możemy nazwać niezdrowym stylem życia.

Jak istotny to problem, dowodzą różne kalkulacje, z których wynika, że gdyby ludzie robili (w zakresie zachowań zdrowotnych) to

co czynić należy, a nie robili tego co szkodzi, życie byłoby nie tylko dłuższe o wiele lat, ale wydłużyłby się okres życia w zdrowiu, a całe życie, we wszystkich jego stadiach, byłoby znacząco szczęśliwsze i efektywniejsze we wszystkich wymiarach. Pora zatem zapytać, dlaczego wobec takich pewników nie podejmujemy stosownych działań i jakie to powinny być działania ?

Dziś uznaje się za dowiedzione, że pożądane zachowania w życiu dorosłym, można osiągnąć tylko przez edukację zdrowotną od najmłodszych lat. Edukacja ta (wychowanie) powinna być prowadzona intensywnie, systematycznie i fachowo. Zaniedbanie choćby jednego z tych warunków niweczyć będzie ostateczny efekt.

Kiedy rozpoczynano w 2008 roku prace nad nową podstawą programową, na podstawie takich kalkulacji, proponowaliśmy wprowadzenie od najmłodszych lat przedmiotu „zdrowie”. Kiedy tę propozycję odrzucono, niejako „rzutem na taśmę” udało nam się uzyskać zgodę na włączenie wybranych treści edukacji zdrowotnej do wychowania fizycznego, z ekspozycją nadrzędnego i wspólnego celu edukacji zdrowotnej i wychowania fizycznego: „wychowania do całościowej troski o zdrowie i sprawność fizyczną”. Rozwiązanie takie, z uznaniem przyjęte przez znawców problemu, nie spotkało się z powszechnym poparciem w środowisku szkolnym, co jest po trosze zrozumiałe, bo choć uznano, że to nauczyciele wf są najlepiej przygotowani do prowadzenia edukacji zdrowotnej, to jest to zaufanie kredytowe, nie poparte, co postulowaliśmy, solidnym szkoleniem już pracujących nauczycieli i zmianami w systemie edukacji w szkołach wyższych wf.

Działania na rzecz prozdrowotnego stylu życia, są istotną częścią ekonomicznej polityki i budowania podstaw dobrobytu i dobrostanu, bowiem zmniejszenie o każdy promil zachorowań, zmniejszanie okresu „życia w chorobie” (w opozycji do wskaźnika „życia w zdrowiu”) ma wielkie znaczenie dla pomyślności nas wszystkich.

Do tej problematyki, niesłuchanie istotnej dla przyszłości kraju i powodzenia każdego z nas, będą systematycznie powracał w kolejnych tekstach.

Zachęcam też wszystkich zainteresowanych do przedstawiania w tej sprawie swych opinii i propozycji. Wszystkie opinie będą na łamach Lidera prezentowane.

[www.lider.szs.pl](http://www.lider.szs.pl)  
[lider3000@poczta.onet.pl](mailto:lider3000@poczta.onet.pl)

Zbigniew Cendrowski  
Redaktor Naczelny

<p><b>Uwagi Spinozy (patrz punkt 10) dowodzą, że co rozum wytworzył nie ginie bezpowrotnie (tak pojmuję tę Jego myśl)</b></p> <p>1. Postanowiłem w końcu dociec...czy nie ma czegoś takiego, co, skoro bym je tylko odnalazł i pozyskał, napełniłoby mnie na zawsze nieprzerwaną i najwyższą radością.</p> <p>2. To wszystko, co życie zazwyczaj nastęcza, a co ludzie, jak można sądzić z ich czynów, poczytują za dobro najwyższe, daje się sprowadzić do trzech rzeczy, a mianowicie bogactwa, zaszczytów i rozkoszy zmysłowej.</p> <p>3. Wszystkie te rzeczy, za którymi tłum się ugania, nie tylko nie pomagają do zachowania naszego bytu, lecz nawet stanowią przeszkodę ku temu.</p> <p>4. Jedną i tę sama rzecz można nazwać dobrą lub złą, zależnie od tego, pod jakim względem jest wzięta.</p> <p>5. Używać przyjemności w stopniu dostatecznym do utrzymania się w zdrowiu.</p> <p>6. Im lepiej rzecz daje się zrozumieć tym łatwiej zostaje zapamiętana.</p> <p>7. Rozum urabia idee twierdzące wcześniej niż przeczące.</p> <p>8. Jeżeli w kimś wywołują się dwa przeciwne sobie działania, to albo obydwa, albo jedno z ich, ulec musi zmianie, aż przestaną być przeciwne.</p> <p>9. O ile umysł rozumie wszystkie rzeczy jako konieczne, o tyle większą posiada moc nad wzruszeniami, czyli tym mniej im podlega</p> <p>10. Umysł ludzki nie może być bezwzględnie zniszczony wraz z ciałem lecz coś z niego pozostaje, co jest wieczne.</p> <p><i>(Z trudnego traktatu "O poprawie rozumu" Spinozy (1632 – 1677) wybrał jak zawsze Zbigniew Cendrowski)</i></p>	<p><b>Spis treści</b></p> <p>ZBIGNIEW CENDROWSKI</p> <p>Drodzy czytelnicy 2</p> <p>SPINOZA - Co rozum wytworzył nie ginie 3</p> <p>XV Zjazd Szkolnego Związku Sportowego</p> <p>- uchwała ZG SZS 4</p> <p>- tezy do dyskusji 5</p> <p>MŁODZI 2011 –Rozdział 7 Konsumpcja, czas wolny, nowe media – obszary manifestacji statusu i kreacji własnego JA 10</p> <p>TADEUSZ KARPOWICZ</p> <p>Program nauczania z wychowania fizycznego uwzględniający nową podstawę programową dla IV etapu edukacyjnego 36</p> <p>WIOLETA PRYLEWSKA</p> <p>O polskich seniorach, czyli o sukcesie, który nas przytłoczył 52</p> <p>JUSTYNA POST</p> <p>Społeczno – edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu.</p> <p>Wolontariat w edukacji, sporcie, w ruchu olimpijskim i paraolimpijskim. (sprawozdanie z obrad) 55</p> <p>ZBIGNIEW CENDROWSKI</p> <p>Rekomendacje (Rotkiewicz, Gordon, Żołyński) 60</p> <p>Umiem pomóc - projekt realizowany przez Akademię Ratownictwa Grupy LUX MED. 61</p>
--	--

**Lider – Promocja Zdrowia, Kultura Zdrowotna i Fizyczna jest, począwszy od roku 2012, wydawany w formie pliku zamieszczanego na stronie [www.lider.szs.pl](http://www.lider.szs.pl). Pobieranie i kopiowanie całości numeru jak i jego poszczególnych fragmentów jest bezpłatne. Wykorzystanie zamieszczonych tekstów jest dozwolone pod warunkiem podania źródła.**

**Redaguje zespół : Dariusz Abramuk, Janusz Bejnarowicz, Janusz Bielski, , Michał Bronikowski Zbigniew Cendrowski (redaktor naczelny), Zdzisław Czaplicki, Tomasz Frotłowicz, Zygmunt Jaworski, Michał Kawecki, Władysław Pańczyk, Jerzy Pośpiech, Zofia Słońska, Aleksandra Treutz-Kuszyńska (Sekretarz Redakcji) , Barbara Woynarowska, Kama Veymont, Krzysztof Zuchora. Redakcja nie płaci honorariów, nie zwraca nadesłanych tekstów, zastrzega sobie prawo ich skracania i opracowania redakcyjnego oraz umieszczenia artykułu w wersji internetowej Lidera. na stronie [www.lider.szs.pl](http://www.lider.szs.pl)**

Warszawa 29.10.2011 roku

**Uchwała Zarządu Głównego Szkolnego Związku Sportowego w sprawie kampanii sprawozdawczo - wyborczej w Szkolnym Związku Sportowym w 2011/2012 roku i zwołania XV Zjazdu SZS**

Na podstawie par. 25 ust. 2 statutu SZS uchwała się co następuje :

**1. XV Zjazd**

**1.1 Zarząd Główny SZS ustala, że kolejny, XV Krajowy Zjazd SZS, odbędzie się w grudniu 2012 roku.**

**1.2 Szczegółową datę Zjazdu i jego porządek dzienny ustali Zarząd Główny SZS w terminie do 20 czerwca 2012 roku.**

**1.3 W XV Krajowym Zjeździe SZS wezmą udział z głosem stanowiącym zgłoszeni delegaci wybrani na wojewódzkich zjazdach SZS:**

**1.3.1 Z województw : dolnośląskiego, łódzkiego, małopolskiego, mazowieckiego, śląskiego, warmińsko-mazurskiego, wielkopolskiego, - po 7 osób;**

**1.3.2 Z województw : kujawsko-pomorskiego, lubuskiego, lubelskiego, opolskiego, podkarpackiego, podlaskiego, pomorskiego, świętokrzyskiego, zachodniopomorskiego po 6 osób;**

**(Zgodnie z paragrafem 27 pkt. 1 statutu SZS).**

**2. Kalendarz kampanii**

**2.1. Zjazdy wojewódzkie i wybory delegatów na XV Zjazd SZS powinny odbyć się nie później niż do 15 listopada 2012 roku**

**2.2. Szczegółowe terminy i zasady kampanii na swoim terenie uchwalają i ogłaszają zarządy wojewódzkie SZS.**

**2.3. Zarząd Główny SZS proponuje przyjęcie następujących terminów :**

**- do 15 kwietnia 2012 roku - zebrania sprawozdawczo - wyborcze w podstawowych ogniwach SZS : SKS, UKS, MKS. W przypadkach kiedy w danym klubie nie przeprowadza się w roku 2012 zebrań sprawozdawczo - wyborczych, zasady wyboru delegatów na zjazdy gminne, powiatowe, wojewódzkie ustalają właściwe władze SZS zwołujące zjazd.**

**- Do 15 czerwca 2012 roku - zjazdy gminnych i powiatowych SZS posiadających osobowość prawną oraz jednostek regulaminowych SZS tych szczebli.**

**3. Zarząd główny SZS ogłasza do powszechnej dyskusji projekt tez programowych pod tytułem:**

**SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY - UCZNIOWIE, NAUCZYCIELE, RODZICE - SZKOŁA**

**3.1. Tezy uchwalone przez Zarząd Główny SZS będą rozpowszechnione kanałami organizacyjnymi SZS, a także będą umieszczone na stronach internetowych SZS : [www.szs.pl](http://www.szs.pl) i [www.lider.szs.pl](http://www.lider.szs.pl) oraz na wszystkich stronach prowadzonych przez SZS i będą poddane powszechnej dyskusji.**

Po podsumowaniu debaty będą przedstawione delegatom na XV Zjazd SZS w formie planu realizacji programu SZS na lata 2013-2016.

3.2. Każda jednostka organizacyjna SZS opracowuje w swej kampanii (z wykorzystaniem też ZG SZS) własne oceny i propozycje programowe, dostosowane do regionalnej sytuacji.

3.3. ZG SZS będzie też swoimi kanałami publikował różne materiały analityczne, oceny i propozycje związane tematycznie z debatą sprawozdawczo - wyborczą. To samo powinny robić w swoim zakresie inne instancje SZS w odniesieniu do swojego terytorium.

*Warszawa 1.022012*

## **Szkolny Związek Sportowy - uczniowie, nauczyciele, rodzice - szkoła**

(Projekt tez programowych : propozycje Zarządu Głównego SZS do debaty przed XV Zjazdem )

### 1. Podstawowe konstatacje

Raz na cztery lata, Szkolny Związek odbywa swoją kampanię sprawozdawczo-wyborczą zakończoną Zjazdem Krajowym, aby podsumować ubiegły okres, wybrać nowe władze, i uchwalić program na kolejną kadencję.

Przedstawiamy poniższe propozycje z zaleceniem wykorzystania ich w kampanii sprawozdawczo - wyborczej na wszystkich szczeblach z dostosowaniem do konkretnych potrzeb i możliwości każdego środowiska.

**Uwagi, propozycje i wnioski zebrane podczas tej kampanii posłużą do opracowania projektu programu SZS na lata 2013 – 2016, który będzie uchwalony na XV Zjeździe SZS w grudniu 2012 roku.**

Z tej okazji stosowne jest, aby pokrótce przypomnieć najważniejsze wydarzenia jakie miały miejsce w mijającym okresie, a które dotyczyły interesującej nas problematyki w zakresie zdrowia, edukacji i kultury fizycznej i powinny być uwzględniane w debacie przedjazdowej i uchwalaniu nowego programu.

- Sport dzieci i młodzieży, którego głównym organizatorem jest Szkolny Związek Sportowy, zyskał, **staraniem Ministerstwa Sportu i Turystyki względnie stabilne podstawy organizacyjne, programowe i finansowe.** Takie programy, adresowane do dzieci i młodzieży jak: system współzawodnictwa sportowego, animator sportu dzieci i młodzieży, animator „Moje boisko Orlik 2012”, i wiele innych, stanowią solidne podstawy dla powszechnego sportowania i szkolenia sportowego. Programy te są w znacznym zakresie uzupełniane i wzbogacane programowo i finansowo przez samorządy lokalne i regionalne. Zasadnym wydaje się oczekiwanie, że większego wsparcia dla tych programów udzieli Ministerstwo Edukacji Narodowej i władze oświatowe wszystkich szczebli oraz Ministerstwo Zdrowia, w celu skuteczniejszej realizacji zadań w zakresie edukacji zdrowotnej i wychowania fizycznego.

- W roku 2008 **wprowadzona została nowa podstawa programowa** we wszystkich przedmiotach, w tym także w wychowaniu fizycznym. Wdrażanie podstawy rozłożono na 5 lat, z tym, że w odniesieniu do wychowania fizycznego szkoły mogły już od pierwszego roku 2009 realizować nową podstawę w pełnym wymiarze, we wszystkich klasach i

wszystkich typach szkół. Po raz pierwszy wprowadzono **zajęcia do wyboru**, oraz włączono do wychowania fizycznego **zadania z zakresu edukacji zdrowotnej**, uznając, że nauczyciele wychowania fizycznego są najlepiej przygotowani do prowadzenia zajęć w tym zakresie. Nowa podstawa stworzyła szerokie możliwości do działania SZS. Warto dodać, że w opracowaniu podstawy, wnosząc do niej doświadczenia Związku, brali czynny i inicjatywny udział przedstawiciele SZS.

- Sejm RP uchwalił **Ustawę o Sporcie** regulującą korzystnie wiele spraw z obszaru sportu wyczynowego. Wątpliwości ZG SZS, podzielone przez PAN, wzbudziło postanowienie o równoczesnym **uchyleniu Ustawy o Kulturze Fizycznej** i ograniczające prawnie jej zakres jedynie do wychowania fizycznego i rehabilitacji ruchowej ( bez rekreacji.)

- Ukazało się wiele ważnych raportów i opracowań, których ustalenia są ważne dla problemów zdrowia, edukacji i kultury fizycznej. Wymienić tu należy między innymi takie dokumenty jak : **Polska Foresight 2020, Polska 2030 i Młodzi 2011**. W dokumentach tych podniesiono wiele ważnych strategicznie problemów edukacyjnych i zdrowotnych, sygnalizując np. zagrożenia dla stabilizacji ekonomicznej i społecznej wynikające z sytuacji kryzysowych i starzenia się społeczeństw. Niedostateczną uwagę zwraca się jednak, w tych dokumentach, zdaniem SZS, na remedialne znaczenie systematycznej i powszechnej aktywności fizycznej.

-W licznych badaniach i publikacjach szczególne znaczenie zarówno w sensie aktualnym jak i perspektywnym, przypisuje się **wczesnej edukacji zdrowotnej i aktywizacji fizycznej**. Upowszechniły się też w różnych zaleceniach i wytycznych takie konstatacje jak potrzeba „**kształtowania umiejętności życiowych**” oraz „**wychowania do całożyciowej troski o zdrowie i sprawność fizyczną**”. W odniesieniu do oceny stanu zdrowia uznaje się, że obok długości życia, coraz ważniejszym wskaźnikiem staje się **długość życia w zdrowiu**.

- W szkolnym wychowaniu fizycznym zarysowały się różne niekorzystne tendencje, stwierdzone między innymi przez kontrole NIK oraz inne opinie i badania. Należą do nich między innymi : wzrastająca liczba zwolnień z wychowania fizycznego, malejąca (w opinii młodzieży) atrakcyjność tych zajęć oraz niedostateczna dostępność zajęć korektywnych.

## 2. Istotne przesłanki programowe

SZS akceptuje, zgodnie ze swymi celami statutowymi, oraz wskazaniem wynikającymi z ogólniejszych celów społecznych, następujące podstawowe wartości, z których wywodzimy nasze zadania:

- Zdrowie i sprawność fizyczna jest ważnym czynnikiem powodzenia każdego człowieka, społeczeństwa i narodu.

- Kultura fizyczna jest ważną częścią kultury narodowej.

-Wychowanie w zdrowiu i sprawności fizycznej jest pierwszorzędym zadaniem podmiotów wychowujących : rodziny, szkoły i działających na ich rzecz innych struktur, w tym SZS.

- Niedostatecznie rozpoznane i uwzględniane są w naszych programach wpływy (pozytywne i negatywne) środowiska rówieśniczego.

- Edukacja zdrowotna, kształtowanie zdrowego stylu życia, rozwijanie zainteresowań sportowych powinny być realizowane od najmłodszych lat, z dostosowaniem ich w zakresie treści i form, do wieku i rozwoju psychofizycznego dziecka. Umacnia się przekonanie, że podstawowe znaczenie w tym zakresie ma profesjonalnie prowadzone szkolne wychowanie w zdrowiu i do zdrowia.

- Coraz częściej postuluje się konieczność przesunięcia sił organizacyjnych i fizycznych z kierunków : edukacja (w wąskim znaczeniu) na wychowanie, medycyny klinicznej na profilaktyczną, kultury fizycznej ze sportu wyczynowego na powszechne sportowanie. Powinno to znaleźć odbicie w tworzeniu naukowej i strategicznie zintegrowanej koncepcji systemu, polityki, stanowieniu prawa i konstruowaniu operacyjnych programów działania.

### **3. Program działania SZS – podstawowe założenia**

**Podstawowym zadaniem szkolnej kultury fizycznej jest zapewnienie wszystkim uczniom możliwości uczestniczenia w różnych wartościowych i atrakcyjnych formach aktywności ruchowej, wkomponowanej w szerszy kontekst edukacji zdrowotnej, propagującej frapujący model zdrowego stylu życia – jako ważnego warunku sukcesu życiowego, potężnego środka zapobiegania, eliminowania i ograniczania wszelkich zagrożeń zdrowotnych i zachowań patologicznych.**

Na tym tle formułujemy podstawowy cel dotyczący zadań Szkolnego Związku Sportowego jako potrzebę **wzmocnienia roli SZS w realizacji programów edukacji zdrowotnej, wychowania fizycznego i sportu dzieci i młodzieży, wykorzystanie możliwości wzbogacania procesu wychowawczego między innymi przez rozwijanie samorządności uczniów, idei wolontariatu, tworzenia sieci Szkolnych i Uczniowskich Klubów Sportowych.**

Tak sformułowany cel wymaga, obok tradycyjnych związków SZS ze strukturami sportu, silniejszego powiązania SZS z systemami edukacji i zdrowia.

### **4. Tezy do dyskusji przedjazdowej**

Zakłada się, że w debacie przedjazdowej wszystkie uczestniczące w niej ogniwa Związku dokonają oceny sytuacji, i na podstawie analizy osiągnięć, ale i niepowodzeń, przyjmą racjonalny program działania na najbliższe lata. Ważnym elementem kampanii jest precyzyjne sporządzanie i przekazywanie na wyższy szczebel ocen, wniosków i propozycji. **W ten sposób zastosowana będzie zasada budowania programu Związku od dołu do góry.**

Przedstawione poniżej zapisy stanowią propozycje do tej debaty

- Podstawowe cele SZS realizowane są w obszarach : edukacja zdrowotna, wychowanie fizyczne, powszechne sportowanie, wyłanianie i rozwijanie zainteresowań i talentów sportowych.

- Realizacja konkretnych zadań w ww. zakresach odbywa się przede wszystkim w trybie zadań zleconych przez resorty zdrowia, edukacji, sportu i turystyki, władze samorządowe i inne podmioty.

Jak oceniamy ten system ?

Jakie są jego pozytywne i negatywne strony ?

- Zadania i akcje prozdrowotne, edukacyjne, wychowawcze, sportowe podejmowane przez centralne i regionalne władze administracyjne i inne podmioty (placówki naukowe, badawcze, szkoły wyższe, przedsiębiorstwa, fundacje i inne podmioty).

Czy SZS dostatecznie wykorzystuje możliwości włączania się w realizację tych zadań ?

- Konkursy, przetargi i oferty wynikające z programów Unii Europejskiej.

Jakie możliwości w tym zakresie występują na różnych szczeblach ?

Jakie mamy w tej sprawie doświadczenia, które warto upowszechnić ?

Jakie są w tej kwestii niedogodności i co powinny zrobić władze SZS, aby pomóc w ich usuwaniu ?

Inicjowanie i przedkładanie przez ogniwa i instancje SZS wszystkich szczebli oferty programowej i konkretnych zadań, wynikających z celów i zadań statutowych Związku, oceny stanu zdrowia i sprawności dzieci i młodzieży, regionalnych potrzeb.

Jakie są dotychczasowe doświadczenia w tym zakresie ?

Jak formułować takie oferty ?

Kto powinien je opracowywać ?

Do kogo powinny być - na różnych szczeblach - kierowane ?

-Wykorzystanie możliwości programowych, organizacyjnych i materialnych tworzonych przez środowisko szkolne : współdziałanie w realizacji założeń nowej podstawy programowej z wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej, promocja zdrowia środkami kultury fizycznej, zajęcia do wyboru, rozwijanie idei wolontariatu i samorządności młodzieży, działalność szkolnych klubów sportowych, szkolenie MOS i MSS.

Jakie są w tym zakresie dobre doświadczenia SZS ?

Jakie są braki ?

Co należałoby zrobić aby udział SZS w tych zakresach był znaczniejszy ?

- ZG SZS i W SZS powinny we współpracy z MEN, Kuratoriami i Samorządami tworzyć odpowiednie warunki prawne, programowe, organizacyjne i finansowe dla działalności SZS  
Jakie to powinny być działania ?

Czego oczekują nauczyciele i działacze SZS ?

Podjęcie na wszystkich szczeblach działań zmierzających do lepszego samozorganizowania się nauczycieli wychowania fizycznego przy współpracy z SZS i związkami nauczycielskimi. Przed laty została podjęta taka próba pod postacią Kongresu Nauczycieli Wychowania Fizycznego.

Czy jest obecnie potrzeba utworzenia takiego forum (samorządu ? porozumienia ? stowarzyszenia ? branżowej organizacji ?.)

Co powinno być głównym przedmiotem zainteresowania i działania takiego forum ?

Jaka powinna być rola SZS w pracy nad utworzeniem takiego forum ?

- Jedną z trudniejszych i wciąż nienajlepiej rozwiązywanych problemów w pracy SZS na wszystkich szczeblach jest kwestia finansowania działalności SZS. Odnosi się to przede wszystkim do wielkości środków, ale także zasad ich wykorzystywania. Praktycznie rzecz biorąc, SZS jest przede wszystkim wykonawcą zadań zleconych przez władze administracyjne i samorządowe. Niewielkie środki pochodzą z innych źródeł. W wewnętrznych dyskusjach w SZS na ten temat podkreśla się potrzebę okazywania władzom wdzięczności za przekazywane środki. Jest to dość oczywiste. Jednak gruntowna analiza tej sytuacji wykazuje, że niedostatecznie wykorzystywana jest możliwość rozwijania samorządności i samodzielności organizacji, nie zostawia się pola dla pomysłowości programowej, a zlecane zadania mają często charakter spektakularnych działań doraźnych,



często wiązanych z krótkofalowymi celami politycznymi. Kłóci się to zasadniczo z demokratyczną zasadą roli jaka powinien odgrywać "trzeci filar" jakim są organizacje NGO, w tym SZS. Poważnym mankamentem tego systemu jest też mała stabilność finansowania, często przypadkowość i niezrozumiała dla działaczy sytuacja, w której i tak wątle środki są przekazywane zbyt późno, a system ich rozliczeń nazbyt biurokratyczny. SZS uważa, że mając na uwadze znaczenie i osiągnięte efekty pracy SZS potrzebna jest systemowa zmiana w tym zakresie.

Oczekujemy, że w debacie podczas kampanii sprawozdawczo wyborczej zostaną przedstawione oceny, wnioski i propozycje w tym zakresie.

Czy np. system finansowania nie powinien być bardziej podmiotowy niż przedmiotowy ?

Czy system zadań zleconych nie powinien być bardziej stabilny i obejmować okres większy niż jeden rok ? (np. okresy trzyletnie ?)

Czy w przypadku SZS środki na działalność nie powinny być, stosownie do zadań, przekazywane także przez MEN i MZ a nie tylko przez MSiT ?

Czy nie należałoby tak procedować, aby wszystkie instancje SZS pozyskiwały wiadomość o środkach na rok następny znacznie wcześniej np. w czasie kiedy tworzy się programy i plany działania na rok następny ?

Czy nie należałoby znacząco uprościć system przekazywania i rozliczania środków ?

Jakie inne problemy w tym zakresie należałoby wymienić, aby ZG SZS mógł po Zjeździe podjąć stosowne inicjatywy ?

- Zasadne wydaje się przyjęcie takiej metody dyskusji przedzjazdowej, aby każdy jej uczestnik swoje przemyślenia przedstawiał w trzech niejako zakresach :

Co mogę zrobić ja sam, w takich warunkach jakie mam, jak mogę ulepszyć swą pracę, doskonalić siebie samego i swoje dzieło ?

Co moglibyśmy zrobić wspólnie z innymi nauczycielami, rodzicami i uczniami w szkole i społeczności lokalnej ?

Co powinny zrobić władze wszystkich szczebli i inne środowiska : naukowe, media ?

- Celowe wydaje się podjęcie w debacie przedzjazdowej problemu **ściślejszego powiązania SZS z resortami edukacji i zdrowia** i uznania przez te resorty (przy akceptacji tej sytuacji przez MSiT), że Związek może i powinien wykonywać znacznie obszerniejsze zadania związane z realizacją programu wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej, w tym związane z promocją zdrowia i wdrażaniem nowej podstawy programowej. Ministerstwo Sportu i Turystyki byłoby bez zmian sponsorem realizowanego przez SZS systemu współzawodnictwa sportowego i innych ważnych programów jak Animator. MZ sponsorowałoby zadania z zakresu promocji zdrowia i elementów edukacji zdrowotnej. MEN tworzyłoby korzystniejsze warunki dla aktywizacji SZS w zakresie wdrażania nowej podstawy, programowej i innych zadań jak np. „Radosna szkoła” .

Zadania te, ściśle się ze sobą wiążą i należałoby je realizować w porozumieniu i współpracy z innymi partnerami działającymi w szkole i na rzecz szkoły.

## **MŁODZI 2011**

**Kancelaria Prezesa Rady Ministrów**

**Redakcja naukowa i rekomendacje dla polityk publicznych**

**MICHAŁ BONI**

**Autorka**

**KRYSTYNA SZAFRANIEC**

**Koordynator projektu**

**PIOTR ARAK**

### **Rozdział 7. Konsumpcja, czas wolny, nowe media – obszary manifestacji statusu i kreacji własnego JA**

*Cały dokument, ma ponad 400 stron i jest opublikowany w formacie PDF, co sprawia że niektórzy, zainteresowani konkretnymi problemami, mogą mieć trudności ze swobodnym korzystaniem z niego. Dla wygody naszych czytelników i zgodnie z programem naszej strony udostępniam tekst raportu poszczególnymi działami.*

*W tym pliku, po części ogólnej, **publikuję Rozdział 7 Zdrowie i zachowania ryzykowne młodzieży***

*Dla ułatwień technicznych plik jest przekonwertowany na format word. Ponadto, ze względu na dużą objętość dokumentu z tej wersji usunąłem wszystkie tabele, po które zainteresowani, jak i do całego dokumentu mogą sięgnąć do oryginału. Wydaje mi się, że przeczytanie tego, tak skróconego dokumentu, zachęci zainteresowanych do uważnego przestudiowania całości. Zainteresowanym mogę przesłać oryginalny plik całego dokumentu w formacie pdf.*

**Zbigniew Cendrowski**

Raport powstał w wyniku prac zespołu seminaryjnego, który spotykał się na przestrzeni lat 2010-2011. W jego pracach w różnych fazach projektu brali udział :

Piotr Arak, Anna Atlas, Przemysław Biliński, Michał Boni, Tomasz Bratek, Piotr Burda, Michał Czyżewski, Paweł Dębek, Roman Dolata, Krzysztof Dresler, Jan Dworak,, Barbara Fatyga, Zbigniew Fijałek, Bogusława Grabowska, Tomasz Harasimowicz, Piotr Jabłoński, Aleksandra Karlińska, Krzysztof Kosela, Beata Łaciak, Artur Łega, Andrzej Matejuk, Anna Olszówka, Łukasz Osiński, Jolanta Rogala-Obłękowska, Aleksandra Rusielewicz-Wachowicz, Zbigniew Rykowski, Mirosław Sielatycki, Janusz Sierosławski, Marcin Sińczuch, Krystyna Szafraniec, Tomasz Szlendak, Teresa Szopińska, Aldona Wiktorska-Święcka, Klaudia Wojciechowska, Gabryjela Zielińska.

Współpraca :

Paweł Kaczmarczyk, Michał Miąskiewicz, Kamil Rakocy, Aleksandra Rusielewicz-Wachowicz, Alek Tarkowski, Jakub Wojnarowski.

Dokument powstał przy współudziale Departamentu Analiz Strategicznych

Projekt graficzny i skład Elżbieta Skrzypek – Brand New Idea

ISBN 978-83-933627-0-7

Wydawca Kancelaria Prezesa Rady Ministrów, Warszawa 2011

Wydrukowano na ekologicznym papierze Arctic certyfikowanym przez Forest Stewardship Council

Pod koniec 2009 roku, już po dyskusji nad raportem „POLSKA 2030”, zrodził się pomysł rozpoczęcia debaty nad sytuacją młodej generacji. Towarzyszyła temu intuicja, że z młodym pokoleniem Polaków dzieje się coś szczególnego, doświadcza ono na sobie wielu przemian cywilizacyjnych. Zrozumienie tego zjawiska i towarzyszących mu procesów mogło okazać się pożyteczne z wielu powodów. Było jasne, że drugi powojenny wyż

demograficzny ma do odegrania swoją rolę – i ją odgrywa, samodzielnie budując warunki dla lepszego startu życiowego i zawodowego, by odpowiedzieć na zmieniające się, nowe potrzeby życiowe, konsumpcyjne, kulturowe. I było też jasne, jak trudno jest generacji rządzącej, uformowanej w czasach misji „Solidarności”, zdefiniować rolę historycznych następców i stworzyć przesłanki dla międzygeneracyjnej solidarności.

