

Kulturowe i edukacyjne determinanty aktywności fizycznej i dbałości o ciało

Marian Marcinkowski

Wyższa Szkoła Humanistyczna im. Króla Stanisława Leszczyńskiego w Lesznie

Abstrakt. *Przez wieki ukształtowały się różne wzory aktywności fizycznej człowieka i jego dbałości o ciało. Przejawem tego jest ewolucja idei edukacji fizycznej od podejścia biologistycznego do humanistycznego. Ciało stało się wartością socjokulturową, a aktywność człowieka w sferze kultury fizycznej nabiera szczególnego znaczenia w odniesieniu do ochrony zdrowia. Istotny wpływ na postawy wobec ciała mają wzory kultury somatycznej, które ukształtowane zostały w tradycji europejskiej – obecnie możemy obserwować różne przejawy ich funkcjonowania w społeczeństwie. Kształtowanie nawyków do podejmowania odpowiedniej aktywności fizycznej oraz troski o ciało musi odbywać się na podstawie odpowiednich programów wychowania fizycznego i zdrowotnego.*

Słowa kluczowe: *aktywność fizyczna, ciało, kultura fizyczna, edukacja*

Cultural and educational determinants of physical activity and concern for the body

Abstract. *Over the centuries, humans have developed various patterns of physical activity and concern for the body. A manifestation of this is the evolution of the idea of physical education from the biological approach to the humanistic one. The body has become a socio-cultural value, and human activities in the sphere of physical culture are of particular importance with regard to health care. A particular influence on attitudes towards the body have somatic cell culture models, which have been shaped in the European tradition, and now we can see various aspects of their functioning in the society. The development of habits relating to various types of physical activity and proper care of the body must be based on appropriate physical education and health education programmes.*

Key words: *physical activity, body, physical culture, education*

Człowieka zawsze cechowała łatwość znajdowania powodów, które pozwalały mu uznać jako wartościowe działania będące przejawem szeroko rozumianej troski o ciało. Przegląd literatury przedmiotu wskazuje, że wśród najczęściej wyróżnianych motywów podejmowania „zabiegów na rzecz ciała” znajdują się względy zdrowotne, zachęcające do podejmowania różnorodnych działań reparacyjnych, prewencyjnych i kreacyjnych względem ciała¹. Wzajemne przenikanie się świata wartości i praktyki społecznej w tej dziedzinie w sposób szczególny przejawiało się również na gruncie powiązań między naukami pedagogicznymi i medycznymi, wyrazem czego jest przede wszystkim ukształtowanie się odrębnego działu teorii i praktyki pedagogicznej wzmacniającego pozycję wychowania fizycznego w procesie ogólnego wychowania (mowa tu o tzw. wychowaniu zdrowotnym czy o rozwijanej w ostatnich dekadach pedagogice zdrowia²).

Godne odnotowania w tym kontekście jest to, że aktywność fizyczną coraz częściej traktuje się jako podstawowy element zdrowego stylu życia. Aktywność owa postrzegana jest wówczas jako sposób na dobre samopoczucie, jako gwarant prawidłowego rozwoju i szansa na przedłużenie młodości (tj. wzmocnienie sił witalnych), a także jako skuteczny środek profilaktyczny oraz terapeutyczny stosowany przy wielu zaburzeniach i chorobach (szczególnie układu krążenia) oraz przy nawarstwieniu się sytuacji stresogennych.

Mianem aktywności ruchowej, a ściślej, aktywności fizycznej, określa się wysiłek mięśniowy wywołujący w organizmie zespół zmian, które prowadzą do wydatku energetycznego wyższego niż poziom spoczynkowy. Ponieważ w ciągu tysiącleci ewolucji gatunku ludzkiego aktywność ruchowa była niezbędnym warunkiem przetrwania, stała się ona częścią natury ludzkiej. Dlatego odpowiedni poziom aktywności ruchowej współczesnego człowieka nie tylko sprzyja funkcjom i rozwojowi organizmu, lecz również oddziałuje korzystnie na psychikę i samopoczucie. Nie bez znaczenia jest fakt, że u osób aktywnych fizycznie występują też inne zachowania prozdrowotne, jak np. przestrzeganie zasad racjonalnego odżywiania się, rezygnacja z nałogów (najczęściej palenia papierosów),

¹ A. Pawłucki: *Pedagogika wartości ciała*, Gdańsk: Wyd. AWF, 1996, s. 97.

² Twórca i propagator idei wychowania zdrowotnego w Polsce, Maciej Demel, swoje poglądy na temat założeń i zasadniczych treści tego wychowania przedstawił m.in. w pracach: *O wychowaniu zdrowotnym* (1968) i *Pedagogika zdrowia* (1980).

dbanie o właściwy cykl pracy i wypoczynku, ukształtowanie optymalnego dobowego rytmu czynności³.

Każda z dziedzin ludzkiej aktywności ukształtowała w toku swojego rozwoju specyficzny system wartości. Dla kultury fizycznej, koncentrującej się od najdawniejszych czasów – najogólniej rzecz ujmując – na dbałości o ciało i zdrowie, charakterystyczny jest na przykład – afirmowany zwłaszcza w czasach antycznych – ideał wychowawczy „kalokagatii” (gr. „*kalós kai agathós*” – piękny i dobry). Zgodnie z nim przyjmuje się piękno (ducha i ciała) jako walor godny zalecenia w każdym systemie przysposobienia jednostki do życia w społeczeństwie. Ideał ten występował także na późniejszych etapach rozwoju refleksji nad celami wychowania w dziedzinie kultury fizycznej, chociaż w różnych epokach i kulturach odmiennie przedstawiała się aksjologia ciała, któremu przypisywano wartości instrumentalne, sprzyjające „osiąganiu wartości pozacieleśnych (duchowych)”, lub też wartości autoteliczne, kiedy ciało stawało się „wartością samą w sobie”⁴. Dla tego drugiego stanowiska charakterystyczne jest założenie, że postawy i zachowania jednostki w sferze kultury fizycznej rozumiane winny być przede wszystkim jako przejawy możliwości doświadczania siebie i autokreacji oraz jako interesująca dziedzina manifestacji otwartego stosunku do świata i do samego siebie. Takim zhumanizowanym podejściem do aktywności ruchowej i dbałości o ciało w najpełniejszy sposób wyrażamy bogactwo idei podmiotowości oraz szczególnego traktowania natury człowieka i jego cielesności.

Jakościowe zmiany w procesie doskonalenia cielesności człowieka najwyraźniej dostrzec można na tle ewolucji poglądów na istotę wychowania fizycznego. W ewolucji tej można wyróżnić następujące zasadnicze etapy⁵: „wychowanie” (kształtowanie) ciała, wychowanie poprzez ciało, kształtowanie ciała „i” wychowanie oraz wychowanie w trosce o ciało (wychowanie do kultury fizycznej). Trzy pierwsze etapy są wyrazem tradycyjnego spojrzenia na to, czym ma być wychowanie fizyczne i zwykle przypisuje się je do tzw. orientacji biologistycznej w teorii tego wychowania. Mając świadomość mankamentów charakteryzujących wymienione ujęcia istoty wychowania fizycznego, w sposób szczególny rekomendować należy

³ R. Przewęda: *Promocja zdrowia przez wychowanie fizyczne*, [w:] *Promocja zdrowia*, red. J.B. Karski, Warszawa, 1999, s. 203.

