

L I D E R

PROMOCJA ZDROWIA, KULTURA ZDROWOTNA I FIZYCZNA

Numer 4. 2012 /254/



SZKOLNY
ZWIĄZEK
SPORTOWY



INSTYTUT
KARDIOLOGII

Nie przeżywać zupełnie nic, jest o wiele
przyjemniej, niż być krzywym, zbolałym, starym, połamany
Stanisław Lem



Wiadomości o słabej kondycji redaktora naczelnego są mocno przesadzone

Foto Kama Veymont

W numerze między innymi :

- ZYGMUNT JAWORSKI – O statusie zawodnika
- SŁAWOMIR OWCZAREK - Ćwiczenia przeciwwskazane dla dzieci z wadami postawy ciała
- M. OZIMEK, A. JURCZAK, P. JANOWIEC - Sposób na lekcje wf w terenie leśnym dla dzieci młodszych
- K. GÖRNER, M. SPIESZNY, T. MUCHA, S. KOPP - Miejsce piłki ręcznej wśród pozostałych dyscyplin sportowo – rekreacyjnych
- Raport CBOS - Polacy wobec niektórych poglądów z kręgu New Age
- KONKURS pwn.pl dla nauczycieli wychowania fizycznego



Drodzy czytelnicy

Coraz bardziej dociera do naszej świadomości, że w skali wszechświata jesteśmy nic nie znaczącą drobiną, ułamkiem drobin, matematycznie rzecz wyrażając jakiegoś 1^{-n} a może jeszcze mniej.

Do niedawna jeszcze byliśmy, w naszym mniemaniu, centrum wszechrzeczy. My i wszechświat. Taka relatywność. Obecnie coraz bardziej uświadamiamy sobie, że mimo ogromnego postępu nauk nie zdołamy wyjaśnić sensu i istoty bytu, wcześniej czy później nic z nas nie zostanie, mimo obietnic życia wiecznego po śmierci z aniołami, plejadami hurys oczekujących na nas w islamskim raju, czy katharsis i wędrówki dusz. Wraz z rozwojem nauki i zdolności do zrozumienia, wzrasta znaczenie takich pojęć jak nieskończoność, prawdopodobieństwo, względność, nieoznaczoność. W kął poszło prawo entropii, nie sprawdzające się zarówno w skali nano jak i makro. Inwolucja jako etap ewolucji ?

W roku 2012 (21 grudnia jak głoszą różne przepowiednie) ma nastąpić koniec świata. Niejasne jest jednak, skąd się bierze to poganianie kalendarza i czego wynikiem są takie rozważania. Nauka przewiduje dla naszej planety, zanim zgaśnie życiodajne słońce, jeszcze kilka miliardów lat. Może to się jednak zdarzyć wcześniej, za przyczyną niezależnej od nas katastrofy kosmicznej. Przyczyna zaś od nas zależna, to ogólnoswiatowy konflikt zbrojny z użyciem wszystkich sił jakie ludzkość nagromadziła i wciąż

gromadzi mimo licznych traktatów, umów i zobowiązań. Źródłem takiego konfliktu jesteśmy my sami. Być może źródłem wszelkich teorii o końcu świata jest wzrastający potencjał niepewności w ludzkim stadzie. Mimo oszałamiającego rozwoju cywilizacji nie jesteśmy w stanie nie tylko prognozować rozwoju wydarzeń nie tylko w odniesieniu do tego co zewnętrzne, ale także tego co w nas samych. Nie potrafimy przewidzieć tego co my sami możemy zrobić, a co wynika zarówno z zachodzących przemian jak i ich historycznych doświadczeń, o których wiemy coraz więcej, a na pewno to, że historia ludzkości to głównie historia wojen.

Ludzkość nie może sobie poradzić z lawinowym przyrostem informacji. Coraz więcej wiemy, ale nie dotyczy to tego co nas najbardziej niepokoi, spraw ostatecznych. Cóż z tego, że potrafimy opisywać różne najbardziej skomplikowane procesy fizyczne, kiedy nikt nie potrafi odpowiedzieć, dlaczego takie procesy zachodzą. Wiemy, że materia „potrafi” się organizować, opisujemy to, ale jak dotąd nie mamy żadnego pojęcia o praprzyczynie. Nie chodzi tu bynajmniej o prosty spór : jest Bóg czy Go nie ma ? Obie strony nie mają na poparcie swych przekonań, żadnych rozstrzygających argumentów.

Interpretacja może też być taka : Jest tak, bo my jesteśmy na końcu tego co się życiu udało.

Oficjalne enuncjacje liderów (politycy, ludzie nauki, religijni guru) obwieszczają nam różne prawdy, pokazują świat jako stabilny konglomerat wzajemnie znoszących się sprzeczności. Stale się rozwijamy, podporządkowani uznanym prawom ustrojowym moralnym, religijnym.

Od czasu do czasu jednak, systemy organizacyjne ludzkości zawodzą, załamują się, a często ich głosiciele i wyznawcy nie znajdują wyjaśnienia dla zachodzących wbrew ich deklaracjom i oczekiwaniom zjawisk. W czasie lokalnych i globalnych kryzysów, piewcy moralności okazują się oszustami, ekonomiści plajtują lub wzbogaceni umykają na wyspy szczęśliwe, polityków przygniata niemoc dopełnienia obietnic.

Kiedy nastąpi faktyczny koniec świata, nikt tego końca nie zanotuje ani zinterpretuje. Nie będzie już nikogo kogo zainteresować by mogła nasza historia życia na Ziemi.

Wybitny neurochirurg, operując na otwartym mózgu, doskonale świadom tego co robi i co „robi” mózg, pomiędzy różne fachowe, wybitnie specjalistyczne komentarze wtrącił, że tak naprawdę to nie ma żadnego pojęcia jak mózg myśli, jak tworzy, przechowuje i przetwarza. Tego już, dodał ciszej, nie będziemy wiedzieli nigdy. Wtedy kiedy jako ludzkość zrozumiemy, że odkrywanie tajemnic wszechświata zbliża się do granicy poznania, zabić nas może świadomość, że tajemnicy tej nie poznamy nigdy, jesteśmy do tego niezdolni. Wtedy nastąpi kryzys ludzkości. Po wielkim intelektualnym wybuchu, z jakim mamy do czynienia na przestrzeni tych kilkunastu tysięcy lat i wyczerpaniu się potencjału rozwojowego nastąpić może powolny, ale systematyczny regres ludzkości. Tak się nie musi zdarzyć, ale może.

Lider3000@poczta.onet.pl
www.lider.szs.pl

Zbigniew Cendrowski
Redaktor Naczelny

Spis treści

ZBIGNIEW CENDROWSKI

Drodzy czytelnicy

STANISŁAW LEM

myśli wybrane

ZYGMUNT JAWORSKI

O statusie zawodnika 4

SŁAWOMIR OWCZAREK

Ćwiczenia przeciwwskazane
dla dzieci z wadami postawy ciała 11

M. OZIMEK, A. JURCZAK, P.

JANOWIEC Sposób na lekcje wf w
terenie leśnym dla dzieci młodszych 18

K. GÖRNER, M. SPIESZNY, T.

MUCHA, S. KOPP - Miejsce piłki
ręcznej wśród pozostałych dyscyplin
sportowo – rekreacyjnych 25

CBOS - Polacy wobec niektórych
poglądów z kręgu New Age 33

ZBIGNIEW CENDROWSKI

Rekomendacje : (Woynarowska,
Lapidarium, Warszawska Szkoła
Zdrowia) 38

Konkurs pwn.pl dla nauczycieli

wychowania fizycznego 39

STANISŁAW LEM o naturze ludzkiej

1. Wciąż bardzo głęboko w ludzkiej naturze osadzona jest potrzeba posiadania wroga.
2. Najbardziej lubie niszczenie i zabijanie odbywa się właśnie w majestacie ideologii, religii, prawa i zbiorowości.
3. Zawsze dużo łatwiej jest uwieść ludzi w stronę zła niż dobra.
4. We wszystkich bez wyjątku ludzkich kulturach i cywilizacjach walka człowieka z człowiekiem odgrywała zasadniczą rolę. Ludobójstwo zawsze towarzyszyło ludzkiej historii
5. Dla naszego okrucieństwa musimy mieć jakieś usprawiedliwienie i zawsze je sobie znajdujemy.
6. W ludziach drzemie popęd zbrodni, a naszego rozumu używamy tylko do tego, by szukać kulturowego pretekstu pozwalającego naciągnąć maskę łagodności na naszą krwiożerczą gębę, kiedy rzucamy się bliźniemu do gardła.
7. Nikt nie chce dawać, każdy chce brać
8. Religia jest sposobem, w jaki człowiek akceptuje swoje życie jako nieuchronną porażkę
9. Politykom bardziej zależy na utrzymaniu się przy władzy aniżeli na wierności zawartym traktatom czy zobowiązaniom
10. Bezinteresowne mordowanie i zadawanie cierpienia, któremu nie towarzyszy pożeranie, jest wyłączną specjalnością człowieka

Artykuł zawiera rozważania na temat podstawowych rodzajów współczesnego statusu zawodników, jakie są związane z uprawianiem sportu. Są one poprzedzone zwięzłą informacją o rozwiązywaniu w Polsce podobnych problemów w przeszłości. Przedstawione są także, przykładowo, różne dylematy pojawiające się przed zawodnikami w ich karierze sportowej.

.Sport, to przede wszystkim zawodnicy. Bez nich nie byłoby sportu, tak jak bez studentów nie byłoby szkół wyższych. Nie byłoby jednak zawodników, gdyby nie było na nich zapotrzebowania. W najnowszych czasach coraz bardziej stają się oni postaciami publicznymi, cenioną wartością, towarem podlegającym prawom rynku - podaży i popytu, ryzyka inwestycji, zysku i strat. Rosną więc także liczby zawodników. W roku 2000 było ich 383 tys., zaś w roku 2010 – 508 tys. W okresie jednej dekady ich liczba wzrosła o 32,6%¹.

Według współczesnych poglądów funkcjonujących w Polsce, *zawodnik, to osoba uprawiająca systematycznie określoną dyscyplinę sportu i biorąca udział w zawodach sportowych.*² Pojęcie zawodnika podobnie zostało zdefiniowane w 2005 r. w urzędowym dokumencie normatywnym: *Zawodnikiem jest osoba uprawiająca określoną dyscyplinę sportu i posiadająca licencję zawodnika uprawiającą do uczestnictwa we współzawodnictwie sportowym.*³ Z tego rodzaju definicji wynika m. in., że każdemu zawodnikowi powinno przysługiwać także miano sportowca.⁴

Status, w ogólnym rozumieniu tego pojęcia, to stan prawny jednostki, jej usytuowanie w określonej zbiorowości, jej obowiązki i uprawnienia w danej zbiorowości. Z encyklopedycznych i słownikowych definicji pojęcia statusu wynika, że różne jego rodzaje mogą dotyczyć tej samej osoby, np. status zawodowy, rodzinny, studenta, zdrowotny. Status określonego rodzaju z reguły ulega zmianie wraz upływem czasu i rozwojem społecznym, cywilizacyjnym. Analiza publikacji zawierających informacje, wyniki badań naukowych i towarzyszące im refleksje dotyczące zawodników w Polsce, skłania do wyróżnienia obecnie dwóch kategorii ich statusu związanego z uprawianiem sportu. W tym artykule określimy je jako:

- status podstawowy (regulaminowy);
- status biznesowy.

Określają one obowiązki i uprawnienia zawodników w ich różnych relacjach z władzami klubu lub związku sportowego. W procesie realizacji wzajemnych zobowiązań przed zawodnikami niejednokrotnie pojawiają różne dylematy. Artykuł zawiera refleksje na temat tych zjawisk.

¹ GUS, Mały Rocznik Statystyczny Polski 2011, s. 284. Są to dane dotyczące osób ćwiczących w klubach sportowych, przy czym niektóre z nich mogą być liczone wielokrotnie, jeśli uprawiają więcej niż jedną dyscyplinę sportu. Przyjęto założenie, że pojęcie ćwiczący w zasadzie jest równoznaczne z pojęciem zawodnik.

² Mała Encyklopedia Sportu. Wyd. „Sport i Turystyka”, Warszawa 1987, T. 2, s. 666.

³ Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o sporcie kwalifikowanym. Dz. U. 2005, nr 155, poz. 1298.

⁴ Jest tu nawiązanie do poglądu reprezentowanego przez autora artykułu, że *Sportowiec – to aktywny członek sekcji określonej dyscypliny sportu, systematycznie uczestniczący w jej zajęciach szkoleniowo-treningowych oraz w zawodach sportowych, konsekwentnie dążący do poprawiania swych osiągnięć sportowych.* Jaworski Z., *Sport – problem desygnat i definicji.* „Lider” 2011, nr 4, s. 9-12

Trochę historii

Charakterystykę wspomnianych kategorii współczesnego statusu zawodnika stosowne będzie poprzedzić przypomnieniem, jak rozwiązywano ten problem w Polsce w nieodległej przeszłości.

Z inicjatywą jednolitego określenia podstawowych obowiązków i praw zawodnika po raz pierwszy wystąpiła Polska Federacja Sportu, w obszernym dokumencie pod tytułem: „Karta Praw i Obowiązków Sportowca”, uchwalonym w dniu 6 lutego 1978 r. Według zawartych tam postanowień zawodnika obowiązywało:⁵

- *systematyczne, zdyscyplinowane i aktywne uczestnictwo w treningu;*
- *uczestniczenie w przewidzianych planem szkoleniowym zawodach w barwach swego klubu, reprezentacji województwa, kraju;*
- *przestrzeganie sportowego trybu życia;*
- *przestrzeganie regulaminów i przepisów sportowych, zasad uczciwej, czystej walki i szacunku dla rywali;*
- *dbałość o bezpieczeństwo i zdrowie swoje, swoich kolegów i rywali;*
- *nie używanie środków farmakologicznych uznanych za środki dopingujące i innych szkodliwych dla zdrowia specyfików; wraz z zawodnikiem odpowiedzialność w tym zakresie ponoszą lekarz i trener;*
- *szanowanie sprzętu i urządzeń sportowych.*

Według wspomnianej Karty, każdemu zawodnikowi zapewniano:⁶

- *fachową opiekę szkoleniowo-wychowawczą;*
- *specjalistyczną opiekę lekarską i ochronę zdrowia w trakcie treningów i zawodów, jak również leczenie i inną niezbędną pomoc w przypadku kontuzji, choroby i likwidacji ich skutków;*
- *bezpłatne korzystanie z klubowych obiektów i urządzeń sportowych;*
- *wyżywienie i zakwaterowanie podczas zgrupowań i zawodów;*
- *zwrot kosztów przejazdu, przewozu sprzętu sportowego na zawody i zgrupowania sportowe;*
- *zwrot utraconych zarobków za okres pobytu na zawodach, konsultacjach i zgrupowaniach;*
- *ubezpieczenie w klubie i kadrze narodowej zgodnie z zasadami określonymi przez Polską Federację Sportu i Państwowy Zakład Ubezpieczeń.*

Urzędowe określenie statusu zawodnika pojawiło się w latach 90. w ustawie o kulturze fizycznej.⁷ Przytoczymy najbardziej istotne postanowienia dla omawianego tematu, zawarte w kilku artykułach wspomnianej ustawy:

Art. 22.

