

Studium Wychowania Fizycznego i Sportu  
Akademia Świętokrzyska w Kielcach  
Study of Physical Education and Sport  
Świętokrzyska Academy

RAFAŁ PAWŁOWSKI

*The education to physical recreation among aims of physical education  
at univeristies*

---

**Wychowanie do rekreacji fizycznej wśród celów wychowania fizycznego  
w szkole wyższej**

W myśl nowoczesnej doktryny celem wychowania fizycznego jest wspomaganie rozwoju fizycznego, motorycznego i zdrowia oraz przygotowanie do podtrzymania i pomnażania tych właściwości w życiu późniejszym [6].

Za naczelny cel wychowania fizycznego należy uważać zarówno doskonalenie funkcji ciała i funkcji psychomotorycznych wychowanka, jak również ukształtowanie u niego takiego systemu wiedzy, umiejętności i nawyków oraz postaw wobec kultury fizycznej, który w praktyce przejawiać się będzie w dążeniu i działaniu na rzecz utrzymania przez całe życie wysokiej sprawności fizycznej i zdrowia [10].

Formułowanie celów wychowania fizycznego ma zawsze arbitralny charakter. Według badań przeprowadzonych wśród polskich teoretyków wychowania fizycznego najważniejsze jest wychowanie do rekreacji i wychowanie zdrowotne, a nie zadania somatyczne i motoryczne [3]. Podobne preferencje w wyborze najważniejszych celów wychowania fizycznego okazują nauczyciele akademicy [4].

Efekty doraźnego kształtowania ciała są nietrwałe i w związku z tym należy wychowywać właściwości tego ciała do ciągłej dbałości o nie. Ostatecznym celem fizycznej edukacji jest przygotowanie młodzieży do uczestnictwa w kulturze fizycznej, a „ponieważ późniejsze uczestnictwo w kulturze fizycznej zależy przede wszystkim od stanu świadomości na temat wartości ciała, to edukacja fizyczna musi obejmować zarówno doraźne kształtowanie ciała, jak i kształtowanie osobowości troskliwej wobec ciała” [7].

Celem pracy jest stwierdzenie jakie cele wychowania fizycznego są najważniejsze dla nauczycieli prowadzących zajęcia wf w szkołach wyższych i jak wysoko w tej hierarchii znajduje się cel perspektywny – wychowanie do rekreacji fizycznej.

**MATERIAŁ I BADANIA**

W badaniach ankietowych, w których uczestniczyło 43 z 47 nauczycieli wychowania fizycznego uczących w kieleckich szkołach wyższych, zastosowano metodę sondażu diagnostycznego. Rozpiętość wieku wśród badanych nauczycieli, z których 2/3 stanowią mężczyźni jest duża - od 25 do 69 lat (tabela 1). Staż pracy w zawodzie nauczyciela jest także bardzo zróżnicowany – od 1 roku do 45 lat. Blisko połowa nauczycieli (48,8%) ma ponad dwudziestoletnie doświadczenie pedagogiczne, a ponad połowa (58,1%) ma za sobą przynajmniej kilkunastoletnie stałe kontakty ze studentami podczas uczelnianego wychowania fizycznego (tabela 2).

**Tabela 1. Wiek badanych nauczycieli wychowania fizycznego**

Wiek nauczycieli (w latach)				
25-29	30-39	40-49	50-59	60 i więcej
6	10	8	14	5

**Tabela 2. Staż pracy badanych nauczycieli wychowania fizycznego**

Nauczyciele	Lata pracy			
	1-10	11-20	21-30	31 i więcej
akademiccy	18	16	7	2
akademiccy i inni	9	13	12	9

W całej grupie badanych tylko jedna osoba nie posiadała wyższego wykształcenia (zatrudniona jako instruktor wschodnich sztuk walki), a wśród pozostałych jedna nie była absolwentem AWF (instruktor tańca, absolwentka Wyższej Szkoły Pedagogicznej).

Sytuacja ekonomiczna zmusza często nauczyciela do podejmowania dodatkowego zatrudnienia, a zbyt duże obciążenie obowiązkami zawodowymi nie sprzyja efektywności wykonywanej przez niego pracy [9]. Zdecydowana większość nauczycieli (88,4%) pracuje dodatkowo poza swoją macierzystą uczelnią, a co piąty w dwóch lub więcej miejscach. Ponad połowa znajduje zatrudnienie w innych uczelniach (53,5%), co czwarty w szkole (25,6%), a co szósty w klubie sportowym (16,3%).