⁴ W. Osiński: *Zarys teorii wychowania fizycznego*, Poznań: AWF, 1996, s. 49.

⁵ Tamże, s. 38.

koncepcję „wychowania w trosce o ciało”, podkreślając, że wywodzi się ona ze współczesnej, zorientowanej pedagogicznie (i humanistycznie) teorii wychowania fizycznego. Humanistyczną koncepcję odróżnia od innych podejść traktowanie wychowania przede wszystkim jako wywoływania pozytywnych zmian w świadomości jednostki oraz kształtowania właściwych postaw i nastawień wyznaczających zachowania człowieka w stosunku do swej fizycznej (cielesnej) postaci⁶. Tym sposobem wychowanie w trosce o ciało daje się scharakteryzować ostatecznie nie tyle zastosowaniem określonej techniki, co raczej – zgodnie z duchem *Manifestu o Wychowaniu Fizycznym*⁷ – stanem umysłu, w związku z czym niezbędne staje się odwołanie do systemu wartości jednostki.

W świetle powyższego możemy przyjąć, że kluczową kategorią we wszelkich wersjach kultury fizycznej jest niewątpliwie „ciało człowieka”. Mając na uwadze postawy człowieka wobec swojego ciała, Ireneusz Bittner wskazuje na wyróżniający atrybut uprzedmiotowienia ciała i dyscyplinowania go. Swoista dla człowieka postawa dysponowania ciałem, kontrolowania go od „wewnątrz” oraz z „zewnątrz” (a więc poprzez zobiektywizowane w społeczeństwie normy, zasady, wzory) stanowi – zdaniem tego autora – „głęboko osadzoną w problematyce ludzkiej istoty orientację polegającą na wartościowaniu ciała, na podporządkowaniu go światu wartości i powinności”⁸. W takim ujęciu ciało traktowane jest nie tylko jako sposób bycia człowieka, lecz także jako czynnik odniesiony do tych wartości, które organizują życie społeczne i nadają mu określony sens. Czyniąc ciało wartością socjokulturową sprawiamy, że działania „na ciało” czy też „poprzez ciało” obciążone zostają określonymi znaczeniami i kryteriami wartościującymi. Tym sposobem aktywność człowieka w sferze kultury fizycznej nabiera szczególnego znaczenia w odniesieniu do pragnień i zamiarów, przeżyć i doświadczeń jednostki, sytuujących się także w obszarze troski o zdrowie.

Analizując dotychczasowy dorobek teoretyczno-poznawczy w dziedzinie badań nad kulturą fizyczną, należy odnotować występowanie różnych grup koncepcji ujęcia istoty tej kultury. Są to np. koncepcje indywidualistyczno-wartościujące, socjologizująco-universalistyczne (globalne)

⁶ Tamże, s. 41.

⁷ *Światowy Manifest o Wychowaniu Fizycznym*, „Kultura Fizyczna” 1972, nr 1, s. 29–34.

⁸ I. Bittner: *Kultura fizyczna jako sfera psychofizycznej aktywności człowieka. Studia teoretyczno-metodologiczne*, Łódź: Wyd. Uniw. Łódzkiego, 1995, s. 60.

i holistyczne (W. Osiński)⁹ lub koncepcje o nachyleniu behawioralnym, tj. stanowiska akcentujące zachowanie człowieka, koncepcje psychologizujące, które usiłują „wejść w głąb osobowości” oraz koncepcje o charakterze aksjologicznym (M. Demel)¹⁰. Próbom definiowania kultury fizycznej stawia się jednak zwykle zarzut, że z jednej strony nie spełniają wymogu obiektywności z powodu *wprowadzenia pierwiastków wartościowania*, a z drugiej zacieśniają zakres pojęcia tej kultury do *fenomenu ruchu* lub też nadmiernie wyekspozowują to zjawisko¹¹.

W ujęciu psychopedagogicznym z kolei kultura fizyczna to „wyraz określonej postawy wobec własnego ciała, świadoma i aktywna troska o swój rozwój, sprawność i zdrowie, to umiejętność organizowania i spędzania czasu z największym pożytkiem dla zdrowia fizycznego i psychicznego”¹². Poziom kultury fizycznej stanowi w tym ujęciu wypadkową oddziaływań wychowawczych zmierzających do ukształtowania pożądanych postaw i systemu wartości jednostki oraz świadomych jej wysiłków na rzecz samodoskonalenia we wszystkich płaszczyznach rozwoju osobowościowego. Istotę tej kultury stanowi zatem przystosowanie rozwoju fizycznego ludzi do oddziaływania zarówno na przyrodę, co stanowi element kultury materialnej, jak i na własny rozwój duchowy, co z kolei konstytuuje sferę kultury niematerialnej. Jedność tego procesu wynika stąd, że w toku przekształcania świata jednostka rozwija się zarówno pod względem duchowym, jak i fizycznym, w związku z czym człowiek „zmienia postawę swego ciała, doskonalą swój aparat ruchowy, przystosowując go do potrzeb społecznych, gromadzi doświadczenie i wiedzę dotyczącą pielęgnacji ciała”¹³. Cechą charakterystyczną takiego rozumienia kultury fizycznej jest akcentowanie świadomego stosunku jednostki do własnego organizmu. Ów stosunek umożliwia człowiekowi, z jednej strony, rozpoznawanie potrzeb organizmu, a z drugiej – wszechstronne rozwijanie zainteresowań oraz kształcenie umiejętności i nawyków systematycznej pracy nad sobą w dziedzinie doskonalenia sprawności fizycznej i podtrzymywania zdrowia.

⁹ W. Osiński, dz. cyt., s. 28–35.

¹⁰ M. Demel: *O trzech wersjach teorii wychowania fizycznego*, Kraków: AWF, 1990, s. 17.

¹¹ Tamże.

¹² M. Demel, A. Skład: *Teoria wychowania fizycznego*, Warszawa: PWN, 1970, s. 13.

¹³ M. Demel: *Wychowanie fizyczne (z uwzględnieniem wychowania zdrowotnego)*, [w:], *Pedagogika. Podręcznik dla kandydatów na nauczycieli*, red. B. Suchodolski, Warszawa: PWN, 1985, s. 603.