1. Sport uprawiać mogą zawodnicy posiadający status zawodnika profesjonalnego albo amatora.

2. Zawodnikami posiadającymi status zawodnika profesjonalnego są osoby uprawiające sport na podstawie umowy o pracę i otrzymujące za to wynagrodzenie.

⁵ GKKFiS, Zbiór dokumentów w sprawie „Karty Praw i Obowiązków Sportowca”. Warszawa 1978, pkt 16, s. 8.

⁶ Tamże – pkt 1, s. 3-4.

⁷ Ustawa z dnia 18 stycznia 1996 r. o kulturze fizycznej. Dz. U. 1996, nr, 25, poz., 113, art. 22.

3. *Zawodnicy posiadający status amatora mogą otrzymywać wyłącznie stypendium sportowe.*

Art 24

1. *Zawodnicy obowiązani są posiadać licencje, zezwalające na uprawianie określonych dyscyplin sportu.*
2. *Licencje przyznaje właściwy w danej dziedzinie lub dyscyplinie sportu polski związek sportowy.*

Art. 25:

1. *Podstawowym obowiązkiem zawodnika jest w szczególności:*
 - 1) *reprezentowanie kraju w międzynarodowych zawodach sportowych,*
 - 2) *aktywny udział w procesie szkoleniowym i we współzawodnictwie sportowym,*
 - 3) *poddawanie się obowiązkowym badaniom lekarskim,*
 - 4) *przestrzeganie regulaminów sportowych i zasad rywalizacji sportowej.*

2. *Szczegółowe prawa i obowiązki zawodnika, w tym status zawodnika amatora i zawodnika posiadającego status zawodnika profesjonalnego, określa właściwy polski związek sportowy.*

We wspomnianej wyżej w ustawie o sporcie kwalifikowanym z 2005 r.⁸ interesujące nas postanowienia były zawarte w kilku artykułach wymienionych niżej:

Art. 28.

1. *Podstawowym obowiązkiem zawodnika jest przestrzeganie regulaminów sportowych i zasad rywalizacji sportowej.*
2. *Obowiązkiem zawodnika z chwilą powołania do kadry narodowej jest reprezentowanie kraju w międzynarodowych zawodach sportowych.*
3. *Szczegółowe prawa i obowiązki zawodnika w zakresie nieuregulowanym w ustawie wynikają z regulaminów właściwych polskich związków sportowych.*

Art. 29.

1. *Na wniosek osoby zainteresowanej licencję zawodnika, uprawniającą do uczestnictwa w sporcie kwalifikowanym, przyznaje właściwy polski związek sportowy lub, z jego upoważnienia, związek sportowy działający w danej dyscyplinie sportu (dalej są wymienione dokumenty, jakie powinny być dołączone do wspomnianego wniosku).*

Art. 31.

1. *Zawodnik podlega obowiązkowemu ubezpieczeniu od następstw nieszczęśliwych wypadków wynikających na skutek uprawiania sportu kwalifikowanego.*
2. *Obowiązek ubezpieczenia zawodnika spoczywa na klubie sportowym, którego jest członkiem albo z którym jest związany umową.*
3. *Obowiązek ubezpieczenia zawodnika powołanego do kadry narodowej spoczywa na właściwym polskim związku sportowym.*

Ustawa o sporcie z 2010 r.⁹ nie zawiera tego rodzaju ogólnych jednolitych określeń dotyczących praw i obowiązków zawodnika, jak przedstawione wyżej. W rozdziale 7 tej ustawy, dotyczącym bezpieczeństwa w sporcie, korespondujące z omawianą wyżej problematyką są jedynie następujące postanowienia:

⁸ Op. cit. Przypis 2.

⁹ Ustawa z dnia 25 czerwca 2010 r. o sporcie. Dz. U. 2010, nr 127, poz. 857.

Art.37

- 1. Zawodnik uczestniczący we współzawodnictwie sportowym organizowanym przez polski związek sportowy jest obowiązany do uzyskania orzeczenia lekarskiego o stanie zdrowia umożliwiającym bezpieczne uczestnictwo w tym współzawodnictwie.*

Art. 38

- 1. Zawodnik uczestniczący we współzawodnictwie sportowym organizowanym przez polski związek sportowy oraz zawodnik kadry narodowej podlegają obowiązkowemu ubezpieczeniu od następstw nieszczęśliwych wypadków w uprawianym sporcie.*
- 2. Obowiązek, o którym mowa w ust. 1, spoczywa na klubie sportowym będącym członkiem polskiego związku sportowego, a w przypadku zawodnika kadry narodowej – na polskim związku sportowym.*

Stało się natomiast normą, że szczegółowe obowiązki i uprawnienia zawodników są określane przez kluby sportowe.

Na zakończenie tych relacji dodajmy, że oprócz normatywnych ustaleń dotyczących statusu zawodników, postulowano aby kandydaci do tego miana posiadali pewne cechy osobowości, predyspozycje do uprawiania wybranej dyscypliny sportu oraz spełniali określone warunki. Według poglądów z lat 90. znanego teoretyka i metodyka sportu Tadeusza Ulatowskiego należą do nich w szczególności takie, jak:¹⁰

- *dobry stan zdrowia i przestrzeganie zasad higieny;*
- *właściwa dla danej dyscypliny i konkurencji sportu budowa somatyczna;*
- *wysoki poziom ogólnej sprawności fizycznej;*
- *odporność psychiczna na wzrastające obciążenia treningowe oraz na stresowe sytuacje w czasie zawodów;*
- *wysoki poziom sprawności technicznej, właściwej dla danej dyscypliny i konkurencji sportu;*
- *swoiste dla dyscypliny sportu umiejętności taktyczne;*
- *specyficzna dla danej dyscypliny sportu wytrzymałość;*
- *doświadczenie zawodnicze.*

Status podstawowy (regulaminowy) zawodników

Takie pojęcie wydaje się zasadne, jako naturalne dla statusu każdego uczestnika dowolnego działania zorganizowanego. A takim przecież jest także sport. W interesującym nas przypadku jest proponowany dla wszystkich zawodników klubu sportowego – niezależnie od poziomu ich osiągnięć sportowych oraz posiadania przez nich także innej kategorii statusu.

Słuszne skądinąd przekazanie klubom sportowym uprawnień do określania obowiązków i uprawnień zawodników, spowodowało jednak także dużą dowolność sformułowań, bądź luk w tym zakresie. Dane z różnych klubów sportowych zamieszczone w Internecie, dotyczące obowiązków i praw zawodników, skłaniają do następującej ich charakterystyki:

- **przeważnie ograniczają się one do nielicznych określeń, zarówno obowiązków jak i praw zawodników, są niepełne z punktu widzenia racjonalnych, rzeczywistych potrzeb;**
- **określenia dotyczące obowiązków i praw zawodników często są umieszczone w różnych miejscach właściwego dla nich dokumentu, co utrudnia poznanie ich pełnego katalogu;**

¹⁰ Ulatowski T., Teoria i metodyka sportu. AWF, Warszawa 1979, s. 32-37.

- różnie są formułowane te określenia pod względem ich obszerności oraz poprawności merytorycznej i redakcyjnej.

Respektując w pełni suwerenność klubów sportowych można by im jednak pomóc w tworzeniu przepisów dotyczących obowiązków i praw zawodników, tworząc wzorcowy układ odniesienia w tym zakresie¹¹. Wydaje się, że powinien on zawierać m. in. przedstawione niżej sformułowania.

Zawodnik zobowiązuje się:

- *systematycznie i aktywnie uczestniczyć w zajęciach szkoleniowych i treningach;*
- *aktywnie uczestniczyć we współzawodnictwie sportowym w barwach klubu;*
- *przestrzegać przepisów bezpieczeństwa w czasie treningów i zawodów;*
- *nie stosować środków dopingowych;*
- *dbać o zdrowie i sprawność w codziennym życiu;*
- *poddawać się badaniom lekarskim w ustalonych terminach oraz niezwłocznie zgłaszać lekarzowi lub trenerowi wszelkie kontuzje i niedomagania w stanie zdrowia;*
- *dbać o sprzęt, urządzenia i obiekty do treningów i w czasie zawodów;*
- *kulturalnie zachowywać się na terenie obiektów sportowych i godnie reprezentować klub w prywatnym życiu;*
- *stosować się do innych przepisów obowiązujących w klubie sportowym oraz w uprawianej dyscyplinie sportu;*

Klub sportowy zapewnia zawodnikowi:

- ❖ *profesjonalną kadrę szkoleniowo-treningową;*
- ❖ *specjalistyczną opiekę i pomoc lekarską;*
- ❖ *ubezpieczenie od nieszczęśliwych wypadków związanych z uprawianą dyscypliną sportu;*
- ❖ *bezpłatne korzystanie z obiektów, urządzeń i sprzętu w czasie treningów oraz z klubowych ubiorów sportowych w czasie zawodów;*
- ❖ *bezpłatne zakwaterowanie i wyżywienie w czasie zgrupowań, obozów i zawodów;*
- ❖ *zwrot kosztów przejazdu i przewozu sprzętu sportowego na zawody i zgrupowania sportowe;*
- ❖ *zwrot utraconych zarobków za okres pobytu na konsultacjach, obowiązkowych badaniach lekarskich, zgrupowaniach i zawodach sportowych;*
- ❖ *zgody na udział zawodnika w kadrze ponad klubowej (regionalnej, narodowej, olimpijskiej).*

Do rozważenia jest celowość umieszczenia katalogu zobowiązań zawodnika i klubu sportowego we wniosku, jaki zawodnik składa starając się o przyjęcie do określonej sekcji w klubie. Kopię takiego wniosku - po jego aprobacie przez przedstawiciela władz **klubu** –

¹¹ Stosowne będzie tu odnotować fakt, że FIFA zmierza do unifikacji wzajemnych zobowiązań klubów sportowych i zawodników profesjonalnych, co obszernie omawia Maciej Bałaziński w artykule: *Pożądany standard profesjonalnego kontraktu piłkarskiego – FIFA stawia kolejne wyzwanie* („Sport Wyczynowy” 2009, nr 1, s. 119-127).

otrzymywałyby zawodnik. Byłby to ważny dokument wzajemnych zobowiązań zmierzających do wspólnego celu.

W podsumowaniu tego wątku rozważań zasadne wydaje się być stwierdzenie, że status podstawowy (regulaminowy) – niezależnie od jego szczegółowych treści – traktuje zawodników instrumentalnie, przedmiotowo, jako środek do osiągnięcia przez określone podmioty działalności sportowej (kluby i związki sportowe), przede wszystkim ich własnych celów.

Nie wnikając w merytoryczną ocenę tych celów trzeba także stwierdzić, że są one zbieżne z zainteresowaniami i aspiracjami zawodników. Godzą się oni na wyznaczoną im przedmiotową rolę, bowiem tylko wówczas mogą realizować własne cele. A więc coś za coś.

Status biznesowy

To określenie proponowane jest do przypadków gdy zawodnik otrzymuje określone świadczenia pieniężne, za udział w zajęciach szkoleniowo-treningowych oraz w zawodach sportowych (nie dotyczy to zwrotu kosztów przejazdów oraz utraconych zarobków). Obowiązują tu reguły właściwe dla sfery finansów i prawa, w postaci kontraktów i umów o pracę. Są one zawierane pomiędzy zawodnikiem – z jednej strony, a klubem lub związkiem sportowym – z drugiej strony. Dokumenty tego rodzaju są różnie formułowane, zależnie od konkretnych przypadków, trudno więc je standaryzować. Powinny one jednak w szczególności określać:

- **zobowiązania każdej ze stron;**
- **czas trwania tych zobowiązań;**
- **następstwa ich nie wypełniania;**
- **tryb rozstrzygania sporów;**

Ekonomiczne korzyści z uprawiania sportu są możliwe także poza klubami sportowymi. Pojawiają się one na relatywnie wysokim poziomie osiągnięć sportowych zawodnika i rosną wraz z jego sukcesami. Bywają sytuacje, że zawodnik otrzymuje określone świadczenia pieniężne już za sam udział w zawodach, niezależnie od kwot przewidzianych za osiągnięcie w nich czołowe lokaty. Regułą stało się ustalanie przed mistrzostwami Europy i świata oraz przed igrzyskami olimpijskimi wysokich premii za potencjalnie osiągnięte wyniki medalowe. Zdobyte medale olimpijskie to zarazem podstawa do uzyskania emerytury sportowej, przysługującej już po ukończeniu 35 lat¹²

Dylematy zawodników

Pojęcie to jest proponowane dla przeróżnych sytuacji wymagających od zawodnika podjęcia decyzji alternatywnej, a więc wyboru jednej spośród dwóch możliwości wykluczających się wzajemnie. Sytuacje takie często się pojawiają, zaś wybór jednej z dwóch możliwości ma natomiast niejednokrotnie znaczący wpływ na przebieg i wynik finalny kariery sportowej zawodnika. Zasadne więc jest wyodrębnienie tej kategorii zjawisk w celu zwrócenia uwagi na ich znaczenie w sporcie. Stanowią one bowiem ważny czynnik powodzenia lub porażki w pracy szkoleniowo-treningowej z zawodnikami.

¹² Według przepisów obowiązujących do 2011 r. W projekcie nowelizacji tego rodzaju ustaleń przewiduje się możliwość uzyskania emerytury sportowej po ukończeniu 40 lat.

Różne mogą być uwarunkowania (okoliczności) dylematów, jakie pojawiają się przed zawodnikami. Zwróćmy tu uwagę na kilka z nich, bardzo istotnych.

Edukacja szkolna a sport.

Bazą główną dla współczesnego sportu jest młodzież w wieku edukacji szkolnej. Tam szuka się talentów i następuje pierwszy etap ich selekcji. Sprostanie łącznym wymogom edukacji szkolnej i zawodniczej aktywności sportowej jest bardzo trudne, przy czym staje się ono coraz trudniejsze wraz ze wzrostem aspiracji sportowych zawodnika. Sport czy dobre wyniki w nauce na kolejnych stopniach edukacji szkolnej, to dylemat nie tylko młodzieży lecz także ich rodziców (opiekunów). Naprzeciw tym rozterkom wychodzą w pewnym zakresie różne warianty klas i szkół sportowych, nie rozwiązują one jednak powyższego problemu, oddalają jedynie na jakiś czas konieczność dokonania alternatywnego wyboru. W podobnej sytuacji znajdują się sportowcy studenci.

Rodzina a sport.

