

ETOS KULTURY FIZYCZNEJ W PROCESIE WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I EDUKACJI ZDROWOTNEJ W GDAŃSKICH SZKOŁACH PONADGIMNAZJALNYCH¹

W ujęciu pedagogicznym *etos* pojmowany jest najczęściej jako zespół wartości będący podstawą głównych form i wzorów zachowania się. Jednocześnie obejmuje myśli, idee jakiejś kultury, społeczeństwa lub instytucji. Przyjmowanie przez jednostkę wzorów kultury, norm współżycia społecznego z jednoczesnym oddziaływaniem społeczeństwa na jednostkę określamy mianem socjalizacji. Proces ten sprawia, że jednostka staje się pełnoprawnym członkiem danej społeczności. Proces obejmuje także kulturę fizyczną, która, zdaniem Z. Dziubińskiego², „może być rozumiana jako swoisty rezerwuar ideałów, wzorów, symboli, wartości i zachowań, z których jednostka na różnych etapach swego rozwoju w sposób selektywny korzysta”. Socjalizacja jako naturalny proces uspołeczniania wzmacniany jest procesem celowym, świadomym, ukierunkowanym na określone wartości czyli wychowaniem, a w połączeniu z kształceniem (nauczaniem-uczeniem się) proces ów staje się edukacją. Socjalizacja wspólnie z wychowaniem służą rozwojowi osobowości człowieka.

Z. Dziubiński³ dowodzi, iż „kształtowanie osobowości ukierunkowanej na kulturę fizyczną analizowane z perspektywy pewnego systemu znaczeń lub tożsamości narracyjnej wynika z bezpośredniej aktywności jednostki

¹ Praca wykonana w ramach projektu DM-51 Wydziału Wychowania Fizycznego Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, finansowanego ze środków Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego w latach 2016/2017. Kierownik projektu – prof. dr hab. Jerzy Nowocien.

Z. Dziubiński (2012), *Socjalizacja do kultury fizycznej*. W: Z. Dziubiński i Z. Krawczyk [red.], *Socjologia kultury fizycznej*, Warszawa: 205.

Z. Dziubiński (2017), *Osobowość w kontekście kultury fizycznej*. W: Z. Dziubiński, K.W. Jankowski [red.], *Kultura fizyczna a osobowość*, Warszawa: 45.

(podmiotowego „Ja”), zdolności formułowania sensu, wartości i celów, konstruowania znaczeń, transgresji, ale także dokonywania autorefleksji i nadawania sensu poszczególnym działaniom i całemu życiu. Proces ten toczy się pod znaczącym wpływem otoczenia społeczno-kulturowego. Sens, wartość i znaczenie kultury fizycznej wynikają z integralnej aktywności jednostki, inspirowanej przez otaczającą rzeczywistość i modelowe, pożądane przez podmiot cele. W tym rozumieniu mamy do czynienia z szerokim polem możliwości kształtowania osobowości pod kątem kultury fizycznej. Z jednej strony na tak rozumianą osobowość mają wpływ czynniki nieintencjonalne, a więc czynniki, z którymi spotyka się jednostka na różnych etapach życia społecznego, z drugiej strony może mieć wpływ zaplanowane i metodycznie uporządkowane oddziaływanie, ukierunkowane na rozwój prokulturowej osobowości (chodzi o kulturę fizyczną), rozwój, z którym mamy do czynienia w procesie edukacji fizycznej”.

Proces współczesnej edukacji fizycznej cechuje integralność kształcenia i wychowania. Mamy w nim do czynienia z wychowaniem do kultury fizycznej i wychowaniem przez kulturę fizyczną. Podstawą kultury fizycznej jest szkolne wychowanie fizyczne. Podczas zajęć wychowania fizycznego w szkole powinny być realizowane elementarne kanony etosu kultury fizycznej. Szkoła winna wprowadzać uczniów w świat wartości kultury fizycznej i kultury zdrowotnej. Wartości te budują fundament postaw uczniów wobec zdrowia, aktywności fizycznej i sportu na całe dorosłe życie. Wychowanie do całościowej troski o sprawność fizyczną jest istotnym elementem budowania etosu kultury fizycznej w procesie szkolnego wychowania fizycznego.