Poszukiwanie odpowiedzi na pytania, w jakim kontekście kulturowym określone działania kwalifikowane są jako działania z obszaru kultury fizycznej, a także jakie działania i struktury dają się określić jako będące komponentami tej kultury, pozostawia nas w kręgu problemów koncentrujących się wokół prób określenia specyfiki ludzkiej aktywności fizycznej. Próby te jednocześnie prowadzą nas do ujmowania kultury fizycznej w aspekcie dyspozycji i postaw, potrzeb i pragnień jednostki. Nie ulega wątpliwości, że podstawowe działania człowieka w świecie kultury fizycznej stanowią przede wszystkim formę jego doskonalenia się jako istoty biopsychicznej i są wyrazem jego ustosunkowania się do ciała upodmiotowionego i uspołecznionego. Właśnie w tych działaniach człowiek w wyjątkowy sposób ujawnia się jako istota samorealizująca się, dążąca do osiągnięcia pełni swych możliwości psychicznych i fizycznych, warunkujących i gruntujących pożądaną rozwój wewnętrzny oraz przewyciężających pojawiające się na tej drodze „opory” ciała i materii. Będąc sposobem bycia w świecie, kultura fizyczna spełnia ważną rolę środka, dzięki któremu „człowiek «daje sobie radę» ze sobą i otaczającym go światem”¹⁴. Takie podejście do działań człowieka w obszarze kultury fizycznej pozwala na traktowanie tej kultury jako szczególnej dziedziny ludzkiej aktywności, której istotą jest „praca nad sobą, walka z przyrodą oraz walka z własną słabością, dążenie do ciągłego postępu i doskonalenia”¹⁵. Pojmowanie kultury fizycznej w kategoriach wyzwania, wymagania czegoś od siebie silnie zaakcentowali Maciej Demel i Alicja Skład przy okazji formułowania idei programu wychowania fizycznego, wzorując się na pięknej humanistycznej formule: „jestem – mogę – chcę”¹⁶.

W świetle powyższego możemy stwierdzić, że podstawowym celem kultury fizycznej nie może być jedynie dążenie do bogactwa oraz doskonałości środków i metod stosowanych w jej uprawianiu, lecz powinno być nim przede wszystkim kształtowanie afirmatywnej postawy wobec siebie i swego ciała, a także stworzenie warunków do kształtowania jednostki wszechstronnie rozwiniętej. Najwłaściwszym wydaje się pojmowanie kultury fizycznej przede wszystkim jako „sfery psychofizycznej aktyw-

.....
¹⁴ I. Bittner, dz. cyt., s. 3. Przy formułowaniu takiego ogólnego określenia kultury fizycznej autor opiera się na stwierdzeniu Leslie A. White’a, że funkcją i celem kultury jest „uczynienie życia bezpiecznym i znośnym dla gatunku ludzkiego”.

¹⁵ M. Demel, A. Skład, dz. cyt., s. 9.

¹⁶ Tamże.

ności człowieka, której źródłem jest osobowość i jej potrzeby uwarunkowane zobiektywizowanym systemem norm i wzorów odniesionych do ludzkiego, upodmiotowionego ciała oraz jego sprawności”¹⁷. W przekonaniu cytowanego autora przy takim rozumieniu kultury fizycznej człowiek „zyskuje znaczenie istoty otwartej na świat wartości”, a w konsekwencji odczuwającej i – co ważniejsze – zaspokajającej swoje potrzeby wyższego rzędu. Stanowisko to koresponduje z poglądami Zbigniewa Krawczyka, dla którego kultura fizyczna stanowi „system wartości, działań oraz ich efektów w dziedzinie cielesnej aktywności człowieka”, a zarazem kompleks form jego aktywności ruchowej „podejmowanych świadomie i celowo dla pomnażania zdrowia, rozwoju, sprawności fizycznej i urody podporządkowanych wzorowi osobowości wszechstronnej, harmonijnej i dynamicznej”¹⁸. Kulturę fizyczną w kategoriach wartości postrzega także Maciej Demel, który wychodząc z przesłanek aksjologicznych stwierdza, że kultura obejmuje te wszystkie wartości, które wiążą się z „fizyczną postacią i fizycznym funkcjonowaniem człowieka, zarówno w jego własnym odczuciu, jak też w obrazie społecznie zobiektywizowanym. Wartości te – najogólniej mówiąc – odnoszą się do zdrowia, budowy i postawy ciała, odporności, wydolności, sprawności i urody”¹⁹.

Afirmacja i realizacja preferowanych w kulturze fizycznej wartości, wzorów i norm daje człowiekowi możliwość umacniania i pogłębiania poczucia swego sprawstwa, w tym zwłaszcza poczucia osobistego wpływu na swój rozwój psychofizyczny. Uczestnictwo w kulturze fizycznej umożliwia szczególnie intensywnie urzeczywistnianie się wartości wyznaczonych przez akty kreowania siebie i wzmożonej kontroli nad sobą.

Fakt, że człowiek ma ciało i cielesne potrzeby, w istocie swej takie same jak potrzeby zwierząt, podobnie jak one wbudowane ma dążenie do fizycznego przetrwania. Ciało narzuca człowiekowi wolę przetrwania bez względu na okoliczności. Jednakże właściwością ludzkiej kondycji jest także i to, że – jak zauważa Erich Fromm – „oprócz sfery biologicznego czy materialnego przetrwania istnieje również sfera charakterystyczna wyłącznie dla człowieka, którą można określić jako wykraczającą poza przetrwanie czy też pozaużytkową. [...] Nieużyteczne popędy człowieka

¹⁷ Tamże, s. 39.

¹⁸ Z. Krawczyk: *Globalne i selektywne rozumienie kultury fizycznej*, [w:] *Kultura fizyczna w kategoriach wartości*, red. Z. Krawczyk, Warszawa: AWF, 1989, s. 7–8.

¹⁹ M. Demel: *Szkice krytyczne o kulturze fizycznej*, Warszawa: Sport i Turystyka, 1973, s. 38.

są wyrazem fundamentalnej i typowo ludzkiej potrzeby związku z innymi ludźmi i naturą oraz potwierdzania siebie w tych związkach”²⁰.

W porównaniu z takimi pojęciami, jak „jaźń” czy „tożsamość jednostki”, „ciało” wydaje się terminem prostym. Zwykle pod tym pojęciem rozumiemy przedmiot fizyczny, który posiadamy czy też miejsce, w którym mamy szczęście – lub nieszczęście przebywać. Ciało jest jednak czymś więcej, jest ono „układem działania, źródłem praktyk, którego czynne zaangażowanie w codzienne interakcje jest konieczne do zachowania spójnego poczucia własnej tożsamości”²¹. Do ważniejszych aspektów cielesności o szczególnym znaczeniu dla „ja” i tożsamości jednostki należą: wygląd ciała (wszystkie cechy zewnętrzne wraz ze strojem i ozdobami), sposób bycia (wykorzystanie ciała w codziennych sytuacjach), zmysłowość (doświadczenie przyjemności i bólu). W kulturach przednowoczesnych wygląd musiał przede wszystkim znamionować tożsamość społeczną, a nie podkreślać osobowość jednostki. Sytuacja ta obecnie nie uległa zasadniczej zmianie i wygląd zewnętrzny (zwłaszcza strój) nadal w znacznym stopniu związany jest z tożsamością społeczną i służy identyfikacji płci, pozycji klasowej i statusu zawodowego. Na sposób ubierania wpływa otoczenie społeczne, reklama i inne czynniki służące bardziej standaryzacji niż indywidualizacji. Zasada czynnego konstruowania tożsamości dotyczy także ciała (szczególnie w środowiskach młodzieży), w związku z czym związane bezpośrednio z wzorami zmysłowości reżimy, jakim poddawane jest ciało, są podstawowym mechanizmem kultywacji czy wręcz kreacji ciała.