Sytuacje stresogenne pojawiają się u zawodników-zawodniczek – zwłaszcza klasy mistrzowskiej - będących w związku małżeńskim, często mających także dzieci. Długie okresy rozłąki z powodu udziału jednej ze stron tego związku w zgrupowaniach szkoleniowo-treningowych i w zawodach sportowych, nie sprzyjają normalnemu funkcjonowaniu rodziny - osłabiają więzi małżeńskie oraz z dziećmi, obarczają jedną ze stron całością obowiązków funkcjonowania w środowisku stałego zamieszkania rodziny. Nic dziwnego że niejednokrotnie pojawia się dylemat: rodzina czy sport.

Aspiracje sportowe a kontuzje.

Przykładem tego rodzaju dylematu może być z jednej strony chęć uprawiania sportu, zaś z drugiej obawa przed prawdopodobieństwem kontuzji w czasie treningu lub podczas zawodów. Inny problem, to start czy rezygnacja z udziału w zawodach w sytuacji nie zaleczonej kontuzji, gdy ważą się losy kariery sportowej zawodnika, czy sukcesu lub przegranej całej drużyny. Bywa, że tego rodzaju dylemat dodatkowo komplikuje presja trenera lub działaczy sportowych na zawodnika by ratował wynik drużyny.

Aspiracje sportowe a doping.

To dylemat, z którym coraz gorzej radzą sobie zawodnicy. Przy czym często nie jest to alternatywa: szansa na lepszy wynik czy dbałość o zdrowie, lecz: szansa na lepszy wynik czy konsekwencje wykrycia dopingu.

Zawodnicy a kibice.

Stresogennych sytuacji –zwłaszcza zawodnikom piłki nożnej - dostarczają także kibice. Najczęściej są to wyzwiska, często bardzo wulgarne, pod adresem poszczególnych zawodników i całej drużyny. Zdarzają się jednak także bardziej dramatyczne sytuacje.¹³

Na zakończenie tego wątku rozważań dodajmy, że różnego rodzaju dylematy pojawiające się przed zawodnikiem łatwiej będzie mu rozstrzygnąć w sytuacji, gdy między nim a jego trenerem będzie istniała więź wzajemnego zrozumienia, zyczliwości, i **zaufania. Zależy to**

¹³ Przedstawiają je m. in. Tomasz Kwaśniewski i Kamil Dąbrowa w reportażu: co ma piłkarz od kibola (jak grasz śmieciu). „Gazeta Wyborcza” – „Duży Format”, 2011.06.16.

oczywiście nie tylko od zawodnika, lecz także i przede wszystkim od trenera, od jego stylu pracy i autorytetu jako szkoleniowca i wychowawcy.

SŁAWOMIR OWCZAREK

Warszawa

Ćwiczenia przeciwwskazane dla dzieci z wadami postawy ciała

Wady postawy ciała są i niestety wszystko wskazuje, że jeszcze długo będą, poważnym problemem zdrowotnym naszych dzieci i młodzieży.

Dziecko z wadą postawy ciała powinno być kierowane na zajęcia gimnastyki korekcyjnej lub na rehabilitację. Jednakże powinno ono także uczestniczyć w szkolnych zajęciach wychowania fizycznego. Zwalnianie dziecka z wadą postawy z tych zajęć jest, w zdecydowanej większości przypadków, postępowaniem niewłaściwym lub wręcz szkodliwym.

Zasady uczestnictwa dzieci w zajęciach wychowania fizycznego określone zostały w opracowaniu Barbary Woynarowskiej „Kwalifikacja lekarska dzieci do wychowania fizycznego w szkole”. To, że często lekarze nadużywają swoich uprawnień do zwalniania dzieci z lekcji wychowania fizycznego jest osobnym zagadnieniem i pozostawiam to ich sumieniu. Podobnie ocenić należy postępowanie rodziców, którzy „załatwiają” dzieciom, zresztą nie tylko z wadami postawy, zwolnienia z tych lekcji (choć tu można często mówić o nieświadomości błędnego postępowania). Wszyscy chyba zgodzimy się, że zwalnianie dzieci z drobnymi wadami z zajęć lekcji wf jest działaniem na ich szkodę.

Jednakże większość wad postawy pociąga za sobą ograniczenia w uczestnictwie dziecka w zajęciach ruchowych. Tak jak są ćwiczenia wskazane, leczące i te są domeną gimnastyki korekcyjnej i kinezyterapii tak są też ćwiczenia przeciwwskazane, których stosowanie może pogłębiać wadę, szkodzić jej korekcji. Ich stosowanie może dzieciom z wadami postawy tylko zaszkodzić.

Nauczyciel wychowania fizycznego powinien (z racji swego wykształcenia) posiadać podstawowe wiadomości dotyczące wad postawy i sposobów ich korekcji. Nie wszyscy jednak nauczyciele są specjalistami gimnastyki korekcyjnej i trudno wymagać od nich aby wiedzieli dokładnie jak korygować poszczególne wady. Jednakże zgodnie z zasadą „primum non nocere” mają obowiązek nie szkodzić dzieciom. Muszą więc wiedzieć jakie ćwiczenia, sporty, zajęcia rekreacyjne są dla poszczególnych wad przeciwwskazane. Ta wiedza zapewni, że choć nie będą bezpośrednimi korektorami wad to włączą się w proces ich korekcji. Zapewnią dzieciom z wadami postawy bezpieczny udział w zajęciach wychowania fizycznego, będą rozwijać ich sprawność i wydolność fizyczną chroniąc przed możliwością pogłębiania wady.

Do najczęstszych wad postawy ciała (wad kręgosłupa i kończyn dolnych) dodałem także omówienie przeciwwskazań dla dzieci z nadwagą i otyłością. Zostało to spowodowane nie tylko faktem, że otyłość jest coraz częściej obserwowanym zaburzeniem rozwojowym dzieci i młodzieży ale także nagminnym występowaniem wad postawy ciała u dzieci z nadwagą i otyłością.

WADA POSTAWY	ĆWICZENIA PRZECIW- WSKAZANE	SPORTY PRZECIW- WSKAZANE	INNE PRZECIW- WSKAZANIA I UWAGI
<p>PLECY OKRĄGLE (w tym choroba Scheuermanna)</p>	<p>Ćwiczenia zwiększające tyłowygięcie (kifozę) kręgosłupa piersiowego – np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skłony i skrętoskłony w tułowia w przód, • przewroty w przód i w tył, • kołyska w leżeniu na plecach, • czworakowanie, • przysiad podparty, • siad skulny, • koci grzbiet w klęku podpartym, • leżenie przewrotne i przerzutne, • tzw. brzuszki z rękoma splecionymi na karku, • podpór przodem . <p>Ćwiczenia zwiększające obciążenie osiowe kręgosłupa - np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dźwiganie ciężarów, • dźwiganie współwiczające go, • długotrwałe 	<ul style="list-style-type: none"> • podnoszenie ciężarów, • kolarstwo (dozwolona jest jazda rekreacyjna na rowerze typu Holender , składak z wyprostowanym tułowiem), • wioślarstwo i kajakarstwo, • lekkoatletyka, • jazda konna, • unihokej. • piłka nożna, 	<ul style="list-style-type: none"> • długotrwałe wycieczki piesze, • wycieczki z noszeniem plecaka, • wycieczki rowerowe • wycieczki kajakowe

	<p>stanie,</p> <ul style="list-style-type: none"> • długie spacery, • skoki, skoki w dal, wzwyż, wieloskoki, zeskoki, • skoki na skakance, • stanie na rękach, na głowie, • biegi – zwłaszcza długie. <p>Ćwiczenia zwiększające przykurcz mięśni piersiowych - np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „pompki”, • podciągnięcia na drążku (zwłaszcza podchwytem), • przeciąganie liny. 		
PLECY WKŁĘŚLE	<p>Ćwiczenia zwiększające przodowygięcie (lordozę) kręgosłupa lędźwiowego – np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „mostki”, • kołyski na brzuchu, • wysokie unoszenie tułowia w leżeniu na brzuchu, • skłony tułowia w tył. <p>Ćwiczenia zwiększające obciążenie osiowe</p>	<ul style="list-style-type: none"> • gimnastyka artystyczna, • gimnastyka sportowa, • akrobatyka, • łyżwiarstwo figurowe, • strzelectwo w postawie stojącej, • podnoszenie ciężarów 	<ul style="list-style-type: none"> • długotrwałe wycieczki piesze, • wycieczki z noszeniem plecaka • balet,

	<p>kregoslupa - np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dźwiganie ciężarów, • dźwiganie współwiczającego, • długotrwałe stanie, • skoki, skoki w dal, wzwyż, wieloskoki, zeskoki, • skoki na skakance, • biegi – zwłaszcza długie. 		
<p>PLECY OKRĄGŁO-WKŁĘSŁE</p>	<p>Przeciwwskazane są wszystkie ćwiczenia, pozycje, zabawy wymienione dla dziecka z plecami okrągłymi i dla dziecka z plecami wklęsłymi</p>	<p>Przeciwwskazane są wszystkie sporty wymienione dla dziecka z plecami okrągłymi i dla dziecka z plecami wklęsłymi</p>	<p>Przeciwwskazania są wszystkie zajęcia wymienione dla dziecka z plecami okrągłymi i dla dziecka z plecami wklęsłymi</p>
<p>BOCZNE SKRZYWIENIA KRĘGOSŁUPA - SKOLIOZY</p>	<p>Ćwiczenia zwiększające boczne skrzywienie kregoslupa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • skłony boczne w stronę wklęsłości skrzywienia pierwotnego. <p>Ćwiczenia zwiększające rotację kregoslupa – np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • skręty tułowia – zwłaszcza w stronę wklęsłości skrzywienia 	<ul style="list-style-type: none"> • lekkoatletyka, • jazda konna, • podnoszenie ciężarów, • długotrwałe gry sportowe, • sporty „asymetryczne”: <ul style="list-style-type: none"> o łucznictwo, o wioślarstwo - zwłaszcza długie wiosła, o szermierka, o strzelectwo • gimnastyka sportowa, • akrobatyka, • gimnastyka 	<ul style="list-style-type: none"> • długie wycieczki piesze, • wycieczki piesze z noszeniem plecaka, • balet <p>UWAGA! Przewroty nie są ćwiczeniami przeciwwskazanymi, ale nie należy ich nadużywać.</p>

	<p>pierwotnego, <ul style="list-style-type: none"> • skrętosłony tułowia - zwłaszcza w stronę wklęsłości skrzywienia pierwotnego, <p>Ćwiczenia zwiększające obciążenie osiowe kręgosłupa - np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dźwiganie ciężarów, • dźwiganie współwiczające go, • długotrwałe stanie, • skoki, skoki w dal, wżwyż, wieloskoki, zeskoki, • skoki na skakance, • biegi - zwłaszcza długie, • długie spacery, • stanie na rękach, • na głowie, <p>Ćwiczenia lordozujące kręgosłup piersiowy i pogłębiające lordozę lędźwiową:</p> <ul style="list-style-type: none"> • unoszenie tułowia, zwłaszcza wysokie, w leżeniu na brzuchu, • „mostki”, • kołyski na brzuchu, </p>	<ul style="list-style-type: none"> • artystyczna, kajakarstwo 	
--	---	---	--

	<ul style="list-style-type: none"> • skłony tułowia w tył, • pozycja niska i średnia Klappa. 		
KOLANA KOŚLAWE	<p>Ćwiczenia, pozycje i zabawy sprzyjające koślawemu ustawieniu kolan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stanie w rozkroku, • siad klęczny ze stopami i podudziami rozsuniętymi na zewnątrz, • siad płotkarski, • siad na krześle ze złączonymi kolanami i szeroko rozstawionymi stopami, • skoki, zwłaszcza na twardym podłożu (np. popularna zabawa „w gumę”), • skoki w dal, wwyż, wieloskoki, zeskoki, • skoki na skakance, • • ćwiczenia z przeprostem stawów kolanowych, <p>Ćwiczenia przeciążające stawy kolanowe</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ lekkoatletyka ○ narciarstwo biegowe – szczególnie techniką łyżwową, ○ narciarstwo zjazdowe – zwłaszcza takie elementy jak pług, skręt z pługa. Dopuszcza się jazdę z równoległym, wąskim prowadzeniem nart (np. z rękawicą utrzymywaną między kostkami przyśrodkowymi), ○ łyżwiarstwo, ○ łyżworolki, ○ zespołowe gry sportowe 	<ul style="list-style-type: none"> • długie wycieczki piesze, • długotrwałe wycieczki piesze z noszeniem plecaka, <ul style="list-style-type: none"> ○ jazda na hulaj nodze • jazda na deskorolce.

	<ul style="list-style-type: none"> • dźwiganie ciężkich przedmiotów, • długie spacery mogące prowadzić do przemęczenia mięśni i przeniesienia obciążenia na układ więzadłowy lub kostno-stawowy, • długie biegi, 		
KOLANA SZPOTAWE	<p>Ćwiczenia, pozycje i zabawy sprzyjające szpotawemu ustawieniu kolan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • siad skrzyżny, • stanie ze skrzyżowanymi nogami, • siad na krześle ze skrzyżowanymi nogami, • skoki, zwłaszcza na twardym podłożu (np. popularna zabawa „w gumę”), <p>Ćwiczenia przeciążające stawy kolanowe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dźwiganie ciężkich przedmiotów, • długie spacery, • długie biegi 	<ul style="list-style-type: none"> • jazda konna, • narciarstwo zjazdowe, • lekkoatletyka – zwłaszcza konkurencje biegowe i skoczne, • piłka nożna. 	<p>UWAGA! Niewielka szpotawość kolan jest uważana za wadę kosmetyczną. Nie powoduje niewydolności nóg – przeciwnie, niewielka szpotawość sprzyja ich wydolności. Większość sportowców ma kolana szpotawe.</p>

<p>PŁASKOSTOPIE</p>	<p>Ćwiczenia sprzyjające koślawieniu pięt</p> <ul style="list-style-type: none"> • stanie w rozkroku, • skoki <p>Ćwiczenia przeciążające stopy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • długotrwałe stanie, • długie spacerowanie, • długie biegi, • dźwiganie ciężarów 	<ul style="list-style-type: none"> • łyżwiarstwo <ul style="list-style-type: none"> o łyżworolki, o jazda na hulajnodze, o lekkoatletyka, o narciarstwo biegowe – szczególnie techniką łyżwową, o narciarstwo zjazdowe – zwłaszcza takie elementy jak pług, skręt z pługa, 	<ul style="list-style-type: none"> • jazda na hulajnodze, • jazda na deskorolce, • wycieczki piesze (zwłaszcza z plecakiem),
----------------------------	--	---	---

Bibliografia:

1. Dega W. 1996: Wady postawy. W: Dega W., Senger A. (red.) Ortopedia i rehabilitacja. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa
2. Kiwerski J. (red.) 2006 Rehabilitacja medyczna Wydawnictwo Lekarskie PZWL Warszawa
3. Kasperczyk T. 1994. Wady postawy ciała. Diagnostyka i leczenie. Kaper, Kraków
4. Kutzner-Kozińska M. (red.). 2001. Proces korygowania wad postawy. AWF Warszawa
5. Kutzner-Kozińska M., Właźnik K. , 1988 Gimnastyka korekcyjna dla dzieci 6-10-letnich. WSiP, Warszawa
6. Oblacińska A., Woynarowska B.: 2002. Profilaktyczne badania lekarskie i inne zadania lekarza w opiece zdrowotnej nad uczniami. IMiD, Warszawa
7. Owczarek S. 1998. Atlas ćwiczeń korekcyjnych. WSiP, Warszawa
8. Weiss M., Zembaty A. (red.) 1983. Fizjoterapia PZWL, Warszawa
9. Wilczyński J. 2001. Korekcja wad postawy człowieka. Wyd. Anthropos, Starachowice
10. Woynarowska B. Wojciechowska A. 1993. Aktywność fizyczna dzieci i młodzieży . Kwalifikacja lekarska do wychowania fizycznego w szkole, IMiD, Warszawa

MARIUSZ OZIMEK¹, ADAM JURCZAK², PAULINA JANOWIEC³

¹ dr. hab prof, nadzw., Katedra Teorii i Metodyki Lekkiej Atletyki, AWF Kraków.

