



**Tomasz Piotr Dyrdół**

**Sport w kulturze czasu wolnego młodzieży**

Sport in the leisure culture of young people

Rozprawa doktorska

napisana pod kierunkiem

prof. dra hab. Heliodora Muszyńskiego



## Spis treści

Wstęp .....	5
1. Czas wolny w świetle literatury przedmiotu.....	8
1.1. Czas wolny – analiza definicyjna .....	8
1.2. Funkcje czasu wolnego .....	14
1.3. Sport jako forma zagospodarowania czasu wolnego .....	21
1.4. Przemiany historyczne czasu wolnego .....	28
2. Czas wolny jako zjawisko kulturowe .....	53
2.1. Pojęcie kultury .....	53
2.2. Czas wolny jako następstwo i czynnik rozwoju kultury.....	60
2.3. Kultura czasu wolnego.....	65
2.4. Kultura masowa a czas wolny .....	70
3. Sport i jego znaczenie w życiu człowieka .....	79
3.1. Sport – ustalenia definicyjne.....	79
3.2. Historyczne tło sportu .....	86
3.3. Kulturotwórcza rola sportu .....	109
3.4. Społeczne funkcje sportu .....	114
3.5. Znaczenie sportu w życiu i rozwoju indywidualnym .....	122
4. Młodzież jako kategoria społeczna.....	129
4.1. Pojęcie młodzieży .....	129
4.2. Zmiany rozwojowe w okresie adolescencji .....	137
4.3. Kształtowanie się tożsamości w okresie adolescencji .....	144
4.4. Formy uczestnictwa młodzieży w życiu społecznym.....	149
4.5. Młodzież a kultura .....	154
5. Metodologiczna koncepcja badań własnych.....	163
5.1. Temat badań.....	163
5.2. Cele badań.....	164
5.3. Problemy badawcze .....	167
5.4. Zmienne i wskaźniki.....	172
5.5. Metoda i narzędzie badawcze .....	175
5.6. Dobór próby i jej charakterystyka .....	179
5.7. Organizacja i przebieg badań.....	181
6. Kultura czasu wolnego młodzieży. Badania własne.....	184
6.1. Budżet czasu młodzieży.....	184
6.2. Możliwości spędzania przez młodzież czasu wolnego we własnym środowisku .....	190
6.3. Sposoby spędzania czasu wolnego przez młodzież.....	194

6.4. Upodobania młodzieży dotyczące spędzania czasu wolnego .....	204
7. Sport jako element kultury czasu wolnego młodzieży. Badania własne .....	214
7.1. Miejsce sportu w czasie wolnym młodzieży .....	215
7.2. Rodzaje aktywności sportowej młodzieży.....	219
7.3. Motywy podejmowania aktywności sportowej i stopień zaangażowania młodzieży w aktywne zajmowanie się sportem .....	234
7.4. Okoliczności, w jakich młodzież uprawia aktywność sportową .....	244
8. Środowiskowe uwarunkowania aktywności sportowej młodzieży. Badania własne .....	255
8.1. Formy i poziom aktywności sportowej młodzieży w grupach rówieśniczych .....	256
8.2. Zainteresowanie sportem i sposoby zaangażowania w aktywność sportową w środowisku rodzinnym młodzieży .....	265
8.3. Rola szkoły w podnoszeniu aktywności sportowej młodzieży.....	274
Podsumowanie i wnioski .....	292
Bibliografia .....	299
Spis tabel.....	326
Spis diagramów.....	328
Aneks .....	329

## Wstęp

W ostatnich latach obserwuje się narastanie ilości czasu wolnego. Zjawisko to ma różne źródła i różne postacie, odmienne dla osób pracujących, jak też pozostających bez pracy. Czas ten jest postrzegany jako istotny czynnik jakości życia. Większa jego ilość ma w założeniu służyć poprawie zdrowotności społeczeństw; ma otwierać szerokie możliwości bogatej aktywności rekreacyjno-zabawowej, kulturalnej i edukacyjnej; ma być także podłożem rozwijania silnych więzi społecznych. Będzie to możliwe tylko wtedy, kiedy czas wolny zostanie zagospodarowany we właściwy sposób. Praktyka życiowa pokazuje jednak, że czas ten może być wykorzystywany w sposób niezgodny z tymi założonymi funkcjami. Może mianowicie służyć uprawianiu aktywności destrukcyjnej i rozkładowej z punktu widzenia interesu społecznego.

Szczególnie istotne wydaje się właściwe wypełnianie czasu wolnego młodzieży, czyli kategorii społecznej, która ma go stosunkowo dużo. Jednak próby organizowania czasu wolnego młodzieży niosą z sobą niebezpieczeństwo wypaczeń. Jest tak wtedy, kiedy młodzieży narzuca się formy jego spędzania. Czas ten przestaje być wówczas czasem wolnym, a co za tym idzie, traci swoje funkcje. Zgodnie bowiem z jego definicją, do czasu wolnego zaliczamy wyłącznie ten czas, w którym podejmowana aktywność ma charakter dobrowolny. Idzie więc o to, aby młodym ludziom oferować takie możliwości spędzania czasu wolnego, które z jednej strony będą służyły rozwojowi indywidualnemu i społecznemu, a z drugiej będą cieszyły się ich autentycznym zainteresowaniem, a więc będą dla nich atrakcyjne. Jedną z takich form jest sport czyli wszelka aktywność (głównie fizyczna) polegająca na dążeniu do osiągnięcia możliwie doskonałych i porównywalnych wyników, które są zwykle przedmiotem współzawodnictwa.

Czas wolny może być kategorią indywidualną. Jest tak wówczas, kiedy jednostka spędza go w sposób autonomiczny, bez jakichkolwiek związków z innymi osobami. Ale może być także kategorią społeczną. Jest tak wówczas, kiedy spędzanie go przybiera postać zbiorową, a więc kiedy spędzające go jednostki co najmniej ujednolicają sposób spędzania go, zaś w toku spędzania go wchodzi w interakcje z innymi osobami. Możemy wtedy mówić o pewnej wspólnotocie w zakresie spędzania wolnego czasu. Jednostki przekazują sobie pewne wzory aktywności w zakresie spędzania go i wpływają na siebie w zakresie stosowania tych wzorów. Prowadzi to do upodabniania się nie tylko sposobów spędzania czasu wolnego, ale także norm uprawiania ich, poglądów, idei, upodobań czy stosowanych standardów. W ten sposób kształtuje się pewna kultura czasu wolnego. Proces ten zachodzi szczególnie łatwo tam,

gdzie życie jakiejś zbiorowości przebiega w podobnych warunkach, w bliskiej łączności z sobą, zaś sami jej członkowie żywią podobne cele, dążenia czy kierują się podobnymi potrzebami.

Takimi zbiorowościami, w których łatwo wykształca się kultura czasu wolnego, są zbiorowości, kręgi lub środowiska młodzieży. Kilkuletnie wspólne funkcjonowanie w roli uczniów szkolnych, przeżywanie wspólnych związanych z tym losów, poddawanie się tym samym wymogom i dotrzymanie tych samych standardów prowadzi w warunkach bliskiego obcowania z sobą do wykształcania się wspólnych sposobów i wzorów spędzania wolnego czasu, znajdowania satysfakcji we wspólnych rozrywkach i sposobach rozładowywania napięć związanych z rygorami pełnienia roli ucznia.

Ale wzory, standardy, upodobania i wymogi wspólnej aktywności wolnoczasowej młodzieży mogą być różne co do swojej społecznej i socjalizacyjnej wartości. Sposoby spędzania czasu wolnego przez młodzież mogą niekiedy przybierać postać destrukcyjną, a nawet kryminogenną. Dotyczy to więc także kultury czasu wolnego. Możemy z pełnym uzasadnieniem mówić zarówno o wysublimowanej kulturze wysokich lotów i poszanowania społecznych wartości, ale także o kulturze moralnej degradacji lub wręcz o kulturze przestępczej.

To, jaka kultura czasu wolnego ukształtuje się w środowiskach młodzieży, zależy od wielu czynników. Liczne doświadczenia i badania pokazują jednak, że wysoki poziom kultury czasu wolnego nie kształtuje się wówczas, kiedy młodzież zostaje pozostawiona sama sobie. Na wychowawcze niebezpieczeństwa, jakie niesie z sobą czas „pusty”, niczym konstruktywnym niewypełniony w życiu młodzieży, zwracało uwagę wielu pedagogów. Już Jan Amos Komeński radził, aby nigdy nie pozostawiać młodzieży bez wypełnionego jakimiś zadaniami czasu wolnego. Przestrogi i wskazówki Wielkiego Pedagoga nabierają w dzisiejszych czasach szczególnego znaczenia. W życiu współczesnego społeczeństwa jest zbyt wiele łatwo dostępnych młodzieży pokus wiodących do degeneracji w sposobach spędzania czasu wolnego.

Jest, jak się zdaje, jedna skuteczna droga przeciwdziałania tym zagrożeniom. Nie potrafimy, ale też wcale nie chcemy, pozbawić młodzieży czasu wolnego. Jedyna racjonalna droga, jaka się przed współczesnym demokratycznym społeczeństwem rysuje, to droga wypełniania kultury czasu wolnego młodzieży wartościowymi społecznie i wychowawczo formami aktywności, takimi jednak, które będą dla niej atrakcyjne, a zarazem służące rozwojowi młodych ludzi.

Tym właśnie elementem, którym można skutecznie wypełnić kulturę czasu wolnego młodzieży jest sport. Ma on wiele walorów rozwojowych i wychowawczych. Regularna

aktywność fizyczna może wpływać korzystnie na zdrowie. Uprawianie sportu pomaga w utrzymaniu prawidłowej masy ciała; służy poprawie sylwetki; pozytywnie wpływa na zwinność, wytrzymałość i siłę. Sport może też być pomocny w profilaktyce oraz terapii chorób i zaburzeń, zarówno w sferze fizycznej, jak i psychicznej. Aktywność sportowa może się także przyczynić do redukcji stresu, poprawy nastroju, czy też zmniejszenia zmęczenia. Sport może też rozwijać pracowitość, samodyscyplinę, lojalność, czy też uczciwość. Odgrywa on też ważną rolę w procesie socjalizacji.

W przeprowadzonych przez siebie badaniach empirycznych zmierzałem do ustalenia, czy i na ile sport jest dla młodzieży atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego, na ile młodzież angażuje się w sport oraz jakie znaczenie ma sport w środowisku rodzinnym, rówieśniczym i szkolnym młodych ludzi. Badania zmierzały przede wszystkim do ustalenia roli sportu w kulturze czasu wolnego młodych ludzi.

\* \* \*

*Serdecznie dziękuję Promotorowi niniejszej pracy doktorskiej,  
prof. Heliodorowi Muszyńskiemu, za cenne wskazówki, wsparcie i wyrozumiałość,  
dziękuję również moim bliskim i rodzinie, szczególnie żonie i córce,  
za wiarę i cierpliwość*

## 1.Czas wolny w świetle literatury przedmiotu

Czas wolny jest przedmiotem zainteresowania wielu badaczy reprezentujących różne dyscypliny naukowe. Interdyscyplinarność tych badań wskazuje na jego duże znaczenie społeczne. Zainteresowanie to wiąże się m.in. z tym, że współczesny człowiek dysponuje stosunkowo dużą ilością czasu wolnego.

W czasie wolnym upatruje się licznych korzyści dla jednostki, jak i społeczeństwa. Są one jednak uzależnione między innymi od tego, w jaki sposób czas wolny jest zagospodarowany. Człowiek, który dysponuje czasem wolnym ucieka od pustki i nudy, która, według Larsa Svendsena, jest cechą charakterystyczną współczesnej kultury<sup>1</sup>. To, jakimi zajęciami wypełni ten czas, zależy od wzorów kulturowych, tradycji, ale też od polityki kulturalnej i oświatowej. Ludzie mają dużą swobodę w zakresie wyboru sposobu spędzania czasu wolnego. Zanik tradycji, zwyczajów oraz zmniejszenie się kontroli społecznej sprawiło jednak, że czas ten nie zawsze wypełniany jest w sposób rozwojowo pożądanym. Może bowiem pozostać wypełniony nudą. Może też być wypełniony modnymi zajęciami, które nie służą ogólnemu dobrostanowi jednostki.<sup>2</sup> Może wreszcie być wypełniony zajęciami destrukcyjnymi.

W rozdziale tym przedstawię funkcje, jakie może czas wolny pełnić. Opiszę też sposoby zagospodarowania czasu wolnego oraz szanse i zagrożenia, które się z tym wiążą. Zaczę jednak od ustalenia, jak czas wolny jest definiowany.

### 1.1.Czas wolny – analiza definicyjna

Czas wolny i sposoby jego wykorzystania były (i są) przedmiotem wielu analiz naukowych<sup>3</sup>. W ich wyniku dokonano prób klasyfikacji różnorodnych rodzajów aktywności człowieka. Zauważono, że aktywności te mają zwykle charakter powtarzalny i można analizować je w odniesieniu do jakiegoś odcinka czasu, jak i klasyfikować według określonych kryteriów<sup>4</sup>. Takie zestawienie określa się mianem budżetu czasu. Jan Pięta uważa, że „budżet czasu to zestawienie odcinków czasu przewidzianych na realizację różnych czynności

---

<sup>1</sup> Svendsen L., *A Philosophy of Boredom*, Reaktion Books, London 2005, s. 7.

<sup>2</sup> Matysiak-Błaszczak A., Czas wolny dzieci i młodzieży mieszkającej na terenach miejskich, *Studia Edukacyjne*, nr 69, 2023, s. 41-42, <https://pressto.amu.edu.pl/index.php/se/article/view/41641>, dostęp z dnia: 17.08.2024, godz. 14:45.

<sup>3</sup> Badania nad budżetem czasu i czasem wolnym prowadzono z punktu widzenia socjologii (Edmund Wnuk-Lipiński, Jan Danecki), pedagogiki (Aleksander Kamiński, Ryszard Wroczyński) czy też ekonomii (Bohdan Jung, Małgorzata Bombol).

<sup>4</sup> Burlita A., Zarządzanie budżetem czasu jako determinanta rozwoju kapitału ludzkiego, *Studia i Prace Wydziału Nauk Ekonomicznych i Zarządzania*, nr 39, 2015, s. 26, <http://bazekon.icm.edu.pl/bazekon/element/bwmeta1.element.ekon-element-000171375323>, dostęp z dnia: 24.07.2024, godz. 22:25.



życiowych”<sup>5</sup>. Jest to czas, którym człowiek dysponuje i przeznaczają go na realizację poszczególnych czynności.

Badania nad budżetem czasu zostały zapoczątkowane w latach dwudziestych XX wieku, a rozwinęły się po II Wojnie Światowej<sup>6</sup>. Wśród licznych koncepcji klasyfikacji elementarnych składników budżetu czasu warto zwrócić uwagę na propozycję Aleksandra Kamińskiego. Wyróżnił on następujące kategorie budżetu czasu:

1. Praca zawodowa lub podstawowe zatrudnienie.
2. Dodatkowa praca zarobkowa.
3. Dojazd do pracy.
4. Zaspokajanie elementarnych potrzeb organizmu.
5. Obowiązki domowe.
6. Uczelniane kształcenie się pracujących.
7. Czas na wpół wolny.
8. Czas wolny.<sup>7</sup>

Poszczególne kategorie budżetu czasu mogą się różnić w zależności od statusu społecznego. Aleksander Kamiński skupił się na budżecie czasu człowieka dorosłego. Ważnym elementem tego budżetu czasu jest czas wolny. Stanowi on przeciwwagę dla pozostałych kategorii. Niejako pomiędzy czasem wolnym, a pozostałymi składnikami budżetu czasu możemy umieścić czas na wpół wolny. Jest to czas wypełniony zajęciami, które początkowo realizowały podstawowe funkcje przypisywane aktywnościom wolnoczasowym, ale później przeobraziły się w dochodowe i/lub których dobrowolność podejmowania czynności zrównała się z koniecznością lub ustąpiła jej miejsca.

Podczas Międzynarodowej Konferencji Naukowej „Teoria i praktyka badania modeli wykorzystania czasu przez ludność” w 1988 roku zaproponowano, aby w badaniach nad czasem człowieka wyróżnić siedem głównych składników budżetu czasu:

1. Zaspokajanie potrzeb fizjologicznych.
2. Praca zarobkowa.
3. Przejazdy.
4. Wykonywanie prac domowych.
5. Zajęcia poza domem.

---

<sup>5</sup> Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 18.

<sup>6</sup> Kamiński A., *Czas wolny i jego problematyka społeczno-wychowawcza*, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław – Warszawa – Kraków 1965, s. 53.

<sup>7</sup> *Ibid.*, s. 57-74.

6. Nauka (kształcenie i doksztalcanie).
7. Czas wolny.<sup>8</sup>

W podejściu tym nie uwzględniono czasu na wpaół wolnego jako oddzielnej kategorii. Z uwagi na zmiany w specyfice zatrudnienia zrezygnowano z wydzielenia podstawowej i dodatkowej pracy zawodowej, jako dwóch oddzielnych kategorii. W porównaniu z podejściem Aleksandra Kamińskiego, wyodrębniono natomiast nową kategorię, zajęć poza domem, obejmującą różnego rodzaju zakupy, jak i pozostałe zajęcia wykonywane poza domem np. korzystanie z usług służby zdrowia.<sup>9</sup> Obie koncepcje zakładają zgodnie, że w badaniach nad budżetem czasu należy wyodrębniać pewne zakresy, w których będą mieściły się wszystkie czynności podejmowane przez człowieka w ciągu dnia, tygodnia, miesiąca czy też roku (bo w tych przedziałach najczęściej bada się czas).

Zestaw składników budżetu czasu należy odpowiednio zmodyfikować w zależności od badanej zbiorowości. Na strukturę budżetu czasu wpływ mają także ekonomiczne, społeczne, polityczne oraz demograficzne warunki życia człowieka. Dokonując zatem analizy budżetu czasowego, jakim dysponuje młodzież, należy wziąć pod uwagę właściwości tego okresu w życiu człowieka. Niezwykle istotne wydaje się więc sporządzenie listy kategorii budżetu czasu odnoszących się do młodzieży. Do głównych składników budżetu czasu młodzieży należą:

1. Praca i/lub szkoła.
2. Doksztalcanie się.
3. Zajęcia związane z pracą lub nauką.
4. Obowiązki domowe.
5. Zaspokajanie elementarnych potrzeb organizmu.
6. Zajęcia czasu wolnego.

Skrócenie i uproszczenie listy składników budżetu czasu młodzieży umożliwia łatwiejsze przyporządkowanie poszczególnych aktywności do odpowiedniej kategorii. Należy jednak pamiętać, że przeobrażenia współczesnego świata i zmiana stylu życia ludzi, w tym (a może głównie?) ludzi młodych, uniemożliwiają niekiedy jednoznaczne przyporządkowanie danej aktywności do konkretnej kategorii. Dotyczy to także rozstrzygnięć, czy dana czynność jest czynnością wolnoczasową, czy też zupełnie przeciwnie. Klasyczny, dychotomiczny, podział na czas pracy (szkoły) i czas wolny nie znajduje zastosowania w bardzo dynamicznym i płynnym budżecie czasu współczesnych nastolatków. Pomimo tego część badaczy

---

<sup>8</sup> Pięta J., op. cit., s. 19.

<sup>9</sup> Ibid., s. 20.

zdecydowanie opowiada się za wyodrębnianiem poszczególnych kategorii w budżecie czasu, które są adekwatne do badanej rzeczywistości.<sup>10</sup> Szukanie wyraźnych granic pomiędzy nimi, zwłaszcza pomiędzy czasem wolnym, a pozostałymi kategoriami, pozwala na analizy porównawcze, które są podstawą do wyciągania wniosków niezbędnych w planowaniu działań zmierzających do zagospodarowania czasu młodych ludzi.

We wszystkich koncepcjach budżetu czasu, jego podstawowym składnikiem jest czas wolny. Jest to specyficzny fragment czasu, który należy wyróżnić w ogólnej strukturze dnia codziennego. Aby wyodrębnić poszczególne czynności człowieka i przypisać je do wolnoczasowych, należy określić, czym dokładnie jest czas wolny. Pojęcie to jest jednak różnorodnie definiowane<sup>11</sup>, co przysparza wielu kłopotów badaczom podejmującym się prób mierzenia, liczenia i opisywania go. Jednoznaczne sprecyzowanie definicji czasu wolnego jest więc niezbędnym warunkiem prowadzenia badań nad tym odcinkiem czasu.

W literaturze pedagogicznej, zwłaszcza z zakresu pedagogiki społecznej, za punkt wyjścia w badaniach nad czasem wolnym przyjmuje się sposób rozumienia go zaproponowany przez francuskiego socjologa Joffre Dumazediera. Przyjął on, że z czasem wolnym mamy do czynienia wówczas, gdy dana osoba może oddawać się dobrowolnie, poza koniecznymi i obowiązkowymi zajęciami zawodowymi, rodzinnymi lub społecznymi, wypoczynkowi, rozrywce albo rozwojowi swej osobowości<sup>12</sup>. Czas wolny jest to więc czas bez obowiązków, który może być przeznaczony na zajęcia dowolne spełniające określone funkcje.

W podobny sposób, jako składowy element budżetu czasu, definiował czas wolny Aleksander Kamiński. Według niego jest to czas, w którym człowiek jest uwolniony od pracy zawodowej i pracy dodatkowej, od dojazdów do pracy, od zaspokajania elementarnych potrzeb organizmu, w którym nie musi oddawać się obowiązkom domowym i rodzinnym, jest wolny od ewentualnego uczelnianego kształcenia pracujących.<sup>13</sup> Czas wolny jest tu rozpatrywany jako wolność, wolność od czegoś – od pozostałych kategorii wydzielonych w budżecie czasu. Definicja ta odnosi się głównie do osób dorosłych. W badaniach nad młodzieżą kategorię pracy

---

<sup>10</sup> Hanyga-Janczak P., *Czas wolny studentów. Komponenty i zagospodarowanie*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jana Kochanowskiego, Kielce 2011, s. 26.

<sup>11</sup> Zestawienia różnych podejść w sposobie definiowania czasu wolnego podjęła się M. Orłowska i J.J. Błęszyński. Wskazali oni na szereg klasyfikacji definicji czasu wolnego m.in. na klasyfikację Elżbiety Tarkowskiej, Bohdana Junga, Rafała Neski czy też Marii Czerpaniak-Walczak, która wyróżniła trzy kategorie definicji czasu wolnego: strukturalne, funkcjonalne i atrybutywne. Por.: Orłowska M., Błęszyński J.J., *Czas wolny jako środowisko życia. Perspektywa pedagogiczna*, PWN, Warszawa 2016, s. 19-25.

<sup>12</sup> Dumazedier J., *Problemes actuels de la sociologie du loisir*, *Revue international des sciences sociales. Aspects sociologiques du loisir*, XII, nr 4, 1960, s. 564-573.

<sup>13</sup> Kamiński A., *Czas wolny...*, op. cit., s. 69-70.

zawodowej należy zastąpić nauką szkolną, do której jest zobowiązana większość młodych ludzi.

Obie te definicje dokładnie podkreślają czym nie jest czas wolny. O czasie wolnym nie możemy mówić wtedy, kiedy podejmujemy przymusowe czynności zmierzające np. do zaspokojenia podstawowych potrzeb naszego organizmu czy też do zdobycia środków zapewniających nam byt. Czas ten jest wolny od wszelkiego przymusu i zobowiązań. Współcześnie oddzielenie czasu wolnego od innych kategorii wydaje się niezwykle trudne. Granice pomiędzy poszczególnymi czynnościami ulegają zatarciu, lub zmianom, co nie pozwala sklasyfikować jednoznacznie danych czynności i zaliczyć ich do danej kategorii, w tym czasu wolnego. Niezwykle pomocne w badaniach nad czasem wolnym jest analizowanie problemu z punktu widzenia dobrowolności podejmowanych działań. Można założyć, że „im bardziej decyzja zależy od własnej woli, im mniejszy przymus odczuwa człowiek ze strony innych osób, tym bardziej „wolny” jest dany czas”<sup>14</sup>. Im wyższy jest stopień swobody podejmowanych działań w zakresie treści, terminu i form, tym bardziej aktywności te należy uznać za wolnoczasowe. „Dążenie do tego, aby czas był wolny, przejawia się w porządkowaniu, eliminowaniu bądź ograniczaniu tych zajęć i czynności, które są odbierane jako przymusowe.”<sup>15</sup> Łatwo zauważyć tutaj, że czas wolny stoi w swoistej opozycji do czasu zajętego czy też przymusowego. Jednak nie sam czas jest wolny lub zajęty; dobrowolny lub przymusowy, a aktywności, które są przez człowieka w nim podejmowane. Mogą one być podejmowane w wyniku różnorodnych zobowiązań i poczucia obowiązku lub być wyrazem nieskrępowanej i spontanicznej aktywności.

Wielu autorów nie poprzestaje jednak na oddzieleniu zajęć dobrowolnych od przymusowych i stara się sprecyzować, które dokładnie czynności podejmowane z własnej woli będą miały charakter wolnoczasowych. Autorzy ci zwracają uwagę na możliwości wykorzystania czasu wolnego. W taki sposób czas wolny rozumiał Jan Danecki, który postulował jego wydłużenie w celu zaspokojenia potrzeb zarówno jednostki, jak i społeczeństwa. Według niego społecznie niezbędny czas wolny, to czas potrzebny dla regeneracji zużytych sił, uzupełnienia wiedzy ogólnej i zawodowej, życia rodzinnego i wychowania dzieci, realizacji osobistych zainteresowań i potrzeb kulturalnych oraz czynnego udziału w życiu politycznym<sup>16</sup>. Tak rozumiany czas wolny pozwala na rozwijanie osobowości,

---

<sup>14</sup> Dąbrowski Z., Czas wolny dzieci i młodzieży, PZWS, Warszawa 1966, s. 15.

<sup>15</sup> Kosiewicz J., Spór o istnienie czasu wolnego (w:) Ciżkowicz K., Sobczak M., Czas wolny: uwarunkowania społeczno-ekonomiczne i przyrodnicze, WSG, Bydgoszcz 2007, s. 17.

<sup>16</sup> Danecki J., Przedmowa do przekładu polskiego (w.): Gruszyn B., Czas wolny – aktualna problematyka, PWN, Warszawa 1970, s. 7-8.

a także sprzyja społecznej integracji.<sup>17</sup> W taki sposób definiowania czasu wolnego wpisane są korzyści z niego wynikające. Wielu autorów zauważa jednak, że w języku polskim brakuje określenia, które łączyłoby strukturalny i funkcjonalny sposób rozumienia czasu wolnego.

Jak podnosi to Ryszard Winiarski, „w piśmiennictwie zagranicznym rozróżnia się pojęcia czasu wolnego (ang. Free time, fr. Le temps libre, niem. Frei Zeit) i leisure (fr. Loisir, niem. Freizeit)”<sup>18</sup> Pierwsze odnoszą się do kategorii ilościowej, drugie są określeniem zarówno ilości czasu, jak i aktywności w nim podejmowanych. Gianni Toti pisał, że we Francji czas wolny określa się pojęciem „loisir”, a w Anglii „leisure”. Te pojęcia łączą określenie free time - wolny czas, z klasycznym już time for living - czas dla siebie<sup>19</sup>. Brak w języku polskim odpowiednika tego pojęcia powoduje, że czas wolny postrzegany jest często jako wolność od czegoś, a nie jako wolność do czegoś. Terminem, który dopełnia określenie czas wolny o jego treści i funkcje, jest pojęcie „wczasów”. W tym rozumieniu rozpatrywał czas wolny Aleksander Kamiński. Uważał on, że „są to zajęcia i zachowanie się w czasie wolnym od pracy zarobkowej – normalnej i dodatkowej – od zaspokajania potrzeb organizmu, od obowiązków domowych i kształcenia się uczelnianego – podejmowane dobrowolnie dla odpoczynku, zabawy i własnego rozwoju umysłowego, społecznego, artystycznego, technicznego, fizycznego”<sup>20</sup>. Czas wolny należy rozumieć nie tylko jako objęty pewnymi ramami przedział czasowy, ale także jako pedagogicznie wartościową część ludzkiego życia. Pojęcie „wczasy” jest współcześnie archaizmem językowym. Nie przyjęło się ono w tym znaczeniu ani w języku potocznym, ani nawet w dyskursie naukowym.<sup>21</sup>

Podejmując próby zdefiniowania czasu wolnego, należy więc skupić się na ustaleniu, jaka część budżetu czasu człowieka może być zaliczona do czasu wolnego, co jest czynnikiem różnicującym czynności wolnoczasowe od pozostałych aktywności oraz jakie funkcje powinny te czynności spełniać, aby można je było rozpatrywać nie tylko z punktu widzenia ilościowego (jako czasu wyłączanego spod obowiązków), ale także jakościowego (wypełnionego treściami służącymi jednostce i społeczeństwu, w której ona funkcjonuje). Podsumowując te rozważania

---

<sup>17</sup> Kosiewicz J., Spór..., op. cit., s. 18.

<sup>18</sup> Winiarski R., Wprowadzenie do zagadnień rekreacji i czasu wolnego (w:) Winiarski R. (red.), Rekreacja i czas wolny, Oficyna Wydawnicza Łośgraf, Warszawa 2012, s. 15.

<sup>19</sup> Toti G., Czas wolny, Książka i Wiedza, Warszawa 1963, s. 5.

<sup>20</sup> Kamiński A., Czas..., op. cit., s. 88.

<sup>21</sup> Na gruncie pedagogiki pojawiają się liczne koncepcje, w których autorzy proponują uzupełnienie systemu pojęć o takie, które zastąpiłoby pojęcie wczasy nowym, w pełni oddającym współczesny sposób rozumienia czasu wolnego terminem np. kultura czasu wolnego, wypoczynek czy też rekreacja. Por.: Orłowska M., Przymus bezczynności. Studium pedagogiczno-społeczne czasu wolnego bezrobotnych, Wydawnictwo APS, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007, s. 53-54 oraz Winiarski R., Wprowadzenie do zagadnień rekreacji i czasu wolnego (w:) Winiarski R. (red.), Rekreacja i czas wolny, Oficyna Wydawnicza Łośgraf, Warszawa 2012, s. 13.

można powiedzieć, że *czas wolny to czas, który przeznaczony jest na aktywności dobrowolne skierowane na odpoczynek, rozrywkę, a także rozwój osobowości, które podejmowane są przez człowieka z jego własnej woli po wypełnieniu wszelkich obowiązków wynikających zarówno z biologicznej jak i kulturowej jego natury.*

Tak rozumiany czas wolny może pełnić szereg funkcji, które są następstwem tego, jak ten czas jest wypełniony. Przedstawię więc, jakie funkcje czas wolny powinien spełniać w życiu społecznym.

## **1.2.Funkcje czasu wolnego**

Wielu badaczy podejmowało się prób klasyfikacji funkcji czasu wolnego. Większość koncepcji, zwłaszcza tych na gruncie pedagogiki społecznej, skupia się wokół trzech podstawowych funkcji (regeneracyjnej, rozrywkowej i autokreacyjnej)<sup>22</sup>. W wielu ujęciach pojawiają się też inne, które rozszerzają definicje czasu wolnego, a niekiedy wykraczają poza nie. Ta niejednorodność w klasyfikowaniu funkcji czasu wolnego często wynika nie tylko z braku zgody co do tego, czym jest czas wolny, ale też nieporozumień terminologicznych na poziomie definiowania samych funkcji.