Spotykaliśmy się na nietypowym seminarium. W Kancelarii Premiera odbywały się dyskusje ekspertów i pasjonatów, analityków i animatorów działań obywatelskich. Ciekawiło nas wszystko, co pozwalało zamieniać intuicyjny obraz młodej generacji na rzetelną wiedzę. Rozmawialiśmy więc o rynku pracy oraz problemach edukacyjnych, ale także o sposobach spędzania czasu wolnego, nowych wzorcach seksualności i porządku sentymentalnym. Interesowały nas zachowania praktyczne oraz orientacja na wartości. Przedmiotem debat stawały się zarówno kwestie, które pozwalają na łączenie cech i wspólną, pokoleniową charakterystykę młodych, jak i sprawy, które wyraźnie dzielą różne odłamy szeroko pojmowanego pokolenia – ze względu na status rodziców, geografie zamieszkania, płeć, a nawet wiek, czyli to, czy jest się w grupie młodszej, czy starszej danej generacji.

Od początku chcieliśmy, by w efekcie naszych spotkań i dyskusji powstał raport. Sama dyskusja jednak nad strukturą tego raportu, zakresem tematycznym różnych obszarów, wątkami problemowymi oraz porównaniem sytuacji młodych w Polsce oraz w innych krajach – zajęła nie tylko czas, lecz także wymusiła w sensie pozytywnym jeszcze głębszą pracę analityczną, badawczą. Zaczynaliśmy od intuicji, ale skończyć się musiało na wiedzy. I to wiedzy o charakterze wielowymiarowym, dotyczącej zarówno cech socjologicznych młodego pokolenia, jak i sytuacji edukacyjnej, zdrowotnej, nastawienia związanego z budowaniem własnej pozycji na rynku pracy czy wobec rodziny. Wykorzystując różne źródła, staraliśmy się dotrzeć do jak najpełniejszego obrazu młodych, a zarazem – charakteryzując problemy generacyjne – uciec od prostych komentarzy światopoglądowych, politycznych. To ważne, jeśli chce się uzyskać obraz prawdziwy, w sensie pokazania skali olbrzymich przeobrażeń, wielości zachodzących procesów, zmienności, którą z jednej strony dyktuje przeobrażający się świat i Polska, z drugiej natomiast – rozwijające się, rosnące aspiracje.

Zadaliśmy sobie jednak w którymś momencie pytanie: Co z raportem, jaką rolę mógłby odegrać w debacie publicznej nad przyszłością kraju? Przecież od 2009 roku, od raportu „POLSKA 2030”, w rządzie dokonana się wielka przemiana, jeśli chodzi o prace programowe i perspektywę strategicznego myślenia. Uporządkowano dokumenty i relacje między nimi. Właśnie teraz, latem 2011 roku, kończą się prace nad strategią długookresową „Polska 2030. Trzecia fala nowoczesności”, dokumentem średniookresowym – z horyzontem do 2020 roku, oraz 9 zintegrowanymi strategiami skoncentrowanymi na różnych obszarach, kluczowych dla polskiego rozwoju.

Przedstawiany raport „MŁODZI 2011” jest częścią wspólną tego nowego spojrzenia strategicznego. Pokazuje bowiem, jak ważne są relacje międzypokoleniowe w rozwoju i budowaniu polskich, nowych przewag konkurencyjnych, gdzie energia i aspiracje młodych tworzyć mogą swoiste „turbodoładowanie”. Ale pokazuje także, że politykę publiczną tworzy się w oparciu o wiedzę, a to oznacza, iż zdecydowaliśmy się nadać raportowi specjalne znaczenie, obarczyć go misją. Dlatego w efekcie – obok charakterystyki pokolenia – mamy też praktyczne rekomendacje dla polityki.

Można więc powiedzieć, iż pracując nad raportem, przeszliśmy drogę: od intuicji przez wiedzę do propozycji rozwiązań praktycznych w polityce na rzecz młodego pokolenia, każdego młodego pokolenia. Z tego wynika kluczowe przesłanie : potrzebna jest nam debata, by dokonywać właściwych wyborów oraz wskazywać rozwojowe priorytety. I jeszcze jedno – by stworzyć dobry klimat dla przekazywania z pokolenia na pokolenie nie tylko tego, co jest dziedzictwem, lecz także i tego, co może być dorobkiem otwartego i sprawnego rządu. **Michał Boni**

## Spis treści całego raportu

Wprowadzenie	11
1. Czas na młodych	
O konieczności wymiany pokoleniowej w Polsce	19
2. Jacy są młodzi	
Sprawy w życiu ważne, oczekiwania	35
3. Demografia	65
4. Edukacja i nowe wyzwania	87
5. Praca i wchodzenie na rynek pracy	133
6. Obszary wspólnotowości i intymności, małżeństwo, rodzina, wybory alternatywne	181
<b>7. Konsumpcja, czas wolny nowe media – obszary manifestacji statusu i kreacji własnego JA</b>	<b>221</b>
8. Młode pokolenie i nowy ustrój – poglądy, postawy i obecność w publicznej sferze życia	263
9. Zdrowie i zachowania ryzykowne młodzieży	301
10. Młodzi i spójność społeczna	339
Rekomendacje dla polityk publicznych	389
Bibliografia	405

## Rozdział 7.

### Konsumpcja, czas wolny, nowe media - obszary manifestacji statusu i kreacji własnego JA

#### Spis treści rozdziału 7

7.1. Dlaczego konsumpcja i czas wolny ?	
7.2. Ewolucja i specyfika zachowań konsumpcyjnych młodzieży	
7.3. Konsumpcja na własną rękę – gospodarstwa domowe młodych	
7.4. Czas wolny – zmiana znaczenia i formy aktywności	
7.5. Nowe media i życie w sieci	
Podsumowanie	

Poza sferą naszych dotychczasowych zainteresowań pozostawały konsumpcja i czas wolny (ang. leisure time), a więc obszary gdzie nie liczą się powinność czy obowiązek, lecz osobiste preferencje, przyjemność i wolny wybór - kategorie, z których kultura współczesna uczyniła podstawową potrzebę i wartość życiową ludzi. Można zaryzykować tezę, że w celu prowadzenia określonego stylu życia i zachowania pożądanego poziomu konsumpcji, dla przyjemności, których można doświadczać (zwłaszcza w czasie wolnym) młodzi ludzie inwestują w wykształcenie, karierę zawodową czy określone rozwiązania dotyczące życia prywatnego. Waga tej sfery życia - zarówno ze względu na to, jak młodzi w niej funkcjonują i na ile spełnia ona ich oczekiwania, jak i na to, jaką pełni funkcję społeczną, jest znacząca. Tam manifestuje się druga ważna (niezwiązana z obowiązkami czy powinnościami) strona wizerunku młodych. Tam też tkwi źródło ich dynamiki życiowej, która ma ważne społeczne konsekwencje.

#### 7.1. Dlaczego konsumpcja i czas wolny?

Konsumpcja, która jest już właściwie stylem życia, do której się przyzwyczailiśmy i którą traktujemy jako coś zupełnie naturalnego, stała się stygmatem współczesnej kultury i jedną z najważniejszych potrzeb życiowych ludzi. Z polskiej perspektywy ta nieoczekiwana zmiana orientacji - z życia opartego na depriwacji, wstrzeźliwości i niedoborach na

życie koncentrujące się wokół przyjemności i dostatku - może wydawać się kwestią indywidualnych normatywnych wyborów, często jest zresztą tłumaczona chęcią nadrobienia zaległości w stosunku do minionych lat. To wyjaśnienie, dobre dla starszego pokolenia, nie jest wystarczające, by zrozumieć znaczenie konsumpcji w życiu ludzi młodych. Różnica jest zasadnicza. Dla starszych orientacja konsumpcyjna, podobnie jak etosowa, była kwestią indywidualnego wyboru - można było „mieć” lub „być”, a dylemat „mieć” czy „być”<sup>1</sup> był dylematem wielu ludzi, ba - był dylematem kontestujących pokoleń. Słynne bunty młodzieży w krajach zachodnich w latach 60. były protestem przeciwko życiu podporządkowanemu pieniądзом, karierze, posiadaniu, a kultura „wysoka” została odrzucona na rzecz upowszechniania twórczości i rozwijania ekspresji, niekoniecznie prowadzącej do dzieł wielkich<sup>2</sup>. Współcześnie młode pokolenia są socjalizowane do świata konsumpcji, który stał się dla nich światem obowiązującym, normalnym - niemającym alternatywy. Dziś młodzi ludzie żyją w przekonaniu, że trzeba „mieć, by być”, a chęć posiadania rzeczy, korzystania z dóbr materialnych przestała być wyznacznikiem orientacji materialistycznej.

---

1 E. Fromm, *Mieć czy być?*. Rebis. Poznań 1997.

2 A. Jawłowska. *Drogi kontrkultury PIW*, Warszawa 1975, zob. też. W. Adamski, *Młode pokolenie Ameryki*. PWN, Warszawa 1977

Liczy się nie tyle chęć posiadania rzeczy, co filozofia ich używania i związana z nimi ekspresja, symbolika. Postawa taka, od lat charakteryzująca bogate społeczeństwa Zachodu<sup>3</sup>, najwyraźniej zadomowiła się również w świadomości współczesnej polskiej młodzieży.

Dlaczego? Odpowiedź jest prosta: wraz ze zmianą ustrojową weszliśmy w inną rzeczywistość. Żyjemy w świecie późnego czy też nowego (nowoczesnego) kapitalizmu, w którym konsumpcja i wysoki poziom życia nie tylko zostały uznane za podstawowy wyznacznik statusu i osiągnięć ludzi, lecz także stały się prawomocnym celem funkcjonowania gospodarki i podstawową siłą napędzającą jej rozwój. W nowym kapitalizmie, a więc w rzeczywistości, która również stała się naszym udziałem, tworzenie indywidualnych potrzeb i kreowanie nowych stylów życia poprzez konsumpcję nie jest dysfunkcją, nie jest opcją do wyboru - jest zasadniczą cechą i warunkiem trwania całego systemu. Dwie dekady przemian pokazują, że konsumpcja i konsumpcjonizm stały się potężnym czynnikiem transformującym cały system społeczny<sup>4</sup>. Najważniejsze zmiany dokonały się w sferze pracy i obszarach będących jej przeciwieństwem - tj. czasu wolnego. Nowy kapitalizm „odczarował pracę” i „zaczarował konsumpcję”. Nadal wymaga od ludzi dyscypliny i odpowiedzialności w sferze wytwarzania dóbr, ale jeszcze mocniej stymuluje potrzebę przyjemności i zabawy<sup>5</sup>. To bardzo ważne z punktu widzenia okoliczności, w których dorastają ludzie młodzi. Na skutek działań marketingowych i reklamy konsumpcja przeistacza się w potrzebę, której zaspokojenie (czy raczej nieustanne zaspokajanie) staje się warunkiem (poczucia) samorealizacji. Jednocześnie różne konsumpcyjne presje nie są odczuwane jako formy ucisku - bowiem to, co obiecują, to głównie przyjemność i radość.

W społeczeństwach współczesnych, w wyniku kolonizacji codziennego życia przez wzory konsumpcji, kulturowa przestrzeń dla alternatywnej conceptualizacji „dobrego życia” została mocno zmarginalizowana<sup>6</sup>. Zmienia to zasadniczo kontekst socjalizacji młodego pokolenia, które buduje projekty własnego życia i własnej tożsamości w przestrzeni zdominowanej przez konsumpcję. Jej głównymi kreatorami są reklamodawcy i reklamy którzy na indywidualne potrzeby wyrażania „siebie” odpowiadają gotowymi do wykorzystania pakietami konsumpcyjnymi. Kluczowe znaczenie w tych procesach ma doświadczenie zapośredniczone - z zasadniczą rolą środków masowego przekazu. Uczą one stylu życia odpowiadającego pozycji społecznej i pokazują modele życia, do których każdy powinien aspirować<sup>7</sup>. Wskazówki dotyczą nie tylko obyczajów, ubioru, gustu, sposobu odżywiania się, lecz także wzorców związanych z podstawowymi rolami i obszarami życia - jak wygląda wspaniały ślub, jak być nowoczesną mamą, nowoczesnym tatą, jak funkcjonować w pracy. Sferą, która jest szczególnie wdzięcznym obiektem inspiracji, jest czas wolny. W takim

zmajoryzowanym przez konsumpcję kontekście poszukiwanie własnej tożsamości zaczyna koncentrować się wokół idei „mieć” i przeistacza się w dążenie do lansowanego stylu życia opartego na wykreowanych potrzebach.

- 3 R. Inglehart, Pojawienie się wartości postmaterialistycznych [w:] P. Sztompka i M. Kucia (red.). Socjologia. Lektury. Znak. Kraków 2005, s. 334-348
- 4 A. Appadurai, Nowoczesność bez granic, Universitas, Kraków 2005, s. 125 i n
- 5 D. Bell, Kulturowe sprzeczności kapitalizmu, PWN, Warszawa 1988, s. 111
- 6 J. Tomlinson, Cultural Imperialism. A Critical Introduction Continuum International Publishing Group 1991, s. 163,
- 7 A. Giddens, Nowoczesność i tożsamość. PWN, Warszawa 2002, s. 271

Nie ma przy tym znaczenia, czy potrzeby te są „prawdziwe” czy „sztuczne” i „fałszywe”. Generuje je reklama, która nie tylko daje poczucie, że życie jest piękne, lecz wiążąc zachowania konsumpcyjne z osobistą metamorfozą („staję się inny”), uczy akceptować określone wartości<sup>8</sup>.

Sytuacje tego rodzaju bardzo często wywołują krytyczne uwagi, zwłaszcza ze względu na kontekst dojrzewania ludzi młodych. Nie odbierając racji krytykom, nie można nie dostrzec innych aspektów. Konsumpcjonizm i wpływy rynku nie są z założenia szkodliwe. Kapitalizm z natury rzeczy promuje wolność i indywidualizm, a system rynkowy niemalże z definicji wytwarza wielość możliwości wyboru dóbr i usług. Doskonale ten punkt widzenia wyrażała niechęć Polaków do socjalizmu i nasze marzenia o „życiu jak na Zachodzie”, w którym widzieliśmy wolność, nie tylko dobrobyt. Współcześnie rola rynku nabrała jeszcze większego znaczenia. Jak zauważa Z. Bauman, stał się on głównym przeciwnikiem homogenizacji społeczeństwa, a presja kultury zorientowanej na styl życia spowodowała, że uleganie konsumpcyjnemu nałogowi stało się warunkiem sine qua non wszelkiej indywidualnej wolności, przede wszystkim zaś prawa do odmienności, do posiadania tożsamości opartej na własnych aranżacjach, znaczeniach, sensach. Poczucie wolności - rzecz podstawowa dla ludzi młodych - ma swoje mocne podstawy w możliwości wybierania i konstruowania „unikatowego siebie” w oparciu o oddolne, samodzielne nadawanie znaczeń dokonywanym przez siebie wyborom. Publicznie (odgórnie) wytwarzane przekazy są nieautentyczne do momentu, gdy nie zostaną zindywidualizowane. Liczy się to, jak sami ludzie odczuwają, odbierają i przeżywają zaaranżowaną konieczność budowania i przebudowywania własnej tożsamości. Możliwość wybierania swojego Ja, eksperymentowania z nim i możliwość „bycia w ruchu” stają się oznakami wolności. W społeczeństwie ponowoczesnym wybór jest wartością samą w sobie - sam fakt wybierania ma nawet większe znaczenie niż to, co się wybiera<sup>1</sup>. Społeczeństwo konsumpcyjne dba o to, by wybory te dotyczyły przede wszystkim stylu życia i nie zamykały się na chęci posiadania i używania przedmiotów (konsumpcja w węższym znaczeniu), lecz traktowania ich jako pretekstu do ekspresji, imaginacji, realizacji wyrastających nad nią celów (konsumpcja w szerszym znaczeniu).

W logice konsumpcjonizmu kupowanie rzeczy czy robienie z nich określonego użytku nie musi być oznaką orientacji na „mieć” (tak jak kupowanie produktów tej samej marki nie musi oznaczać tego samego stylu ubierania, aranżacji wnętrza czy spędzania czasu wolnego), ma jednak ważne stygmatyzujące znaczenie. Dziś to konsumpcja stała się zasadniczym obszarem podkreślania różnicy (własnego Ja) i swojego społecznego statusu. Kiedyś o pozycji społecznej decydowały rodzaj wykonywanej pracy, dochody, zgromadzone dobra, dzisiaj jest to styl życia. Znaczenie ma nie to, ile i jak się zarabia, ale to, ile i jak się wydaje; nie to, jak się pracuje, ale to, jak się korzysta z życia i odpoczywa. Z tej perspektywy społeczeństwo konsumpcyjne i konsumpcjonizm - tak przyjazne i atrakcyjne w swej ofercie kulturowej dla ludzi - okazują się bezwzględne, gdy idzie o społeczne skutki.

8. D. Kellner, Popular culture and the construction of postmodern identities (w) S.Lash, J.Friedman(red) Modernity and Identity. Oxford 1992. s. 163- 164
9. Z. Bauman, *Płynna nowoczesność*. Wydawnictwo Literackie, Kraków 2006, s. 129-135.

Z jego tak licznych i powszechnie lansowanych dobrodziejstw mogą korzystać ci, których na to stać. Społeczny zasięg tej grupy nietrudno określić. Podstawowy warunek przynależności do niej wiąże się z generalnym faktem posiadania pracy, nieco mniej istotny (ale wciąż bardzo ważny) z faktem posiadania odpowiedniej (tj. odpowiednio płatnej) pracy. Praca niestabilna, niskopłatna, ledwo pozwalająca na przeżycie nie daje tytułu do uczestnictwa w dobrodziejstwach społeczeństwa konsumpcyjnego.

Jak zauważa J. Seabrook, biedni i bogaci nie zamieszkują w odrębnych kulturach. Muszą żyć razem w świecie urządzonym z myślą o tych, którzy mają pieniądze<sup>10</sup>. W społeczeństwie, gdzie konsumpcjonizm z równą siłą kusi bogatych i biednych, „biedni nie mogą odwrócić wzroku, bo nie mają go gdzie odwrócić (...) Im większy wybór wydają się mieć bogaci, tym bardziej nieznośne dla pozostałych staje się życie pozbawione wyboru”<sup>11</sup>. Ta dramatyczna różnica położenia życiowych i życiowych możliwości staje się w społeczeństwach współczesnych nie tylko źródłem frustracji i względnego upośledzenia wielu grup ludzi. Znajduje ona również swój wyraz w różnego typu zachowaniach anomijnych, łamiących społeczne normy (bądź w celu osiągnięcia upragnionych dóbr, bądź wyładowania agresji i złości)<sup>12</sup>, w rosnących statystykach zaburzeń emocjonalnych (depresji i nerwic), w ucieczkach w prywatność i narcyzm<sup>13</sup>. Mimo takich konsekwencji kuszenie konsumpcją nie ustaje, a odkrycie przez system i konsekwentne potwierdzanie przez życie jej prorozwojowej siły (jako czynnika napędzającego ekonomiczny wzrost) tylko wzmacnia działania rynku podsycające nawyk „zakupomanii”. Wypada mieć nadzieję, że transformująca siła konsumpcji nie tylko do tego nawyku ograniczy swoje wpływy. Młode pokolenie - z definicji poszukujące i niedosłowne - już dziś demonstruje zachowania wykraczające poza wąsko rozumianą konsumpcję. Widać to w innych postawach wobec pracy, czasu wolnego, w innym stosunku do rzeczy i do pieniędzy. Jak na razie dotyczą one przede wszystkim najlepiej wykształconych i najlepiej sytuowanych grup, które odczuwają najniższy poziom deprivacji. Reprezentujący niższy kapitał kulturowy i skazani na niższe statusy długo jeszcze będą zabiegać o materialne dobra, które będą traktować jako miernik własnej wartości.

Nasze analizy zaczniemy od ewolucji i specyfiki zachowań konsumpcyjnych ludzi młodych, mając na myśli konsumpcję (w węższym znaczeniu tego słowa), by - w dalszej kolejności - przejść do wskazania na jej szersze odniesienia i sensy (czas wolny, obszary poszukiwania i kreacji własnego Ja).

10 Seabrook, *The Race for Riches: The Human Costs of Wealth*, Marshall Pickering, Basingstoke 1988, s. 168-169

11 Z. Bauman, op. cit, s. 137

12 K. Szafranec, *Anomia okresu transformacji a orientacje normatywne młodzieży* Perspektywa między-generacyjna [w:] J. Mariański (red.), *Kondycja moralna społeczeństwa polskiego*, Wyd. WAM i Komitetu Socjologii PAN, Kraków 2003.

13 Nadmierna koncentracja na sobie, nieustanne poszukiwanie własnej tożsamości stanowią przedmiot udręki wielu młodych ludzi we współczesnych społeczeństwach konsumpcyjnych. Zdaniem R. Sennetta ma to swoje źródło w fakcie, że sfera publiczna jest „martwa” - zob. R. Sennett, *Fall of Public Man*, Cambridge, Cambridge University Press 1977; zob. też: H.A. Giroux, *The Abandoned Generation. Democracy beyond the Culture of Fear*. Palgrave Macmillan, New York 2003. Szerzej o tym w rozdziale następnym - o zdrowiu.

## 7.2. Ewolucja i specyfika zachowań konsumpcyjnych młodzieży

Dwudziestoletni okres istnienia gospodarki rynkowej w Polsce nie oznacza dwudziestu lat istnienia społeczeństwa konsumpcyjnego, mimo to Polacy, zwłaszcza młodzi, bardzo szybko uczą się konsumpcyjnych zachowań. Wiele badań odnotowuje, że młodzi stanowią coraz bardziej liczącą się grupę nabywców. Obserwując ich potrzeby i zachowania, ekonomiści mogą być spokojni o mechanizm napędzania rozwoju gospodarczego poprzez konsumpcję. Jednocześnie zestawienie tych aspiracji i potrzeb z możliwościami nabywczymi ludzi młodych już takich optymistycznych wniosków formułować nie pozwala. W młodym pokoleniu odradzają się i pogłębiają społeczne nierówności. Podział na tych, którzy mają pracę i mogą korzystać z dobrodziejstw społeczeństwa konsumpcyjnego oraz

tych, którzy nie mają pracy lub mało zarabiają, przez co ich udział w konsumpcji jest bardzo ograniczony, ukazuje ważne linie społecznych napięć i potencjalne źródła wielu problemów i wielu zachowań problemowych ludzi młodych, dla których punktem odniesienia ich potrzeb i aspiracji konsumpcyjnych nie są standardy własnej grupy społecznej, lecz wzorce kreowane przez media i reklamę. Mechanizm ten sprawia, że w społeczeństwie konsumpcyjnym nie tylko łatwo wywołać efekt „szczęśliwości”, lecz jeszcze łatwiej wygenerować poczucie deprivacji i upośledzenia. Realna poprawa poziomu życia zawsze będzie słabiej odczuwana, bo porównywana ze standardami z wyimaginowanej (reklamowej czy serialowej) półki. Warto o tym pamiętać, gdy przystępuje się do analizy społecznych odczuć.

Interesująca nas kategoria młodych konsumentów obejmuje zarówno niesamodzielną finansowo i ograniczoną decyzyjnie kilkunastoletnią młodzież (uzależnioną w swych zachowaniach konsumpcyjnych od możliwości finansowych własnych rodziców), jak i młodych dorosłych, którzy nominalnie (choć nie zawsze faktycznie) dysponują własnymi przychodami i prowadzą samodzielne gospodarstwa domowe. Tak duża rozpiętość wiekowa sugeruje nie tylko duże zróżnicowanie zachowań konsumenckich, lecz także różny ich styl, wynikający z niejednorodnych doświadczeń w obcowaniu z wolnym rynkiem. Porównanie zachowań konsumenckich młodzieży w różnych okresach funkcjonowania wolnego rynku w Polsce pokazuje, jak duże zmiany następują w tej sferze<sup>14</sup>.

W początkowym okresie transformacji systemowej wartości konsumpcyjne były jeszcze słabo zarysowane, a własna przyszłość i styl życia młodzieży widziane były jako prosta kontynuacja drogi rodziców. To podstawowy powód, dla którego aktywność rynkowa młodych była ograniczona. Ale były też inne - małe zdolności nabywcze młodzieży (kieszonkowe mieli nieliczni, praca zarobkowa była bardzo rzadko praktykowana), decydentami byli rodzice (młodzi co najwyżej inicjowali zakupy i doradzali), oferta rynku uboga i niekierowana do młodych. Po kilku latach transformacji ukształtowały się pierwsze zauważalne granice obszarów pokoleniowej aktywności rynkowej - malała decyzyjność rodziców, rosła podatność młodzieży na coraz bardziej ekspansywną reklamę, umacniała się jej inicjująca i doradcza rola w zakupach domowych.

---

<sup>14</sup> A. Olejniczuk-Merta, Młodzi konsumenci w procesach transformacji rynkowej, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2009, s. 214

Młodzi konsumenci, zdobywając z każdym rokiem coraz większe doświadczenie rynkowe, stawali się bardziej wymagający. W rezultacie ich zachowania na rynku cechowała większa dojrzałość, wyższy poziom wiedzy i doświadczeń.

Po pierwszej dekadzie przemian nastąpiły istotne przeobrażenia w zachowaniach rynkowych młodzieży. Trzykrotnie wzrósł udział młodych konsumentów posiadających własne zasoby pieniężne (do 78%). Zwiększyła się ich rola nie tylko w inicjowaniu czy doradzaniu, lecz również w decydowaniu i finansowaniu zakupów (31-34% kupujących samodzielnie). Postawy wobec reklam i komunikacji marketingowej stały się bardziej wymagające i krytyczne, kryteria zakupu bardziej racjonalne. Wzrósł, generalnie, poziom edukacji rynkowej młodzieży, a jej zachowania zaczęły się upodabniać do zachowań rówieśników z krajów o bardziej rozwiniętej gospodarce rynkowej. W przeciwieństwie do lat wcześniejszych osłabieniu uległ trend powszechnej pogoni za marką i modą - zaczął go zastępować proces stopniowej indywidualizacji zachowań konsumenckich.

Aktualnie młodzież stanowi aktywną, kreatywną, otwartą na nowości i coraz bardziej zasobną grupę nabywców. Nie tylko wzrosły kwoty kieszonkowego. Dziś w znacznie szerszej skali otrzymuje je młodzież ze wszystkich grup rodzin - i tych zasobnych (69%), i tych, gdzie sytuacja finansowa jest przeciętna lub zła (43%). Praca dorywcza staje się normą. W okresie wakacyjnym pracuje co trzeci nastolatek<sup>13</sup>. Co czwarty młody Polak korzysta z własnego konta bankowego, a 45% chciałoby je mieć. Aspiracje konsumpcyjne



młodych pobudza dostosowana do ich potrzeb i typu wrażliwości reklama - coraz częściej odchodząca od dosłowności, nachalności, konkretnych skojarzeń w kierunku przekazu otwartego, zadanego do interpretacji i oceny. Z telewizorów i billboardów przenosi się ona do Internetu, gdzie młodzi stają się współtwórcami interaktywnych przekazów marketingowych, które są skuteczniejsze, bo nienarzacane. Ofensywa rynku, większa samodzielność finansowa młodych i ich bogatsze doświadczenie rynkowe sprawiają, że stają się oni coraz bardziej samodzielni zakupowo. Powiększają się również obszary ich wpływu na zakupy domowe. Już jako młodzi nabywcy są doświadczonymi klientami i konsumentami, zachowują się nowocześnie, odważnie, są otwarci na innowacje (domena doradztwa i kompetencji konsumenckich młodych to sprzęt high-tech, turystyka oraz motoryzacja, domena samodzielności - odzież, obuwie, kosmetyki)<sup>16</sup>.

W efekcie dwudziestu lat przemian zachowania rynkowe młodych z naśladowczych stały się samodzielne i nabrały własnej specyfiki. Zdradzają one skuteczną ekspansję konsumpcjonizmu, pasję do nowych technologii, dominację motywów hedonistycznych, indywidualizację potrzeb i dążeń młodzieży, co ma swoje źródło w uznawanych przez nią wartościach, stylu życia i dużej gotowości do inwestowania we własny rozwój. Jeśli nie pogorszy się zasobność rodziców, młodzi konsumenci będą coraz aktywniejszą grupą na rynku, zwłaszcza w zakresie usług internetowych, telefonii komórkowej, edukacyjnych i związanych z zagospodarowaniem czasu wolnego<sup>17</sup>.

Nie wydaje się przy tym, by ewolucja tych zachowań dowodziła jakiegoś szczególnego przywiązania młodych do rzeczy i pieniędzy. Sposób ich traktowania nie tyle przemawia za tezą o materializmie współczesnej młodzieży i jej orientacji na „mieć”, co o szczególnym związku konsumpcjonizmu ze stylem życia, który kształtuje nowy rodzaj orientacji: „mieć, by być”. Jej duża motywująca siła sprawia, że aspiracje konsumpcyjne stają się podstawowym motorem aktywności życiowej ludzi młodych. Są też źródłem frustracji, jeśli możliwości nabywcze są niewspółmierne w stosunku do potrzeb. W sytuacji takiej jest większość Polaków, niemniej młodzi, ze względu na kontekst dorastania, odczuwają ją w bardziej dotkliwy sposób.

---

15 B. Wciórka, Wakacje uczniów, CBOS. Warszawa 2010, s. 9.

16 Olejniczuk-Merta, op cit., s. 237 i n.; zob. też: 3. Czarnaek, Polscy single jako konsumenci: dziś i jutro, „Acta Universitatis Lodziensis”, Folia Oeconomica 231/2009

17 A. Olejniczuk - Merta, op.cit, s. 208 -247

### **7. 3. Konsumpcja na własną rękę - gospodarstwa domowe młodych**

Jeszcze w 2006 roku dochody młodych Polaków były niższe niż średnia dla ogółu społeczeństwa<sup>18</sup>. W ostatnich latach rosną one szybciej niż średnia, co może wynikać z wchodzenia na rynek pracy pokolenia zdecydowanie lepiej wykształconego, które podejmuje pracę wymagającą wyższych kwalifikacji i lepiej płatną, ale też z wielości form i miejsc zatrudnienia sumujących się w większe dochody, czy lepszej kondycji gospodarki. Niemniej sytuacja materialna młodych jest napięta i zmusza do wielu wyrzeczeń. Są na początku własnej życiowej drogi - zaczynają kariery, zakładają rodziny, mają większe aspiracje i oczekiwania, są bardziej niecierpliwi, a jednocześnie ich pozycja na rynku pracy jest trudna, chwiejna i niepewna.