² dr, Instytut Wychowania Fizycznego PWSZ w Oświęcimiu.

³ mgr, studia doktoranckie AWF Kraków.

Sposób na lekcje wychowania fizycznego w terenie leśnym dla dzieci młodszych

Wstęp

Ćwiczenia w terenie naturalnym stanowią wartościową i niezbędną część każdego programu wychowania fizycznego. Badania dowodzą, że intensywność lekcji w terenie jest większa niż w pomieszczeniach zamkniętych a wysiłek oscyluje wokół progu przemian beztlenowych. Obok intensywności większa jest także objętość ćwiczeń, co „podnosi psychofizjologiczną

efektywność aktywności fizycznej”. Przyczynia się to znacznie do wzrostu wydolności fizycznej, wytrzymałości, zahartowania, poprawia się samopoczucie. W świetle potrzeb zdrowotnych wartości te wydają się być bezcenne tym bardziej, że zajęcia w terenie „są swoistą promocją aktywności fizycznej, płaszczyzną kształtowania bardziej trwałych postaw wobec aktywnego ruchowo stylu życia. W. Pańczyk na podstawie własnych obserwacji, doświadczeń i badań eksperymentalnych twierdzi, że” realizacja połowy lekcji w warunkach terenowych – na powietrzu, z tendencją do 2/3 ich rocznego wymiaru, wydaje się rozwiązaniem pożądanym”. W reformującej się ciągle szkole tzw. „wuef” w połączeniu z wychowaniem „zdrowotnym i ekologicznym, winno znaleźć czas i miejsce dla kontaktu z przyrodą, we wszystkich porach roku”¹⁴

Gry i zabawy w terenie mogą stanowić doskonałą alternatywę dla tego typu zajęć. Zaletą prezentowanych zasobów jest ich uniwersalność ze względu na miejsce i brak konieczności posiadania specjalistycznego sprzętu. Wykorzystywane są bowiem naturalne przedmioty i naturalnie ukształtowany teren. Wymogiem metodycznym jest wybór odpowiedniego terenu ze szczególnym uwzględnieniem podłoża oraz dopasowanie tempa i charakteru wykonywanych czynności ruchowych do zmieniających się warunków terenowych. Niewątpliwą zaletą prezentowanych zabaw i gier jest kontakt ucznia z przyrodą, jej obserwacja, poznawanie oraz gwarancja wysokiej intensywności prowadzonych zajęć. Problemy natury organizacyjnej typowe dla zajęć fizycznych w pomieszczeniach zamkniętych w tym przypadku nie mają większego znaczenia.

Terenem przeprowadzanych gier i zabaw w prezentowanym materiale jest las iglasty dobrze przebieżny o miękkim podłożu pokrytym grubą warstwą igliwia. Zajęcia prowadzone są w jednym dobrze znanym młodzieży miejscu na stosunkowo dużym obszarze, co dodatkowo podnosi ich atrakcyjność i intensywność. Gry i zabawy w swojej specyfice nawiązują charakterem ruchu do terenu, który nie stanowi bariery, lecz stanowi czynnik uatrakcyjniający zajęcia. Wszystkie przykłady przeprowadzane są z wykorzystaniem naturalnych i nietypowych przyborów, które można znaleźć na miejscu ćwiczeń.

Zasoby gier i zabaw w terenie leśnym

SZYSZKO GRA



Liczba uczestników: dowolna.

Ustawienie: 2 zespoły w rzędach (każdy uczestnik ma 3 szyszki) w odległości 1 m od „bazy” (kwadratu utworzonego z 4 patyków), odległość między „bazami” 4 m, drużyna wyznacza „palkarza” z patykiem do odbijania szyszek, który ustawia się za „bazą” twarzą w kierunku swojego rzędu.

Przebieg. Na sygnał prowadzącego pierwsze osoby z rzędów wrzucają kolejno 3 szyszki do bazy drużyny przeciwnej, przebiegają na drugą stronę i ustawia się za swoim

¹⁴ Pańczyk W. 1999. Biologiczno-zdrowotne i wychowawcze efekty lekcji wychowania fizycznego w terenie i w Sali. Wydawnictwo ODN, Zamość.

„palkarzem”. Zadaniem „palkarzy” jest wybijanie rzuconych do „bazy” szyszek (szyszek nie można wybijać w kierunku stojących osób). Wygrywa drużyna, która wrzuci więcej szyszek do „bazy” drużyny przeciwnej.

LEŚNE SKOJARZENIA



Liczba uczestników: dowolna.

Ustawienie: na obwodzie koła, w odległości ok. 2 m od siebie.

Przebieg. Prowadzący wypowiada hasło skojarzone z terenem zajęć i rzuca szyszkę do wybranej osoby. Jej zadaniem jest: powtórzenie hasła, wymyślenie własnego i podanie szyszki kolejnemu uczestnikowi zabawy. Jeśli uczestnik upuści szyszkę, podnosi ją i podaje następnej osobie a sam obiega wokół ustawionych osób i wraca na swoje miejsce.

POŻAR, POWÓDŹ, HURAGAN

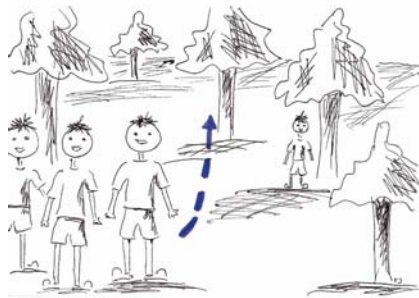


liczba uczestników: dowolna.

ustawienie: w rozsypce.

Przebieg. Na sygnał prowadzącego uczestnicy truchtają po lesie między drzewami. Na hasło: – „pożar” wykonują przysiad - „powódź” wchodzą na wystające korzenie lub pniaki - „huragan” trzymają się drzewa. Osoba, która po każdorazowym wypowiedzeniu hasła wykona zadanie jako ostatnia wymija slalomem 10 drzew i wraca do zabawy.

ZASIEDLANIE DRZEW

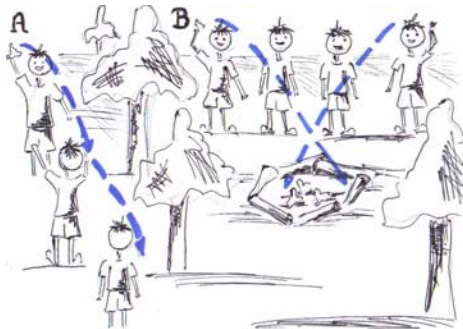


Liczba uczestników: dowolna.

Ustawienie: w rzędach, 2 – 4 zespołów.

Przebieg. Na sygnał prowadzącego pierwsze osoby z rzędów biegną do najbliższego drzewa i ustawia się przy nim. Jest to sygnał dla następnych osób do startu i ustawienia się przy kolejnym, dowolnie wybranym drzewie, które jest przed drzewem poprzednim. Wygrywa drużyna, której ćwiczący jako pierwsi ustawia się przy drzewach (przy jednym drzewie może stać tylko 1 osoba).

KARMIENIE PISKLAŃ



Liczba uczestników: dowolna.

Ustawienie: 2 zespoły: zespół A ustawiony w rzędzie (odległość pomiędzy osobami 3 m, z których każdy ma po 2 szyszki), zespół B przed „gniazdem” (okręgiem z patyków o średnicy ok. 0.5 m z wyznaczoną strefą rzutów oddaloną o 4m od okręgu).

Przebieg. Na sygnał osoby z zastępu A kolejno (począwszy od pierwszego) oddają 2 rzuty (jeden prawą drugą lewą ręką) do dowolnie wybranego drzewa i ustawiają się przy nim (do tego drzewa nie może już nikt rzucać). Następna osoba może wykonać rzuty jeżeli poprzednia stanęła przy swoim drzewie. W tym czasie każda osoba z zastępu B truchając między drzewami szuka jednej szyszki, następnie ze strefy rzutów rzuca szyszką do „gniazda”. Rzut można oddać tylko 1 szyszką po czym należy opuścić strefę rzutów i poszukać następnej i następnej ..., szyszki. Po wykonaniu rzutów przez ostatnią osobę z zastępu A i dotknięciu przez nią swojego drzewa, zastęp B kończy swoje zadanie. W tym czasie zastęp A zlicza celne rzuty do drzew a zastęp B do „gniazda”. Następuje zamiana ról i cała gra rozpoczyna się od początku. Wygrywa zastęp, który wykonał więcej celnych trafień do „gniazda” i do drzewa łącznie.

MAGICZNE DRZEWA

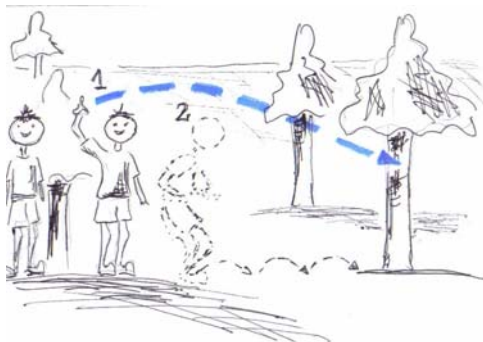


Liczba uczestników: dowolna.

Ustawienie: zespół A i B w rzędach z chwytem za ręce. Kartki z zadaniami dla każdego zespołu przyklepione są do wybranych drzew, na odwrocie każdej kartki znajduje się oznaczenie zespołu - A lub B.

Przebieg. Zadaniem każdego zastępu jest odnalezienie swojej kartki i wykonanie opisanego tam czynności. Szukając drzew z zadaniami cała drużyna porusza się z chwytem za ręce. Wygrywa zespół, który pierwszy wykona wszystkie zadania.

SKOKIEM I RZUTEM



Liczba uczestników: dowolna.

Ustawienie: w rzędach, 2 zespoły, każdy uczestnik ma 2 szyszki.

Przebieg. Na sygnał prowadzącego pierwsze osoby z rzędów wykonują rzut szyszką do wcześniej wybranego celu - drzewa. Następnie osoby te starają się doskoczyć 3 skokami obunóż do drzewa, w które rzuciły. Gdy pierwsza osoba nie trafi lub nie uda jej się doskoczyć do wyznaczonego przez siebie drzewa, próbę rozpoczyna następny uczestnik gry. Wygrywa drużyna, która znajdzie się najdalej od linii startu.

ŻMIJKA



Liczba uczestników: dowolna, parzysta.

Ustawienie: w rzędach, 2 zespoły.

Przebieg. Na sygnał prowadzącego obydwaj zespoły z chwytem za ręce biegną ślalomem między dziesięcioma dowolnie wybranymi drzewami. Pierwsza osoba z rzędu głośno wypowiada kolejny numer wymijanego drzewa. Przy każdym omijanym drzewie zostaje kolejno jedna osoba licząc od początku biegnącej grupy – „źmijki”. Ostatnia osoba z rzędu omija swoje drzewo i wracając tą samą drogą. Mijając drzewo przy którym stoi partner chwyta go za rękę i wraca razem z nim trzymając się za ręce. Od tego momentu ostatnia osoba z powracającej na linię mety „źmijki” postępuje w ten sam sposób. Wygrywa zespół, który pierwszy wykona powróci na linię mety.

ZNALEZIONE – WYMYŚLONE

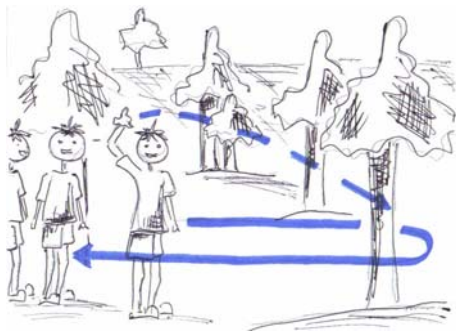


Liczba uczestników: dowolna.

Ustawienie: 2 zespoły w rzędach, kartki (na jednej stronie litery, które są częścią hasła) w odległości 10 m przed każdym zespołem

Przebieg. Na sygnał pierwsze osoby z rzędów wybiegają do pierwszego miejsca z kartkami. W czasie biegu muszą znaleźć 5 różnych przedmiotów związanych z miejscem zajęć. Każdy uczestnik po dobiegnięciu do kartek zabiera jedną z nich i znosi do drugiego wyznaczonego miejsca, w którym zostawia przyniesioną kartkę wraz ze znalezionymi wcześniej przedmiotami. Podnosząc rękę daje sygnał do startu dla następnej osoby z rzędu. Po wykonaniu tych czynności przez ostatnią osobę z zespołu wszyscy przystępują do rozszyfrowania hasła. Ostatnią czynnością jest ułożenie ze zgromadzonych przedmiotów rozpoznanego hasła w formie wyrazu lub rysunku. Wygrywa drużyna, która ukończy zadanie pierwsza.

LEŚNA LOKOMOTYWA



Liczba uczestników: dowolna.

Ustawienie: 2 zespoły w rzędach; każdy uczestnik ma 1 szyszkę.

Przebieg. Na hasło - „lokomotywa” pierwsze osoby z rzędów rzucają szyszką w dowolnie wybrane przez siebie drzewo. Jeśli rzut jest celny osoba ta dobiega do trafionego drzewa obiega je i wraca po kolejną osobę z rzędu. Razem trzymając się za ręce biegną do trafionego wcześniej drzewa, skąd druga osoba stara się trafić do następnego drzewa, itd. Wygrywa drużyna, której „pociąg” dojedzie najdalej w głąb lasu.

ZBIERACZE WIELKICH SZYSZEK



Liczba uczestników: dowolna.

Ustawienie: w rzędach, 2 – 4 zespołów, pierwsze osoby z każdego rzędu trzymają w ręku czapkę przeciwsłoneczną o podobnej wielkości.