Funkcje (od łac. *functio* = działanie<sup>23</sup>), to ogół następstw wywołanych w systemie społecznym przez jakiś jego element<sup>24</sup>. Są to skutki, rezultaty działań określonego systemu zawierające się w samym systemie lub poza nim, bez względu na to, czy były one zamierzone lub pożądane. Funkcja nigdy nie ogranicza się do konkretnego i świadomego celu. Można więc mówić o funkcjach jawnych i ukrytych. „Te pierwsze odnoszą się do tych obiektywnych skutków dla określonej jednostki (osoby, podgrupy, systemu kulturowego czy społecznego), które się przyczyniają do jej adaptacji i korygowania, a które zostały w tym celu pomyślane. Te drugie odnoszą się do tego samego typu skutków, ale nie zamierzonych i nie dostrzeganych”<sup>25</sup>. Bardzo ważne jest tu rozróżnienie funkcji i motywów. Według Roberta K. Mertona często dochodzi do mylenia subiektywnych kategorii motywacji, z obiektywnymi kategoriami funkcji. Stwierdził on, że „konceptje dyspozycji subiektywnych są często niesłusznie mieszane z pokrewnymi, ale odrębnymi konceptjami obiektywnych konsekwencji

---

<sup>22</sup> Orłowska M., Przymus bezczynności. Studium pedagogiczno-społeczne czasu wolnego bezrobotnych, Wydawnictwo APS. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007, s. 63.

<sup>23</sup> Okarmus J., Tytuła M., Słownik wyrazów obcych, PWN, Warszawa – Bielsko-Biała 2010, s. 79.

<sup>24</sup> Pacholski M., Słaboń A., Słownik pojęć socjologicznych, Wydawnictwo Akademii Ekonomicznej w Krakowie, Kraków 2001, s. 52.

<sup>25</sup> Merton K.R., Teoria socjologiczna i struktura społeczna, PWN, Warszawa 2002, s. 133.

postaw, przekonań i zachowań<sup>26</sup>. Skutki wynikające z posiadania czasu wolnego mogą więc wykraczać poza cele stawiane sobie przez jednostkę i grupę. Mogą wykraczać poza cele formułowane na podstawie motywów wynikających z potrzeb osoby lub osób dysponujących czasem wolnym.

Czas wolny, podobnie jak każdy inny standaryzowany, czyli uwzorowany i powtarzalny, zbiór danych socjologicznych może być poddany analizie funkcjonalnej.<sup>27</sup> Nie wszystkie elementy występujące w systemie są jednak wobec niego funkcjonalne. Oznacza to, że niektóre rezultaty będą pomniejszały adaptację i modyfikację systemu. Tym samym można wyprowadzić rozróżnienie na funkcje (nazywane w tym kontekście także eufunkcjami) i dysfunkcje.<sup>28</sup> Co więcej, nawet jeśli jakiś element jest dysfunkcyjny dla pewnej części systemu, to nie musi taki być dla systemu jako całości. Czas wolny może być funkcjonalny dla pewnych ludzi czy grup, a dysfunkcyjny dla innych. Prowadzi to jednak do określonego wniosku, że każdy składnik kultury, w tym czas wolny, pełni jakąś funkcję w ramach całego systemu kulturowego. Warto się więc przyjrzeć, jakie funkcje przypisywane są w literaturze przedmiotu czasowi wolnemu.

Mieczysław Walczak stwierdził, że nie podlega wątpliwości, że brak czasu wolnego ma silny i ujemny wpływ na zdrowie, osiągnięcia osobiste, stosunek do ludzi, zadowolenie z siebie i ze świata.<sup>29</sup> Co ciekawe, podobny wpływ na człowieka może mieć jednak czas, który jest wolny od wszelkich obowiązków, ale nie jest wypełniony we właściwy sposób, czyli w taki, który służyłby interesowi jednostki lub społeczeństwa. Samo posiadanie czasu wolnego (dysponowanie jego określoną ilością) nie determinuje jeszcze realizacji jego funkcji. Czas wolny (jego posiadanie) stwarza jedynie możliwości, które należy odpowiednio wykorzystać.

Jak trafnie zauważył Zygmunt Dąbrowski, to w czasie wolnym człowiek może kształtować swój pozytywny stosunek do świata, uspołeczniać się oraz czynnie angażować się w przekształcanie swego środowiska na lepsze.<sup>30</sup> To właśnie chętnie i spontanicznie zaspokajanie swoich potrzeb, a nie spełnianie nakazanych obowiązków, może wpływać pozytywnie na stosunek do siebie, innych ludzi i świata.

---

<sup>26</sup> Ibid., s. 121.

<sup>27</sup> Merton K.R., *Teoria socjologiczna i struktura społeczna*, PWN, Warszawa 2002, s. 121; Do standaryzowanych danych socjologicznych należą: role społeczne, wzory instytucjonalne, procesy społeczne, wzory kultury, uczucia wzorowane kulturowo, normy społeczne, organizacje grupowe, środki służące kontroli społecznej itd.

<sup>28</sup> Merton K.R., op. cit., s. 121.

<sup>29</sup> Walczak M., *Wychowanie do wolnego czasu*, WSP, Zielona Góra 1994, s. 9.

<sup>30</sup> Dąbrowski Z., op. cit., s. 14.

Dąbrowski funkcje czasu wolnego sprowadził do wypoczynku, rozrywki, rozwoju zainteresowań i uzdolnień oraz poszukiwania własnego miejsca w społeczeństwie.<sup>31</sup> Trzy pierwsze funkcje odnoszą się głównie do potrzeb jednostki, a czwarta jest bezpośrednią realizacją celów zarówno jednostki, jak i społeczeństwa, ponieważ jednostka czyni wysiłki w imię dobra własnego oraz społecznego.

Według Dąbrowskiego „najbardziej oczywistą funkcją wolnego czasu jest i pozostanie, regeneracja sił fizycznych i psychicznych organizmu, czyli wypoczynek”<sup>32</sup>. Wypoczynek jest podstawowym elementem cyklu życiowego człowieka (wysiłek, zmęczenie, wypoczynek). Odgrywa on szczególną rolę w życiu młodych ludzi, którzy szybko tracą równowagę organizmu. Czas przeznaczony na wypoczynek pomaga szybko tę równowagę odzyskać. O ile wypoczynek w koncepcji Dąbrowskiego ma za zadanie niwelować zmęczenie, to zaspokojenie potrzeb rozrywki jest skierowane na znużenie. „Rozrywka powinna spełniać pragnienia niezaspokojone przy wykonywaniu obowiązków”<sup>33</sup>. Aby umożliwić rozwój nowych dążeń i uzdolnień człowieka, rozrywka i obowiązki powinny się harmonijnie uzupełniać. Trzecia funkcja, jaką jest rozwój zainteresowań i uzdolnień, powinna zmierzać do zaspokojenia potrzeb poznania, do kształtowania i doskonalenia otoczenia, wzmacniania wrażeń artystycznych lub realizacji potrzeby twórczości artystycznej<sup>34</sup>. Wszechstronny rozwój człowieka pomaga mu w realizacji kolejnej, ostatniej już funkcji, jaką jest poszukiwanie własnego miejsca w społeczeństwie. Czas wolny pozwala na kształtowanie stosunków międzyludzkich w taki sposób, aby umożliwić włączenie jednostek do organizmu społecznego. Rysuje się tutaj zależność między umiejętnością sensownego i przyjemnego zagospodarowania czasu wolnego, a socjalizacją. Właściwie wypełniony czas wolny, głównie młodych ludzi, może pełnić więc niezwykle istotną funkcję z punktu widzenia grupy, której jednostka staje się częścią.

W podobny sposób funkcje czasu wolnego widział Aleksander Kamiński. Wyróżnił on trzy podstawowe funkcje: odpoczynek, zabawę, zajęcia rozwijające (samokształcenie i doksztalcanie się, prace społeczne, aktywność amatorska). Uważa on, że te funkcje stanowią nierozzerwalną całość, wzajemnie się przenikają i nie należy przyporządkowywać im jednoznacznie poszczególnych aktywności człowieka. „Byłoby powierzchowne i niezgodne z doświadczeniem wyróżnianie odrębnych czynności odpoczynku, zabawy i pracy nad sobą (np. spacer to odpoczynek, jazda na łyżwach to zabawa, amatorskie zainteresowania astronomią to

---

<sup>31</sup> Ibid., s. 16.

<sup>32</sup> Ibid., s. 18.

<sup>33</sup> Ibid., s. 20.

<sup>34</sup> Ibid., s. 23.



praca nad sobą)<sup>35</sup>. Wszystkie trzy funkcje mogą być realizowane przez te same aktywności wolnoczasowe. O realizacji danej funkcji poprzez określoną aktywność decyduje specyfika grupy i jednostki czynność tę wykonującą lub okoliczności, w których ta czynność jest podejmowana. Elementy wypoczynku, zabawy i pracy nad sobą znajdują się w prawie każdej czynności wolnoczasowej. Występują one jednak z różnym natężeniem i zwykle jedna z nich dominuje.

Odpoczynek w koncepcji Aleksandra Kamińskiego, to odreagowanie zarówno zmęczenia jak i znużenia; odbudowanie sił psychicznych i fizycznych, które w toku wypełniania obowiązków zostały utracone. Odpoczynek dzienny (nocny, czyli sen, nie zalicza się do czynności czasu wolnego) ma na celu przywrócenie równowagi biopsychicznej człowieka oraz odbudowanie chęci do szeroko rozumianej aktywności. Jest to swoiste prawo do lenistwa. „Ten rodzaj „tracenia czasu” w świetle higieny psychicznej jest czymś w rodzaju zabiegu samoleczniczego dla człowieka nowoczesnej pracy i nowoczesnych warunków życia. Jedni potrzebują go więcej, inni mniej, ale potrzebuje go każdy”<sup>36</sup>. Mimo upływu pięciu dekad słowa te wydają się być niezmiernie trafną diagnozą potrzeb człowieka żyjącego u progu trzeciego tysiąclecia. Wymiar i rodzaj odpoczynku jest jednak uwarunkowany licznymi zmiennymi, z których wiek, zawód, płeć czy przyjęte wzory spędzania czasu wolnego wydają się najważniejsze.

Kamiński wyróżnił także zabawę jako główną funkcję czasu wolnego. Zabawa to odpoczynek czynny, czyli przeciwieństwo odpoczynku biernego, który wymaga spokoju, ciszy i izolacji. Zabawa opiera się o wyobraźnię, nowe wrażenia, zmienność, ryzyko, hazard i współzawodnictwo.<sup>37</sup> Zabawa charakteryzuje się ciekawością świata i ludzi. Tak rozumiana zabawa jest realizowana poprzez aktywności rozrywkowe i oparte o elementy gry. Zabawowa funkcja czasu wolnego w koncepcji Aleksandra Kamińskiego jest bardzo zbliżona do rozrywkowej w ujęciu Zygmunta Dąbrowskiego. Wypoczynek czynny u Aleksandra Kamińskiego obejmuje swym zasięgiem różne postacie ekspresji oraz gry obwarowane regułami, które wyrażają się w czynnościach realnych, bądź fikcyjnych.<sup>38</sup> Wynika z tego, że każda rozrywka w tym ujęciu jest zabawą, ale nie każda zabawa jest rozrywką (np. w grach sportowych, w których współzawodnictwo i współdziałanie dominuje nad rozrywką).

---

<sup>35</sup> Kamiński A., *Czas...*, op. cit., s. 80-81.

<sup>36</sup> Ibid., s. 101.

<sup>37</sup> Ibid., s. 111.

<sup>38</sup> Orłowska M., *Przymus...*, op. cit., s. 63.

Trzecia funkcja czasu wolnego skierowana jest na zajęcia rozwijające i oznacza doskonalenie w jakiejś dziedzinie kultury duchowej lub materialnej, w poczynaniach społecznych, w kulturze fizycznej.<sup>39</sup> Zajęcia rozwijające stanowią szansę chwilowej ucieczki od codzienności. „Stanowią przeciwwagę wielu rozleniwiających umysł płodów kultury masowej, uczą indywidualnego i samodzielnego opanowania określonej wiedzy, umiejętności i sprawności, stają się domeną osobistego życia aktywnego w różnych dziedzinach kultury”<sup>40</sup>. Zajęcia rozwijające upowszechniają kulturę i wpływają na jej kształt. Są szansą na podjęcie pracy nad sobą, na doskonalenia się i znalezienie własnej drogi w świecie, który proponuje łatwe i mało konstruktywne sposoby spędzania czasu wolnego.

W tych trzech funkcjach zawiera się także element rozwijania kontaktów interpersonalnych, współistnienia w społeczeństwie i socjalizacji młodego pokolenia. „Jakkolwiek A. Kamiński nie wyróżnia z nazwy funkcji społecznej czasu wolnego, to jednak zarówno w działalności, jak i w swoich pracach pedagogicznych jednoznacznie określił społeczną służbę swej Ojczyźnie”<sup>41</sup>. Jest to dopełnienie poprzednich funkcji o społeczne walory, jakie niesie za sobą posiadanie przez ludzi czasu wolnego. To właśnie w czasie wolnym wielu młodych ludzi podejmuje aktywności, które pomagają im odnaleźć swoje miejsce w społeczeństwie.

Klasyfikacje funkcji czasu wolnego zaproponowane przez Aleksandra Kamińskiego i Zygmunta Dąbrowskiego stanowiły źródło inspiracji i punkt wyjścia dla wielu późniejszych analiz tego zagadnienia. Różni autorzy, w zależności od rodzaju badań i dyscypliny przez nich reprezentowanej, wyodrębniali istotne z ich punktu widzenia funkcje czasu wolnego.

Małgorzata Bombol wskazała na sześć funkcji czasu wolnego. Są to funkcje:

1. „Wypoczynkowe, obejmujące czynności i zajęcia dające odprężenie, wypoczynek, relaks zarówno fizyczny jak i psychiczny – rekreacja, zabawa, sen, odpoczynek bierny.
2. Kulturalne, polegające na tworzeniu lub przyswajaniu sobie wartości kulturowych, kontakcie z twórcami kultury materialnej i duchowej.
3. Integracyjne, zaspokajające potrzeby przynależności, osiągnięć, uznania, spajające rodzinę, grupę towarzyską lub rówieśniczą.
4. Wychowawcza, polegające na przyswajaniu sobie bądź wpajaniu innym zasad współżycia i zachowania – wspólne zabawy, wycieczki, imprezy, spotkania.

---

<sup>39</sup> Kamiński A., Czas..., op. cit., s. 135.

<sup>40</sup> Ibid., s. 147.

<sup>41</sup> Denek K., Ku dobrej edukacji, Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit” S.C., Toruń 2005, s. 111-112.

5. Oświatowe, polegające na poszerzaniu swojej wiedzy, zdobywaniu nowych doświadczeń, doksztalcaniu się, doskonaleniu intelektu.
6. Kompensacyjne, polegające na możliwości wyżycia się w innej sferze niż praca zawodowa, dowartościowania się w innych układach życiowych, sprawdzenia w innych sferach aktywności niż życie codzienne.”<sup>42</sup>

Obok przytaczanych już wcześniej funkcji skupionych wokół zabawy, odpoczynku, pracy nad sobą i uspołecznieniu, pojawiła się kompensacja jako ucieczka od codzienności wypełnionej pracą. Z punktu widzenia ekonomii, w tym rozwoju społeczno-gospodarczego, czas wolny jest nierozdzielnie związany z czasem pracy, a badania nad czasem wolnym, w tym nad jego funkcjami, poszukują odpowiedzi na pytanie o miejsce i rangę kategorii czasu wolnego w procesach rozwoju gospodarczego.

Na podobne funkcje zwracał uwagę Edmund Wnuk-Lipiński, który wyróżnił: edukacyjną, wychowawczą, integracyjną, rekreacyjną, kulturalną oraz kompensacyjną funkcję czasu wolnego<sup>43</sup>. Wyraźnie rysuje się tu aspekt pedagogiczny (rozwój i kształtowanie osobowości), socjologiczny (poszukiwanie własnego miejsca w społeczeństwie) oraz ekonomiczny (regeneracja sił fizycznych i psychicznych potrzebnych do pełnienia ról społecznych, w tym zawodowych).

Krzysztof Kwilecki zauważył, że czas wolny dorosłych pełni inne funkcje, niż czas wolny dzieci i młodzieży. W przypadku dorosłych mniejsze znaczenie mają funkcje wychowawcze, poznawcze, edukacyjne i socjalizujące<sup>44</sup>. Czas wolny dzieci ma służyć rozwojowi zainteresowań, pomagać we wchodzeniu w różnorodne role społeczne oraz umożliwiać wchodzenie w bogate relacje interpersonalne. Funkcja regeneracyjna ma więc większe znaczenie dla dorosłych. Nie znaczy to jednak, że podstawowa funkcja czasu wolnego, jaką jest wypoczynek, nie ma w tym wieku znaczenia. Według Mieczysława Walczaka „cechą właściwą dzieci i młodzieży jest naturalna szybka regeneracja sił i równie szybki powrót do równowagi fizycznej, chemicznej i psychicznej. Dzieci rzadko korzystają z wypoczynku biernego; najlepszą formą ich wypoczynku jest wypoczynek czynny, polegający na tym, że dziecko może oddać się swym ulubionym zajęciom, angażując w nich siły fizyczne i umysłowe”<sup>45</sup>. Dzieci i młodzież także potrzebują regeneracji utraconych sił fizycznych i psychicznych, jednak funkcja ta jest realizowana w inny sposób.

---

<sup>42</sup> Bombol M., Czas wolny jako kategoria diagnostyczna procesów rozwoju społeczno-gospodarczego, Szkoła Główna Handlowa w Warszawie, Warszawa 2008, s. 32.

<sup>43</sup> Wnuk-Lipiński E., Praca i wypoczynek w budżecie czasu, PWN, Warszawa 1982, s. 53.

<sup>44</sup> Kwilecki K., Rozważania o czasie wolnym. Wybrane zagadnienia, GWSH, Katowice 2011, s. 13.

<sup>45</sup> Walczak M., Wychowanie do wolnego czasu, WSP, Zielona Góra 1994, s. 11.

Na podobne aspekty czasu wolnego zwróciła uwagę także Bożena Matyjas. Funkcje czasu wolnego sprowadziła to trzech głównych grup: odpoczynku i rekreacji; zabawy i rozrywki oraz zbiorowego spędzania czasu<sup>46</sup>. Pierwsza zmierza do odnowienia sił fizycznych i psychicznych. Druga to nie tylko wypoczynek i rekreacja, ale też praca nad sobą, rozwój osobowości. Trzecia funkcja wreszcie jest podłożem do uspołecznienia człowieka. Łatwo zauważyć, że badaczka przypisuje czasowi wolnemu podobne, jak wcześniej wspomniani autorzy, skutki. Zamieszcza je jednak w innych ramach i proponuje inną terminologię.

Określenie jednak czy i jakie funkcje realizowane są w czasie wolnym, nie jest sprawą łatwą i oczywistą. Niemal każdej funkcji czasu wolnego może odpowiadać bowiem kilka różnych form aktywności. „Forma jest determinowana przez treści, w ten sposób wyznaczając funkcje.”<sup>47</sup> Do zajęć, które służą pracy nad sobą można zaliczyć codzienne treningi sportowe, czytanie książek czy też oglądanie filmów w telewizji. Samo oglądanie filmów w telewizji może z kolei być rozrywką, odpoczynkiem lub szansą na poznanie różnych kultur lub też okazją do przemysłów egzystencjalnych.

Przytoczone tutaj podziały funkcji czasu wolnego nie wyczerpują oczywiście tematu, zarówno z punktu widzenia socjologii i ekonomii, jak też pedagogiki. Przybliżenie jednak tych kilku koncepcji pozwala na wyciągnięcie wniosku, że w wielu ujęciach trzy funkcje stanowią trzon opisywanego problemu. U różnych autorów kryją się one pod różnymi nazwami. Są to: odpoczynek, rozrywka, praca nad sobą. Klasyczną triadę można jednak uzupełnić o czwartą funkcję: socjalizacyjną. Wyróżnienie uspołeczniającej funkcji czasu wolnego jest niezmiernie istotne zwłaszcza z punktu widzenia badań nad młodzieżą.

Analiza różnych klasyfikacji funkcji czasu wolnego prowadzi do wniosku, że zawierają się w nich zarówno funkcje w stosunku do jednostki, jak i funkcje ogólne. Pierwsze wynikają z tego, że ludzie w swoim czasie wolnym mogą zaspokoić ważne potrzeby np. podmiotowości, afiliacji, samostanowienia, regeneracji, odpoczynku, rozrywki, relaksu, niezależności, czy też braku przymusu. Zgodnie z tym założeniem człowiek podejmuje jakąś aktywność w czasie wolnym, aby np. odpocząć lub się zrelaksować. Drugie są następstwem tego, jak czas wolny jest wypełniany. Mają one charakter jedynie funkcji potencjalnych. Mogą one być zamierzone lub niezamierzone. Otóż wskazywane przez większość autorów funkcje mają charakter funkcji potencjalnych - zamierzonych. Czas wolny mogą jednak wypełniać aktywności destruktywne, które wykraczają poza „wczasowanie”. Mogą być wtedy realizowane funkcje niezamierzone –

---

<sup>46</sup> Matyjas B., Czas wolny (w:), Ablewicz K., i in., Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku, Żak, Warszawa 2003, s. 561.

<sup>47</sup> Truszkowska-Wojtkowiak M., Fenomen czasu wolnego, Harmonia Universalis, Gdańsk 2012, s. 120.

niepożądane. Czas wolny należy więc analizować nie tylko od strony funkcjonalnej, ale też rzeczowej. Badacza powinno więc interesować także to, jakie aktywności wypełniają czas wolny.

### **1.3.Sport jako forma zagospodarowania czasu wolnego**

Powiększająca się ilość czasu wolnego, jaką dysponują współcześni ludzie, w tym także młodzież, powinna służyć interesowi jednostki dysponującej czasem wolnym, jak też społeczeństwu, której jednostka jest członkiem. Wbrew nadziejom XIX-wiecznych aktywistów walczących o prawa pracownicze i XX-wiecznych pedagogów i socjologów, narastanie ilości czasu wolnego nie przełożyło się w oczekiwanim stopniu na korzyści, które były zakładane jako naturalna konsekwencja zmian w budźecie czasu człowieka. Funkcje przypisywane czasowi wolnemu nie mają charakteru obligatoryjnego, a jedynie potencjalny. To, które z nich są realizowane i w jakim stopniu, jest uzależnione do treści wypełniających czas wolny.

Aktywność w czasie wolnym jest uzależniona od wielu czynników (np. wieku, płci, wykształcenia, warunków ekonomicznych, środowiska społecznego) i, według Kazimierza Czajkowskiego, może przybierać formę zespołową, indywidualną lub masową<sup>48</sup>. Podobnie jak Czajkowski, także Krzysztof Przeclawski stwierdził, że zachowania w czasie wolnym można podzielić na indywidualne i grupowe.<sup>49</sup> O indywidualnych sposobach spędzania czasu wolnego mówimy wtedy, gdy młody człowiek ogląda telewizję, korzysta z Internetu w poszukiwaniu informacji lub biega rekreacyjnie po leśnych ścieżkach. Kiedy czas wolny spędzany jest wraz z innymi ludźmi, mówimy o grupowej formie jego organizacji. Takie rozróżnienie jest szczególnie istotne w badaniach nad młodzieżą, ponieważ wiele zachowań młodzieży w czasie wolnym realizowane jest w grupach, zwłaszcza w nieformalnych grupach rówieśniczych, w które młodzi ludzie łączą się na zasadzie akceptowania, acz niekoniecznie uświadomionego, danego systemu wartości manifestującego się wyraźnie właśnie w zachowaniach w czasie wolnym.<sup>50</sup> Można więc powiedzieć, że młodzież w czasie wolnym przyjmuje pewne wzory jego spędzania.

Wzór można rozumieć jako wyraz regularności ludzkiego zachowania, stanowiący powtarzalną strukturę tego zachowania.<sup>51</sup> Jest to system rozpowszechnionych w obrębie jakiejś grupy utrwalonych sposobów zachowania się jednostki lub grupy. Według Ewy Nowickiej to

---

<sup>48</sup> Czajkowski K., *Pozaszkolna praca opiekuńczo-wychowawcza*, WZ CRZZ, Warszawa 1970, s. 35.

<sup>49</sup> Przeclawski K. (red.), *Czas wolny dzieci i młodzieży w Polsce*, WSiP, Warszawa 1978, s. 53-54.

<sup>50</sup> *Ibid.*, s. 56.

<sup>51</sup> Kłoskowska A., *Z historii i socjologii kultury*, PWN, Warszawa 1969, s. 422.

nie tylko sposób zachowania, ale też myślenia. Może on być mniej lub bardziej ustalony.<sup>52</sup> Florian Znaniecki stwierdził, że „na wzór postępowania, który grupa narzuca swym członkom, składa się całokształt obyczajów tej grupy”<sup>53</sup>. Obyczaje te nie są jednak stałe i ulegają przekształceniom. „W każdym społeczeństwie złożonym z wielu grup charakteryzujących się specyficznością subkultur można zaobserwować współzawodnictwo różnych wzorów manifestujących się w tej samej dziedzinie zachowania. Wzory ulegają też zmianom w czasie, w związku ze zmianami innych elementów społecznej rzeczywistości, np. zmianą dynamiki i układu stosunków społecznych, w rezultacie ekonomicznych przeobrażeń będących skutkiem technicznego rozwoju lub cykliów koniunkturalnych itp.”<sup>54</sup> Wzory zachowań w czasie wolnym będą ulegały zmianom w podobny sposób jak zmieniają się grupy narzucające te wzory i rzeczywistość społeczna, w której grupy funkcjonują.

Wzory zachowań w czasie wolnym młodzieży wyznaczone są głównie przez nieformalną grupę rówieśniczą, rodzinę, szkołę oraz środowisko lokalne wraz z całą infrastrukturą wolnoczasową. Mając na uwadze funkcje, które są przypisywane czasowi wolnemu, należy położyć szczególny nacisk na oferowanie młodym ludziom takich form spędzania czasu wolnego, które będą służyły ich życiowej pomyślności. Środowiska wychowawcze powinny oferować młodzieży takie formy aktywności, które pozwolą jej zregenerować siły fizyczne i psychiczne, wzbogacą jej osobowość oraz wpłyną na jej uspołecznienie.

Podobnego zdania jest Dzierżymir Jankowski, który jednak twierdzi, że wielu ludzi nie zdaje sobie sprawy ze znaczenia czasu wolnego i nie wypełnia go zajęciami, które są dla nich korzystne: rozwijającą zabawą, rozrywką, czynną regeneracją sił psychofizycznych, twórczością, czy też zajęciami opartymi o zespołowe działanie.<sup>55</sup> Aby sprawdzić, czy aktywność podejmowana w czasie wolnym przybiera pedagogicznie pożądane formy, analizuje się ilość czasu wolnego poświęcanego na poszczególne czynności, ich strukturę i motywy wyborów osób dysponujących czasem wolnym.

Jak już wcześniej zostało wspomniane, dysponowanie większą ilością wolnego czasu nie wpływa w zadowalającym stopniu na zwiększenie aktywności społeczeństw i wszechstronny rozwój ich członków. Ludzie nie radzą sobie z wolnością, którą otrzymali. Podejmują aktywności łatwe, nie wymagające wysiłku ani fizycznego, ani psychicznego, często

---

<sup>52</sup> Nowicka E., Świat człowieka – świat kultury, PWN, Warszawa 2009, s. 62.

<sup>53</sup> Znaniecki F., Socjologia wychowania, PWN, Warszawa 2001, s. 250.

<sup>54</sup> Kłoskowska A., Z historii..., op. cit., s. 423.

<sup>55</sup> Jankowski D., Pedagogika kultury. Studia i koncepcja, Impuls, Kraków 2010, s. 166-167.

popadają w marazm i apatię. „W szczególności kultura masowa, podawana najszerszym kręgom odbiorców za pomocą środków masowego przekazu, skłania do pasywnego odbioru oferowanych przez nią rozrywek”<sup>56</sup>. Jednak nie rodzaj czynności wolnoczasowej należy rozpatrywać jako aktywną lub bierną, a tym samym jako wartościową lub nie, a raczej sposób ich realizacji. Czasami oglądanie telewizji może być polem większego rozwoju jednostki, niż udział w kursie językowym. Świadomy i celowy wybór filmu może ułatwić realizację nie tylko funkcji odpoczynku i zabawy, ale też pracy nad sobą, z kolei udział w zajęciach językowych w czasie, kiedy jest się zmęczonym i trudno o skupienie, może powodować skutki odwrotne, niż te, które się zwykle zakłada w przypadku aktywności wolnoczasowych. Łatwo więc zauważyć, jakie trudności następuje klasyfikowanie zachowań wolnoczasowych młodzieży według kryterium funkcji. Z tego też względu warto więc dokonać analizy czynności wolnoczasowych z punktu widzenia rodzajów czynności. Tak opracowana typologia rzeczowa jest zazwyczaj stosowana w badaniach empirycznych.

Aleksander Kamiński wyróżnił 11 grup czynności wolnoczasowych, które przedstawiają społecznie aprobowane formy. Są to: turystyka; sport; środki masowego przekazu; teatry i filharmonie, wystawy i muzea; samokształcenie; amatorstwo artystyczne; majsterkowanie i amatorstwo techniczne; hodowla amatorska; zabawy i kontakty towarzyskie; kolekcjonerstwo; aktywność społeczna.<sup>57</sup> Jest to klasyfikacja opierająca się o podział rzeczowy przeprowadzony na podstawie jednoznacznych zachowań młodzieży w czasie wolnym.

Kategorie zaproponowane przez Aleksandra Kamińskiego zaktualizował i doprecyzował Jan Pięta. Podzielił je na trzy podgrupy. Na pierwszą podgrupę składają się najczęściej praktykowane formy spędzania czasu wolnego. Według Pięty jest to turystyka, sport i środki masowego przekazu<sup>58</sup>. Wydaje się, że w przypadku badań nad czasem wolnym młodzieży należałoby w tej kategorii umieścić także zabawy i kontakty towarzyskie. Pięta jednak stwierdził, że „niektórzy badacze traktują je niezbyt życzliwie, bowiem tu najłatwiej o zabawę na manowcach”<sup>59</sup>. Nie każda zabawa będzie pełniła funkcje przypisywane (zamierzone) czasowi wolnemu, a co za tym idzie nie każda zabawa będzie aktywnością wczasową. Pięta, za Aleksandrem Kamińskim, rozumiał zabawę jako aktywność wolnoczasową stosunkowo wąsko. Z tego też powodu autor uznał tę kategorię za formę spędzania czasu wolnego o ograniczonej popularności. Niemniej jednak zabawy i kontakty

---

<sup>56</sup> Kamiński A., *Czas...*, op. cit., s. 208.

<sup>57</sup> Ibid., s. 149-199.

<sup>58</sup> Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, ALMAMER WSE, Warszawa 2008, s. 81.

<sup>59</sup> Ibid., s. 120.

towarzyskie należą do często praktykowanych form spędzania czasu wolnego. Będąc w pełni świadomym istnienia destruktywnych form niektórych kontaktów towarzyskich, należy zwrócić uwagę na ich znaczenie dla stosunków interpersonalnych, procesów grupotwórczych oraz socjalizacji.

Do form spędzania czasu wolnego o ograniczonej popularności zaliczył: samokształcenie; amatorstwo artystyczne; majsterkowanie i amatorstwo techniczne; hodowlę amatorską; zabawy i kontakty towarzyskie; kolekcjonerstwo oraz aktywność społeczną.<sup>60</sup> Z uwagi na zmiany w strukturze czasu wolnego i zachowaniach ludzi niezbędne jest zmodyfikowanie tej podgrupy, by odpowiadała współczesnym realiom.

Zarówno Jan Pięta, jak i Aleksander Kamiński, nie zdecydowali się na wprowadzenie oddzielnej, szerszej kategorii, jaką jest hobby. Ten drugi uważał, że „pojęcie to jest używane w sensie bardzo szerokim (...) ta właśnie nadmierna obszerność pojęcia hobby czyni je nieużytecznym”<sup>61</sup>. Czym jednak jest hobby? „Angielskie hobby znaczy tyle, co konik. Hobby jako dominująca pasja jest w gruncie rzeczy takim właśnie konikiem umysłowym, który galopuje i bryka sobie swobodnie po kwiecistych łąkach naszego ducha”<sup>62</sup>. Współcześnie, z uwagi na dużą różnorodność zainteresowań dzieci i młodzieży, to właśnie hobby wydaje się być tą kategorią, do której można zaliczyć: kolekcjonerstwo; majsterkowanie i amatorstwo techniczne; hodowlę amatorską i amatorstwo artystyczne, a także nowe zainteresowania, które nie mieściły się w żadnej z dotychczasowych kategorii jak np. spędzanie czasu przed komputerem i przeglądanie stron internetowych.