Troska o ciało oznacza ciągłe „wysłuchiwanie się w ciało” – zarówno po to, żeby w pełni doświadczyć korzyści, które daje zdrowie, jak i po to, aby w porę odebrać sygnały, że dzieje się coś złego. Jeśli jest to uzasadnione, należy oczywiście zasięgać porady ekspertów, ale odporność na choroby wydaje się być przede wszystkim kwestią wykształcenia „wewnętrznej sprawności” ciała. Zarówno planowanie, jak i wybór jakiegoś stylu życia zwykle wiążą się z poddawaniem ciała pewnym reżimom. Zagadnienia tego nie wyczerpuje jednak tylko kwestia zmieniających się (i związanych z reklamą dóbr konsumpcyjnych) ideałów wyglądu ciała, na przykład szczupłej sylwetki. W przekonaniu Anthony’ego Giddensa obecnie w sposób szcze-

²⁰ E. Fromm: *Rewolucja nadziei*, Poznań: REBIS, 2000, s. 97 i 99.

²¹ A. Giddens: *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*, Warszawa: PWN, 2001, s. 137.

gólny „stajemy się odpowiedzialni za projekt własnego ciała i [...] w pewnym sensie jesteśmy zmuszeni je projektować, tym bardziej, im bardziej posttradycyjne są warunki społeczne, w których żyjemy”²².

Szczególony wpływ na postawy wobec ciała mają wzory kultury somatycznej, które ukształtowane zostały w tradycji europejskiej – obecnie możemy obserwować różne przejawy ich funkcjonowania w społeczeństwie. Wzory owe można sprowadzić do następujących typów²³:

1. Wzór estetyczny, mający swoje źródło w kategorii piękna wyróżnionej (obok idei dobra i mądrości) w aksjologii antycznej. Ciało doskonale zbudowanego człowieka cechowały: wysoka budowa, harmonia i właściwa proporcja poszczególnych jego części. Zapoczątkowany w renesansie relatywizm piękna cielesnego rozwinął się współcześnie w konwencji alternatywnych wzorów estetycznych, nie wyłączając nawet swoistego wzoru „antyurody”. Wzór estetyczny, mimo relatywnego pojęcia piękna i urody, determinuje postawy i zachowania ludzi, zwłaszcza młodych, na niespotykaną dotychczas skalę. Szczególnie intensywnie ujawniły się w kulturze europejskiej zjawiska dbałości o zgrabną sylwetkę i urodę. W ostatnich latach w mass mediach rozpowszechniany jest ideał szczupłego ciała i w związku z tym pożądanego „sposobu bycia zdrowym”. Otyłość zaczęła być uważana – przede wszystkim w odniesieniu do kobiet – za wskaźnik społecznego niepowodzenia jednostki, co jest przykładem wpisywania w ciało znaczeń kulturowych²⁴.
2. Wzór hedonistyczny, w którym można wyróżnić wśród doznań cielesnych wrażenia smakowe, seksualne oraz kinetyczne (ruch jako źródło przyjemności przejawia się często w grach i zabawach oraz w rekreacji i towarzyskich formach rywalizacyjnych).
3. Wzór ascetyczny, znajdujący swoją materializację w czystej formie raczej w przeszłości. Ów typ wyłączości bądź dominacji sfery ducha nad potrzebami cielesnymi znalazł swoją kontynuację we wzorze bohatera romantycznego, ale i „we współczesnej kulturze. Jego wyrazem jest przeciwstawienie rozwoju duchowego i intelektualnego

²² Tamże, s. 142.

²³ Z. Krawczyk: *Kultura fizyczna*, [w:] *Encyklopedia kultury polskiej XX wieku. Kultura fizyczna, sport*, red. Z. Krawczyk, Warszawa: Instytut Kultury, 1997, s. 11–29.

²⁴ Z. Melosik: *Tyrania szczupłego ciała i jej konsekwencje*, [w:] *Ciało i zdrowie w społeczeństwie konsumpcji*, red. Z. Melosik, Toruń–Poznań: Edytor, 1999, s. 158.

- cielesnemu, z apoteozą tych pierwszych i deprecjacją ostatniego, czego manifestacją są na przykład ascetyczne postawy wobec potrzeb cielesnych lansowanych [...] przede wszystkim w katolickiej krytyce społeczeństw konsumpcyjnych, gubiących – jak się głosi – wartości duchowe na rzecz dóbr wyalienowanej cywilizacji technicznej”²⁵.
4. Wzór higieniczny, przejawiający się w dwóch odmianach: egzystencjalnej i utylitarnej. Egzystencjalna wiąże się z zabieganiem człowieka o życie i przeciwstawieniem się, najczęściej środkami medycznymi, chorobie i śmierci. Odmiana ta ma charakter ponadczasowy, a formy jej występowania zmieniają się wraz z rozwojem cywilizacyjnym, a zwłaszcza z postępowaniem medycyny. We współczesnych społeczeństwach wzór ten jest upowszechniony przede wszystkim przez dom i szkołę w postaci *uniwersalnego wzoru higienicznego, będącego osią organizującą całość życia człowieka*²⁶. Początki drugiej (uitylitarnej) odmiany wzoru higienicznego sięgają czasów najdawniejszych, jednakże szczególne znaczenie uzyskała ona w społeczeństwach przemysłowych, które realizowały doniosłe programy higieny społecznej. Wiązało się to przede wszystkim z uświadomieniem negatywnych skutków zdrowotnych intensywnej i długotrwałej pracy przemysłowej oraz z potrzebami militarnymi. Znalazło to też swoje odzwierciedlenie w ideach nowożytnego wychowania fizycznego, upowszechnianych najpierw w Europie i Ameryce²⁷.
 5. Wzór sprawnościowy, będący odmianą utylitarного podejścia do sprawności fizycznej. W skrajnym wydaniu przejawiał się w spartańskim modelu wychowawczym, a później w wychowaniu rycerskim. Te same w istocie cele przyświecają wychowaniu fizycznemu we współczesnym wojsku, chociaż szybki rozwój techniki wojennej odsuwa umiejętności sprawnościowe żołnierzy niejako na drugi plan.
 6. Wzór agonistyczny, którego podstawę stanowi kategoria dzielności, wyrażająca się najpełniej w walce i rywalizacji sportowej. Kategoria ta właściwa jest „klasie próżniaczej” i wywodzi się z jej łupieżczego charakteru, z życia na pokaz oraz z ostentacyjnego próżnowania²⁸. Zachowania agonistyczne miały początkowo zasięg ograniczo-

²⁵ Z. Krawczyk: *Kultura fizyczna a styl życia*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne” 1995, nr 2, s. 11.

²⁶ Tamże.

²⁷ Tenże: *Natura, kultura, sport. Kontrowersje teoretyczne w Polsce*, Warszawa: PWN, 1970.