Przebieg. Na sygnał uczestnicy rozpoczynają wędrowkę przez las. Osoby z czapką rozglądając się po ściółce wynajdują największą szyszkę i wkładają ją do czapki. Po wrzuceniu swojej szyszki, zostawiają czapkę, w miejscu, gdzie znaleźli szyszkę. Czapkę zabiera następna osoba z rzędu i powtarza zadanie. Gra kończy się, gdy do czapki włoży szyszkę ostatnia osoba z rzędu. Wygrywa zespół, który objętościowo będzie miał więcej szyszek w czapce.

RZUCANIE WĘDROWANIE

Liczba uczestników: dowolna.

Ustawienie: w rzędach, 2 – 4 zespołów (każdy ma 3 szyszki).

Przebieg. Kapitan zespołu wychodzi przed swój zespół w głąb lasu i ręką wyznacza drzewo do którego - rzucając szyszką - powinna trafić pierwsza osoba z rzędu. Osoba rzucająca wykonuje jeden po drugim 3 rzuty (kapitan sumuje liczbę rzutów). Jeżeli co najmniej 1 rzut będzie celny cały zespół przechodzi do trafionego drzewa i z tego miejsca następna osoba rzuca w ten sam sposób do kolejnego drzewa wyznaczonego przez kapitana. Jeżeli rzut będzie niecelny następna osoba rzuca z tego samego miejsca do tego samego drzewa. Zwycięstwo ogłaszane jest w dwóch kategoriach: Kto dalej zawędruje w głąb lasu? Kto zdobędzie więcej celnych rzutów?

**KAROL GÖRNER¹ , MICHAŁ SPIESZNY² TERESA MUCHA³,
SYLWIA KOPP⁴**

Organizacja aktywności ruchowej a miejsce piłki ręcznej wśród pozostałych dyscyplin sportowo - rekreacyjnych

¹ Prof. PaedDr. Karol Görner, PhD, *Department of Physical Education and Sports, Faculty of Humanities, Matej Bel University in Banská Bystrica, Slovakia & Bronislaw Czech University School of Physical Education in Krakow, Poland,*

² Dr hab. Michał Spieszny *Akademia Wychowania fizycznego w Krakowie*

³ Mgr Teresa Mucha, *Państwowa Podhalańska Wyższa Szkoła Zawodowa w Nowym Targu*

⁴ Mgr Sylwia Kopp, *Szkoła Podstawowa w Trzebuni*

Wstęp

Rozwój aktywności ruchowej jest niezwykle ważnym elementem w życiu każdego człowieka. Obowiązek wpajania potrzeby aktywności fizycznej spada przede wszystkim na środowisko rodzinne i szkolne. Postawy rodziców kształtują określone wzory zachowań dzieci, które mogą przetrwać całe życie. Ważne jest by od wczesnych lat motywować młodych do uczestnictwa w kulturze fizycznej. Wówczas, bowiem „plastyczność osobowości czyni człowieka najbardziej podatnym na oddziaływania wychowawcze” (*Sas-Nowosielski 2003, s. 4*). Za wychowywanie w kulturze zdrowotnej odpowiedzialna jest również szkoła oraz realizowany w niej proces wychowania fizycznego. Celem tego procesu jest „przygotowanie do życia w społeczeństwie jak i do uczestnictwa w kulturze fizycznej po ustaniu procesu wychowawczego” (*Grabowski 1997, s. 84*). Wśród uwarunkowań decydujących o poziomie wychowania fizycznego w szkole główną rolę sprawuje nauczyciel tego przedmiotu. Zadaniem jego jest umiejętne przekształcenie budzących się zainteresowań sportowych dziecka w trwałe zamiłowania (*Zawadzki 1983, s. 100*).

Wpływ rodziców i nauczycieli na kształtowanie prozdrowotnych postaw swoich podopiecznych zmniejsza się wraz z wiekiem. Dla dorastającej młodzieży wzór zachowań w czasie wolnym wyznacza najczęściej nieformalna grupa rówieśnicza, a więc koledzy, koleżanki czy po prostu najbliżsi przyjaciele. Spotkania towarzyskie w gronie rówieśników mogą wnieść pozytywny bądź negatywny wkład w kształtowanie motywacji do aktywności ruchowej (*Sas – Nowosielski 2003*). Oddziaływanie to zależy jednak od popularności kultury fizycznej w środowisku rówieśniczym (*Winiarski 1995*).

Sposób podejmowania aktywności ruchowej. Badając aktywność wolnoczasową społeczeństwa polskiego próbowano dociec, jakie są preferowane miejsca i sposoby uprawiania aktywności ruchowej. Zauważono, że już w wieku szkolnym procent chłopców uczestniczących w sporcie zorganizowanym jest wyższy od procentu dziewcząt (57% chłopców, 40% dziewcząt (*Charzewski 1997*), 32,5% i 19,1% (*Jurczak 2004, 2010*). Co prawda dziewczęta chętniej niż chłopcy chodzą na SKS - y, za to ich przynależność do klubów sportowych jest o połowę niższa (*Charzewski 1997, Jurczak 2004, 2010*). Młodzież w zdecydowanej większości: 75,2% (*Winiarski 1995*); 64% (*Charzewski 1997*); 54% (*Dąbrowski 1997*); 78% (*Maciaszek 1993*); 84% (*Jurczak 2004*) woli podejmować aktywność ruchową indywidualnie bez opieki nauczyciela, trenera czy instruktora rekreacji. Problem ten dostrzegli nauczyciele wychowania fizycznego już w latach 80-tych (*Zawadzki 1983*). Jednak na przestrzeni lat można

zauważyć wzrost popularności klubów sportowych (13,6% (*Bukowiec 1990*), 14,5% (*Maciaszek 1993*), 26,7% (*Winiarski 1995*), 39% (*Charzewski 1997*) oraz zajęć SKS (6% (*Bukowiec 1990*); **16,7%** (*Maciaszek 1993*); 12,8% (*Winiarski 1995*)). Widoczna również jest tendencja obniżania się wraz z wiekiem procentu osób przynależących do klubów i innych organizacji sportowych. Wśród 25-latków tylko 16,5% badanych jest zaangażowanych w zorganizowane zajęcia sportowe, natomiast u 35-latków procent ten spada jeszcze o połowę (*Charzewski 1997*).

Przyczyny bierności ruchowej.

W związku z małą aktywnością ruchową polskiego społeczeństwa próbowano dociec przyczyn bierności w wolnym czasie. Najczęściej wymienianą barierą utrudniającą podejmowanie jakiejkolwiek aktywności sportowej bez względu na wiek jest brak czasu (*Bukowiec 1990, Winiarski 1995, Charzewski 1997, Dąbrowski 1997, Zawadzki 1983*). W okresie szkolnym dzieci swoją małą aktywność ruchową tłumaczą także dużą odległością do szkoły oraz koniecznością pomocy w obowiązkach domowych rodzicom (*Charzewski 1997, Zawadzki 1983*). Młodzież oprócz małej ilości czasu wolnego, narzeka na brak miejsc i warunków na systematyczną aktywność ruchową (*Bukowiec 1990, Winiarski 1995, Charzewski 1997, Dąbrowski 1997*). Brak chęci do aktywnego wypoczynku charakteryzuje 15% licealistów i 26,3% studentów. Osoby dorosłe by nie musiały przyznawać się do własnego lenistwa, tłumaczą swoją bierność dużą aktywnością fizyczną w pracy (*Charzewski 1997*). Oprócz przyczyn braku, czy też małej aktywności ruchowej badani wskazywali źródła inspiracji aktywnością fizyczną. Młodzież warszawska uznała, że największy wpływ na kształtowanie się ich zainteresowania kulturą fizyczną wywierają lekcje wychowania fizycznego 52%, 49,2% następnie oglądanie widowisk sportowych oraz zajęcia sportowo – rekreacyjne z rówieśnikami, (*Dąbrowski 1997*). Nauczyciel wychowania fizycznego (70%) już w latach 80-tych wymieniany był na pierwszym miejscu wśród bodźców mających największy wpływ na udział młodzieży w kulturze fizycznej (*Zawadzki 1983*). Wśród krakowskiej młodzieży kolejność jest odwrotna. Największy wpływ na rozwój ich zainteresowań mają rówieśnicy, na drugim miejscu znalazły się widowiska sportowe, a następnie nauczyciel wychowania fizycznego bądź trener. Mimo rozwoju cywilizacyjnego wpływ środków masowego przekazu na poziom inspiracji kulturą fizyczną nadal pozostał znikomy (1,7% (*Bukowiec 1990*)).

Celem prezentowanych w niniejszej pracy badań jest próba ustalenia, sposobu organizacji i popularności piłki ręcznej wśród dziewcząt i chłopców szkół gimnazjalnych z terenu Krakowa na tle pozostałych zainteresowań sportowo rekreacyjnych.

Material i metoda

Przedmiotem badań jest, zatem aktywność ruchowa o charakterze sportowo – rekreacyjnym podejmowana świadomie i dobrowolnie w czasie wolnym od nauki i obowiązków domowych. Różne przejawy tej aktywności potraktowano jako zmienną niezależną i ustalono na podstawie opinii badanej młodzieży. Natomiast sposób organizacji i różne rodzaje tej aktywności jako zmienną zależną. Wskaźnikiem sposobu organizacji aktywności ruchowej były zajęcia pozalekcyjne (tzw. SKS), pozaszkolne (kluby, instytucje) i zajęcia samodzielne (organizowane indywidualnie). Wskaźnikami rodzajów aktywności ruchowej były różne rodzaje dyscyplin sportowo - rekreacyjnych.

Na podstawie wykazu otrzymanego z Kuratorium Oświaty i Wychowania sporządzono rejestr wszystkich szkół gimnazjalnych działających na terenie gminy Kraków. W wyniku losowania wyłoniono 10% wszystkich szkół i 2 losowo wybrane klasy 1. Łącznie w badaniach wzięło udział 625 uczniów (295 dziewczęta i 330 chłopców). Wybierając młodzież z terenu miasta Krakowa kierowano się założeniem, iż reprezentuje ona typowe środowisko wielkomiejskie. Występują w nim porównywalne z innymi dużymi miastami

Polski zjawiska i procesy społeczne. Uogólnienia i wnioski z badań mogą być, zatem rozszerzone na inne podobne zbiorowości wielkomiejskie w kraju.

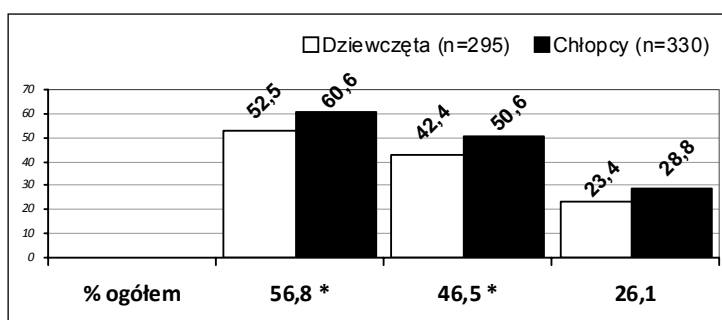
Do zebrania materiału została wykorzystana metoda sondażu diagnostycznego. Sondaż jest jedną z najpopularniejszych metod badań społecznych i pedagogicznych. Nazywany przez jednych sondażem diagnostycznym, przez innych sondażem ankietowym lub sondażem na grupie reprezentatywnej. Według definicji – Pilch, Bauman – „sondaż diagnostyczny jest sposobem gromadzenia wiedzy o atrybutach strukturalnych i funkcjonalnych oraz dynamice zjawisk społecznych, opiniach i poglądach wybranych zbiorowości, nasilaniu się i kierunkach rozwoju określonych zjawisk i wszelkich innych zjawisk instytucjonalnie nie zlokalizowanych – posiadających znaczenie wychowawcze – w oparciu o specjalnie dobraną grupę reprezentującą populację generalną, w której badane zjawisko występuje.” (Pilch, Bauman 2001). Stosując metodę sondażową zebrano dane empirycznych i takie, które pod pewnymi warunkami mogą wskazywać na przyczyny badanego zjawiska.

Spośród wszystkich technik występujących w badaniach sondażowych, w pracy zastosowano ankietę. Zastosowana technika badawcza spełniła oczekiwania. Jako zalety realizowanej ankiety można wyróżnić: standaryzację warunków, w których przebiegało badanie oraz anonimowość badanych. Na jakość otrzymanych wyników duży wpływ miał fakt, że przed przystąpieniem do wypełniania kwestionariusza przez badanych, ankieter starał się wzbudzić wśród nich pozytywny stosunek do badania. W ankiecie pomiar zmiennych występuje na poziomie skali porządkowej i nominalnej.

Analiza wyników

Wyniki przeprowadzonych badań opracowywane będą w oparciu wartości procentowe z dokładnością do dwóch miejsc po przecinku. Drugą miarą będzie test niezależności dwóch zmiennych chi - kwadrat dla tabel wielodzielczych. Za istotne statystycznie zostaną uznane tylko te korelacje, których wartość $p > 0,05$ lub mniej. Dzięki zastosowanemu testowi można badać zgodność zarówno cech mierzalnych, jak i niemierzalnych (jakościowych).

OZNACZENIA – aktywność sportowo-rekreacyjna (%):



- 56,8 – tak*,
- 46,5 – 1 raz w tygodniu i częściej*,
- 26,1 – 4 raz w tygodniu i częściej*.

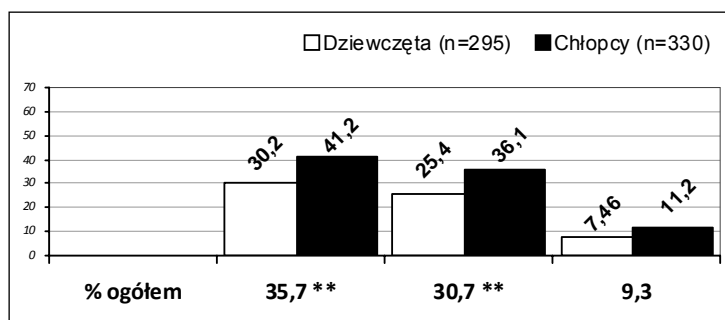
(* : zależność istotna pomiędzy płcią $p < 0,05$)

Rycina 1. Aktywność sportowo – rekreacyjna (ruchowa) w czasie wolnym młodzieży szkół gimnazjalnych: organizowana samodzielnie, w szkołach, klubach i innych instytucjach pozaszkolnych (%)

Aktywność sportowo – rekreacyjną (z wyłączeniem turystycznej) w szkołach, klubach i innych instytucjach pozaszkolnych oraz samodzielnie podejmuje 57 % badanych. (61% chłopców i 53% dziewcząt - różnica istotna na poziomie $p > 0,05$). Prawie połowa chłopców i nieco mniej dziewcząt (42,37%) angażuje się w ten rodzaj aktywności ruchowej, co najmniej 1 raz w tygodniu. Łącznie daje to wielkość ok. 47%. Niestety tylko, co czwarta badana osoba zapewnia sobie odpowiednią dawkę ruchu o **częstotliwości 4 razy w tygodniu**

i częściej. Aktywność dziewcząt (23,4%) i chłopców (28,8%) jest w tym przypadku mocno wyrównana i mimo, iż różnica nie jest statystycznie istotna to jednak można dostrzec, że chłopcy są bardziej aktywni (ryc.1).