Ostatnią, trzecią, grupę tworzą instytucje kulturalne jako współczesna forma pożytecznego zagospodarowania wolnego czasu (teatry, filharmonie, wystawy i muzea).<sup>63</sup> Pięta pisał, że „instytucje kulturalne o ograniczonej popularności nie należą do kultury masowej, zaspokajają potrzeby kulturalne wyselekcjonowanego kręgu odbiorców udostępniając dzieła sztuki”<sup>64</sup>. Jest to grupa zachowań wolnoczasowych, która ma pozytywny wpływ na jakość życia jednostek i grup ludzi, jednak ze względu na swoją specyficzną formę obejmuje stosunkowo małe grono odbiorców.

Zarówno w koncepcji Kamińskiego, jak i Pięty, sport jest wskazywany jako podstawowa forma spędzania czasu wolnego. Jako aktywność wolnoczasowa jest podejmowany przez młodych ludzi dobrowolnie, może z powodzeniem realizować funkcje

---

<sup>60</sup> Ibid., s. 112.

<sup>61</sup> Kamiński A., *Czas...*, op. cit., s. 195.

<sup>62</sup> Toti G., op. cit., s. 280.

<sup>63</sup> Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, ALMAMER WSE, Warszawa 2008, s. 103.

<sup>64</sup> Ibid.



odpoczynku, zabawy i pracy nad sobą. Służy także rozwojowi kontaktów społecznych. Może więc realizować wszystkie funkcje przypisywane aktywnościom czasu wolnego. Musi tylko być proponowany młodemu ludziom w takiej formie, aby był chętnie podejmowany i wypełniał pewną niszę kulturową w zakresie sposobów zagospodarowania czasu wolnego.

Sport pojawia się jako główny sposób spędzania czasu wolnego także w wielu innych jego klasyfikacjach. Ryszard Wroczyński wymienił osiem grup aktywności wolnoczasowych, a pierwszą zarezerwował właśnie dla sportu (pozostałe to: turystyka, uczestnictwo w imprezach artystycznych, środki masowego przekazu, formy aktywności intelektualnej, zajęcia techniczne, społeczna i towarzyska, inne formy aktywności).<sup>65</sup> Dla Wroczyńskiego niezmiernie istotne było kształtowanie nawyków ruchowych już od najmłodszych lat. Podobnego zdania jest Leo B. Hendry, który zauważył, że choć często mówi się o „urodzonych sportowcach”, to do sportu należy socjalizować.<sup>66</sup> Ważne jest też oferowanie jak najszerszych możliwości w tym zakresie, aby odpowiadać na potrzeby wszystkich grup wiekowych. Tylko bogata oferta może zatrzymać przy sporcie ludzi na długie lata, nawet wtedy, gdy zmieniają się ich potrzeby i możliwości fizyczne.

Na zajęcia sportowe wskazywał też w swojej koncepcji Krzysztof Przeclawski, który sport zawodniczy i amatorski widział jako jeden z dziewięciu głównych wzorów spędzania czasu wolnego.<sup>67</sup> Taka forma aktywności wymaga jednak od młodych ludzi aktywnej postawy, dobrze rozwiniętych zainteresowań, a także bogatej infrastruktury, która stanowi główny i niezbędny warunek tego rodzaju aktywności. Rozwój tej infrastruktury leży w najlepszym interesie państwa, ponieważ aktywność sportowa wzmacnia tężyznę fizyczną, podnosi zdrowotność społeczeństwa, umożliwia samorealizację, socjalizację oraz dostosowanie się do środowiska.<sup>68</sup> Wykorzystanie jednak tej infrastruktury wiąże się często w kosztami. Potwierdzają to badania przeprowadzone przez Małgorzatę Orłowską. Wykazała ona, że w budżecie czasu osób bezrobotnych życie towarzyskie, rekreacja, hobby i właśnie sport znajdują się na marginesie.<sup>69</sup> Niektóre sporty można jednak uprawiać nie ponosząc wysokich kosztów. Brak środków finansowych i troska o codzienny byt sprawiają, że aktywność człowieka jest inaczej ukierunkowana i inne potrzeby są głównym motywem działania. Na podobne uwarunkowania aktywności wolnoczasowej zwraca też uwagę Dzierżymir Jankowski, który podkreślił, że socjalne ubóstwo licznych grup społecznych, niskie wykształcenie, brak środków

---

<sup>65</sup> Wroczyński R., *Pedagogika społeczna*, PWN, Warszawa 1979, s. 228.

<sup>66</sup> Hendry L.B., i inni, *Young people's leisure and lifestyles*, Routledge, London - New York 2005, s. 54.

<sup>67</sup> Przeclawski K. (red.), *Czas...*, op. cit., s. 56.

<sup>68</sup> Truskowska-Wojtkowiak M., op. cit., s. 132.

<sup>69</sup> Orłowska M., *Przymus...*, op. cit., s. 212.

na pokrycie kosztów niektórych zajęć wolnoczasowych znacząco zawęża ich krąg.<sup>70</sup> Głównymi formami zagospodarowania czasu wolnego stają się w tym przypadku massmedia i nowe media.

W różnych klasyfikacjach form aktywności młodzieży w czasie wolnym bierze się pod uwagę sport rekreacyjny, czyli uprawiany nie dla wyczynowego doskonalenia się, a dla wypoczynku i rekreacji. W taki sposób sport w czasie wolnym młodzieży rozpatrywał Tadeusz Wujek.<sup>71</sup> Jego zdaniem sport rekreacyjny, gry i zabawy na świeżym powietrzu, spacer i wycieczki stanowią formę aktywności młodzieży, którą można określić mianem zajęć ruchowych na powietrzu. Jest to pierwsza z czterech zasadniczych grup (pozostałe trzy to: środki masowego przekazu, działalność twórcza, inne formy aktywności) stanowiących rzeczowo-funkcjonalną klasyfikację form aktywności młodzieży szkolnej.<sup>72</sup> Aktywności wchodzące w skład tej kategorii są bardzo ważnym czynnikiem rozwoju fizycznego i psychicznego ucznia, są korzystne w profilaktyce przeciążeń związanych ze szkołą i innymi obowiązkami. Zapewniają jednak prawidłowy rozwój biopsychiczny tylko wtedy, kiedy nie przekraczają granic możliwości młodego człowieka. Właśnie sport amatorski (w przeciwieństwie do wyczynowego) spełnia te kryteria.

Istotną rolę sportu jako aktywności wolnoczasowej dowodzą liczne badania przeprowadzone w ostatnich latach. Małgorzata Orłowska w 2003 i 2013 roku badała czas wolny polskich dzieci. Okazało się, że na sport i rekreację swój czas wolny poświęca więcej niż co trzeci badany w wieku 15-19 lat. Zastawiając ze sobą badania z 2003 i 2013 roku nie odnotowano znaczących różnic w zainteresowaniu tą kategorią.<sup>73</sup> Katarzyna Walentynowicz-Moryl dowiodła, że zajęcia sportowe są najpopularniejszą formą zajęć pozalekcyjnych organizowanych poza szkołą dla uczniów różnych typów szkół.<sup>74</sup> Z kolei w zestawieniu zajęć pozalekcyjnych organizowanych w szkole zajęcia sportowe znalazły się na drugim miejscu (za kołami zainteresowań).<sup>75</sup> Warto zaznaczyć, że kategoria „koła zainteresowań” była na tyle szeroko zdefiniowana, że inne możliwości praktycznie nie były wskazywane. Także badania przeprowadzone przez Ryszarda Wojciecha Winiarskiego potwierdziły, że sport zajmuje

---

<sup>70</sup> Jankowski D., *Pedagogika kultury. Studia i koncepcja*, Impuls, Kraków 2010, s. 165.

<sup>71</sup> Wujek T., *Praca domowa i czynny wypoczynek ucznia*, PZWS, Warszawa 1969, s. 106.

<sup>72</sup> Wujek T., *Praca domowa i czynny wypoczynek ucznia*, PZWS, Warszawa 1969, s. 106.

<sup>73</sup> Orłowska M., Błęszyński J. M., *Czas wolny jako środowisko życia. Perspektywa pedagogiczna*, PWN, Warszawa 2016, s. 93.

<sup>74</sup> Walentynowicz-Moryl K., *Co po szkole? Udział młodzieży w zajęciach dodatkowych* (w:) Narkiewicz-Niedbalec E., Zielińska M., (red.), *Młodzież w czasie wolnym. Między przyjemnością a obowiązkami*. Z prac Sekcji Socjologii Młodzieży i Edukacji Polskiego Towarzystwa Socjologicznego, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2011, s. 132.

<sup>75</sup> *Ibid.*

ważne, choć nie jedyne miejsce w strukturze aktywności podejmowanych przez młodzież w czasie wolnym.<sup>76</sup> Badania te pokazują jednak, że następuje spadek zainteresowania sportem wraz z wiekiem badanych. Starsze osoby zastępują aktywność sportową głównie oglądaniem telewizji. Choć sport pojawia się w większości zestawień aktywności wolnoczasowych jako jego główna forma, to okazuje się, że ilość czasu poświęcana na niego przez młodych ludzi jest zbyt mała. Potwierdzają to wyniki badań przeprowadzonych w ostatnich latach<sup>77</sup>, w tym badań z 2024 roku nad kompetencjami ruchowymi dzieci i młodzieży szkolnej.<sup>78</sup>

Podsumowując powyższe rozważania, warto podkreślić, że we wszystkich próbach rzeczowej klasyfikacji czynności czasu wolnego sport stanowi jedną z podstawowych kategorii. Jest wskazywany jako podstawowa forma aktywności wolnoczasowych, zwłaszcza dzieci i młodzieży. Jest to forma, która może pełnić wszystkie przypisywane czasowi wolnemu funkcje. Poprzez sport i inne aktywności ruchowe podejmowane dobrowolnie po wypełnieniu wszystkich obowiązków, człowiek może wypocząć, odnowić siły witalne, utrzymać własne ciało i organizm w dobrej kondycji, rozwijać własną osobowość oraz odnaleźć swoje miejsce w społeczeństwie. Aktywność ruchowa staje się jedną z elementarnych potrzeb fizjologicznych.<sup>79</sup> Ma to znaczenie zwłaszcza na początku XXI wieku, kiedy to coraz więcej osób jest znużonych pracą lub szkołą, prowadzi siedzący tryb życia i niewłaściwie się odżywia. To właśnie w czasie wolnym (i między innymi poprzez sport) człowiek ma szansę na odzyskanie utraconej równowagi biopsychicznej.

Należy jednak pamiętać, że sportem, jako zajęciem czasu wolnego, można się zajmować także w sposób destruktywny, a na pewno nie zawsze w sposób konstruktywny. Dotyczy to zarówno bezpośredniego, jak i pośredniego uczestnictwa w sporcie. Uprawianie sportu, zwłaszcza wyczynowego, może prowadzić do urazów narządu ruchu oraz stanu przetrenowania organizmu<sup>80</sup>. Uprawianie sportu może też wiązać się z nadmierną rywalizacją, niedozwolonym dopingiem, czy też agresją wynikającą z ogromnego zaangażowania emocjonalnego

---

<sup>76</sup> Winiarski R.W., Aktywność sportowa młodzieży. Geneza – struktura – uwarunkowania, Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie, Kraków 1995, s. 111.

<sup>77</sup> Por. Kaczor-Szkodny P., i inni, Aktywność fizyczna i formy spędzania czasu wolnego wśród uczniów w wieku 12–15 lat, *Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu*, nr 22, 2016, <https://doi.org/10.5604/20834543.1208216>, dostęp z dnia: 11.07.2024, godz. 12:20; Czarniecki D., Aktywność fizyczna oraz formy spędzania czasu wolnego przez dzieci, *Rehabilitation and Recreation*, nr 13, 2022, <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2022.13.18>, dostęp z dnia: 11.07.2024, godz. 13:00;

<sup>78</sup> Ministerstwo Edukacji Narodowej, Wyniki badania kondycji fizycznej dzieci i młodzieży szkolnej, <https://www.gov.pl/web/edukacja/wyniki-badania-kompetencji-ruchowych-uczniow--wspolna-konferencja-ministrow-edukacji-i-sportu>, dostęp z dnia: 10.09.2024, godz. 13:01.

<sup>79</sup> Kwilecki K., op. cit., s. 27.

<sup>80</sup> Złotkowska R., i inni, Negatywne skutki aktywności fizycznej oraz uprawiania sportu, *Hygeia Public Health*, nr 50, 2015, s. 43, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2015/hyg-2015-1-041.pdf>, dostęp z dnia: 28.06.2024, godz. 12:01.

sportowców i kibiców.<sup>81</sup> Pośrednie uczestnictwo w sporcie może objawiać się w uzależnieniach od hazardu, stadionowym chuligaństwie<sup>82</sup>, czy też boiskowym szowinizmie. Sport nie zawsze będzie więc pełnił funkcje, które są mu przypisywane, jako aktywności wolnoczasowej.

#### **1.4.Przemiany historyczne czasu wolnego**

Czas wolny współcześnie można rozumieć jako czas, który przeznaczony jest na aktywności dobrowolne skierowane na odpoczynek, zabawę, a także rozwój osobowości, które podejmowane są przez człowieka z jego własnej woli po wypełnieniu wszelkich obowiązków wynikających zarówno z biologicznej jak i kulturowej jego natury. Taki sposób definiowania czasu wolnego zdeterminowany jest rzeczywistością społeczną, polityczną i ekonomiczną. Można więc powiedzieć, że czas wolny, jego funkcje i formy zagospodarowania są osadzone w pewnym kulturowym kontekście. W każdej epoce i kulturze można bowiem odnaleźć znamiona czasu wolnego. Stanowił i stanowi on nieodłączny składnik życia człowieka. Współcześnie jest on uwarunkowany historyczną spuścizną tego zjawiska oraz dynamicznymi przemianami przełomu drugiego i trzeciego tysiąclecia, które wpłynęły na każdą dziedzinę ludzkiego życia, w tym czas wolny.

Aby lepiej zrozumieć właściwości czasu wolnego i jego znaczenie dla człowieka w danej epoce, trzeba zrozumieć świat (kontekst społeczno-kulturowy), w którym jest wypełniany.

Dzięki badaniom archeologicznym możemy cofnąć się w czasie do najdawniejszych dziejów ludzkości. Jak pokazują badania archeologiczne już praczłowiek posiadał czas wolny. Społeczeństwa pierwotne nie wyróżniały czasu wolnego w takiej postaci jak czynimy to współcześnie, jako odrębnej kategorii. Czas wolny przenikał się z czasem zajęтым. Granica między czasem przeznaczonym na zabawę i odpoczynek, a czasem związanym z zapewnieniem środków do życia była bardzo płynna. „W związku z tym, oprócz różnych czynności zapewniających utrzymanie przy życiu (zbieractwa, prymitywnego rolnictwa, łowiectwa itp.), czas wolny wypełniały zajęcia związane z rytuałami i praktykami religijnymi lub działania przypominające utarczki i walkę.”<sup>83</sup> Ważne też było spędzanie czasu z dziećmi i przygotowanie ich do dorosłego życia.

---

<sup>81</sup> Pater D., Agresja w sporcie. Jak sobie z nią radzić?, Kultura Bezpieczeństwa. Nauka – Praktyka – Refleksje, nr 29, 2018, s. 144, DOI: 10.24356/KB/29/6, dostęp z dnia: 22.08.2024, godz. 22:34.

<sup>82</sup> Kossakowski R., Chuligaństwo czy figuracja w procesie cywilizowania? Recepcja szkoły Leicester a świat polskich kibiców piłkarskich, Kultura i Społeczeństwo, nr 59, 2015, s. 144, DOI:10.35757/KiS.2015.59.1.9, dostęp z dnia: 21.06.2024, godz. 12:09.

<sup>83</sup> Bombol M., op. cit., s. 34.

Istnieją dane archeologiczne pozwalające przypuszczać, że czas wolny człowieka był od zarania związany z jego aktywnością fizyczną i psychiczną, zależną głównie od warunków przyrodniczych. W życiu codziennym naszych przodków można wyróżnić fazę aktywności i fazę zmniejszonej aktywności przeznaczoną na odpoczynek i zabawę. „Można przy tym wyróżnić cykl krótki (dobowy), średni (kilkunastodniowy) i długi (roczny)”<sup>84</sup>. W pierwszym cyklu ludzie zajęci byli zbieractwem i myślistwem w czasie dnia, a gdy nadchodziła noc, szukali schronienia, aby mogli odpocząć i zaplanować kolejny dzień. Temu czasowi prawdopodobnie zawdzięczamy malowidła naskalne i inne pozostałości artystyczne po kulturach prehistorycznych. W cyklu średnim intensywne wysiłki przeznaczano głównie na polowania na „grubszą zwierzynę”. Zdobywanie większej ilości pożywienia dawało swoisty czas wolny, który przeznaczano na odpoczynek, zabawę, twórczość artystyczną oraz przygotowanie do kolejnych polowań. W cyklu długim - rocznym więcej czasu wolnego ludzie znajdowali w okresie zimowym. Szukali wtedy schronienia przed niekorzystnymi warunkami pogodowymi i korzystali z zapasów zgromadzonych w cieplejszych porach roku.

W miarę rozwoju cywilizacyjnego zmieniał się budżet czasu człowieka, a tym samym jego czas wolny. Społeczeństwa wcześniej koczownicze zaczęły prowadzić osiadły tryb życia. „Trwałe formy osadnictwa wyróżniała specjalizacja codziennych prac – rolnictwo, hodowla zwierząt. To dyktowało systematyczność w rozkładzie dnia, a co za tym idzie – powstanie „nadwyżek” czasu, który pozostaje po wykonaniu koniecznych zajęć, a więc czasu wolnego”<sup>85</sup>. Nie trzeba już było przeznaczać tyle czasu na zdobywanie pożywienia i szukanie schronienia. Można też było w większym stopniu planować życie (nie tylko najbliższe dni, ale tygodnie, miesiące czy nawet lata). Dzięki temu człowiek zyskał czas, który mógł przeznaczyć na cele inne niż zaspokojenie podstawowych potrzeb fizjologicznych i bezpieczeństwa.

Członkowie społeczeństw pierwotnych wiedziały, co to odpoczynek i zabawa. Jednak, jak już wcześniej zostało wspomniane, wyznaczenie granicy między obowiązkami, a czasem wolnym w ich życiu było bardzo trudne. Ten stan rzeczy zaczął ulegać zmianie wraz ze zmianami w strukturach społecznych, a dokładniej wraz z postępującym rozwarstwieniem społecznym. Ilość czasu wolnego zaczęła być ściśle związana z pozycją społeczną. Warstwy uprzywilejowane miały go o wiele więcej, niż ludzie ze społecznych nizin. Było to doskonale widoczne w niewolnictwie.

W starożytności czas wolny był domeną głównie wolnych obywateli. „W czasach Arystotelesa można było utożsamiać sprzeczność między pracą i wolnym czasem z podziałem

---

<sup>84</sup> Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 63.

<sup>85</sup> Bombol M., *op. cit.*, s. 34.

społeczeństwa na ludzi wolnych i niewolników”<sup>86</sup>. Zadaniem niewolników była praca na roli, w rzemiośle, w kopalniach, w budownictwie lądowym i okrętowym, wychowanie dzieci wolnych obywateli i dostarczanie im uciech, a także wytwarzanie kultury materialnej i duchowej na zapotrzebowanie i ku rozrywce i zadowoleniu swoich panów.<sup>87</sup> Znikoma ilość czasu wolnego była poświęcana przez niewolników na regenerację utraconych sił fizycznych.

Warstwy uprzywilejowane posiadały czas wolny w nadmiarze i wykorzystywały go na zabawę i samorozwój (głównie fizyczny). Niezwykle popularne wśród wolnych obywateli były sporty, zabawy, kultura i nauka. „W starożytnej Grecji dla określenia takiego sposobu życia używano słowa *skole*, w Rzymie *otium*. Nie było to jednak próżnowanie i nicnierobienie. To styl życia godny członka warstwy uprzywilejowanej, poświęcającego się szeroko rozumianej „służbie społeczeństwu” i czas przygotowania się do niej w dzieciństwie i młodości. Jego przeciwieństwem nie była tylko ciężka praca podejmowana przez ludzi z niskiej warstwy społecznej, ale też jakakolwiek praca ludzi z warstwy uprzywilejowanej.”<sup>88</sup> *Skole* (lub *skhole*) różni się więc zasadniczo od dzisiejszego czasu wolnego. Nie był to przedział czasu ocalony przed zagarnięciem go przez pracę, lecz był świadomym powstrzymaniem się od wszelkich czynności związanych z zachowaniem życia, w tym podejmowania pracy zarobkowej<sup>89</sup>. Na czas wolny w tym rozumieniu mogli sobie pozwolić wyłącznie wolni obywatele.

Starogrecki czas wolny był najwyższym – kontemplacyjnym bądź dyskursywnym – sposobem aktywności człowieka wolnego.<sup>90</sup> Przeżywanie *skole* wiązało się z odpowiednim stanem umysłu, często ze skupieniem i pogrążeniem się w myślach. Był to też czas, który można było przeznaczyć na rozrywkę i dążenie do szczęścia. Wizje życia człowieka wolnego można odnaleźć chociażby w dziełach Platona. W „Państwie” czytamy: „a żywić się będą robiąc z jęczmienia krupy a z pszenicy mąkę. To będą gotować, a z tego ciasto robić i doskonałe placki i chleby na jakichś trzcinkach albo na czystych liściach będą podawali. Będą leżeli na podściółkach usłanych z wikliny, z powoju i mirtu, będą sobie używali, a dzieci przy nich też, będą potem popijali wino, wieńce mając na głowach i śpiewając na chwałę bożą”<sup>91</sup>. Takie życie było oczywiście dostępne tylko dla wolnego obywatela. Dla poddanego starożytni przewidywali inną rolę. Arystoteles w „Polityce” napisał, że: „tak samo zdani są na siebie dla swego zachowania ten, kto włada z natury, i ten, kto mu jest poddany. Ta bowiem istota, która

---

<sup>86</sup> Toti G., op. cit., s. 6-7.

<sup>87</sup> Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 66.

<sup>88</sup> Orłowska M., *Przymus...*, op. cit., s. 67.

<sup>89</sup> Arendt H., *Kondycja ludzka, Aletheia*, Warszawa 2000, s. 145.

<sup>90</sup> Truszkowska-Wojtkowiak M., op. cit., s. 28.

<sup>91</sup> Platon, *Państwo*, Przekład Witwicki W., PWN, Warszawa 2010, s. 371-372.

dzięki rozumowi zdoła przewidywać, rządzi z natury i rozkazuje z natury, ta zaś, co potrafi tylko zlecenia te wykonywać za pomocą sił cielesnych, jest poddana i z natury niewolna”<sup>92</sup>. Wolny obywatel cieszył się skhole i władał niewolnikiem, który dbał o zaspokojenie jego większości potrzeb (w tym wyręczał go od jakiegokolwiek pracy fizycznej). Łatwo więc zauważyć, że inne funkcje pełnił czas wolny niewolnika, a inne człowieka wolnego. Taki podział społeczeństwa i taki sposób postrzegania czasu wolnego był charakterystyczny dla wszystkich starożytnych cywilizacji.

Wraz z narastaniem ilości czasu wolnego starożytnych warstw uprzywilejowanych, rozwinęły się nowe formy jego wypełniania. Czas wolny starożytnych Egipcjan upływał m.in. na licznych podróżach, widowiskowych ceremoniach religijnych, a także na coraz popularniejszym sporcie i rekreacji nad rzeką. Liczne dowody archeologiczne świadczą o popularności różnych zabaw, gier terenowych i planszowych. Najbogatsi członkowie społeczeństwa organizowali przyjęcia, na których występowali śpiewacy, muzykanci, tancerze, żonglerzy i akrobaci. Także Grecy podróżowali nie tylko w celach utylitarnych, ale także z chęci poznania świata. Życie wolnych Greków wypełnione było spektaklami teatralnymi, festiwalami, hucznymi świętami o podłożu religijnym. Organizowano także igrzyska, na których spotykali się obywatele wszystkich greckich polis. Były to bardzo rozwinięte, ogólnokrajowe święta, podczas których odbywały się zawody sportowe dla kilkudziesięcioletniej publiczności. Olimpiady miały też znaczenie kulturowe i religijne. Starożytni Rzymianie udoskonaliли i rozszerzyli terytorialnie turystykę grecką. Podboje militarne i polityczne wielu krajów umożliwiły coraz dalsze podróże. To Rzymianie jako pierwsi spędzali swój wolny czas na widowiskach organizowanych z wielkim rozmachem na ogromnych obiektach sportowych i rozrywkowych. W amfiteatrach organizowano bardzo popularne walki gladiatorów. Czas wolnym Rzymianom upływał także na uprawianiu sportu oraz na spotkaniach i rozmowach w publicznych parkach i ogrodach.<sup>93</sup> Rozpatrując czas wolny w życiu starożytnych ludzi trzeba więc podkreślić fakt, iż znaczenie wypoczynkowe miał on głównie dla niewolników. Wolni obywatele (wolni od pracy zarobkowej) przeznaczali go na dyskusje, spotkania towarzyskie, życie kulturalne i polityczne oraz samorozwój. W tym przypadku pełnił on głównie funkcje zabawy i pracy nad sobą.

Postrzeganie czasu wolnego zmieniło się po upadku Cesarstwa Rzymskiego. Wraz z nastaniem średniowiecza zanikło wiele form spędzania czasu wolnego, które znane były w starożytności. „We wczesnych wiekach średnich kultura chrześcijańska, pozostając w opozycji

---

<sup>92</sup> Arystoteles, *Polityka*, Przekład Piotrowicz L., PWN, Warszawa 2003, s. 3-4.

<sup>93</sup> Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 66-69.

do kultury starożytnej, wprowadza kult pracy. Tak więc czas wolny staje się czasem „gorszym” i mniej istotnym dla jednostki.”<sup>94</sup> Warto jednak zaznaczyć, że średniowiecze to tysiąc lat historii i czas wolny w tej epoce był bardzo niejednorodny.

Początkowo czas wolny posiadały warstwy uprzywilejowane, ale stopniowo rozprzestrzeniał się on na warstwy niższe. Niewolnictwo zostało zastąpione przez system feudalny, który jednak niewiele się od niego różnił. Feudalizm był de facto formą średniowiecznego niewolnictwa, ale z pewną ograniczoną możliwością samodzielnej regulacji czasu pracy i wypoczynku.<sup>95</sup> Chłop dysponował ziemią, ale musiał feudałowi i/lub Kościołowi płacić podatek w postaci różnych danin, pańszczyzny czy też czynszu.

Wraz z dalszymi przeobrażeniami społecznymi, doszło także do zmian w budźecie czasu człowieka, w tym ilości czasu wolnego i sposobach wypełniania go. Jak pisze M. Bombol, „średniowiecze złamało zatem bezwzględny starożytny podział na wolnych, którzy korzystali z dobrodziejstw czasu niezajętego pracą użytkową (czyli fizyczną), i niewolników, którym pozostał jedynie nieludzki trud. Złamało, ale nie zapewniło wszystkim równych możliwości harmonijnego rozwoju.”<sup>96</sup> Warstwy uprzywilejowane nadal mogły cieszyć się większą ilością czasu wolnego i większymi możliwościami jego wypełniania. Jedną z takich form była turystyka (w swojej pierwotnej postaci), której rozwój obserwujemy już we wczesnym średniowieczu. Była to turystyka oparta głównie na podróżach kupieckich i pielgrzymkach. U schyłku średniowiecza coraz powszechniejsze stają się odległe wyprawy lądowe i morskie zwieńczone odkryciem Ameryki.<sup>97</sup> Dla ludzi epoki średniowiecza popularną rozrywkę stanowiły też liczne turnieje rycerskie i miejskie święta, podczas których wystawiane były sztuki teatralne, czytano poezję i słuchano muzyki.

Najwięcej czasu wolnego w epoce feudalizmu miało rycerstwo i kler. „Właściciele ziemscy dysponowali czasem wolnym, korzystali z coraz obfitszych dóbr kultury materialnej i duchowej, ćwiczyli się w rzemiośle wojennym, brali udział w polowaniach często urządzanych dla rozrywki. Czas wolny upływał im na grach, zabawach i nierzadko pijaństwie”<sup>98</sup>. W przeciwieństwie do feudałów, którzy czas wolny poświęcali głównie na zabawę, chłopci swój ograniczony czas wolny przeznaczali głównie na regenerację sił po ciężkiej pracy dla pana. Nie oznacza to jednak, że chłopci całkowicie rezygnowali z rozrywki. Podporządkowanie

---

<sup>94</sup> Bombol M., op. cit., s. 35.

<sup>95</sup> Truskowska-Wojtkowiak M., op. cit., s. 51.

<sup>96</sup> Hanyga-Janczak P., Czas wolny studentów. Komponenty i zagospodarowanie, Wydawnictwo Uniwersytetu Jana Kochanowskiego, Kielce 2011, s. 23-24.

<sup>97</sup> Pięta J., Pedagogika czasu wolnego, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 70.

<sup>98</sup> Pięta J., Pedagogika czasu wolnego, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 72.



chłopskiego życia pracy przy jednoczesnej potrzebie odreagowania i rozerwania się sprawiło, że rozwinęły się specyficzne formy spędzania czasu wolnego, w których zlewały się w jedno: zabawa i praca. „Przykład stanowi tu może zwyczaj wspólnego spędzania wolnego czasu połączonego z pracą, który przetrwał niemal do końca XX wieku. Jest to wspólne darcie pierza przez kobiety wiejskie lub wspólne kiszenie kapusty”<sup>99</sup>. Połączone są tu dwa cele: utylitarny i towarzyski (praca i zabawa).

M. Truszkowska-Wojtkowiak zauważyła, że „nieocenionym aspektem cyklu pracy i wypoczynku, jaki wykształcił się w średniowieczu, jest przywrócenie rangi zawodom rzemieślniczym, zwłaszcza tym związanym z twórczością, oraz umieszczenie miejsca pracy i wypoczynku w jednym miejscu, a mianowicie w średniowiecznym przydomowym warsztacie rzemieślniczym”<sup>100</sup>. Zwiększenie zapotrzebowania na pracę rzemieślników i kupców sprawiło, że pod koniec średniowiecza szybko zaczęło rozwijać się mieszczaństwo. Miasta zaczęły stawać się ośrodkiem życia kulturalnego. Nowy stan społeczny charakteryzował się swoistym sposobem życia i spędzania czasu. Czas wolny mieszczan wypełniały m.in. występy trup teatralnych na miejskich placach i święta kupieckie. Ludzie podróżowali też coraz częściej i coraz dalej, korzystając z szybko rozwijających się szlaków handlowych.

Koniec średniowiecza nie sprawił, że czas wolny przestał być domeną górnych warstw społecznych. Stało się wręcz przeciwnie. Rozwój warstwy społecznej, zwanej szlachtą, ugruntował system feudalny. Europa wkroczyła w okres burzliwych przemian społecznych, gospodarczych i politycznych. Ich skutkiem było powstanie współczesnych demokracji parlamentarnych. „Powstały one na drodze gwałtownych wojen i rewolucji, kosztowały wiele cierpień. Są kompromisem pomiędzy dążeniami różnych stanów (początkowo szlachty, później mieszczaństwa, chłopów, a w końcu ogółu społeczeństwa) do udziału we władzy państwowej, a działaniem władców, budujących strukturę swej władzy z urzędników tylko przed nim odpowiedzialnych”<sup>101</sup>. Dzięki tym zmianom, czas wolny stopniowo stawał się dobrem dostępnym dla coraz większego grona ludzi, by dziś być dostępnym powszechnie.

„Wielkie zmiany w okresie renesansu dotyczyły głównie oświaty oraz wychowania i miały duży wpływ na zmianę wzorców życia codziennego, a więc sprzyjały również zachowaniom wolnoczasowym.”<sup>102</sup> Czas wolny w tym okresie był postrzegany podobnie jak w starożytności. Był więc w pewnym sensie powrotem klasycznego skhole. W czasie wolnym

---

<sup>99</sup> Ibid., s. 72.