Szczególnie trudno jest tam, gdzie są dzieci. Dane potwierdzają potoczne opinie młodych, że w Polsce posiadanie dzieci z ekonomicznego punktu widzenia w ogóle się nie opłaca. Już jedno dziecko czyni różnicę, a im więcej dzieci tym swoboda finansowa mniejsza. Najlepsza sytuacja jest w jednoosobowych gospodarstwach domowych i wśród małżeństw bez dzieci - ich dochody przeliczeniowe są trzykrotnie wyższe niż w rodzinach z dwójką dzieci i ponad czterokrotnie wyższe niż w rodzinach z trójką dzieci. Może to być nie tylko kwestia kosztów wychowania dzieci, ale i różnych wzorów dietności w rodzinach o niższym i wyższym statusie.

18. A Olejniczuk-Merta. Uwarunkowania rozwoju społeczno-zawodowe; aktywności ludzi młodych. IBRKiK, Warszawa 2008.

19. Suma bieżących dochodów gospodarstwa domowego z poszczególnych źródeł pomniejszona o zaliczki na podatek dochodowy oraz o składki na ubezpieczenie społeczne i zdrowotne. W skład dochodu rozporządzalnego wchodzi dochody pieniężne i niepieniężne (np. z własnej działalności rolniczej lub pozarolniczej)

Przysłowiowe „wiązaną końca z końcem”, czyli radzenie sobie na poziomie zaspokajania podstawowych potrzeb, częściej udaje się młodym gospodarstwom domowym, nie tylko za sprawą wyższych przeciętnie dochodów niż średnia dla ogółu społeczeństwa, lecz również dzięki większej operatywności i innej życiowej postawy bardziej optymistycznej i przebojowej; (młodzież nazywa to „do przodu”).

Mimo to ponad połowie młodych „wiązaną końca z końcem” przychodzi: trudnością. Szczególnie często sytuacje tego rodzaju mają miejsce w przypadku samotnych rodziców z dziećmi i rodzin wielodzietnych. Najlepiej radzą sobie małżeństwa bez dzieci, lepiej nawet niż single, stanowiący zasadniczy skład 1-osobowych gospodarstw domowych. Tylko małżeństwa bez dzieci mają poczucie, że ich realne (rozporządzalne) dochody są powyżej progu, który można by uznać za niewystarczający.

Wszystkie pozostałe młode gospodarstwa domowe dysponują dochodami poniżej tego progu, lecz wszystkie - z wyjątkiem rodziców samotnie wychowujących dzieci - dochodami rozporządzalnymi zbliżają się do poziomu uznanego za dobry (poziom 4 tys. zł). Próg w pełni satysfakcjonujący, uznany za bardzo dobry, większość rodzin - z wyjątkiem rodziców samotnie wychowujących dzieci, których oczekiwania są najskromniejsze - ustanawia na poziomie 6 tys. zł.

Określony w ten sposób pułap pokazuje dystans pomiędzy sytuacją, w jakiej obecnie się znajdują młode gospodarstwa domowe, a stanem dla nich pożądanym. Jest on duży - to miesięcznie 2 tys. zł, co oznacza, że dochody młodych Polaków, aby mogły zostać uznane za satysfakcjonujące, musiałyby wzrosnąć średnio o tysiąc złotych netto. Niewiele niższe (średnio o kilkaset złotych) są oczekiwania ogółu rodzin w Polsce. Zestawienia te pokazują nie tyle poziom frustracji Polaków (poziom 6 tys. zł jest wszak poziomem „szczęśliwości”), co skalę aspiracji i konsumpcyjnych potrzeb, które są realnie odczuwane, i są duże zwłaszcza u ludzi młodych. Niektóre z tych potrzeb ulegają ograniczeniu (jak np. żywność), inne (jak wydatki na sprzęt high-tech czy czas wolny) bronią swojej pozycji, jeszcze inne (użytkowanie mieszkania, spłaty kredytów) są nie do uniknięcia, „sztywne”.

Porównanie wydatków młodych i starszych gospodarstw domowych ujawnia ich nieco inną strukturę. Podstawowe pozycje - wydatki na mieszkanie i żywność - są mniejsze u ludzi młodych. Wynika to, z jednej strony, z gorszych warunków mieszkaniowych, w jakich żyją (decydują się na mieszkania o mniejszym metrażu, nieco niższym standardzie lub mieszkają u rodziców), z drugiej zaś z oszczędności, jakie mogą czynić na jedzeniu (spożywają mniejsze ilości, zawężają asortyment, kupują towary z niższej półki, wybierają tańsze sklepy). Jedzą mniej, taniej, ale i - czasami - ciekawiej (są kulinarnie bardziej otwarci). Wydają również mniej na zdrowie, co raczej wynika z wieku niż z oszczędności. Na wszystkie pozostałe potrzeby młodzi wydają więcej - począwszy od tych, które udogadniają życie (transport, wyposażenie mieszkania), poprzez te, które je uprzyjemniają (czas wolny, markowa odzież), a skończywszy na inwestycjach w przyszłość (edukacja).

Wyposażenie młodych gospodarstw domowych w sprzęt high-tech, a zwłaszcza w elektronikę użytkową, potwierdza szczególne przywiązanie ludzi młodych do nowoczesnych technologii. W opinii połowy spośród nich posiadanie najnowocześniejszych urządzeń z elektroniki użytkowej świadczy o wysokiej stopie życiowej i dostarcza dużej satysfakcji rodzinie. W odniesieniu do sprzętów gospodarstwa domowego oraz audiowizualnych już tylko 30% uważa, że należy zmieniać wyposażenie, aby nadążyć za postępem, a posiadanie dóbr nowoczesnych uważają za konieczność we współczesnym świecie<sup>20</sup>.

Potrzeby te są równie silne, a może nawet silniejsze w gospodarstwach domowych z dziećmi. Ich obecność najwyraźniej podnosi aspiracje konsumpcyjne rodziny w zakresie sprzętu elektronicznego i audiowizualnego, który nie ma bynajmniej charakteru kolekcjonerskiego. Jakkolwiek w domach ludzi młodych jest dużo rzeczy, a oni sami lubią mieć takie, których inni mogliby im pozazdrościć (według *Diagnozy Społecznej'2009'* jest to 33% Polaków w wieku 18-29 lat), nie lubią kupować takich, które nie mają praktycznego zastosowania (87%). Ich decyzje konsumpcyjne dostosowane są do potrzeb rodziny. Tam, gdzie dzieci są małe, pojawia się zapotrzebowanie na sprzęt audio-video, dobrej jakości aparaty fotograficzne, kamery - radość narodzin i posiadania dziecka, jego rozwój muszą zostać uwiecznione. Gdy dziecko dorasta, telewizor czy inny sprzęt odtwarzający obrazy staje się pierwszym medium poszerzającym horyzonty poznawcze dziecka, wprowadzającym je w nieznaną świat. Komputer, połączenie z Internetem i inne związane z nowoczesną komunikacją urządzenia to najczęstsze własne potrzeby. Do tego dochodzą sprzęty pozwalające na oszczędność czasu, podnoszące funkcjonalność domu i estetykę wnętrza, które też warto nabyć.

Wszystko to sprawia, że budżety domowe ludzi młodych są bardzo napięte. Ogólna ocena sytuacji materialnej różnicuje się w zależności od statusu społeczno-ekonomicznego, poziomu wykształcenia i biologicznego typu rodziny. Unia społecznych podziałów przebiega pomiędzy tymi, którzy dysponują własnością i/lub wyższym wykształceniem (przedsiębiorcy, specjaliści i menadżerowie, rentierzy, pracujący na własny rachunek), a tymi, którzy nie mają wysokich kwalifikacji i ich pozycja na rynku pracy jest niska.

---

20. Olejniczuk-Merta, *Uwarunkowania rozwoju...*, s. 64-65

(utrzymujący się z gospodarstwa rolnego, zatrudnieni na stanowiskach robotniczych) lub marginesowa (niepracujący). Obecność dzieci wprowadza jeszcze większe zróżnicowania i istotnie obniża materialny komfort życia.. Jednocześnie z powodu dzieci rodzice aktywizują się na rynku pracy i konsumpcyjnie, aby zapewnić im odpowiednie warunki życia, zdrowia, nauki czy wypoczynku.

Mimo dotkliwych napięć, jakie pojawiają się między potrzebami i aspiracjami życiowymi, młodzi korzystniej oceniają materialne warunki swoich gospodarstw domowych niż starsi Polacy. Oceny pozytywne dotyczą częściej niż co trzeciej młodej rodziny (35,4%), oceny negatywne co ósmej (12%). W starszych gospodarstwach domowych oceny pozytywne są rzadsze - dotyczą co czwartej rodziny (24%), a oceny negatywne częstsze - dotyczą co piątej rodziny (20%).

Ogólny obraz jest więc per saldo korzystniejszy dla młodych. Zapewne mają w tym swój udział rodzice zasilający mniej lub bardziej systematycznie gospodarstwa domowe usamodzielniających się dzieci (dane GUS jednak tego nie odnotowują, podobnie jak inne badania monitorujące sytuację dochodową Polaków). Mimo pozytywnego trendu, dominantą są przeciętne warunki życia, charakteryzujące połowę młodych gospodarstw domowych. Aspiracje konsumpcyjne są równie duże, lecz wiele potrzeb musi być redukowanych lub odkładanych na później. Jednym ze sposobów przyspieszenia ich realizacji (poza oszczędnościami) jest system rat i kredytów, z których chętnie korzystają wszyscy Polacy, w tym również ludzie młodzi. Forma i wysokość pożyczanych pieniędzy są bardzo różne, w przypadku banków zależne od zdolności kredytowej klienta. Tę przede wszystkim mają osoby zatrudnione na „odpowiednich” warunkach, czyli na stałe.

Według danych NBP na początku 2011 roku łączna kwota pożyczek konsumpcyjnych Polaków wynosiła 141,3 mld zł i oznaczała powstrzymanie rosnącego trendu

zadłużeniowego w stosunku do lat poprzednich. Wyjątek stanowią tzw. debety na koncie, których wartość po pewnym spadku się powiększyła (do 11,5 mld zł, nie przekraczając jednak poziomu z końca 2010 roku, co sugeruje również ostudzenie zapędów Polaków do nadmiernej konsumpcji w niepewnych czasach)<sup>21</sup>. Równolegle od kilku lat rośnie liczba dłużników nieregulujących terminowo swoich zobowiązań wobec banków i rośnie kwota niespłaconego zadłużenia. W maju 2011 roku zaległe płatności Polaków wynosiły 30,89 mld zł, czyli ponad jedną piątą ogólnej kwoty zadłużenia<sup>22</sup>. W ciągu roku zaległe zadłużenie Polaków wzrosło o 62%, a średnie zaległe zadłużenie o 71% (do 14 702 zł). Liczba klientów, którzy zalegają z płatnością zobowiązań wynosi 2,1 mln (wzrost w ciągu roku o 87%). Stanowią oni 5% ogółu kredytobiorców. Wśród nich największe ryzyko wiąże się z osobami w wieku 30-39 lat.

Najczęściej nie są spłacane kredyty drobne, do 10 tys. zł, na zakup różnego rodzaju sprzętu. Nie ma takich problemów w przypadku dużych kredytów, w tym zaciąganych na cele mieszkaniowe, które zazwyczaj zabezpieczone są hipoteką<sup>23</sup>. W związku z dużymi potrzebami mieszkaniowymi wśród ludzi młodych niemałym zainteresowaniem cieszył się wspierany finansowo przez rząd program „Rodzina na swoim”. Od 2007 do I kwartału 2011 roku w ramach tego programu udzielono 97 816 kredytów na łączną wartość 17,4 mln zł. Młodzi ludzie poniżej 35 r.ż. stanowili 77,2% beneficjentów programu.

Średnia wartość kredytu wynosiła 232 tys. zł w miastach wojewódzkich (skąd rekrutowała się przeszło jedna czwarta kredytobiorców) i 163 tys. zł w odniesieniu do kredytobiorców spoza największych miast. Ponad połowa wartości kredytów (53%) przeznaczona została na zakup mieszkań na rynku wtórnym, na rynek pierwotny skierowana została prawie trzecia ich część (30%). Kredyty wzięte na budowę domu jednorodzinnego, o którym marzy 55% młodych Polaków, stanowiły 15% ich ogólnej wartości.

Zrazu niewielkie zainteresowanie kredytem na początku działania programu, gwałtownie zwiększyło się w 2009 roku. Rok 2010 to dalszy wzrost aktywności programu,

---

21. Zadłużenia i oszczędności Polaków w 2011 NBP, Warszawa, 25 lutego 2011.

22. InfoDług 2011. Ogólnopolski raport o zaległym zadłużeniu i klientach podwyższonego ryzyka. BIG InfoMonitor, Warszawa, maj 2011

23. Ibidem, s 14

związany z włączaniem się coraz większej liczby kredytobiorców do puli przydzielonych kredytów, uwzględniającej przelicznik metra kwadratowego w danym regionie. Wskutek tego od 2009 roku programem mogły być objęte coraz droższe mieszkania. Zapowiedź wygaszania programu spowodowała wzrost liczby przyznawanych kredytów, w których wkład własny wynosi jedynie 20% wartości nieruchomości. W efekcie ponad połowa kredytów hipotecznych jest przyznawana osobom z bardzo małym wkładem własnym<sup>24</sup>. Zwiększa się także liczba kredytów z długim okresem kredytowania, wynoszącym 25-35 lat; stanowią one około 60% wszystkich przyznawanych kredytów hipotecznych<sup>25</sup>.

Niewielki wzrost wartości kredytów na zakup mieszkań poza programem „Rodzina na swoim” w 2010 i 2011 roku, przy ciągle dużym zapotrzebowaniu ludzi młodych na mieszkania, sugeruje, że preferencyjne kredyty są bardzo potrzebne, jednak ich aspekty formalno-prawne i finansowe działają hamująco – zarówno wobec

---

24 H. ochalska, *Niski wkład coraz popularniejszy, ale drogi*. Bankier.pl. Open Ftnance. <http://www.bankier.pl/wiadomosc/Niski-wklad-coraz-popularniejszy-ale-drogi-2319861.html> (strona pobrana 23 czerwca 2011 r).

25. *Raport AMRON-SARFiN Ogólnopolski raport o kredytach mieszkaniowych i cenach transakcyjnych nieruchomości* 1/2011 marzec 2011, Związek Banków Polskich, s. 12.

państwa, jak i potencjalnych beneficjentów. Zasady udzielania kredytu preferencyjnego nie uwzględniają np. faktu, że w Polsce, podobnie jak w całej Europie, formalnie zawarte małżeństwo nie jest wśród ludzi młodych rozwiązaniem większościowym, że bardzo często żyją oni w związkach nieformalnych, w pojedynkę, a jeszcze częściej z rodzicami.

Oddzielną kwestią są problemy mieszkaniowe tych młodych, których nie stać na rozwiązanie własnych problemów mieszkaniowych z pomocą banków, ponieważ w związku z tymczasowym charakterem zatrudnienia nie posiadają oni zdolności kredytowej. Trudno nie zauważyć, że system kredytowy, wymyślony w nowoczesnym, nastawionym na konsumpcję kapitalizmie po to, by w konsumpcji tej mogli uczestniczyć również ci, których nie stać na zakup dóbr i usług z bieżących dochodów, wyklucza z tego rynku ponad połowę bardzo dynamicznego i konsumpcyjnie zorientowanego pokolenia. Z perspektywy banków zachowanie takie wydaje się nadmiernie ostrożne, a w kontekście poprawiającej się sytuacji dochodowej ludzi młodych dalece nieracjonalne.

Nie zmienia to faktu, że rynek dóbr i usług, bardzo dynamicznie rozwijający się w Polsce i różnorodny, stwarza zupełnie nowy kontekst socjalizacyjny i odmienia życie młodego pokolenia. Spośród różnych możliwości, jakich dostarcza, jednoznacznie spełnia jedną rolę - namawiając do konsumpcyjnego stylu życia, przede wszystkim zachęca do nabywania oferowanych dóbr i usług. Posiadanie rzeczy jest - z jednej strony - oczywiste i naturalne dla ludzi młodych, z drugiej zaś, ze względu na narzucone kulturowo kryteria wartościowania - ma pozycjonujący społecznie charakter. Wyzwała to ogromną energię młodych, którzy najpierw inwestują w wykształcenie, by zapewnić sobie dobrą pracę, a następnie korzystają z bogatej oferty konsumpcyjnej, aby poczuć sens długoletnich inwestycji we własny rozwój. Z różnych względów aktywność konsumpcyjna młodych Polaków jest większa niż w starszym pokoleniu. Nie nosi ona znamion konsumpcji bez opamiętania, chociaż lubi bywać konsumpcją na pokaz. Nie może w niej uczestniczyć na poziomie uznanym za zadowalający połowa pokolenia, co może być czynnikiem frustrującym, choć niekoniecznie generującym konflikt. Wiele zależy od kontekstu i perspektyw rozwojowych, w tym od perspektyw na rynku pracy i od stworzenia mechanizmów mobilizujących młodych do wpływania na kształt życia społecznego, którego poczuli się współkreatorami.

#### 7.4. Czas wolny - zmiana znaczenia i formy aktywności

Czas wolny, zarówno w związku z rosnącym znaczeniem konsumpcji jako stylu życia, jak i ze zmianami znaczenia pracy (jako dobra trudno dostępnego i eksploatującego emocjonalnie, czasowo), stał się przestrzenią, w której ludzie nie tylko regenerują siły i odpoczywają. Stał się przestrzenią, w której chcą podkreślać swoją odrębność bądź przynależność do określonego społeczno-kulturowego świata. Stał się manifestacją stylu życia jako przestrzeni wolności. Subiektywnie więc jest bardzo ważny. Trudno przesądzać, czy dla ludzi młodych ważniejszy niż dla starszych pokoleń. O ile starsi w czasie wolnym szukają wytchnienia od obowiązków lub okazji do smakowania własnego statusu, o tyle dla młodych ma on przede wszystkim walor kreacji i manifestacji „siebie”, niezależnie od tego, czy jest spędzany razem (z innymi), czy osobno.

Mówiąc o czasie wolnym, mamy najczęściej na myśli całokształt zajęć, którym ludzie oddają się całkowicie z własnej woli (dla wypoczynku, rozrywki, rozwijania zainteresowań i pasji, bądź większego uczestnictwa społecznego) po wyzwoleniu się z rozlicznych obowiązków (zawodowych, szkolnych, domowych). Młodzi ludzie spędzają czas bardzo różnie, choć nie w tak przemyślany sposób jak dorośli, którzy nadają mu specjalny status, obchodzą się z nim jak z dobrem szczególnym (nawet wtedy, gdy go marnują czy „zabijają” czymkolwiek). Dla

młodych jest on bytem naturalnym i pierwotnym, w którym dorastają, rozwijają się, dojrzewają, którego nie chcą opuścić. Zabieganie o jak najdłuższe pozostawanie w fazie młodości jest zabieganiem o czas, w którym poszukuje się najlepszych rozwiązań dla siebie na przyszłość. To w czasie wolnym testuje się własne zainteresowania, partnerów, muzyczne gusta, talenty, przyjaciół, różnego typu aktywności życiowe. Dla sprostania takiemu wyzwaniu sposób spędzania czasu wolnego nie może być narzucany czy kontrolowany przez innych. W czasie wolnym z własnej nieprzymuszonej woli, mniej lub bardziej refleksyjnie eksperymentuje się z własnym Ja i różne - nie zawsze pożądane - eksperymenty muszą mieć wtedy miejsce. Wejście w dorosłość to wejście w obowiązki i drastyczna odmiana trybu życia - z dotkliwie zmniejszającą się ilością czasu wolnego. Według badania Eurobarometr niemal we wszystkich krajach UE czas wolny ludzi młodych w wieku 15-19 lat stanowi 20% ich całkowitego czasu. Po przekroczeniu 30. r.ż. jego ilość wyraźnie się zmniejsza (mniej więcej o jedną czwartą), co wynika z nagłego przyrostu obciążeń związanych z obowiązkami domowymi i rodzinnymi.

Głównymi rodzajami aktywności ludzi młodych w czasie wolnym są: uprawianie sportu (spacer, przejażdżki rowerem i inne) oraz wychodzenie z przyjaciółmi - by potaćzyć, wypić albo zjeść (odpowiednio 45% i 40%). Czytanie dla przyjemności jest wśród młodzieży znacznie mniej popularne (25%)<sup>27</sup>.

---

26. Pytanie brzmiało: Co regularnie robisz w swoim czasie wolnym? Odnotowano wszystkie wskazania.

Korzystanie z Internetu, sprzętu video i oglądanie telewizji jako zasadnicza aktywność w czasie wolnym absorbuje jedną piątą młodzieży. Słuchanie muzyki czy pójście do kina to zajęcia cieszące się popularnością u 15% młodych ludzi. Pomaganie w domu (10%) i chodzenie na zakupy (7%), podobnie jak praca zarobkowa (niespełna 5%), zajmują czas nielicznym. Regularny, pochłaniający większość czasu wolnego udział w pracach różnych organizacji (sportowych, kulturalnych, młodzieżowych, lokalnych) deklaruje tylko 2% młodych w wieku 15-30 lat<sup>28</sup>.

W tak określonym profilu czasu wolnego mieszczą się również zachowania młodych Polaków, przy czym nastolatki więcej czasu poświęcają na kontakty społeczne, w tym przede wszystkim na spotkania z przyjaciółmi<sup>29</sup>. Więcej też czasu spędzają na oglądaniu telewizji, słuchaniu muzyki czy - zwłaszcza - na korzystaniu z Internetu. Czytelnictwo książek pozostaje w tyle za odbiorem dźwięku i obrazów (rys. 7.14). W erze elektronicznych mediów i technicyzacji kultury jest to zjawisko, któremu z uzasadnionych powodów należy się pilnie przyglądać. Jakkolwiek nowe narzędzia pozyskiwania wiedzy o świecie i nowe środki pobudzania wyobraźni dostarczają nieprzebranych możliwości i są bardziej atrakcyjne dla młodzieży, to czytelnictwo o wiele skuteczniej niż myszka i pilot umożliwia utrzymanie więzi z kulturą i światem.

Dane na kolejnym rysunku ujawniają, że Polacy czytają rzadziej i mniej intensywnie niż wynosi średnia dla UE. Znajdujemy się w grupie krajów, gdzie liczba nieczytających w ciągu ostatnich 12 miesięcy poprzedzających badanie jest większa od czytających.

---

27 Potwierdzeniem tego faktu są także wyniki badania CBOS *„Bilans aktywności kulturalnej Polaków w roku 2009i*, w którym 45% ogółu badanych wskazało, iż w minionym roku przeczytało książkę dla przyjemności wiele razy lub kilka razy. Jest to nieomal dwukrotnie wyższy odsetek niż w przypadku preferencji osób w wieku 15-30 lat. Por *Strategia Rozwoju Kapitału Społecznego 2011-2020. Diagnoza* (projekt). Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Warszawa 2011, s. 67.

28 *EU Youth Report*, European Communitities 2009, s. 76-77 W tym miejscu warto również zwrócić uwagę na kontekst społeczno-politycznej bierności młodzieży. Szerzej na ten temat w rozdziale 8

29. J. Kurzępa, Raport Fanty *„Pokolenie nadziei, czyli współczesny nastolatek, sprawy, które są dla niego ważne, i świat, w którym się obraca*, SWPS i Coca Cola Poland, Wrocław 2010

Nie jest to tak duża luka jak w krajach południowo-wschodniej Europy, ale daleko nam do większości europejskich krajów, gdzie odsetki czytających są 2-3 razy większe, a nieczytających 2-3 razy mniejsze.

Nawyk czytania jest związany ze statusem rodziny, a zwłaszcza z jej kapitałem kulturowym. Brak przykładu w rodzinie jest podstawowym czynnikiem decydującym o niewykształceniu nawyku u młodzieży. Tym większa rola edukacji (przedszkolnej, szkolnej) w jego pobudzaniu i podtrzymywaniu. Tym większa waga lektur szkolnych, które winny mieć zachęcający do czytelnictwa, nie zniechęcający charakter. Tymczasem ani „Krzyżacy”, ani „Nad Niemnem” czy „Ludzie bezdomni”, należące do kanonu szkolnego, to nie są ani porywające lektury, ani takie, które pozwalają lepiej rozumieć otaczający młodych świat.

### **Uczestnictwo w wydarzeniach sportowych i aktywność sportowa**

Sport stał się współcześnie ludycznym widowiskiem, angażującym emocje masowe. Mimo to więcej niż połowa obywateli UE w wieku 16-24 lata nie uczestniczyła w żadnym wydarzeniu sportowym w ostatnim roku. W Polsce i w kilku innych krajach (m.in. Szwecji, Niemczech, Wielkiej Brytanii) ma to miejsce stosunkowo często (ponad 20% młodych ludzi deklaruje, że uczestniczyło w ostatnim roku w wydarzeniach sportowych). Bezpośredni udział w widowisku wypierają relacje telewizyjne, dające komfort bliskości i bezpieczeństwa, z dala od zagrożeń, jakimi nierzadko epatuje widowia stadionowa.

W kontekście widowisk sportowych własna aktywność sportowa schodzi na plan dalszy. Czas wolny ludzi młodych częściej wypełniają formy bierne<sup>30</sup>. Sprzyja temu zarówno zafascynowanie nowymi mediami cyfrowymi, upodobanie do biesiadnych spotkań towarzyskich, jak i brak odpowiedniej infrastruktury. W badaniu Eurobarometru z 2008 roku Polska w ocenie lokalnej oferty sportowo-rekreacyjnej zajęła w grupie państw UE trzecie miejsce od końca. W ocenie zaangażowania władz lokalnych w stwarzanie warunków dla aktywności fizycznej mieszkańców wyznaczyliśmy sobie ostatnie miejsce.

---

30. Aktywność turystyczna młodzieży. Departament Turystyki, Warszawa, 28 lipca 2010.

Trudno powiedzieć, co jest pierwsze - czy brak ukształtowanych potrzeb i nawyków, czy braki w infrastrukturze. Inicjatywa budowy „Orlików”, boisk sportowych dla młodzieży oraz zainteresowanie nimi ze strony młodzieży pokazuje, jak ważna jest jednak dostępność obiektów, instruktorów i akcji propagujących aktywność fizyczną wśród dzieci i młodzieży dla kształtowania określonych nawyków i potrzeb. Nie dysponujemy dokładnymi danymi dotyczącymi aktywności fizycznej ludzi młodych. Istniejące opracowania są albo cząstkowe, albo (jak dane GUS) dotyczą ogółu społeczeństwa. Młodzi, chociaż to oni głównie uprawiają aktywność ruchową, nie są grupą wyodrębnianą przez statystyki. W rezultacie specyfika młodzieżowa jest ukryta w obrazie bardziej ogólnych tendencji, chociaż na podstawie tych samych danych wiadomo, że wiek (i wykształcenie) istotnie sprzyjają aktywności ruchowej. Spośród różnych jej rodzajów jazda na rowerze należy do najczęstszych. Mniej lub bardziej okazjonalną aktywność tego rodzaju deklaruje ponad połowa Polaków (53,2%). Kolejne rodzaje aktywności to: pływanie (44,3%), gra w piłkę (24%) i gimnastyka<sup>31</sup>. Coraz bardziej na znaczeniu zyskują takie formy jak jogging, spacer, nordic walking czy - zwłaszcza - kluby fitness. Renesans przeżywają żeglarstwo, wschodnie sztuki walki, lekkoatletyka. Regularnie (co roku) z obozów szkoleniowych korzysta od 20% (żeglarstwo) do 14% (sztuki walki) i 10% (lekkoatletyka) ludzi młodych, zarówno mężczyzn, jak i kobiet (żeglarstwo jest nawet przez nie zdominowane)<sup>32</sup>. Większość realizowanych form rekreacyjno-ruchowych

nie wymaga wysokich comiesięcznych opłat (wyjątek stanowią obozy i kluby fitness), ale większość wymaga infrastruktury. Dotychczas Polacy radzą sobie w wielu przypadkach bez odpowiedniej infrastruktury - jazda na rowerze, mimo coraz częściej pojawiających się specjalnych tras, w większości odbywa się po drogach dla pieszych lub samochodów, pływanie najczęściej jest aktywnością sezonową, z wykorzystaniem dostępu do naturalnych akwenów wodnych, jogging odbywa się w miejscach uważanych przez zainteresowanych jako bardziej ustronne.

---

31 Uczestnictwo Polaków w sporcie i rekreacji ruchowej w 2008 roku. GUS, Warszawa 2009, s. 42-45.

32 Ibidem, s. 52-53

Przeliczana na poziom intensywności aktywność fizyczna Polaków (najczęściej mała lub żadna) daje nam miejsce poniżej średniej dla UE (rys. 7.17). Również w tej dziedzinie nie dorównujemy wielu rozwiniętym krajom. Głównymi deklarowanymi barierami są: brak czasu wolnego, brak zainteresowań (tj. ukształtowanych potrzeb), subiektywna ocena kondycji fizycznej jako nieodpowiedniej, brak pieniędzy (istotny tylko w przypadku rodzin o najniższych dochodach) i brak infrastruktury<sup>33</sup>.

Od 2008 roku realizowany jest rządowy program budowy tzw. „Orlików”, małych kompleksów sportowych, które powstają na terenie całego kraju. Składają się one z boiska piłkarskiego, wielofunkcyjnego boiska do gry w koszykówkę i siatkówkę oraz budynku, służącego jako zaplecze sanitarne i szatnia. Dotychczas w różnych gminach powstało 1528 takich boisk. Od 2010 roku trwa budowa „Białych Orlików”, czyli lodowisk, które powstają przy boiskach „Orlik”. Do tej pory powstało 38 obiektów tego typu. Zgodnie z rozporządzeniem Ministerstwa Sportu i Turystyki z dnia 23 sierpnia 2010 r. w sprawie dofinansowania zadań ze środków Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej, dofinansowywane są m.in. zadania z zakresu rozwijania sportu wśród dzieci i młodzieży. Obejmują one szkolenie młodzieży uzdolnionej w publicznych i niepublicznych szkołach mistrzostwa sportowego i innych ośrodkach szkoleniowych oraz szkolenie kadry (młodzików, juniorów młodszych i juniorów - na poziomie województwa). Mniejsza liczba orlików we wschodnich województwach (w związku z brakiem zainteresowania władz lokalnych w partycypacji kosztów) zwiększa dysproporcje między regionami. Problem nie polega przy tym na dystansie cywilizacyjnym. „Orliki”, pomyślane jako oferta na dobre zagospodarowanie czasu wolnego dla młodzieży, są jednocześnie okazją do testowania uzdolnień i sportowych pasji, które mogą stać się osnową pomysłu na własne życie. Dla wielu młodych ludzi, zwłaszcza ze środowisk zaniedbanych, kariera sportowa oznacza wielką życiową szansę. Wycofywanie się z programu budowy „Orlików” na terenie własnej gminy, to odbieranie życiowej szansy zamieszkującej tam młodzieży i odbieranie, często jedynej, okazji na dobrze zorganizowany czas wolny.