²⁸ T. Veblen: *Teoria klasy próżniaczej*, Warszawa: PWN, 1971, s. 218–243.

ny klasowo: wpisane były w arystokratyczny styl życia i jedynie wtórnie przenikały do innych sfer społecznych aspirujących do tego stylu (najpierw do kół wojskowych, a później do kręgów inteligencji dystansującej się wobec świata wartości bezpośrednio użytecznych). Z czasem wzory te rozprzestrzeniły się także wśród innych klas społecznych, szczególnie w pokoleniu młodzieży, objawiając tym samym swój uniwersalny charakter. Współcześnie agonistyka sportowa stała się symbolicznym wyrazem dominacji bądź przewodnictwa narodów i państw walczących o pierwszeństwo we współzawodnictwie międzynarodowym we wszystkich, już nie tylko sportowych, sferach życia – w ekonomii, polityce i kulturze. W tych warunkach agon jako sposób życia przeniknął do wszystkich niemal sfer aktywności społecznej i indywidualnej człowieka, pozostając „przedmiotem niemal powszechnego zainteresowania, przede wszystkim w formie spektatorskiej, ale także – w określonym stopniu – w postaci czynnej partycypacji”²⁹.

Niektórzy autorzy, obserwując zmiany zachodzące obecnie w życiu społecznym, gospodarczym i kulturalnym, proponują uzupełnienie powyższego zestawu postaw wobec kultury fizycznej wzorem ekonomicznym, przejawiającym się w coraz szerszym zakresie wśród ludzi biznesu, dla których zdrowie, wysoka sprawność fizyczna, zgrabna sylwetka, uroda itp. stanowią jeden z podstawowych warunków finansowo-zawodowej pomyślności. Ścisłe powiązanie zdrowia i sprawności fizycznej z ową pomyślnością uzasadnia się przy tym dwoma okolicznościami:

- osoby z przewlekłymi chorobami, niesprawne, niezbyt reprezentacyjne itd. mają kłopoty z uzyskaniem ciekawej i dobrze płatnej pracy;
- osoby chorowite i mało sprawne z jednej strony ponoszą wyższe koszty ubezpieczenia, z drugiej natomiast częściej korzystają z odpłatnych świadczeń medycznych.

Realizacja przedstawionych wzorów kultury fizycznej ma charakter historycznie, kulturowo i generacyjnie zmienny. W różnym też stopniu konstytuują one styl życia jednostek, grup i warstw społecznych. Zauważyć należy, że całkowitemu zanikowi w środowisku młodzieży uległ tradycyjnie doniosły wzór ascetyczny. Młodzież wyzbyła się nawet reliktyw

.....
²⁹ Z. Krawczyk, dz. cyt., s. 13.

tego wzoru, zachowanych we współczesnej etyce religijnej. Zostało bodaj powszechnie odrzucone przekonanie, że deprecjacja wartości cielesnych i umartwianie się mogą być skuteczną drogą do osiągnięcia wyższych wartości. Interesująca jest uwaga Zbyszka Melosika, że o ile w przeszłości dominujący etos dążył często do „przewyciężenia ciała” i podporządkowania go „wyższemu celom duchowym”, to obecnie, w społeczeństwach konsumpcji, ludzie coraz częściej postrzegani są przez pryzmat swoich ciał. Zgodzić należy się z konkluzją sformułowaną przez tego autora, że wraz z nasileniem się wpływów kultury hedonistycznej „tożsamość jednostki jest stopniowo wymywana z tego, co tradycyjnie nazywano umysłem lub duszą i przenoszona «na powierzchnię» – zaczyna być odgrywana przez ciało. [...] Człowiek tworzy swoją tożsamość poprzez konstruowanie wizualnego image swojego ciała”³⁰. Jedną z poważniejszych konsekwencji tego zjawiska jest upowszechnienie się w społeczeństwie konsumpcji podejścia do ciała jako obiektu (płaszczyzny) doświadczania coraz to nowych rodzajów przyjemności, mieszania ze sobą kategorii męskości i kobiecości, co z kolei jest jednym z czynników fragmentaryzacji tożsamości³¹.

W podsumowaniu rozważań o kulturowych determinantach aktywności fizycznej i cielesnych zainteresowaniach człowieka warto przypomnieć zaproponowaną przez Floriana Znanieckiego klasyfikację typów fizycznych. Według tego wybitnego socjologa miały one uosabiać społecznie uznawane wartości (atrybuty) ciała: zdrowie (typ higieniczny), rozrodczość (typ geneomiczny), uroda (typ obyczajowo-estetyczny), zmysłowość (typ hedonistyczny), sprawność robocza i bojowa (typ utylitarny) oraz sprawność jako wartość sama dla siebie (typ sportowy). Na podstawie wymienionych wartości powinny być wyznaczane – zgodnie z wymaganiami społecznymi – stosowne zadania wychowania fizycznego młodzieży, prowadzające się przede wszystkim do urabiania owych typów fizycznych³².

Współcześnie urzeczywistnianiu pierwszej grupy wartości, tj. zdrowotnych, służą szeroko podejmowane różnorodne formy działań reparacyjnych, prewencyjnych i kreacyjnych względem ciała³³, którym odpo-

.....
³⁰ Z. Melosik: *Ponowoczesny świat konsumpcji*, [w:] *Ciało i zdrowie w społeczeństwie konsumpcji*, red. Z. Melosik, Toruń–Poznań: Edytor, 1999, s. 89.

³¹ Tenże: *Tożsamość, ciało i władza. Teksty kulturowe jako (kon)teksty pedagogiczne*, Toruń–Poznań: Edytor, 1996.

³² F. Znaniecki: *Socjologia wychowania*, t. 2, Warszawa: PWN, 1973, s. 221.

³³ A. Pawłucki, dz. cyt., s. 97.

wiadają z kolei różne wartości i wzory zachowań w dziedzinie kultury zdrowotnej. Wzajemne przenikanie świata wartości i praktyki społecznej w tej dziedzinie w sposób szczególny przejawiało się również na gruncie powiązań między naukami pedagogicznymi i lekarskimi. Wyrazem tego jest przede wszystkim ukształtowanie się odrębnego działu teorii i praktyki pedagogicznej wzmacniającego pozycję wychowania fizycznego w procesie ogólnego wychowania (mowa tu o tzw. wychowaniu zdrowotnym czy o pedagogice zdrowia).

W aspekcie utylitarnej wartości ciała odnotować należy dominację dwóch głównych powodów „uprawy” ciała, a mianowicie motywu preparacyjnego (kiedy celem jest przygotowanie się lub zwiększenie zdolności do pracy) i motywu rekreacyjnego (związanego z dążeniem do odnowy sił po wykonaniu owej pracy). Wartości estetyczne ciała wyrażają się z kolei zarówno w urodzie jego kształtów (aspekt morfologiczny), jak i ruchów (aspekt kinetyczny). W tej dziedzinie często następują jednak zmiany wartości i zachowań stosownie do obyczajów i oczekiwań społecznych, chociaż motywem przewodnim ciągle jest zwiększenie szans powodzenia w kontaktach międzyosobniczych. Wartości hedonistyczne ciała typu kinetycznego, które osiągamy między innymi podczas zabaw i gier ruchowych, tańca, turystyki, zwykle mogą być urzeczywistniane dopiero po opanowaniu pewnych umiejętności ruchowych. Podkreślić należy przy tym, że uczestnictwo w różnych formach aktywności sportowo-rekreacyjnej może wielu sprawiać przyjemność, co nie wyklucza faktu, że jednocześnie pozytywnie wpływać będzie ono na zdrowie czy też służyć celom rekreacyjnym lub estetycznym.