OZNACZENIA – aktywność sportowo-rekreacyjna (%):



- 35,7 – tak,
- 30,7 – 1 raz w tygodniu i częściej**,
- 9,3 – 4 razy w tygodniu i częściej**.

(** : zależność istotna pomiędzy płcią $p < 0,01$)

Rycina 2. Aktywność sportowo – rekreacyjna (ruchowa) młodzieży szkół gimnazjalnych zorganizowana przez szkoły, kluby i inne instytucje pozaszkolne (%)

W aktywności ruchowej o charakterze sportowo - rekreacyjnym organizowanej przez szkoły, kluby i inne powołane do tego celu placówki oświatowe łącznie uczestniczy 36% badanej młodzieży (chłopcy - 41%, dziewczęta - 30%). Istnieje zależność pomiędzy tego rodzaju aktywnością a płcią - $p > 0,01$. Częstotliwość uczestnictwa w tego typu aktywności ruchowej 1 raz w tygodniu i częściej wynosi ok. 31% badanych (dziewczęta 25,4% i 36,1% chłopcy), natomiast 4 razy w tygodniu i częściej to zaledwie 9,4% młodzieży (11,2% - chłopcy, 7,5% dziewczęta (ryc.2).

Próbując oddzielić aktywność ruchową pozaszkolną zorganizowaną w klubach i instytucjach od aktywności pozalekcyjnej organizowanej przez szkoły ustalono, że uczestniczy w niej 28% młodzieży szkół gimnazjalnych. Zajęcia te budzą większe zainteresowanie wśród męskiej - 32,73%) niż żeńskiej - 23,05% części młodzieży - $p > 0,01$.

Tabela 1. Rodzaje dyscyplin sportowo – rekreacyjnych uprawianych przez młodzież szkół gimnazjalnych w klubach i innych instytucjach pozaszkolnych (%)

Rodzaje dyscyplin ruchowych w klubach i innych instytucjach	Dziewczęta (n = 295)	Chłopcy (n = 330)	Razem
	Piłka nożna	1,02	
Siatkówka	7,80	2,42	5,11
Pływanie	6,78	2,42	4,59
Sztuki walki	2,03	6,06	4,05
Koszykówka	4,94	2,21	3,58
Gry z rakieta	2,71	3,94	3,33
Piłka ręczna	1,36	3,03	2,20
Ćwiczenia muzyczno - ruchowe	3,39	0,61	2,00
Ćwiczenia siłowo gimnastyczne	2,03	0,61	1,32
Inne dyscypliny	1,36	0,3	0,83
Jazda na rowerze	0,00	1,21	0,61
Sporty zimowe	0,68	0,30	0,49
Marszobieg	0,34	0,00	0,17

Sporty ekstremalne	0,34	0,00	0,17
---------------------------	-------------	-------------	-------------

Młodzież biorąca czynny udział w zajęciach klubowych, preferuje treningi piłki nożnej (8,69%) i siatkowej (5,11%). Dużą popularnością cieszą się także pływanie, sztuki walki oraz koszykówka. Mniej niż 4% uczęszcza na zajęcia muzyczno – ruchowe, gry z rakieta (badminton oraz tenis ziemny i stołowy) oraz treningi piłki ręcznej. Zastanawiać może siódme miejsce, jakie zajmuje piłka ręczna na tle pozostałych dyscyplin. Tym bardziej, że powołanie sekcji piłki ręcznej w strukturach klubów i organizacji sportowych z uwagi na możliwość zatrudnienia wykwalifikowanej kadry i posiadaną bazę nie powinno stanowić większych problemów. Upodobania sportowe gimnazjalistek wyraźnie odbiegają od zainteresowań płci przeciwnej. Wśród chłopców najbardziej popularną formą aktywności ruchowej jest piłka nożna. Jej uprawianie potwierdza 16,36% gimnazjalistów i tylko 1,02% gimnazjalistek, dla których atrakcyjniejsze są treningi piłki siatkowej (7,8% dziewczęta, 2,42% chłopcy). Dużym zainteresowaniem wśród dziewcząt cieszą się także zajęcia muzyczno – ruchowe i pływanie. Natomiast chłopcy równie chętnie uczęszczają na treningi sztuk walki oraz gry z rakieta (tab.1).

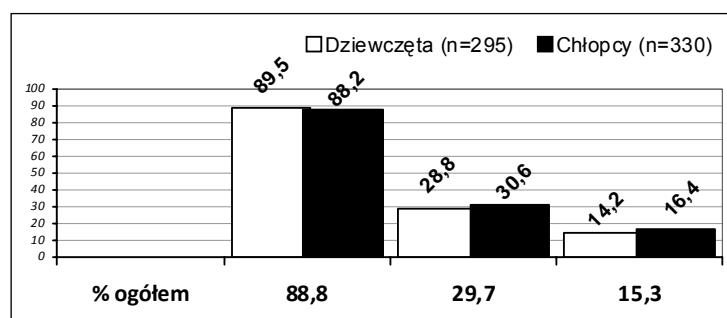
Pozalekcyjna aktywność ruchowa w szkołach gimnazjalnych nie cieszy się dużą popularnością. Z taką formą aktywności ruchowej identyfikuje się zaledwie 9,5% dziewcząt i 6,7% chłopców. Razem 8 % młodzieży szkół gimnazjalnych. Wynik niezmienny od lat (tab.20). m aktywności ruchowej tych zajęć jest raczej średni - 4,8% i niski - 3,2%.

Tabela 2. Rodzaje dyscyplin sportowo rekreacyjnych organizowanych przez szkoły gimnazjalne w ramach zajęć pozalekcyjnych (%)

Rodzaje dyscyplin sportowo rekreacyjnych na zajęciach na zajęciach pozalekcyjnych w szkole	Dziewczeta (n = 295)	Chłopcy (n = 330)	Razem
	Siatkówka	8,47	
Piłka nożna	0,68	5,15	2,92
Koszykówka	0,68	0,61	0,65
Pływanie	0,68	0,3	0,49

Grupa młodzieży uczęszczająca na zajęcia pozalekcyjne najbardziej ceni sobie zajęcia z takich gier zespołowych jak siatkówka (4,84%) i piłka nożna (2,91%). Na koszykówkę i lekcje pływania uczęszcza niespełna 1%. Płeć badanej młodzieży wpływa na wybór dyscypliny sportowej podejmowanej na pozalekcyjnych zajęciach w szkole. Największym uznaniem dziewcząt cieszą się zajęcia z siatkówki (9%) wybierane zaledwie przez 1% chłopców. Gimnazjaliści zdecydowanie wolą grę w piłkę nożną, która z kolei jest mało popularna wśród ich rówieśniczek. Trudno zrozumieć, dlaczego szkoły nie są prowadzoną sekcji piłki ręcznej w ramach zajęć pozalekcyjnych, kiedy większość z nich posiada odpowiednią bazę i kadre (tab.2).

OZNACZENIA – aktywność sportowo-rekreacyjna (%):



- 88,8 – tak,
- 29,7 – 1 raz w tygodniu i częściej,
- 15,3 – 4 raz w tygodniu i częściej.

Rycina 3. Pozaszkolna aktywność sportowo – rekreacyjna (ruchowa) organizowana przez młodzież samodzielnie w ciągu całego roku i sezonowo (%)

Duże zainteresowanie wśród młodzieży szkół gimnazjalnych znajdują formy aktywności sportowo - rekreacyjnej, które organizowane są przez nią samą. Z takim sposobem podejmowania aktywności ruchowej identyfikuje się aż 89% badanych. Jednak analizując wyniki badań dokładniej widzimy, że regularnie – to znaczy, co najmniej 1 raz w tygodniu i częściej w tego typu aktywności ruchowej uczestniczy tylko 29,8% badanych (28,8% dziewcząt i 30,6% chłopców). Jeszcze mniej badanych, bo 15,4% podejmuje aktywność 4 razy w tygodniu i częściej, z czego 14,2% to dziewczęta a 16,4% chłopcy. (ryc.3).

Tabela 3. Rodzaje dyscyplin sportowo - rekreacyjnych uprawianych przez młodzież szkół gimnazjalnych samodzielnie w ciągu całego roku (%)

Rodzaje dyscyplin sportowo - rekreacyjnych uprawianych przez młodzież samodzielnie w ciągu całego roku	Dziewczęta (n = 295)	Chłopcy (n = 330)	Razem
	Piłka nożna	3,05	
Siatkówka	16,95	7,58	12,27
Pływanie	14,92	8,79	11,86
Koszykówka	7,8	7,58	7,69
Marszobieg	7,81	6,97	7,39
Siłowo – Gimnastyczne	5,42	2,17	3,8
Gry z rakieta	3,05	3,33	3,19
Ćwiczenia muzyczno – ruchowe	0,34	1,82	1,08
Inne dyscypliny	0,68	1,21	0,95
Ćwiczenia siłowo – gimnastyczne	1,69	0	0,85
Piłka ręczna	0,68	0,91	0,8
Sporty ekstremalne	0,34	0	0,17

Młodzież ćwicząca indywidualnie przez cały rok najbardziej ceni sobie takie dyscypliny sportowe jak piłka nożna (14,86%), siatkowa (12,27%) oraz pływanie (11,86). Płeć badanych wpływa na wybór dyscyplin sportowych uprawianych samodzielnie w cyklu całorocznym. Dziewczęta najchętniej grają w siatkówkę (16,95%), którą interesuje się 7,58% chłopców. Gimnazjaliści zdecydowanie bardziej cenią sobie grę w piłkę nożną (26,67), podejmowaną zaledwie przez 3% ich rówieśniczek. Popularność piłki ręcznej jest niewielka i nie przekracza wartości 1% zarówno wśród dziewcząt jak i chłopców. (tab.3).

Tabela 4. Rodzaje dyscyplin sportowo - rekreacyjnych uprawianych przez młodzież szkół gimnazjalnych samodzielnie w sezonie (%)

Rodzaje dyscyplin sportowo - rekreacyjnych uprawianych przez młodzież samodzielnie w sezonie	Dziewczęta (n = 295)	Chłopcy (n = 330)	Razem
	Jazda na rowerze	40,34	

Piłka nożna	8,14	45,45	26,8
Sporty zimowe	25,76	16,67	21,22
Siatkówka	22,03	11,82	16,93
Pływanie	18,98	12,73	15,86
Koszykówka	7,8	19,7	13,75
Marszobiegi	12,2	5,76	8,98
Jazda na rolkach	11,19	4,24	7,72
Gry z rakiетką	8,14	5,15	6,65
Ćwiczenia siłowo – gimnastyczne	1,69	1,82	1,76
Sporty wodne	0	2,42	1,21
Sporty ekstremalne	0,68	1,21	0,95
Piłka ręczna	0,62	1,21	0,92
Ćwiczenia muzyczno – ruchowe	1,36	0	0,68

Wśród dyscyplin sportowych podejmowanych samodzielnie, lecz sezonowo, największym uznaniem cieszy się: jazda na rowerze (36%), sporty zimowe (21%) i piłka nożna (29%). Dużym poparciem znajduje również siatkówka (17%), pływanie (16%) oraz koszykówka (14%). Wybór dyscypliny sportowej uprawianej samodzielnie w sezonie jest zależna od płci. Najbardziej popularną dyscypliną podejmowaną przez dziewczęta jest jazda na rowerze (40%). W takim rodzaju aktywności uczestniczy o 10% mniej chłopców, którzy najchętniej (46%) grają w piłkę nożną. Gimnazjalistki częściej niż ich rówieśnicy wybierają także sporty zimowe (26%- dziewczęta, 17%- chłopcy), siatkówkę (22% dziewczęta i 12 chłopcy) oraz pływanie (19% dziewczęta i 13% chłopcy). Chłopcy natomiast chętniej grają w koszykówkę (20%), która nie cieszy się z kolei dużą popularnością wśród dziewcząt - 8%. Podobnie jak w przypadku aktywności całorocznej także i w przypadku aktywności sezonowej popularność piłki ręcznej tak w przypadku dziewcząt jak i chłopców oscyluje w granicach 1% (tab.4).

Dyskusja i wnioski

W organizacji zajęć ruchowych w czasie wolnym najniższe miejsce zajmuje szkoła. Porównując szkolne i pozaszkolne formy aktywności ruchowej zaobserwowano, iż badana młodzież częściej uczestniczy w zajęciach organizowanych przez kluby sportowe niż szkoły. Przynależność do klubów deklaruje ¼ badanej młodzieży, podczas gdy w zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy tylko 8% młodzieży gimnazjalnej. Równie niską frekwencję na nieobowiązkowych zajęciach szkolnych stwierdzono w porównywalnych badaniach (*Bukowiec 1990, Jurczak 2004, 2009, 2010, Winiarski 1995*). Być może tak małe zainteresowanie wśród badanych zajęciami pozalekcyjnymi, spowodowane jest zbyt ubogim wachlarzem dyscyplin sportowych, oferowanych gimnazjalistom przez krakowskie szkoły. Brak rekreacyjnych form chętnie podejmowanych przez młodzież w czasie wolnym nie jest czynnikiem zachęcającym do uczestnictwa w zajęciach pozalekcyjnym. Tym bardziej, że wiadomo, iż aktywność ruchowa przynosi zadowolenie, jeżeli odpowiada zainteresowaniom uczniów oraz jeżeli nie stawia przed nimi wymagań przekraczających ich możliwości (*Zuchora 1967*).

Badana młodzież preferuje aktywność ruchową organizowaną samodzielnie. Zajęcia bez nadzoru nauczyciela wf, instruktora czy trenera cieszą się dużym uznaniem. Niestety poziom tych zajęć, dla co najmniej połowy badanej młodzieży jest niski. Wniosek ten w równym stopniu dotyczy tak dziewcząt jak i chłopców. Wyniki te zgodne są do wyników innych badań (*Charzewski 1997, Dąbrowski 1997, Jurczak 2004, 2009, Winiarski 1995*). Samodzielny sposób organizacji aktywności ruchowej jest popularny. Niestety ponad 2/3 badanych podejmuje ten rodzaj aktywności rzadziej niż raz w tygodniu, a tylko, co piąty badany 4 x w tygodniu i częściej. Zdecydowana większość nie zapewnia sobie odpowiedniej dawki ruchu, co stwarza wiele zagrożeń dla ich zdrowia i sprawności fizycznej. Być może tak duże zainteresowanie młodzieży aktywnością organizowaną samodzielnie spowodowane jest zmniejszeniem wpływu rodziców i nauczycieli na kształtowanie prosomatycznych postaw. W tym okresie życia wzór zachowań w czasie wolnym wyznacza najczęściej grupa rówieśnicza. A właśnie popularności sportu w środowisku rówieśniczym w dużej mierze wpływa wówczas na poziom aktywności ruchowej jednostki, jak również na formę jej organizacji (*Sas – Nowosielski 2003, Winiarski 1995*).