Kontynuacji inicjatyw popularyzujących aktywność fizyczną wśród młodzieży winna towarzyszyć świadomość, że tak naprawdę nie chodzi o ideał sprawności fizycznej, który tak mocno lansuje społeczeństwo konsumpcyjne, lecz o zdrowy styl życia i zdrowie.

---

33. Ibidem, s. 47-49

Wbrew pozorom są to dwa różne dyskursy i dwie różne kwestie, czasem działające przeciwko sobie (pogoń za sprawnością fizyczną, sprawnym ciałem i zgrabną sylwetką nie zawsze oznacza dbałość o zdrowie i odwrotnie). Zdumiewa nieobecność tego problemu w świadomości społecznej i w praktycznej działalności dydaktycznej i wychowawczej szkół, mediów, organizacji społecznych i młodzieżowych.



## Wyjazdy turystyczne

Adekwatne dane na temat turystyki młodzieżowej są trudne do ustalenia, ponieważ nie wiadomo do końca, czy młodzi ludzie podróżują z rodzicami, czy bez nich i czy sami finansują własną podróż. Zazwyczaj struktura wieku osób podróżujących koresponduje ze strukturą wieku ogółu ludności. W większości krajów europejskich młodzi ludzie w wieku 15-24 lata stanowią niespełna 20% całkowitej liczby turystów spędzających na wakacjach minimum 5 dni. Państwa bałtyckie, Słowenia i Szwecja, a zwłaszcza Polska, są wyjątkami, z wyższymi wskaźnikami udziału młodych podróżujących (30%). Wśród innych krajów wyróżnia nas również znaczny wzrost odsetka uprawiających turystykę kwalifikowaną - wyraźniej ukierunkowaną, wyspecjalizowaną, uprawianą ze znanstwem i pasją (z 5 do 18% w ostatnich kilku latach)<sup>34</sup>.

Ogólnie w różnych wyjazdach turystycznych uczestniczy 1,8 mln młodych Polaków w wieku 15-19 lat. Jest to prawie trzy czwarte (73%) populacji w tym wieku. Wśród wyjazdów najczęstsze są długookresowe (minimum 5 dni) wyjazdy krajowe - korzysta z nich średnio 1,2 mln osób, praktycznie co drugi Polak w wieku 15-19 lat (48%). W długookresowych wyjazdach zagranicznych uczestniczy co czwarty nastolatek (tylko nieco rzadziej niż w krótkookresowych wyjazdach krajowych).

Wyjazdy turystyczne, będące przedmiotem marzeń większości młodzieży, nie są jednak dostępne dla wszystkich. Uprzywilejowana jest pod tym względem młodzież zamieszkała w miastach liczących powyżej 100 tys. mieszkańców, która ponad 3,5-krotnie częściej uczestniczy w wyjazdach zagranicznych niż ta zamieszkała na wsi. Uprzywilejowana jest zwłaszcza młodzież z rodzin będących w dobrej sytuacji materialnej (ponad czterokrotnie częściej korzysta z wyjazdów). Głównymi barierami w korzystaniu z ofert turystycznych są względy ekonomiczne (52%). Po części jest to również problem braku wykształconych potrzeb (18%) lub barier organizacyjnych (nie ma dokąd wyjechać - 12%)<sup>35</sup>

---

34. EU Youth Report 2009. Raport Komisji Europejskiej, s 78-79

Wyjazdy organizowane są w większości samodzielnie przez Polaków (68%), znacznie rzadziej przez biura podróży (12%). Z roli organizatora wycofują się szkoły, zakłady pracy, organizacje społeczne, co przede wszystkim obniża szanse uczestniczenia młodzieży z biedniejszych rodzin w wyjazdach i wypoczynku zorganizowanym. Ale nawet i one nie należą do tanich, wiele rodzin nie stać na ich opłacenie. Według danych CBOS w 2009 roku w ogóle nie wyjechało na wakacje 33% uczącej się młodzieży<sup>36</sup>. Najnowsze sondaże alarmują, że na wakacje nie wyjedzie blisko 3/4 dzieci i młodzieży<sup>37</sup>.

Mimo to młodzież w wieku 15-19 lat oraz studenci wyróżniają się największą aktywnością turystyczną, zarówno w wyjazdach krajowych, jak i zagranicznych. W przypadku długookresowych wyjazdów krajowych jest to o 17 punktów procentowych więcej niż średnia dla wszystkich mieszkańców Polski<sup>38</sup>. Jeszcze większy dystans jest w przypadku

---

35. *ibidem*, s. 2-3. Według badań CBOS w ostatnim czasie maleje odsetek osób wskazujących na bariery finansowe przy wyjazdach na wypoczynek, chociaż brak pieniędzy ciągle jest główną przyczyną nie-wyjeżdżania - zob. B. Wciórka, Wyjazdy na wypoczynek. CBOS, Warszawa 2009, s. 14

36. B. Wciórka, Wakacje uczniów CBOS. Warszawa 2009, s 7.

37. Sondaż :większość dzieci nie wyjedzie na wakacje

38. Aktywność turystyczna młodzieży..

wyjazdów za granicę, gdzie spadkowej tendencji wśród ogółu Polaków towarzyszy wzrostowa tendencja w odniesieniu do ludzi młodych.

Dłuższy odpoczynek z dala od domu staje się coraz częstszym wyborem młodych Polaków, którzy odreagowują w ten sposób stresy związane z pracą zawodową, ale też demonstrują pewien styl życia. Widok młodych rodzin spędzających weekendy za miastem i młodych Polaków podróżujących z rodziną i z plecakiem po Europie staje się coraz powszechniejszy. Nowe sposoby podróżowania, tanie połączenia lotnicze, bogatsza baza noclegowa, sieć osobistych kontaktów uczyniły podróż łatwiejszą i tańszą. Informacje turystyczne i dostęp do biur podróży są łatwiejsze dzięki Internetowi, gdzie można choćby kupić bilety, w związku z konkurencją obniżają się koszty przejazdu. Mniej sztywne przepisy związane z przekraczaniem granic i znajomość języków obcych również pomagają młodym lepiej poznawać świat. Zmienia się także charakter turystyki młodzieżowej. Dziś młodzi częściej wybierają krótkie wyjazdy - raczej wycieczki niż wczasy typu all inclusive, bardziej preferują poznawanie danego kraju/regionu „na żywo” (w bezpośrednim kontakcie z miejscową ludnością) niż poprzez wizyty w muzeach, galeriach czy kościołach.

Intensywność nauki, pracy, poczucie odpowiedzialności za każdą decyzję, jaką się podejmuje na co dzień wymuszają potrzebę odprężenia. Jednocześnie coraz częściej bodźcem do wyjazdów są względy poznawcze. Wielokulturowość stała się znakiem czasów, w jakich żyjemy. Uczenie się odmienności, obcowanie z nią nie może zaskakiwać człowieka jako późne doświadczenie dorosłości. Turystyka, rozumiana nie tylko jako kolekcjonowanie wizyt w miejscach historycznych (muzeach, galeriach) czy nobilitujących w znanych kurortach i hotelach, lecz także jako obecność wśród „żywych-Innych-ludzi” jest skuteczniejszą metodą uczenia odmienności, rozumienia jej, jest również skuteczniejszą metodą otwierania ludzi na zmianę samych siebie i własnego otoczenia. W tego typu mobilność między kulturami doskonale wpisują się programy Leonardo da Vinci czy Erasmus, zdecydowanie za rzadko wykorzystywane przez polską młodzież. Pisaliśmy o tym w rozdziale 4.

### **Uczestnictwo w kulturze**

Pytanie o uczestnictwo w kulturze jawi się jako z dotychczasowych najtrudniejsze. Czym bowiem jest kultura i co ona dzisiaj znaczy? Większość ludzi w ten sposób zapytanych wskazuje na tzw. kulturę wysoką (sztukę, literaturę), na człowieka dobrze wychowanego, uczęszczającego do teatru, opery. Tymczasem życie dawno zanegowało podział na kulturę wysoką i niską, na nadawców i odbiorców kultury. Zniknęły też specjalne, czytelne niegdyś fora (przestrzenie), na których można było szukać kultury, uczestniczyć w kulturze i tworzyć kulturę. Oferta instytucjonalna nie zawsze trafia w gusty potencjalnych odbiorców, przede wszystkim jednak - jak donoszą autorzy raportu o kulturze - jest nieadekwatna do w znanych kurortach i hotelach ich portfela<sup>39</sup>. Wzrasta natomiast aktywność twórców i odbiorców kultury niezinstytucjonalizowanej, samorodnej. Przykładem coraz bardziej dynamicznie rozwijający się ruch bractwa rycerskiego, awangardowe trupy teatralne czy aktywność artystyczna ludzi młodych w sieci z licznymi tam portalami pełniącymi funkcje wernisaży, sceny, sali koncertowej, klubów dyskusyjnych, recenzenckich, gron współtworzących „dzieło” itd., itd.

Gdybyśmy jednak zadali młodzieży pytanie (często niegdyś zadawane w ramach socjologicznych badań) jak ważny jest dla Ciebie wkład do dorobku kultury?, zostałoby ono zapewne odebrane jako nieziemskie lub dziwaczne. Uczestniczenie w kulturze, tworzenie czegoś, nie jest dla młodych ludzi ani niczym szczególnym, ani szczególnie nobilitującym. W zachowaniach kulturalnych młodych następuje wyraźne przesunięcie akcentu z kultury na rozrywkę, szukanie przyjemności i sprawianie innym przyjemności, dążenie do zabawy. Uczestniczenie w kulturze jest uprawianiem czegoś dla „fanu”, choć przy okazji i

39. Raport o stanie i zróżnicowaniu kultury miejskiej W Polsce. W. Burszta, B. Fatyga (red.) Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Warszawa 2009

eksperymentowaniem z własnymi nieujawnionymi jeszcze talentami. Przez nastawienie się na rozrywkę i „fun” (i otwieranie się na wszystko) gust estetyczny młodzieży staje się wielowektorowy, „nieposzukujący”, rozmyty<sup>40</sup>, przypadkowy i „patchworkowy”. Nie oznacza to bynajmniej bezmyślnej akceptacji kultury dominującej - tej masowej czy krążącej w sieci. W pewnych gronach rodzi ona świadomą kontestację demonstrowaną już to lekceważeniem „masówek”, „spędów”, telewizyjnych seriali, trzymaniem dystansu do sieciowego „śmietnika znaczeń”, czy programowym wykluczaniem telewizora z zestawu sprzętów domowych.

Fenomeny te umykają statystycznym rejestrom i socjologicznym sondażom, gdzie nadal praktykowane są tradycyjne metody pytania o uczestnictwo w kulturze, oparte na wskaźnikach kulturalnych wizyt. Możemy się z nich dowiedzieć, że pomimo tego, iż prawie we wszystkich domach jest obecnie Internet, DVD czy sprzęt video, młodzi ludzie wciąż lubią wyjść i obejrzeć film na dużym ekranie, że korzystanie z oferty kin zyskuje na znaczeniu praktycznie w każdym europejskim kraju.

O ile w 2007 roku średnio 82% młodzieży w wieku 16 i 24 lata odwiedzało kino przynajmniej raz w roku<sup>41</sup>, o tyle w roku 2011 było to już 88%<sup>42</sup>. Najmłodsza widownia kin jest widownią najliczniejszą. Nieco starsi (25-29 lat) deklarują tego typu aktywność znacznie rzadziej (58%), po trzydziestce jeszcze rzadziej (39%), a proporcje te są różne w różnych krajach.

---

40. M. Duchowski, E.A Sekuła, Gust estetyczny (w : ) Raport o stanie i różnicowaniach...s. 20-26

41. EU Youth. Raport Komisji Europejskiej, Bruksela 2009, s. 765-78

42. Youth the move Analitical Report Flash Eurobarometr – Gallup Orgamnization 2011 s.12

Nasz kraj oscyluje wokół średniej dla UE. Polska młodzież dorównuje europejskiej młodzieży w chodzeniu do kina, wyprzedza ją w liczbie wizyt w muzeach i galeriach, co jest nie tyle wyrazem jej własnych preferencji, co edukacji kulturalnej szkoły<sup>43</sup>. Minimalnie rzadziej młodzi Polacy odwiedzają teatr, filharmonię czy operę (różnica 1 pp.), rzadziej również uprawiają amatorską działalność artystyczną (różnica 2 pp.). Statystyki tego rodzaju nic nie mówią na temat częstotliwości czy regularności uczestnictwa w kulturze, odnotowują jedynie incydenty mające miejsce w roku poprzedzającym badanie. W efekcie obraz aktywności kulturalnej młodzieży jest mocno przerysowany. Faktycznie wygląda on o wiele mniej optymistycznie i jest zróżnicowany. Uczestnictwu w kulturze nie sprzyja na przykład wczesne opuszczenie systemu edukacji, brak pracy lub praca tymczasowa, posiadanie małych dzieci<sup>44</sup>. W polskich warunkach jest to również kwestia podziału na duże miasta i prowincję (gdzie odnotowywana jest wyraźna niechęć i podejrzliwość wobec pozalokalnych inicjatyw kulturalnych). Ciągłe utrzymują się historycznie ukształtowane regionalne zróżnicowania z zasadniczym podziałem na województwa wschodnie i zachodnie<sup>45</sup>.

Przytoczone dane wskazują na wyraźne zaniedbania w zakresie edukacji kulturalnej najmłodszych pokoleń. Potrzeby uczestnictwa kulturalnego nie są wystarczająco rozbudzone, pielęgnowane i ukierunkowywane. Oferta instytucjonalna jest albo niedopasowana do możliwości finansowych młodego odbiorcy, albo do nowych gustów estetycznych młodzieży. Te, jakkolwiek wymagają subtelnego ukierunkowania, nie mogą być zredukowane do powinności obcowania z kulturalnymi symbolami przeszłości w muzeach czy uczestnictwa w kulturze masowej.

Z tej perspektywy wydatki państwa na kulturę - nie tylko w kwestii kwot, ale i struktury - nie uwzględniały wielu potrzeb, zarówno środowiska artystycznego, jak i młodego odbiorcy/współtwórcy kultury.

- 43 Dane GUS ujawniają przewagę grup zorganizowanych w muzeach i na wystawach, wśród nich młodzież szkolna stanowi jedną trzecią wizytujących - zob. Kultura w2008roku. GUS, Warszawa 2009, s. 185
- 44 Youth on the move.... s 15.
- 45 M. Duchowski, E. A. Sekuła, op. cit. s. 25

Największe sumy od lat są przeznaczane na muzea. Na drugim miejscu są centra kultury i sztuki, na trzecim wydatki na ochronę i konserwację zabytków, wśród których zdecydowana większość to obiekty sakralne. Podjęte w ostatnim czasie decyzje zapoczątkowują okres korekt. Do 2015 r. wartość nakładów państwa na kulturę zwiększy się do 1% budżetu rocznie<sup>46</sup>. Dodatkowo, większa niż do tej pory część środków ma być przeznaczana na nowe inwestycje, rozwój lokalnych ośrodków kultury, takich jak biblioteki czy miejskie ośrodki kultury, które są często jedyną formą kontaktu z kulturą w małych miejscowościach i mają duże znaczenie dla kształtowania stosunku do kultury w lokalnych społecznościach.

Niezależnie od tych działań rewizji wymaga sposób wydawania pieniędzy przeznaczonych na kulturę. Zazwyczaj inwestuje się w duże obiekty, podczas gdy różnorodność i niszowość kultury lepiej znosiłaby obiekty małe, o elastycznych funkcjach i przeznaczeniu. Utrzymywana jest duża liczba etatowych pracowników kultury, często działających rutynowo<sup>47</sup>, podczas gdy najbardziej optymalny w dzisiejszych realiach wydaje się - w opinii ekspertów - model misyjno-animacyjny: dynamiczny, zmieniający formy w zależności od uwarunkowań i potrzeb, zdecydowanie bardziej odpowiedni niż model instytucjonalizacji edukacji kulturalnej<sup>48</sup>.

Działania na rzecz kultury są ważne nie tylko ze względu na standardy, jakie przystoją państwu oświeconemu. Większość Polaków osobiście uważa kulturę za ważną i podkreśla jej znaczenie. Jest to pogląd szczególnie bliski ludziom wykształconym, dojrzałym, rzadziej młodzieży, co sugeruje dwie możliwości - albo do takiego poglądu z wiekiem się dojrzewa, albo mamy do czynienia z różnicą pokoleniową.

---

46 Paragraf 2 Paktu dla kultury brzmi „Rząd, poprzez odpowiednie działania we współpracy z sygnatariuszami Paktu, doprowadzi do osiągnięcia poziomu co najmniej 1% nakładów na kulturę w budżecie państwa poczynając od roku 2012 w perspektywie do 2015 roku”. zob. [http://www.stat.gov.pl/gus/5840\\_1741\\_PLK\\_HTML.htm](http://www.stat.gov.pl/gus/5840_1741_PLK_HTML.htm).

47 B. Fatyga na podstawie tekstu J. Nowińskiego, Instytucje kultury [w:] Raport o stanie i zróżnicowaniach..., S. 41-47.

48. Fatyga, Jakiej kultury Polacy potrzebują i czy edukacja kulturalna im ją zapewnia, raport dla Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Warszawa 2009, s. 49.

Którakolwiek z tych opcji wchodziłaby w rachubę, jest dużo do zrobienia, a pobudzanie uczestnictwa w kulturze, uświadamianie jej obecności i znaczenia jest w społeczeństwie konsumpcji, bardziej zainteresowanego ofertą sprzedaży dóbr i usług, nadzwyczaj trudnym wyzwaniem.

## **Życie towarzyskie**

Istnieje silny magnetyzm grupy rówieśniczej, który wypełnia czas wolny młodzieży. Nieustanne rozmowy - na żywo, przez telefon lub w sieci - to najczęściej uprawiana forma integrowania się z rówieśnikami. Dorosłym z reguły wydaje się, że młodzi rozmawiają o błahych sprawach. Jest jednak inaczej. Być może tematyka rozmów jest trywialna, ale dla młodych mają one podstawowe znaczenie - chodzi o potwierdzanie istnienia społecznego odbioru siebie jako osoby (z własnymi problemami, radościami, słabościami). Na wysłuchiwanie takich wywodów dorośli zazwyczaj nie mają czasu.

Wspólnotowe życie młodzieży ma charakter głównie zabawowo-towarzyski. Spotkania odbywają się w domach (tzw. domówki), klubach (tzw. dubbing) lub w miejscach publicznych, które są oswojone i przysposobione jako „swoje tereny” (tzw. miejscówki). W

domówkach uczestniczą ci, których nie stać na klub, w miejscówkach ci, którzy nie mają szans ani na zorganizowanie „domówki”, ani na wejście do klubu. Na spotkaniach tych młodzież głównie dyskutuje, słucha muzyki, żartuje, flirtuje, pije alkohol, tańczy, jeśli jest to możliwe. Ciągnie ich własne towarzystwo, chęć oderwania się od codzienności i przeżycia czegoś bardziej emocjonującego, bycia akceptowanym i adorowanym, perspektywa „wyhaczenia” chłopaka czy dziewczyny. Pieniądze na życie towarzyskie pochodzą z kieszonkowego, z bieżącego zasilania finansowego przez rodziców i/lub z własnych dochodów<sup>49</sup>.

Również młodzi dorośli przywiązują dużą wagę do życia towarzyskiego. Grupą o najbujniejszych kontaktach są studenci, którzy bawią się podobnie jak młodsza młodzież, ale wyraźnie częściej stać ich na lokale i kluby. Prowadzący samodzielne gospodarstwa domowe najczęściej organizują przyjęcia i spotkania towarzyskie w domu (rys. 7.23). Pod tym względem zwyczaje Polaków w ostatnich dwudziestu latach niemal się nie zmieniły. Zmienia się natomiast model spędzania czasu z rodziną. Przed wszystkim coraz więcej badanych bywa z rodziną w restauracji (rys. 7.24). W 2008 roku prawie połowa młodych dorosłych (46%) spędza w ten sposób czas w rodzinnym gronie, w tym większość z nich (31%) co najmniej kilka razy była w restauracji.

---

49J. Kurzępa, Pokolenie nadziei, czyli współczesny nastolatek, sprawy które są dla niego ważne i świat, w którym się obraca, *Fanta Raport 2010*

Zarówno urządzenie przyjęć dla przyjaciół i znajomych, jak i rodzinne wypady do restauracji są niemal powszechnym zwyczajem w środowisku osób o wysokiej pozycji społeczno-ekonomicznej oraz wśród ludzi młodych. W 2001 roku wydatki na restauracje i hotele wynosiły 2,1% ogółu wydatków młodych gospodarstw domowych, w roku 2010 już 4,6%. Dla porównania średni wydatek na ten cel w gospodarstwach domowych ogółem jest o połowę mniejszy (2,4%).

## 7.5. Nowe media i życie w sieci

Komputer jako podstawowy element wyposażenia młodzieżowego pokoju, widok młodych ludzi z komórkami, z którymi się nie rozstają, gdziekolwiek by byli, słuchawki w uszach prowadzące od sprzętu, którego zasady działania nie zna przeciętny czterdziestolatek, nieustanne bycie on-line to tylko z pozoru nieistotne emblematy odrębności młodego pokolenia. W żadnym razie nie można ich sprowadzać do roli technologicznych gadżetów. Nowe narzędzia komunikacyjne sprawiają, że nie tylko życie młodych staje się inne, oni sami stają się inni i jako zbiorowość reprezentują inną społeczną jakość.

Jak szybko i jak zdecydowanie nowe technologie komunikacyjne opanowują świat, pokazują liczby ilustrujące dynamikę Internetu w porównaniu z innymi mediami elektronicznymi. Pierwsze 50 mln słuchaczy radio zdobyło po 38 latach, telewizji zajęło to 13 lat, a komputer zdobył tytuł użytkownika po 16 latach. Internet potrzebował na to 4 lata, do czego znacząco przyczynił się wynalazek hipertekstu, dzięki któremu mogła powstać „globalna pajęczyna” (WWW)<sup>50</sup>. Szacuje się, że sieć obejmuje dzisiaj 2,2 mld użytkowników<sup>51</sup>, tworząc bezprecedensową nie tylko co do gęstości, ale i formy kontaktu publiczną agorę o zasięgu światowym.

Drzemie w nim (Internecie) potężna ekonomiczna, społeczna i polityczna siła, której kierunek i ostateczny rezultat trudno jeszcze przewidzieć. Nie tylko dokonuje on destrukcji czasu i przestrzeni fizycznej, wprowadzając coś, czego się nie widzi, a jest (cyberprzestrzeń). Staje się ważnym korelatem nowej rzeczywistości społecznej, która coraz bardziej nasiąka techniką

komunikacyjną i w której nic już nie jest takie jak dawniej. Jeszcze niedawno poznawanie świata było mediowane głównie przez książki i ludzi, potem media elektroniczne

---

50. K. Krzysztofek, M. S. Szczepański, Zrozumieć rozwój. Od społeczeństw tradycyjnych do informacyjnych, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego. Katowice 2005, s. 184.

51. The World in 2010. ICT Trends and Facts, World Statistics Day 20.10.210

dzisiaj przez Internet. Nawiązywanie relacji interpersonalnych i tworzenie wspólnot wymagało kontaktów face-to-face, dziś jest od tego Facebook. Kiedyś byli nadawcy i odbiorcy przekazu, dziś odbiorca jest jednocześnie nadawcą. Jest nadto nadawcą szczególnym, dla którego ważniejsza jest sama możliwość wypowiedzenia zdania, aniżeli to, co ma do powiedzenia. To główny powód, dla którego Internet, będąc najbardziej otwartą społeczną agorą, staje się równocześnie wielkim śmietniskiem znaczeń, po którym surfuje każdy użytkownik sieci.

Internet i cała cywilizacja bitowa dostarczają nieprzebranych możliwości, pojawiają się jednak głosy, które ostrzegają przed zagrożeniami. Jedno z częściej podnoszonych wiąże się z technicyzacją i technologizacją kultury, coraz częściej odbieranej przez media. Niegdyś zorientowana na człowieka, dziś zwraca się ku narzędziom i środkom. W konsekwencji myślenie i odczuwanie zapośredniczone przez technikę coraz bardziej penetrują duchowe środowisko człowieka i sprawiają, że jako gatunek stajemy się płytsi. W wątpliwość poddawane są również wartość pluralizmu i wolność wyboru, jakich dostarczają media - wielość ofert granicząca z ich niepoliczalnością rodzi pytanie, czy to jeszcze jest wybór i jaka jest jego jakość? Bardzo poważne dyskusje dotyczą możliwych skutków nadmiernej ekspansji obrazów, które wypierają słowo

- bez słowa nie ma (tak twierdzą psychologowie) abstrakcyjnego myślenia. Patrzenie
- nieodłączny atrybut nowych mediów - jest bezrefleksyjne, przyzwyczajają do kierowania się głównie odczuciami i odruchami, nie do refleksji<sup>52</sup>.

Co to oznacza dla kultury, edukacji, komunikacji społecznej, dla socjalizacji młodego pokolenia? Tego jeszcze do końca nie wiemy. Być może wysuwane przez wielu humanistów ostrzeżenia są bezzasadne. Być może język audiowizualny pozwoli nowym pokoleniom lepiej niż w linearnym języku alfabetycznym rozwijać myśl, twórczość, emocjonalność, a multimedialne sieci z większą skutecznością będą zawiązywać międzyludzkie więzi. Pierwsze prawdziwie cyfrowe pokolenia (mające już swoje etykiety: e-generation, screen generation, „medialni nomadowie”) wchodzi dopiero w dorosłość. Większość pytań dociekających skutków rewolucji informacyjnej nie jest dokładnie rozpoznana.

---

<sup>52</sup> K. Krzysztofek, M. S. Szczepański, op. cit., s. 198-205.

Na razie sprawiamy wrażenie oszołomionych szokiem cywilizacyjnym i jego mocą uwodzenia ludzi młodych. Śledzimy ekspansję urządzeń w domach i instytucjach edukacyjnych, umiejętności posługiwania się nimi przez ludzi młodych, odnotowujemy czas, jaki poświęcają siedzeniu przy komputerze. Bardziej zaawansowane studia próbują zaznaczyć to, czym są media dla ludzi młodych w wymiarze społecznym i emocjonalnym. Młodzi nie zdają sobie do końca sprawy, ani jak duże i jeszcze nieodkryte przez nich możliwości tkwią w nowych mediach, ani jak bardzo mogą być one dla nich pułapką i mirażem. Oni po prostu w nie wchodzi i wykorzystują w sposób, jaki okazuje się możliwy, interesujący, zabawny. Robią to bez przewodników, mentorów, za przyzwoleniem dorosłych, lecz bez ich udziału. W sieci uprawiają w czystej postaci „socjalizację pod własnym nadzorem”.

Jak dynamicznie nowe media opanowują młode pokolenie, ilustrują dane dotyczące korzystania z usług Opera Mini, jednej z kilku mobilnych przeglądarek internetowych dla telefonów komórkowych wyposażonych w Java ME, tworzonej i rozwijanej przez norweską firmę Opera Software ASA. Jej użytkownicy to w większości osoby w wieku 18-27 lat, mieszkające w najróżniejszych zakątkach kuli ziemskiej. Tylko w kwietniu 2011 roku 107,1 mln osób użyło w swoich telefonach Opera Mini. Serwer umożliwił im przejrzenie 57,9 mld stron i skompresowanie oraz dostarczenie 954 mln MB danych.

Polska, która przez lata należała do najbardziej dynamicznych rynków w tej branży, w ostatnim czasie „oddala” swoją pozycję w rankingu mniej nasyconym technologicznie krajom, takim jak Kazachstan, Białoruś, Egipt czy Filipiny. Niemniej ciągle zaliczana jest do jednego z bardziej liczących się obszarów, zwłaszcza ze względu na aktywność w sieci ludzi młodych. Młodzi Polacy są jednymi z najczęściej używających swoich telefonów w świecie. Podobnie jak młodzież ze Stanów Zjednoczonych, Wielkiej Brytanii i Brazylii bardzo wcześnie przechodzą inicjację ze sprzętem ICT - 12% otrzymało swój pierwszy telefon, gdy miało nie więcej niż 10 lat, a kolejnych 87%, gdy było w wieku 11-20 lat. Podobnie jest z pierwszymi doświadczeniami w korzystaniu z Internetu - 22% młodych Polaków korzystało z przeglądarek internetowych, zanim skończyło 10 lat, a następne 75% zdobyło to doświadczenie w drugiej dekadzie życia. Młodzi Polacy nieustannie są on-line - 87% ma nawyk używania Internetu w środkach masowej komunikacji (w autobusach, tramwajach, pociągach) i umieszczania swoich wytworów w sieci. W innych zachowaniach młodzi polscy internauci sprawiają wrażenie bardziej tradycyjnych - częściej niż inni mają karcący stosunek do tych, którzy esemesują podczas posiłków, częściej piszą tradycyjne listy i wysyłają je tradycyjną pocztą. Są mniej bezkrytyczni wobec zjawiska anonimowości czy upubliczniania sfery prywatnej w sieci. Częściej za to opracowują hasła, które umieszczają w Wikipedii, chociaż nie są rekordzistami w czytelnictwie książek czy - zwłaszcza - gazet<sup>53</sup>.

Przeciętny polski nastolatek jest prawie 20 godzin tygodniowo on-line. Jest to dwukrotnie dłużej niż w pokoleniu rodziców i ponad trzykrotnie dłużej niż w pokoleniu dziadków. Grupą najbardziej aktywną są licealiści, częściej chłopcy aniżeli dziewczęta. Spośród różnych mediów, z których korzystają młodzi, Internet jest tym, z którego najtrudniej byłoby im zrezygnować.

---

53. State of the Mobile Web. October 2010. *Report Opera Software. November 24, 2010. s. 21-42. Badanie zrealizowano w 2010 roku wśród 300 000 użytkowników przeglądarki Opera Mini w wieku 18-27 lat.*

Im młodszy wiek, tym przywiązanie do Internetu większe. Medium najzupełniej zbędnym jest dla młodych telefon stacjonarny, radio i - w mniejszym stopniu - telewizja. To, bez czego nie mogliby się obyć, to Internet i telefon komórkowy. Jest to układ preferencji odmienny od tego, jaki można przypisać pokoleniu rodziców (któremu najtrudniej by się było rozstać z telewizorem i telefonem komórkowym) i zasadniczo odmienny od profilu dziadków (dla których telewizja i radio są mediami najważniejszymi, a Internet i telefon komórkowy tymi, bez których mogliby się spokojnie obyć). Większość czasu nastolatki spędzają na kontaktach z rówieśnikami - czynią to nawet wtedy, gdy odrabiają lekcje, surfują po Internecie w poszukiwaniu potrzebnych informacji lub grają. Polską młodzież wyróżnia wysokie uczestnictwo w serwisach społecznościowych. Korzystanie z tego typu portalu deklaruje 43% młodych internautów. Większy poziom intensywności wykazują tylko nieliczne europejskie kraje.