Szczególny charakter ma proces urzeczywistniania agonistycznych wartości ciała, który może mieć postać współzawodnictwa bezpośredniego (poprzez dążenie do zwycięstwa nad rywalem) lub pośredniego (w formie dążenia do ustanowienia rekordu). Dla ludzi o odpowiednich predyspozycjach i aspiracjach dążenia te – przynajmniej w pewnym okresie życia – stanowią główny, a nawet jedyny motyw uprawy ciała. W przekonaniu Henryka Grabowskiego

Bezwzględna preferencja dla wartości agonistycznych ciała może niekiedy być zagrożeniem dla innych jego przymiotów, jak: zdrowie, harmonia funkcjonalna, piękno, a nawet prowadzić do ich degradacji. Jest to cena, jaką tylko człowiek jest gotów zapłacić za wyłącz-

nie symboliczny triumf nad sobą lub rywalem w imię samorealizacji, czyli utwierdzenia siebie i innych w przekonaniu o własnej wartości³⁴.

W praktyce w procesie urzeczywistniania poszczególnych wartości ciała realizacja jednych wartości może sprzyjać urzeczywistnianiu innych, albo też wchodzić z nimi w konflikt. Sytuację taką dobrze ilustruje na przykład odchudzanie ciała ze względów estetycznych: zwykle działanie takie równocześnie sprzyja zachowaniu zdrowia, ale w przypadku braku umiaru w tym względzie może pojawić się poważne zagrożenie zdrowia czy nawet życia.

W świetle powyższego kultura fizyczna jawi się jako zjawisko wielowartościowe, obejmujące nie tylko te wartości, które wiążą się z fizyczną postacią i fizycznym funkcjonowaniem człowieka w środowisku przyrodniczym i społecznym. Obejmuje ona także, a może nawet przede wszystkim, te wartości, które odnoszą się do sfery subiektywnej, do poglądów i postaw człowieka w świecie kultury. Istotnym momentem człowieczeństwa jest właśnie zdolność wyboru i decyzji (wartościowania). Autor *Wychowania w kulturze fizycznej* pisze:

Człowiek organizuje własne życie i porządkuje świat wokół siebie zgodnie z tym, jak wyobraża on sobie to życie i ten świat i jakie przywiązuje doń wartości. Tak więc walka o kulturę fizyczną jest zarazem walką o nowego człowieka i nowy świat jego życia [...] Swoistość tych historycznych i społecznych przemian musi znaleźć odbicie w dzisiejszym rozumieniu kultury fizycznej jako uprawy, której przedmiotem jest ludzkie ciało, ale też i cały bogaty, złożony, podmiotowy świat wartości, doskonalony w toku społecznego przekazu genetycznego³⁵.

W ostatecznej instancji charakter więzi jednostki ze sferą kultury fizycznej zdeterminowany jest jednak przez system wartości, zgodnie z którym jednostka autonomicznie wyznacza sobie cele w dziedzinie „uprawy” ciała. Wydaje się, że w dziedzinie tej istnieją – można wręcz stwierdzić, że niemal zawsze istniały – szczególne możliwości wszechstronnego i swobodnego kreowania siebie i świata swoich marzeń, równoczesnego realizowania przez człowieka zarówno wartości duchowych, jak i materialnych. Mając na uwadze potrzebę przełamywania barier między

³⁴ H. Grabowski: *Teoria fizycznej edukacji*, Warszawa: WSIP, 1997, s. 27.

³⁵ K. Zuchora: *Wychowanie w kulturze fizycznej*, Warszawa: Młodzieżowa Agencja Wydawnicza, 1980, s. 290–291.

biologiczną a społeczną naturą człowieka w procesie wychowania fizycznego, Krzysztof Zuchora uzasadnia konieczność wprowadzania jednostki „od razu w świat wartości, a więc w świat swoiście ludzki i tylko człowiekowi dostępny, w którym człowiek naprawdę żyje i żyje po ludzku”³⁶. Idea wychowania w kulturze fizycznej jawi się więc jako niezwykle atrakcyjna propozycja wzbogacania sensu życia jednostki, orientowania go ku wizji w pełni humanistycznej.

Analizując powyższą propozycję dostrzegamy zasadność rozważań wokół zagadnienia „repedagogizacji” wychowania fizycznego, której istotą – w rozumieniu Macieja Demela – miałoby być godzenie tego, „co osobowościowe, z tym, co dosłownie cielesne w celu utrzymania równowagi między aktualizmem i prospekcją”³⁷. Rozwijając tę myśl, autor z pełnym przekonaniem pisał, że „kształtując osobowość, formując przekonania, postawy i motywacje, pracujemy oczywiście na rzecz przyszłości wychowanka, wdrażając go do autoedukacji, do ustawicznego kształcenia”³⁸. Charakterystyczną cechą takiego ujęcia celów wychowania fizycznego i sportu jest przede wszystkim dynamiczne widzenie ideału wychowawczego i konsekwentne zmierzanie do kształtowania świadomych, afirmatywnych i aktywnych postaw wobec ciała i jego potrzeb, a także – w aspekcie edukacyjnym – dążność do ukazania potrzeby oraz możliwości poprawy i ulepszania natury, zmiany obyczajów i doskonalenia się w ciągłej pracy nad sobą³⁹.

W procesie repedagogizacji wychowania fizycznego szczególną rolę mają do odegrania oczywiście nauczyciele, którzy stają wobec konieczności wyjścia poza tradycyjne widzenie swoich zadań, tj. przede wszystkim odejścia od postrzegania siebie jako „techników nauczania ruchu”. Nauczyciele wychowania fizycznego powinni wyróżniać się spośród ogółu kadry pedagogicznej tym, co zawiera się w ich możliwościach kompleksowego oddziaływania na wychowanków – zarówno na ich stronę cielesną, jak i duchową. Specyficzny charakter zajęć z wychowania fizycznego, odmienne niż w pozostałych dziedzinach edukacji formy, metody i środki kształcenia skłaniają i jednocześnie zmuszają nauczycieli do integralnego postrzegania osobowości uczniów. Znajdując się w tej

³⁶ Tamże.

³⁷ M. Demel: *O trzech wersjach teorii...*, dz. cyt., s. 26.

³⁸ Tamże.

³⁹ M. Demel: *Szkice krytyczne o kulturze...*, dz. cyt., s. 39.

korzystnej sytuacji dydaktyczno-wychowawczej, świadomy swoich zadań pedagog

nie tracąc z pola widzenia spraw ciała, czyli potrzeby nauczania ruchu, wdrażania do aktywności fizycznej po to, aby podnosić sprawność fizyczną i wydolność, dbać o zdrowie i higienę [...] musi pamiętać o przeżyciach i uczuciach swoich podopiecznych. Rozbudowanie tych uczuć stwarza szansę na głębszą refleksję i analizę, zinternalizowanie postaw wobec własnej kultury fizycznej wychowanka⁴⁰.