### WYNIKI

Każdy nauczyciel powinien mieć jasno sprecyzowane cele, które zamierza realizować podczas zajęć. Jasno określone cele i zadania są niezbędnym warunkiem efektywności pracy nauczyciela [2]. Tabela 3 przedstawia hierarchię celów realizowanych przez badanych nauczycieli podczas zajęć ze studentami.

**Tabela 3. Główne cele i zadania wychowania fizycznego w szkole wyższej w opinii badanych nauczycieli (dane w %)**

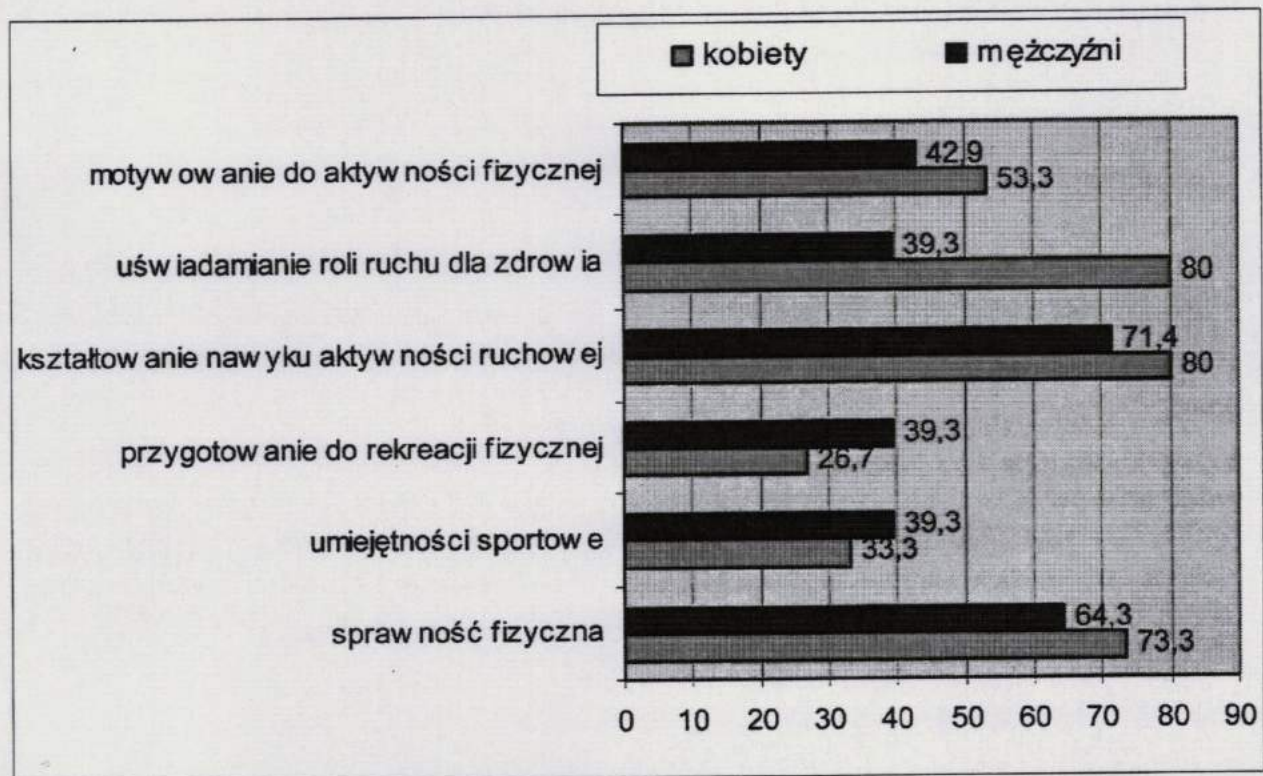
Cele i zadania wychowania fizycznego w szkole wyższej	są najważniejsze	ranga
kształtowanie u studenta nawyku aktywności ruchowej	74,4	1
poprawa sprawności fizycznej studenta	67,4	2
uświadamianie studentowi roli ruchu dla zdrowia człowieka	53,5	3
motywowanie studenta do „bycia aktywnym ruchowo”	46,5	4
rozwijanie umiejętności sportowych studenta	37,2	5
przygotowanie studenta do rekreacji fizycznej (uczyć aktywnego wypoczynku)	34,9	6
przygotowanie studenta do sterowania swoim rozwojem fizycznym	25,6	7
rozbudzenie u studenta zainteresowania ruchem	23,3	8
uświadamianie studentowi co robi i dlaczego to robi	20,9	9,5
relaks – dbanie o dobre samopoczucie studenta	20,9	9,5
wszechstronny rozwój studenta	18,6	11
wpajanie studentowi zasad higienicznego trybu życia	16,3	12
hartowanie organizmu studenta i utrwalanie jego zdrowia	14,0	13
kształtowanie prawidłowej postawy ciała studenta i jego kontroli	11,6	14
rozbudzanie potrzeby pozalekcyjnej aktywności ruchowej studenta	9,3	15,5
wychowanie studenta przez aktywność ruchową	9,3	15,5
kształtowanie charakteru studenta	7,0	17
nauczenie studenta racjonalnego podejścia do własnego zdrowia	4,7	18