Zagadnienie to jest szczególnie interesujące w dobie reformowania w Polsce systemu oświaty i wychowania, w tym wychowania fizycznego. Dlatego ważne jest poznanie opinii nauczycieli wychowania fizycznego na temat możliwości budowania etosu kultury fizycznej przez realizację zadań ujętych w podstawie programowej szkolnego wychowania fizycznego. Poznanie opinii nauczycieli w kontekście budowania etosu kultury fizycznej w procesie wychowania fizycznego jest szczególnie ważne, bo to oni przenoszą wartości kultury fizycznej do stylu życia młodzieży. W tym celu przeprowadzono badania, którymi objęto 116 nauczycieli wychowania fizycznego z 25 szkół ponadgimnazjalnych w powiecie miasta Gdańska. Badania przeprowadzono w roku szkolnym 2016/2017 metodą sondażu diagnostycznego. Zastosowano technikę wywiadu skategoryzowanego oraz kwestionariusz ankiety.

Główne założenia reformy wychowania fizycznego w szkołach ponadgimnazjalnych

Wprowadzenie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkół ponadgimnazjalnych, których ukończenie daje możliwość otrzymania świadectwa dojrzałości po zdaniu egzaminu maturalnego, ustalono na rok szkolny 2012/2013. Dotyczy to pierwszych klas liceum ogólnokształcącego, liceum profilowanego i technikum. W pozostałych klasach wyżej wymienionych szkół obowiązywała dotychczasowa podstawa programowa kształcenia ogólnego do czasu zakończenia cyklu kształcenia w tych szkołach. Wdrażanie nowej podstawy programowej do klas pierwszych liceum ogólnokształcącego i technikum uzupełniającego wyznaczono na rok szkolny 2015/2016.

Do najważniejszych wytycznych w omawianej podstawie programowej w zakresie wychowania fizycznego, należy zaliczyć:

zdefiniowanie w podstawie programowej pojęcia kształcenia ogólnego oraz wymagań szczegółowych dla uczniów kończących poszczególne etapy nauczania;

- włączenie do podstawy programowej wychowania fizycznego dla uczniów z III i IV etapu edukacji działu tematycznego z zakresu edukacji zdrowotnej oraz powierzenie nauczycielowi wychowania fizycznego roli lidera w dziedzinie edukacji zdrowotnej w szkole;
- uelastycznienie organizacyjnej strony wychowania fizycznego z perspektywą lepszego zaspokajania potrzeb rozwojowych i aspiracji edukacyjnych uczniów⁴.

Nowelizacja programowa miała zwiększyć skuteczność w procesie edukacji i uczynić ją nowoczesną oraz przyjazną uczniowi. Podstawa znacznie mocniej niż dotychczas, wiąże wychowanie fizyczne z edukacją zdrowotną, czyniąc je naczelnym przedmiotem w obrębie realizacji edukacji zdrowotnej w szkole. Założono, że przedmiot ten będzie wspierał rozwój fizyczny uczniów, zwiększał ich potencjał zdrowotny i przygotowywał do dokonywania w życiu wyborów sprzyjających zdrowiu. W konsekwencji ma przyczynić się do lepszego stanu zdrowia młodzieży szkolnej, a w dalszej perspektywie również do poprawy jakości życia i przedłużenia jego trwania. Wpłynie to na złagodzenie zdrowotnych skutków podeszłego wieku, a tym samym może zmniejszyć obciążenie służby zdrowia. Wprowadzone w wychowaniu fizycznym zmiany pozwalają na bardziej efektywną i dostosowaną do potrzeb uczniów realizację

⁴ Dz.U. (2009), nr 4, poz. 17; T. Frołowicz (2010), *Reforma wychowania fizycznego i zdrowotnego, szanse i zagrożenia*. W: Z. Szaleniec, J. Bergier [red.], *Wychowanie fizyczne i sport w szkole*, Warszawa.

tego przedmiotu w szkole. W podstawie programowej III i IV etapu edukacji, wymagania dotyczące różnych aspektów edukacji zdrowotnej uwzględniono w wielu przedmiotach, takich jak wychowanie fizyczne, przyroda, wychowanie do życia w rodzinie, biologia, wiedza o społeczeństwie, edukacja dla bezpieczeństwa, język nowożytny, podstawy przedsiębiorczości i etyka⁵.