<sup>100</sup> Truszkowska-Wojtkowiak M., op. cit., s. 52.

<sup>101</sup> Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 77.

<sup>102</sup> Truszkowska-Wojtkowiak M., op. cit., s. 53-54.

człowiek poszukiwał szczęścia i wdrażał w życie hasła pochwalne na rzecz wszechstronnego rozwoju.

Nie wszyscy ludzie mogli jednak w pierwszych nowożytnych wiekach cieszyć się czasem wolnym. W odrodzeniu rozwinął się handel, wzbogaciło się mieszczaństwo (a z czasem zaczęła się formować nowa klasa społeczna – robotnicy) oraz powstały manufaktury. Rozwój manufaktur, począwszy od XVI wieku, sprawił, że robotnicy musieli przez kilkanaście godzin dziennie pracować by zarobić na życie. W tej sytuacji o jakimkolwiek czasie wolnym nie mogło być mowy. W trudnym położeniu znajdowały się dzieci (i młodzież), które „gdy tylko stawały się zdolne do pomocniczych prac w gospodarstwie lub rzemiośle, musiały porzucić zabawy, by podjąć wspólnie z rodzicami trud utrzymania rodziny”<sup>103</sup>. Taki los spotkał całe rzesze dzieci chłopów i mieszczan. Nie dotyczyło to jednak dzieci zamożnych osób, które uczęszczały do szkół i czas wolny mogły zagospodarować zgodnie ze zwyczajami danej epoki.

Trudna sytuacja rzemieślników była coraz częściej zauważana i o ich prawa, w tym prawa do czasu wolnego, rozpoczęto walkę, która swoje zwieńczenie znalazła dopiero w XX wieku. Kwestie te pojawiały się w traktatach filozoficznych przedstawiających wizje idealnego społeczeństwa (m.in. w „Utopii” Tomasz Morusa)<sup>104</sup>.

W XVIII wieku wielu filozofów i działaczy społecznych upomniało się o prawa stanu trzeciego (mieszczaństwa i chłopów). Wyzyskiwani niewolniczą pracą, niewykwalifikowani najemnicy stali się podmiotem oświeceniowych starań o ich los wyrażających się w rewolucyjnych hasłach: wolność, równość i braterstwo. Idee oświeceniowe znalazły swoje odbicie nie tylko w sferze filozofii czy refleksji społeczno-politycznej, ale także w sferze gospodarczej. Dotychczasowy merkantylizm<sup>105</sup> uległ uszlachetnieniu i zmienił się w kameralizm<sup>106</sup>. Merkantylizm wyszedł poza ramy czystej doktryny ekonomicznej i stał się zespołem zasad skutecznego administrowania.<sup>107</sup> W tej przemianie istotną rolę odgrywało teraz mocno zaangażowane państwo. Król miał przekształcać społeczeństwo w niezawodnie działającą maszynę. „Co jednak najważniejsze, z jego działaniem wiązało się wiele istotnych pozytywnych zmian społecznych dokumentujących, iż administracyjne działanie państwa

---

<sup>103</sup> Dąbrowski Z., op. cit., s. 40.

<sup>104</sup> More T., Utopia, Przekład: Abgarowicz K., PAX, Warszawa 1954, s. 121.

<sup>105</sup> Merkantylizm – system poglądów ekonomiczno-politycznych, który pojawił się we wczesnym okresie nowożytności, wywodzi się z bulionizmu, czyli teorii mówiącej, że posiadanie metali szlachetnych równa się bogactwu. Powstał w wyniku zmian gospodarczych wywołanych rozwojem gospodarki rynkowej oraz odkryciami geograficznymi.

<sup>106</sup> Kameralizm - doktryna polityczno-ekonomiczna uznająca za nadrzędny cel polityki gospodarczej państwa pełne wykorzystywanie zasobów ludzkich i zdolności produkcyjnych, prowadzące do powiększenia dochodów władcy.

<sup>107</sup> Radwan-Pragłowski J., Frysztański K., Społeczne dzieje pomocy człowiekowi. Od filantropii greckiej do pracy socjalnej, Śląsk, Katowice 1998, s. 151.

może stać się źródłem ogólnego podniesienia poziomu życia obywateli i przeciwstawienia się zjawiskom patologicznym.”<sup>108</sup> Silny władca miał za zadanie chronić najsłabszych przed egoizmem innych ludzi.

„Zasady związane z działaniem kameralistów, takie jak ograniczenie wolności handlu i przemysłu czy opowiedzenie się za absolutyzmem panującego, natrafiły na sprzeciw, którego wyrazem stał się fizjokratyzm.”<sup>109</sup> Opierał się on na trzech zasadach: wolności, bezpieczeństwie i własności, a wyrażał się w słynnym hasle: laissez faire (pozwólcie działać, pozwólcie myśleć). Idee fizjokratyzmu, który zrodził się we Francji, doskonale przyjęły się w Rzeczpospolitej Polskiej. Chłop, który do tej pory należał do właściciela ziemskiego, uzyskał wolność i mógł swobodnie opuścić ziemię, do której był wcześniej przypisany. Były to rozwiązania szczególnie korzystne dla magnatów, którzy mogli pomnażać swoje majątki wykorzystując pracowników najemnych.<sup>110</sup> Do miast zaczęli przybywać niewykwalifikowani pracownicy. Same miasta nie zdążyły wytworzyć odpowiednich systemów adaptacyjnych. Spowodowało to wiele różnorodnych problemów społecznych: od wyczerpania siły roboczej począwszy, na epidemiach chorób spowodowanych fatalnymi warunkami pracy i życia skończywszy. Można więc powiedzieć, że ludzie otrzymali wolność, na którą jednak nie byli przygotowani. Otrzymali wolność, która sprawiła, że stali się niewolnikami bogatych właścicieli manufaktur, a potem fabryk.

Ludzie nadal dzielili się na tych, którzy posiadali majątek i na tych, którzy nic nie mieli; na tych, którzy byli zależni od „pracy własnych rąk” i na tych, którzy żyli z „pracy cudzych rąk”; na tych, którzy decydowali o własnym czasie i na tych pozbawionych wpływu na własne życie.

Sytuacja najemnego, niewykwalifikowanego pracownika (też nieletniego) coraz bardziej się pogarszała i swoje apogeum osiągnęła w XIX wieku. Było to związane z licznymi przemianami politycznymi i ekonomicznymi. Rewolucja przemysłowa i urbanizacja przyczyniła się do powstawania wielkich okręgów przemysłowych. W fabrykach szerzył się wyzysk zmierzający do maksymalnego wydłużenia czasu pracy za minimalne wynagrodzenie. Czas pracy był nieuregulowany prawie żadnymi przepisami. Panowało przekonanie, że praca powinna trwać od zmierzchu do świtu.<sup>111</sup> Sytuacja częściowo zaczęła się zmieniać wraz z rozwojem nauki i techniki. W wyniku licznych odkryć i wynalazków rozwinął się przemysł,

---

<sup>108</sup> Ibid.

<sup>109</sup> Ibid.

<sup>110</sup> Indan-Pykno M., Fizjokratyzm oczyma polskich przedstawicieli myśli polityczno-prawnej, *Annales. Universitatis Marie Curie-Skłodowska*, Lublin 2011, nr 57, s. 211.

<sup>111</sup> Toti G., op. cit., s. 16.

zastosowano nowe rozwiązania w rolnictwie i przetwórstwie. Postęp techniczny, mechanizacja i automatyzacja rozszerzyły bazę produkcyjną i umożliwiły zdobycze socjalne, wywalczone przez robotników coraz częściej zrzeszających się w związkach zawodowych.<sup>112</sup> W XIX wieku rozpoczęła się walka robotników o skrócenie czasu pracy. Jednym z pierwszych orędowników skrócenia dnia roboczego był Robert Owen, który ograniczył go w swoich fabrykach do 10 godzin. Jednak dopiero w 1919 roku, w Waszyngtonie, doszło do podpisania międzynarodowej umowy wprowadzającej ośmiogodzinny dzień pracy.<sup>113</sup> Wraz ze skróceniem czasu pracy poruszono także problem racjonalnego zagospodarowania czasu wolnego.

Zmiany te spowodowały, że czas wolny stał się ściśle związany z pracą. Wolność, jaką dawał, pozwalała na ucieczkę od ciężkiego, wyczerpującego i monotonnego zarobkowania. „Wcześniej czas wolny mieszał się z czasem, w którym ze względów zatrudnienia sezonowego, czy też braku stałego zajęcia nie pracowano i był, można powiedzieć, ustalony przez rytm świąt religijnych, obchody rytualne i obrzędy związane z określonymi pracami rolnymi”<sup>114</sup>. Przeobrażenia, jakie dokonały się na przełomie XIX i XX wieku ukształtowały współczesne rozumienie czasu wolnego. Był on dla człowieka w czasach cywilizacji przemysłowej wytchnieniem we wzrastającym tempie życia, uwolnieniem od pracy zmierzającej do wyczerpania pracownika i szansą odzyskania równowagi biopsychicznej.

Czas wolny współczesnego człowieka jest ściśle związany z rzeczywistością początku nowego tysiąclecia, w jakiej człowiek żyje. Analiza czasu wolnego powinna oprzeć się o zmiany cywilizacyjne, jakich współczesne społeczeństwa są mimowolnymi uczestnikami i jednocześnie animatorami. W ciągu ostatnich lat ludzkość przeszła olbrzymią ewolucję. „W ostatnim ćwierćwieczu dwudziestego stulecia byliśmy świadkami powstania cywilizacji informacyjnej (wiedzy) z wszechobecnym komputerem na czele. Nazwę tę wprowadził amerykański futurolog, John Naisbitt”<sup>115</sup>. Najważniejszym dobrem jest tutaj nie praca i jej wytwory, a informacja i jej odpowiednie przekształcanie, przekazywanie i wykorzystywanie. Człowiek musi w procesach produkcyjnych wykazywać się wiedzą i kreatywnością, którą wykorzystuje w posługiwaniu się nowoczesną technologią. Jesteśmy świadkami zacierania się granic między pracą, a czasem wolnym. Coraz więcej osób pracuje w domu, spora część pracowników nie ma ustalonych stałych godzin pracy. Niektórzy mają trudności z określeniem

---

<sup>112</sup> Kamiński A., *Czas...*, op. cit., s. 10.

<sup>113</sup> Ibid., s. 12.

<sup>114</sup> Toti G., op. cit., s. 21.

<sup>115</sup> Denek K., *Poza ławką szkolną*, Eruditius, Poznań 2002, s. 36.

kiedy pracują, a kiedy mają czas wolny. Wydaje się, że w tej sytuacji najlepszym wyróżnikiem jest kryterium dobrowolności czynności.

Wraz z rozwojem cywilizacji wiedzy, stopniowo zanika potrzeba pracy fizycznej. Jest ona wypierana przez pracę umysłową. Zmiany te są wynikiem szybkiego postępu technicznego. Nowoczesna technologia, komputeryzacja i medializacja oraz nowoczesna organizacja pracy i działalności ekonomicznej wymagają szerokiego rozwoju wiedzy na coraz wyższym poziomie poprzez edukację permanentną. Istnieje silna tendencja do automatyzacji (robotyzacji i cyborgizacji) produkcji i usług. Gospodarka staje się ponadnarodowa, a największe przedsiębiorstwa dorównują potencjałem ekonomicznym potęgom państwowym współczesnego świata. Rozwój mediów, szybki przepływ informacji oraz ruchliwości społecznej sprawia, że świat znacznie zmniejszył się dla człowieka i zderzył ze sobą kultury nieprzygotowane na taką interakcję.<sup>116</sup> W warunkach rozwoju społeczeństwa informacyjnego, procesów globalizacji i postępu naukowo-technicznego życie ludzkie nabiera zupełnie nowego wymiaru, w którym przewartościowaniu ulegają dotychczasowe sposoby jego interpretacji. Zmianom uległy też sposoby spędzania czasu wolnego. Współczesny człowiek poszukuje w czasie wolnym szansy na odreagowanie znużenia poprzez zabawę, a nie jak kiedyś, głównie regeneracji sił utraconych przez pracę fizyczną.

Wraz z nastaniem ponowoczesności, obserwujemy szereg zmian, jakie dokonały się w strukturze społecznej. Znacznie wzrosło tempo ludzkiego życia. Dla wielu ludzi czas biegnie szybciej, niż dotychczas. Wydaje się, że właśnie to tempo życia powoduje istotne podziały wśród ludzi. Pędząca lokomotywa nie czeka na tych, którzy nie potrafią do niej wskoczyć. Nie wszyscy umieją i chcą zaakceptować nowy rytm ludzkiego życia w XXI wieku. Z tego też powodu obserwujemy specyficzne zmiany w strukturze społecznej. Edmund Wnuk-Lipiński stwierdził, że w ostatnich latach byliśmy świadkami przeobrażeń społecznych zarówno w rozumieniu relacyjnym jak i też w aspekcie dystrybucyjnym. „Struktura społeczna rozumiana w aspekcie dystrybucyjnym, to po prostu nierówno podzielone w danej społeczności pewne istotne cechy społeczne, których stopień posiadania w znacznym stopniu decyduje o losach życiowych jednostki i charakterze jej relacji ze społecznym otoczeniem”<sup>117</sup>. Najdotkliwszą nierównością dotyczącą współczesne społeczeństwa kapitalistyczne jest nierówny podział dochodu. Nierówność ta nie ogranicza się jedynie do nierównomiernej redystrybucji środków finansowych, ale głównie oznacza nierówność w dostępie do szans na poprawienie swojej

---

<sup>116</sup> Tyszka Z., Rodzina w czasach szybkich przemian, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2002, s. 9-13.

<sup>117</sup> Wnuk-Lipiński E., Socjologia życia publicznego, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2005, s. 56.

pozycji, na możliwości wpływania na swój los. To podział pracy decyduje o władzy, prestiżu społecznym i posiadaniu - lub nie - dóbr ekonomicznych. Ten kto ma więcej, ten w większym stopniu może o sobie decydować m.in. w zakresie spędzania czasu, w tym rzecz jasna czasu wolnego. „W aspekcie relacyjnym struktury społecznej bierze się przede wszystkim pod uwagę stosunki społeczne, jakie generują określony kształt i hierarchię pozycji, zajmowanych przez konkretnych ludzi”<sup>118</sup>. Różne relacje pomiędzy ludźmi (dominacji i podporządkowania, upośledzenia i uprzywilejowania itp.) określają miejsce człowieka w społeczeństwie. Podstawowym czynnikiem warunkującym strukturę społeczną jest podział pracy. Ten, kto pozostaje bez pracy znajduje się na dole tej hierarchii. Jest to zauważalna zmiana, ponieważ po raz pierwszy człowiek, który dysponuje dużą ilością czasu wolnego (w tym przypadku wymuszonego) niekoniecznie jest przedstawicielem grupy uprzywilejowanej.

Miejsce jednostek w strukturze społecznej jest zależne od tego czy ludzie mają pracę, a tym samym środki utrzymania. Z uwagi na dość duże bezrobocie niektórych grup społecznych powiększa się przepaść pomiędzy ludźmi biednymi, a bogatymi. Grono najbogatszych osób zmierza do odseparowania się od społeczeństwa. Zygmunt Bauman stwierdził, że „elity wybrały izolację i są gotowe za nią płacić słono. Reszta społeczeństwa stwierdza, że jest odcięta i musi ponosić wysokie koszty ich nowej izolacji; koszty psychologiczne, kulturalne i polityczne”<sup>119</sup>. W ostatnich latach obserwujemy grabież drastycznie kurczącej się przestrzeni społecznej. To, co kiedyś było parkiem miejskim i miejscem spotkań ludzi z różnych warstw społecznych, dziś jest nowoczesnym, ogrodzonym, monitorowanym prywatnym osiedlem – twierdzą. Ci, którzy nie potrafili dostosować się do nowej rzeczywistości szybkiego życia, walki o pracę i zmienności zostali zmarginalizowani. Znajdują się poza głównym nurtem społecznej wymiany dóbr, usług i informacji. Dochodzi do wykluczania zbiorowości ludzi nieprzystosowanych do zastanych warunków z życia publicznego. Swoisty rozkład społeczny spowodowany jest także atomizacją życia ludzkiego. Z uwagi na postęp techniczny, przemiany technologiczne, medializację i wirtualizację<sup>120</sup> człowiek coraz częściej jest w stanie zrobić w swoim domu to, co kiedyś wymagało wielu kontaktów interpersonalnych. Możemy pracować w domu przed ekranem komputera, przez Internet możemy zamówić wszystkie potrzebne nam rzeczy. W końcu sami też możemy i coraz częściej spędzamy czas wolny. Człowiek staje się

---

<sup>118</sup> Ibid.

<sup>119</sup> Bauman Z., *Globalizacja. I co z tego dla ludzi wynika*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 2000, s. 29.

<sup>120</sup> Tyszka Z., op. cit., s. 13.

odizolowany od resztek grup wspólnotowych. Izolacja, rozwarstwienie i osamotnienie wpływa niekorzystnie na ogólną kondycję społeczeństwa.

Przeobrażenia współczesnego świata są na tyle szybkie, że nie wszyscy są w stanie tym zmianom podołać. Doskonale widać to na przykładzie rynku pracy. Nasze społeczeństwo okazało się być niegotowe na przyjęcie warunków gospodarki rynkowej, zmienności zapotrzebowania na pracowników w poszczególnych sektorach oraz zmniejszenia znaczenia siły roboczej. Są to zmiany, które Alvin Toffler określił mianem szoku przyszłości. Są to zmiany nadwerężające granice ludzkiej akceptacji i przeciążające mechanizmy adaptacyjne<sup>121</sup>. Sytuacja na rynku pracy zmierza do całkowitej eliminacji ludzkiej siły roboczej. Upadek produkcji oraz fala redukcji i cięć w sektorze publicznym wiąże się z przeniesieniem ciężkości na sektor usług. Jednak i tu wkrótce należy spodziewać się przeciążenia i stopniowego kurczenia się miejsca dla czynnika ludzkiego. „Wicher niestałości wieje poprzez pracownicze szeregi, chwieje stabilnymi do tej pory fundamentami wszystkich stanowisk. Osoby zatrudnione jako tymczasowa pomoc biurowa, niezależni specjaliści od nowoczesnych technologii, sprzedawcy w sklepie, kelnerki w restauracji - wszyscy czują na twarzach jego groźny powiew”<sup>122</sup>. Ludzie poszukują pracy pośród stopniowo zmniejszającej się liczby ofert. Wiele osób niestety jej nie znajduje. Zauważa się tendencję do rozluźniania stosunków pracy. Pracownicy zatrudniani są na czas określony, zleca im się wykonanie pojedynczych zadań, za które są nisko wynagradzani. Praca, nawet chwilowa, staje się dobrem dla nielicznych. Ludziom ciężko osiągnąć stabilizację i socjalne bezpieczeństwo. Dochodzi do wielu patologii na tle braku pracy. Zły system praktyk zawodowych, stażów i okresów próbnych nie pomaga, zgodnie z założeniem, ulokować młodych pracowników w zawodzie, a raczej utrudnia im podjęcie długoterminowej pracy. Codziennością jest praca za darmo w nadziei na przyszłe zatrudnienie. Rozwijają się agencje pośrednictwa pracy tymczasowej, które są reakcją na smutne okoliczności systemu kapitalistycznego. Pracownicy, którzy nie posiadają zatrudnienia zmuszeni są do jego ciągłego poszukiwania, co staje się dla nich swoistą pracą bez wynagrodzenia. Trudno w sytuacji ciągłego napięcia, ciągłej gotowości oraz permanentnego poczuciu przymusu i jednocześnie bezsilności mówić o czasie wolnym. Pracownicy najemni pozostający bez zatrudnienia, a zmuszeni do ciągłej gotowości i poszukiwania pracy nie mogą mówić o pełnej wolności w decydowaniu o sobie i swoim czasie.

Współczesny rynek pracy potrzebuje tylko wybranych, nielicznych, wykwalifikowanych specjalistów. Wkrótce człowiek będzie potrzebny tylko w dziedzinach,

---

<sup>121</sup> Toffler A., Szok przyszłości Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 1998, s. 316.

<sup>122</sup> Klein N., No space, no choice, no jobs, no logo, Świat Literacki, Izabelin 2004, s. 249.

które wymagają twórczego podejścia do wytwarzania zupełnie czegoś nowego oraz w działalności nadzorczej i kontrolnej. Łatwo jednak zauważyć, że społeczeństwo nie jest jeszcze gotowe na takie rozwiązania. Można powiedzieć, że potrzeby rynku pracy wyprzedziły możliwości adaptacyjne ludzi.

Warto jednak podkreślić, że w skali makro obserwuje się ciągle narastanie wolnego czasu. Jest to skutek pozytywnych zjawisk społecznych, jak i przejaw opisywanych już patologii objawiających się w budzecie czasu człowieka żyjącego u progu XXI wieku. Obok pożądanej wolności od codziennych obowiązków współczesny człowiek otrzymuje wątpliwy dar, jakim jest narastanie zjawiska wymuszonego czasu wolnego. Związki zawodowe walczące w okresie przemysłowego rozkwitu o skrócenie czasu pracy nie mogły przewidzieć tego, że po stu latach czas wolny dla niektórych ludzi okaże się przekleństwem.

Analizując budżet czasu, w tym czas wolny współczesnego człowieka, warto podkreślić, że zmiany objęły ludzi zarówno w wieku przedprodukcyjnym, produkcyjnym, jak i poprodukcyjnym. Z uwagi na wydłużony okres kształcenia, spowodowany brakiem pracy i koniecznością zdobycia specjalistycznego wykształcenia na coraz wyższym poziomie, wydłużyła się młodość.<sup>123</sup> Młodość jest okresem w życiu człowieka, który charakteryzuje się stosunkowo dużą ilością czasu wolnego. Brak wzorów spędzania czasu niweczy jednak w dużym stopniu możliwości, jakie stwarza ta wolność. O ile czas wolny młodzieży ściśle związany jest z czasem poświęcanym na naukę, to czas wolny ludzi w wieku produkcyjnym należy ciągle odnosić do czasu pracy. Analizując czas wolny osób w wieku produkcyjnym, można zauważyć dwa charakterystyczne zjawiska. Z jednej strony czas wolny współczesnego człowieka jest wydłużany zmniejszającą się liczbą godzin pracy i bezrobociem, a z drugiej strony skracany koniecznością podejmowania zatrudnienia na wielu etatach oraz zjawiskiem pracoholizmu. Pierwsza tendencja jest jednak dominująca i człowiek żyjący na początku XXI wieku ma o wiele więcej czasu wolnego, niż jego przodkowie. W 1880 roku w USA głowa rodziny musiała pracować 2000 godzin rocznie, aby zapewnić byt domownikom. U progu XXI wieku trzeba na to 400 godzin, a do 2030 roku wystarczy 300 godzin.<sup>124</sup> Przeszliśmy od 60-godzinnego tygodnia pracy w połowie XIX wieku, przez 48-godzinny, aż do 40-godzinnego na

---

<sup>123</sup> Por. Polacy przed 25 rokiem życia: Młodzi bierni lub bezrobotni, <http://serwisy.gazetaprawna.pl/praca-i-kariera/artykuly/931621,bezrobocie-wsrod-mlodych-polska.html>, dostęp z dnia: 20.12.2016, godz. 14.04; Rozpędowski M., Bezrobocie wśród młodych. Jak pokolenie Y radzi sobie na rynku pracy?, <http://www.money.pl/gospodarka/raporty/artykul/bezrobocie-wsrod-mlodych-jak-pokolenie-y,185,0,1932729.html>, dostęp z dnia: 20.12.2016, godz. 13.24; Rocznik Statystyczny Pracy 2015, GUS, <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/roczniki-statystyczne/roczniki-statystyczne/rocznik-statystyczny-pracy-2015,7,4.html>, dostęp z dnia: 20.12.2016, godz. 14.45.

<sup>124</sup> Denek K., Poza..., op. cit., s. 72.



przełomie XX i XXI wieku.<sup>125</sup> Nie jest to jednak koniec skracania dnia pracy. W Szwecji prowadzono eksperymenty polegające na wprowadzeniu 6-godzinnego dnia pracy.<sup>126</sup> Podobne rozwiązania są wprowadzane także w Polsce. W 2024 roku w Lesznie skrócono czas pracy urzędników do 35 godzin tygodniowo.<sup>127</sup> Wprowadzania podobnych rozwiązań należy spodziewać się też w innych krajach i na większą skalę. W ten sposób ludzie w wieku produkcyjnym otrzymają w niedalekiej przyszłości kolejne godziny, które każdego dnia będą mogli zagospodarować według swego uznania. Jeszcze większą ilością czasu wolnego może się cieszyć jednak człowiek, który kończy swoją aktywność zawodową i wchodzi w wiek poprodukcyjny. Obniżanie progu emerytalnego i poprawa warunków ludzkiego życia oraz rozwój medycyny sprawiły, że znacznie wzrosła populacja ludzi w tym wieku. Wydaje się, że obok czasu wolnego młodzieży, to właśnie czas wolny ludzi starszych wymaga głębszej analizy i wyznaczenia koniecznych kierunków działań w najbliższych latach.

Ilość czasu wolnego, jaką dysponuje współczesny człowiek, i sposoby jego wykorzystania, są ciągle mało zadowalające z punktu widzenia współczesnej pedagogiki. Nadal w nieporównywalnie lepszej sytuacji są ludzie zamożni. Ludzie ci mają zwykle więcej czasu wolnego i o wiele większe możliwości, aby wypełnić go w sposób, który będzie służył ich wszechstronnemu rozwojowi. Dostęp do kultury, rozwijanie hobby, czy też uczestnictwo w różnorodnych zajęciach zorganizowanych często wymaga sporych nakładów finansowych. Różnorodne bariery (ekonomiczne, społeczne, kulturowe oraz psychologiczne), które pojawiają się podczas wypełniania czasu wolnego sprawiają, że jest on często wypełniany zajęciami mało konstruktywnymi, zwykłym „nicnierobieniem”, a niekiedy aktywnościami destruktywnymi z punktu widzenia samej jednostki, jak też społeczeństwa. Czas wolny stwarza więc ogromne szanse, ale jest jednocześnie polem licznych zagrożeń.

### **1.5.Czas wolny młodzieży, jego szanse i zagrożenia**

Zauważalna w ostatnich latach tendencja do zwiększania się ilości czasu wolnego od pracy zawodowej lub szkoły staje się przedmiotem licznych analiz, także na gruncie pedagogiki. Dyskusji poddawane są treści, zadania i zakres, który obejmuje czas wolny. Podkreśla się znaczenie czasu wolnego dla wszechstronnego rozwoju jednostki oraz rolę, jaką

---

<sup>125</sup> Truszkowska-Wojtkowiak M., op. cit., s. 55.

<sup>126</sup> Wachnicki M., Szwecja testuje 6-godzinny dzień pracy. "Pracownicy biorą wtedy mniej wolnego", [http://wyborcza.pl/1,76842,16082005,Szwecja\\_testuje\\_6\\_godzinny\\_dzien\\_pracy\\_\\_\\_Pracownicy.html](http://wyborcza.pl/1,76842,16082005,Szwecja_testuje_6_godzinny_dzien_pracy___Pracownicy.html), dostęp z dnia: 20.12.2016, godz. 12.45.

<sup>127</sup> Rozalska M., 35-godzinny tydzień pracy dla urzędników miejskich; Leszno wprowadza pilotaż, Serwis Samorządowy PAP, <https://samorzad.pap.pl/kategoria/praca/35-godzinny-tydzien-pracy-dla-urzednikow-miejskich-leszno-wprowadza-pilotaz>, dostęp z dnia: 22.09.2024, godz. 21:28.

pełni czas wolny we współczesnej kulturze. Obok niewątpliwych szans, jakie niesie ze sobą posiadanie czasu wolnego, zauważa się jednak liczne zagrożenia, które się z nim wiążą.

Czas wolny może stwarzać doskonałe pole do odpoczynku, może stwarzać liczne możliwości rozrywki, może także być podłożem wszechstronnego rozwoju jednostki, czy też dawać szansę na różnorodne kontakty społeczne. Aby jednak czas wolny pełnił przypisywane mu funkcje, musi być wypełniony odpowiednimi treściami. Nie można go postrzegać jedynie jako wolność od czegoś (najczęściej od obowiązków szkolnych i pracy zawodowej). Powinien być swoistą wolnością do czegoś; do takich aktywności, które pozwolą na zaspokojenie potrzeb jednostki.

Dzierżymir Jankowski wyraża pogląd, że „czas wolny człowieka daje duże możliwości tworzenia sytuacji sprzyjających osiągnięciu celów edukacji kulturalnej. To w jego obrębie jednostka oddaje się z własnego wyboru różnym czynnościom komunikowania symbolicznego, a więc ma szansę w pełni podmiotowego uczestnictwa w kulturze warunkującego w wysokim stopniu jej samorealizację.”<sup>128</sup> Czas wolny daje więc możliwości edukacji młodych ludzi do uczestnictwa w kulturze. Poprzez odpowiednio dobrane i we właściwy sposób oferowane młodym ludziom formy spędzania czasu wolnego, mogą oni przejąć swoje dziedzictwo kulturowe. O wiele łatwiej poznać i przyswoić sobie pewne tradycje, wzory i wartości, jeśli są one przekazywane poprzez uczestnictwo w aktywnościach, które podejmuje się dobrowolnie i dla przyjemności. Chodzi więc o to, aby oferty wolnoczasowe kierowane do młodzieży były bogate w te wzory, które są powszechnie uznawane za cenniejsze przez ogół społeczeństwa.

Czas wolny w społeczeństwie postindustrialnym i informacyjnym oraz demokratycznym jest istotnym składnikiem jakości życia ludzi.<sup>129</sup> Jakość życia można rozumieć jako swoisty zespół elementów, na który składa się bogactwo przeżyć, poziom świadomości, poziom aktywności, twórczość i współuczestnictwo w życiu społecznym.<sup>130</sup> O jakości życia decyduje jakość codziennych przeżyć. Im bardziej jednostka czuje się w swoim życiu spełniona, tym wyższą jakość przypisuje swojemu życiu. Spełnienie to jest w dużym stopniu uzależnione od poczucia sprawstwa i możliwości wpływania na swoje życie. To właśnie w czasie wolnym człowiek w największym stopniu o sobie decyduje. Wybór właściwego sposobu spędzania czasu wolnego może być powodem zadowolenia z życia. Kazimierz Migdał zauważył, że zachodzi zależność między jakością życia, a czasem wolnym,

---

<sup>128</sup> Jankowski D., *Pedagogika...*, op. cit., s. 157.

<sup>129</sup> *Ibid.*, s. 158.

<sup>130</sup> Tomaszewski T., *Ślady i wzorce*, WSiP, Warszawa 1976, s. 206.

w szczególności między czynnościami czasu wolnego motywowanymi wewnętrznie<sup>131</sup>. Dodał także, że „istnieje powiązanie między zdrowiem a rodzajem aktywności w czasie wolnym. Ludzie zdrowi na ogół są bardzo aktywni, wykonują lub uczestniczą w zajęciach wymagających ruchu i wysiłku fizycznego. Ludzie z różnymi dolegliwościami unikają ruchu i wysiłku fizycznego.”<sup>132</sup> Można więc stwierdzić, że czas wolny może być istotnym czynnikiem wpływającym na jakość życia współczesnych ludzi.

O wiele trudniej o poczucie jakości życia, jeżeli czas wolny jednostki nie spełnia odpowiednich kryteriów jakościowych. To nie ilość czasu wolnego decyduje o jakości naszego życia, a sposoby jego wypełniania. „W społeczeństwie konsumpcyjnym problem czasu wolnego to nie brak tego czasu czy zbyt duża jego ilość, to – przede wszystkim – brak poczucia sensownego jego wykorzystania.”<sup>133</sup> Poczucie sensownego wypełnienia czasu wolnego jest oczywiście sprawą bardzo subiektywną. Nie zmienia to jednak faktu, że im większe możliwości w zakresie form spędzania czasu wolnego, tym większe szanse na poczucie satysfakcji z ich wyboru, a tym samym większe szanse na poczucie satysfakcji z jakości życia.