Dynamiczna ekspansja nowych technologii komunikacyjnych skierowana do ludzi młodych kształtuje nowe pokolenie. Nowe media, z którymi młodzi się nie rozstają, współtworzą przestrzeń, w której sieci relacji społecznych nigdy nie były tak gęste jak dziś. Nigdy też

wcześniej technologii nie eliminowały w takim stopniu ograniczeń stwarzanych przez czas, miejsce czy bariery społeczno-kulturowe. Nie oznacza to powszechnej solidarności, miłości, głębokich i silnych więzi, woli współpracy czy obywatelskiego zaangażowania, choć stwarza taką możliwość<sup>54</sup>.

Nowe media są nie tylko narzędziami uspołecznienia. Pozwalają one na wyrażanie i refleksyjne przeżywanie własnego Ja. Ekspozycja siebie w sieci - czy to na zdjęciach, czy poprzez błogi, czy zwykłe gadu-gadu - wywołuje reakcje innych, a te zmuszają do przyglądania się własnemu Ja. W ten sposób nowe technologie komunikowania stają się również „technikami siebie”.

---

54. M. Krajewski, Stan czuwania (w:] M. Filiciak i in., Młodzi i media, Nowe media a uczestnictwo w kulturze, Raport Centrum Badań nad Kulturą Popularną SWPS. Warszawa 2010, s. 35-41.

Sieciowa towarzyskość, społecznościowe grona tworzą nową platformę do bycia zauważonym przez ludzi, na których młodym zależy, tym ważniejszą, że w realu wszystkie układy społeczne, które wyznaczały poczucie „my” (tak ważne dla kształtowania poczucia „ja”), straciły moc „wiązania”, przestały być punktem odniesienia i wsparcia. W tym kontekście koledzy z Facebooka czy Naszejklasy zaczynają się jawić jako jedyne stabilne tło społeczne dla oceny własnych osiągnięć i wyborów<sup>55</sup>.

W sieci bardziej niż w realu może być realizowana jedna z najważniejszych potrzeb młodości - życie w zgodzie z sobą, głoszenie własnych przekonań i wartości, autentyczne, nieudawane realizowanie się i spełnianie swoich zainteresowań. Jakkolwiek granie-kogoś-kim-się-nie-jest nigdzie nie udaje się tak doskonale jak w sieci, to i bycie-autentycznym-sobą nigdzie poza nią nie jest aż tak możliwe. Wbrew pozorom fałszem młodzi bardziej brzydzą się niż niekompetencją, a nieprzejrzystości norm społecznych potrafią przeciwstawić jednoznaczność własnych reguł, jakie tworzą w sieci. To sprawia, że jest ona dla nich nie tylko ważna, ale i bardziej swojska (bo oparta na własnych zasadach i normach).

Sieć uspołecznia, indywidualizuje, sieć jest oazą wolności. Jest również przestrzenią, w której rodzi się nowy typ kultury - jest nią kultura uczestnictwa. Przestrzeń kontaktów społecznych w sieci jest równocześnie przestrzenią cyrkulacji treści kulturowych, które w niewielkim tylko stopniu są wytworem tradycyjnych instytucji czy autorytetów. W większości współtworzą je inni użytkownicy sieci i sami młodzi poprzez zamieszczanie w linkach i portalach swoich wytworów, informacji, komentarzy, ocen, z których powstaje pewne myślowe i językowe uniwersum<sup>56</sup>.

---

55. M. Marody, Poszukiwanie dowodu na własne istnienie w! M. Filiciak i in.. op cit., s. 65-69.

56. Kompleks zjawisk, określanych jako Web 2.0, oznacza charakterystyczne dla młodych ludzi przejście od sieci „tylko do odczytu” do sieci, w której użytkownicy aktywnie korzystają z mediów i wypełniają je własnymi treściami. Sprzyjającym czynnikiem jest to, że do podejmowania czynności twórczych nie jest potrzebne kosztowne oprogramowanie i wysoce specjalistyczna wiedza, lecz darmowe i łatwe w użyciu powszechnie dostępne aplikacje - zob. Strategia Rozwoju i Kapitału Społecznego s. 43 za Raport Polska 2030, s. 153

Tego rodzaju możliwość motywuje młodych do pogłębiania wiedzy i ośmiela ich do zabierania głosu w sprawach, na których się znają lub które są dla nich ważne. Takie lokalne - w gronie zainteresowanych - działania mogą też służyć podniesieniu świadomości obywatelskiej. Potrzeba skonfrontowania własnego poglądu z ludźmi należącymi do ich sieci wzmacnia poczucie łączności z innymi i daje poczucie, że można wnieść coś wartościowego w toczące się dyskusje społeczne, a nawet o czymś zdecydować<sup>57</sup>. Doskonałą ilustracją takich możliwości sieci były zachowania młodych w okresie kampanii wyborczej do sejmu w 2007 roku.

Czym jest sieć, czym bywa i czym być może, jest nie tylko uzależnione od jej technicznych możliwości czy pomysłowości ludzi. Wydaje się, że czynnikiem, który w największym



stopniu określa jej charakter, przynajmniej w życiu młodych, jest jakość życia społecznego. Im bardziej jest ono nieprzyjazne dla młodzieży i im bardziej obumarła i „zabetonowana” - niewrażliwa na jej język i jej sposób widzenia świata - jest sfera publiczna, tym większa istnieje pokusa uciekania w wirtualną rzeczywistość i ignorowania w niej rzeczywistości realnej. Perspektywa, że Internet stanie się dla młodzieży mniej ważny, jest mało prawdopodobna, bowiem oferuje on zbyt wiele atrakcji i możliwości. Perspektywa, że stworzy konstruktywne sprzężenie zwrotne z realiem, jakkolwiek jeszcze słabo zarysowana, nie jest niemożliwa.

Korzystanie z komputerów, Internetu i telefonów komórkowych jest silnie społecznie zróżnicowane. W Polsce rośnie podział cyfrowy, tj. różnice między osobami odnajdującymi się w medialnym, cyfrowym świecie - młodszymi, lepiej wykształconymi, mieszkającymi w większych miastach - a osobami pozbawionymi dostępu, a przede wszystkim kompetencji, pozwalających im korzystać z nowoczesnego sprzętu, co stanowi potencjalne źródło ich wykluczenia z symbolicznego i komunikacyjnego uniwersum, po którym porusza się młode pokolenie<sup>58</sup>.

## **Podsumowanie**

Wraz z nastaniem gospodarki rynkowej również w Polsce konsumpcja i konsumpcjonizm stały się główną osią socjalizacji młodego pokolenia. Dzisiejsi 19-30-latkowie są pierwszą generacją całkowicie poddaną jej wpływowi. Dążenie do stylu życia określonego przez konsumpcję bezsprzecznie pełni rolę podstawowego czynnika aktywizującego młodzież, która inwestuje w wykształcenie, by zdobyć odpowiednią pracę, bo ta gwarantuje możliwość korzystania z dobrodziejstw społeczeństwa konsumpcyjnego. Ważne jest przy tym zrozumienie, że orientacja na „mieć”, a raczej „mieć, by być”, nie jest orientacją wyboru - jest orientacją zadaną młodzieży przez dominującą kulturę.

Konsumpcjonizm, w potocznym odbiorze traktowany jako niedające się uzasadnić realnymi potrzebami dążenie do posiadania i używania rzeczy, jako hedonistyczny materializm, jest w gruncie rzeczy czymś więcej. Jest ofertą kulturową, która powstała z mariażu społeczeństwa dobrobytu i niczym nieskrępowanej wolności, lansowanej swego czasu przez ruchy kontestacyjne młodzieży na Zachodzie. Dziś jest ona ofertą całego ponowoczesnego świata, promującą ideę samorealizacji, otwartości, poszukiwania nowych wzorów życia i tożsamości, propaguje i dostarcza wiele możliwości wyboru, nakłania do nadawania im dowolnych subiektywnych znaczeń.

---

57. H. Jenkins. Nowe formy uczestnictwa w kulturze [w:] M. Filiciak i in., op. cit, s. 136-137

58. Strategia Rozwoju Kapitału Społecznego... s 45, za Raport Polska 2030, s. 152.

Tę stronę konsumpcjonizmu dostrzegają zwłaszcza ludzie młodzi, nieznający niedoborów okresu realnego socjalizmu, a oswojeni z rzeczywistością, w której wolność i dostępność dóbr stają się coraz bardziej powszechne.

W praktyce (w polskich realiach) konsumpcjonizm uaktywnia się przede wszystkim w swej rynkowej roli - bardziej zachęca do zakupu towarów i usług, niż refleksji i poszukiwania alternatywnych wzorów życia. Socjalizowani do konsumpcji wedle dwóch różnych schematów (okresu niedoboru, który kształtował zachłanność na dobra, jakiegokolwiek by one nie były, i okresu post-niedoboru, w którym celebrowany jest wybór i różne „filozofie” posiadania i używania rzeczy) są dziś młodzi Polacy aktywnymi konsumentami, którzy z szerokiego przesłania konsumpcjonizmu czerpią nade wszystko poczucie naturalności obcowania z przedmiotami i stylem życia bazującym na przyjemnościach. Lubią posiadać

dobra, które ułatwiają życie, czynią je nowocześniejszym, dostarczają satysfakcji. Nierzadko są traktowane jako oznaka statusu. Aspiracje konsumpcyjne młodych są bardzo duże i nie dotyczą wyłącznie dóbr materialnych - dotyczą stylu życia, w którym nadaje się określone funkcje i symboliczne znaczenie dobrom materialnym. Markowe ubrania nie są kupowane po to, by wyglądać w nich „jak z żurnala”, lecz po to, by podkreślić własny smak, umiejętność zabawiania się kolorem czy fakturą, czasami by coś zmanifestować. Wyjazd na wczasy w formule all inclusive wybierają leniwi, zapracowani lub ci, którym jest to potrzebne do potwierdzenia własnego statusu. Ci, którzy czegoś szukają i chcą zmanifestować swoją niekonwencjonalność, wybierają turystykę kwalifikowaną. Młodzi Polacy należą do najbardziej turystycznie aktywnych w Europie. Jednocześnie za korzystnymi dla nas średnimi kryją się głębokie społeczne zróżnicowania, ukazujące procesy dziedziczenia określonego stylu życia wśród młodzieży (biedni nie wyjeżdżają).

Czas wolny, tak ważny dla młodego pokolenia, jest czasem bardzo ograniczonym, gdyż młodzi Polacy dużo pracują. Zazwyczaj nie starcza im czasu na podjęcie aktywności sportowej, rekreacyjnej czy kulturalnej poza domem. Problem ten w największym stopniu dotyczy osób po trzydziestce - aktywnych zawodowo i mających rodzinę. Przy dużych napięciach czasowych i braku ukształtowanych nawyków wychodzenia z domu formuje się specyficznym polski styl - spędzania czasu wolnego w domu via media. Widać to nie tylko w deklaracjach osób młodych, lecz również po strategiach wydatkowania pieniędzy, głównie na zakup sprzętu audiowizualnego i ICT pozwalających na kontakt ze światem i kulturą w zaciszu domowego ogniska. Niemniej - z drugiej strony - rosną wydatki młodych gospodarstw domowych na restauracje, hotele; weekendy poza domem stają się standardem, do którego coraz częściej się aspiruje.

Młodzi coraz więcej zarabiają i coraz więcej wydają. Zarówno ich przychody, jak i dochody przewyższają średnią dla ogółu społeczeństwa, co jest po raz pierwszy tak widocznym złamaniem dotychczasowej tendencji - wyższych dochodów wśród reprezentantów starszego pokolenia. Można przyjąć, że zadziałało tu kilka różnych czynników - zarówno wyższych i wyżej opłacanych kwalifikacji dobrze wykształconego pokolenia, elastycznych form zatrudnienia (które, choć nie dają poczucia bezpieczeństwa, umożliwiają gromadzenie większych dochodów), jak i lepszej kondycji gospodarki. Dzięki wyższym dochodom młodzi z większą swobodą mogą zaspokajać swoje potrzeby konsumpcyjne. Ich domy częściej są wyposażone w nowoczesny sprzęt. Młodzi lubią kupować rzeczy, choć nie lubią robić tego bez praktycznej potrzeby. Nie wykazują przy tym oznak nadmiernie wybujałej konsumpcji. Świadczy o tym zarówno struktura wydatków, dochodów, jak i brak nadmiernego zadłużania. Rejestry odnotowujące niespłacone w bankach długi, wskazują jedynie na 5% kredytobiorców. Wśród nich ludzie młodzi, do 30 r.ż., podlegają ryzyku niespłacenia kredytu w mniejszym stopniu niż pozostali. Być może wcale nie jest to jakaś szczególna zasługa młodych, lecz wynik prostego faktu, że połowa populacji nie może skorzystać z oferty bankowej (jest zatrudniona na warunkach tymczasowych i nie posiada zdolności kredytowej). Okoliczność tego rodzaju stanowi poważną przeszkodę w zaspokojeniu najpilniejszej potrzeby ludzi młodych - mieszkania. Biorąc pod uwagę powszechność tej potrzeby (40% ludzi młodych nie ma samodzielnego lokum) i fakt, że dysponują własnymi dochodami, mała elastyczność banków wydaje się anachroniczna i nieracjonalna.

Dziś nierówny udział w konsumpcji jest większy niż nierówności dochodów wśród osób młodych, co musi być dla nich szczególnie dotkliwie, bo dotyczy subiektywnie bardzo ważnej sfery i wywołuje poczucie nierównego traktowania. Pozostawianie tak dużej części młodego pokolenia poza możliwością korzystania z udogodnień, które ułatwiają dostęp do konsumpcji, może oznaczać pogłębianie się nierówności społecznych. Proces ten, dziś jeszcze niezbyt

zaawansowany, będzie się uwidaczniał, w miarę jak będą się realizowały (i różnicowały) kariery zawodowe pokolenia (różne w dualnym - podzielonym na segmenty - rynku pracy). Nie byłby to dobry znak. Zbyt duże nierówności społeczne zawsze wywołują problemy, daleko wykraczające poza polityczną sferę. Przekładają się na wyższe wskaźniki problemów ze zdrowiem (również psychicznym), powodują przyrost społecznych patologii i zachowań na granicy prawa, nie służą spójności społecznej, przyczyniają się do powstawania resentymentów i uprzedzeń, wyłączają duże segmenty społeczne spod możliwości oddziaływania społeczeństwa obywatelskiego.

O ile teza o młodych Polakach jako bardzo aktywnych konsumentach na rynku dóbr i usług jest dobrze empirycznie udokumentowana, o tyle nie ma danych, które ukazywałyby ich prywatne filozofie konsumpcji, pozwalające rozstrzygnąć, na ile są oni postmaterialistycznie zorientowani. Zapewne orientacja tego rodzaju pojawia się w grupach o dużym zaspokojeniu potrzeb konsumpcyjnych, a nieobecna jest tam, gdzie deficyt podstawowych i lansowanych przez kulturę dóbr jest ciągle duży. Wiemy, że otwarciu postmaterialistycznemu sprzyja w dużej mierze wykształcenie, ale i tutaj mamy spory obszar empirycznej niewiedzy. Nie odpowiadają na nasuwające się pytania diagnozy czasu wolnego i uczestnictwa młodych w kulturze, w większości mające charakter frekwencyjny i instytucjonalny. Istniejące wycinkowe opisy stylów życia określonych grup i środowisk raczej koncentrują się na podkreślaniu ich prokonsumpcyjnego nastawienia (tak jest np. w przypadku opracowań dotyczących singli). Nie wiemy, jak bardzo nie jest zaspokajana potrzeba duchowości i społeczna wrażliwość młodzieży. Wiemy, że nie wyczerpuje się ona w jej stosunku do religii, coraz mocniej indywidualizowanej i odrywającej się od instytucjonalnych nakazów. Nie wiemy czy, kto i gdzie cechę duchowości i wrażliwości młodzieży pobudza. Nie jest to na pewno szkoła, raczej nie kino, być może rodzice, książka, a najpewniej sami młodzi w kontaktach wzajemnych między sobą lub z samym sobą.

Płaszczyzną, w której otwartość, autentyczność emocji, potrzeba reagowania na świat i wyrażania siebie ujawnia się z nieskrępowaną siłą, jest Internet. Dziś pełni on wiele funkcji - jest kopalnią informacji i wiedzy, którą współtworzy sama młodzież, jest miejscem ekspozycji własnego Ja i własnych wytworów, zawiązywania społecznych więzi i miejscem intymnych schadzek. Jest wreszcie wielkim targowiskiem i polityczną agorą. Sporo dziś wiemy o młodych w sieci - na tyle dużo, by twierdzić, że odmienia ona znacząco młode pokolenie. Tworzy przestrzeń, do której dorośli nie mają dostępu i której w większości nie rozumieją, którą postrzegają przez pryzmat, ich zdaniem, bezmyślnego klikania w myszkę. Tak często bywa, lecz Internet sprzyja również wielu ważnym sprawom - kreuje nowy typ kultury (jest to kultura uczestnictwa), pomaga realizować własne pasje (na które nie ma instytucjonalnego odpowiednika w realu), zaspokaja ważne społeczne potrzeby (buduje więzi i poczucie przynależności, którego nie jest w stanie zaoferować realne społeczne otoczenie), pomaga uporać się z poznaniem i ogarnięciem refleksją własnego Ja, ma niedającą się przecenić obywatelską siłę (jak żadne medium potrafi przekazać silne emocje, przełamując bariery przestrzenne, społeczne i kulturowe). Czym Internet będzie, w dużej mierze zależy od tego, w jakim stopniu zachowa zdolność samoregulacji dzięki obronie etycznych zasad, równowadze między innowacją a dystansem do własnych technicznych możliwości, jak również dostępności, która nie wykluczy żadnej z grup młodzieży (jak na razie poza dostępem do Internetu we własnych domach jest 40% młodzieży z biedniejszych rodzin<sup>59</sup>).

Nieodgadnione możliwości Internetu, ale i możliwe zagrożenia sprawiają, że kwestia edukacji kulturalnej i medialnej staje się w kontekście społeczeństwa informacyjnego bardzo ważna, jeśli nie kluczowa. Jak na razie uczymy młodzież technicznych sprawności obsługi komputera - są one bardzo ważne, bo w epoce elektronicznych mediów brak umiejętności poruszania się w sieci ma wykluczający z życia społecznego charakter. Niemniej nie powinniśmy zapominać, że dziś, być może

bardziej niż kiedykolwiek przedtem, potrzebne są również inne umiejętności - samodzielnego i krytycznego poszukiwania wiedzy, formułowania i przekazywania myśli w języku komunikatywnym dla różnych odbiorców, bezpiecznego poruszania się w sieci, wykorzystywania internetu do konstruktywnych celów.

---

59 PISA 2009 Results: Students on Line. Digital technologies and performance, vol. VI. OECD 2011. s. 146.

## **TADEUSZ KARPOWICZ**

*(Doradca metodyczny w Ośrodku Doskonalenia Metodycznego w Głogowie,  
nauczyciel wychowania fizycznego w Zespole Szkół im. J. Wyżkowskiego w Głogowie,  
trener klasy mistrzowskiej)*

### **Program nauczania z wychowania fizycznego uwzględniający nową podstawę programową dla IV etapu edukacyjnego**

Propozycja realizacji nowej podstawy programowej na zajęciach z wychowania fizycznego w systemie:

- 1. 2 godz. do realizacji w systemie klasowo – lekcyjnym**
- 2. 1 godz. w systemie zajęć do wyboru.**

**szlachetne zdrowie, nikt się nie dowie,  
jako smakujesz, aż się zepsujesz**  
Jan Kochanowski

Od autora:

Zachodzące zmiany w systemie organizacyjnym oświaty w kraju wzbudzają wiele kontrowersji i dyskusji, temat wprowadzenia nowej podstawy programowej zwłaszcza w realizacji programów nauczania z wychowania fizycznego wywołał wiele różnych czasami skrajnych opinii.

Naturalnie, że podchodzimy sceptycznie do zmian i nowych rozwiązań, z przyzwyczajenia i niechęci do nowych wyzwań przed którymi stają nauczyciele i pedagodzy, tak aby iść z „duchem z czasu”.

Możliwości wyborów szkół, niż demograficzny, konkurencja w zawodzie i oczekiwania wśród rodziców, zmieniły charakter pracy nauczyciela, wymusza ciągłe szkolenie, doskonalenie i zwiększoną efektywność w pracy. Poprzednie metody nauczania, organizacyjna strona pracy zmieniają się i nie można stwierdzić że były złe, lecz często nie adekwatne do wspomnianych potrzeb.

Od września 2012 r wchodzi do szkół ponadgimnazjalnych, wdrożona od 2009 r na niższym etapie edukacji, nowa podstawa programowa. Aby zachować ciągłość programową każdy prowadzący zajęcia w IV etapie edukacji przed opracowaniem programu nauczania, ma obowiązek zapoznać się z podstawą programową która obowiązuje w poprzednich etapach kształcenia.

Głównym celem kształcenia i wychowania na tym etapie jest:

- przygotowanie i wyposażenie ucznia w zasób wiadomości i umiejętności do całościowej aktywności fizycznej
- dbałość o zdrowie fizyczne i psychiczne, uświadomienie potrzeby aktywności fizycznej przez całe życie
- dalszy harmonijny rozwój fizyczny i intelektualny

Cele szczegółowe programu:

- rozwijanie indywidualnych predyspozycji i uzdolnień
- umiejętność oceny własnej sprawności fizycznej
- samoocena i samokontrola funkcjonowania własnego organizmu pod wpływem wysiłku fizycznego
- zrozumienie związku aktywności fizycznej ze zdrowiem, zapobiegania chorobom i ujemnym skutkom postępu cywilizacyjnego
- zasady zdrowego odżywiania się, kontroli stanu zdrowia własnego organizmu
- umiejętności organizacyjne w szeroko rozumianej kulturze fizycznej( sport, rekreacja, zawody, turnieje, rozgrywki)
- poznanie wielu różnych form aktywności fizycznej
- każdy uczeń wybiera „swoją” formę aktywności fizycznej i kontynuuje w przyszłości
- wykształcenie nawyku stałej i regularnej aktywności fizycznej
- zapobieganie i profilaktyka, umiejętność korygowania wad postawy
- przestrzeganie zasad higieny, znajomość zasady odnowy biologicznej, aktywnego wypoczynku
- uczeń wchodzi w posiadanie nawyku asekuracji, bezpiecznego korzystania z urządzeń i sprzętu sportowego
- jest odpowiedzialny za siebie i współwiczających, przestrzega zasad sprawiedliwości i kultury osobistej
- zna zasady, przepisy, taktyki gier zespołowych
- zdrowej rywalizacja w duchu fair – play
- wykorzysta techniki informacyjne do pogłębiania wiadomości na temat aktywnego, zdrowego stylu życia

Opis osiągnięć ucznia:

- uczeń po zakończonej edukacji potrafi ocenić swój stan zdrowia
- zna mocne i słabsze strony motoryczne swojego organizmu
- uzyskał poziom opanowania określonych działań ruchowych
- krytycznie i wybiórczo postrzega i odbiera sport, umiejętność odpowiedniego zachowania się na masowych imprezach sportowych i rekreacyjnych
- potrafi wypełnić czas wolny obecnie a zwłaszcza w przyszłości w aktywny prozdrowotny charakter
- jest przygotowany do korzystania z infrastruktury sportowo – rekreacyjnej naszych miejscowości
- umiejętność korzystania z otaczającego środowiska naturalnego w celu aktywności fizycznej

Kryteria kompleksowej oceny ucznia:

1. przy ustaleniu oceny z wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających z tych zajęć. *(patrz na kryteria i zasady oceny ucznia z wychowania fizycznego w Zespole Szkół im. J. Wyżykowskiego w Głogowie )*

Przed przystąpieniem do opracowania programu nauczania( sposoby osiągania w/w celów ) musimy brać pod uwagę:

- zainteresowania i predyspozycje młodzieży
- organizacyjną stronę realizacji programu ( warunki, baza i infrastruktura sportowa placówki i miejscowości w której się znajduje )
- predyspozycje i uprawnienia prowadzącego
- historyczne uwarunkowania danej szkoły oraz tradycje związane z kulturą fizyczną
- zgodność ze statutem szkolnym i wewnątrzszkolnym systemem oceny

Treści programowe:

I. W systemie klasowo – lekcyjnym:( plan kierunkowy )

W klasie I szkoły ponadgimnazjalnej jest kontynuacja kształcenia ogólnego ( podobnie jak inne przedmioty nauczania, kształcenie ogólne rozłożone jest na 4 letni okres obejmujący III etap edukacji szkoły gimnazjalnej i pierwszą klasę szkoły ponadgimnazjalnej ).

Zawarta szeroka podstawa wielu działań nauczania jak i wielu działań ruchowych, ma na celu harmonijny rozwój motoryczny organizmu oraz wyboru przez ucznia wspomnianej „swojej” formy aktywności fizycznej tak, aby kontynuować w przyszłości.

Ewaluacja w następnych latach edukacji danej grupy ćwiczebnej czy klasy pozwala na zawężenie cykli tematycznych. Następuje eksponowanie najbardziej preferowanych działań ruchowych przez uczniów, tak aby opanowali i doskonalili w najwyższym wymiarze swoje konkurencje czy dyscypliny w szkole i w przyszłości.

#### **1. Diagnoza sprawności i aktywności fizycznej oraz rozwoju fizycznego**

- 1.1. mocne i słabe strony swojej sprawności fizycznej na podstawie sprawdzianów, prób, testów
- 1.2. określa indywidualną progresję (swoją) wynikową (motoryczną i innych działań ruchowych)
- 1.3. potrafi opracować program aktywności fizycznej dostosowany do własnych potrzeb
- 1.4. dopasuje rodzaj aktywności fizycznej do wieku, płci, zawodu itp.

#### **2. Trening zdrowotny**

- 2.1 potrafi ocenić i zinterpretować reakcje własnego organizmu na wysiłek o różnej intensywności
- 2.2. rozumie i wyjaśni charakter prozdrowotnego aktywnego stylu życia

#### **3. Sporty całego życia i wypoczynek**

- 3.1. umie zastosować poznane elementy techniki i taktyki w grach zespołowych oraz indywidualnych formach aktywności fizycznej

#### **4. Bezpieczna aktywność fizyczna i higiena**

- 4.2. różnice między sportem (wyczynowym) a rekreacją fizyczną
- 4.3. higiena osobista, odnowa biologiczna

#### **5. Sport**

- 5.1. rozwijanie predyspozycji i uzdolnień własnych
- 5.2. każdy uczeń posiada swoje mocne sportowe strony
- 5.3. reprezentacje szkoły, od zajęć pozalekcyjnych do treningu sportowego

#### **6. Edukacja zdrowotna ( cykl 30 godz. zajęć najlepiej w ciągu roku lub semestru ) - obszary:**

- 6.1. aktywność fizyczna, praca i wypoczynek, nawyki zdrowego odżywiania
- 6.2. rozwój fizyczny człowieka, elementy anatomii i fizjologii
- 6.3. zdrowie fizyczne - profilaktyka, psychiczne, psychospołeczne
- 6.4. sport a rekreacja fizyczna, negatywne skutki dopingiu

II - W systemie zajęć do wyboru ( w Zespole Szkół przedstawiono propozycje zajęć )

1. Zajęcia na pływalni i siłowni
2. Piłka siatkowa i koszykowa
3. Tenis stołowy
4. Aktywna turystyka

Opracowany program nauczania jest oparty o tradycje lekkoatletyczne w szkole (wielu reprezentantów i medalistów mistrzostw kraju), oraz bazę sportową i możliwość korzystania z blisko położonych Głogowskich Obiektów Sportowych, głogowskich kompleksów parkowych.

Obszary tematyczne – formy aktywności ruchowej:

1. Atletyka terenowa i lekka atletyka, jogging, nordic – walking
2. Sporty i gry zespołowe : piłka koszykowa, piłka siatkowa, piłka nożna, piłka ręczna,
3. Zajęcia na siłowni
4. Zajęcia na pływalni
5. Ogólnorozwojowe działania ruchowe i rekreacyjne ( różne )
6. Gimnastyka: ćwiczenia wolne i na przyrządach

Plan kierunkowy (etapowy) - obowiązkowe zajęcia w systemie klasowo – lekcyjnym, do realizacji wymagań programowych w/g obszarów tematycznych wymagań programowych i form aktywności ruchowych.

kl. I

l. p.	Obszary ( bloki ) tematyczne	I semestr	II semestr
1	Lekka atletyka i atletyka terenowa	7	5
2	Gimnastyka	6	4
3	Sporty i gry zespołowe		
a	piłka koszykowa	7	7
b	piłka siatkowa	7	6
c	piłka ręczna	-	4
d	piłka nożna	5	5
4	Ogólnorozwojowe działania rekreacyjne		
a	tenis stołowy	6	-
b	piłka plantowa	-	3
c	kręgle	1	-
5	Zajęcia na pływalni	5	-
6	Zajęcia na siłowni	4	3

Plan wynikowy dla I kl.