Ponieważ każdy z celów wymienionych w ankiecie można uznać za pożądaną, co potwierdzone zostało zaznaczeniem w różnym stopniu, ale wszystkich odpowiedzi, to aby móc określić stanowisko respondentów, mieli oni możliwość zaznaczenia nie więcej niż pięciu, we własnej ocenie najważniejszych odpowiedzi.

Wśród badanych  $\frac{3}{4}$  nauczycieli za najważniejszy cel wychowania fizycznego stawia ukształtowanie u swoich wychowanków nawyku aktywności ruchowej, a  $\frac{2}{3}$  poprawę ich sprawności fizycznej. Ponad połowa uczestniczących w badaniach jako kolejny cel w wymienianiu uświadamianie studentom roli ruchu dla zdrowia człowieka, a niespełna połowa motywowanie studentów do bycia aktywnym ruchowo. Co trzeci nauczyciel na piątym i szóstym miejscu w omawianej hierarchii stawia na rozwijanie umiejętności sportowych i przygotowanie studentów do rekreacji fizycznej.

Najrzadziej wskazywane odpowiedzi dotyczą kształtowania prawidłowej postawy ciała wychowanków (11,6%), rozbudzania potrzeby (pozaekcyjnej) aktywności ruchowej (9,3%), kształtowania charakteru studenta (7,0%) oraz nauczania studentów racjonalnego podejścia do spraw własnego zdrowia (4,7%).

Płeć i wiek nauczycieli nie różnicują w sposób istotny statystycznie realizowanych przez nich celów podczas zajęć obowiązkowych, jednak kobiety dwukrotnie częściej jako cel stawiają sobie uświadamianie roli ruchu dla zdrowia ćwiczących (80% do 39,3%) – rycina 1.