Zadowolony z życia człowiek, który dysponuje czasem wolnym może go przeznaczyć na rozwijanie swoich zdolności oraz na dążenie do realizacji swojego potencjału, czyli obudzenie drzemających w nim możliwości. Może więc w czasie wolnym dążyć do samorealizacji. „Samorealizacja jako proces aktualizowania potencjalnych zdolności i osiągnięcia przez jednostkę ludzką poczucia szczęścia oraz subiektywnie odczuwany dobrostan zadowolenia z życia przebiega w różnorodnych obszarach komunikacja społecznej.”<sup>134</sup> Jednym z takich obszarów jest czas wolny spędzany w grupie z wyboru i zgodnie z przyjętymi w tej grupie wzorcami. Różnorodne aktywności wolnoczasowe mogą być podłożem samorealizacyjnego spełnienia oraz szansą na rozwój osobowości zgodny z aspiracjami i możliwościami jednostki.

Lucjan Turowski jest orędownikiem poglądu, że w czasie wolnym dokonuje się proces autokreacji jednostki. Według niego, to w czasie wolnym dokonuje się praca nad sobą, nad kształtowaniem własnej osobowości i swojej drogi życiowej, nad doskonaleniem swojego charakteru, nad „poprawianiem natury”, nad dorastaniem do społecznych ról, zadań i sytuacji,

---

<sup>131</sup> Migdał K., Psychologia czasu wolnego, ALMAMER, Warszawa 2011, s. 44.

<sup>132</sup> Ibid.

<sup>133</sup> Kapuścik-Nowalska D., Czas wolny czy czas niewolny? O znaczeniu czasu wolnego w społeczeństwie konsumpcyjnym (w:) Muszyński W. (red.), Czas ukoj nas? Jakość życia i czas wolny we współczesnym społeczeństwie, Adam Marszałek, Toruń 2008, s. 32.

<sup>134</sup> Wolter E., Samorealizacja w czasie wolnym (w:) Ciżkowska K., Sobczak M., (red.), Czas wolny – uwarunkowania społeczno-ekonomiczne i przyrodnicze, WSG, Bydgoszcz 2007, s. 63-64.

nad uczeniem się życia i osiągnięcia zamierzonych celów.<sup>135</sup> To w czasie wolnym człowiek ma czas na autorefleksję i autoanalizę. Czas wolny pozwala oderwać się od wszelkich obowiązków i skupić się tylko na swoich potrzebach. „Autokreacja w swej najgłębszej istocie polega na kształtowaniu przez daną jednostkę – pożądanym przez nią i oczekiwanym przez społeczeństwo – cech osobowości i na jej integracji umożliwiającej zgodnie z wybranym systemem wartości działanie i funkcjonowanie.”<sup>136</sup> Autokreacja manifestuje się w swobodzie wyboru pracy, ale też w światopoglądzie, stylu życia, preferowanych formach aktywności w czasie wolnym, ulubionych sposobach odpoczynania czy w faworyzowanych formach rozrywki. Dzięki tym aktywnościom zwiększa się poczucie własnej wartości oraz rozwija się poczucie sensu życia.

Czas wolny jest okazją do ekspresji działań twórczych. „W ramach czasu wolnego szukamy sposobu na przejawianie przez ich uczestników postaw twórczych i rozwijanie tych postaw, głównie przez kształtowanie w nich dążenia i zamiłowania do zachowania się w sposób aktywny i twórczy oraz przez wyrabianie umiejętności i chęci uprawiania zajęć twórczych.”<sup>137</sup> Aktywność twórcza polega na działaniach podjętych z własnej woli; na działaniach wynikających z własnego zainteresowania i zamiłowania, a zmierzających do zdobycia wiedzy i umiejętności. Tak rozumiane aktywności twórcze doskonale wpisują się w czas wolny. Mogą być odpowiedzią na potrzeby ekspresji działań twórczych oraz decydowania o sobie, czyli potrzeby szczególnie silne w okresie młodości.

Od rodzaju aktywności podejmowanych w czasie wolnym zależy więc poziom zaspokojenia wielu potrzeb (w tym psychicznych) człowieka. Można więc powiedzieć, że czasowi wolnemu można przypisać określone pozytywne skutki psychologiczne. Próby stworzenia listy korzystnych oddziaływań czasu wolnego na osobowość jednostki podjął się Kazimierz Migdał. Stwierdził, że należą do nich:

- dostrzeżenie sensu przyjaźni, niezależność, autonomia, zwiększenie własnych kompetencji;
- poprawa poczucia własnej wartości, zwiększenie wiary w siebie, rozwój zdolności przywódczych, rozwój zdolności do relacji z innymi ludźmi, większa tolerancyjność i zrozumienie, pełniejsze zrozumienie sensu wartości i wzmocnienie zdolności twórczych;

---

<sup>135</sup> Turoś L., Autokreacja w czasie wolnym (w:) Ciżkowska K., Sobczak M., (red.), Czas wolny – uwarunkowania społeczno-ekonomiczne i przyrodnicze, WSG, Bydgoszcz 2007, s. 51.

<sup>136</sup> Ibid., s. 53.

<sup>137</sup> Truszkowska-Wojtkowiak M., op. cit., s. 173.

- głębsza refleksja, większa orientacja w sferze osobistych wartości duchowych;
- wzrost sprawności poznawczych, zdolność do lepszego rozwiązywania problemów;
- lepsza zdolność przystosowania się i elastyczność, wzmocnienie poczucia humoru i serdeczności, zwiększenie korzystania z życia, bardziej zrównoważona kompetencyjność;
- wzmocnienie poczucia sensu własnego miejsca w życiu i społeczeństwie, większa wiedza z zakresu historii, kultury, przyrody, państwa, itd., bardziej pozytywny pogląd na świat;
- nabycie i wzmocnienie przekonania o własnych możliwościach: „ja to mogę (potrafię) zrobić”;
- zmniejszenie poczucia osobistej alienacji.<sup>138</sup>

Korzyści te mają charakter potencjalny. Mogą zostać osiągnięte, ale nie są nieuniknione.

Czas wolny stwarza jednak nie tylko możliwości rozwoju jednostkowego. Małgorzata Bombol szczególne szanse rozwojowe czasu wolnego widzi też w sferze społecznej i gospodarczej.<sup>139</sup> Czas wolny w wymiarze społecznym wiąże się z możliwością budowania kapitału społecznego, z pobudzaniem procesów integracji społecznej, z podnoszeniem poziomu i jakości życia, inkluzją społeczną (przywracaniem jednostek wykluczonych społeczeństwu) czy też tworzeniem wzorów konsumpcji wolnoczasowej.<sup>140</sup> Z kolei w wymiarze gospodarczym czas wolny ma m.in. znaczenie w budowaniu infrastruktury wolnoczasowej, wpływa na system prawny regulujący zatrudnienie (gwarantowany czas odpoczynku, płatne urlopy, elastyczne formy pracy) czy też wpływa na poziom konsumpcji w tej sferze gospodarki, która jest ściśle z nim powiązana.<sup>141</sup> Czas wolny wpływa więc na wszystkie istotne źródła rozwoju społeczno-gospodarczego, czyli na potencjał jednostek, społeczeństwa oraz szeroko rozumianego otoczenia gospodarczego, prawnego i instytucjonalnego. Bez odpowiednio wypełnionego czasu wolnego społeczeństwa trudno o odpowiedni poziom rozwoju społeczno-gospodarczego.

Wielu pedagogów jednak wątpi w to, czy czas wolny pełni wszystkie przypisywane mu funkcje i, czy ludzie dysponujący czasem wolnym wykorzystują szanse, jakie się z tym czasem wiążą. D. Jankowski zadał następujące pytanie: „czy wzrastająca liczba ludzi dysponujących stosunkowo dużą ilością czasu wolnego zdaje sobie sprawę z jego znaczenia i wypełnia go zajęciami, które są dla nich korzystne: rozwijającą zabawą, rozrywką, czynną regeneracją sił

---

<sup>138</sup> Migdał K., op. cit., s. 39.

<sup>139</sup> Bombol M., op. cit., s. 45-47.

<sup>140</sup> Ibid., s. 46.

<sup>141</sup> Ibid., s. 47.

psychofizycznych, twórczością, a także stwarzającymi okazje do nawiązywania kontaktów społecznych opartych na zespołowym działaniu?<sup>142</sup> Od razu na to pytanie odpowiada, twierdząc że jest to sprawa bardzo wątpliwa. Podobnego zdania jest Kazimierz Denek, który uważa, że czas wolny jest szansą, ale i jednocześnie zagrożeniem, zwłaszcza dla dzieci i młodzieży. Nadmiar czasu wolnego, nieumiejętność jego spożytkowania, lenistwo, próżniactwo, wygodnictwo i pustka wewnętrzna mogą doprowadzić do różnego rodzaju dewiacji.<sup>143</sup> Warto więc bliżej przyjrzeć się zagrożeniom, które mogą wiązać się z niewłaściwie wypełnianym czasem wolnym.

Czas wolny może się jednak stać zagrożeniem, gdy w naszym życiu funkcjonuje jako „pusty czas”, „czas próżniaczy” czy też „czas niezajęty”. „Ma to miejsce wtedy, gdy nie potrafimy zorganizować i spędzać go w interesie rozwoju osobowości jednostki i społeczeństwa”<sup>144</sup>. Powszechna społeczna apatia, brak chęci i nieumiejętność podejmowania konstruktywnych działań, lenistwo, wygodnictwo czy wewnętrzna pustka ukierunkowuje skutki czasu wolnego na ich negatywną stronę. Nowoczesność i przemiany ustrojowe w Polsce doprowadziły do wytworzenia się z części społeczeństwa grupy osób nieradzących sobie z rzeczywistością społeczno-polityczno-gospodarczą. Są to bezrobotni oraz ludzie o niskim statusie materialnym. Ta swoista apatia doprowadza do paradoksu polegającego na tym, że czasu wolnego najwięcej mają ci, którzy najmniej potrafią (i mogą) czerpać z niego korzyści. „Czas wolny wypełniony pustką i bezczynnością sprzyja popadaniu w pijaństwo, narkomanię, konsumpcjonizm i zależność od taniej rozrywki”<sup>145</sup>. Taka sytuacja ma związek z ogólnymi zmianami panującymi w kulturze. Aby przeciwdziałać tym zjawiskom, konieczna jest edukacja do czasu wolnego oraz podjęcie zintensyfikowanych działań mających na celu likwidację barier związanych z konstruktywnym wypełnianiem czasu wolnego (zwłaszcza młodych ludzi).

Czasu wolnego bywa wypełniony masową rozrywką. Szczególnie podatna na tego typu oddziaływania jest młodzież. „Kultura masowa odnosi się do zjawisk współczesnego przekazywania wielkim masom odbiorców identycznych lub analogicznych treści płynących z nielicznych źródeł oraz jednolitych form zabawowej, rozrywkowej działalności wielkich mas ludzkich”<sup>146</sup>. Wielki wpływ na młodzież ma kultura popularna, kultura rozrywki, która nie ma do zaproponowania wielu racjonalnych wzorów. „Ponieważ mass media i nowe media (komputer, Internet, wirtualizacja multimedialna, telefonia komórkowa) są głównymi,

---

<sup>142</sup> Jankowski D., *Pedagogika...*, op. cit., s. 167.

<sup>143</sup> Denek K., *Poza...*, op. cit., s. 77.

<sup>144</sup> *Ibid.*, s. 77.

<sup>145</sup> *Ibid.*

<sup>146</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1980, s. 95.

domowymi środkami aktywności kulturalnej, i to nadal z wielu powodów atrakcyjnymi, wszelkie pozadomowe inicjatywy aktywności kulturalnej napotykały trudności, a nawet zajęcia te jawią się wielu ludziom wręcz jako niedostępne pod względem intelektualnym, emocjonalnym oraz ekonomicznym.”<sup>147</sup> Media stają się dziś potężnym pasem transmisyjnym kultury popularnej. Telewizja, Internet i inne media nie ochroniły się przed wszechobecnym pieniądzem. Nawet telewizja publiczna odstępuje od swojej misji rozpowszechniania społecznie pożądanego sposobu zachowania na rzecz zysku. Jest to osiągnięte poprzez propagowanie łatwego do przyjęcia stylu życia wypracowanego przez marketing wielkich korporacji zorientowanego na dotarcie do potrzeb konsumenta – potrzeb, które sam kształtuje.

Odbiorcy masowej kultury stali się głównie konsumentami. Społeczeństwo nie potrzebuje ani masowej przemysłowej siły roboczej, ani pochodzącej z poboru armii. Potrzebuje natomiast swych członków jako konsumentów.<sup>148</sup> Potrzeby konsumenckie są ciągle rozbudzane. Konsumenta pozostawia się w stanie stałego niezaspokojenia. „Cała nasza gospodarka w dużej mierze stała się gospodarką jałową, w której rzeczy muszą być pochłaniane i wyrzucane prawie tak szybko, jak pojawiły się na świecie, w przeciwnym bowiem razie sam ów proces zakończyłby się katastrofą”<sup>149</sup>. Człowiek żyje w kulturze chwili, w której konsumpcjonizm wymusza na człowieku określone zachowania. Czas wolny w takiej sytuacji jest tylko czasem wolnym pozornie, ponieważ decyzje jednostki, w tym decyzje o sposobie wypełnienia czasu wolnego są często podyktowane chwilową modą kultury popularnej.

Agata Matysiak-Błaszczyk jest zdania, że znakiem naszych czasów jest komercjalizacja form aktywności w czasie wolnym.<sup>150</sup> Komercyjność ta polega przede wszystkim na tym, że ludziom są oferowane sposoby spędzania czasu wolnego, za które trzeba zapłacić. Ken Roberts dostrzega w tym istotny problem. Stwierdził, że pełne uczestnictwo w czasie wolnym wymaga znacznych nakładów finansowych, a to może prowadzić do wykluczenia osób mniej zamożnych.<sup>151</sup> Wykluczenie to jest realnym zagrożeniem, ponieważ oferta zajęć wolnoczasowych jest w dużej mierze skomercjalizowana. Ponadto, ludzie spędzają czas wolny w sposób, który obecnie jest narzucany czy preferowany przez większość społeczeństwa<sup>152</sup>.

---

<sup>147</sup> Jankowski D., *Pedagogika...*, op. cit., s. 165.

<sup>148</sup> Bauman Z., *Globalizacja...*, op. cit., s. 95.

<sup>149</sup> Arendt H., op. cit., s. 148.

<sup>150</sup> Matysiak-Błaszczyk A., *Czas wolny dzieci i młodzieży mieszkającej na terenach miejskich*, *Studia Edukacyjne*, nr 69, 2023, s. 40, <https://pressto.amu.edu.pl/index.php/se/article/view/41641>, dostęp z dnia: 20.08.2024, godz. 16:05.

<sup>151</sup> Roberts K., *The Leisure of Young People in Contemporary Society*, *Arbor*, nr 754, 2012, s. 333.

<sup>152</sup> Matysiak-Błaszczyk A., *Czas wolny dzieci i młodzieży mieszkającej na terenach miejskich*, *Studia Edukacyjne*, nr 69, 2023, s. 40, <https://pressto.amu.edu.pl/index.php/se/article/view/41641>, dostęp z dnia: 20.08.2024, godz. 16:05.

Wypełniają oni swój czas wolny modnymi formami aktywności. Moda ta jest narzucana zarówno przez środki masowego przekazu, jak i najbliższe środowisko. Powielanie tych wzorów zachowań (często bezrefleksyjnie) zwykle nie służy interesowi jednostki.

Kolejnym istotnym elementem współczesnej rzeczywistości kulturowej, który determinuje wzorce spędzania czasu wolnego młodzieży jest globalizm. Rozumiany jest on jako zjawisko wzrastającej współzależności zdarzeń w oddalonych od siebie miejscach globu. Jest to efekt rozwoju cywilizacyjnego, który doprowadził do tego, że człowiek żyje w „globalnej wiosce”. Globalizm należy rozpatrywać z punktu widzenia kulturowego i ekonomicznego. „Narastanie międzynarodowych powiązań ekonomicznych toruje drogę powiązaniom pozaekonomicznym – jak to bywało zazwyczaj w przeszłości, ale w ramach mniejszych i z czasem coraz bardziej wzrastających obszarów”<sup>153</sup>. Globalny handel i środki masowego przekazu sprawiły, że ogromny i nieodgadniony niegdyś świat stał się mały. Możliwy stał się swobodny przepływ kapitału i pieniędzy. Globalizm stworzył wielkie szanse integracji i rozwoju, ale też i zagrożenia.

Zygmunt Bauman twierdzi, że współczesny świat zapala zielone światło dla turystów, a czerwone dla włóczęgów. Turyści podróżują lub nie, bo tak chcą, bo taką decyzję uznali za najlepszą strategię życiową. Włóczędzy są odpadkami ponowoczesnego świata. Podróżują, bo muszą, bo nie ma dla nich miejsca, bo niegościnnie lokalny świat jest dla nich nie do zniesienia.<sup>154</sup> Podstawową częścią tego świata jest bowiem fakt wykluczania, segregacji i separacji. To, co dla jednych jest wspaniałym krokiem cywilizacji w przód, okazuje się dla innych drogą bez powrotu ku zagładzie. Globalizm zarzuca nas pewną wizją świata przekazywaną przez środki masowego przekazu – kulturą masową. Oznacza to, że znacznie została ograniczona możliwość sprawowania kontroli nad własnym życiem, a co za tym idzie osłabieniu uległ poziom poczucia podmiotowości wielu ludzi. Zmniejszeniu uległa też swoboda w decydowaniu o sobie w czasie wolnym.

Życie w globalnym świecie, w którym człowiek jest bombardowany produktami popkultury doprowadza do swoistego paraliżu tych, którzy nie potrafili się przystosować. „Posiadanie wszystkiego w zasięgu ręki uniemożliwia im nawet wykonanie ruchu w stronę choćby minimalnego czegoś. Ponieważ nadmiar realnych możliwości jest dla coraz większej części ludzi niedostępny, a walka o nie zbyt trudna, zastępują go przesytem doznań

---

<sup>153</sup> Tyszka Z., op. cit., s. 15.

<sup>154</sup> Bauman Z., Globalizacja..., op. cit., s. 108-110.



iluzorycznych”<sup>155</sup>. Polega to na dostarczaniu ludziom żyjącym na marginesie społeczeństwa dróg ucieczki od rzeczywistości. Jest to ucieczka w nierealny świat stworzony przez środki przekazu, rozrywkę czy środki odurzające. W świecie, który pozornie stwarza nieograniczone możliwości, młodzi ludzie spędzają czas przed ekranem telewizora lub monitora, a bogate i różnorodne bezpośrednie relacje interpersonalne zastąpili kontaktami poprzez aplikację Messenger. „Doprawdy nie jest rzeczą niewyobrażalną, że epoka nowożytna – która rozpoczęła się bezprecedensowym i obiecującym wybuchem ludzkiej aktywności – może zakończyć swoje dzieje najbardziej nieludzką, jałową biernością”<sup>156</sup>. Człowiek dostaje globalną, gotową papkę i środki zastępcze odwracające jego uwagę od problemów i możliwości ich rozwiązania oraz tłumiące jego potencjalną aktywność. Czas wolny jest tu niejako ofiarą tych zmian, ale może być jednocześnie polem do przewyciężenia tej ludzkiej bierności i apatii.

Aleksander Kamiński czas wolny rozpatrywał jako wczasy, czyli pedagogicznie wartościowy czas, który realizuje funkcje odpoczynku, zabawy i pracy nad sobą. Z tego też względu do aktywności wolnoczasowych nie zaliczał destruktywnych form. Nie ulega jednak wątpliwości, że tego rodzaju aktywności także wypełniają czas wolny młodych ludzi. Jedną z przyczyn takiego stanu rzeczy jest niedostosowanie ofert wolnoczasowych do potrzeb ludzi dysponujących niezagospodarowanym czasem. Nagła inwazja wolnego czasu zastała ludzi kompletnie nieprzygotowanych. Doszło do tego, że ludzie mają czasu wolnego więcej, niż mogą zużyć – niż jest to dla nich dobre.<sup>157</sup> Ludzie otrzymali czas, z którym sami nie są w stanie sobie poradzić. Wraz ze wzrostem ilości czasu wolnego nie wzrasta, niestety, liczba ofert, które mogą wzmacniać wszechstronny rozwój człowieka i kształtować więzi społeczne. Czas wolny sprawia, że ludzie czują się jeszcze bardziej zagubieni. Bariery psychologiczne i kulturowe, niedostatki finansowe, czy wreszcie marazm, apatia i brak kreatywności sprawiają, że ludzie czas wolny wypełniają destruktywnymi formami. Szczególnie podatna na podejmowanie społecznie nieakceptowanych aktywności w czasie wolnym jest młodzież.

Rozpad podstawowej komórki społecznej, jaką jest rodzina, słabnąca rola szkoły, brak wzorów zachowań, osłabienie się kontroli społecznej doprowadziły do narastania zachowań dewiacyjnych wśród dzieci i młodzieży. Przejawiają się one kradzieżami, bójkami, rozbojami czy nawet zabójstwami. Coraz częściej są one popełniane przez młodych ludzi. Nikotynizm, alkoholizm, narkomania, czy wreszcie seksoholizm, także są problemami coraz młodszej

---

<sup>155</sup> Jacyno M., Jawłowska A., Kempny M., *Kultura w czasach globalizacji*, Wydawnictwo IfiS PAN, Warszawa 2004, s. 98.

<sup>156</sup> Arendt H., op. cit., s. 348.

<sup>157</sup> Danecki J., *Jedność podzielonego czasu*, Książka i Wiedza, Warszawa 1974, s. 197.

generacji Polaków. Czas wolny wypełniają destruktywne zabawy, które świadomie pominął Aleksander Kamiński w klasyfikowaniu czynności wolnoczasowych. Wzrost przestępczości i demoralizacji nieletnich jest spowodowany osamotnieniem młodego człowieka, pozostawieniem go samemu sobie – bez wzorów, autorytetów i perspektyw na przyszłość. Jednym z najpoważniejszych problemów jest występowanie wśród młodzieży przemocy i agresji. „Swoistym przejawem brutalizacji życia społecznego jest agresywne zachowanie młodocianych kibiców podczas imprez sportowych”<sup>158</sup>. Wraz z rozwojem zawodowstwa sport stał się widowiskiem. Jego niezwykła popularność sprawiła, że jest on podstawową częścią kultury masowej – atrakcyjną szczególnie dla młodzieży. Niestety, identyfikacja z jedną grupą kibiców, często przeradza się w nienawiść do sympatyków innego zespołu. Agresja wśród kibiców jest problemem dotyczącym świat sportu ze szczególnym natężeniem od kilkudziesięciu lat i w pierwszym dwudziestolecu XXI wieku ciągle nie wiemy, jak sobie z nim poradzić.

Wzrost ilości wolnego czasu i niewystarczająca ilość odpowiednich ofert jego zagospodarowania doprowadziły do tego, że część młodych ludzi trafia na ulicę, która jest ich podstawowym miejscem spędzania czasu. Młodych ludzi, którzy w ten sposób spędzają swój czas wolny możemy nazwać „dziećmi ulicy”. Pojęcie i zjawisko "dzieci ulicy" pojawiło i rozwinęło się wraz z postępującą industrializacją i urbanizacją. Jest ono obecne także dzisiaj w niemal każdym społeczeństwie. Choć początkowo odnosiło się głównie do dzieci z wielkich okręgów przemysłowych, to dziś można je zaobserwować w tak małych społecznościach, jaką jest wieś. Wieczory spędzane ze znajomymi na picciu alkoholu przy pobliskim sklepie, na przystanku autobusowym<sup>159</sup> lub pijalni piwa, to codzienność wielu młodych ludzi. Przyczyn nie da się jednoznacznie wyjaśnić. Dysfunkcyjne rodziny, odrzucenie przez rodziny, niepowodzenia szkolne, ubóstwo, skłonności osobnicze, takie jak chęć osiągnięcia niezależności, negacja wzorów wychowawczych, czy zwykła skłonność do włóczęgostwa, to tylko niektóre powody nasilania się zjawiska.<sup>160</sup> Jako główny powód trafiać młodych ludzi na ulicę wymieniana jest zła sytuacja ekonomiczna. Jednak to nie brak pieniędzy wygania młodych ludzi na ulicę, a ona sama ich przyciąga swoją atrakcyjnością. Kiedy nie znajdują oparcia w rodzinie, szkole, ani żadnym innym zinstytucjonalizowanym środowisku

---

<sup>158</sup> Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 130.

<sup>159</sup> Przystanek autobusowy jest jednym z ulubionych miejsc spędzania czasu wolnego przez młodzież ze wsi. Osoby spędzające w ten sposób czas nazywane są „przystankersami”. Por. Tomaszewska D., *Przystankersi – nowe zjawisko kulturowe w obszarze czasu wolnego młodzieży (w:) Muszyński W. (red.), Czas ukoi nas? Jakość życia i czas wolny we współczesnym społeczeństwie*, Adam Marszałek, Toruń 2008, s. 155-159.

<sup>160</sup> Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 149-150.

wychowawczym, wybierają ulicę, która stanowi najlepszą alternatywę, jaką znają. „Funkcje wychowawcze tych dzieci przejmują ulica, podwórko, pobliski plac - miejsca, w których dzieci niemal cały czas spędzają poza domem”<sup>161</sup>. Młodzi ludzie pozostawieni sami sobie jeszcze bardziej oddalają się od społeczeństwa. Jest to forma spędzania czasu wolnego, która stała się swego rodzaju „stylem życia”. To wielowymiarowe zjawisko jest uznawane za ważne zagrożenie czasu wolnego. Jednak przygotowanie właściwego wachlarza ofert wolnoczasowych skierowanych do młodzieży, ofert, które będą dla niej dostępne i będą odpowiadały jej potrzebom i zainteresowaniom może sprawić, że sytuacja się odwróci i czas wolny nie będzie pogłębiał tego zjawiska, a je niwelował.

Jak już wcześniej zostało wspomniane, Aleksander Kamiński przemilczał destruktywne formy spędzania czasu wolnego przy układaniu zestawu aktywności wolnoczasowych. Nie pomijał ich jednak zupełnie. Tego typu zachowania określał jako „zabawę na manowcach”. Jest to zabawa polegająca na pijaństwie, ekscesach seksualnych, chuligańskim zabawianiu się kosztem krzywdzonego człowieka oraz wandalizm.<sup>162</sup> W dzisiejszych czasach do zabaw na manowcach należy dodać m.in. narkomanię, agresję, wagarowanie, hejt w Internecie. Te formy spędzania czasu wolnego, choć potępiane przez ogół społeczeństwa, są najczęściej praktykowane w grupach koleżeńskich, które wytworzyły własny system norm moralnych. „Rozrywka na manowcach jest autentyczną rozrywką i spełnia właściwe funkcje rozrywki. Ale ponieważ gwałci ogólne reguły społeczno-moralne, budzi sprzeciw ogromnej większości społeczeństwa - nie może być tolerowana”<sup>163</sup>. Pomimo tego, że spełnia ona jedną z trzech podstawowych funkcji czasu wolnego, nie może zostać uznana jako społecznie akceptowana forma jego spędzania.

Różnorodność form spędzania czasu wolnego sprawia, że może on stwarzać szanse do wszechstronnego rozwoju, jak też stanowić poważne zagrożenie dla funkcjonowania zarówno jednostki, jak i całego organizmu społecznego. W najbliższej przyszłości należy się spodziewać narastania tego czasu w życiu większości ludzi. Osobną kategorię stanowią ludzie, którzy w wirze pracy, pogoni za pieniądzem i bezgranicznemu oddaniu obowiązkom nie potrafią znaleźć dla siebie ani chwili wolnego czasu. Jedni wymagają pokierowania ich czasem, zaoferowania im możliwości wypełnienia go, a drudzy uświadomienia znaczenia czasu wolnego w życiu człowieka i pomocy w wygospodarowaniu go z budżetu czasowego. Niezbędna wydaje się w życiu współczesnego człowieka edukacja do czasu wolnego.

---

<sup>161</sup> Ibid., s. 149.

<sup>162</sup> Kamiński A., *Czas...*, op. cit., s. 116.

<sup>163</sup> Ibid., s. 116-117.

Aby czas wolny służył odpoczynkowi, rozrywce, rozwojowi i poszukiwaniu przez człowieka własnego miejsca w społeczeństwie, trzeba nauczyć go z niego korzystać. Nie jest to jednak łatwe do osiągnięcia, ponieważ „umiejętność ta wiąże się przecież z całym stylem życia, z całą strukturą osobowości”<sup>164</sup>. Konieczne wydaje się wychowywanie człowieka do racjonalnego i konstruktywnego spędzania czasu wolnego już od najmłodszych lat. „Ludziom w młodym wieku brak zaś głównie jakiegoś przewodnika po coraz rozleglejszym i zmiennym terenie współczesności”<sup>165</sup>. Potrzebny jest ktoś, kto będzie potrafił przekazywać dzieciom, a później młodzieży odpowiednie wzorce spędzania czasu wolnego. Najważniejszą rolę w kształtowaniu postaw wobec czasu wolnego odgrywają rodzice. Obok domu rodzinnego należy zwrócić uwagę na wzory spędzania czasu wolnego funkcjonujące w nieformalnych grupach rówieśniczych, szkole, organizacjach społecznych i młodzieżowych oraz środowisku lokalnym i działających w nim np. domach kultury, świetlicach i klubach.<sup>166</sup> Osoby, grupy i instytucje, które składają się na środowisko wychowawcze młodzieży, są odpowiedzialne za pobudzenie jej do przyswajania wartości moralnych i zgodnych z nimi zachowań społecznych, odpowiadających ideałowi wychowawczemu społeczeństwa.<sup>167</sup> Niezwykle ważne jest, aby ideał ten zawierał w sobie konstruktywne wzory spędzania czasu wolnego. Wychowanie do czasu wolnego (wczasów) powinno przygotowywać do racjonalnego, pożytecznego i rozumnego wykorzystania czasu wolnego.

Należy także pamiętać o rozbudowie infrastruktury wolnoczasowej. Tylko bogata oferta wolnoczasowa, która jednocześnie będzie odzwierciedleniem aktualnych potrzeb młodych ludzi może stać się alternatywą dla wszelkiego rodzaju niewłaściwych, z punktu widzenia pedagogiki, aktywności wolnoczasowych.

Czas wolny daje nieograniczone szanse rozwoju indywidualnego i społecznego, ale jest jednocześnie polem wielu zagrożeń i pułapek. Jeżeli młodzi ludzie otrzymają odpowiednie wzory wartościowego, umiejętnego, pożytecznego, zdrowego, moralnego i kulturalnego wypełniania czasu wolnego, jeżeli wskażemy im, w jaki sposób kreować swój czas wolny i jak poszukiwać odpowiednich ofert w zakresie czasu wolnego, jeżeli wreszcie przygotowujemy im odpowiednią ofertę zajęć wolnoczasowych, to bez wątplenia czas wolny może pełnić wszystkie pożądane funkcje, które są mu przypisywane.

---

<sup>164</sup> Dąbrowski Z., op. cit., s. 26.

<sup>165</sup> Ibid., s. 27.

<sup>166</sup> Denek K., Ku dobrej edukacji, op. cit., s. 113.

<sup>167</sup> Pięta J., Pedagogika czasu wolnego, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 215.

## 2. Czas wolny jako zjawisko kulturowe

Kultura wyznacza sposób życia ludzi. Dzieje się to poprzez postawy, wierzenia, wartości i wzory zachowania, które obowiązują w danym społeczeństwie w określonym czasie. Kultura determinuje więc także sposoby spędzania czasu wolnego przez ludzi. Sam czas wolny może być postrzegany zarówno jako następstwo, jak i czynnik rozwoju kultury.

Aby lepiej zrozumieć jakąś kulturę, warto z ogólnej rzeczywistości kulturowej wydzielić takie jej dziedziny, które w jak najbardziej rzetelny sposób oddają praktykę życia społecznego. Można więc rozpatrywać kulturę w wąskim, symbolicznym/aksjologicznym rozumieniu i wydzielać np.: kulturę rolną, kulturę polityczną, kulturę gospodarczą i oczywiście kulturę czasu wolnego.