Tematyka zajęć, działy i obszary	Wymagania edukacyjne	Ocena, wiadomości,
----------------------------------	----------------------	--------------------

Lekka atletyka

Temat:	Liczba godzin	Podstawowe	Ponadpodstawowe	uwagi i spostrzeżenia
Atletyka terenowa: – Marszobieg i wycieczki terenowe – marsz w terenie z kijkami – nordic walking	2 1	– marsz, trucht, bieg na dowolną odległość w czasie 15 min. – uczeń marszem truchtem pokonuje przeszkody terenowe – uczeń umie zmierzyć sobie i koledze tętno	– bieg wytrzymałościowy dystansie 1000 m max możliwości – dla chętnych – potrafi ocenić stopień wytrenowania organizmu podstawie tętna i objawów wysiłku – dobrze samodzielnie trasę marszu i biegu z wykorzystaniem urządzeń i warunków terenowych	– ocena za uzyskane wyniki – plusesy za wiadomości zaangażowanie na zajęciach * przekazać wiadomości naz botaniki i geografii – ocena dla najaktywniejszych 4. podstawowe wiadomości z fizjologii wysiłku

<p>Start niski:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Doskonalenie startu niskiego i bieg sprinterski na dystansie 60 m.</li> <li>- Kształtowanie szybkości przez formy zabawowe i bieg sprinterski na 40 m ze startu lotnego.</li> </ul>	1  1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- prawidłowo wykona start niski na komendę</li> <li>- uczeń dokona pomiaru u biegu sprinterskiego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bieg sprinterski na dystansie 60 m z wykorzystaniem bloków startowych</li> <li>- bieg sprinterski na 40 m ze startu lotnego ( test ), uczeń wyjaśni możliwości poprawy swoich cech motorycznych oraz przydatność testu w innych dyscyplinach sportowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ocena za uzyskane wyniki</li> <li>* przekazać wiadomości o organizacji zawodów lekkoatletycznych</li> </ul>
<p>Biegi sztafetowe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Doskonalenie zmiany pałeczki sztafetowej.</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- uczeń zna zasady rozgrywania biegów sztafetowych, wymieni podstawowe konkurencje I. a. wybrane rekordy najważniejsze zawody</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi przeprowadzić rozgrzewkę z wykorzystaniem drzew, nierówności terenowych</li> <li>- dokona zmiany pałeczki z partnerem wybranym sposobem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ocena za odpowiedni dobór ćwiczeń kształtujących cechy motoryczne</li> <li>- ocena dla najlepszego zespołu w rywalizacji sztafet</li> </ul>
<p>Skok w dal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Doskonalenie skoku w dal techniką naturalną.</li> <li>- Nauka skoku w dal techniką piersiową.</li> </ul>	1  1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zna zasady wymierzania rozbiegu i wykona skok w dal techniką naturalną z połowy rozbiegu</li> <li>- wykona skok w dal z miejsca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- samodzielnie skoryguje sobie i koledze rozbieg, wykona skok w dal z pełnego rozbiegu techniką naturalną lub piersiową</li> <li>- j/w</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>plusy za umiejętność korygowania swojego rozbiegu</li> <li>- ocena za uzyskane wyniki</li> <li>* informacje na temat higieny, odnowy biologicznej</li> </ul>
<p>Pchnięcie kulą:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Doskonalenie techniki pchnięcia kulą.</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykona prawidłowe pchnięcie kulą z miejsca oraz rzuty wielobojowe kulą 4 kg</li> <li>- dokona pomiaru odległości pchnięcia kulą</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykona pchnięcie kulą z doskoku na max możliwości kulą 5 kg</li> <li>- oceni swoje możliwości predyspozycje określonych konkurencjach</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* informacje o bezpieczeństwie na zajęciach i zawodach</li> <li>- ocena za uzyskane wyniki</li> <li>* informacje na temat dopingu</li> </ul>



Bieg przez płotki: - Nauka techniki pokonywania płotki lekkoatletycznego w truchcie rytmie 5-kr lub 3-kr	1	- pokona płotek w dowolny sposób z prawidłowej strony - wymieni konkurencje 1. a. z płotkami	- pokona 2-3 płotki 1.a. poprawnie technicznie na wysokości 91,4 cm - potrafi skorygować błędy kolegi	plusy za aktywność na zajęciach i poprawne opanowanie ćwiczenia * mobilizacja uczniów do wykorzystania urządzeń 1.a.(płotki, pałeczki) w ćwiczeniach własnego pomysłu
Skok wzwyż : - Doskonalenie techniki naturalnej skoku wzwyż.	1	- wykona skok techniką naturalną lub nożycową na odpowiednio dobranej dla siebie wysokości	- wykona skok na maksymalnej wysokości przewrót w przód z biegu przez przeszkodę poprzeczkę	- ocena za uzyskany wynik

## Gimnastyka

### 1 Ćwiczenia zwinnościowo – akrobatyczne (wolne)

- Doskonalenie przewrotów w przód i w tył , nauka przewrotu w tył o prostych NN	2	- uczeń potrafi wykonać przewroty w przód i tył z dowolnie wybranej pozycji wyjściowej	-uczeń potrafi wykonać przewrót w przód z naskoku, nabiegu i nad przeszkodą -wykona przewrót w tył o prostych NN	- ocena za wykonane ćwiczenie * uczeń oceni poprawność wykonania ćw. u kolegi i wymieni elementy brane pod uwagę przy ocenie.
- Doskonalenie stania na rękach i głowie	1	- wykona próbe stania na głowie i stania na RR przy drabinkach z asekuracją	- samodzielne wykonanie stania na RR przy drabinkach i na głowie - (materac)	- ocena za wykonane ćwiczenia *przekazać informacje na temat asekuracji, pomocy ćwiczącemu koledze
- Nauka wychwyty z głowy i karku, doskonalenie przewrotów	2	- uczeń zna celowość i przydatność wykonywanych ćwiczeń gimnastycznych w sporcie	-uczeń wykona połączone znane różne ćwiczenia gimnastyczne -uczeń samodzielnie określi dla siebie stopień trudności i możliwości nauki nowych elementów	-ocena za wykonane ćwiczenia *akcentujemy bezpieczne wykonywanie ćwiczeń ( rola rozgrzewki )

## 2. Ćwiczenia na przyrządach

- Doskonalenie skoku kucznego w szerokości skrzyni, oraz skoku zawrotnego	1	- uczeń wykona skok lub naskok na skrzynię dostosowując indywidualnie wysokość skrzyni	- uczeń potrafi dostosować samodzielnie odległość odskoczni od skrzyni i wykona skok w szerokości skrzyni do wyboru - dla chętnych skok wzdłuż skrzyni	- plusy za przeprowadzenie rozgrzewki i dostosowanie umiejętności do skali trudności ćwiczenia
- Nauka odmyku i podciągania się na drążku, zabawowe formy ćw. na równoważni	1	- wykonanie swobodnego zwisu na drążku i próba podciągania się	- uczeń prawidłowo wykona podciąganie się na drążku na max. możliwości - wykonanie odmyku na drążku	- plusy za przeprowadzenie rozgrzewki i dostosowanie umiejętności do skali trudności ćwiczenia - plusy za wykonanie ćw. w parach na równoważni

### 3. Ogólnorozwojowe ćwiczenia gimnastyczno – rozciągające oraz z przyborami

- Ogólnorozwojowe ćw. gimnastyczno – rozciągające, test mm. brzucha	1	- uczeń wykona test na miarę swoich możliwości w dowolnym czasie - zna szereg ćw. na mm. brzucha	- wykonanie testu na max. możliwości lub na czas ( 30 sek. ) - potrafi ułożyć plan ćwiczeń na okres miesiąca z akcentem na mm. brzucha	- ocena za wykonane ćwiczenie * test mm. brzucha do wyboru - w zwisie na drabinkach - w siadzie
- Ogólnorozwojowe ćw. gimnastyczne – akcentujące mm. obręczy barkowej	1	- uczeń wykona test ugięć w barkach w podporze przodem na miarę swoich możliwości	- wykonanie testu na max. swoich możliwości	*nauka ćw. które uczeń może wykonać w domowych warunkach - ocena za wykonanie testu
- Ogólnorozwojowe ćwiczenia z piłkami lekarskimi i skakankami	1	- uczeń wykona rzuty wielobojowe piłką lekarską 2 kg i proste podskoki ze skakanką	- rzut piłką lekarską 3 kg na odległość	- przekazać zasób ćw. korekcyjnych i rozciągających z piłkami i skakanką

### Piłka koszykowa

- Doskonalenie rzutów do kosza z miejsca i po zatrzymaniu.	1	- uczeń potrafi wykonać rzut osobisty i z naskoku	- uczeń potrafi wykonać oba rodzaje rzutów będąc w posiadaniu piłki i po podaniu	- ocena techniki kozłowania podczas pokonywania toru z piłką (płynność, dynamika wykonania i zmiana ręki kozłującej)
- Doskonalenie kozłowania, zmiany kierunku oraz tempa kozłowania	1	- uczeń potrafi kozłować zmieniając rękę kozłującą	- uczeń potrafi kozłować zmieniając rękę kozłującą, kierunek i tempo kozłowania w odpowiednim tempie	*wiadomości: zwrócenie uwagi na różne rodzaje rzutów jednoręcznych i oburęcznych,

- Doskonalenie rzutów do kosza po kozłowaniu.	1	- uczeń potrafi wykonać „dwutakt” z piłką z jednej strony	- uczeń potrafi wykonać prawidłowy „dwutakt” z piłką z obu stron kosza	- rzuty o tablicę i bezpośrednio do kosza; z prawej i z lewej strony kosza. - oceniamy technikę wykonania „dwutaktu”
- Doskonalenie zatrzymania na jedno i dwa tempa.	1	- uczeń potrafi się zatrzymać na dwa tempa będąc przy piłce	- uczeń potrafi wykonać zatrzymanie na jedno i dwa tempa, i oddać rzut - wykonuje rzut z obejścia pod koszem z dwutaktu	- można dla chętnych w formie zabawy wykonać rzuty sytuacyjne
- Doskonalenie umiejętności indywidualnych uczniów gra w ataku 1x1(2x2).	2	- uczeń posiada wiadomości z wybranych zagadnień przepisów gry w piłkę koszykową (gra w uproszczonej piłce koszykowej)	- uczeń zna szczególnie wszystkie przepisy związane z piłką koszykową	- gra szkolna – gry 1x1 do 3 koszy (2x2) - oceniamy skuteczność gry 2x2 (mini turniej klasowy)
- Doskonalenie gry w obronie strefowej.	2	- uczeń potrafi przyjąć pozycję zawodnika w obronie	- uczeń wie, na czym polega obrona strefowa i potrafi ją ustawić w zależności od położenia piłki	* wiadomości - na czym polega obrona strefowa i jak możemy ją ustawiać
- Doskonalenie gry w ataku pozycyjnym.	1	- uczeń wie, jaka jest różnica między atakiem pozycyjnym, a szybkim	- uczeń potrafi wymienić zasady postępowania w ataku pozycyjnym, taktyka poznanych ataków, zastosowanie	* wiadomości o trajektorii lotu piłki, a siła rzutu
- Doskonalenie taktyki i elementów gry według zasad – gra właściwa.	2	- uczeń potrafi wymienić zadania kapitana zespołu	- uczeń potrafi wymienić obowiązki i zadania kapitana zespołu, sędziego i członka drużyny	* zasady fair play na boisku
- gra szkolna właściwa w strett-bal	2	- uczeń zna zasady gry	- potrafi zorganizować turniej	* gry i turnieje odbywają się na boisku szkolnym - plusy za zwycięstwo w turnieju

#### Piłka siatkowa

- Doskonalenie postawy i poruszania się po boisku: start, skok, bieg, krok dostawny, krok krzyżowy.	1	- uczeń umie przyjąć podstawową pozycję siatkarską	- uczeń umie dostosować postawę siatkarską do odbić sytuacyjnych	*gry i zabawy uczące prawidłowej postawy siatkarskiej
---	---	--	--	---

- Doskonalenie odbicia piłki sposobem obręcz górnym i dolnym.	1	- uczeń potrafi wykonać odbicie sposobem górnym i dolnym	- uczeń umie nagrać piłkę na zawodnika wystawiającego	- ocena za wielokrotne odbicie dolne i górne
- Doskonalenie rozegrania piłki: - w zespołach 2-3 osobowych	2	- uczeń potrafi wystawić piłkę	- uczeń potrafi rozegrać piłkę do przodu i do tyłu	-doskonalimy odbicia po rzucie z przeciwnego boiska i po przyjęciu zagrywki dolnej i tenisowej.
- Doskonalenie zagrywki tenisowej	1	- uczeń umie wykonać zagrywkę tenisową	- uczeń umie wykonać zagrywkę w oznaczone miejsce	- ocena za technikę zagrywki z kilku miejsc pola zagrywki
- Doskonalenie odbioru z zagrywki tenisowej	1	- uczeń umie nagrać na środkowego pod siatką	- uczeń umie nagrać na wystawiającego i zaatakować	* uczeń potrafi wyjaśnić podstawowe założenia taktyczne w ataku.
- Doskonalenie umiejętności technicznych i taktycznych w małych grach w zespołach 2-3 osobowych.	2	- uczeń potrafi ustawić się i zagrać na określonej pozycji	- uczeń potrafi wykonać zbiecie piłki	* wiadomości o asekuracji skrzydłem i środkiem
- Zapoznanie uczniów z taktyką podczas meczu siatkówki .	2	- uczeń potrafi prawidłowo odczytać sygnalizację sędziowską	- uczeń potrafi wskazać błędy techniczne w czasie gry	* wiadomości z zasad sędziowania, uczniowie poznają podczas różnych spotkań siatkarskich
- Doskonalenie umiejętności taktycznych w grze, gra szkolna i właściwa	3	- uczeń potrafi samodzielnie przeprowadzić kilkuminutową rozgrzewkę przygotowując się do własnej gry	- uczeń potrafi wybrać odpowiedni system rozgrywek - uczeń umie dobrać ćwiczenia z piłką przygotowujące do gry właściwej	- ocena za aktywność (reprezentowanie klasy w SIS piłki siatkowej lub rozgrywkach )

## Piłka ręczna

- Doskonalenie podań , chwytów i kozłowania - Doskonalenie rzutów do bramki.	2	-uczeń wykona podania i chwyt półgórne i górne w miejscu -uczeń potrafi wykonać rzuty do bramki z biegu	-wykonanie podań i chwytów w ruchu, ze zmianą miejsca umie zastosować podanie sytuacyjne - uczeń wykona celne rzuty do bramki z biegu i wyskoku	*informacje dotyczące współpracy w grupie w celu osiągnięcia zamierzonego celu - ocena za wykonane ćwiczenie
- Doskonalenie poznanych elementów poprzez grę szkolną	2	- uczestnictwo w grze szkolnej, poprawne wykonywane podstawowych elementów technicznych	- aktywne uczestnictwo w grze, doskonale orientuje się w przepisach, zdobywa bramki dla swojego zespołu	- plusy za znajomość i przestrzeganie przepisów w czasie gry

## Piłka nożna

- Doskonalenie uderzeń piłki zewnętrzną i wewnętrzną częścią stopy.	1	- uczeń potrafi wykonać podanie i przyjęcie piłki zewnętrzną i wewnętrzną częścią stopy	- uczeń ma opanowaną piłkę w prowadzeniu podczas biegu	- ocena za sprawdzian techniczny
- Doskonalenie uderzeń i strzałów na bramkę prostym podbiciem.	1	- uczeń potrafi prowadzić piłkę nogą i oddać strzał na bramkę z dowolnego uderzenia	- potrafi wykonać przyjęcie piłki z powietrza i oddać strzał prostym, wew. i zew. podbiciem	* uczeń powinien zostać wyposażony w zasób wiad. z taktyki gry drużyny atakującej, broniącej, bramkarza, przepisów i zasad sędziowania
- Doskonalenie uderzeń piłki głową, zabawy piłkarskie „Jaś”.	1	- uczeń umie uderzyć piłkę leżącą na podłożu z miejsca i truchtu	-ma opanowaną piłkę „żonglując” nogą i głową	* można zorganizować zawody w żonglowaniu piłki
- Doskonalenie gry bramkarza, gra szkolna i właściwa.	1	- uczeń umie piąstkować piłkę, potrafi wykonać wyrzut bramkarski i wykop	- uczeń potrafi wykonać bez upadku bramkarski chwyt piłki toczącej się i z uderzenia półgórnego	-ocena za zaangażowanie w grze (plusy), przeprowadzenie rozgrzewki, znajomość taktyki gry

- Doskonalenie umiejętności technicznych i taktycznych, gry w zespołach dwu- i trzyosobowych.	1	- uczeń potrafi poruszać się po boisku, zna zasady gry oraz przepisy i może sędziować grę kolegów	- potrafi uzyskać punkty w czasie gry (pokonując bramkarza), współdziałać z kolegami z drużyny	* przekazać zasady „czystej gry”, współdziałania w zespole
- Doskonalenie umiejętności taktycznych i technicznych w grze szkolnej i właściwej.	5	- uczeń uczestniczy w grze na każdej pozycji	- uczeń potrafi pokierować grą swojej drużyny	* rola kapitana drużyny, zasady zachowania kibica, szacunku dla przeciwnika, umiejętność wygrywania i przegrywania

### Ogólnorozwojowe działania rekreacyjne

#### Tenis stołowy

- Doskonalenie serwisu i jego odbioru w tenisie stołowym.	2	- uczeń potrafi wykonać prawidłowo serwis	- uczeń potrafi zademonstrować rodzaje serwisu	* wiadomości na temat możliwości wykorzystania umiejętności gry w rekreacji i na obozach
-Doskonalenie ataku i obrony w tenisie stołowym.	2	- uczeń potrafi zaatakować z wysokiej piłki	- uczeń potrafi atakować piłeczką znajdującą się na różnych wysokościach	* wiadomości na temat jak przejść z obrony do ataku
- Doskonalenie gry pojedynczej w tenisie stołowym.	2	- uczeń wie jak sędziować mecz w tenisie stołowym	- uczeń potrafi przeprowadzić turniej tenisa stołowego	- oceniamy indywidualne umiejętności ucznia (gra w turnieju klasowym)

#### Gra w piłkę palantową

- Doskonalenie odbić kijem do „palanta”.	1	- uczeń potrafi trafić kijem w piłkę z własnego podrzutu	- uczeń potrafi odbić poprawnie piłkę z własnego podrzutu i z narzutu	* wiadomości o koordynacji wzrokowo – ruchowej (uczeń – kij – piłeczka) – nauczyciel ocenia technikę odbicia kijem
- Doskonalenie gry w „palanta”.	2	- uczeń zna przepisy gry w „palanta”	- uczeń zna przepisy i potrafi tą znajomość przepisów wykorzystać podczas sędziowania	* wiadomości na temat zasad bezpieczeństwa podczas gry

- Zajęcia na kręgielni	1	- uczeń zna w swojej miejscowości infrastrukturę rekreacyjno – sportową	- potrafi wykonać podstawowe czynności związane z grą w kręgle	* znajomość zasad gry i możliwości skorzystania z rekreacyjnych form w mieście
- Ogólnorozwojowe formy ćwiczeń rozciągających, korekcyjnych i stretchingu	2	- uczeń potrafi przeprowadzić rozgrzewkę i skorygować poprawność wykonania ćwiczeń korekcyjnych na określonej wadę (plecy okrągłe )	- zna zasady stretchingu, cele i zastosowanie - przeprowadzi ćwiczenia przygotowujące, wstępne do określonego działania ruchowego	- ocena za przeprowadzenie części zajęć

### Zajęcia na basenie

- Doskonalenie techniki pływania stylem dowolnym	2	- uczeń opanowuje podstawowa technikę pracy NN i RR oraz koordynację	- uczeń doskonali styl pływania stylem dowolnym - pokonuje odpowiedni dla siebie dystans	* jeżeli są uczniowie bez umiejętności pływania należy zastosować indywidualizację nauczania
- Doskonalenie pływania techniką stylu klasycznego	2	- uczeń opanował podstawowe ruchy i skoordynował pracę RR i NN do stylu klasycznego - wykonał próbę nurkowania	- doskonali i pokonuje określony dystans stylem klasycznym - uczeń nurkuje przedmioty i pokonuje odcinek pod wodą	- plusy za aktywność i zaangażowanie w zajęciach
- Zabawowe formy korzystania zaczadzeń na pływalni, odnowa biologiczna	1	- uczeń wykonał zjazd ślizgiem na zjeżdżalni - potrafi wymienić i skorzystać z urządzeń do odnowy biologicznej	- uczeń potrafi wyjaśnić zasady korzystania z sauny - korzystanie z sauny dla uczniów	* korzystanie z sauny dla uczniów za pozwoleniem od rodziców

### Zajęcia na siłowni

- Nauka zasad zachowania się na siłowni, bezpieczeństwo i dyscypliny związane ze sportami siłowymi.	1	- uczeń zna dyscypliny i konkurencje sportowe, w których dominującą cechą motoryczną jest siła	- uczeń potrafi zorganizować grupę ćwiczebną, przeprowadzić rozgrzewkę dostosowaną do poziomu sprawności	- ocena za wiadomości  - plusy za aktywność na zajęciach
- Metody pracy na siłowni, rekreacyjne i sportowe, cele i motywacja korzystania z siłowni.	1	- potrafi bezpiecznie wykonać podstawowe ćw. przy pomocy urządzeń i przyrządów znajdujących się w siłowni	- umie ocenić własną sylwetkę i kolegi w celu zaplanowania i doboru ćwiczeń	* przekazać uwagi o bezpieczeństwie, higienie, aktywnym stylu życia, korzystaniu z siłowni dla rekreacji w przyszłości
- Ogólnorozwojowe ćw. siłowe kształtujące całą sylwetkę metodą obwodową.	2	- potrafi asekurować i pomóc ćwiczącemu koledze	- potrafi dobrać odpowiednie ćwiczenia, aby kształtować wybrane partie mięśniowe	* wiadomości o budowie układu mięśniowego człowieka, anatomii i fizjologii
- Ogólnorozwojowe ćw. siłowe kształtujące wybrane partie mięśni metodą stacyjną.	2	- uczeń umie zachować się podczas ćwiczeń z całą grupą metodą stacyjną i obwodową	-umie wykonać ćwiczenia ze średnim dla siebie obciążeniem, powtórzyć z progresją po określonym czasie	* prawidłowa dieta w stosowaniu ćw. siłowych * zagrożenia wynikające ze stosowania różnych niedozwolonych środków wspomagających
- Nauka wyciskania leżąc na ławeczce	1	- wykonać prawidłowo sprawdzian z wyciskania leżąc z najmniejszym dostosowanym dla siebie obciążeniem	- wykonanie sprawdzianu z asekuracją ze średnim obciążeniem 30 kg (na ilość powtórzeń) lub dla chętnych ze zwiększonym	* indywidualne rekordy, planowanie i kontrola pracy na siłowni, ocena za wykonanie ćw

7. Przedstawiony plan jest dla pierwszego roku nauczania, w drugim i trzecim należy drogą ewaluacji tak dopasować działy nauczania, aby grupy klasowe lub ćwiczebne doskonały jak najwięcej najbardziej preferowane formy aktywności ruchowej.
8. Plan wynikowy w drodze ewaluacji powinien być stale modyfikowany i dostosowany do aktualnych możliwości danego oddziału czy grupy, tak aby spełniał swoją rolę i realizacja była efektywna.



### 1. Aktywna turystyka

#### Wstęp – uzasadnienie

Głogów jest położony w bardzo atrakcyjnym miejscu do realizacji n/w zajęć do wyboru, inne placówki na Dolnym Śląsku mogą z powodzeniem wykorzystać dogodne warunki do zaszczepienia zainteresowań aktywnym zdrowym stylem życia. Każda inna szkoła w kraju również może wykorzystać swoje położenie i z powodzeniem zaadoptować na swoim terenie program z aktywnej turystyki.

Ukierunkowanie na zwiedzanie naszych urokliwych miejsc, kontaktu z naturą oraz realizacji aktywności ruchowej, będzie procentowało w przyszłym dorosłym życiu w/g zasad prozdrowotnego coraz modniejszego stylu.

Bliski i dogodny dojazd do sąsiadujących regionów przygranicznych pozwala na wykorzystanie i pogłębienie znajomości języków obcych, poznanie nowych środowisk i kontaktów z rówieśnikami z Czech i Niemiec, zgodnie z maksymą - „podróże kształca”.

W IV etapie edukacyjnym młodzież powinna opanować samodzielną umiejętność organizacji swojego, grupy towarzyskiej oraz w przyszłości rodzinnego czasu wolnego, propozycja programu nauczania z akcentem aktywności sportowo – turystycznej ma pokazać i zachęcić możliwości wyboru takiego właśnie stylu życia teraz i w przyszłości.

Program już w przybliżonej formie funkcjonuje w Zespole Szkół im. Jana Wyżykowskiego w Głogowie, sprawdził się aktywizując sporą grupę młodzieży, która aktywnie uczestniczy w programie, spełniając moje oczekiwania, co dało mi ogromną satysfakcję widząc, co roku zaangażowanie coraz większej grupy młodzieży. Powiązanie wyjazdów turystycznych ze sportem w formie zabawowej i rekreacją dało efekt zaskakująco pozytywny, ponieważ nie chodzi tu o wyczyn sportowy tylko przełamywanie własnych słabości, ustanawianie indywidualnych rekordów, rywalizację w duchu fair play z rówieśnikami w kraju i za granicą – dlatego preferowana turystyka i lekka atletyka daje takie możliwości.

Przyznaję, że podpatrzone wzorce z Czech przełożyłem na nasze możliwości, w niedalekim Jabloncu n/N istnieje kompleks sportowy, który daje szerokie możliwości do realizacji programu. Hala lekkoatletyczna i system otwartych zawodów dla wszystkich kategorii od dzieci do weteranów, z cyklu tzw. „Lekkoatletyczna Halowa Streda” daje możliwość sprawdzenia się w dowolnej wybranej konkurencji np. skoki w dal, wzwyż, pchnięcie kulą, rzut ciężarkiem, konkurencje biegowe od 60 m do 3000m, dla wszystkich chętnych niezależnie od zaawansowania i poziomu sportowego. W niemieckim Cottbus też w podobnej formie organizowane są zawody lekkoatletyczne dla młodzieży szkolnej we wszystkich pionach kształcenia a dogodny dojazd sprzyja wymianie młodzieżowej i realizacji programu.

Z kolei walory turystyczne naszego województwa są tak atrakcyjne, że nie muszą ich przytaczać i opisywać, to ogromne pole do realizacji programu, przy zaawansowaniu i powodzeniu można rozszerzyć o zasięg ogólnopolski a nawet europejski.

Organizowane obozy wypoczynkowe na feriach i wakacjach nad morzem i w górach dla chętniej młodzieży, również spełniają rolę zaszczepienia zainteresowań sportem, rekreacją i turystyką, wszelkiego rodzaju rozgrywki, mecze w grach zespołowych dają młodzieży dużo satysfakcji w konfrontacji między sobą i innymi grupami rówieśników.

Wykorzystanie możliwości, jakie stwarza baza sportowo – rekreacyjna w mieście Głogowie np. kręgielnia, lodowisko, pływalnie oraz odbywające się imprezy sportowe i rekreacyjne (mecze ligowe) na terenie miasta czy regionu, daje możliwość interpretacji konstruktywnego i destrukcyjnego zachowania się kibiców sportowych, pozwala wyjaśnić relacje między sportem profesjonalnym, rekreacją a zdrowiem.

Wymienione formy realizacji programu dają większe możliwości, niż formy lekcyjne, wyjaśnienia istoty wartości zdrowia, dbałości o własne zdrowie, interpretacji reakcji własnego i kolegi organizmu, samokontroli, nauki zachowań związanych z wysiłkiem fizycznym,

chorobami cywilizacyjnymi, dopingiem w sporcie, tolerancji, szacunku do odmienności i zachowań.

Nowa proponowana podstawa programowa daje możliwość uatrakcyjnienia zajęć z wychowania fizycznego, a co najważniejsze zaszczepienie aktywnego spędzania czasu wolnego, co wiąże się ze zdrowiem naszego społeczeństwa. Cztery działy do wyboru zajęć fakultatywnych ( sportowy, rekreacyjno – zdrowotny, taneczny i turystyczny) może obniżyć coraz większą liczbę zwolnień całkowitych z w-f, ale narzuca bardziej energiczne działania wśród nauczycieli, aby sprostać wymaganiom zmian proponowanych przez MEN.

Przykład n/w programu wykazuje słuszną drogę zmian, aby zapobiec zjawisku pogłębiania się patologii, agresji i spadku sprawności motorycznej dzieci i młodzieży.

Program wychodzi na przeciw tendencjom i kierunkom zajęć organizowanym dla grup międzyoddziałowych, międzyrocznikowych a nawet międzyszkolnych, ale taka jest droga zmian które mają poprawić istniejący stan wychowania fizycznego, zwłaszcza w IV etapie nauczania.

W realizacji programu musi być zaangażowana kilkusobowa kadra nauczycielska, niekoniecznie związana z wychowaniem fizycznym, w związku z czym widzę potrzebę doskonalenia zawodowego dla nauczycieli w kierunku turystyki ( kierownik wycieczek i wypoczynku dzieci i młodzieży) są bardzo pomocne, moi koledzy z Zespołu Szkół doskonale spełniają się w tej roli uczestnicząc w programie.

Cele:

Wyposażenie ucznia w zasób wiadomości i umiejętności oraz świadomość w celu ich wykorzystania w przyszłym dorosłym życiu:

3. prozdrowotny charakter wszelkich działań ruchowych zmierzających do zapobiegania chorobom (zwłaszcza cywilizacyjnym) i doskonaleniu zdrowia fizycznego, psychicznego oraz społecznego
4. zaszczepieniu potrzeby całonocnej aktywności fizycznej, czerpanie satysfakcji z wysiłku i efektów zdrowotnych
5. umiejętność kierowania własnymi możliwościami wysiłku fizycznego, dostosowania do potrzeb zdrowotnych, rekreacyjnych oraz formy zabawy i czynnego wypoczynku
6. poznanie walorów turystycznych, historycznych naszego miasta, okolicy i kraju
7. obcowanie w naturalnym środowisku przyrody, umiejętność z korzystania z zasobów naturalnych w celach odpoczynku i rekreacji
8. nawiązanie kontaktów z rówieśnikami z Czech i Niemiec
9. rywalizacja sportowa i sprawdzenie swoich możliwości
10. korzystanie z infrastruktury sportowo - rekreacyjnej naszego regionu
11. integracja młodzieży
12. wykorzystanie w praktyce wiedzy szkolnej z biologii, historii, lektoratów

*Miejsce realizacji:*

1. Program realizowany jest w oparciu o bazę dydaktyczną i sportową Zespołu Szkół im. J. Wyżykowskiego w Głogowie, obiekty Głogowskich Obiektów Sportowych, wykorzystanie możliwości, jakie stwarza baza sportowo – rekreacyjna w mieście Głogowie np: kręgielnia, lodowisko, pływalnie oraz imprezy sportowe i rekreacyjne odbywające się na terenie miasta czy regionu.

2. Turystyczne regiony województwa dolnośląskiego – w szczególności Karkonosze oraz ziemi lubuskiej.

3. Przygraniczne miasta partnerskie – Jablonec n/N w Czechach i Cottbus w Niemczech

Finansowanie programu:

Realizacja programu może wydawać się nie do zrealizowania bez zwiększonych nakładów finansowych, lecz należy wykorzystać istniejące już możliwości, np. w Głogowie - uczestnicząc w Głogowskich Dniach Turystyki, corocznych Integracyjnych Rajdach Turystycznych, rajdach rowerowych – „ Nie Ruszaj Bez Kasku” (finansowanych przez urząd miasta), zniżki przy grupowych wejściach do muzeum, obiektów sportowych, imprezach sportowych (np. zwiedzanie

podziemi czy udostępnionych obiektów historycznych - 1zł), otwartych dni turystycznych, imprez sportowo – rekreacyjnych, wycieczki rowerowe i piesze – bezpłatne.

Źródła finansowania: organy prowadzące placówki (wydziały promocji, oświaty, sportu, ekologii), rada rodziców szkoły, zniżki w biurach turystycznych i firmach transportowych (stała współpraca), sponsorzy (firmy), kluby, organizacje, programy i fundacje ( M.K.S, Szansa, Maraton, Zielona Akcja, program Działaj Lokalnie, Akademia Rozwoju Filantropii)

Uwaga: zajęcia muszą być bezpłatne dla uczniów !