Dziewczęta preferują siatkówkę, pływanie, koszykówkę, ćwiczenia do muzyki.

Natomiast chłopcy piłkę nożną, sztuki walki, pływanie. Dane te potwierdzają preferencje żeńskiej i męskiej płci badanych w innych badaniach (*Charzewski 1997, 2003, Dąbrowski 1997, Maciaszek 1993, Sępowicz – Buczek 2003*). Popularność piłki ręcznej wśród młodzieży szkół gimnazjalnych jest na bardzo niskim poziomie. Czy jest to tylko problem obecnej sytuacji? Czy może zapaść tej dyscypliny trwa od dłuższego czasu? Odpowiedź na to pytanie może dać materiał badawczy zebrany w wyniku wywiadów i analizy dokumentów w 75 wylosowanych klubach i instytucjach pozaszkolnych. Dane te pokazują, że na 5657 członków sekcje piłki ręcznej prowadził tylko UKS (287 członków). W stosunku do ogółu członków zawodnicy uprawiający piłkę ręczną stanowili 0,5%. Z kolei badania ankietowe wśród młodzieży krakowskich szkół pokazały że na 1582 badanych piłkę ręczną uprawia 6 (1%) osób w szkołach podstawowych i tyle samo w ponadpodstawowych (*Jurczak 2010*). Wyniki tych badań zostały potwierdzone w późniejszych opracowaniach opartych na próbie reprezentatywnej dla Krakowa, w których widzimy, że piłkę ręczną w czasie wolnym uprawia 6 uczniów szkół gimnazjalnych na 624 badanych. Sprawą otwartą pozostaje odpowiedź na pytanie – dlaczego? Niestety wyniki tych badań nie dają takiej odpowiedzi. Konieczne byłoby zatem przeprowadzenie odrębnej analizy pokazującej przyczyny.

Wnioski

1. W nieobowiązkowych zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy zaledwie 8% młodzieży. Aby zwiększyć frekwencję młodzieży na dodatkowych zajęciach ruchowych, należy uwzględnić w programach szkolnych te dyscypliny ruchowe, w których młodzież chętnie uczestniczy. Zbyt ubogi wachlarz dyscyplin sportowych oferowany przez szkołę często nie trafia w upodobania ruchowe uczniów. Trudno zrozumieć, dlaczego szkoły nie są prowadzoną np. sekcji piłki ręcznej w ramach zajęć pozalekcyjnych, kiedy większość z nich posiada odpowiednią bazę i kadre.
2. Młodzież preferuje aktywność ruchową organizowaną samodzielnie (89%). Jednak analizując wyniki badań dokładniej widzimy, że regularnie – to znaczy, co najmniej 1 raz w tygodniu i częściej w tego typu aktywności ruchowej uczestniczy tylko 28,8% dziewcząt i 30,6% chłopców. Na tym tle popularność piłki ręcznej jest niewielka i nie przekracza wartości 1% zarówno wśród badanych obojga płci.
3. **W klubach sportowych i innych instytucjach pozaszkolnych z trenerem bądź instruktorem ćwiczy 30,2% gimnazjalistek i 41,2% ich rówieśników.** Popularność

piłki ręcznej wśród dziewcząt jest na siódmym miejscu (1,4%) a wśród chłopców na trzecim (3%).

Bibliografia

1. Bukowiec M. (1990) Postulowane, założone i rzeczywiste funkcje wychowania fizycznego w przygotowaniu do uczestnictwa w kulturze fizycznej. AWF im. B. Czecha w Krakowie. Wydawnictwo monograficzne nr 39, Kraków.
2. Charzewski J. (1997) Aktywność sportowa Polaków. Zakład Antropologii Wychowania Fizycznego w Warszawie, Warszawa.
3. Dąbrowski A. (1997) Pozaszkolna kultura fizyczna młodzieży – rzeczywistość a potrzeby i oczekiwania. AWF im. J. Piłsudskiego w Warszawie. Warszawa. Praca doktorska.
4. Grabowski H. (1997) Teoria Fizycznej Edukacji. WSiP, Warszawa.
5. Jurczak A. (2004) Udział dzieci i młodzieży w pozalekcyjnych i pozaszkolnych formach aktywności ruchowej. Wychowanie Fizyczne i Sport, T. 48, d. 367-372.
6. Ozimek M, Jaworski J, Jurczak A, Gabrys T. 2009. Szkolna edukacja fizyczna a rozwój zainteresowań aktywnością sportowo rekreacyjną. Optymalizacja zatazenia v telesnej a sportovej vychove. Strojnicka fakulta STU. Bratislava – Slovenska republica 2009, s. 51-66.
7. Jurczak A. 2010) Sposoby organizacji aktywności ruchowej w czasie wolnym. Młodzież – instytucje – bariery. Ostrowiec świętokrzyski: stowarzyszenie „nauka, edukacja, rozwój”.
8. Maciaszek J. (1993) Aktywność ruchowa dzieci i młodzieży w czasie wolnym. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. 2, s. 70-75.
9. Pilch T., Bauman T. (2001) Zasady badań pedagogicznych. Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa.
10. Sas - Nowosielski K. (2003) Współczesne poglądy na temat determinantów aktywności ruchowej i ich implikacje pedagogiczne. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. 8-9, s. 3-8.
11. Sas – Nowosielski K. (2003) Wychowanie do aktywności fizycznej. AWF, Katowice.
12. Sepowicz – Buczek K. (2003) Aktywność ruchowa dzieci w czasie wolnym. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. 12, s. 32-35.
13. Winiarski R.W. (1995) Aktywność sportowa młodzieży. Geneza – struktura – uwarunkowania. AWF im. B. Czecha w Krakowie. Wydawnictwo monograficzne nr 66, Kraków.
14. Zawadzki Z. (1983) Próba analizy uczestnictwa w kulturze fizycznej czternastoletnich uczniów szkół podstawowych w województwie lubelskim. Lublin. Praca doktorska.
15. Zuchora K. (1967) Wpływ wychowania fizycznego w szkole na kształtowanie się pozalekcyjnej aktywności ruchowej uczniów. Wychowanie Fizyczne i Sport. 2, s. 15-25.

Raport CBOS
POLACY WOBEC NIEKTÓRYCH POGLĄDÓW Z KRĘGU NEW AGE
Opracował Rafał BOGUSZEWSKI

Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej ul. Żurawia 4a, 00-503 Warszawa
e-mail: sekretariat@cbos.pl; info@cbos.pl <http://www.cbos.pl> (48 22) 629 35 69)

(Publikuję wybrane fragmenty niezwykle interesującego Raportu Centrum Badania Opinii Społecznej. Pełny tekst w formacie pdf wraz z wykresami i tabelami można pobrać ze strony CBOS a także ze strony www.lider.szs.p (Zb. Cendrowski)

Ostatnie dwudziestolecie w Polsce to okres zmian związanych z intensywnym rozwojem ekonomicznym i społecznym. W tym czasie Polacy bardziej niż dotychczas nastawieni byli na zdobywanie wiedzy, co znalazło wyraz m.in. w zdecydowanym wzroście liczby absolwentów wyższych uczelni. Wystarczy wspomnieć, że w porównaniu z rokiem 1990 liczba osób uzyskujących w danym roku dyplom ukończenia studiów wyższych zwiększyła się ponad ośmiokrotnie – z 56,1 tys. do niemal 480 tys. w roku 2010¹. Co jednak istotne, pomimo znaczącego wzrostu wskaźnika skolaryzacji, zamiłowanie do wróżb, przesądów i przepowiedni jest w Polsce wciąż zadziwiająco silne². W tym kontekście pojawia się pytanie – jak dalece w coraz bardziej wyedukowanym społeczeństwie, w którym wciąż około 95% stanowią zadeklarowani katolicy, 92% uważa siebie za osoby wierzące, a ponad połowa regularnie (przynajmniej raz w tygodniu) bierze udział w praktykach religijnych³, popularne są wartości czerpane z kultur pozachrześcijańskich oraz inna niż katolicka duchowość? Po czternastu latach ponownie podjęliśmy w naszych badaniach próbę znalezienia odpowiedzi na powyższe pytania. We wrześniowym sondażu⁴ sprawdzaliśmy, jak silna w polskim społeczeństwie jest wiara w magię, astrologię, ezoterykę, okultyzm czy też – uogólniając – występowanie nadnaturalnych zjawisk i doświadczeń wymykających się poznaniu naukowemu

1 Na podstawie danych GUS.

2 Zob. komunikaty CBOS „Przesady wciąż żywe”, październik 2011 (oprac. R. Boguszewski), oraz „Horoskopy, wróżby, talizmany – czyli magia wokół nas”, październik 2011 (oprac. K. Kowalczyk).

3 Na podstawie deklaracji we wrześniowym badaniu CBOS.

4 Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (256) przeprowadzono w dniach 8 – 14 września 2011 roku na liczącej 1077 osób reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

AKCEPTACJA NIEKTÓRYCH POGLĄDÓW NEW AGE

Spośród wielu różnych stwierdzeń przedstawionych respondentom najczęściej akceptowane jest to, które dotyczy jasnowidzenia. O tym, że niektórzy ludzie mają taką zdolność, przekonanych jest trzech na pięciu badanych (59%), w tym mniej więcej co szósty (16%) nie ma co do tego żadnych wątpliwości. Niemal połowa respondentów (48%) uważa z kolei, że są osoby, które mają zdolność przewidywania przyszłości. Z tym natomiast, że gdzieś we wszechświecie istnieje rozumna cywilizacja, zgadza się prawie dwie piąte ankietowanych (39%), dokładnie tyle samo osób (39%) wierzy w telepatię. Co trzeci badany uważa, że możliwe jest rzucenie na kogoś złego uroku (34%) oraz że są przedmioty, które przynoszą szczęście (33%), a nieco ponad jedna czwarta przyznaje, że duże znaczenie dla rozwoju charakteru człowieka ma to, pod jakim znakiem zodiaku się urodził (29%), że są daty i dni tygodnia, które przynoszą pecha (27%), a także – że możliwy jest kontakt z umarłymi (28%). Najrzadziej podzielane jest przekonanie o istnieniu UFO. Z poglądem, że Ziemię czasem odwiedzają latające talerze i inne nieznanne obiekty, zgadza się co szósty respondent (17%). Co jednak istotne, spośród przedstawionych stwierdzeń to właśnie wiara w UFO oraz w to, że gdzieś we wszechświecie jest jeszcze inna rozumna cywilizacja, budzi najwięcej

wątpliwości. Do tych kwestii nie potrafi się ustosunkować odpowiednio 20% i 30% badanych.

Zmiany, jakie nastąpiły w poziomie akceptacji przedstawionych poglądów i wierzeń, nie są jednoznaczne. Od roku 1997 nieco wzrosło przekonanie, że można rzucić na kogoś zły urok oraz że możliwy jest kontakt z umarłymi (wzrost wskazań po 4 punkty). Natomiast w ciągu ostatnich pięciu lat zwiększył się odsetek osób uważających, że niektóre przedmioty (tzw. talizmany) mogą przynosić szczęście (o 7 punktów) oraz że są daty i dni tygodnia, które przynoszą pecha (o 3 punkty). Jednocześnie w stosunku do wyników badania z 1997 roku notujemy dość istotny spadek odsetka respondentów wierzących w możliwość przewidywania przyszłości (o 9 punktów), w oddziaływanie znaku zodiaku na charakter człowieka (o 9 punktów), w przekazywanie myśli na odległość (o 7 punktów), w magię pewnych dat i dni tygodnia (o 7 punktów), w latające talerze i inne nieznanne obiekty odwiedzające Ziemię (o 6 punktów) oraz w zdolność jasnowidzenia (o 5 punktów).

UNIWERSALIZM RELIGIJNY

Synkretyzm religijny i kulturowy jako istotna cecha New Age wiąże się również z uniwersalizmem religijnym, a więc przekonaniem o jednakowym znaczeniu wielu różnych wyznań religijnych. Mimo iż Polacy w zdecydowanej większości uważają się za katolików i wyrażają silne przywiązanie do swojej religii, co znajduje potwierdzenie w deklaracjach dotyczących jej znaczenia w życiu codziennym, a także w poziomie uczestnictwa w praktykach religijnych, nie dyskredytują innych religii i wyznań. Poziom uniwersalizmu religijnego w społeczeństwie, przejawiający się w akceptacji celów i środków, jakie stawiają sobie różne wyznania religijne, okazuje się dość znaczny. Przytłaczająca większość badanych (87%, w tym 49% to osoby zdecydowanie o tym przekonane) uważa, że każda religia jest tak samo dobra, jeśli pomaga człowiekowi jak najlepiej przeżyć życie. Prawie trzy czwarte ogółu ankietowanych (70%) twierdzi, że Bóg czczony w różnych religiach, bez względu na to, jak jest nazywany, to w rzeczywistości ten sam Bóg, nieznacznie mniejszą grupę (67%) stanowią ci, którzy sądzą, że wszystkie religie mają tak naprawdę jeden cel, do którego prowadzą człowieka.

Od czternastu lat poziom uniwersalizmu religijnego w polskim społeczeństwie utrzymuje się na wysokim i w miarę stabilnym poziomie, zwłaszcza gdy chodzi o przekonanie, że każda religia jest tak samo dobra, jeśli tylko pomaga człowiekowi jak najlepiej przeżyć życie. Deklarowana obecnie akceptacja tego aspektu jest nawet nieco większa niż w roku 1997 i jednocześnie tak samo częsta jak przed pięcioma laty.

Od 1997 roku nieznacznie mniej jest natomiast osób przeświadczonych, że różne religie czczą tak naprawdę tego samego Boga, chociaż inaczej go nazywają (spadek o 6 punktów), a od roku 2006 nieco rzadziej wyrażane jest przekonanie, że wszystkie religie mają właściwie ten sam cel.

WSKAŹNIK WIARY W NIEKTÓRE IDEE NEW AGE

Po zliczeniu twierdzących odpowiedzi na pytania dotyczące wszystkich trzynastu stwierdzeń, do których ustosunkowywali się respondenci, utworzyliśmy sumaryczny wskaźnik ich akceptacji. Średnia wartość tego wskaźnika mierzonego na skali od 0 do 13 wyniosła dla ogółu badanych 5,73, przy czym żadnego ze stwierdzeń nie akceptowało jedynie trzech na stu badanych (3%), a ze wszystkimi zgodził się co setny (1%). Jedna czwarta ankietowanych (24%) zaaprobowała od jednego do trzech stwierdzeń, jedna trzecia (35%) – od czterech do sześciu, a dwie piąte (38%) zgodziło się z co najmniej połową z nich.