Ukazanie czasu wolnego, jako elementu kultury, wymaga opisu zjawisk i procesów o tym decydujących, które postaram się przybliżyć w tym rozdziale. Zaczę jednak od zdefiniowania podstawowych pojęć, w tym samego pojęcia kultura.

### 2.1. Pojęcie kultury

Marian Golka zauważył, że gdybyśmy zapytali kilka przypadkowych osób czym jest kultura, to każda z tych osób miałaby coś do powiedzenia, ale uzyskalibyśmy kilka różnych odpowiedzi.<sup>168</sup> Nie ma w tym nic nadzwyczajnego, ponieważ pojęcie to funkcjonuje w naszym codziennym języku, a jego szerokie rozumienie powoduje, że może być używane w różnych kontekstach i znaczeniach. Dla jednych kulturą jest nienaganny sposób zachowania, dla innych są to, na przykład, zwyczaje przekazywane z pokolenia na pokolenie. Ta niejednorodność definicyjna nie jest charakterystyczna wyłącznie dla potocznego języka, ale zauważalna jest także w publicystyce, a nawet rozważaniach naukowych. Pojęcie kultury, chyba jak żadne inne, doczekało się bowiem wielu definicji funkcjonujących w teorii i praktyce. Golka zwrócił uwagę na ciekawy aspekt oddający w pewien sposób istotę kultury. Zauważa mianowicie, że „różne sposoby pojmowania kultury są oczywiście przejawem kultury i trzeba je zaakceptować”<sup>169</sup>. Już w tym stwierdzeniu można dostrzec pewien sposób rozumienia kultury – sposób akcentujący jej złożoność. Zygmunt Bauman uważał, że ta wieloznaczność „w mniejszym stopniu wynika z różnych sposobów definiowania kultury, co z nieprzystawalności tradycji intelektualnych, które na skutek rozmaitych uwarunkowań historycznych zbiegły się w tym pojęciu”<sup>170</sup>. Takie różnorodne stosowanie danego terminu jest często obserwowalne w przypadkach, gdy ma on długą, przednaukową historię. Warto więc przyjrzeć się bliżej temu

---

<sup>168</sup> Golka M., *Socjologia kultury*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2013, s. 37.

<sup>169</sup> Ibid.

<sup>170</sup> Bauman Z., *Kultura jako praxis*, PWN, Warszawa 2013, s. 89.

zjawisku i poszukać odpowiedzi na pytania: czym jest kultura i w jaki sposób definiowane jest jej pojęcie?

Rozpatrując znaczenie terminu „kultura”, w pierwszej kolejności należy rozróżnić jego oceniającą i opisową stronę. Zwrócił na to uwagę Jan Szczepański, który zauważył, że można odróżnić ludzi przestrzegających nakazów i zakazów od ludzi nietaktownych; ludzi znających dobre obyczaje i uprzejmych od prostaków i nieuków; wreszcie ludzi kulturalnych od niekulturalnych.<sup>171</sup> Ci pierwsi, zachowujący się kulturalnie, są oceniani pozytywnie, a ci drudzy, pozbawieni kultury, negatywnie. Takie oceniające rozumienie kultury ma jednak mniejsze znaczenie w nauce, niż ujęcie jej w sensie opisowym. W tym drugim znaczeniu zakłada się, że każda grupa społeczna i każda jednostka ma swoją kulturę i trudno w sposób wartościujący je zestawiać wyrokując, która z nich jest kulturą wyższą lub lepszą. Przywołując słowa Szczepańskiego, można zaznaczyć, że słowo kultura w rozumieniu potocznym „służy do opisanie czy też oznaczenia określonych układów przedmiotów, zjawisk i procesów”<sup>172</sup>. Podkreślenie tej dwoistości pojęcia kultury stanowi dobry punkt wyjścia dla próby przedstawienia wybranych definicji kultury, zastanowienia się nad ich znaczeniem oraz wskazaniem tej, która w największym stopniu może być użyteczna w badaniach nad współczesnym czasem wolnym.

Większość badaczy kultury jest zgodna co do tego, że genezy samego słowa należy doszukiwać się w łacińskim „cultura” lub „cultura agri”<sup>173</sup>, co oznaczało uprawę i uszlachetnianie roli. Z kolei w starożytnym Rzymie rozpoczął się, jak pisze M. Golka, „stopniowy proces nadawania temu terminowi nowych, a przy tym szerszych znaczeń zbliżonych do wychowania, nadawania poloru, ogłady itp.”<sup>174</sup> Znalazło to swoje odzwierciedlenie w I wieku p.n.e., kiedy to pisarz rzymski Marek Tulliusz Cynceron przeniósł termin kultura na teren humanistyki. Określił nim uprawę i uszlachetnienie życia duchowego. „Z tym najwcześniejszym rozumieniem kultury łączyło się wyobrażenie wewnętrznego wysiłku zmierzającego do przekształcenia sfery ludzkiego myślenia w sposób analogiczny do przeobrażeń, jakim ludzka praca poddawała naturalną strukturę gleby, zewnętrzny świat przyrody”.<sup>175</sup> Kultura jest zatem rozumiana w tym pierwotnym ujęciu jako rezultat działań odniesionych do zjawisk naturalnych, ale w pewien sposób przeciwstawiających się naturze;

---

<sup>171</sup> Szczepański J., *Elementarne pojęcia socjologii*, PWN, Warszawa 1970, s. 71-72.

<sup>172</sup> *Ibid.*, s. 72.

<sup>173</sup> Por. Włodarczyk E., *Kultura* (w:) Pilch J., (red.), *Encyklopedia Pedagogiczna XXI*. Tom II, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2003, s. 950; Golka M., *Socjologia kultury*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2013, s. 40; Kłosowska A., *Kultura masowa*, PWN, Warszawa 1983, s. 9.

<sup>174</sup> Golka M., *Socjologia kultury*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2013, s. 40.

<sup>175</sup> Kłosowska A., *Kultura masowa*, PWN, Warszawa 1983, s. 9.

jako ład narzucony przez człowieka, podporządkowany ustalonym przez niego wzorom i wzorcom, a przy tym – jako narzędzie zaspokojenia ludzkich potrzeb i sposób realizacji ludzkich celów w dziedzinie materialnego bytu.<sup>176</sup> Kultura w swoim pierwotnym, wąskim rozumieniu, stała się kulturą ducha, ponieważ człowiek mógł (i powinien) podejmować wysiłki zmierzające do uprawy duszy.

Taki sposób rozumienia kultury nie stał się przedmiotem powszechnej refleksji filozoficznej i przetrwał setki lat do czasu, aż do użycia wszedł termin cywilizacja, który w szerokim rozumieniu obejmował całokształt społecznego dorobku w zakresie techniki, nauki, sztuki i politycznych urządzeń<sup>177</sup>. Podobnie, jak kulturę przeciwstawiano naturalnemu stanowi rzeczy, tak samo pojęcie cywilizacji użyto jako przeciwieństwo pierwotnego i naturalnego stanu „dzikich” ludów. Najczęściej brak tej ogłady i społecznego ładu, kryjącego się pod pojęciem cywilizacji, oceniany był negatywnie. Jednym z niewielu filozofów, którzy spór o wyższość danego stanu rozstrzygali na rzecz natury, był Jean-Jacques Rousseau. Twierdził on, że człowiek cywilizowany stracił swoją naturalność na rzecz ogłady manier i konwenansów, a przez to stał się nieszczęśliwy.

Brak głębszej refleksji nad kulturą był prawdopodobnie związany z tym, iż to Boga, a nie człowieka, postrzegano jako sprawcę ludzkich dokonań. Do zmiany takim w myśleniu doszło wraz ze zwiększeniem się wiary w sprawczość człowieka oraz dostrzeżeniem roli świata doczesnego. W 1510 roku w angielskim piśmiennictwie pojawił się pogląd, że kultura to rozmyślny wysiłek zmierzający do rozwinięcia jakości jakiegoś przedmiotu<sup>178</sup>. Dalszy rozwój tego pojęcia związany był z socjologiczno-antropologicznymi analizami w piśmiennictwie niemieckim. Warto tu wspomnieć koncepcję Samuela von Pufendorfa<sup>179</sup>, Johanna Gottfrieda Herdera<sup>180</sup> czy też Gustava Klemma. Ten ostatni zainspirował angielskiego antropologa, Edwarda Burnetta Tylora<sup>181</sup>, który pod koniec XIX wieku zaproponował jedną z najbardziej znanych definicji kultury: „kultura lub cywilizacja jest to złożona całość obejmująca wiedzę, wierzenia, sztukę, prawo, moralność, obyczaje i wszystkie inne zdolności i nawyki nabyte przez człowieka jako członka społeczeństwa”<sup>182</sup>. Można powiedzieć, że Tylor był autorem pierwszej

---

<sup>176</sup> Włodarczyk E., Kultura (w:) Pilch J., (red.), Encyklopedia Pedagogiczna XXI. Tom II, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2003, s. 950.

<sup>177</sup> Kłoskowska A., Kultura masowa, PWN, Warszawa 1983, s. 10.

<sup>178</sup> Golka M., Socjologia kultury, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2013, s. 41.

<sup>179</sup> Kłoskowska A., Kultura masowa, PWN, Warszawa 1983, s. 12.

<sup>180</sup> Golka M., Socjologia kultury, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2013, s. 41.

<sup>181</sup> Ibid.

<sup>182</sup> Ibid., s. 42.

antropologicznej definicji kultury.<sup>183</sup> Dała ona początek dalszemu rozwojowi refleksji nad kulturą, co w XX wieku zaowocowało powstaniem wielu koncepcji i definicji tego pojęcia.

Dynamiczny rozwój refleksji i badań nad kulturą zaowocował próbami uporządkowania dotychczasowego dorobku naukowego. Jedną z pierwszych znaczących publikacji na ten temat była wydana w 1952 roku książka Alfreda L. Kroebera i Clyde'a Kluckhohna pt. „Culture. A Critical Review of Concepts and Definitions”. Robert Boroch zauważył, że „w znaczącym uproszczeniu można przyjąć, iż Kroeber i Kluckhohn zgromadzili około 300 przykładów rozumienia kultury, z czego usystematyzowali 164”<sup>184</sup>. Była to praca porządkująca dotychczasową refleksję nad kulturą oraz stanowiąca inspirację i materiał źródłowy dla dalszych analiz, m.in. dla Antoniny Kłoskowskiej<sup>185</sup>. Autorzy obu prac wyróżniają sześć sposobów definiowania kultury:

1. Opisowo – wyliczający (opisowy, nominalistyczny). Definiowanie kultury sprowadza się tutaj do wyliczania jej części składowych<sup>186</sup>. Taki typ definicji kultury reprezentuje przywoływana wcześniej definicja Edwarda Burnetta Tylora.
2. Historyczny. Kulturę definiuje się tutaj jako charakterystyczny dla człowieka rodzaj przekazu minionego doświadczenia przyszłym pokoleniom. Przekaz ten dokonuje się poprzez wychowanie i nauczanie, a w samych definicjach akcentowane są takie zwroty jak dziedziczenie, dorobek czy tradycja.<sup>187</sup>
3. Normatywny. Definicje w tej grupie akcentują podporządkowanie zachowań człowieka takim elementom konstytutywnym kultury, jak normy, wzory, wartości i modele. Kultura jest tu pojmowana przede wszystkim jako zespół norm obowiązujących członków danej zbiorowości ludzkiej i warunkujących jej trwanie.<sup>188</sup>
4. Psychologiczny. Główny nacisk położony jest na uczenie się i naśladowanie, które postrzegane są jako procesy przyswajania kultury. Definicje te skupiają się na psychicznych mechanizmach kształtowania się kultury. Analizują mechanizmy uczenia się, formowania nawyków kulturowych, internalizacji norm

---

<sup>183</sup> Burszta W.J., *Antropologia kultury. Tematy, Teorie, Interpretacje*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Warszawa 1998, s. 35.

<sup>184</sup> Boroch R., *Kultura w systematyce Alfreda L. Kroebera i Clyde'a Kluckhohna*, Bel Studio, Warszawa 2013, s. 13.

<sup>185</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa*, PWN, Warszawa 1983, s. 21.

<sup>186</sup> Gruchola M., *Kultura w ujęciu socjologicznym*, *Roczniki kulturoznawcze*, Tom 1, 2010, s. 97.

<sup>187</sup> Filipiak M., *Socjologia kultury. Zarys zagadnień*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2003, s. 17.

<sup>188</sup> *Ibid.*, s. 17-18.



obowiązujących w danej zbiorowości i wartości przez tę zbiorowość uznawanych oraz wpływ kultury na kształtowanie osobowości jednostek.<sup>189</sup>

5. Strukturalny. Definicje zaliczone do tej grupy starają się uwypuklić strukturę konkretnej kultury i ukazać wzajemne powiązania jej elementów. Definicje tego typu mówią o określonej kulturze lub o różnych kulturach, a nie o kulturze w ogóle.<sup>190</sup>
6. Genetyczny. Ten sposób definiowania kładzie nacisk na wyjaśnienie pochodzenia kultury, jej przeciwstawienie naturze, na jej charakter jako produkt społecznego współżycia ludzi.<sup>191</sup>

Jednak nie wszystkie definicje da się zaliczyć jednoznacznie do którejś z wymienionych tutaj grup. Rzadko spotyka się bowiem ujęcie kultury idealnie odpowiadające danemu sposobowi definiowania, a wiele z nich syntetyzuje wszystkie te aspekty. Taki też zintegrowany sposób pojmowania kultury ma największe zastosowanie, kiedy podejmuje się prób określenia roli sportu w czasie wolnym młodzieży.

Poszukując w miarę uniwersalnej i szerokiej definicji kultury nie sposób pominąć propozycji Antoniny Kłoskowskiej, głównej reprezentantki polskiej socjologii kultury. Przyjmuje ona że kultura, to „względnie zintegrowana całość obejmująca zachowania ludzi przebiegające według wspólnych dla zbiorowości społecznej wzorów wykształconych i przyswojonych w toku interakcji oraz zawierająca wytwory takich zachowań”<sup>192</sup>. Tak rozumiana kultura, to wszystko, co ludzie czynią, myślą i posiadają jako członkowie społeczności oraz wszystko, co jest wytworem charakterystycznym wyłącznie dla ludzi i ma sens i miejsce wyłącznie w ludzkich zbiorowościach.

Na społeczny aspekt kultury wskazuje też amerykański antropolog kulturowy i socjolog, Ralph Linton, który twierdzi, iż „kultura jest konfiguracją wyuczonych zachowań i ich rezultatów, których elementy składowe są podzielane i przekazywane przez członków danego społeczeństwa”<sup>193</sup>. Na kulturę składają się tutaj wszystkie zachowania człowieka oraz wynikające z nich skutki. Można powiedzieć, że człowiek jest twórcą i uczestnikiem kultury, ponieważ, będąc członkiem danej grupy społecznej, kultywuje daną kulturę, jak również na nią wpływa swoimi zachowaniami.

---

<sup>189</sup> Ibid.

<sup>190</sup> Gruchola M., op. cit., s. 98.

<sup>191</sup> Ibid.

<sup>192</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1980, s. 40.

<sup>193</sup> Linton R., *Kulturowe podstawy osobowości*, PWN, Warszawa 2000, s. 44.

Nie ulega wątpliwości, że kultura jest specyficznym ludzkim wytworem, czymś, co wyróżnia ludzi w przyrodniczym świecie. Podkreśliła to Barbara Szacka, według której kultura „oznacza wszystko, co jest stworzone przez człowieka, co jest przez niego nabywane przez uczenie się i przekazywane innym ludziom, a także następnym pokoleniom w drodze informacji pozagenetycznej”<sup>194</sup>. Oczywiście, w świecie zwierzęcym także można zaobserwować elementy pozagenetycznego przekazu informacji. Jest to jednak zjawisko występujące w o wiele mniejszym zakresie i nie należy go jednak utożsamiać z tak definiowaną kulturą. W literaturze przedmiotu jest ono określone jako protokultura.

Poszukując odpowiedzi na pytanie, czym jest kultura, warto podkreślić, że kultura składa się z dwóch głównych, wzajemnie się przenikających, komponentów. Są nimi: kultura materialna i niematerialna (duchowa), a w wielu przypadkach podział ten pokrywa się z rozróżnieniem cywilizacji i kultury i ma w stosunku do niego tę zaletę, że wyraźnie określa całość klasyfikowanych zjawisk.<sup>195</sup> Rozróżnienia rzeczywistości na dwie zasadnicze dziedziny: cywilizację i kulturę dokonał m.in. Alfred Weber.<sup>196</sup>

Kulturą materialną nazwiemy wszystkie obiekty, które posiadamy czy też którymi się posługujemy. Wchodzą tu w grę wszystkie przedmioty i urządzenia wymyślone i skonstruowane przez człowieka – meble, domy, mosty, maszyny, samochody itp. – a także zmodyfikowane czy przetworzone obiekty przyrodnicze – pola uprawne, sady, uregulowane rzeki itp.<sup>197</sup> Jest to każdy fizyczny, czyli taki, którego możemy doświadczyć zmysłowo, przejaw ludzkiej działalności. Kultura materialna jest także opisywana w literaturze przedmiotu jako kultura bytu, kultura cywilizacji, cywilizacja materialna czy też cywilizacja techniczna.<sup>198</sup> Łatwo tutaj zauważyć poszukiwania związków między kulturą materialną, a cywilizacją. Pojęcia te nie są jednak tożsame zakresowo. Piotr Sztompka zauważa, że „śluszniesze jest chyba określenie cywilizacji szerzej, jako swoistego kompleksu elementów nie tylko kultury materialnej, ale także idealnej i normatywnej. Cywilizacja tak rozumiana obejmowałaby swoisty zestaw przedmiotów materialnych, idei konstrukcyjnych czy inżynierskich zrealizowanych w tych przedmiotach (a więc inaczej technologii) oraz umiejętności właściwego posługiwania się nimi (kompetencji praktycznych)”<sup>199</sup>. Cywilizacyjnym

---

<sup>194</sup> Szacka B., Wprowadzenie do socjologii, Oficyna Naukowa, Warszawa 2003, s. 75.

<sup>195</sup> Kłoskowska A., Kultura masowa. Krytyka i obrona, PWN, Warszawa 1980, s. 68.

<sup>196</sup> Ibid., s. 62.

<sup>197</sup> Sztompka P., Socjologia. Analiza społeczeństwa, Wydawnictwo Znak, Kraków 2004, s. 239.

<sup>198</sup> Por. Gruchola M., Kultura w ujęciu socjologicznym, Roczniki kulturoznawcze, Tom 1, 2010, s. 98, Sztompka P., Socjologia. Analiza społeczeństwa, Wydawnictwo Znak, Kraków 2004, s. 239, Kłoskowska A., Kultura masowa. Krytyka i obrona, PWN, Warszawa 1980, s. 59-77.

<sup>199</sup> Sztompka P., op. cit., s. 239-240.

dorobkiem z zakresu gier sportowych będzie nie tylko sprzęt sportowy i stadiony, ale także wypracowane przez długie lata i przekazywane z pokolenia na pokolenie sposoby produkcji tego sprzętu i budowy stadionów.

Kulturą niematerialną (zwaną także kulturą symboliczną lub duchową)<sup>200</sup> nazwiemy wszystkie duchowe wytwory przechowywane w umyśle i przekazywane przez pokolenia. Według Jana Szczepańskiego, „kultura duchowa (...) to wytwór dążeń do ideałów piękna, dobra, prawdy, sprawiedliwości, to zespoły idei, wyobrażeń, dzieł sztuki, symbolów, obyczajów, przedmiotów, w których te idee zostały utrwalone”<sup>201</sup>. Do tej kultury zaliczymy wiedzę i naukę; sztukę; religię; ideologię; normy i wartości oraz język, który jest jednym z głównych sposobów przekazywania kultury pozostałym członkom grupy.

Antonina Kłoskowska, powołując się na amerykańskiego socjologa Roberta Morrisona MacIvera stwierdziła, że kultura materialna, rozumiana jako cywilizacja, ma charakter instrumentalny, obejmujący zarówno materialne urządzenia i organizację techniczną, jak instytucjonalne kompleksy ekonomicznej i politycznej organizacji. Składa się na nią działalność ludzka o charakterze utylitarnym, działalność regulująca i kontrolująca warunki ludzkiego bytu, która tworzy sferę środków pożądaných ze względu na jakieś inne przedmioty i wartości, a nie na nie same.<sup>202</sup> Są to wszelkiego rodzaju środki służące do opanowania natury, takie jak technika i wszelkie jej materialne narzędzia, jak i urządzenia ekonomiczne, społeczne i polityczne w rodzaju ekonomiki, państwa i prawa. Wspólną cechą tych urządzeń jest powiązanie z naturalnymi potrzebami bytu.<sup>203</sup> Ta swoista kultura bytu, zwana przez Alfreda Louisa Kroebera kulturą rzeczywistości<sup>204</sup>, jest często przeciwstawiana kulturze właściwej. Dopiero bowiem po zaspokojeniu potrzeb podstawowych, wynikających z biologicznej konieczności pojawia się kultura niematerialna.

Jak pisze A. Kłoskowska, „kultura zakłada gotowość działania całkowicie bezinteresownego z punktu widzenia fizycznej egzystencji człowieka, a nawet wymaga poświęcenia interesów tej egzystencji w imię zadań uznanych za najwyższy, istotny sens ludzkiego życia”<sup>205</sup>. „Prawdziwa” kultura zaczyna się więc tam, gdzie kończą się biologiczne ograniczenia. Jest to kultura niematerialna, symboliczna, przez Kroebera zwaną kulturą

---

<sup>200</sup> Por. Gruchola M., Kultura w ujęciu socjologicznym, *Roczniki kulturoznawcze*, Tom 1, 2010, s. 99; Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1980, s. 59-77, 220; Szczepański J., *Elementarne pojęcia socjologii*, PWN, Warszawa 1970, s. 78.

<sup>201</sup> Szczepański J., *Elementarne pojęcia socjologii*, PWN, Warszawa 1970, s. 78.

<sup>202</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1980, s. 65.

<sup>203</sup> *Ibid.*, s. 62.

<sup>204</sup> Kroeber L.A., *Istota kultury*, PWN, Warszawa 2002, s. 201.

<sup>205</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1980, s. 63.

wartości<sup>206</sup>. „Kultura symboliczna, to sfera czynności, wartości i przeżyć autotelicznych, niezwiązanych z zaspokajaniem potrzeb człowieka jako istoty biologicznej i jako członka społeczeństwa. Do tej kategorii należą te zjawiska kultury, powiązane głównie ze sztuką, zabawą, nauką i religią, które spełniają funkcje estetyczne, poznawcze i ludyczne oraz które służą sublimacji kultury bytu i kultury społecznej w stronę „ludzkiej twórczości”, a nie konieczności egzystencjalnej czy historycznej.<sup>207</sup> Kultura ta pozwala na realizację potrzeb wykraczających poza te, których zaspokojenie jest niezbędne do przeżycia. Pozwala na ekspresję twórczą, umożliwia łączność oraz daje poczucie wspólnoty z innymi ludźmi.

Podsumowując, można powiedzieć (za J. Szczepańskim), że „kultura to ogół wytworów działalności ludzkiej, materialnych i niematerialnych, wartości i uznawanych sposobów postępowania, zobiektywizowanych i przyjętych w dowolnych zbiorowościach, przekazywanych innym zbiorowościom i następnym pokoleniom”<sup>208</sup>.

Tak rozumiana kultura obejmuje sposoby życia ludzi, w tym sposoby spędzania czasu. Dostarcza m.in. wzorów zachowania, w jaki sposób zaspokajać różne potrzeby w czasie wolnym.

## **2.2. Czas wolny jako następstwo i czynnik rozwoju kultury**

Czas wolny jest oczywistym elementem życia ludzi we współczesnych społeczeństwach przemysłowych i informacyjnych. Jednak jego miejsce w życiu ludzi, rozmiary i funkcje zmieniały się na przestrzeni dziejów.

W 1899 roku Thorstein Veblen pisał, że „od czasów greckich filozofów do dnia dzisiejszego duża ilość czasu wolnego (raczej próżniactwo) i brak styczności z jakąkolwiek pracą zaspokajającą codzienne potrzeby uważana była przez myślicieli za nieodłączny warunek wartościowego i pięknego, a nawet cnotliwego życia”<sup>209</sup>. Zestawiał tym samym klasę uprzywilejowaną, posiadającą czas wolny (określaną klasą próżniaczą), z klasą pracującą. Veblenowska klasa próżniacza marnotrawiła swój czas na wzór wolnych ludzi starożytnego świata, których powstrzymywanie się od wszelkiej pracy produkcyjnej było w dobrym tonie. Było więc uwarunkowane statusem i rolą społeczną charakterystyczną dla danej kultury.

Czas wolny nie jest jednak wytworem starożytnych cywilizacji i nie należy jego starożytnej formy przyjmować za punkt orientacyjny w refleksji nad jego istotą. Na czas wolny

---

<sup>206</sup> Kroeber L.A., op. cit., s. 201.

<sup>207</sup> Gruchola M., op. cit., s. 100.

<sup>208</sup> Szczepański J., *Elementarne pojęcia socjologii*, PWN, Warszawa 1970, s. 78.

<sup>209</sup> Veblen T., *Teoria klasy próżniaczej*, PWN, Warszawa 1971, s. 36

należy spojrzeć jak na dynamiczne zjawisko, które ulegało ciągłym przeobrażeniom zgodnie ze zmianami społecznymi, politycznymi i gospodarczymi. Jest on bowiem ściśle uwarunkowany rzeczywistością kulturową, w której funkcjonuje.

Już ludzie pierwotni, którzy większość swojej energii poświęcali na zdobywanie pożywienia i zapewnienie sobie i swoim współplemionom bezpieczeństwa, cieszyli się czasem, który można określić czasem wolnym. Tworzyli oni głównie kultury zbieraczy i myśliwych, a niekiedy kultury oparte o proste formy rolne. Ich czas wolny wyznaczony był głównie warunkami przyrodniczymi. Na odpoczynek i wspólną zabawę najczęściej mogli sobie pozwolić zimą, po polowaniu lub po zmroku, czyli wtedy, kiedy nie mogli, albo nie musieli, już zdobywać pożywienia i poszukiwać schronienia.

Zdaniem Antoniny Kłoskowskiej, system pracy w społeczeństwach pierwotnych był nierozzerwalnie związany z innymi sferami życia, wpleciony w sieć stosunków rodowo-rodziny, sąsiedzkich i personalnych związków przyjaźni i nasycony elementami obrzędowo magicznymi.<sup>210</sup> Relacja między pracą, a czasem wolnym w kulturach pierwotnych przebiegała zupełnie inaczej, niż ma to miejsce we współczesnych społeczeństwach, w których, od okresu rewolucji przemysłowej, wyraźnie rozgranicza się czas pracy i odpoczynku. Praca ludzi pierwotnych związana była z koniecznością dostosowania się do warunków pogodowych oraz była wynikiem społecznej umowy i współpracy, ale przede wszystkim poziomu techniki. Ludzie wspólnie pracowali (bo współpraca zwiększała ich szanse na przetrwanie) i wspólnie się bawili oraz wspólnie oddawali się plemiennym obrzędom.

Jak pisze A. Kłoskowska, „praca o realnym produkcyjnym znaczeniu przeplatała się więc w tym wypadku z czynnościami o charakterze na pół religijnym, na pół rozrywkowym, pełniącym funkcję scalania społeczności, stanowiącymi niewątpliwie okazje do odprężenia po czysto fizycznym wysiłku, ale zarazem w przekonaniu krajowców niezbędnymi do osiągnięcia praktycznych rezultatów uprawy.”<sup>211</sup> Praca mieszała się więc z innymi sferami aktywności ludzi pierwotnych. Podkreślała to Kłoskowska, kiedy pisała, że „z punktu widzenia takiej organizacji życia i takich postaw niecelowe byłoby próby wyodrębniania „czasu wolnego” z całego jednolitego kompleksu, na który składał się fizyczny trud, satysfakcja zbiorowego, społecznego przeżycia, poczucie świętości i radości wspólnej zabawy”<sup>212</sup>. Nie można więc przeprowadzić jednoznacznego rozdzielenia i zakwalifikowania danych czynności do czasu pracy lub czasu zabawy. Nie oznacza to jednak, że nie można mówić o czasie wolnym ludzi

---

<sup>210</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1980, s. 151.

<sup>211</sup> *Ibid.*, s. 151-152.

<sup>212</sup> *Ibid.*, s. 152.

pierwotnych. Można, ponieważ podejmowali oni wiele czynności, które pełniły takie same funkcje, jakie przypisuje się współcześnie zajęciom wolnoczasowym. Przecież malowidła naskalne, których powstanie jest datowane nawet na 40 tys. lat p.n.e., przedstawiające sceny polowań, były wyrazem artystycznej ekspresji oraz zbiorowej radości, którą pierwotni ludzie pragnęli utrwalić i zapewne przekazać potomnym.

Zarówno w starożytności, jak i średniowieczu posiadanie czasu wolnego było ściśle uwarunkowane zajmowaną pozycją społeczną. Liczne pozostałości kultury materialnej i niematerialnej starożytnych państw świadczą o bogatym wachlarzu możliwości spędzania czasu poprzez widowiska sportowe i teatralne, obrzędy religijne czy też koncerty muzyczne. Z tych możliwości mogli jednak korzystać głównie wolni obywatele. Podobnie było w średniowieczu, które co prawda zniosło niewolnictwo, ale rozwinęło rozwarstwienie feudalne, faworyzujące stan duchowieństwa i rycerstwa. Rozrywka w postaci turniejów rycerskich czy coraz dalszych podróży była zarezerwowana głównie dla warstw uprzywilejowanych.

Największe zmiany kulturowe, które miały wpływ na upowszechnienie się czasu wolnego nastąpiły się w okresie renesansowego rozkwitu nauki i sztuki, a swoje apogeum osiągnęły na początku XX wieku.

Warto w tym miejscu zwrócić uwagę na pewien istotny, aczkolwiek mniej oczywisty, kulturowy aspekt rozwoju czasu wolnego. Dzisiejszy czas wolny jest wynikiem nie tylko postępu w nauce i technice, ale także funkcjonowania nurtów religijnego ascetycznego protestantyzmu, które od XVI wieku w istotny sposób wpływały na postrzeganie pracy i jej roli w życiu człowieka. Zgodnie bowiem z protestancką etyką, jednym z głównych celów życia człowieka jest praca. Max Weber, opisując protestancki kult pracy, stwierdził że w duchu tym „marnotrawienie czasu jest więc pierwszym i zasadniczo najcięższym z grzechów. Czas życia ludzkiego jest nieskończenie krótki i cenny, dany po to, aby „zabezpieczyć” własne powołanie. Marnotrawienie czasu na życie towarzyskie, „czcżą gadaninę”, zbytek, nawet na sen dłuższy, niż to jest potrzebne dla zdrowia – najwyżej 6 do 8 godzin – jest moralnie absolutnie naganne”<sup>213</sup>. Według Webera, oddany protestanckim ideom człowiek powinien poświęcić swe życie pracy poprzez realizację zawodu-powołania. „Purytańska asceza zwracała się całą siłą przede wszystkim przeciw swobodnemu korzystaniu z życia i wszelkim radościom, które miało ono do zaoferowania”<sup>214</sup>. Postawa ta znalazła swe odzwierciedlenie m.in. w walce z wydaną w pierwszej połowie XVII wieku, przez Jakuba I, „Deklaracją sportu” (zwaną także Book of

---

<sup>213</sup> Weber M., *Szkice z socjologii religii*, Książka i wiedza, Warszawa 1995, s. 90.

<sup>214</sup> *Ibid.*, s. 97.

sport)<sup>215</sup>. Był to edykt, który głosił potrzebę powszechnego uprawiania sportu, zwłaszcza w niedzielę i inne święta. Zachęcał więc do tracenia cennego czasu, propagował zbytki, a nade wszystko oddalał od Boga.