*Propozycja turystyczno - sportowe dla I kl. ( treści programowe ):*

13. wrzesień – udział w Głogowskich Dniach Turystyki:
14. gra terenowa w lesie – marsz na orientację
15. zabawa gra turystyczno – krajoznawcza – historyczna po ulicach Starego Miasta
16. udział w festynie sportowo – rekreacyjnym- gry i zabawy zręcznościowe, plażowa piłka nożna i siatkowa
17. rajd rowerowy
18. październik – udział w corocznym integracyjnym rajdzie pieszym w Karkonoszach
19. grudzień – wyjazd na jednodniowy spacer szlakiem turystycznym w Szklarskiej Porębie:
20. wodospad Kamieńczyk – wejście na halę Szrenicką i szczyt Szrenicy – przejście do schroniska Pod Łabskim Szczytem - powrót do Szklarskiej Poręby
21. styczeń – wyjazd na halowe zawody lekkoatletyczne do Jablonca w Czechach,
22. w programie wyjazdu zwiedzanie miasta oraz udział w otwartych zawodach dla wszystkich kategorii od dzieci do weteranów, z cyklu tkzw. „Lekkoatletyczne Stredy” w dowolnej wybranej konkurencji np. skok w dal, wzwyż, pchnięcie kulą, rzut ciężarkiem konkurencje biegowe od 60 m do 3000m - zawody w formie zabawowej
23. marzec – spacer turystyczny zabytki naszego miasta (zwiedzanie podziemi, kolegiaty i wieży ratuszowej)
24. kwiecień – rajd rowerowy na Wzgórza Dalkowskie lub udział w cyklicznej imprezie turystycznej „ Nie Ruszaj Bez Kasku”
25. maj – piknik turystyczny na Wzgórzach Górkowskich – ognisko, śpiew przy gitarze
26. czerwiec – wyjazd turystyczno – krajoznawczy – wyprawa na zamek Chojnik – zwiedzanie starego miasta w Jeleniej Górze

Propozycje turystyczno - sportowe dla II i III kl.:

9. Rozszerzając ofertę turystyczną w klasach starszych należy drogą ewaluacji w zależności od zaawansowania turystycznego, możliwości motorycznych i świadomości uczestników, wysunąć propozycję coraz bardziej złożoną i ciekawszą:
10. wyprawy turystyczne: trudniejszymi szlakami w Szklarskiej Porębie np. szlak na Śnieżne Kotły, w Karpaczu zdobycie szczytu Śnieżki od kościoła Wang przez schronisko Samotnia, możliwości jest wiele i na bieżąco można korygować oraz planować trasy turystyczne
11. spływy kajakowy: szlakiem na wyspę kormoranów na jeziorze Sławskim, Kajakowy Szlak Konwaliowy w Przemęckim Parku Krajobrazowym lub spływ rzeką Szprotawą
12. wyprawy narciarskie: na „Łysą Górę” k/o Jeleniej Góry, do Szklarskiej Poręby lub do Harapowy w Czechach
13. zwiedzanie Wrocławia z uwzględnieniem ofert dla przyszłych studentów
14. udział w corocznym święcie regionalnym „Winobranie” w Zielonej Górze
15. udział w zawodach lekkoatletycznych: w Cottbus – Maisportfest i Zielonej Górze - zawody wieloboju,
16. w czasie wypraw turystycznych realizujemy ścieżki przedmiotowe związane z historią, biologią – wyjaśniając i poznając zjawiska meteorologiczne, zasady bezpieczeństwa na szlakach turystycznych w górach i parkach krajobrazowych, rozpoznajemy gatunki roślin, drzew itp., omawiamy historię miejsc, w których przebywamy i zwiedzamy

Propozycje sportowo - rekreacyjne:

17. Na bieżąco wyjścia na imprezy sportowo – rekreacyjne, mecze ligowe, międzypaństwowe, turnieje, zawody – nauka kulturalnego kibicowania, zachowania się na stadionach, historia lokalnych i krajowych wydarzeń sportowych, mistrzów sportu, obiektywnej oceny walki

sportowej, relacje między sportem profesjonalnym, amatorskim i zdrowiem, aspekty etyczne i zdrowotne dopingu w sporcie

18. Korzystanie z możliwości, jakie stwarzają obiekty sportowo– rekreacyjne naszego miasta i regionu – pływalnie odkryte i kryte, kąpielnia, lodowisko, boiska wielofunkcyjne np. do piłki plażowej, stadionu lekkoatletycznego, hali sportowej, siłowni, gabinetów odnowy biologicznej np. sauny, kriokomory – nauka korzystania w przyszłości, wyjaśnianie, na czym polega dbałość o zdrowie, odpowiedzialność za zdrowie swoje i społeczeństwa, praca nad sobą, poczucie własnej wartości, radzenie sobie z krytyką, zasady gospodarowania czasem, wyjaśniamy związek zdrowia a środowiska.

Wnioski ewaluacyjne: ( po kilkuletniej realizacji programu)

Jeżeli grupa jest liczna i są duże rozbieżności w ogólnej sprawności motorycznej, wskazane jest zastosowanie indywidualizacji nauczania dla osób które mogą odstawać od średniej, zwłaszcza dla osób o wybitnych predyspozycjach motorycznych. Należy spodziewać się zainteresowania taką formą realizacji programu nauczania u młodzieży ze sprawności ponad przeciętną, którzy lubią spędzać aktywnie czas wolny, otwarci są na różne formy aktywności ruchowej. Z mojego doświadczenia prowadzenia w takiej formie zajęć, wynika że część młodzieży miała kontakt z formami sportu ( szkolnego i klubowego) lecz była też grupa która nie uprawiała żadnej dyscypliny sportowej a pod wpływem kolegów, rodziny i własnej inicjatywy wybrała formę turystyczną jako ulubioną formę wypoczynku i nauki.

19. Należy dobrze przygotować się teoretycznie, aby można przekazać szereg informacji z anatomii, fizjologii, geografii, historii, młodzież wręcz wymaga wyśnień, często zadaje pytania na nurtujące je tematy ( źródłem wiedzy jest oczywiście internet gdzie zawsze można się przygotować), czasami pod wpływem prowadzącego zainteresowanie rośnie określonymi zagadnieniami, można wyznaczać spośród uczestników programu tematy do opracowania i przekazania rówieśnikom
20. W trzecim roku nauczania i realizowania programu na zajęciach lekcyjnych mogą dominować działy np. z gier zespołowych , takie jak najbardziej są ulubione, najchętniej wykonywane działania ruchowe i doskonalone aby można było zaangażować najwięcej wśród młodzieży do samodzielnego prowadzenia tych zajęć ( jeżeli jest możliwość wyboru np. siłownia, sala do gier, sala do tenisa stołowego, wyjście na pływalnię jak w w/w szkole to można dopuścić do samodzielnej decyzji wyboru charakteru zajęć )

## 2. Zajęcia na pływalni

Cele:

Wyposażenie ucznia w zasób wiadomości i umiejętności oraz świadomość w celu ich wykorzystania w przyszłym dorosłym życiu:

21. prozdrowotny charakter wszelkich działań ruchowych zmierzających do zapobiegania chorobom (zwłaszcza cywilizacyjnym) i doskonaleniu zdrowia fizycznego, psychicznego oraz społecznego
22. wszechstronny rozwój motoryczny, umiejętność korygowania wad postawy, odnowa biologiczna
23. zaszczepieniu potrzeby całozyciowej aktywności fizycznej, czerpanie satysfakcji z wysiłku i efektów zdrowotnych
24. umiejętność kierowania własnymi możliwościami wysiłku fizycznego, dostosowania do potrzeb zdrowotnych, rekreacyjnych oraz formy zabawy i czynnego wypoczynku
25. korzystanie z infrastruktury sportowo - rekreacyjnej naszego regionu
26. nabycie umiejętności pływania lub doskonalenia techniki
27. bezpieczne korzystanie pływalni i otwartych akwenów wodnych

*Miejsce realizacji:*

Pływalnia „ Chrobry „ Głogowskich Obiektów Sportowych ul. W. Stwosza – pływalnia kryta ( zespół odnowy biologicznej i rehabilitacji) kąpielisko otwarte, obiekty sportowo – rekreacyjne ( boiska do piłki plażowej, piłki nożnej, wielofunkcyjne)

*Treści programowe:*

28. ćwiczenia i zabawy oswajające w wodzie, oddechowe, zabawy wypornościowe
  29. skoki do wody: startowy, ratowniczy
  30. doskonalenie techniki określonych stylów
  31. nauka pływania (indywidualizacja procesu nauki dla osób nie posiadających umiejętności)
  32. elementy nurkowania i zabawy w wodzie
  33. zawody, pływanie na czas dla chętnych z rywalizacją
  34. gra w piłkę wodną – uproszczoną
  35. elementy ratownictwa wodnego
  36. nauka korzystania z odnowy biologicznej
  37. nauka ćwiczeń korekcyjnych w wodzie
  38. aqua – aerobic w wodzie
- korzystanie z możliwości otwartych basenów i boisk: gra w piłkę siatkową i nożną plażową

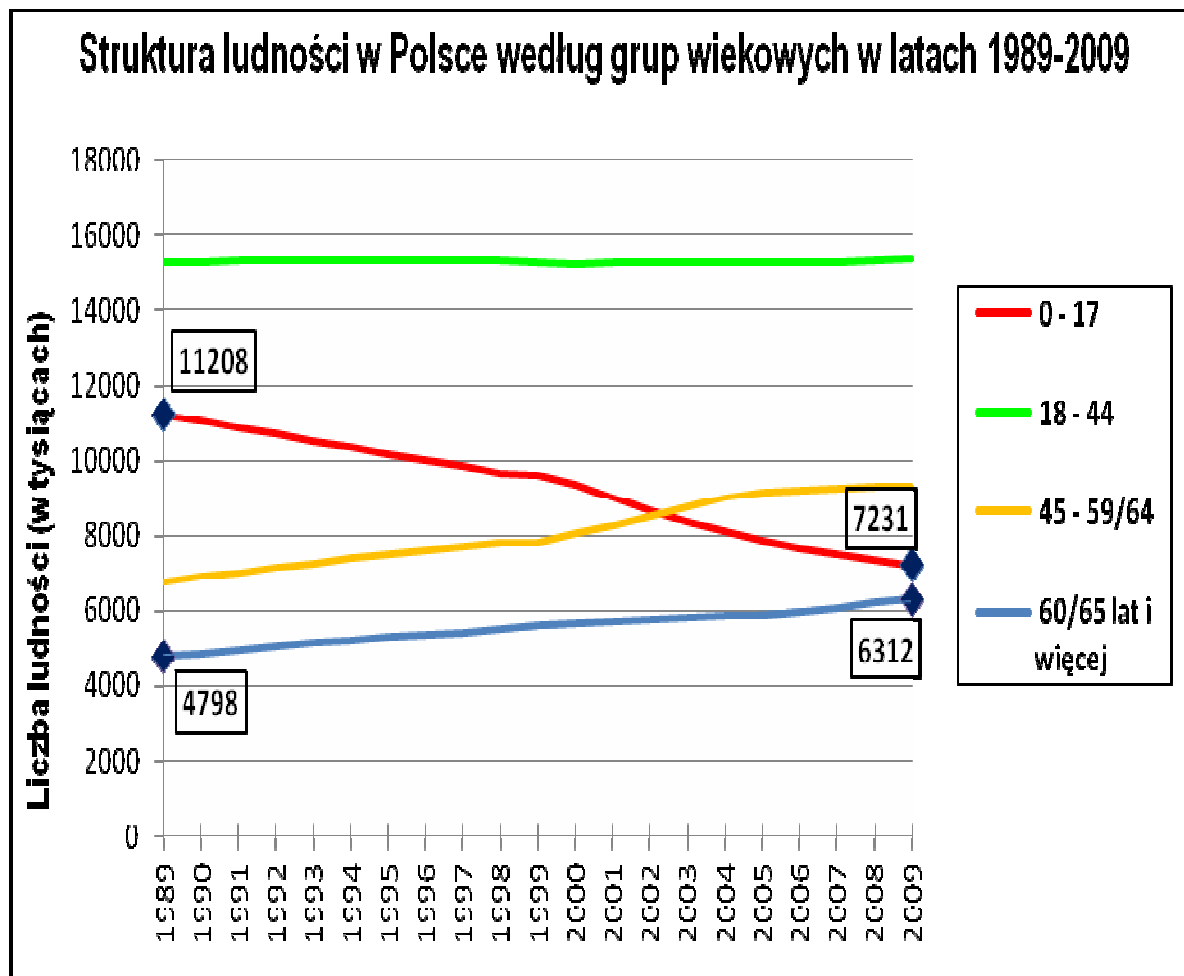
**WIOLETA PRYLEWSKA**

**Londyn**

**O polskich seniorach, czyli o sukcesie, który nas przytłoczył.**

*„Uważaj o co prosisz, bo twoje życzenie może się spełnić.”*

Coraz większy udział w strukturze wiekowej polskiego społeczeństwa mają osoby z grupy wiekowej 65+. Średni wiek polskiego obywatela z roku na rok jest coraz wyższy. W 2000 roku wynosił on 35,4 lat, w roku 2008 już 37,5 lat. Poniższy wykres obrazuje zmiany jakie następowały w strukturze wiekowej polskiego społeczeństwa w okresie 1989-2009. Na szczególną uwagę zasługuje fakt systematycznego zmniejszania się liczby osób z najmłodszej i wzrost liczby osób z najstarszej grupy wiekowej.



U osób w podeszłym wieku bardzo powszechne jest nie tylko współwystępowanie kilku jednostek chorobowych, ale również nakładanie się na problemy zdrowotne problemów natury społecznej i ekonomicznej. Wszystko to przekłada się na obciążenia systemu emerytalnego i zdrowotnego kraju.

Zgodnie z danymi Światowej Organizacji Zdrowia do 2030 roku liczba obywateli krajów rozwiniętych należących do grupy wiekowej 65+ wzrośnie dwukrotnie, a tych z grupy 80+ czterokrotnie. Relokacja zasobów jest w związku z tym oczywistą koniecznością. Niestety na obecną chwilę nie ma w Polsce jasno sformułowanych założeń polityki zdrowotnej, stanowiących odpowiedź na postępujące zmiany demograficzne i związane z nimi potencjalne i faktyczne problemy zdrowotne społeczeństwa.

Odnosząc się do unijnych standardów i zestawiając je z polskimi realiami, sytuacja przedstawia się dramatycznie. Z 7,6 tysiąca łóżek geriatrycznych, które powinny być dostępne dla polskich pacjentów, faktycznie dostępnych jest około 600 (zgodnie ze standardami unijnymi na 10 000 mieszkańców powinny przypadać 2 łóżka geriatryczne). Różnica jest ponad dwunastokrotna. Co więcej, na ponad 5 milionów potencjalnych pacjentów, czynnych zawodowo geriatrów mamy około 120. Liczby mówią same za siebie. Albo, co mało prawdopodobne, nie zauważamy postępujących zmian demograficznych i ich następstw, albo zwyczajnie nie nadążamy za nimi. Tak długo jak długo brak będzie konkretnej i zakrojonej na szeroką skalę debaty poświęconej problematyce życia i zdrowia osób starszych, która zaowocuje podjęciem konkretnych działań, tak długo ten problem będzie zmiatany pod dywan. Jeżeli obecna sytuacja się nie zmieni, już nie tylko kryzys finansowy, ale w niedługiej przyszłości także moralny i społeczny, będzie nam spędzał sen z powiek.

Wciąż jeszcze silne w Polsce kulturowe uwarunkowania narzucające rodzinie opiekę nad jej starszym, schorowanym członkiem, zdają się być wymówką pozwalającą na ograniczanie wsparcia ze strony państwa tak długo, jak długo rodzina jest w tym zakresie samowystarczalna. Oczywiście nie bierze się tutaj pod uwagę tego, że osoby mające wejść w rolę rodzinnego care assistant mają także swoje życie, obowiązki, pracę i rodzinę, która również wymaga uwagi i poświęcenia.

Pielęgnacja i sprawowanie opieki nad osobą starszą jest zadaniem bardzo trudnym, tym bardziej, że spada nierzadko na jedną osobę, która musi pogodzić swoje życie osobiste ze sprawowaniem funkcji opiekuna. Dobrze, gdy pod swoimi skrzydłami ma tylko jedną osobę, którą musi się zająć. Sytuacja staje się tym trudniejsza, im w rodzinie więcej niesprawnych osób, wymagających opieki. A rzucając okiem raz jeszcze na zamieszczony wcześniej wykres możemy się przekonać, że liczba osób starszych przypadających na jedną osobę w wieku produkcyjnym będzie wzrastać.

Praca ze schorowanym seniorem jest pracą bardzo niewdzięczną, obciążoną dużym ciężarem psychicznym, zwłaszcza gdy podopieczny cierpi na zaburzenia natury psychicznej i neurologicznej. Opieka nad schorowanym seniorem wiąże się także ze sporym wysiłkiem fizycznym, wynikającym między innymi ze zmniejszonej sprawności ruchowej seniora i często braku współpracy z jego strony. A z upływem lat problem się pogłębia.

Za bardzo cenny krok w kierunku poprawy sytuacji osób starszych w Polsce, można uznać największe w kraju badanie, mające na celu zdiagnozowanie kondycji polskich seniorów – badanie PolSenior.

Badanie miało charakter wielośrodkowy i interdyscyplinarny. Wzięło w nim udział 5695 osób należących do dwóch grup wiekowych – 65 i więcej lat (główna grupa, 4979 respondentów) oraz 55-59 lat (grupa odniesienia, osoby na tzw. przedpolu starości, 716 badanych). Pierwsza z grup podzielona została na 6 mniejszych podgrup obejmujących osoby mające 65-69, 70-74, 75-79, 80-84, 85-89 i 90+ lat. Projekt został przeprowadzony na zlecenie Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego, a jego realizacja kosztowała około 12 mln zł. Raport z badania został zaprezentowany podczas konferencji w Warszawie, 15 września 2011 roku.

Z przeprowadzonego badania wynika, że 30% polskich seniorów cierpi na depresję – nie zdiagnozowaną, a tym samym nie leczoną. U co trzeciego występuje zaćma, a ok. 25% osób w wieku 65-80 lat cierpi na cukrzycę, z czego w połowie przypadków powikłaną. 75% seniorów cierpi na nadciśnienie tętnicze, a u ponad 28% występuje lekkie lub umiarkowane otępienie. Ponad 49% osób powyżej 65 roku życia deklaruje całkowity brak rekreacyjnej aktywności fizycznej, takiej jak pływanie czy jazda na rowerze.

Zapobieganie występowaniu chorób, wczesne ich wykrywanie i szybkie podejmowanie działań mających na celu spowolnienie, lub wręcz zatrzymanie ich postępowania, są niezwykle istotne. Zapobieganie niepełnosprawności osób starszych pozwoli im na jak najdłuższą niezależność od osób trzecich i będzie przeciwdziałać instytucjonalizacji opieki nad nimi. Bez wątpliwa obniży to koszty związane z umieszczaniem seniorów w dedykowanych temu instytucjach. Paradoksalnie, dostęp do niektórych programów profilaktycznych jest obecnie ograniczony wiekowo – profilaktyka chorób układu krążenia dostępna jest jedynie dla osób do 65 roku życia. Być może ma to swoje uzasadnienie, na pewno jakieś argumenty przemawiały za wprowadzeniem ograniczenia wiekowego, skoro taką decyzję podjęto. Jednak należy postawić kluczowe w takiej sytuacji pytania: Jakie działania podejmujemy, aby zapobiegać występowaniu chorób u osób, które przekroczyły magiczne 65 lat? Jakie działania z zakresu promocji

zdrowia prowadzimy w grupie osób, mającej największy udział w strukturze wiekowej polskiego społeczeństwa?

Potrzeby zdrowotne to worek bez dna. Zasoby na ich realizację – wręcz przeciwnie. Jednak nie może być to argument stanowiący usprawiedliwienie dla dyskryminacji ze względu na wiek.

W obliczu wyzwania jakie stoi przed nami wszystkimi, nie bądźmy bierni. Nie zrzucamy całej odpowiedzialności za naszą sytuację zdrowotną i społeczną na barki „opiekuńczego państwa”. W znacznym stopniu sami jesteśmy w stanie wpłynąć na to, jak będzie wyglądała nasza sytuacja zdrowotna po wejściu do grupy wiekowej seniorów. Zgodnie z koncepcją Lalonde’a, styl życia aż w 50 procentach determinuje nasze zdrowie. Jest to czynnik, który jesteśmy w stanie kształtować sami i tylko od nas zależy jak wykorzystamy te 50 procent. Dla porównania, środowisko wpływa na nasze zdrowie w 20%, tak samo jak genetyka. Medycyna z kolei jedynie w 10%. Ażeby móc w pełni korzystać z dobrodziejstw jakie niesie ze sobą rozwój cywilizacyjny, między innymi w postaci wydłużonego trwania życia, należy dążyć do tego, aby jakość tych „dodatkowych” lat była jak najwyższa. Nie doprowadzamy do sytuacji, w której musimy dokonywać wyboru pomiędzy długością, a jakością życia. Pamiętajmy jednak, że nic nie dzieje się z dnia na dzień. Budowanie potencjału zdrowotnego jest procesem długotrwałym, ale jego efekty z nawiązką zrewanżują nam zaangażowane w ten cel czas i inne zasoby.

Postępujące zmiany demograficzne determinują konieczność podjęcia działań mających na celu zmodyfikowanie kierunków polityki zdrowotnej i społecznej kraju i dostosowanie ich do potrzeb społeczeństwa, zgodnie z aktualnymi tendencjami demograficznymi. Należy zwrócić szczególną uwagę na sytuację osób sprawujących opiekę nad schorowanymi seniorami, której zaniedbanie może doprowadzić w niedalekiej przyszłości do powstania nowych problemów tej zdefiniowanej grupy ludzi, w postaci wypalenia zawodowego, depresji i innych zaburzeń. Należy rozbudować i wzmocnić w ludziach świadomość odpowiedzialności za własne zdrowie i pomóc im w dążeniu do utrzymania jak najwyższego poziomu potencjału zdrowotnego i sprawności fizycznej, do jak najpóźniejszych lat. Odpowiednio przygotowane kampanie społeczne, programy zdrowotne kierowane do poszczególnych grup wiekowych, z uwzględnieniem ich specyficznych potrzeb, mogą tu odegrać bardzo dużą rolę. Bez wątpienia należy też rozszerzyć zakres wsparcia dla osób w podeszłym wieku, biorąc pod uwagę specyfikę tej grupy. Kiedyś każdy z nas przy odrobinie szczęścia stanie się jej członkiem. Dlatego już teraz musimy walczyć o to, aby nie została ona zepchnięta na margines i pozostawiona samej sobie ze swoimi problemami i przytłaczającym poczuciem bycia zbędną, niepotrzebną, jak kula u swojej własnej nogi, nogi swojej rodziny i całego społeczeństwa.

Materiały źródłowe:

1. Murkowski M., Epidemia starości, Menedżer Zdrowia, 8/2011
2. Bunda M., System rozszereńców potworów, Polityka, 2810
3. Sowa A., Lekarstwo na starość, Polityka, 2831
4. Starość ogranicza dostęp do leczenia, termedia.pl, dostęp: 2012.01.03
5. PolSenior: polska starość może być lepsza, termedia.pl, dostęp: 2012.01.03
6. Podstawowe informacje o rozwoju demograficznym Polski w latach 2000-2009, Główny Urząd Statystyczny, stat.gov.pl, dostęp: 2012.01.03
7. Stan i struktura ludności według wieku w latach 1989-2009. Stan w dniu 31.XII, Główny Urząd Statystyczny, stat.gov.pl, dostęp: 2012.01.03

## **JUSTYNA POST**

### **Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie**

**„Społeczno – edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu. Wolontariat w edukacji, sporcie, w ruchu olimpijskim i paraolimpijskim”. (sprawozdanie z obrad)**

W dniach 24-25 października 2011 roku w Warszawie odbyły się obrady VII Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej w cyklu: „Społeczno – edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu”. Tegoroczna konferencja miała temat: *Wolontariat w edukacji, sporcie, w ruchu olimpijskim i paraolimpijskim*. Konferencję zorganizowała Katedra Nauk Humanistycznych Akademii Wychowania Fizycznego Józefa

Piłsudskiego w Warszawie przy współpracy Polskiego Komitetu Olimpijskiego, Polskiej Akademii Olimpijskiej, Fundacji Centrum Edukacji Olimpijskiej oraz Ministerstwa Sportu i Turystyki. Patronat nad konferencją sprawowali: Rektor AWF w Warszawie dr hab. prof. AWF Alicja Przyłuska-Fischer, Prezes PKOL Andrzej Kraśnicki oraz Prezes Polskiej Akademii Olimpijskiej prof. dr hab. Józef Lipiec. Za stronę merytoryczną odpowiedzialny był Przewodniczący Komitetu Naukowego dr hab. prof. AWF Jerzy Nowocień. Patronatem medialnym konferencję objęło wydawnictwo „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne”. Dwudniowe obrady zostały uroczystie zainaugurowane w sali konferencyjnej Centrum Olimpijskiego im. Jana Pawła II w Warszawie. Konferencję otworzył prorektor AWF ds. Nauki i Współpracy Międzynarodowej dr hab. prof. nzw Zbigniew Trzaskoma. W wykładach plenarnych uczestniczyło ponad 130 słuchaczy, wśród referentów byli wybitni przedstawiciele nauki z różnych uczelni wyższych. Obecni byli także praktycy sportu, w tym nauczyciele wychowania fizycznego, pracownicy administracji państwowej, doktoranci oraz studenci. W konferencji brali udział również goście zagraniczni. W prezydium konferencji miejsca zajęli: Przewodniczący Komitetu Naukowego prof. AWF Jerzy Nowocień, Prorektor AWF ds. Nauki i Współpracy Międzynarodowej prof. Zbigniew Trzaskoma, Sekretarz generalny PKOL Adam Krzesiński, Prezes Fundacji Centrum Edukacji Olimpijskiej prof. Kajetan Hądzelek, Dyrektor Departamentu Rozwoju i Promocji Sportu Wojciech Kudlik, radca generalny Ministra Sportu i Turystyki Urszula Jankowska. Referencje reprezentowali różne środowiska, m.in. AWF Katowice, AWF Warszawa, Uniwersytet Zielonogórski, ZWKF Gorzów Wielkopolski, Akademię im. Jana Długosza w Częstochowie Uniwersytet Warszawski, ZG AZS, WSP im. Wincentego Pola w Lublinie, WAT w Warszawie, Katholieke Universiteit Leuven, IPC Sport Science Committee, UKSW w Warszawie, Mazurskie Stowarzyszenie Inicjatyw Sportowych. Na wstępie konferencji został odczytany przez radcę generalnego list Ministra Sportu i Turystyki Urszulę Jankowską. Zawierał on słowa podziękowania skierowane do organizatorów konferencji oraz podkreślał znaczenie wolontariatu w funkcjonowaniu sportu. We wprowadzeniu do konferencji Przewodniczący Komitetu Naukowego prof. Jerzy Nowocień powiedział m.in., iż celem obrad jest wymiana poglądów na temat wolontariatu w edukacji, sporcie w ruchu olimpijskim i paraolimpijskim. Podkreślił, że konferencja tworzy podstawę do dyskusji, jest płaszczyzną wymiany myśli i doświadczeń, prezentacji badań naukowych. W obradach plenarnych jako pierwszy zabrał głos prof. Kazimierz Doktor. Przedstawił wolontariat w ujęciu procesualnym. Profesor poddał rozważaniom wartości aktywizmu, podkreślał rolę psychiki oraz motywacji wolontariuszy w ruchu społecznym. Profesor Zofia Żukowska przybliżyła – wolontariat jako jedną z form edukacji olimpijskiej. Potrzebę rozwoju wolontariatu przekonywująco uzasadniała przy pomocy teorii potrzeb ludzkich, teorii empatii i altruizmu, teorii norm oraz teorii wymiany społecznej. Podkreśliła szczególne możliwości i zadania wolontariatu, nazywając go „fenomenem naszych czasów”, który wymaga stałego zainteresowania, promocji i pielęgnacji. Zaakcentowała wagę i znaczenie wolontariatu wymieniając jego wymiar w odniesieniu edukacyjnym, kulturowym, ekonomicznym. Przytoczyła słowa Culpana, który sugeruje, że w celu osiągnięcia największych korzyści z włączania olimpiizmu i jego wartości w proces nauczania, programy muszą wyjść poza ramy aktualnych wzorów dominujących w edukacji olimpijskiej. Nauczanie olimpiizmu można zdefiniować najprościej jako kulturowo aktualny, eksperymentalny proces nauczania zintegrowanego zestawu życiowych pryncypiów poprzez uprawianie sportu. Przedstawicielka MSiT Urszula Jankowska przedstawiła działalność Ministerstwa Sportu i Turystyki w obszarze rozwoju wolontariatu sportowego. Swoje wystąpienie zapoczątkowała hasłem „Bądź wolontariuszem zmieniaj siebie i świat”. Przedstawiła wolontariat sportowy w ujęciu dwóch dziedzin: wolontariatu samego w sobie oraz szeroko pojętego sportu. Wyróżniamy jego dwie formy: sportowy wolontariat akcyjny (krótkoterminowy) oraz sportowy wolontariat stały (bezterminowy). Wolontariat sportowy jest jedną z gałęzi wolontariatu w obecnych czasach. Coraz więcej organizacji, stowarzyszeń i klubów poszukuje ludzi chcących wesprzeć ich działania i zaangażować się w ich rozwój. Unia Europejska przyczynia się do wspierania europejskich przedsięwzięć w zakresie sportu „uwzględniając jego szczególny charakter, jego struktury oparte na zasadzie dobrowolności oraz uwzględniając jego funkcję społeczną i edukacyjną”. Ta istota wolontariatu sportowego została oficjalnie zawarta w Traktacie Lizbońskim – Rozdz. III Edukacja, kształcenie zawodowe, młodzież i sport – Art.165. Sport operuje uniwersalnym językiem, a więc każdy, bez znaczenia może mieć swój wkład w organizację, nawet tak ważnych wydarzeń jak Mistrzostwa Europy, Świata czy igrzyska olimpijskie. Po przerwie obrady plenarne zostały wznowione na Bielanach w AWF. W drugiej ich części wzięło udział 10 prelegentów. Jako pierwszy wystąpił prof. Mirosław Ponczek prezentując rolę „Sokoła” na Górnym Śląsku w II Rzeczypospolitej w procesie kształtowania postaw prosportowych i patriotyczno – obywatelskich. Dr Jerzy Chelmecki przedstawił referat pt. Powrót do korzeni. Gdzie w historii polskiego sportu można znaleźć wzorce działań społecznych. Prof. Piotr Godlewski przedstawił społeczny aktyw sportowy w czasach PRL. Profesor podkreślił m.in. funkcje pracy społecznej w sporcie PRL, wymienił rodzaje działalności społecznej w sporcie realnego socjalizmu, strukturę społeczną, prowencję ideową, polityczne działania, kompetencje działacza społecznego w sporcie, motywy podejmowania działalności sportowej, rodzaje korzyści osobistych działaczy sportowych. Podkreślił, iż praca społeczna w socjalizmie nabrała charakteru