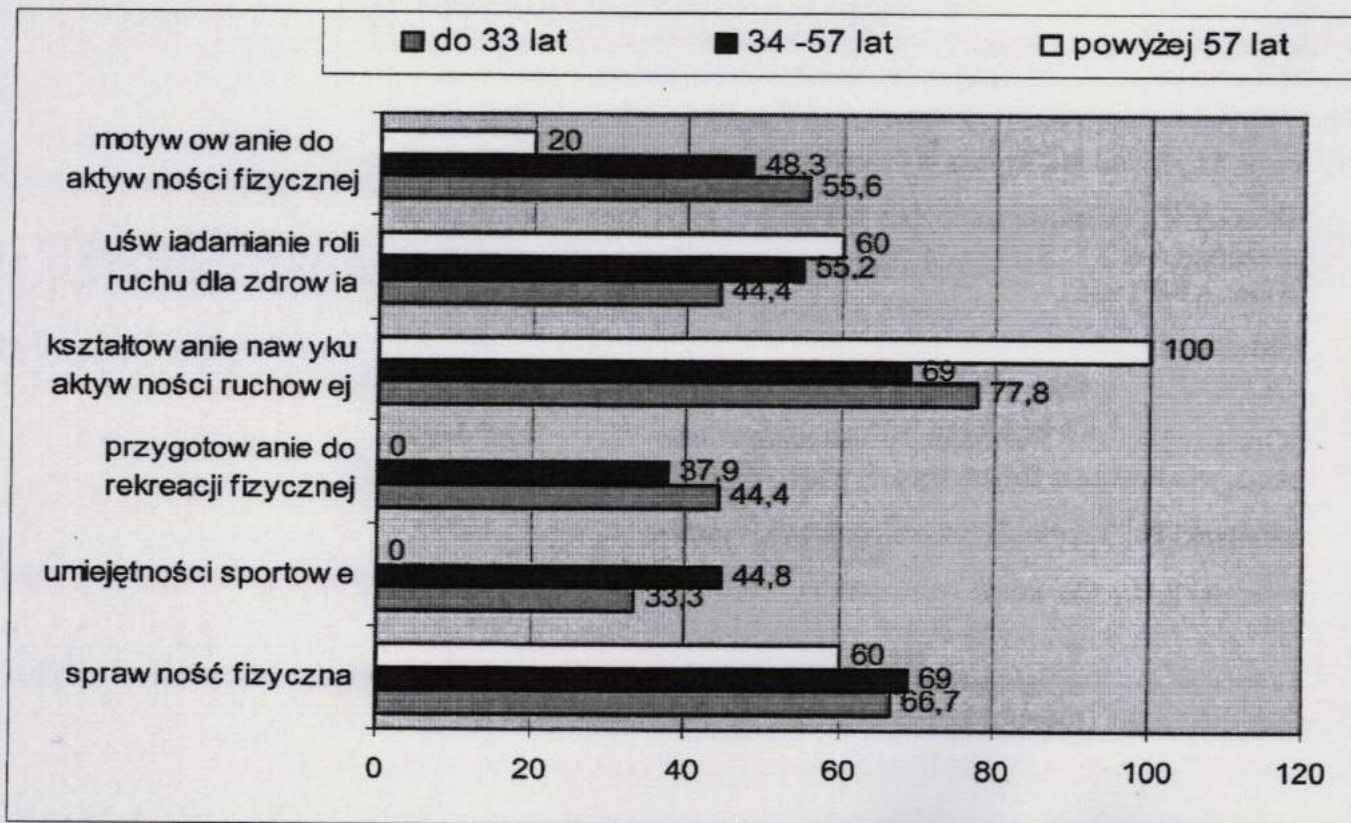


Ryc. 1. Płeć nauczycieli a realizowane przez nich cele podczas zajęć wychowania fizycznego

Nauczyciele z najstarszej grupy wiekowej wśród pięciu najważniejszych celów realizowanych podczas zajęć wychowania fizycznego nie podają przygotowania studentów do rekreacji fizycznej, czyli nauczania aktywnego wypoczynku, przygotowania do uczestnictwa w kulturze fizycznej oraz rozwijania ich umiejętności sportowych (rycina 2).

Niezależnie od rangi celów doraźnych i perspektywnych w przeprowadzonych badaniach, nie można zapominać, że są to cele równoprawne i należy je realizować równolegle, bo w praktyce nie da się oddzielić kształcenia od wychowania fizycznego [1, 5].

Zazwyczaj nauczyciele dążą do realizacji celów doraźnych, sprawnościowych [9]. Mimo tego, że cele perspektywne znajdują się w programach wychowania fizycznego badanych uczelni, to nie wszyscy nauczyciele przy jego realizacji biorą pod uwagę postulat wychowania do kultury fizycznej.



**Ryc. 2. Wiek nauczycieli a realizowane przez nich cele podczas zajęć wychowania fizycznego**

Ponad 1/3 badanych przyznaje, że tego nie czyni, przynajmniej w sposób świadomy (37,2%), choć 93% nauczycieli stawia szkołę, uczelnię na pierwszym miejscu w hierarchii instytucji odpowiedzialnych za wychowanie młodzieży do kultury fizycznej [8]. Spośród tych, którzy dali odpowiedzi pozytywne co czwarty nie potrafi (lub nie chce) podać w jaki sposób się przejawia prospekcja w jego zajęciach. Inni podają najczęściej: uświadamianie, że ruch to zdrowie, zachęcanie do aktywności fizycznej po zajęciach, do fakultetów sportowych, wyposażanie studentów w umiejętności i wiadomości o kulturze fizycznej, oddziaływanie własnym przykładem, poprzez aktywne uczestnictwo w zajęciach, prowadzenie dyskusji na temat znaczenia kultury fizycznej.