Najwyższą wartość wskaźnika wiary w wyżej wymienione nadnaturalne zjawiska i doświadczenia notujemy wśród osób o najniższych dochodach *per capita* (średnia wartość

wskaźnika w tej grupie wynosi 6,44), mieszkańców miast liczących od 101 tys. do 500 tys. ludności (6,31), osób w wieku od 45 do 54 lat (6,20), respondentów praktykujących religijnie kilka razy w tygodniu (6,20), a w grupach wyróżnionych ze względu na status zawodowy – wśród rencistów (6,48), gospodyń domowych (6,35), robotników niewykwalifikowanych (6,24) oraz techników i innych pracowników średniego szczebla (6,20). Analizowane stwierdzenia stosunkowo najrzadziej natomiast akceptują osoby najmłodsze – mające od 18 do 24 lat (średnia wartość wskaźnika w tej grupie wynosi 4,61), w tym m.in. uczniowie i studenci (4,76), a ponadto kadra kierownicza i specjaliści z wyższym wykształceniem (5,00) – zob. tabele aneksowe.

WYMIARY UZNAWANYCH WIERZEŃ

Na podstawie stosunku respondentów do wszystkich trzynastu stwierdzeń udało się za pomocą analizy czynnikowej⁶ wychwycić cztery ukryte wymiary uznawanych wierzeń i poglądów z kręgu New Age. Pierwszy z nich to paranauka. Wiąże się on z akceptacją stwierdzeń dotyczących możliwości jasnowidzenia, kontaktu z umarłymi, przewidywania przyszłości, telepatii oraz rzucania na kogoś złego uroku. Drugi – z zakresu magii i astrologii – związany jest z przekonaniem, że niektóre daty i dni przynoszą pecha, że są przedmioty które przynoszą szczęście, oraz że nie bez znaczenia dla charakteru człowieka jest to, pod jakim znakiem zodiaku się urodził. W wymiarze tym poniekąd zawiera się również wiara w zdolność przewidywania przyszłości oraz możliwość rzucenia na kogoś złego uroku.

Na czynnik trzeci – uniwersalizm religijny – składają się twierdzenia o czczeniu przez różne religie tego samego Boga, o jednakowym celu, do którego dążą różne wyznania, oraz przekonanie, że nie ma religii lepszych i gorszych – wszystkie są tak samo dobre, jeśli czynią człowieka lepszym. Ostatni czynnik dotyczy wiary w istnienie cywilizacji pozaziemskiej.

Wiąże się z aprobatą twierdzeń, że we wszechświecie istnieje rozumna cywilizacja oraz że Ziemię czasem odwiedzają niezidentyfikowane obiekty latające.

Pomiar średniego poziomu akceptacji poszczególnych aspektów New Age wskazuje, że wymiarem najbardziej popularnym w społeczeństwie jest uniwersalizm religijny (średni poziom akceptacji stwierdzeń wchodzących w zakres tego wskaźnika wyniósł na 5-punktowej Skali⁷ 3,86). Druga pod względem popularności okazała się paranauka (średni poziom akceptacji mierzonej na 5-punktowej skali wyniósł 2,87), a trzecia – wiara w pozaziemską cywilizację (2,65), natomiast stosunkowo najmniej powszechnie aprobowana jest magia i astrologia (2,45).

Okazuje się jednak, że wszystkie wymiary są ze sobą istotnie dodatnio skorelowane, przy czym stosunkowo największe zależności występują między paranauką oraz magią i astrologią (r Pearsona=0,516; $p<0,001$), a także między paranauką i wiarą w istnienie cywilizacji pozaziemskiej (r Pearsona=0,371; $p<0,001$). Najsłabsza zależność dotyczy uniwersalizmu religijnego oraz magii i astrologii (r Pearsona=0,126; $p<0,001$).

Fakt pozytywnej korelacji między poszczególnymi wymiarami wiary w nadnaturalne zjawiska i doświadczenia sprawia, że zróżnicowania społeczno-demograficzne we wszystkich wyróżnionych kategoriach są porównywalne. Akceptacji sprzyjają zazwyczaj takie czynniki, jak: wiek powyżej 44 lat, zamieszkiwanie w miejscowości liczącej więcej niż 100 tys. mieszkańców, wykształcenie zasadnicze zawodowe, niski status materialny, częstsze niż przeciętnie uczestnictwo w praktykach religijnych (wyjątek stanowi uniwersalizm religijny, w przypadku którego najwyższy poziom akceptacji występuje wśród praktykujących nieregularnie) oraz płeć żeńska (z wyjątkiem wiary w cywilizację pozaziemską, która jest nieco większa w przypadku mężczyzn) – szczegółowe zróżnicowania przedstawiono w tabelach aneksowych.

WIARA W IDEE NEW AGE A NADNATURALNE DOŚWIADCZENIA

Ponad dwie piąte badanych (42%) deklaruje, że zdarzyło im się przeczuć fakty, które później naprawdę miały miejsce, jedna czwarta (26%) miała prorocze sny, które stanowiły zapowiedź przyszłych zdarzeń, co ósmy respondent (13%) przeżył spotkanie z duchem zmarłego człowieka, a trzech na stu (3%) doświadczyło uczucia znalezienia się poza własnym ciałem⁸. Jak można przypuszczać, wszystkie te nadnaturalne doświadczenia Polaków nie pozostają bez wpływu na ich stosunek do omawianych zjawisk z zakresu New Age.

Średnia wartość ogólnego wskaźnika wiary w nie jest we wszystkich grupach – bez względu na charakter doświadczenia – wyższa niż przeciętnie, przy czym najwyższą wartością tego wskaźnika cechują się osoby, które doświadczyły obecności zmarłego człowieka (8,24).

Jak się okazuje, doświadczenie spotkania z duchem zmarłej osoby sprzyja nie tylko wzrostowi ogólnego wskaźnika wiary w wybrane aspekty New Age, ale także akceptacji poszczególnych ich wymiarów. Co jednak istotne, również pozostałym nadnaturalnym doświadczeniom, a więc odczuciu wyjścia ze swojego ciała, przeżyciu proroczego snu oraz

8. Zob. komunikat CBOS „Horoskopy, wróżby, talizmany – czyli magia wokół nas”, wyd. cyt. przeczuciu faktów, które później nastąpiły, także towarzyszy większa akceptacja twierdzeń wchodzących w zakres paranoi, magii i astrologii, uniwersalizmu religijnego oraz wiary w cywilizację pozaziemską

WIARA W NIEKTÓRE POGLĄDY Z ZAKRESU NEW AGE A RELIGIJNOŚĆ POLAKÓW

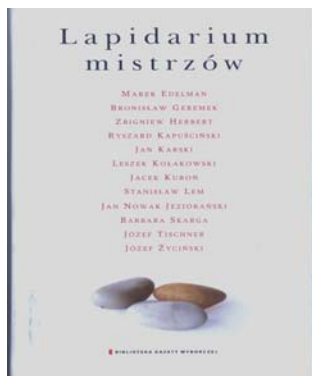
Nasze badania pokazały, że religijność Polaków nie ma wpływu na zainteresowanie horoskopami i wróżbami⁹. Mimo że tego typu zachowania są sprzeczne z nauczaniem Kościoła, ich popularność wśród osób regularnie biorących udział w mszach i nabożeństwach jest niemal taka sama jak wśród tych, które w ogóle w nich nie uczestniczą. Jeśli zaś chodzi o przesady, to osoby praktykujące religijnie kilka razy w tygodniu zdecydowanie częściej niż niepraktykujące przyznawały, że wierzą w szczęśliwe i pechowe znaki losu, a ponadto stosują wiele zabobonnych zwyczajów¹⁰.

Podobnie jest w przypadku wiary w wybrane zjawiska z kręgu New Age. Ogólny wskaźnik akceptacji omawianych przekonań jest najwyższy wśród osób określających się jako głęboko wierzące (6,25), natomiast najniższy – wśród niewierzących (4,77), przy czym największe różnice między tymi grupami dotyczą paranoi oraz magii i astrologii.

Wprawdzie ogólny wskaźnik akceptacji niektórych aspektów New Age jest nieco wyższy wśród osób określających swoją wiarę jako zindywidualizowaną niż wśród tych, które twierdzą, że stosują się do wskazań Kościoła, jednak jeśli chodzi o aprobatę stwierdzeń z zakresu paranoi oraz magii i astrologii, stosunek do nauczania Kościoła właściwie nie ma znaczenia. Znajduje to poniekąd potwierdzenie w deklarowanej częstości praktyk religijnych. Ogólny wskaźnik New Age oraz średni poziom akceptacji stwierdzeń odnoszących się do paranoi oraz magii i astrologii są najwyższe wśród praktykujących religijnie kilka razy w tygodniu, natomiast wskaźnik uniwersalizmu religijnego przyjmuje wartość najwyższą wśród praktykujących nieregularnie

Przedstawione analizy wskazują na złożoność problematyki religijności i duchowości. Okazuje się, że życiowa filozofia Polaków to konglomerat wielu różnych, nie zawsze spójnych przekonań, w tym także wywodzących się z coraz bardziej popularnego w świecie ruchu New Age. Uznawanie siebie za osobę głęboko wierzącą oraz częste uczestnictwo w praktykach religijnych nie przeszkadzają, a często nawet sprzyjają wierze w magię i astrologię oraz w występowanie różnego rodzaju zjawisk paranoi.

Zbigniew Cendrowski Rekomendacje



Lapidarium Mistrzów

Wybór cytatów Aleksandra Klich. Wyd. Agora 2011 (Biblioteka GW)

Marek Edelman, Bronisław Geremek, Zbigniew Herbert, Ryszard Kapuściński, Jan Karski, Leszek Kołakowski, Jacek Kuroń, Stanisław Lem, Jan Nowak - Jeziorański, Barbara Skarga, Józef Tischner, Józef Życiński. Plejada wybitnych osobowości, intelektów, charakterów. Ekspresja sumienia narodu.. Normalni, ale nieprzeciętni. Zawstydzają wrażliwych, ale nierychliwych w działaniu. Czasem budzą nienawiść, nienawistnych i zawistnych. Wciąż żyją wśród nas. Zwykli w życiu codziennym, niezwykli w sytuacjach niezwykłych. Dokonywali wielkich rzeczy i ponosili wielkie porażki niezrozumienia. Zbyt wiele wymagali od siebie i od innych. Myśli, skrzętnie i udanie wybrała Pani Aleksandra Klich.

Roczniki Warszawskiej Szkoły Zdrowia rok XI. Wyd. WSEiZ 2011

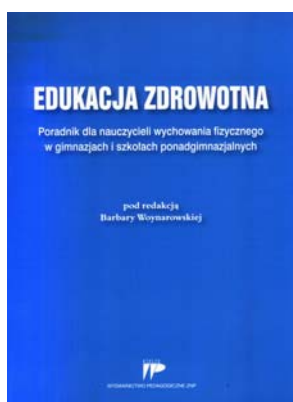
Ukazał się kolejny rocznik – już jedenasty - Warszawskiej Szkoły Zdrowia zawierający teksty referatów wygłoszonych na sesjach organizowanych przez WSZ a odbywających się w siedzibie Wyższej Szkoły Ekologii i Zarządzania. Wielkie świadectwo wielkiej pracy Pani profesor Ireny Celejowej. Znajdziemy tam m.in. teksty referatów :

Prof. dr hab. Grażyna NOWICKA (Żywnienie a nasze geny). Prof. dr hab. Ewa BARTNIK (Osiągnięcia genetyki w zastosowaniu w medycynie), Prof. dr hab. n. med. Andrzej WOJTCZAK (Zdrowie Publiczne w Programach Światowej Organizacji Zdrowia i Unii Europejskiej), Prof. dr hab. Bruno SZCZYGIEL (Zaburzenia odżywiania a choroby układu krążenia), Prof. nadzw. dr hab. Irena CELEJOWA (W poszukiwaniu dobrych źródeł energii), Prof. nadzw. dr inż. Iwona TRACZYK (Alergia pokarmowa - wyzwanie dla pacjenta), Prof. nadzw. dr hab. Andrzej EBERHARDT (Wpływ wysiłku fizycznego na odporność), Mgr ekonomii Katarzyna LAWRENC (Konsekwencje wydobywania gazu łupkowego w Polsce na skalę przemysłową (głos w dyskusji) i w kontekście Stanowisko Ministerstwa Środowiska w sprawie gazu łupkowego).



Barbara Woynarowska (red.) Edukacja zdrowotna. Poradnik dla nauczycieli wychowania fizycznego w gimnazjach i szkołach ponadgimnazjalnych. Wyd. Ped. ZNP Kielce 2012

Po wydanej niedawno przez ORE książce „Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów szkół i nauczycieli” (rekomendowałem ją w numerze 253) niestrudzona Pani Profesor Barbara Woynarowska (i współautorzy) obdarza nas kolejnym obszernym i kompetentnym dziełem poświęconym tym razem edukacji zdrowotnej w gimnazjach i szkołach ponadgimnazjalnych. W odwydawniczym zapisie czytamy, „Poradnik zawiera podstawowe informacje dotyczące współczesnej koncepcji i metodyki edukacji zdrowotnej dzieci i młodzieży oraz aktualnego jej statusu i organizacji w szkole.... jest on przeznaczony dla nauczycieli wychowania fizycznego gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych. Może być także przydatny dla nauczycieli innych przedmiotów, wychowawców klas i pedagogów szkolnych oraz studentów szkół wyższych na kierunku „wychowanie fizyczne”. Zawarte w nim treści i scenariusze mogą być wykorzystane w planowaniu i realizacji szkolnego programu profilaktyki.



Wydawnictwo pwn.pl zaprasza do udziału w konkursie „RUCH TO PODSTAWA”. Konkurs jest adresowany do nauczycieli prowadzących zajęcia wychowania fizycznego w polskich szkołach podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych



Zainteresowani uczestnictwem w konkursie powinni nadesłać do dnia 30 kwietnia dokumentację lekcji (scenariusz, do którego można dołączyć także inne formy dokumentacji) na adres elektroniczny: postawairuch@eduterapeutica.pl, lub pocztowy Vision Consultin Groupul. Żołnierzy Narwiku 16 61-695 Poznań z dopiskiem: „RUCH TO PODSTAWA

Gorąco zachęcamy wszystkich nauczycieli wychowania fizycznego do wykazania się inwencją i kreatywnością, których z pewnością im nie brakuje.

Głównym zadaniem konkursu jest zaprojektowanie oryginalnej i atrakcyjnej lekcji wychowania fizycznego. Wierzymy, że mogą w tym pomóc nowoczesne technologie informacyjne, w których tkwi ogromny potencjał dydaktyczny.

Na autorów najciekawszych scenariuszy czekają atrakcyjne nagrody, m.in. programy multimedialne „Eduterapeutica. „Postawa i Ruch”, krzesła pomagające przeciwdziałać wadom postawy (dobrekrzeslo.pl) i sprzęt elektroniczny.

Więcej informacji o konkursie oraz nagrodach można znaleźć na stronie www.eduterapeutica.pl.

Redakcja Lidera przyłącza się do zaproszenia. W uzgodnieniu z organizatorem konkursu będziemy publikować na naszej stronie internetowej www.lider.szs.pl najciekawsze opracowania.