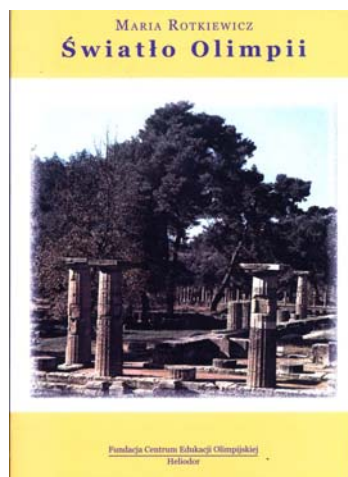


instytucjonalnego. Nie była już stricte dobrowolna. To zjawisko było związane z degradacją pojęć w czasach PRL: społeczeństwo, społeczny. Swoje wystąpienie zaakcentował wysunięciem wniosku, iż czynnie społeczny aktyw sportowy w polskich realiach ideologicznych i politycznych PRL posiadał znacznie ograniczony wpływ na działanie systemu sportu. Kolejny głos w konferencji należał do dr Renaty Urban. Autorka przedstawiła w swoim wystąpieniu wnikliwą analizę wkładu przedwojennych jeźdźców w odbudowę sportu jeździeckiego po II wojnie światowej. Dr Leon Rak przedstawił pracę nt. Wolontariatu w tradycji współczesnego sportu polskiego na przykładzie organizacji Narciarskich Mistrzostw Świata – Zakopane 1939. Przypomniał imprezy sportowe rangi mistrzostw świata lub Europy zorganizowane w Polsce w latach 1918-1939, m.in. Mistrzostwa FIS – Zakopane 1929 r.; Mistrzostwa Europy w wioślarstwie (Bydgoszcz); Mistrzostwa Świata w hokeju na lodzie (Krynica 1931r.); Mistrzostwa Świata w strzelectwie (Lwów 1931r.); Mistrzostwa Europy w łyżwiarstwie figurowym par sportowych (Zakopane 1939r.); Mistrzostwa Europy w żeglarstwie (Orłowo 1939r.); Mistrzostwa Świata w narciarstwie (Zakopane 1939 r.). W ocenie prelegenta członkowie najwyższych władz PZNP wykonywali swoją pracę przy organizacji zawodów FIS dla prestiżu PZNP, pozostali członkowie KO mogą być traktowani jako prekursorzy współczesnego wolontariatu sportowego. Wystąpienie dr Barbary Pędraszewskiej-Sołtys utrzymane było w nurcie społecznej działalności na rzecz sportu w latach odbudowy stolicy. Autorka dostrzega niewątpliwą rolę studentów AWF (dwa pierwsze roczniki) w odbudowie stolicy, którzy sami musieli przygotować salę wykładową. Olbrzymią rolę również odgrywali przy odbudowie stadionów. Doc. Krzysztof Zuchora przybliżył rolę wolontariatu w ruchu olimpijskim do 1912 roku. Podkreślił jego szczególne możliwości oraz zadania. Dr Maria Rotkiewicz przedstawiła prekursorki wolontariatu w ruchu sportowym kobiet w Polsce – na przykładzie Warszawskiego Klubu Wioślarek (1912-1949). Mgr Kamil Patruski w referacie zatytułowanym „Sport w etosie arystokracji greckiej okresu homerowego” stwierdził, że sport był jednym z podstawowych, w okresie pokoju może najważniejszym, wyznacznikiem przynależności do arystokracji. Trening i uczestnictwo w agonach nie stanowiło pasji czy hobby arystokraty, było rodzajem przymusu, wynikającego z obowiązującego etosu. Arystokraci w sportowej rywalizacji widzieli możliwości zaimplementowania swojej wyższości nad ludem utrzymującym się z pracy własnych rąk, a także równości wewnątrz własnej grupy społecznej. W agonach czasów wczesno archaicznych rywalizowano o liczne i bardzo cenne nagrody. Nie świadczyły one jednak o zawodowstwie arystokratów, miały inne funkcje. Sukcesy sportowe bywały też sposobem ustalania pozycji, statusu wewnątrz grup arystokratycznych (casus Odysa i zalotników Penelopy). Na zakończenie pierwszej części plenarnej obrad dr Halina Hanusz zaprezentowała swoją pracę nt. wolontariatu w działalności i rozwoju Akademickiego Związku Sportowego. Przypomniała zasady Akademickiego Związku Sportowego: dobrowolny charakter stowarzyszenia, pozycja organizacji studenckiej w społeczności akademickiej, wspólnota celów. Autorka ukazała wymiar wolontariatu w AZS. Wolontariat statutowy – członkowie AZS wszystkich szczebli pochodzą z wyboru, osoby pełniące te funkcje nie otrzymują z tego tytułu wynagrodzenie. Wolontariat organizacyjny – od momentu powstania AZS wolontariusze są siłą rozwoju stowarzyszenia – zarówno w inspirowaniu działań, wydarzeń sportowych, jak również w ich realizacji. Wolontariat szkoleniowy – wiele sekcji powstaje z inicjatywy studentów, którzy pełnią w nich role organizacyjno – szkoleniowe. Wolontariat okazjonalny – wolontariusze AZS wspierają organizację najwyższych imprez krajowych i międzynarodowych. W części pierwszej obrad zaprezentowane prace obejmowały szeroką problematykę. Podjęto analizę wartości wolontariatu w edukacji, sporcie, w ruchu olimpijskim i paraolimpijskim. Prześledzono społeczno – edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu. Usłyszeliśmy ciekawe rozważania na temat wolontariatu jako zjawiska społecznego i jednostkowego. Prelegenci postawili słuchaczy wobec głębokich rozważań oraz refleksji nad zjawiskiem wolontariatu. W drugiej części obrad z dużym zainteresowaniem wysłuchano referatu prof. Jerzego Nowocienia na temat Wolontariatu w polskiej myśli pedagogicznej. Profesor podkreślił, że w polskiej literaturze pedagogicznej oraz praktyce edukacyjnej wolontariat nie występuje w czystej postaci zwykle spotyka się zjawiska kojarzone i bliskie wolontariatowi. Są to zjawiska odnoszące się po pierwsze do celów wychowania, a więc: altruizm, pomocowość, działalność opiekuńcza, działalność społeczna (określana też mianem służby społecznej) i filantropia. Z człowieka na rzecz innych ludzi. Altruizm nadaje życiu większy sens, stwarza szansę na spełnienie podstawowych pragnień człowieka. Prelegent szczególną uwagę zwrócił na działalność społeczną, określaną również mianem służby społecznej, która została wprowadzona do pedagogiki społecznej przez H.Radlińską. Działalność społeczna wiąże się nierozdzielnie z pobudzaniem ludzi do aktywności w środowisku społecznym. Wolontariat wyraża humanistyczną, bezinteresowną wolę służenia innym drugiej strony są to postawy ludzi wobec innych, wówczas mówimy: społecznik, lider, animator. Profesor Nowocień przybliżył termin altruizmu jako pojęcia filozoficznego, które wyraża postawę bezinteresownej troski człowieka o dobro ludzi. W potocznym znaczeniu altruizm rozumiany jest jako utrwalaona postawa ukierunkowana na realizację dobra drugiego człowieka, grupy lub zbiorowości, przy jednoczesnej gotowości do rezygnacji z dobra własnego. Prawdziwy altruizm, to ten motywowany egzocentrycznie, niesie on dobrowolność i bezinteresowność w wyświadczeniu drugiemu człowiekowi, przysługi innym

ludziom wskutek odczuwania głębokiego pragnienia czynienia innym dobra. Autor podkreślił w swoim wystąpieniu, że wolontariat związany jest z jednej strony z potrzebami dzieci, młodzieży i dorosłych, z drugiej zaś odnosi się do sfery motywacji i chęci działania. Zatem chęć owa nie wynika z żadnych przepisów lub ustalonych norm, ale z potrzeby serca, z potrzeby czynienia innym dobra. Profesor wyjaśnia termin animacja, która łączy zdecydowanie kulturę z wychowaniem i działaniami społecznymi. Kończąc wystąpienie podkreślił, że młodzież w działaniach wolontarystycznych odnajduje liczne wartości, nierzadko pomijane przez nich w życiu codziennym. Jednocześnie przez autentyczny, często partnerski kontakt z drugim człowiekiem, utwierdzają się w przekonaniu bycia ważnym i potrzebnym innym ludziom. W trosce o jakość życia współczesnego człowieka preferując wartości humanistyczne w wychowaniu, bez wątpienia wychowanie do wolontariatu w edukacji współczesnej **szkoły** polskiej jest niezbędne. Prof. Rajmund Tomik wraz z Wojciechem Kudlikiem z MSiT przygotowali bardzo interesujący referat na temat; uczniowskich klubów sportowych w procesie przygotowania młodzieży do roli wolontariusza sportowego. Dr Joanna Femiał przedstawiła – Wolontariat w świecie ponowoczesnym – w perspektywie rozważań nad człowiekiem Karola Wojtyły. Działacze sportowi warszawskiego okręgu w okresie międzywojennym byli bohaterami wykładu dr Roberta Gawkowskiego. Dr Andrzej Smoleń oraz dr Zbigniew Pawlak przedstawili – formy wolontariatu w zawodowych klubach piłkarskich w Polsce. W swojej pracy podjęli próbę rozpoznania i przybliżenia form wolontariatu występującego w czołowych zawodowych klubach piłkarskich w Polsce, w tym m.in. w: KP Legia Warszawa S.A, KSP Polonia Warszawa S.A, Wiśle Kraków S.A, MKS Cracovia S.A, Hutniku Kraków S.A, WKS Śląsk S.A, Górniku Zabrze S.A, Ruchu Chorzów S.A, GKS Bełchatów S.A, Koronie Kielce S.A itp. Aby zrealizować ten cel dokonano przeglądu literatury fachowej z zakresu omawianej problematyki, analizowano : oficjalne strony internetowe klubów, internetowe strony klubów piłkarskich, sprawozdania z działalności zarządów klubów. Autorzy wysunęli wnioski, które mówią, że w zawodowych klubach piłkarskich w Polsce występują trzy podstawowe formy wolontariatu: szeroko rozumiany wolontariat pracowniczy, obejmujący dobrowolną działalność przedsiębiorców, władz i pracowników klubów. Do głównych celów wolontariatu pracowniczego należy budowanie dobrego wizerunku klubu, poprzez wspieranie różnego rodzaju działań społeczno - charytatywnych o zasięgu lokalnym, krajowym, a niekiedy ponadnarodowym. Pracownicy klubów - wolontariusze uczestniczyli w takich m.in. przedsięwzięciach o zasięgu ogólnopolskim jak: Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy, „Bezpieczny Stadion”, „Akcja Kibic”, kampania „Wykopmy razem ze stadionów” itp. Do typowych akcji społeczno – charytatywnych, w których uczestniczyli pracownicy klubów należały; wizyty w domach dziecka, szkołach, współorganizowanie lub patronowanie różnego rodzaju imprez sportowo – rekreacyjnych np. z okazji Dnia Dziecka czy św. Mikołaja, podejmowanie na obiektach klubów przedstawicieli organizacji pożytku publicznego, zbieranie pieniędzy dla ludzi dotkniętych jakimś nieszczęściem (chorobą). Kibice – wolontariusze brali ochotniczo udział w wielu akcjach społeczno – charytatywnych. Mgr Kamila Czerwińska (EURO 2012 Polska) przybliżyła wyzwania dla organizacji programów wolontariatu na duże imprezy sportowe a program wolontariatu UEFA EURO 2012. Zbigniew Cendrowski redaktor naczelny czasopisma „Lider” przedstawił referat o wolontariuszach w kulturze fizycznej dzieci i młodzieży. Prelegent mówiąc o wolontariuszu miał na myśli różne inne pojęcia jak aktywista, działacz, animator przede wszystkim zaś lider. Pojęcia te ściśle się zająwiają, a w większości ról społecznych pokrywają całkowicie. Podkreślił, dwa najistotniejsze elementy definiujące wolontariat: po pierwsze, że jest to działalność ochotnicza a więc nie przymusowa, drugim definiowanym elementem jest pożyteczność społeczna działania. Za przykład podaje wolontariuszy SZS dzielących się na trzy grupy: nauczyciele wychowania fizycznego, uczniowie i rodzice. Ci pierwsi stanowią podstawową kadrę organizacyjną i metodyczną SZS na wszystkich szczeblach. Uczniowie, szczególnie na terenie szkół i klubów SZS/SKS i UKS, pełnią liczne funkcje pomocnicze przy boku nauczycieli wychowania fizycznego, coraz częściej też wykonują samodzielnie, różne funkcje w obszarze promocji zdrowia, edukacji zdrowotnej oraz wychowania fizycznego i sportu. I jedni i drudzy podejmują działalność społeczną przede wszystkim z potrzeby przejawiania aktywności, robienia czegoś pożytecznego, zaistnienia w środowisku, zyskania znaczenia, ale też i dlatego, że z podjęciem takiej działalności wiązać się mogą jakieś korzyści, wartości i dobra niekoniecznie materialne. Znaczącą zachętą do bycia wolontariuszem jest to, że można zyskać uznanie środowiska, umiejętności życiowe, satysfakcję, uczestnictwo w atrakcyjnym szkoleniu podnoszącym kwalifikacje, większą możliwość dodatkowego zatrudnienia. Redaktor wymienia konkretne formy pracy w SZS na rzecz wolontariatu: wylansowanie i wprowadzenie do systemu promocji zdrowia i kultury fizycznej przez Szkolny Związek Sportowy, podstawowe znaczenie ma realizowany przez tę organizację od

wielu lat program Młodzieżowych Organizatorów Sportu (MOS) i Młodzieżowych Sędziów Sportowych (MSS). Jedną z ciekawszych form rozwijania idei wolontariatu była koncepcja wywiadówek z promocji zdrowia. Za wolontariuszy ZSZ uważano członków władz SZS wszystkich szczebli. Ważne zadanie spełniają różne konkursy jak: jak „Sport dla wszystkich” czy „Zrobimy to sami”. W kolejnych wystąpieniach autorami wykładów byli: prof. Jolanta Żyśko temat: Wolontariat Polaków w sporcie na tle aktywności wolontarystycznej mieszkańców Europy, dr Witold Furgał oraz prof. Krzysztof Klukowski temat : Wybrane zagadnienia wolontariatu w medycynie sportowej. W swoim wykładzie podkreślili, że wolontariat w medycynie sportowej wspiera różnego rodzaju organizacje sportowe, stowarzyszenia związane ze sportem i rekreacją. Potencjalne obszary działania wolontariatu sportowo - medycznego to: szkoła (zawody międzyszkolne, diagnostyka i orzecznictwo), orliki ( szkolenia użytkowników w zakresie podstaw fizjologii wysiłku), niepełnosprawni sportowcy (opieka medyczna), imprezy masowe. Dr hab. Bartosz Molik, Osnat FLiess- Douer temat: Wolontariat w sporcie paraolimpijskim – diagnoza i specyfika problemu. Dr Waldemar Skowroński, Judit Lencse- Mucha temat: Charakterystyka wolontariatu w Europejskich Igrzyskach Olimpiad Specjalnych Warszawa 2010. Autorzy przedstawili na koniec swojego wystąpienia bardzo interesujące wnioski, twierdząc, że dziewczęta chętniej podejmują się roli wolontariusza niż chłopcy, najłatwiej pozyskiwać wolontariuszy wśród osób uczących się i studiujących. Sugerują również, że należy zachęcić do wolontariatu bezrobotnych i emerytów w zakres prac jakie im odpowiadają, należy stworzyć preferencje, skutecznie zainteresować i zachęcać chłopców i mężczyzn do podjęcia pracy jako wolontariusz. Większość wolontariuszy powinna mieć już za sobą doświadczenia związane z wolontariatem i w pracy z osobami niepełnosprawnymi intelektualnie. Należy uwzględnić zróżnicowanie potrzeby dyscyplin sportowych i miejsc pracy wolontariuszy w zakresie planowania ich liczby na zawodach sportowych Olimpiad Specjalnych. Mgr Barbara Głasek temat: Wolontariat w organizacji rekreacji fizycznej i sportu podopiecznych Towarzystwa Opieki nad Ociemniałymi w Laskach, Arkadiusz Mierkowski i mgr Bartłomiej Koziątek temat: Aktywny Orlik wobec wolontariatu, mgr Aleksandra Gołdys temat: Grupa wolontariat sportowy 2012 + jako przykład współpracy międzysektorowej w działaniu. Obrady w sesjach, oprócz wygłoszonych referatów o różnej tematyce. wartościowe.

Konferencja była bardzo udana pod względem naukowym i organizacyjnym. Poziom wygłaszanych referatów uznano za bardzo dobry. Profesor Nowocień zamykając konferencję podziękował wszystkim autorom i zapowiedział wydanie monografii. Konferencja przebiegała w przyjaznej atmosferze, zgodnie z założeniami stała się forum wymiany doświadczeń i spotkaniem ekspertów oraz praktyków. Wypada zatem wyrazić słowa największego uznania i podziękowania członkom Komitetu Naukowego pod przewodnictwem prof. J. Nowocienia za trud włożony w przygotowanie i realizację tego przedsięwzięcia.

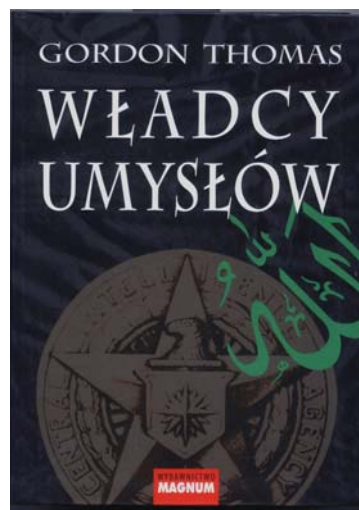


**Maria Rotkiewicz**  
**Światło Olimpij**  
**Centrum Edukacji Olimpijskiej (Heliodor) 2011**

Autorka w kilkunastu rozdziałach, przypomina o antycznych źródłach, bogatej tradycji olimpizmu i jego symboliki, korzeni i genezy polskiego ruchu olimpijskiego oraz sylwetek pierwszych polskich złotych medalistów olimpijskich. Historia sztafet znicza olimpijskiego łączy przeszłość ze współczesnością igrzysk olimpijskich. Książka ukazuje walory i doniosłą rolę edukacyjną ruchu olimpijskiego, jako wielkiego zjawiska społecznego..

**Książka została wydana staraniem Fundacji „Centrum Edukacji Olimpijskiej” przy finansowym wsparciu Ministerstwa Sportu i Turystyki, za co serdecznie - także w imieniu przyszłych Czytelników - dziękuję.**

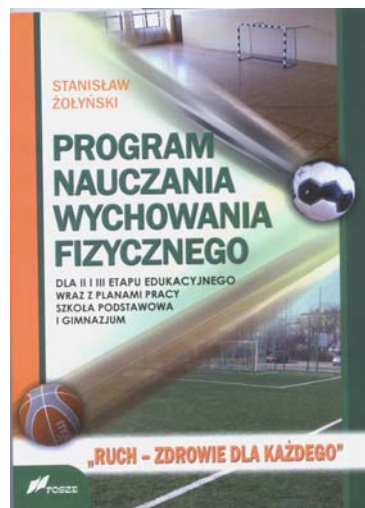
„Skoro ranga sportu jest wysoka w całym niemal świecie, nie możemy pozostawać obojętni wobec tych zagrożeń, które obniżają edukacyjną misję sportu i wnoszą na boiska grozę, nienawiść i barbarzyństwo. Broniąc sport przed falą przemocy i gwałtu wybieramy jednak rozwiązania, które w swej istocie także zawierają przemoc. Boisko odgradzamy od widowni żelaznymi płotami, między areną a widownią stoją kordony policji. Wioskę olimpijską oddzielają od reszty świata zasięki drutów kolczastych. Coraz surowsze stają się prawo sportowe i coraz więcej bezprawia widzi się w sporcie. A wszystko - jakby powiedział Platon - bierze się z braku poszanowania prawa, którego najtrwalszą podstawą jest dobre wychowanie. Dlatego też, aby przewyciężyć moralny i polityczny kryzys współczesnego sportu, trzeba koniecznie powrócić do szkoły wychowania sportowego, której istota polegała na budowaniu wspólnoty duchowej opartej na wzajemnym szacunku, równości wobec prawa, demokracji, przyjaźni i pokoju.”...



**Gordon Thomas**  
**Władcy umysłów**  
Wyd. Magnum 2001

Niemal natychmiast po zakończeniu II Wojny Światowej zaczęła się zimna wojna, po przeciwnej stronie stanęły dwa systemy polityczno-społeczne : komunizm i kapitalizm. Wielokrotnie dochodziło do sytuacji, w której kolejna wielka konfrontacja była na wyciągnięcie ręki. W tej rywalizacji znaczącą rolę odgrywały służby specjalne, w tym szczególnie KGB, CIA i Mossad, (o ich działaniach jest przede wszystkim ta książka) poszukiwały, nie przebijając w środkach skutecznych metod walki z przeciwnikiem, w czym wielką wagę przywiązywano do metod psychicznego zniewalania, co nazwano najogólniej praniem mózgow. W wyścigu tym wykorzystywano najprzeróżniejsze środki (pospolite tortury, narkotyki, elektrowstrząsy, hipnozę i wiele innych, z pogranicza magii i parapsychologii) W procederze tym brało udział wielu lekarzy, za nic mając przysięgę Hipokratesa, ulegając fanatyzmowi politycznemu, fascynując się tworzonymi nieograniczonymi możliwościami prowadzenia badań i eksperymentów nad ludźmi, nie tylko nieświadomymi pacjentami, ochotnikami, ale także przymusowo jeńcami, więźniami i osobami o niskim statusie społecznym. Pytania i myśli :

Wojna, szpiedzy, wywiady, porwania, tortury – dlaczego to nas tak fascynuje. Gdyby nie było historii konfliktów międzyludzkich nie byłoby historii. Marzenie każdej władzy – umieć sterować umysłem. Zrozumieć psychikę terrorysty. Zrozumieć dlaczego u tak wielu ludzi czynienie zła znajduje przyzwolenie. Czy jest dozwolone czynienie zła dla osiągnięcia dobra



**Stanisław Żołyński**  
**Program nauczania wychowania fizycznego dla II i III etapu edukacyjnego (SP i Gimnazjum)**  
Wyd. Ośw. FOSZE Rzeszów 2011

Pan Stanisław Żołyński jest autorem licznych tekstów publikowanych w Liderze. Z tym większą więc przyjemnością zauważamy, że swoje bogate doświadczenia zapisał w obszernej formie książkowej.

W opinii profesora Janusza Bielskiego „Przedstawiony Program nauczania wychowania fizycznego dla II i III etapu edukacyjnego jest propozycją dojrzałą i bardzo interesującą. Widać wyraźnie, że Autor jest doskonale zorientowany w założeniach reformy edukacyjnej. Wie, jak powinno się konstruować programy edukacyjne. Ma dużą wiedzę w zakresie teorii i metodyki wychowania fizycznego. Nie popełnił błędów proponując kryteria oceny ucznia, (co się często zdarza innym nauczycielom tego przedmiotu).

*Program zasługuje na upowszechnienie, aby mogły z niego korzystać inne szkoły i nauczyciele wychowania fizycznego w swojej pracy pedagogicznej.”*

Na treść książki złożyły się rozdziały : Charakterystyka programu. Szkoła podstawowa. Gimnazjum. Założone osiągnięcia i propozycja metod ich oceny. Procedury osiągania celów w II i III etapie. Procedury osiągania celów edukacji zdrowotnej Ewaluacja programu. Zajęcia fakultatywne. Materiały pomocnicze. Literatura. Roczne plany dla poszczególnych klas. Załączniki : Karta oceny. Karta samooceny. Ankieta ewaluacyjna. Karta obserwacji ucznia.

Autor napisał: „ Istotą szkolnego wychowania fizycznego nie jest uprawianie sportu w wąskim tego słowa znaczeniu, ale przede wszystkim wyrobienie u młodego człowieka potrzeby i nawyku systematycznej i całonocnej aktywności fizycznej w sensie dbałości o własne zdrowie ”.

## Ministerstwo Zdrowia wspiera akcję edukacyjną „Umiem pomóc”



Ministerstwo Zdrowia objęło honorowym patronatem akcję edukacyjną „Umiem pomóc”, której celem jest podniesienie umiejętności młodzieży w zakresie udzielania pierwszej pomocy. To bardzo ważne potwierdzenie społecznej wartości projektu realizowanego przez Akademię Ratownictwa Grupy LUX MED.

Od końca września 2011 r. już około 800 młodych osób zostało przeszkolonych w warszawskich szkołach średnich w ramach „Umiem pomóc”. Młodzież w czasie czterogodzinnych zajęć zdobywa przede wszystkim praktyczną wiedzę z pierwszej pomocy. Dotychczas

w szkoleniach wzięli udział uczniowie klas drugich z pięciu szkół: Społecznego Liceum Ogólnokształcącego im. Batalionu AK Parasol, Liceum Ogólnokształcącego im. Stanisława Staszica, Liceum Ogólnokształcącego im. Jana Kochanowskiego oraz Liceum Ogólnokształcącego i Technikum Mechatronicznego im. Leopolda Staffa. Akcja obejmuje w pierwszym etapie łącznie 12 szkół, czyli ok. 1500 osób w Warszawie, a w przyszłym roku zostanie rozszerzona na wybrane miasta w Polsce. Młodzież szkołą wykwalifikowani instruktorzy Akademii Ratownictwa Grupy LUX MED.

Patronat Ministerstwa Zdrowia potwierdza społeczną wartość projektu i wagę działań non profit Grupy LUX MED, która w profesjonalny sposób uczy młodych ludzi ratować życie i pomaga szkołom w realizacji programu w ramach przedmiotów „Przysposobienie obronne” i „Edukacja dla bezpieczeństwa”. Wcześniej o patronacie zdecydowała również prezydent stolicy Hanna Gronkiewicz – Waltz doceniając ideę kształtowania postaw wśród młodzieży w zakresie pierwszej pomocy. „Liczymy, że inne samorzady również poprą nasze działania, jeśli rozpoczniemy szkolenia w kolejnych miastach” – mówi Anna Rulkiewicz, Prezes Grupy LUX MED.

Wszystkie szkoły biorące udział w akcji „Umiem pomóc” otrzymują certyfikaty. Uczniowie natomiast dostają potwierdzenia w postaci praktycznych kart zawierających podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy oraz najważniejsze numery telefonów do służb ratowniczych.

Akcja to jednak nie tylko szkolenia. To także działania wykorzystujące nowe media – na [www.umiempomoc.pl](http://www.umiempomoc.pl) na bieżąco są aktualizowane informacje dotyczące projektu. Młodzi ludzie znajdą tam też instrukcje postępowania w sytuacjach wymagających udzielenia pierwszej pomocy. Jest to także platforma kontaktu z uczestnikami szkoleń. Na stronę internetową można trafić w łatwy sposób dzięki naklejkom z kodami QR umieszczanym na planszach szkoleniowych oraz przekazywanym uczniom uczestniczącym w zajęciach. Informacje o „Umiem pomóc” można też znaleźć na Facebook’u.

Akcję poprzedziły badania opinii przeprowadzone wśród młodzieży. Ich wyniki pokazały, że ponad połowa młodych ludzi nie udzieliłaby pierwszej pomocy samodzielnie. 63 procent nie zrobiłoby tego, ponieważ boi się, że mogłoby zaszkodzić poszkodowanemu, ale aż 84 procent chciałoby nauczyć się, jak reagować w sytuacji wymagającej ratowania życia.

***Grupa LUX MED to największa polska grupa medyczna oferująca opiekę ambulatoryjną, diagnostyczną, rehabilitacyjną oraz szpitalną.***

W jej ramach działa obecnie 70 placówek ambulatoryjnej opieki medycznej: 26 pod marką LUX MED, 17 pod marką CM LIM, 17 pod marką Medycyna Rodzinna, 9 pod marką PROMEDIS oraz 1 pod marką PROFEMED, a także Szpital w Warszawie i ośrodek opieki Tabita w Konstancinie-Jeziornie. Z usług Grupy LUX MED korzysta ok. 1 050 000

pacjentów, którymi opiekuje się zespół kilku tysięcy doświadczonych lekarzy reprezentujących wszystkie specjalności medyczne. Z Grupą współpracuje też ok. 1350 poradni medycznych w całej Polsce. Pod jej opieką są klienci korporacyjni i indywidualni wykupujący pakiety lub pojedyncze wizyty, a także pacjenci korzystający z usług w ramach kontraktu z Narodowym Funduszem Zdrowia i klienci firm ubezpieczeniowych. *W ramach Grupy działa również LUX MED Diagnostyka Sp. z o.o. prowadząca Centrum Diagnostyki Obrazowej AVI, FADO Centrum Usług Medycznych oraz Med-Sport - pracownie tomografii komputerowej i rezonansu magnetycznego.*

*Lista szkół w Warszawie, które przystąpiły do pierwszej fazy akcji „Umiem pomóc”:*

- 1. IV Społeczne Liceum Ogólnokształcące im. Batalionu AK Parasol, ul. Hawajska 14a**
- 2. XIV Liceum Ogólnokształcące im. Stanisława Staszica, ul. Nowowiejska 37a**
- 3. XXVIII Liceum Ogólnokształcące im. Jana Kochanowskiego, ul. Wiktorska 99**
- 4. LXXX Liceum Ogólnokształcące im. Leopolda Staffa, ul. Wiśniowa 56**
- 5. Technikum Mechatroniczne nr. 1 im. Leopolda Staffa, ul. Wiśniowa 56**
- 6. VII Liceum Ogólnokształcące im. Juliusza Słowackiego, ul. Wawelska 46**
- 7. VIII Liceum Ogólnokształcące im. Władysława IV, ul. Jagiellońska 38**
- 8. XXXIII Liceum Ogólnokształcące im. Mikołaja Kopernika, ul. Bema 76**
- 9. LXIV Liceum Ogólnokształcące im. Stanisława Ignacego Witkiewicza, ul. Elbląska 51**
- 10. LXVII Liceum Ogólnokształcące im. Jana Nowaka – Jeziorańskiego, ul. Mokotowska 16/20**
- 11. Gimnazjum nr 14 im. Jana Gutenberga Fundacji Szkolnej, ul. Obrzeźna 12a**
- 12. Niepubliczne Gimnazjum nr 9 im. Roberta Schumana, ul. Zoltana Balo 1**

Więcej informacji:

Katarzyna Michaliszyn, tel. 695 090 397, email: [katarzyna.michaliszyn@luxmed.pl](mailto:katarzyna.michaliszyn@luxmed.pl)

Joanna Piszcz, tel. 509 970 381, e-mail: [j.piszcz@imediapr.pl](mailto:j.piszcz@imediapr.pl)