W części *Zalecane warunki i sposób realizacji* zwrócono uwagę na istotę dostosowania zajęć edukacji zdrowotnej do potrzeb uczniów, uwzględnienie ich uczestnictwa w planowaniu, realizacji i ewaluacji zajęć, wspieranie jej treściami zbliżonymi do tych, poruszanych w ramach edukacji zdrowotnej. W celu podwyższenia efektywności edukacji zdrowotnej należy wprowadzać różnorodne metody i techniki aktywizujące oraz interaktywne. Zalecane są też metody projektu i portfolio, współpraca z rodzicami uczniów w planowaniu i realizacji zajęć, ewaluacja przebiegu zajęć z udziałem uczniów jak i ich rodziców oraz wdrażanie wniosków do praktyki. Zalecana forma organizacji zajęć w ramach bloku *edukacja zdrowotna* zakłada prowadzenie lekcji w wymiarze co najmniej 30 godzin w okresie cyklu nauki w gimnazjum i tak samo w szkole ponadgimnazjalnej. Istnieje również możliwość realizacji zajęć w cyklu ciągłym w okresie jednego semestru. Zalecany czas trwania poszczególnych zajęć to od jednej do dwóch godzin lekcyjnych⁶.

W realizowanym modelu edukacji zdrowotnej założono dominującą rolę wychowania fizycznego. Nauczyciela tego przedmiotu postrzega się jako lidera promocji zdrowia, jednocześnie wiele treści programowych przewidziano do realizacji w ramach innych przedmiotów. Wychowanie fizyczne zawsze bliskie było wychowaniu zdrowotnemu. Praktyka wskazuje jednak, że nauczyciele wychowania fizycznego skupiają się na działaniach zmierzających do maksymalizacji osiągnięć psychomotorycznych uczniów, odsuwając na drugi plan wyrabianie pozytywnych postaw i nawyków wobec zdrowia⁷. Proponuje się dwa rozwiązania toczącego się sporu: wprowadzenie nowego przedmiotu, nad którym opiekę będzie sprawować kompetentna, przeszkolona kadra oraz rozproszenie treści dotyczących problematyki zdrowia na niemal wszystkie przedmioty nauczania. Można zatem przyjąć, że kompromis w tej kwestii, polegający na połączeniu tych dwóch koncepcji, jest najlepszym

⁵ W. Wrona-Wolny, B. Makowska (2011), *Opinie studentów – przyszłych nauczycieli wychowania fizycznego dotyczące realizowanych przez nich zajęć z edukacji zdrowotnej w szkole*, „Hygeia Public Health”, 46(4): 477-483, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2011/hyg-2011-4-477.pdf> (23.05.2016).

⁶ Dz.U. (2015), poz. 843.

P.F. Nowak (2012), *Model edukacji zdrowotnej w polskiej szkole w opiniach nauczycieli*, „Hygeia Public Health”, 47(2): 207-210, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2012/hyg-2012-2-207.pdf> (23.05.2016).

rozwiązaniem. Jednak nie milknie polemika związana z ograniczeniami finansowymi i organizacyjnymi⁸.

Wprowadzony w Polsce model edukacji zdrowotnej stanowi duże wyzwanie dla nauczycieli wychowania fizycznego, ale również i ogromną szansę na podniesienie rangi przedmiotu oraz prestiżu nauczyciela wychowania fizycznego, który w wielu krajach, nie tylko Europy, przeżywa kryzys. To także szansa na utrzymanie obecnie największej w Europie tygodniowej liczby obowiązkowych lekcji wychowania fizycznego. Jednak aby zaszły pozytywne zmiany w tym względzie, nauczyciele wychowania fizycznego muszą odejść od nadmiernego koncentrowania się na kształtowaniu postaw prosportowych i zwrócić się w kierunku zajęć prozdrowotnych. Wychowanie fizyczne zwrócone ku wartościom zdrowia jest dziś priorytetem i koniecznością⁹.

Opinie nauczycieli o możliwościach realizacji celów nowoczesnego wychowania fizycznego

Sposób realizacji lekcji wychowania fizycznego w gdańskich szkołach jest różnorodny. Nauczyciele najczęściej deklarują realizację zajęć w sposób tradycyjny – trzy godziny w systemie klasowo-lekcyjnym, bez możliwości wybierania zajęć przez uczniów. Jedną godzinę zajęć wychowania fizycznego w systemie klasowo-lekcyjnym oraz dwie godziny fakultatywne deklaruje 13,4% ankietowanych, a 16,1%, jedną godzinę fakultatywną i dwie w systemie tradycyjnym. Niemal co piąty ankietowany deklarował inny sposób rozplanowania zajęć. Najczęściej wskazywano na realizację zajęć w wymiarze 3-4 godziny tygodniowo, w ramach których uczniowie mogą wybrać formy aktywności w pełni lub częściowo. Wymieniano takie układy zajęć:

- 2 godz. klasowo-lekcyjne + 2 godz. do wyboru,
- 3 godz. klasowo-lekcyjne + 1 godz. do wyboru,
- 3 godz. wychowania fizycznego + zajęcia na basenie,
- 3 godz. klasowo-lekcyjne albo joga.