W ten sposób właśnie w ukierunkowaniu na sprawy ciała z powodzeniem może być realizowany proces repedagogizacji wychowania fizycznego, u podstaw którego znajduje się idea wszechstronnego rozwoju osobowości wychowanków.

Od wielu lat zasadniczym zadaniem szkolnego wychowania fizycznego jest wprowadzanie młodych ludzi na „tereny” kultury fizycznej, w związku z czym szczególnie mocno akcentować należy jego funkcję propedeutyczną. Prawidłowe jej wypełnienie zależne jest jednak od właściwego ustrukturalizowania systemu wartości proponowanych w sferze tej kultury. Dostrzegając wagę tego problemu, K. Zuchora pisze między innymi, że „drogowskazami wyznaczającymi nowe kierunki autokreacji człowieka są świadomość, postawy i motywacje, potrzeby i nawyki, umiejętności i sprawności. A nie odwrotnie, jak sądzą ci wszyscy, którzy oddają prymat środkom – ćwiczeniom, efektom doraźnym, wyników sportowym, ideałowi motorycznemu – nad intencjonalną działalnością pedagogiczną”⁴¹.

Idei repedagogizacji wychowania fizycznego przyświecały – zgodnie ze współczesnymi tendencjami edukacyjnymi – następujące hasła generalne: edukacja permanentna, prospekcja, autoedukacja, intelektualizacja, humanizacja, indywidualizacja oraz szkoła przedłużona i środowiskowa⁴². Powodzenie owej repedagogizacji w znacznym stopniu zależy od kompetentnego wykorzystania w programach wychowania fizycznego wszystkich wartości funkcjonujących w sferach kultury fizycznej, proponowanych między innymi przez K. Zuchorę, który, uzasadniając swoje

⁴⁰ J. Derbich: *Swoiste warunki interakcji wychowawczej nauczyciel wychowania fizycznego – uczeń*, [w:] *Ku tożsamości pedagogiki kultury fizycznej*, red. Z. Żukowska, Warszawa: PTNKF, 1993, s. 71.

⁴¹ K. Zuchora, dz. cyt., s. 292.

⁴² Hasła te (rozwinęte wcześniej przez M. Demela, 1973) szerzej charakteryzuje W. Osiński, dz. cyt., s. 149–152.

stanowisko, stwierdza, że jedynie takie rozumienie i podejście do problemu repedagogizacji wychowania fizycznego zapewnią wprowadzenie

wychowanka całego i w całą kulturę fizyczną, niezależnie od posiadanej przez szkołę bazy i niezależnie od uzdolnień ruchowych uczniów. Część z nich można bowiem prowadzić przez teren gier i zabaw, część przez teren rekreacji, jeszcze innych przez teren turystyki lub przez tereny bardziej wyszukane, zajęte przez sport. Dla niektórych doświadczenia i życie wiązać się będą z wychowaniem zdrowotnym. Z wszystkimi można jednak osiągnąć wspólny cel, jakim jest wychowanie w duchu kultury fizycznej, w klimacie poszanowania dla jej wartości i z perspektywą ukształtowania twórczej postawy wobec własnego ciała i własnego życia, środowiska przyrodniczego i społecznego. Inne będą wówczas umiejętności i nawyki, odmienny świat motywów i zainteresowań, ale wspólne będą natomiast nastawienia i postawy, i jednakowo dla wszystkich otwarty dostęp do pełnego i twórczego korzystania z dobrodziejstw kultury⁴³.

Podejście takie, w przekonaniu autora, jest w pełni humanistyczne (i humanitarne), gdyż pozwala wznieść się ponad granice upośledzenia fizycznego i kalectwa, zapewniając jednocześnie każdemu prawo do sukcesu i osobistego szczęścia.

Dostrzegając walory koncepcji wielości indywidualnych postaw wobec kultury fizycznej kształtowanych przez szkołę, należy przy jej upowszechnianiu formułować oczywiście zróżnicowane oczekiwania w stosunku do wymienionych sfer tej kultury. Osobotwórczego oddziaływania na przykład gier i zabaw upatrywać powinniśmy przede wszystkim w ich funkcji inicjacyjnej, której istota sprowadza się do wprowadzania wychowanków w tajniki kultury fizycznej. Trafnej charakterystyki tej funkcji dokonał Zuchora, stwierdzając, że gry i zabawy mają przede wszystkim przygotować młodych ludzi „pod uprawy wyspecjalizowane”, jakimi są rekreacja, turystyka i sport. Zauważa on jednak, że

dla części naszego społeczeństwa będzie to zarazem sfera jedyna i wyłączna. Mam tu przede wszystkim na myśli dzieci specjalnej troski oraz ludzi dotkniętych ciężką chorobą psychiczną, którym ciężałość umysłowa tamuje dostęp do sportu, rekreacji i turystyki, dziedzin, które wymagają znacznego zaangażowania intelektualnego i stosowania zawiłych często reguł interpretacyjnych⁴⁴.

⁴³ K. Zuchora, dz. cyt., s. 300.

⁴⁴ Tamże, s. 303. K. Zuchora zaznacza, że cytowana teza nie jest jego odkryciem, albowiem w tym duchu wypowiadał się już Jędrzej Śniadecki, który w dziele *O fizycznym wychowaniu dzieci* zwracał uwagę na to, że „Wszakże i kaleki, i niedołągi mają swoje zdrowie, mają swoje

Ważne w przypadku gier i zabaw jest to, że kształtując barwny świat kultury fizycznej, sprzyjają rozwojowi takich form aktywności fizycznej, jak taniec, rytmika czy ćwiczenia muzyczno-ruchowe, które z kolei są właściwe sferze rekreacji. Traktując tę ostatnią jako „atrybut osobowości dojrzałej, umiejącej sterować własnymi procesami psychicznymi i racjonalnie gospodarującej w środowisku przyrodniczym, a przede wszystkim jako bogate pole do realizacji samego siebie”⁴⁵, autor *Wychowania w kulturze fizycznej* uważa za niezbędne rozwijanie i realizowanie potrzeb rekreacyjnych w powiązaniu ze sferą kultury. Przy takim podejściu umiejętności i nawyki schodzą oczywiście na dalszy plan, a rekreacja staje się obowiązkiem społecznym i moralnym. Stanowisko to koresponduje z poglądami Macieja Demela i Władysława Humena argumentującymi na rzecz niezbędności rekreacji w następujący sposób:

Fizyczne i psychiczne zdrowie osobnika nie jest obojętne dla społeczeństwa. Społeczeństwo zyskuje na zdrowiu jednostki (wydajność pracy, stosunki międzyludzkie a higiena psychiczna), traci zaś na chorobie (świadczenia lecznicze, ubezpieczenia itd.). Mylą się przeto ci autorzy (i to trzeba prostować!), którzy na jednej płaszczyźnie stawiają rekreację fizyczną i pozostałe jej rodzaje. Mieszają bowiem to, co konieczne, z tym, co pożądane⁴⁶.

W tym duchu należy dokonać także analizy innych sfer kultury fizycznej bliskich rekreacji co do specyfiki oddziaływania osobotwórczego, tj. turystyki i sportu.

