

Aktywność sportowa w badaniach socjologicznych

W życiu współczesnego człowieka coraz większą rolę odgrywa rozwój cywilizacji, upatrywano w niej lekarstwo na wszelkie kłopoty. Cywilizacja jednak niesie ze sobą różne zagrożenia jest źródłem nie tylko postępu, ale wielu obaw, zagrożeń i niepewności. Kierunek i tempo przemian cywilizacyjnych, w których nasz kraj uczestniczy, nakazują zwrócić większą uwagę na wychowanie do uczestnictwa w kulturze fizycznej, na miejsce, jakie ona zajmuje w społeczeństwie oraz świadomość ludzi w tym zakresie. Czy można zapobiec ujemnym skutkom cywilizacji i jak daleko one zaszły opisuje Z.Cendrowski. „ Jednym ze skutków zmian cywilizacyjnych jest, bowiem zmiana stylu i formy życia rodzinnego. Nastąpiło rozluźnienie tak typowej dla dawniejszych czasów spójności i zwartości rodziny, ostygnięcia ciepła rodzinnego, którego ostoją była zawsze matka.” Zmiany te są jedną z głównych przyczyn niepowodzeń wychowawczych w domu rodzinnym i w szkole. Następną sprawą poruszoną przez Cendrowskiego jest sytuacja w zakresie zdrowia i sprawności fizycznej, „człowiek jest przede wszystkim istotą biologiczną. By żyć, musi wypełniać podstawowe prawo natury, jakim jest ruch. *Gdzie kończy się ruch, zaczyna się śmierć.*” Opinia ta być może dla wielu jest przesadzona, lecz dla innych może być szokująca. Należy dążyć do tego, aby nie tylko dzieci i młodzież, ale ludzie dorośli rozumieli potrzeby swego organizmu, umieli zatroszczyć się o to, by nie ulegać degradacji; „tak organizować swoje życie, by ruch i ćwiczenia fizyczne były stałym jego elementem.”

Przytoczę opinie i badania, w których można zaobserwować brak lub małą aktywność sportową i jaki ma ona wpływ na stan zdrowia młodzieży. „W czasie 15-godzinnego dnia uczeń poświęca około 4 do 7 godzin na pracę w szkole. Resztę wykorzystuje na odpoczynek, odrabianie zadanych lekcji, czytanie, oglądanie telewizji, prace domowe i spożywanie posiłków. Razem zajmuje mu to około 8 godzin. Niewiele czasu pozostaje na zabawę, sport i inne formy aktywności ruchowej. W okresie zimowym lub w czasie niepogody tę niewielką ilość wolnego czasu (około 1 godz.) uczeń spędza najczęściej w domu, przeważnie w pozycji siedzącej”.

R.W. Winiarski w swojej pracy przedstawił następujące prawidłowości w poziomie i strukturze aktywności sportowej młodzieży; „Sport, mimo iż powszechnie akceptowany, jest w

Polsce jednym ze słabiej realizowanych wzorów zachowań w czasie wolnym (Przeclawski 1978, Siwiński 1993, Wolańska i wsp., 1983). Co prawda około 60 -80% młodzieży zgłasza różne zainteresowania sportowe (Bryl 1986, Kupczyk, Terejko 1973, Trześniowski 1960), to jednak aż 40% ogółu młodzieży nie uprawia poza lekcjami wychowania fizycznego żadnego sportu”. Z tych informacji wynika, że młodzież w ponad 1/3 wymagała lub będzie wymagać pomocy specjalistów (lekarzy, rehabilitantów,) wzmożonej opieki zdrowotnej.

Sport uprawiany jest najczęściej nieregularni w formie rekreacyjnej, „Systematyczny udział w zajęciach sportowych (w wymiarze, co najmniej 4 godz. tygodniowo) bierze tylko około 20% dziewcząt i 30% chłopców, z tego około 10% trenuje zawodniczo (Balcerek, Chromiński 1990, Kunicki 1989). Codziennie uprawia sport zaledwie 3-6% młodzieży (Terejko 1976). Aktywność sportowa dziewcząt jest prawie dwukrotnie mniejsza niż chłopców i wyraźnie maleje wraz z wiekiem (Bednarek 1983, Dziewulak 1979, Krawczyk 1986).” Czyli niewielki procent młodzieży (szczególnie dziewczęta) ma świadomość potrzeby ruchu i wysiłku fizycznego.

Większą aktywność sportową przejawia młodzież ze środowiska inteligenckiego niż młodzież robotnicza i chłopska; młodzież ucząca się, większą niż młodzież pracująca. Młodzież ze środowisk wielkomiejskich więcej czasu poświęca na uprawianie sportu niż młodzież mieszkająca na wsi.