W pojedynczych przypadkach stwierdzono 5-6 godzin lekcji wychowania fizycznego w tygodniu. Najlichniesza grupa ankietowanych postulowała zajęcia pięć razy w tygodniu, w tym 24% podkreślało, że chodzi o taki układ, by zajęcia odbywały się codziennie (czyli pięć razy po jednej godzinie zajęć

⁸ Tamże.

⁹ P.F. Nowak (2008), *Wychowanie fizyczne zorientowane na zdrowie kluczowym aspektem jakości tego procesu*. W: K. Burtny, S. Szczepański [red.], *Wybrane zagadnienia jakości w wychowaniu fizycznym*, Opole; P.F. Nowak (2012), *Model edukacji zdrowotnej w polskiej szkole w opiniach nauczycieli*, dz. cyt.: 207-210.

wychowania fizycznego). W drugiej kolejności postulowano cztery godziny zajęć tygodniowo. 15% ankietowanych dostrzegło potrzebę realizacji zajęć wychowania fizycznego w formie blokowej, czyli przez połączenie dwóch lekcji tak, by zajęcia odbywały się rzadziej, ale były dłuższe. Wielu nauczycieli podkreślało potrzebę włączenia zajęć fakultatywnych umożliwiających uczniom dokonanie wyboru odpowiadającej im formy aktywności fizycznej. Wśród innych postulatów zgłaszano potrzebę większego zróżnicowania zajęć/dyscyplin, oferowania dodatkowych zajęć sportowych w weekendy oraz wymogu efektywnego realizowania zajęć przez uczniów, tzn. jeśli uczeń był nieobecny należy stworzyć szansę, aby mógł te zajęcia odrobić w innym terminie. Ponad 1/4 badanych stwierdziła, że lekcje wychowania fizycznego realizowane są w sposób niezgodny z założeniami reformy, ponieważ nie zawierają w ofercie programowej tańców lub bloku turystycznego. Wśród innych powodów wskazywano na niedostateczną bazę w postaci obiektów sportowych oraz sprzętu sportowego.

Wszyscy ankietowani zgodnie stwierdzili, że w ich szkołach prowadzone są zajęcia o profilu sportowym, a 94,8% wskazało również na zajęcia sprawnościowo-zdrowotne. Realizację zajęć tanecznych deklarowało 70,4% ankietowanych. Realnie wskaźnik ten może być nieco niższy, gdyż jak pokazują kolejne dane, część ankietowanych do zajęć tanecznych zaliczało aerobik i ćwiczenia na stepach, które uznać należałoby raczej za zajęcia sprawnościowo-zdrowotne. Aktywna turystyka to profil, którego wdrożenie w szkole zadeklarowała połowa ankietowanych (54,8%).

Badani najczęściej preferowali w zajęciach sportowych grę w piłkę nożną, następnie ręczną, siatkówkę oraz koszykówkę. Częściej niż co piąty respondent wskazywał również zajęcia z tenisa stołowego oraz unihokeja. W kategorii „inne sporty” znalazły się: badminton, wioślarstwo, tenis, biegi przełajowe, taekwondo, rugby, atletyka terenowa, frisbee, kręgle, judo. Wśród zajęć sprawnościowo-zdrowotnych najczęściej wskazywano na ćwiczenia siłowe (54,9%) oraz fitness (45,1%). Niemal co czwarty ankietowany wskazał na realizację gimnastyki korekcyjnej, a 16,9% gimnastyki. Wynika z tego, że 1/3 respondentów wskazała ćwiczenia siłowe, a niewiele ponad 1/4 fitness. Na gimnastykę korekcyjną wskazało niespełna 15% ogółu badanych. Osoby, które potwierdziły realizację zajęć tanecznych w swoich szkołach, najczęściej wskazywały na taniec ludowy (58,1%), w tym głównie na poloneza (27,9%), a następnie na taniec towarzyski (46,5%). Pojawiły się również deklaracje, co do zajęć z hip-hopu, zumbi oraz tańca współczesnego. Pojedyncze przypadki wskazywały na zajęcia taneczne realizowane w formie grupy cheerleaderek. Stwierdzić można, iż zajęcia z tańca ludowego popierane są przez co piątego respondenta, a z tańca towarzyskiego przez 17% ankietowanych.