Protestanckie podejście do pracy nie przewidywało więc czasu na rozrywki np. w postaci gier sportowych. Wpłynęło jednak pośrednio na pojawianie się czasu wolnego jakim współcześnie dysponujemy, bowiem stanowiło podstawę do kapitalistycznego rozwoju, do bogacenia się społeczeństw oraz do rozwoju kultury materialnej. Zapoczątkowało zmiany, które swoją kulminację miały na przełomie XIX i XX wieku, kiedy to całe rzesze robotników upomniały się o swoje prawo do wypoczynku.

Wraz z rewolucją przemysłową nastąpiło przejście od produkcji rzemieślniczej i manufakturowej do produkcji mechanicznej na ogromną skalę. Zmalało znaczenie uprawy ziemi, jako jedyne źródła bogactwa, zmniejszyło się zatrudnienie w rolnictwie, pojawiła się masowa migracja ze wsi do miast. Szybko rozwijały się duże miasta zasilane rzeszami nisko wykwalifikowanych robotników. Do miast przybywało jednak więcej osób, niż one były w stanie przyjąć. Ludzie żyli i pracowali w bardzo trudnych warunkach. „Lokale fabryczne pozbawione powietrza, światła i przestrzeni, zmieniły się w duszne warsztaty, w których pracowano 15, 16 godzin dziennie, z krótkimi przerwami na odpoczynek, posiłki i przejście z jednego miejsca na drugie. Sześćdziesięciogodzinny tydzień pracy był marzeniem, pracowano osiemdziesiąt, dziewięćdziesiąt, a nawet sto godzin tygodniowo. Czas wolny był czasem przeznaczonym na sen (...). Kapitalizm w okresie swojej ekspansji żywił się czasem pracy, a jego głód czasu zamiast się zmniejszać, nieustannie wzrastał.”<sup>216</sup> Coraz bardziej niezadowoleni robotnicy organizowali wiece, strajki i bunty. Domagali się poprawy warunków pracy, w tym jej skrócenia. Klasa robotnicza stała się na tyle silna, że jej postulatów nie dało się już zagłuszyć. Stopniowe skracanie czasu pracy do 12, 10, a potem 8 godzin na dobę wiązało się oczywiście z wydłużaniem czasu, który robotnicy mieli do swojej dyspozycji. Czas ten przeznaczali już nie tylko na odpoczynek, ale także na podniesienie swojego poziomu kulturalnego, np. na naukę pisania i czytania, a umiejętności te były niezwykle przydatne w obliczu dopiero co nabytego prawa wyborczego.<sup>217</sup> Zmiany te nie byłyby możliwe, gdyby nie rozwój wiedzy; gdyby nie zastosowano nowych technik w rolnictwie i przetwórstwie; gdyby

---

<sup>215</sup> Lipoński W., Nieobecność sportu i olimpizmu w historiografii uniwersalnej, *Kultura fizyczna. Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie*, Tom XV, 2016, nr 4, s. 20,

<sup>216</sup> Toti G., op. cit., s. 24-25.

<sup>217</sup> Ibid., s. 56-57.

nie nowe odkrycia i wynalazki, które usprawniły przemysł wydobywczy, metalurgiczny, transportowy, elektryczny czy też włókienniczy.

Walka o skrócenie czasu pracy oraz o prawo do wypoczynku, a więc i czasu wolnego znalazła odzwierciedlenie w wielu dokumentach i przepisach prawnych. Jednym z najważniejszych była konwencja uchwalona w Waszyngtonie w 1919 roku przez Międzynarodową Konferencję Pracy. Wprowadziła ona ośmiogodzinny dzień pracy jako normę.<sup>218</sup> Wprowadzanie jej w życie w poszczególnych państwach przebiegało oczywiście nierównomiernie i zależało od wielu różnych okoliczności np. największego kryzysu gospodarczego w latach 30. XX wieku czy też II Wojny Światowej.

Już po wojnie, w czasie odbudowywania światowego porządku społecznego i gospodarczego, a dokładnie 10 grudnia 1948 roku, Zgromadzenia Ogólne ONZ przyjęło i proklamowało Powszechną Deklarację Praw Człowieka i Obywatela. W artykule 24 możemy przeczytać, że „każdy ma prawo do urlopu i wypoczynku, w tym do rozsądnego ograniczenia godzin pracy i okresowych płatnych urlopów”<sup>219</sup> i dalej, w artykule 27, że: „każdy człowiek ma prawo do swobodnego uczestniczenia w życiu kulturalnym społeczeństwa, do korzystania ze sztuki, do uczestniczenia w postępie nauki i korzystania z jego dobrodziejstw”<sup>220</sup>. Podobne zapisy (jednak w odniesieniu do dzieci) znalazły się w przyjętej w 1989 roku Konwencji o Prawach Dziecka. W XX wieku czas wolny stał się przedmiotem zainteresowania polityki społecznej, jako istotny czynnik jakości życia.

Czasowi wolnemu zaczęto przypisywać więcej funkcji, niż tylko odpoczynek, będący regeneracją sił (głównie fizycznych) po pracy i innych obowiązkach. Dostrzeżono, że czas wolny powinien służyć także regeneracji sił psychicznych i uspołecznieniu. A można to było osiągnąć np. poprzez zabawę. Nie jest ona oczywiście cechą charakterystyczną wyłącznie dla współczesnego czasu wolnego. Gianni Toti twierdził, że „człowiek zawsze „bawił się” w okresie swojego wolnego czasu”<sup>221</sup>. Bawili się ludzie pierwotni po udanych polowaniach; Rzymianie, uczestnicząc w igrzyskach; także średniowieczni mieszczanie oglądający widowiska teatralne wędrownych żaków; czy też robotnicy, którzy niedzielne popołudnia spędzali w miejskich parkach.

---

<sup>218</sup> Kamiński A., *Czas...*, op. cit., s. 12.

<sup>219</sup> Powszechna Deklaracja Praw Człowieka i obywatela, uchwalona przez Zgromadzenie Ogólne ONZ rezolucją 217/III A w dniu 10 grudnia 1948 roku w Paryżu, UNIC Warsaw, Ośrodek Informacji ONZ w Warszawie, <http://www.unic.un.org.pl/dokumenty/deklaracja.php>, dostęp z dnia: 14 listopada 2019 roku, 14.46.

<sup>220</sup> Powszechna Deklaracja Praw Człowieka i obywatela, uchwalona przez Zgromadzenie Ogólne ONZ rezolucją 217/III A w dniu 10 grudnia 1948 roku w Paryżu, UNIC Warsaw, Ośrodek Informacji ONZ w Warszawie, <http://www.unic.un.org.pl/dokumenty/deklaracja.php>, dostęp z dnia: 14 listopada 2019 roku, 14.47.

<sup>221</sup> Toti G., op. cit., s. 295.



Obecnie „zabawa albo hobby, jako czynność wykonywana wyłącznie dla własnej przyjemności i dla własnego zadowolenia, nie jest niczym innym, jak tylko zwycięstwem nad rzeczywistością świata pracy, jedyną drogą wiodącą do zachowania swej odrębności, rekompensatą za zniekształcenie człowieka na skutek podziału ludzi na klasy, a czasu – na czas wolny i czas pracy.”<sup>222</sup> Zabawa jest swoistą manifestacją wolności i realizacją wielu potrzeb człowieka. „Świat zabawy nie jest wprawdzie światem troski o egzystencję, kalkulacji z myślą o zysku, ale w gruncie rzeczy zabawa tworzy piękno, a więc tworzy kulturę (kultura bowiem polega na tworzeniu piękna), wizerunki, modele życia według zasad piękna.”<sup>223</sup> Tak rozumiana zabawa jest wyrazem rozwoju pozatechnicznych składników kultury.

Można powiedzieć, że dzisiejszy czas wolny jest wynikiem rozwoju kultury. Jest naturalnym następstwem, a zarazem wyznacznikiem zwiększenia efektywności pracy oraz poprawy warunków pracy. Jest jednocześnie obszarem nieskrępowanej aktywności człowieka objawiającej się w różnorodnych aktywnościach, które w istotny sposób kształtują kulturę współczesnych społeczeństw. To w czasie wolnym człowiek uczestniczył i uczestniczy w życiu kulturalnym. Wreszcie to wtedy, kiedy jest wolny od wszelkich obowiązków, może uprawiać ekspresję artystyczną, sportową czy też filozoficzną.

### **2.3. Kultura czasu wolnego**

Czas wolny może być rozpatrywany w aspekcie historycznym, co oznacza, że pojawia się on na pewnym etapie rozwoju cywilizacyjnego jako przeciwstawianie czasu pracy. Można go też pojmować jako kategorię społeczną, ponieważ społecznie zdeterminowane są jego rozmiary, sposoby wykorzystania oraz funkcje. Można go wreszcie rozpatrywać jako kategorię kulturową, gdy przypisuje się mu określone znaczenie oraz gdy jest swoistą wartością i celem jednostkowych aspiracji i dążeń zbiorowości.<sup>224</sup> Tak szeroko, holistycznie ujmowany czas wolny jest wypełniany elementami kultury. To głównie po pracy człowiek może zaspokajać potrzeby, co mieści się w ramach kultury symbolicznej, niematerialnej. Marian Filipiak zaliczył do niej naukę (w jej aspektach poznawczych, niestosowanych), religię, sztukę i zabawę. Jak pisze: „te działy kultury symbolicznej są cenne i ważne same przez się. Ich ważność i doniosłość nie wiąże się z tym, czemu służą, gdyż mogą one nie mieć żadnych funkcji instrumentalnych; są ważne, doniosłe i pożądane same dla siebie, stanowią cel samoistny, przedmiot bezinteresownego pragnienia i afirmacji. Krótko mówiąc mają charakter

---

<sup>222</sup> Toti G., op. cit., s. 284.

<sup>223</sup> Ibid., s. 283-284.

<sup>224</sup> Filipiak M., Socjologia..., op. cit., s. 61.

autoteliczny.”<sup>225</sup> Aktywności podejmowane w czasie wolnym będą więc wartością samą w sobie, a ewentualne korzyści dla praktyki życiowej i instrumentalny ich charakter odgrywają tutaj drugorzędną rolę. Szczególne znaczenie ma w tym przypadku zabawa pojmowana jako pierwowzór sportu.

Florian Znaniecki podkreślał, że „w życiu indywidualnym często zabawa staje się zaczątkiem sportu, młodociany osobnik zaczyna od spontanicznego wykonywania w zabawie pewnych ruchów, które stopniowo, przez naśladowanie starszych i współdziałanie z rówieśnikami, przechodzą w odpowiadającą im działalność sportową.”<sup>226</sup> Można więc powiedzieć za Znanieckim, że „jakkolwiek sport nie jest zabawą w ścisłym znaczeniu, jednak w skład każdego sportu wchodzi czynności, które dziecko spontanicznie wykonuje, bawiąc się.”<sup>227</sup> Zabawa jest naturalną czynnością wynikającą z potrzeb; jest wyrazem wolności i swobody podejmowanych decyzji.

Według Johana Huizingi, „zabawa jest dobrowolną czynnością lub zajęciem wykonywanym w pewnych ustalonych granicach czasu i przestrzeni według dobrowolnie przyjętych, lecz bezwarunkowo obowiązujących reguł, jest celem sama w sobie, towarzyszy jej zaś uczucie napięcia i radości oraz świadomość „odmienności” od „zwyczajnego życia”.<sup>228</sup> Tak rozumiana zabawa obejmuje aktywności podejmowane przez dzieci i dorosłych, a także przez zwierzęta. Huizinga podkreślał bowiem, że zabawa nie jest atrybutem tylko ludzi i ich kultury. Stwierdził on, że „zabawa jest starsza od kultury; bo chociaż pojęcie kultury może być nieostre, zakłada ono w każdym razie istnienie jakiejś ludzkiej społeczności, zwierzęta zaś nie czekały wcale, iżby dopiero ludzie nauczyli je zabawy. Można więc spokojnie powiedzieć, że obyczajowość ludzka nie dołączyła do ogólnego pojęcia zabawy żadnych istotnych cech szczególnych. Zwierzęta bawią się zupełnie tak samo jak ludzie.”<sup>229</sup> Zauważyć tutaj można pogląd, iż zabawa jest pierwotnym źródłem kultury, ponieważ zanim człowiek zaczął przejawiać zachowania kulturowe, oddawał się, na wzór zwierząt, zachowaniom ludycznym.

Nieco inaczej widział to francuski socjolog i filozof, Roger Caillois, który stwierdził, że zabawa z jednej strony jest początkiem kultury, ale jednocześnie jest wynikiem jej rozwoju.<sup>230</sup> Niektóre zachowania i przedmioty tracą swoje utylitarne zastosowanie i przechodzą do sfery ludycznej. Caillois uzasadniał swój pogląd na przykładzie proc i łuków, które utraciły swoje

---

<sup>225</sup> Ibid., s. 53.

<sup>226</sup> Znaniecki F., Socjologia wychowania, PWN, Warszawa 2001, s. 440.

<sup>227</sup> Ibid., s. 439.

<sup>228</sup> Huizinga J., Homo ludens. Zabawa jako źródło kultury, Wydawnictwo Aletheia, Warszawa 2007, s. 51-52.

<sup>229</sup> Ibid., s. 11.

<sup>230</sup> Caillois R., Man, Play and Games, University of Illinois Press, Urbana – Chicago 2001, s. 57.

zastosowanie militarne i stały się wyłącznie zabawkami. Podobną drogę przeszły także liczne przedmioty kultu, używane początkowo jedynie w magicznych obrzędach. Zabawa ewoluowała więc wraz z ewolucją kultury.

Jak pisze Marian Filipiak, „w społeczeństwach pierwotnych głównie miały być eksponowane zabawy, w których obrzędowi rytualnemu towarzyszyła maska, taniec, często narkotyki połączone z poszukiwaniem ekstazy i oszołomienia. W kulturach późniejszych pojawia się i zaczyna dominować element rygoru, samokontroli i walki (sport, toto, loteria i karty)”<sup>231</sup>. Tezy te poddawane są w wątpliwość, jednak, według Bogusława Sułkowskiego ich trafność wydaje się wielce prawdopodobna, ponieważ w kulturach mało złożonych, o prostej technice i technologii, przy niewyraźnej stratyfikacji społecznej, dominują zabawy fizyczne, myślistwo i rybołówstwo, a w miarę rozwoju cywilizacyjnego pojawiają się gry losowe, a potem strategiczne.<sup>232</sup> Zabawy stają się bardziej różnorodne, czasami bardziej złożone, podobnie jak kultura, której są elementem.

Także według Eugeniusza Piaseckiego znaczna część zabaw w różnych epokach i miejscach ewoluowała i przechodziła przez stadium obrzędu.<sup>233</sup> Piasecki, opisując ewolucję zabawy od jej pierwotnych form, do jej współczesnych postaci, podał przykład zapomnianej już dzisiaj zabawy w barana. Przeszła ona, podobnie jak wiele innych, przez cykl zmian, który można zapisać następująco: zabawa – obrzęd – zabawa.<sup>234</sup> Pierwotna, dziecięca zabawa ruchowa w pewnym momencie stała się częścią obrzędu, którego elementy przeniosły się ponownie do gier. W ten sposób prosta zabawa, a później obrzęd, ewoluowały do postaci bardziej złożonej.

Zdaniem Wincentego Okonia rolę kulturotwórczą w największym stopniu przypisywał zabawie Huizinga, gdyż traktował on wszelką kulturę jako swoście pojmowaną zabawę. W związku z tym nadał człowiekowi miano *homo ludens*. Można go rozumieć nawet nie jako człowieka zajmującego się zabawą, a raczej jako człowieka traktującego zabawę jako swój twórczy udział w różnych dziedzinach kultury.<sup>235</sup> Kultura ma w sobie coś zabawowego i ujawnia się w formie zabawy. To w toku zabawy, w czasie wolnym od pracy, rozwija się kultura wypełniania tego czasu. Zabawy te mają charakter społeczny i są często podejmowane w grupie. Florian Znaniecki twierdził, że łatwiej odnaleźć się w grupie kogoś, kto zna jej zabawy. „Wiadomo zaś, że każda bawiąca grupa pozytywnie ocenia typ osobnika, umiejącego czynnie

---

<sup>231</sup> Filipiak M., *Socjologia...*, op. cit., s. 60.

<sup>232</sup> Sułkowski B., *Zabawa. Studium socjologiczne*, PWN, Warszawa 1984, s. 223-229.

<sup>233</sup> Piasecki E., *Obrzęd. Zabawa. Pieśń*, *Przegląd Warszawski*, 1923, nr 27, s. 8.

<sup>234</sup> *Ibid.*, nr 27, s. 9.

<sup>235</sup> Okoń W., *Zabawa a rzeczywistość*, WSiP, Warszawa 1987, s. 12-13.

i z ożywieniem uczestniczyć w jej zabawach, negatywnie zaś odnosi się do typu posępnego lub sztywnego, nie umiejącego się bawić, a przez to psującego zabawę innym.”<sup>236</sup> Aby być członkiem jakiejś grupy, trzeba podzielać treści tworzone i przekazywane w jej ramach, a zabawa jest istotną częścią tych treści.

Tak rozumiana zabawa charakteryzuje się więc szeregiem cech. Marian Golka sprowadza je do następujących:

- „jest rodzajem kontaktów między ludźmi i przejawem ich potrzeb wspólnego przeżywania i działania;
- wyraża wiele dylematów i przeciwieństw, które ujawnia, ale też godzi;
- jest działaniem wolnym i dobrowolnym, a przy tym działaniem ludzi równych, choć zależnych od innych w zainicjowaniu i przebiegu zabawy;
- ma własne reguły lub stwarza je ad hoc, przy czym mogą być w niej jednak obecne elementy improwizacji, a nawet twórczości;
- choć często bywa ona działaniem opartym na współzawodnictwie, to ów element współzawodnictwa (agonu) nie wyczerpuje definicji zabawy;
- jest działaniem autotelicznym – skierowanym zasadniczo na siebie, na samo to działanie;
- zamyka się w określonym momencie czasu i w danej sytuacji przestrzennej;
- jest działaniem umownym i w pewnym sensie sztucznym;
- jest działaniem zazwyczaj (choć nie zawsze) wyodrębniającym się ze sfery codzienności danego podmiotu – w tym działaniem nie zawsze łatwym do wyraźnego wyodrębnienia z innych sfer (np. pracy) przez obserwatora zewnętrznego, bowiem to, co dla jednych ludzi jest zabawą, dla innych nią nie jest i odwrotnie;
- choć zwykle jest działaniem realizowanym w „czasie wolnym”, nie zamyka się jednak w tym czasie (bywają bowiem też zajęcia towarzyskie czy zawodowe – np. o charakterze twórczym – jawiące się dla ich wykonawców jako swoista forma zabawy);
- choć często towarzyszy jej śmiech i komizm, to jednak ich obecność nie jest bezwzględnym warunkiem zabawy, jak też obecność zabawy nie jest wyłącznym czynnikiem stwarzającym sytuacje komiczne;

---

<sup>236</sup> Znanięcki F., Socjologia wychowania, PWN, Warszawa 2001, s. 417.

- choć często zawiera w sobie rozrywkę, nie można jednak całkowicie utożsamiać zabawy z rozrywką, jako że tak, jak zdarza się zabawa bez rozrywki, tak istnieje rozrywka bez zabawy;
- zazwyczaj daje przyjemność uczestnikom, choć nie można w pełni utożsamiać zabawy i przyjemności;
- choć często jest działaniem realizowanym w czasie „święta” (podobnie jak łączy się nieraz z rytuałami), nie ogranicza się jednakowoż do tego tylko czasu czy do sytuacji rytualnych;
- jest działaniem w zasadzie bezinteresownym (choć skądinąd swoiście użytecznym);
- sprzyja szeroko rozumianej socjalizacji, a nawet swoistej rekreacji, czyli odnowie sił fizycznych i psychicznych, podtrzymywaniu i ożywianiu integracji społecznej czy wartości społecznych;
- jest działaniem w dużym stopniu wyznaczonym szerszym systemem kulturowym danej zbiorowości, a w tym działaniem nawiązującym do pewnych wartości i wzorów kulturowych zbiorowości – co za tym idzie, ulega przeobrażeniom wraz z tym systemem<sup>237</sup>.

Oczywiście pojedyncza zabawa nie musi spełniać tych wszystkich wymogów jednocześnie, ale im więcej cech charakterystycznych zabawy ujawnia się w danej czynności, tym bardziej daną aktywność można uznać za zabawową.

Człowiek, wprowadzając różne aktywności w obręb czasu wolnego, nadaje im charakter zabawy lub obrzędu. Czas ten może przybierać postać zbiorową. Jeżeli pomiędzy jednostkami zachodzą interakcje, a sposoby spędzania czasu wolnego ulegają ujednoczeniu, możemy mówić o pewnej wspólnotce spędzania czasu wolnego. Jednostki przekazują sobie wzory spędzania czasu wolnego i wpływają na siebie w zakresie stosowania ich. Prowadzi to do upodabniania się nie tylko sposobów spędzania czasu wolnego, ale też norm uprawiania ich, poglądów, idei, upodobań czy stosowanych standardów. W ten sposób kształtuje się kultura czasu wolnego. Proces ten zachodzi szczególnie łatwo tam, gdzie członkowie zbiorowości mają podobne cele, dążenia i kierują się podobnymi potrzebami. Takimi zbiorowościami, w których łatwo wykształca się kultura czasu wolnego są środowiska młodzieży.

Kultura czasu wolnego znajduje swe odzwierciedlenie w sposobie bycia, zachowania się, reagowania, współdziałania z innymi ludźmi podczas wykonywania różnorodnych czynności

---

<sup>237</sup> Golka M., Socjologia kultury, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2013, s. 92-93.

w określonych warunkach środowiskowych w czasie wolnym.<sup>238</sup> W kulturze czasu wolnego zawierają się więc preferowane sposoby zachowań w czasie wolnym, ich struktura oraz motywy ich wyborów.

Kultura czasu wolnego tworzy się w toku bliskich relacji w wyniku wykształcenia się wspólnych sposobów i wzorów spędzania czasu wolnego oraz znajdowania satysfakcji we wspólnych zabawach i rozrywkach.

## **2.4. Kultura masowa a czas wolny**

Kultura, w tym kultura symboliczna, danego społeczeństwa nigdy nie jest jednorodna. Na jej zróżnicowanie wpływają warunki społeczne i ekonomiczne, tradycje regionalne, zróżnicowania plemienne, narodowościowe itd. W takich społeczeństwach współistnieją trzy charakterystyczne typy kultury symbolicznej: kultura ludowa, kultura elitarna i kultura popularna.<sup>239</sup> Oczywiście, aktywność człowieka w ramach każdej z nich w istotnym stopniu jest podejmowana w czasie wolnym. Według Mariana Filipiaka, „kryterium wyróżniania typów kultury może mieć charakter wartościujący, gdy ocenia się treści tych kultur (uznając np. że kultura elitarna jest wyższa od popularnej, a kultura ludowa zawiera treści specyficzne, wymagające odrębnych kryteriów) lub formalny, gdy skupia się uwagę na charakterystycznych formalnych cechach kulturowej twórczości i jej odbioru.”<sup>240</sup> Wspomnianą transmisję między twórcą a odbiorcami można opisać powołując się na koncepcję trzech układów kultury Antoniny Kłoskowskiej.

Pierwszy układ występuje w kulturach pierwotnych i w kulturach typowych dla wspólnot tradycyjnych, np. w wiejskich lub sąsiedzkich. Układ ten charakteryzuje się przewagą kontaktów bezpośrednich i nieformalnych.<sup>241</sup> Komunikacja w tym układzie jest stosunkowo prosta ze względu na podobieństwo i bliskość nadawców i odbiorców kulturowych.

Układ ten jest charakterystyczny dla kultury ludowej, ale obejmuje także treści tworzone i przekazywane w ramach rodziny czy też grup rówieśniczych. Kultura ludowa jest demokratyczna – jest dostępna wszystkim członkom danej społeczności. Sztuka, zabawa, praca, religia, wiedza ludowa i wszystkie inne przejawy ludzkiej działalności i twórczości są

---

<sup>238</sup> Rózański T., Rozważania na temat kultury czasu wolnego młodzieży studenckiej, Instytut Pedagogiki Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2017, s. 237, [http://repozytorium.uni.wroc.pl/Content/79640/PDF/Rozanski\\_Tomasz\\_Rozwazania\\_na\\_temat\\_kultury\\_czasu\\_wolnego\\_mlodziemy\\_studenckiej.pdf](http://repozytorium.uni.wroc.pl/Content/79640/PDF/Rozanski_Tomasz_Rozwazania_na_temat_kultury_czasu_wolnego_mlodziemy_studenckiej.pdf), dostęp z dnia: 15.07.2022, godz. 21:36.

<sup>239</sup> Filipiak M., Socjologia..., op. cit., s. 62.

<sup>240</sup> Ibid., s. 62.

<sup>241</sup> Kłoskowska A., Społeczne ramy kultury, PWN, Warszawa 1972, s. 60-95.

ściśle ze sobą związane i tworzą całość.<sup>242</sup> Kultura ta jest komunikatywna i łatwa w odbiorze, ponieważ twórca i odbiorca wzrastali w tej samej tradycji kulturowej.

Drugi układ jest także zwany instytucjonalnym. Może być określony jako lokalna sieć ponadlokalnej organizacji życia kulturalnego<sup>243</sup>. Podobnie, jak w pierwszym układzie, także tutaj mamy bezpośrednie styczności, ale w tym przypadku mają one charakter formalny i są ściśle określone przez wyznaczone role (aktor – widz, nauczyciel – uczeń, śpiewak – słuchacz itp.). Twórcy, to profesjoniści, a treści są tworzone i przekazywane w ramach formalnie zorganizowanych instytucji.

Treści te są przekazywane przez takie instytucje, jak: szkoła, teatr, kościół, filharmonia, czy też dom kultury. Instytucje te odgrywają dużą rolę w przekazywaniu treści kultury elitarniej. „Na kulturę elitarną składa się oryginalna twórczość uznana za taką przez wykwalifikowanych fachowców, krytyków artystycznych i specjalistów. W odbiorze treści tej kultury niezbędne są szczególne kwalifikacje.”<sup>244</sup> Z uwagi właśnie na te wymagania, konieczna jest działalność specjalistów, np. w szkołach i domach kultury. Warto jednak podkreślić, że w ostatnim czasie zaciera się granica między kulturą wysoką, a kulturą popularną, która łączona jest głównie z trzecim układem kultury.

Ostatni, trzeci, układ kultury, zwany układem styczności pośrednich, opiera się głównie na środkach pośredniego komunikowania. Jak pisze Antonina Kłoskowska, „układ styczności kulturalnych, który się w niej zamyka, na terenie badanej społeczności nosi charakter czysto receptywny, ściśle bierny w odróżnieniu od obu poprzednich, zaś w odróżnieniu od drugiego polega on na stałym, nie zaś tylko periodycznym zasilaniu ze źródeł pozalokalnych.”<sup>245</sup> W układzie tym formalizacja i instytucjonalizacja obejmuje wyłącznie nadawców. Odbiorcy, podobnie jak w układzie pierwszym, znajdują się w sytuacji niesformalizowanej. Jest to układ charakterystyczny dla społeczeństwa masowego.

W trzecim układzie kultury do przekazu treści kultury wykorzystuje się takie środki przekazu, jak pismo, taśmę filmową, druk. Dzięki temu treści mogą docierać do szerokich mas odbiorców. Według Mariana Filipiaka, „trzeci układ kultury występuje w kulturze popularnej. (...) Pojęcie kultury popularnej wypiera obecnie bardziej niegdyś modne i kontrowersyjne pojęcie „kultura masowa.”<sup>246</sup> Warto jednak podkreślić, że pojęcia te, choć w swym zakresie znaczeniowym podobne, nie są w pełni tożsame. „Kulturę popularną można określić jako treści,

---

<sup>242</sup> Filipiak M., Socjologia..., op. cit., s. 64.

<sup>243</sup> Kłoskowska A., Społeczne..., op. cit., s. 61.

<sup>244</sup> Filipiak M., Socjologia..., op. cit., s. 66.

<sup>245</sup> Kłoskowska A., Społeczne..., op. cit., s. 61.

<sup>246</sup> Filipiak M., Socjologia..., op. cit., s. 64-65.

które – niezależnie od środka przekazu – są łatwe w odbiorze, często bardziej skonwencjonalizowane, oraz które zawierają wyraźne elementy rozrywkowe i tym samym przyciągają liczną publiczność”<sup>247</sup>. Kultura masowa zdefiniowana jest przez charakter przekazu (kinematografia, radio, telewizja). Kultura popularna z kolei zdefiniowana jest przez cechy treści przekazu: obejmuje zarówno te przejawy kultury masowej, które budzą zainteresowanie licznych odbiorców, jak i – przede wszystkim – przejawy kultury ludycznej funkcjonującej poza środkami masowego przekazu (festyny, odpusty, pokazy jarmarczne itp.).<sup>248</sup> Kultura masowa i popularna mają pewien istotny wspólny mianownik, ponieważ kultura masowa rozpowszechnia te treści kultury popularnej, które wywołują zainteresowanie licznych odbiorców. Ze względu na przystępność treści i łatwy dostęp do nich kultura ta dociera szybko do „masowego odbiorcy”.

Marian Filipiak twierdzi, że „rozpatrując wymienione układy kultury z punktu widzenia diachronicznego, na pierwszym miejscu należy wymienić istnienie wyłącznie układu pierwotnego; po nim pojawił się układ instytucjonalny, w końcu zaś zdominowany przez środki masowego przekazu układ styczności pośrednich.”<sup>249</sup> Współczesna kultura jest miejscem przenikania się wszystkich trzech układów z zastrzeżeniem, że ten ostatni, nie może występować samodzielnie.

Warto bliżej przyjrzeć się ostatniemu (z wymienionych) układowi kultury. Chociaż, co już zostało podkreślone, współczesny człowiek pozostaje w kręgu wszystkich trzech układów, to właśnie kultura masowa odgrywa znaczącą rolę w tworzeniu i przekazywaniu treści z zakresu interesującej nas tu problematyki. Można powiedzieć, że kultura masowa jest w dużej mierze kulturą relaksu, rozrywki i odpoczynku<sup>250</sup>. Jest kulturą niezwykle bliską młodemu pokoleniu; jest kulturą wpływającą znacząco na życie, w tym czas wolny młodych ludzi.

Kultura masowa jest zjawiskiem powstałym relatywnie niedawno, bo w XX wieku. Według Zbigniewa Dziubińskiego, „po raz pierwszy pojęcie „kultura masowa” użył w 1941 roku niemiecki filozof i socjolog Max Horkheimer, a dwa lata później amerykański pisarz i dziennikarz Dwight MacDonald. Wtedy rozpoczęła się zawrotna kariera tego pojęcia.”<sup>251</sup> Dziubiński, opisując historyczne uwarunkowania rozwoju kultury masowej, wymienia cztery charakterystyczne etapy jej rozwoju. Etapy te obejmują lata wcześniejsze, niż XX wiek, bo

---

<sup>247</sup> Golka M., Socjologia kultury, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2007, s. 146.

<sup>248</sup> Ibid., s. 146-147.

<sup>249</sup> Filipiak M., Socjologia..., op. cit., s. 63.

<sup>250</sup> Modzelewski W., Wprowadzenie do socjologii, Biblioteka Pracownika Socjalnego, Katowice 1999, s. 56.

<sup>251</sup> Dziubiński Z., Kultura masowa a sport: związki i zależności (w:) Dziubiński Z., Lenartowicz M., (red.), Kultura fizyczna a kultura masowa, Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2011, s. 117-118.



wcześniejsze są też przeobrażenia społeczne, polityczne i, oczywiście, gospodarcze, które miały wpływ na powstanie kultury masowej.