Przygotowanie do uczestnictwa w sporcie i pozostałych sferach aktywności fizycznej musi odbywać się na podstawie odpowiednich programów wychowania, które będą budowane przede wszystkim na płaszczyźnie kulturowej. Domagając się wprowadzenia takich programów do praktyki edukacyjnej, K. Zuchora słusznie akcentuje aksjologiczny wymiar problemu, albowiem bez zabiegów dowartościowujących jakość życia, nadających mu głębszy i intensywniej przeżywany sens, trudno

.....
szczęście. Dobrze i mocno ukształceni daleko mniej potrzebują pomocy, obejmą się bez względów, lecz ci, którzy upośledzeni na świat przychodzą i mają być członkami społeczności, potrzebują naszego wsparcia, naszej pomocy [...] Jakże ich mogą opuszczać mistrze moralności, kiedy w nich taka jest dusza, jak w kształtnych i mocnych, a umysł częstokroć znakomitszy, a zatem wart całej bacznosci filozofów. Dusza nie podpada kalectwu”. J. Śniadecki: *Wybór pism naukowych i publicystycznych*, Warszawa, 1952, cyt. za K. Zuchora, dz. cyt., s. 304.

⁴⁵ Tamże, s. 305.

⁴⁶ M. Demel, W. Humen: *Wprowadzenia do rekreacji fizycznej*, Warszawa: Sport i Turystyka, 1970, s. 14.

szkolnemu wychowaniu fizycznemu stawiać zadanie kształtowania twórczych postaw wobec kultury fizycznej⁴⁷. Decydują w tym względzie przede wszystkim pasje i kompetencje pedagogiczne umożliwiające uformowanie świadomości, postaw i motywacji do pełnego uczestnictwa wychowanków w świecie kultury fizycznej, w którym „o indywidualności każdego decyduje jego osobowe bogactwo, swoista wrażliwość, [...] poczucie piękna, gradacja potrzeb kulturowych i uznawany system wartości”⁴⁸.

Najistotniejszym warunkiem rozwoju osobowości będzie tu jednak działanie wychowanka, czyli jego aktywne uczestnictwo, które „w pełni gwarantuje, że osobnik został zdobyty (nie zawsze trwale) dla kultury fizycznej, gdyż tylko w ten sposób można poznać jej smak, przeżyć ją pełnią psychiki i somatyki, utrwalić w pamięci kinestetycznej, wreszcie – zyskać nawyki rekreacyjne”⁴⁹. Osobista aktywność jawi się zatem jako podstawowy czynnik całościowego oddziaływania na osobowość wychowanka w intencji przygotowania go do całościowej troski o ciało poprzez uczestnictwo w kulturze fizycznej. Kształtowanie podstawowych sfer osobowościowych jednostki staje się efektywniejsze przy takim podejściu do edukacji fizycznej, kiedy równocześnie kształtujemy u wychowanka kompetencje aksjologiczne (odnoszące się do sfery emocjonalno-wolicjonalnej) i kompetencje technologiczne (dotyczące sfery intelektualno-sprawnościowej). Nie ulega zatem wątpliwości, że edukacja fizyczna musi obejmować jednocześnie:

- doraźne kształtowanie ciała (w ramach fizycznego kształcenia);
- kształtowanie osobowości troskliwej wobec ciała (w ramach fizycznego wychowania)⁵⁰.

Owa dwoistość w pojmowaniu celu edukacji fizycznej wynika przede wszystkim z faktu, że o poziomie (intensywności i jakości) późniejszego uczestnictwa w kulturze fizycznej pierwotnie decyduje stan świadomości na temat wartości ciała, a dopiero wtórnie sprawność jednostki. Kultura fizyczna integruje jedność psychofizyczną człowieka, ujawnia warto-

.....
⁴⁷ K. Zuchora, dz. cyt., s. 291.

⁴⁸ Tamże, s. 289–299.

⁴⁹ M. Demel: *Od ćwiczeń cielesnych do kultury fizycznej*, „Wychowanie Fizyczne i Higiena Szkolna” 1980, nr 9, s. 344.

⁵⁰ H. Grabowski: *Czy dezintegracja nauk o kulturze fizycznej?*, „Wychowanie Fizyczne i Sport” 1997, nr 3, s. 11.

ści ducha i ciała, wzmacnia i dynamizuje motywacje spontaniczne oraz wspiera formy aktywności ku wartościom autotelicznym. Respektując zasady rozwoju indywidualnego, ludzkiej twórczej działalności, stanowi ona inspirację wzmacniającą u jednostek poczucie wartości cenionych i stanowi ekspresję autentycznych potrzeb ludzkich.

Literatura

- Bittner Ireneusz: *Kultura fizyczna jako sfera psychofizycznej aktywności człowieka: Studia teoretyczno-metodologiczne*, Łódź: Wyd. Uniw. Łódzkiego, 1995.
- Ciało i zdrowie w społeczeństwie konsumpcji, red. Zbyszko Melosik, Toruń-Poznań: Edytor, 1999.
- Demel Maciej: *O trzech wersjach teorii wychowania fizycznego*, Kraków: AWF, 1990.
- Demel Maciej: *O wychowaniu zdrowotnym*, Warszawa: PZWS, 1968.
- Demel Maciej: *Pedagogika zdrowia*, Warszawa: WSiP, 1980.
- Demel Maciej: *Szkice krytyczne o kulturze fizycznej*, Warszawa: Sport i Turystyka, 1973.
- Demel Maciej, Skład Alicja: *Teoria wychowania fizycznego*, Warszawa: PWN, 1970.
- Fromm Erich: *Rewolucja nadziei*, Poznań: REBIS, 2000.
- Giddens Anthony: *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*, Warszawa: PWN, 2001.
- Krawczyk Zbigniew: *Kultura fizyczna*, [w:] *Encyklopedia kultury polskiej XX wieku. Kultura fizyczna, sport*, red. Zbigniew Krawczyk, Warszawa: Instytut Kultury, 1997.
- Kultura fizyczna w kategoriach wartości*, red. Zbigniew Krawczyk, Warszawa: AWF, 1989.
- Melosik Zbyszko: *Tożsamość, ciało i władza. Teksty kulturowe jako (kon)teksty pedagogiczne*, Toruń-Poznań: Edytor, 1996.
- Osiński Wiesław: *Zarys teorii wychowania fizycznego*, Poznań: AWF, 1996.
- Pawłucki Andrzej: *Pedagogika wartości ciała*, Gdańsk: Wyd. AWF, 1996.
- Przewęda Ryszard: *Promocja zdrowia przez wychowanie fizyczne*, [w:] *Promocja zdrowia*, red. Jerzy B. Karski, Warszawa: IGNIS, 1999.
- Veblen Thorstein: *Teoria klasy próżniaczej*, Warszawa: PWN, 1971.
- Znanięcki Florian: *Socjologia wychowania*, Warszawa: PWN, 1973, t. 2.
- Zuchora Krzysztof: *Wychowanie w kulturze fizycznej*, Warszawa: Młodzieżowa Agencja Wydawnicza, 1980.