Wśród zajęć turystycznych najczęściej wskazywano na nordic walking (64,4%), a następnie na turystykę pieszą (55,6%). Za turystyką rowerową opowiedziało się 20% respondentów. Marsze i gry terenowe oraz wspinaczkę wskazało mniej niż 10% badanych. Najlicniejsza grupa ankietowanych stwierdziła, że po wprowadzeniu podstawy programowej oferta dodatkowych (fakultatywnych) zajęć sportowo-rekreacyjnych w ich szkole poszerzyła się o tenis i tenis stołowy, siatkówkę, koszykówkę, badmintona oraz ćwiczenia siłowe. Łącznie wskazano na 27 różnych form zajęć/dyscyplin, w tym: rugby, piłkę ręczną, piłkę halową, frisbee, *street workout*, wspinaczkę, jazdę na łyżwach i na rolkach (każdorazowo od jednego do dwóch wskazań).

Badani, obserwując wpływ realizacji zadań wynikających z podstawy programowej na funkcjonowanie ich szkoły, dostrzegają najczęściej zmianę w poziomie zaangażowania i aktywności młodzieży podczas zajęć wychowania fizycznego, choć analogiczna liczba badanych stwierdziła, że nie widzi zmian, które nastąpiłyby w wyniku wdrożenia nowej podstawy. Stosunkowo często wskazywano na wzrost frekwencji podczas lekcji wychowania fizycznego oraz zmniejszenie liczby osób przynoszących zwolnienia lekarskie z zajęć. Analogiczny wskaźnik odnotowano w przypadku wzbogacenia oferty i stworzenia uczniom możliwości wyboru zajęć, które są dla nich interesujące i odpowiednie do ich predyspozycji.

Badani nauczyciele zaproponowali zmiany w treściach, formach i sposobach realizacji wychowania fizycznego w szkole. Ich propozycje uporządkowano w kilku kategoriach. Zdecydowanie najczęściej postulowano indywidualizację zajęć, pozostawienie wyboru uczniom preferowanej przez nich formy aktywności i dostosowanie zajęć do możliwości ucznia. Z punktu widzenia badanych nauczycieli istotne są zmiany w organizacji i realizacji lekcji wychowania fizycznego w klasach edukacji wczesnoszkolnej, które w ich opinii powinny być prowadzone przez kompetentnego specjalistę. Zjawisko to ilustrują wypowiedzi nauczycieli: „W szkole podstawowej w nauczaniu początkowym lekcje wf powinni prowadzić nauczyciele wychowania fizycznego”. Wśród innych propozycji zmian w szkolnym wychowaniu fizycznym wyróżniono: konieczność organizacji zajęć ruchowych dostosowanych do zainteresowań uczniów oraz potrzebę motywacji wychowanków do aktywnego angażowania się w życie sportowe szkoły, co ilustrują następujące cytaty: „Wybór formy ruchowej przez uczniów, po roku zmiana na inną, aktywizowanie uczniów, by organizowali życie sportowe szkoły”, „Wprowadzić więcej dyscyplin, takich jak biegi, turystyka, pływanie, lekkoatletyka, tenis”. Nauczyciele postulują promowanie całościowej troski o zdrowie i ciało oraz pływania i innych sportów przeznaczonych dla ludzi w każdym wieku: „Promowanie sportów na całe życie oraz pływania jako umiejętności warunkującej bezpieczeństwo”

/„Zwrócenie uwagi na rozwijanie talentu sportowego uczniów uzdolnionych oraz wyrównywanie deficytów u uczniów mniej uzdolnionych sportowo”/ „Praca z uczniem uzdolnionym sportowo, praca z uczniem z dysfunkcjami sportowymi”. Proponują opracowanie jednolitych zasad uczestnictwa w lekcjach wychowania fizycznego, które przeciwdziałałyby nieuzasadnionym zwolnieniom lekarskim: „Każdy uczeń powinien odbyć efektywne zajęcia. Zlikwidować zwolnienia z wf przez dostosowanie zajęć do potrzeb dzieci”/„Motywowanie nauczycieli do nieustannego podnoszenia swoich kwalifikacji oraz poznawania nowych trendów w edukacji”/„Edukowanie nauczycieli w celu poznania nowości i trendów, uelastycznienie szkolnej organizacji wychowania fizycznego, aby dzieci i młodzież mogły robić to, co lubią”/„Jeśli warunki w szkole na to pozwalają, to ważne, żeby młodzież robiła to, co lubi, choć często trzeba im w tym pomóc, wskazać te działania”. W wielu szkołach zajęcia z zakresu edukacji zdrowotnej realizowane są przez nauczycieli kilku różnych przedmiotów, jednak najczęściej są to nauczyciele wychowania fizycznego. Większość nauczycieli (86,8%) stwierdziło, że w ich szkole edukatorem zdrowia jest nauczyciel wychowania fizycznego. W drugiej kolejności wskazywano nauczycieli biologii (38,7%), nauczycieli edukacji dla bezpieczeństwa, chemii, wychowania do życia w rodzinie oraz fizyki, a w pojedynczych przypadkach także nauczycieli języka angielskiego, geografii oraz technologii żywności. W 18% szkół edukację zdrowotną prowadzą wychowawcy, a w 8,5% inne osoby, w tym pedagog, pielęgniarka oraz psycholog.