Na oglądanie telewizji i słuchanie muzyki młodzież poświęca w dni powszednie trzy razy więcej czasu niż na zajęcia sportowe i turystykę. Brak wolnego czasu jest najczęściej podawaną przyczyną powodującą przeszkody w uprawianiu sportu. Inne bariery to: mała dostępność obiektów i urządzeń sportowych, kłopoty finansowe, brak odpowiednich umiejętności i nawyków oraz zły stan zdrowia.

Jak już wcześniej wspomniano szczególną rolę w procesie socjalizacji do sportu przypisuje się rodzinie ale większy wpływ przypisuje się grupie koleżeńskiej. Wraz z wiekiem maleje znaczenie rodziny a wzrasta grupy rówieśniczej. „Grupa rówieśnicza jest w okresie młodzieńczym ważnym układem społecznego odniesienia. Umiejętności sportowe i sprawność fizyczna stanowią w niej specyficzny standard kulturowy, a ich poziom decyduje nierzadko o prestiżu i pozycji w grupie”.

Chociaż szkoła jest dla wielu uczniów miejscem, w którym po raz pierwszy zetknęli się ze sportem, to jednak zrodzone tam zainteresowania są często nietrwałe. O tym zjawisku mówi M. Klein; „tłumaczy to zjawisko faktem, że kontakt ze sportem w szkole ma zwykle charakter obligatoryjny, następuje stosunkowo późno i obejmuje dyscypliny mało atrakcyjne do uprawiania

w wieku późniejszym”. Inne badania wykazują, że nie ma żadnego związku „między negatywną postawą wobec nauczyciela i lekcji sportu a uprawianiem sportu poza szkołą”.

Wszystkie przeprowadzone dotychczas badania sygnalizują, że ilość czasu przeznaczanego na aktywność fizyczną jest ciągle za mała, niewystarczająca. W wyniku przeprowadzonych badań przez przedstawicieli zarówno nauki jak i praktyki, postulowano, aby wynosił on, co najmniej 6 godzin tygodniowo. Mimo decyzji rządowej z roku 1973, która postanawia, że „wymiar zajęć z zakresu wychowania fizycznego, sportu i rekreacji przypadającego na ucznia powinien być w szkołach sukcesywnie zwiększany tak, by osiągnął w 1985 roku 6 godzin tygodniowo”, postulat ten nie został jednak zrealizowany.

Niezmiernie ważne jest przyjrzenie się wynikom badań, jakie przeprowadził Krakowski Ośrodek Diagnostyki Kręgosłupa w maju 2002 roku i zakończył w czerwcu 2002 roku. Badania objęły dzieci z pierwszych klas szkoły podstawowej i pierwszej gimnazjum oraz grupę 70 dzieci z rodzin ubogich lub społecznie zaniedbanych, dzielnicy III Krakowa. Ogółem zbadano 500 dzieci. Badania te potwierdzają zagrożenie populacyjne wadami postawy. „Tylko 44% przebadanych wykazywało prawidłową postawę ciała. Ponad połowa badanej populacji dziecięcej....była dotknięta różnymi wadami postawy. U wielu dzieci wykryto więcej niż jedną anomalię. Wady te są groźne

Ich skutki wraz z bólem ujawnią się w pełni dopiero za 10-15 lat, Niestety będą to już wtedy zmiany strukturalne, kosztne, spowodowane dysfunkcją Na tym etapie będą to już zmiany nieodwracalne.” W wielu przypadkach stwierdzono wady współistniejące na przykład tzw. „okrągłe plecy” lub wady kończyn dolnych. „Potwierdza to konieczność stałego monitorowania populacji i weryfikowania konieczności prowadzonych terapii..... Potwierdza się hipoteza o większym zagrożeniu komplikacjami u dzieci z klas gimnazjalnych. Świadczy to o postępującej z wiekiem progresji wad wskutek braku stosowania odpowiedniej terapii. Postawy prawidłowe wykazywało 40% przebadanych gimnazjalistów wobec 44% u dzieci ze szkół podstawowych. Inny przykład – w szkołach podstawowych dzieci ze skoliozami było 25%, w tym 3% z dużym stopniem zagrożenia. W gimnazjach dzieci ze skoliozami było już 53%, w tym 7% z dużym stopniem zagrożenia”. Według zebranych informacji, dzieci te w większości nie kontynuowały zajęć gimnastyki korekcyjnej po klasie 3-ciej szkoły podstawowej, kiedy zajęcia te były obligatoryjne. Przedstawione badania wykazały, że wady postawy u dzieci stanowią poważny problem, problemy z kręgosłupem to nie jedyne u dzieci i młodzieży współczesnej

cywilizacji. Ścisły związek z problemami, jakie towarzyszą ówczesnemu społeczeństwu mają: niezdrowy styl życia, brak aktywności ruchowej, itp.

Opracowała
Regina Srocka
Nauczyciel WF