### WNIOSKI

- Każdy z celów wychowania fizycznego wymieniony w tych badaniach jest pożądanym,
- a każdy nauczyciel prowadzący zajęcia powinien mieć jasno określone cele, które chce zrealizować, aby jego praca z młodzieżą była efektywna.
- Nauczyciele bardzo często skupiają się na realizowaniu celów doraźnych, stąd też wysokie miejsce w hierarchii mają cele dotyczące poprawy sprawności fizycznej ćwiczących i rozwijanie ich umiejętności sportowych.
- Przygotowanie studentów do rekreacji fizycznej jako cel wymienia wprost co trzeci badany nauczyciel i wymieniają go częściej mężczyźni, a nie jest wymieniany przez najstarszych nauczycieli. Cele przyszłościowe, mówiące o kształtowaniu nawyku aktywności ruchowej, motywowanie do aktywności ruchowej w czasie wolnym, rozbudzanie zainteresowania ruchem, uświadamianie roli ruchu dla zdrowia znajduje się w górnej części stworzonej na podstawie wyników badań hierarchii celów wychowania fizycznego.
- Płeć i wiek nauczycieli nie różnicują w sposób istotny statystycznie realizowanych przez nich celów podczas zajęć wf.

## PIŚMIENNICTWO

1. Bukowiec M., Postulowane, założone i rzeczywiste funkcje wychowania fizycznego w przygotowaniu do uczestnictwa w kulturze fizycznej, Kraków: AWF, 1990.
2. Demel M., Skład A., Teoria wychowania fizycznego, Warszawa: PWN, 1986
3. Frołowicz T., Pasma edukacyjne w kulturze fizycznej w opinii polskich teoretyków wychowania fizycznego, (w:) J. Ślężyński (red.), Efekty kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej, Katowice: AWF 1996.
4. Frołowicz T., Edukacyjne intencje nauczycieli wychowania fizycznego. Między deklaracjami a działaniami, Gdańsk: AWF i S, 2002.
5. Grabowski H., Formalne i materialne cele fizycznego kształcenia, (w:) M. Demel (red.), Lekcja wychowania fizycznego, Kielce: WSP, 1986.
6. Grabowski H., Teoria fizycznej edukacji, Warszawa: WSiP, 1997.
7. Grabowski H., Co koniecznie trzeba wiedzieć o wychowaniu fizycznym, Kraków: „Impuls”. 2000.
8. Pawłowski R., Przygotowanie młodzieży akademickiej do uczestnictwa w kulturze fizycznej, praca doktorska (niepublikowana), Kraków: AWF, 2004.
9. Srokosz W., Psychospołeczne uwarunkowania czynności lekcyjnych nauczyciela kultury fizycznej, Kraków: AWF, 1993.
10. Strzyżewski S., Proces kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej, Warszawa: WSiP, 1996.

## STRESZCZENIE

Celem pracy jest stwierdzenie jakie cele wychowania fizycznego są najważniejsze dla nauczycieli prowadzących zajęcia wf w szkołach wyższych i jak wysoko w tej hierarchii znajduje się cel prospektywny – wychowanie do rekreacji fizycznej. W badaniach ankietowych uczestniczyło 43 nauczycieli wychowania fizycznego uczących w szkołach wyższych Kielc. Najwyżej w stworzonej hierarchii celów znalazły się kształtowanie nawyku aktywności ruchowej, poprawa sprawności fizycznej, uświadamianie roli ruchu dla zdrowia człowieka, motywowanie do aktywności ruchowej i rozwijanie umiejętności sportowych. Przygotowanie do rekreacji fizycznej jest wymieniane jako cel wychowania fizycznego częściej przez mężczyzn niż kobiety, a nie jest wymieniane przez najstarszych nauczycieli.

## SUMMARY

Ascertainment what is the aim of work the aims of physical education are at colleges the most important for teachers of leaders of occupation PE and how future aim in this hierarchy is high - education to physical recreation. 43 teachers of physical education of teachings in questionnaire investigations participated at colleges of Kielce. They the highest in created hierarchy of aims found the be shaping the habit of motive activity, improvement of physical efficiency, informing for man's health the part of movement, motivating to motive activity and spread sport skills. Preparation to physical recreation be exchanged as aim of physical education more often by men than woman, and it does not it be exchange by the oldest teachers.