W opinii badanych szkolnym edukatorem zdrowia powinien być nauczyciel wychowania fizycznego (41,2%). W uzasadnieniu wskazywali oni na fakt, iż posiada do tego odpowiednie kompetencje i predyspozycje wynikające z przykładu, jaki daje on swoją postawą oraz bliższych niż inni nauczyciele relacji z młodzieżą. Co trzeci ankietowany uważa, że nauczyciel wychowania fizycznego powinien być edukatorem zdrowia, jednak nie tylko on, lecz we współpracy z innymi osobami, szczególnie z nauczycielem biologii. Propozycję, że nauczyciel wychowania fizycznego powinien być edukatorem zdrowia, ale pod warunkiem uzyskania odpowiedniego przeszkolenia w tej dziedzinie, poparło 11,8% badanych. Zdaniem 8,8% badanych, nauczyciel wychowania fizycznego nie powinien być szkolnym edukatorem zdrowia. Zajęcia z edukacji zdrowotnej najczęściej realizowane są w formie wykładów (50,6%). Ponad 1/4 ankietowanych wskazuje, że w ich szkole edukacja zdrowotna realizowana jest w formie pogadanek (28,9%), dyskusji (27,7%), a ponad 1/5, że ma formę klasycznej lekcji lub realizowana jest z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych.

Dyskusja i podsumowanie

Współcześnie szkolne wychowanie fizyczne rozumiemy jako „proces pedagogiczny, nie zaś jak dawniej sumę epizodów ruchowych. Chodzi o to, by wychowanek stał się panem własnego ciała, żeby świadomie i aktywnie pracował nad sobą przez całe życie”¹⁰. Aby właściwie postrzegać proces wychowania fizycznego, należy wpierw odnieść się refleksyjnie do jego istoty. Jest ono procesem wprowadzającym w świat kultury fizycznej, kształtującym określony system wartości i zachowań. Nauczyciel wychowania fizycznego w realizacji procesu kształcenia i wychowania powinien dążyć przede wszystkim do ukonstytuowania świadomej, aktywnej i twórczej postawy wychowan-ka wobec kultury fizycznej. Stanowisko takie prezentuje H. Grabowski¹¹, który twierdzi, że „istotą wychowania fizycznego jest (...) urabianie osobowości ucznia pod kątem całościowej dbałości o ciało, a nie doraźne kształtowanie ciała”. Mając na uwadze powyższą opinię, można wysnuć wniosek, że założenia nowoczesnego wychowania fizycznego powinny być bardziej niż do tej pory zorientowane na jego humanistyczną koncepcję, która podkreśla cele prospekcyjne. Jest to o tyle istotne, gdyż o trwałości współczesnego wychowania fizycznego nie decyduje wyłącznie sprawność i wydolność organizmu, jako rezultat usprawniania ciała, lecz rezultat oddziaływania na osobowość, czyli kształtowanie świadomej i aktywnej postawy wobec własnego ciała oraz jego potrzeb. Taką postawę należy kształtować w procesie wychowania fizycznego, a to zdecydowanie przyczynia się do budowania etosu kultury fizycznej. Oznacza to, że w nowoczesnym wychowaniu fizycznym nauczanie czynności ruchowych powinno stanowić część i to nie najważniejszą procesu wychowania w kulturze fizycznej. Działalność nauczyciela, to nade wszystko realizacja procesu wychowawczo-dydaktycznego w kulturze fizycznej. Zatem za główny cel współczesnego procesu wychowania fizycznego należy uznawać, jak pisał S. Strzyżewski¹² – „(...) zarówno doskonalenie ciała i funkcji psychomotorycznych wychowan-ka, jak również ukształtowanie u niego takiego systemu wiedzy, umiejętności i nawyków, a przede wszystkim postaw wobec kultury fizycznej, który w praktyce przejawiać się będzie w dążeniu i działaniu na rzecz utrzymania przez całe życie wysokiej sprawności fizycznej i zdrowotnej”. Nauczanie i uczenie się ćwiczeń, nawet najbardziej interesujących

¹⁰ M. Demel (1987), *Rozwój nauk o kulturze fizycznej. II Kongres Naukowy o Kulturze Fizycznej*, Warszawa: 17.

¹¹ H. Grabowski (1989), *Elementarne założenia nowoczesnej koncepcji wychowania fizycznego*, „Kultura Fizyczna”, 3-4: 23.

¹² Tamże: 22.

i wartościowych, jest zaspokojeniem jedynie bieżących potrzeb. Treść lekcji musi wybiegać dalej, wpływać na kształtowanie aktywnej postawy ucznia, z myślą o przyszłości, zachęcić uczniów do dbałości o zdrowie i ciało przez całe życie. Taka edukacja, którą bez obaw można określić edukacją dla przyszłości, stanowić będzie przedłużenie procesu dydaktyczno-wychowawczego na czas wolny ucznia, w którym ujawniają się jego potrzeby kulturowe. W ten sposób buduje się etos kultury fizycznej w procesie szkolnego wychowania fizycznego.

Ważne jest przekazywanie uczniom wszechstronnej wiedzy o charakterze utylitarnym, która pomoże im funkcjonować w nowoczesnym społeczeństwie z zachowaniem troski o bezpieczeństwo, zdrowie i sprawność fizyczną. Reforma edukacji na IV etapie kształcenia postawiła cele przygotowania uczniów do całożyciowej autoedukacji fizycznej, ochronę i doskonalenie zdrowia własnego i innych oraz kształtowanie umiejętności krytycznego odbioru sportu¹³. Końcowy etap edukacji stanowi dla nauczycieli wychowania fizycznego największe edukacyjne wyzwanie. To ostatni moment, aby młodzież, która do tej pory nie dostrzegała istoty fizycznego usprawniania oraz dbałości o zdrowie, wyszła ze szkoły świadoma fizycznych i zdrowotnych potrzeb swojego organizmu. Młodzież, która widzi owe potrzeby, wspierana przez nauczycieli wychowania fizycznego, a zarazem szkolnych edukatorów zdrowia, będzie pielęgnowała w sobie postawę troski o zdrowie i ciało.

Na podstawie pozytywnych opinii nauczycieli wychowania fizycznego szkół ponadgimnazjalnych powiatu miasta Gdańska o podstawie programowej, można bez większego ryzyka uznać, że ich świadomość i wiedza merytoryczna tworzy odpowiedni klimat wychowania fizycznego przez kulturę fizyczną i do kultury fizycznej. Podstawa programowa sprzyja temu zdecydowanie. Wyniki uzyskane techniką ankiety, a także swobodne wypowiedzi i oceny dowodzą, iż wychowanie fizyczne realizowane zgodnie z podstawą programową wpływa pozytywnie na realizację wzorów kultury fizycznej. Po pierwsze stają się one wartością hedonistyczną, a także utylitarną. Po drugie mieszcząc się w kulturze nie stanowią obowiązku, ale stają się wartością wybieraną. Wychowanie fizyczne pełni funkcje edukacyjne, rozwojowe i zdrowotne. Wspiera rozwój fizyczny i zdrowie uczniów. Wzbogaca rozwój psychiczny, społeczny i duchowy. Kształtuje obyczaj aktywności fizycznej i troski o zdrowie w okresie całego życia, odgrywa wiodącą rolę w edukacji

¹³ J. Derbich (2014), *Rola zajęć pozalekcyjnych i pozaszkolnych w upowszechnianiu aktywności fizycznej i współzawodnictwa sportowego w czasie wolnym dzieci i młodzieży szkolnej*. W: J. Nowocien [red.], *Szkolne wychowanie fizyczne w dobie reform edukacyjnych*, Warszawa.

zdrowotnej uczniów, buduje system wartości, który przeobraża się w etos kultury fizycznej. Zdecydowana większość badanych szkół zapewnia warunki do realizacji określonych w podstawie programowej wymagań szczegółowych, które są traktowane jako wskaźniki rozwoju dyspozycji osobowych niezbędnych do:

- uczestniczenia w kulturze fizycznej w okresie nauki szkolnej, a także po jej zakończeniu;
- inicjowania i współorganizowania aktywności fizycznej;
- dokonywania wyboru form aktywności fizycznej przez całe życie;
- kształtowania prozdrowotnego stylu życia oraz dbałości o zdrowie.

Wprowadzenie treści edukacji zdrowotnej tworzy szanse na zmiany i innowacje w wychowaniu fizycznym. Tym samym edukacja szkolna może odchodzić od form tradycyjnego nauczania na rzecz „samodzielnego regulowanego uczenia się. Tak rozumiana edukacja oznacza, że uczeń sam wyznacza sobie cele, sposób stosowania opracowanych przez siebie strategii uczenia się, automonitoruje zmiany, koordynuje własne strategie – reguluje własne działania, sprawuje kontrolę nad treścią, przebiegiem i skutkiem uczenia się”¹⁴. Nauczyciele widzą w podstawie programowej szansę skutecznej drogi do motywowania uczniów do aktywnego stylu życia, czyli takiego, który ma na stałe wpisaną aktywność fizyczną. Tym samym uczniowie sami mogą decydować o wyborze sportów na przyszłość, w życiu dorosłym. Mogą także budować własny system wartości na wzorach kultury fizycznej. Z opinii nauczycieli można wnioskować, że staje się realne i uzasadnione zjawisko tworzenia się programu wychowania fizycznego obejmującego wszystkie etapy kształcenia oraz rozszerzenia funkcji nauczyciela wychowania fizycznego w sensie nadzoru nad całym procesem rozwoju fizycznego i profilaktyki zdrowotnej dzieci i młodzieży. Celem tak rozumianego wychowania fizycznego jest wprowadzenie wychowanka w bogaty współczesnością i tradycją świat kultury fizycznej będącej integralną dziedziną procesu wychowania w szerokim rozumieniu tego słowa, wychowania uwzględniającego kształtującą rolę wszelkich dziedzin kultury.

Przyjmując klasyfikację wzorów kultury fizycznej za Z. Krawczykiem¹⁵, na podstawie opinii nauczycieli stwierdzamy, że szkolne wychowanie fizyczne tworzy warunki w pierwszej kolejności do rozwoju wzoru sprawnościowego i higienicznego. Wyraża się to przede wszystkim troską o zdrowie

¹⁴ H. Guła-Kubiszewska (2010), *Nowa podstawa programowa – projektowanie zajęć na lekcjach wychowania fizycznego*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne”, 8: 4.

¹⁵ Z. Krawczyk (1997), *Kultura fizyczna*. W: Z. Krawczyk [red.], *Encyklopedia kultury polskiej XX wieku. Kultura fizyczna, sport*, Warszawa.

i aktywnością sportową przejawiającą się we współzawodnictwie sportowym. W tym przypadku ciało jest bezwzględnym warunkiem uzyskiwania najwyższych wyników w sporcie, ale także w dużej mierze zapewnia uczestnictwo w sporcie powszechnym: „dzięki któremu – zauważa Z. Dziubiński¹⁶ – można skorygować masę ciała i poprawić proporcje między jego poszczególnymi elementami, ale także w jego ramach doświadczyć wielu kinetycznych przyjemności i ekstremalnych (często adrenalinowych) przeżyć”. Zachowania sportowe, są, zdaniem nauczycieli, dobrym instrumentem w rozwoju sprawności fizycznej młodzieży i nadają edukacji charakter utylitarny. Sprzyjają ukształtowaniu się wzoru estetycznego, który realizuje się w powszechnym haśle mody na aktywność fizyczną, dzięki której kształtuje się człowiek doskonale zbudowany, ma piękne ciało i harmonię ruchu.

Nauczyciele dowiedli w swych opiniach, że wychowanie fizyczne obejmuje celowe działania wprowadzające młode pokolenie w świat wartości, wzorów i norm kultury fizycznej. W procesie wychowania fizycznego są kształtowane – ich zdaniem – postawy prosportowe, prozdrowotne i prospołeczne. Łącznie budują one konkretny etos kultury fizycznej.

¹⁶ Z. Dziubiński (2017), *Geneza prestiżu sportu i sport jako źródło prestiżu*. W: Z. Dziubiński, M. Lenartowicz [red.], *Kultura fizyczna a prestiż społeczny*, Warszawa: 34.