Genezę kultury masowej można wiązać z rozwojem techniki i nauki, co wpłynęło na powstanie technologii umożliwiającej docieranie z informacjami do szerokiego kręgu odbiorców. Antonina Kłoskowska pisała, że zmiany te były związane z rewolucją przemysłową i procesami industrializacji i urbanizacji.<sup>252</sup> Ludzie, którzy migrowali do wielkich miast, zrywali więzy z macierzystą społecznością lokalną i porzucali swoje tradycyjne role społeczne. Ich praca i życie w każdej fabryce, w każdym mieście i w każdym państwie wyglądało mniej więcej tak samo. Było podporządkowane monotonnemu rytmowi pracy mechanicznej. Ważnym wydarzeniem pierwszego etapu rozwoju kultury masowej było też rozpoczęcie drukowania wysokonakładowej prasy.<sup>253</sup> Kłoskowska pisała: „po mechanizacji warsztatów przedziałniczych i tkackich przyszła kolej na mechanizację prasy drukarskiej. Kolej zapewniała szybki transport przemysłowy towarów, lecz także szybką cyrkulację książek i prasy”<sup>254</sup> To właśnie druk stanowił przez długie lata jedyny środek masowego komunikowania. Rozwój kultury masowej zaczął przyśpieszać wraz z upowszechnieniem się obowiązku szkolnego i spadkiem analfabetyzmu, ponieważ informacje zaczęły docierać do coraz szerszego grona odbiorców.

Drugi etap rozwój społeczeństwa masowego wiąże się z rozwojem radia, które pozbawione było części ograniczeń związanych z prasą. Wydarzenie mogło być relacjonowane na bieżąco. Od samego początku, tj. od lat 20. dwudziestego wieku, znaczącą część czasu antenowego wypełniały transmisje sportowe.<sup>255</sup> Był to milowy krok w ewolucji sposobów komunikowania. Na informacje nie trzeba już było czekać, mogły się one rozpowszechniać szybko i także wśród osób, które nie potrafiły czytać.

Kolejny, trzeci, etap rozwoju kultury masowej związany był z rozwojem telewizji. Stworzyła ona o wiele szersze możliwości atrakcyjnego przekazu informacji, bowiem oprócz tego, że przekaz mógł być jednoczesny z toczącym się wydarzeniem, to także był wizualny.<sup>256</sup> Już w latach 60. XX wieku Kłoskowska pisała, że „siła atrakcyjności telewizji sprawia, że jest ona szczególnie skutecznym narzędziem rozpowszechniania treści, a zatem czyni ją poważnym konkurentem wszystkich innych narzędzi masowego komunikowania”<sup>257</sup>. Nie wyobrażano

---

<sup>252</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1983, s. 107-112.

<sup>253</sup> Dziubiński Z., *Kultura masowa a sport...*, op. cit., s. 118.

<sup>254</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1983, s. 110.

<sup>255</sup> Dziubiński Z., *Kultura masowa a sport...*, op. cit., s. 118.

<sup>256</sup> Ibid.

<sup>257</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1983, s. 204.

sobie wtedy pewnie, jak dużą rolę w rozwoju kultury masowej odegra telewizja w ciągu kolejnych pięćdziesięciu lat. Upowszechnienie się telewizji satelitarnej na przełomie XX i XXI wieku sprawiło, że wiele wydarzeń lokalnych zyskało rangę globalnych. Stało się tak m.in. z wieloma zawodami sportowymi.

Ostatni etap wiąże się z rozpowszechnieniem komputerów osobistych i sieci internetowej.<sup>258</sup> Komputery trafiły na dobre „pod strzechy” pod koniec XX wieku, kiedy to stały się na tyle małe i tanie, że mogła sobie na nie pozwolić przeciętna rodzina. Połączenie komputerów osobistych siecią internetową spowodowało, że ludzie zdobyli dostęp do szybkich informacji z każdego miejsca na świecie. Wydarzenia te nie przez wszystkich badaczy są klasyfikowane jako te, które miały istotny wpływ na rozwój kultury masowej. Trudno jednak pominąć rolę i znaczenie Internetu w przekazywaniu informacji np. z wydarzeń sportowych.

Marian Golka zauważył, że „kultura masowa jest skutkiem zmian społecznych i kulturowych”<sup>259</sup>. Zmiany te rozumiał jako liczne mechanizmy i czynniki przeobrażeń kultury charakterystyczne dla świata zachodniego. Wskazał on 5 grup uwarunkowań powstania kultury masowej, które syntetycznie obejmują całość rozważań przedstawionych w tej części pracy. Te grupy to:

1. Urbanizacja i zmiany demograficzne. Jest to przyczyna i skutek rewolucji przemysłowej, a jednocześnie czynnik sprawczy innych zjawisk społecznych i kulturowych m.in. przemiany wspólnoty w społeczeństwo masowe.
2. Upadek kultury ludowej. Jest to skutek industrializacji i urbanizacji. Skoro zabrakło ludu jako zaplecza społecznego kultury ludowej, ponieważ lud przeobraził się w klasę robotniczą, a klasa ta nie wytworzyła swojej wyraźnej tożsamości, to powstała luka kulturowa musiała zostać czymś wypełniona. Odpowiedzią na te braki była kultura masowa.
3. Rytm i charakter pracy narzucony przez fabrykę (maszynę) i biuro, wytwarzający nowe, nieznane przedtem uwarunkowania odbioru kultury i nowe względem niej potrzeby. Jest to praca, która cechuje się monotonią i fragmentarycznością zadań, skutkująca fizycznym i psychicznym przesileniem. Stąd też potrzeba ucieczki i odreagowania wyrażająca się poprzez łatwe i powierzchowne, nie wymagające wysiłku intelektualnego treści. Odpowiedzią na te potrzeby była także kultura masowa.

---

<sup>258</sup> Dziubiński Z., *Kultura masowa a sport...*, op. cit., s. 119.

<sup>259</sup> Golka M., *Socjologia kultury*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2007, s. 149.

4. Upowszechnienie oświaty na poziomie elementarnym. Jest to warunek oczywisty dla rozwoju prasy i czytelnictwa. Jest także przygotowaniem do odbioru innych środków przekazu, ponieważ stanowi swoiste przygotowanie do zdolności „dostrzeganie świata innego niż własny”.
5. Powstanie czasu wolnego od pracy oraz od zobowiązań społecznych i religijnych. Jest to zjawisko, które wynika ze skracania się czasu pracy ludzi przy jednoczesnym wydłużaniu życia ludzkiego oraz pojawianiem się coraz liczniejszych urządzeń ułatwiających życie ludzkie np. pralki automatycznej. Zmiany te spowodowały wytworzenie się pewnych porcji czasu, które wymagały zagospodarowania. Kultura masowa wpasowała się w czas wolny i skłania do jego powiększania, zaś czas wolny wymusza dalszy jej rozwój.<sup>260</sup>

Biorąc pod uwagę wszystkie te uwarunkowania można powiedzieć (za Antoniną Kłoskowską) że: „zgodnie z najogólniej przyjętym znaczeniem pojęcie kultury masowej odnosi się do zjawisk współczesnego przekazywania wielkim masom odbiorców identycznych lub analogicznych treści płynących z nielicznych źródeł oraz do jednolitych form zabawowej, rozrywkowej działalności wielkich mas ludzkich”<sup>261</sup>. Według autorki rozważania na temat tak zdefiniowanej kultury masowej powinny objąć zagadnienia: edukacji, wszystkich dziedzin sztuki przyciągających szerszą publiczność, życia religijnego, jak również turystyki, czasu wolnego i sportu. Kultura masowa doskonale wpasowała się w potrzeby ludzi i zaoferowała im treści, które szczególną rolę odgrywają w czasie wolnym. Jedną z nich jest bez wątpienia sport.

Według Zbigniewa Dziubińskiego „rywalizacja sportowa od najdawniejszych czasów była atrakcją i stanowiła pożądaną przez masy rozrywkę”<sup>262</sup>. Rozwój kultury masowej umożliwił ludziom bierne, a, pośrednio, także czynne uczestnictwo w tej dziedzinie kultury. Kultura masowa jednocześnie w istotny sposób wpłynęła na sport. Dziubiński zaproponował listę cech kultury masowej, które mają zarówno pozytywny, jak i negatywny wpływ na sport. Do pozytywnych należy:

1. Globalizacja sportu. Globalizacja sportu polega na masowym dostępie odbiorców do przekazów sportowych.
2. Komercjalizacja sportu. Komercjalizacja jest wynikiem poszerzenia widowni sportowej i dostarczenia nowych możliwości zarobkowania w sporcie i dzięki sportowi. Pożądany przez widownię sport stał się więc towarem.

---

<sup>260</sup> Ibid., s. 149-150.

<sup>261</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1983, s. 95.

<sup>262</sup> Dziubiński Z., *Kultura masowa a sport...*, op. cit., s. 120.

3. Profesjonalizacja sportu. Profesjonalizacja wiąże się z uzawodowieniem sportu i wypieraniem sportu amatorskiego. W sporcie wyodrębniły się też kategorie zawodowe, takie jak trener, lekarz, masażysta, menadżer itp.
4. Wzrost atrakcyjności sportu. Zmiany te są związane z oczekiwaniami widowni, zwłaszcza telewizyjnej. Do potrzeb widowni dostosowano porę rozgrywania zawodów oraz wprowadzono modyfikację przepisów, której celem było przyspieszenie gry oraz wprowadzenie jaśniejszych zasad.
5. Pojawienie się gwiazdorstwa sportowego. Najlepsi sportowcy stają się gwiazdami sportu, które są szanowane, podziwiane i mają wysoką pozycję społeczną.
6. Demokratyzacja sportu. Wskutek działania środków masowego przekazu, wydarzenia sportowe stają się dostępne dla każdego, bez względu na wiek, płeć, miejsce zamieszkania itp.
7. Socjalizacja do sportu. Polega ona m.in. na tym, że poprzez kulturę masową jej odbiorcy przyswajają podstawy uniwersalnej i globalnej kultury sportowej.
8. Wypełnianie luki po sporcie ludowym i narodowym. Jest ono wynikiem zanikania rodzimych kultur, w tym kultur sportowych, i zastępowania ich (poprzez wypełnianie powstałej luki) sportami stadionowymi (o genezie europejskiej i amerykańskiej).
9. Integracja społeczna. Polega ona na tym, że stanowi ona łącznik między różniącymi się między sobą pod względem przynależności klasowej czy warstwowej, wieku, zamożności, zawodu czy miejsca zamieszkania zbiorowościami. Z uwagi na to, że jest raczej uniwersalna i standardowa, bardziej łączy, niż dzieli. Masowa kultura sportowa może też integrować społeczeństwa o różnych systemach gospodarczo-politycznych.
10. Łagodzenie alienacji dnia codziennego. Polega ona na przeniesieniu się, po trudach, niepokojach i frustracjach związanych najczęściej z wykonywaną pracą zawodową, w inny świat, świat zabawy, relaksu i rozrywki.
11. Zaspokajanie ambiwalentnych gustów. Jest to wynik stałego powiększania się oferty sportowej przekazywanej przez środki masowego przekazu. Oferta sportowa jest dostosowywana do bardzo różnorodnych gustów widowni. Oferta ta różni się pod względem treści, jak też pod względem trudności odbioru.<sup>263</sup>

---

<sup>263</sup> Dziubiński Z., *Kultura masowa a sport...*, op. cit., s. 120-125.

Przedstawiony tutaj pozytywny wpływ kultury masowej na sport jest jednak tylko jedną „stroną medalu”. Kultura masowa jest często poddawana krytyce. Uważa się, że z kulturą masową wiąże się wiele zjawisk, które negatywnie wpływają na współczesne społeczeństwa. Golka wskazał, że krytyka ta „wyrasta często z nostalgii za przeszłością (kiedy wszystko to, co nowe było potępiane), ze sprzeciwu wobec cywilizacji przemysłowej (gdy wszystko to, co ona ze sobą niosła, a więc oczywiście także kulturę masową, odrzucano i krytykowano), z poczucia swoistego „arystokratyzmu”, ale też niekiedy „filisterstwa kulturalnego” (czyli w tym przypadku pogardy dla mas i wszystkiego tego, czym masy się interesowały i czym żyły”<sup>264</sup>. Choć wiele z zarzutów wydaje się być mało trafna, to należy się zgodzić z tym, że z kulturą masową wiążą się zjawiska, które wprowadzają do sportu wiele wynaturzeń. Dominic Strinati przyznał, że „teoria kultury masowej ma tendencję, by traktować publiczność jako pasywną, leniwą, mało samodzielną, podatną na manipulację i sentymentalną masę, oporną na intelektualne wyzwanie i stymulację, łatwą zdobycz dla konsumeryzmu i reklamy, nieświadomą swego złego gustu i automatycznie broniącą powtarzających się formuł kategorii masowej”<sup>265</sup>. Niezależnie od tego, na ile ta krytyka jest uzasadniona, można wskazać na pewne negatywne cechy kultury masowej, które mają wpływ na sport i ludzi się nim zajmujących. Są to zarzuty do samej kultury masowej, jak i sportu jako kultury masowej. Dziubiński uznał, że jest to:

1. Manipulacja polityczna. Z uwagi na siłę i zasięg, kultura masowa, w tym sport, staje się celem urabiania odbiorców zgodnie z interesami władzy politycznej poprzez agitację i propagandę.
2. Manipulacja ekonomiczna. Polega ona na tym, że gwiazdy sportu, kojarzone z życiem dostatnim, udanym i szczęśliwym, są prezentowane w kontekście określonych towarów i usług, aby odbiorca odniósł wrażenie, że kupno tego oto produktu czy usługi, pozwoli na życie podobne do życia gwiazd sportu.
3. Wzmacnianie biernego stosunku jej odbiorców do życia. Odbieranie kultury masowej, często przez długie godziny, nierzadko sprawia, że ma miejsce iluzyjne i bezpłodne trwanie. Taki stan rzeczy może wpływać na ograniczanie innych kontaktów kulturowych oraz może prowadzić (wskutek znużenia) do zaniechania jakiegokolwiek aktywności, w tym sportowej (rozumianej jako uprawianie sportu).
4. Osłabianie wrażliwości odbiorców. Kultura masowa poprzez widowiska sportowe oswaja odbiorców z tragedią, cierpieniem, przemocą, katastrofą, grozą i

---

<sup>264</sup> Golka M., Socjologia kultury, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2007, s. 159.

<sup>265</sup> Strinati D., Wprowadzenie do kultury popularnej, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 1998, s. 49.

niesamowitością. W ten sposób usypia wrażliwość i sumienie odbiorców i niejako rodzi relatywizm moralny.

5. Przyczynianie się do zaniku życia wewnętrznego i samodzielnego myślenia. Życie nastawione na treści, które są zwykle przekazywane przez masowe środki, czyli treści błahe, lekkie w odbiorze, skonwencjonalizowane, ludyczne sprzyja zanikaniu pogłębionej refleksji własnej, samodzielnego myślenia i intelektualnego wysiłku.
6. Deformowanie obrazu rzeczywistości. Kultura masowa w kreatywny i selektywny sposób podchodzi do prezentacji rzeczywistości. Nie do końca wiadomo, czy kultura masowa przekazuje nam świat rzeczywisty, czy też świat rzeczywistości upozorowanej. Widz przecież do końca nie wie, ile rzeczywistości pokazuje mu kamerzysta i realizator, a ile zostało przed nim ukryte.
7. Zaburzenie jedności czasu i przestrzeni. Odbiorca nie znajduje się w miejscu wydarzenia sportowego, ale wydarzenie to odbiera w swoim domu, być może oddalonym od miejsca zawodów o tysiące kilometrów. Często też wydarzenia sportowe relacjonowane są z pewnym późnieniem czasowym, z konieczności, jak w przypadku prasy, lub ze względów organizacyjnych, jak w przypadku telewizji.
8. Negatywny wpływ na dzieci. Atrakcyjne wolnoczasowe i sportowe treści kultury masowej sprawiają, że dzieci spędzają długie godziny przed telewizorem. Ten czas prowadzi często do wielu negatywnych konsekwencji, takich jak: nieumiejętność bawienia się; brak entuzjazmu; złe relacje z rówieśnikami; rozbudzony konsumpcjonizm; oddalenie od rodziny; obniżenie zainteresowania innymi formami aktywności np. uprawianiem sportu.<sup>266</sup>

Związki między sportem, a kulturą masową są bardzo silne i wielopłaszczyznowe. Kultura masowa jest naturalną konsekwencją rozwoju społecznego i gospodarczego. Powstała jako odpowiedź na pewną pustkę i niezaspokojenie potrzeb ludzi. Pojawiła się, oferując treści, których oczekiwali ludzie, zwłaszcza w czasie wolnym po pracy. Jedną z takich ofert stał się sport. Z jednej strony dzięki kulturze masowej sport stał się zjawiskiem globalnym, a z drugiej, dzięki swojej atrakcyjności i stosunkowo prostej w odbiorze formie, pozwolił kulturze masowej zwiększyć swój zasięg. Sport stał się więc okazją do uczestnictwa kulturalnego wielu ludzi, zwłaszcza młodych, dla których jest to jedna z najatrakcyjniejszych form spędzania czasu wolnego.

---

<sup>266</sup> Dziubiński Z., *Kultura masowa a sport...*, op. cit., s. 125-130.

Należy jednak pamiętać, że nie cały sport należy do kultury masowej. Zwrócił na to uwagę Józef Lipiec, który zauważył, że „ pewne obszary sportu faktycznie podlegają prawom kultury masowej, tworząc jej integralny i ważny fragment. Inne przestrzenie – nie należą do kultury masowej wcale, albo kreując pewne istotne wartości kultury elitarnej, albo też występując z ofertą sportu specjalnego, środowiskowego, intymnego, spartykularyzowanego środowiskowo lub regionalnie”<sup>267</sup>. Myśląc o sporcie jako elemencie kultury masowej, będziemy najczęściej wymieniać sport widowiskowy, stadionowy, zawodowy, czyli sport bierny, odbierany z pozycji widza. Jednak sport to także uczestnictwo w lokalnych zawodach sportowych, zarówno w roli widza jak i zawodnika. Sport to także doświadczanie jego idei i symboli w warstwie o wiele trudniej dostępnej, niż to ma miejsce w przypadku kultury popularnej. Tak rozumiany sport wymaga głębszego zrozumienia i specjalnego nastawiania poznawczego, które zdaje się wymykać z ram kultury masowej.

### **3. Sport i jego znaczenie w życiu człowieka**

Do czasu wolnego zaliczamy wyłącznie ten czas, w którym podejmowana aktywność ma charakter dowolny. Ważne jest więc to, aby młodym ludziom oferować takie możliwości spędzania czasu wolnego, które z jednej strony będą służyły rozwojowi indywidualnemu i społecznemu, a z drugiej będą cieszyły się ich autentycznym zainteresowaniem, a więc będą dla nich atrakcyjne. Jedną z takich form jest sport.

Sport może więc skutecznie wypełnić kulturę czasu wolnego młodzieży. Dostrzega się w nim licznych walorów rozwojowych i wychowawczych. Aktywność fizyczna może wpływać korzystnie na zdrowie fizyczne i psychiczne człowieka. Sport odgrywa też ważną rolę w procesie socjalizacji. Uprawianie sportu może wreszcie służyć rozwijaniu samodyscypliny, pracowitości, lojalności, czy też uczciwości. Zanim jednak szczegółowo przedstawię społeczne funkcje sportu oraz znaczenie sportu w życiu i rozwoju indywidualnym, omówię podstawowe pojęcia oraz zarysuję historyczne tło sportu.

#### **3.1. Sport – ustalenia definicyjne**

Sport jest zjawiskiem społecznym o szerokim, stale powiększającym się zasięgu. Śmiało można stwierdzić, że jest jednym z najbardziej znaczących zjawisk społecznych

---

<sup>267</sup> Lipiec J., Sport a kultura masowa (refleksje sceptyczne) (w:) Dziubiński Z., Lenartowicz M., (red.), Kultura fizyczna a kultura masowa, Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2011, s. 18.

współczesnej doby.<sup>268</sup> Coraz częściej dostrzega się jego znaczenie i zjawiska z tego obszaru są przedmiotem badań pedagogicznych, historycznych, socjologicznych, kulturoznawczych czy też psychologicznych. Jednak zakres i dynamika analizowanych zjawisk otwierają nowe perspektywy badawcze, jednocześnie dezaktualizując część dotychczasowych wyników. Konieczne wydaje się więc podjęcie prób gruntownego zbadania i opisanie tego fenomenu, aby znalazł on właściwe odbicie w refleksji naukowej.

Sport i jego rozwój są nierozdzielnie powiązane z dziejami cywilizacji. Już w społeczeństwach pierwotnych szczególną uwagę zwracano na wychowanie fizyczne (którego integralnym elementem był sport) jako warunek powodzenia w walce o egzystencję. Igrzyska olimpijskie, to jedno z najważniejszych dziedzictw po starożytnych Grekach. Najwybitniejsi przedstawiciele renesansu w swoich teoriach głosili konieczność wychowania fizycznego, a XIX - wieczna Anglia upowszechniła wiele dziś najpopularniejszych dyscyplin sportu. Tak więc sport był elementem życia ludzi różnych klas społecznych w każdej epoce. Nie inaczej jest dziś, kiedy sport jest znaczącą częścią współczesnej kultury.

Pomimo tego, że aktywność fizyczna towarzyszy człowiekowi od zarania dziejów, to sama nazwa i pojęcie sportu są nowożytne, nieznanne we wcześniejszych epokach.<sup>269</sup> Używanie tego terminu w odniesieniu do okresów historycznych ma charakter umowny i odnosi się do zjawisk, które współcześnie rozumiemy jako sport. Nie ma bowiem wątpliwości, że pojęcie sportu jest potocznie, obiegowo doskonale rozumiane. Kiedy jednak przyjdzie je sprecyzować i dokładnie określić jego granice, pojawiają się różnorodne trudności wynikające z bardzo złożonego charakteru tego społecznego zjawiska.

Aby dokładniej ukazać istotę sportu, należy na wstępie sformułować jego definicję. Jest on bowiem bardzo różnie rozumiany. Jest to związane z różną jego rolą w poszczególnych dziedzinach życia. Sport może być rozpatrywany jako ważna forma wychowania dzieci i młodzieży, a tym samym jako doniosły czynnik rozwoju człowieka. Można także mówić o ekonomicznych aspektach sportu, który w czasach współczesnych jest źródłem ogromnych zysków. Jednak dla większości sport jest rekreacją, aktywnym odpoczynkiem po pracy, źródłem bogatych przeżyć, kształcącą zabawą oraz polem współpracy. Tak rozumiany sport jest aktywnością ciała i ducha oraz wyrabianiem dyspozycji niezbędnych w życiu społecznym. Ta wieloznaczność pojęcia sportu tym bardziej rodzi potrzebę dokładniejszego zdefiniowania go, ale jednocześnie nastrocza poważnie związanych z tym trudności.

---

<sup>268</sup> Lipoński W., Sport. Literatura. Sztuka, Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa 1974, s. 9.

<sup>269</sup> Lipoński W., Historia sportu na tle rozwoju kultury fizycznej, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012, s. 17.



Samo słowo „sport” pochodzi od łacińskiego, a później starofrancuskiego „disporte” lub „desporte”. Termin ten miał być pierwotnie używany w miastach Imperium Rzymskiego na określenie zabaw, ćwiczeń cielesnych i rekreacyjnych, odbywanych poza bramami miejskimi, czyli „dis-porta” („porta” oznaczało właśnie bramę). Niektórzy badacze etymologii słowa „sport” doszukują się w łacińskim „deportare” (cieszyć się, zabawiać, wyrażać zadowolenie).<sup>270</sup> Współcześnie słowo „sport” używane jest w wielu odmiennych znaczeniowo wariantach. Sposób jego rozumienia jest uwarunkowany dyscypliną naukową, której przedmiotem zainteresowań się staje.

Wielu badaczy rozumie sport jako element kultury fizycznej.<sup>271</sup> Jest to stanowisko posiadające niewątpliwe zalety, ale prowadzące też do wielu nieporozumień, które postaram się w tym opracowaniu przedstawić. Kulturę fizyczną można rozumieć jako wyraz określonej postawy wobec własnego ciała i jego potrzeb z uwzględnieniem świadomości i troski o swój rozwój, sprawność i zdrowie oraz umiejętność zagospodarowania czasu wolnego z pożytkiem dla zdrowia fizycznego i psychicznego.<sup>272</sup> Jest to więc suma stosowanych zabiegów sprawnościowych, higienicznych i rozrywkowych wpływających na wszechstronny rozwój ludzi.

Wojciech Lipoński rozumie kulturę fizyczną jako całokształt środków, sposobów, metod i idei zmierzających do ukształtowania, doskonalenia i podtrzymywania możliwie pełnej osobowości ludzkiej w jej składnikach duchowym i cielesnym, zarówno w odniesieniu do jednostki ludzkiej, jak i całych społeczeństw.<sup>273</sup> Do tak zdefiniowanej kultury fizycznej zaliczył kilka odmian aktywności fizycznej, występujących samodzielnie lub częściowo pokrywających się swymi zakresem i formami:

- sport w jego odmianach zawodowych jako wzorzec doskonalenia cielesnego szerszych populacji,
- sport amatorski i rekreacyjny stanowiący społeczny sposób realizowania tych wzorców,
- wychowanie fizyczne jako możliwość kształtowania tych samych celów w sposób systematyczny i formalnie związany ze szkolnictwem,

---

<sup>270</sup> Osiński W., Teoria wychowania fizycznego, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu, Poznań 2011, s. 85.

<sup>271</sup> Por.: Osiński W., Teoria wychowania fizycznego, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu, Poznań 2011; Lipoński W., Historia sportu na tle rozwoju kultury fizycznej, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012; Demel M., Potoczne i naukowe rozumienie kultury fizycznej, W: Sekuła-Kwaśniewicz H. (red.), Kultura fizyczna i sport w ujęciu socjologicznym, Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie im. Bronisława Czecha, Kraków 1985.

<sup>272</sup> Barankiewicz J., Leksykon wychowania fizycznego i sportu szkolnego, WSiP S.A., Warszawa 1998, s. 145.

<sup>273</sup> Lipoński W., Historia..., op. cit., s. 18.

- turystyka jako rodzaj czynnego wypoczynku z elementami krajoznawstwa uprawiana w formie odmian sportu lub jakiegokolwiek aktywności fizycznej dla odnowy sił psychofizycznych,
- rekreacja, w rozumieniu kultury fizycznej, jako całokształt środków służących aktywnemu wypoczynkowi z udziałem szeroko rozumianej sfery działalności ludzkiej człowieka, z wykluczeniem tych form wypoczynku, które zakładają brak aktywności fizycznej.<sup>274</sup>

Z kolei Maciej Demel przyjmuje, że „kultura fizyczna obejmuje te wszystkie wartości, które wiążą się z fizyczną postacią i fizycznym funkcjonowaniem człowieka, zarówno w jego własnym subiektywnym odczuciu, jak też w obrazie społecznie zobiektywizowanym. Wartości te – najogólniej mówiąc – odnoszą się do zdrowia, budowy i postawy ciała, odporności, wydolności, sprawności, urody.<sup>275</sup> Składnikami tak definiowanej kultury fizycznej jest turystyka, rekreacja fizyczna, wychowanie fizyczne i sport<sup>276</sup>, który jest rozumiany jako działalność uprawiana systematycznie, według pewnych reguł, odznaczająca się silnym pierwiastkiem współzawodnictwa oraz tendencją do osiągania coraz lepszych wyników, mająca na celu manifestację sprawności ruchowej.<sup>277</sup>

Maciej Demel wskazał na cechy, które wyróżniają sport z innych dziedzin ludzkiej działalności. Są to:

1. Niezależność bezpośrednich motywów od podstawowych potrzeb życiowych.
2. Dodatnie emocje towarzyszące postanowieniom i działaniom.
3. Brak materialnego efektu, który zawsze jest wynikiem pracy produkcyjnej.
4. Ruchowy charakter działania z akcentem specjalistycznym.
5. Systematyczność w dążeniu do osiągnięcia maksymalnych wyników.
6. Jaskrawy moment współzawodnictwa, jako jeden z zasadniczych bodźców doskonalenia.
7. Ścisłe stosowanie się do przepisów określających normy sprzętu, warunki i formy ruchowe, co umożliwia wymierność i porównywalność wyników.

Żadna z tych cech nie jest charakterystyczna tylko dla sportu, ale ich połączenie i występowanie jako spójnej całości jest obserwowalne tylko w sporcie.

---

<sup>274</sup> Ibid.

<sup>275</sup> Demel M., Potoczne..., op. cit., s. 36.

<sup>276</sup> Demel M., Skład A., Teoria wychowania fizycznego, PWN, Warszawa 1986, s. 16-34.

<sup>277</sup> Ibid., s. 16.

Na podobne cechy sportu wskazywał Tadeusz Ulatowski, który stwierdził, że sport charakteryzuje się: zachowaniami ludzi objawiającymi się poprzez ruchy ciała lub przyrządu przez to ciało wprawiane w ruch; dobrowolnie podjętym wysiłkiem, rywalizacją i dążnością do doskonałości; określoną terytorialnie lub państwowo formie organizacji społecznej zachowań zbiorowych; zachowaniami uwarunkowanymi pewnymi wymogami etycznymi czy też zachowaniami, które nie przynoszą konkretnych korzyści materialnych, ale takimi, które wykonywane w sposób skuteczny dają poczucie odprężenia i przyjemności.<sup>278</sup> Także Wiesław Osiński zwraca uwagę na współzawodnictwo, przepisy i aspekt fizyczny sportu rozumianego jako elementu kultury fizycznej. Przyjmuje, że „sport stanowi formę zorganizowanej i ukierunkowanej manifestacji sprawności fizycznej, podejmowanej w ramach działalności ściśle określonej przepisami – czy przyjmowanymi regułami – formuły w celu uczestnictwa we współzawodnictwie pomiędzy dwoma lub większą liczbą osób.”<sup>279</sup>

Analizując przytoczone definicje sportu łatwo wskazać pewne elementy wspólne (jak występowanie reguł i współzawodnictwa), a dokonując próby syntezy, warto odwołać się do prac Floriana Znanińskiego, który już w pierwszej połowie XX wieku zajmował się tym zjawiskiem. Stwierdził on, że sport, to wszelkiego rodzaju działalność fizyczna dążąca w swoim zakresie do możliwie doskonałych wyników. Do sportu należą więc te czynności, które wykonujemy w sposób jak najbardziej perfekcyjny.<sup>280</sup> Są to czynności, które charakteryzuje dążność do maksymalizacji wyniku. Człowieka zajmującego się sportem – typ sportowy – cechuje umiejętność działalności sportowej zgodnie z ustalonymi regułami i sprawdzianami doskonałości.<sup>281</sup> Zasady i przepisy, które regulują sport, umożliwiają porównywanie wyników, a tym samym współzawodnictwo. Jest to konwencjonalnie wyznaczona i regulowana forma rywalizacji.<sup>282</sup> Jest to jednak taka forma działalności fizycznej, która nie zmierza do wytwarzania bezpośrednio użytecznych wytworów, tylko do poczucia przyjemności i satysfakcji z osiągniętych wyników.<sup>283</sup> Można więc powiedzieć, że sport to wszelka działalność fizyczna, którą charakteryzuje dążenie do osiągnięcia możliwie doskonałych i porównywalnych wyników, które są przedmiotem współzawodnictwa, a ich osiągnięcie prowadzi do zaspokojenia potrzeb psychicznych ludzi, a nie potrzeb użytkowych. Wartością w sporcie jest więc osiąganie doskonałości w jakiejś dziedzinie aktywności człowieka.

---

<sup>278</sup> Ulatowski T., *Teoria i metodyka sportu*, Sport i Turystyka, Warszawa 1981, s. 18-19.

<sup>279</sup> Osiński W., *Teoria...*, op. cit., s. 86.

<sup>280</sup> Znaniński F., *Socjologia wychowania*, Wydawnictwo naukowe PWN, Warszawa 2001, s. 437.

<sup>281</sup> *Ibid.*, s. 438.

<sup>282</sup> *Ibid.*, s. 437.

<sup>283</sup> *Ibid.*

Taki sposób definiowania kultury fizycznej i łączenia jej ze sportem prowadzi jednak często do zawężania pojęcia sportu i rozpatrywania go jedynie od strony aktywności fizycznej, polegającej na uprawianiu określonej dyscypliny sportowej. Sport w tej postaci ma na celu głównie manifestację sprawności ruchowej. Nie ulega jednak wątpliwości, że sport jest zjawiskiem o wiele szerszym i bardziej złożonym.

Z pewnością człowiek, który codziennie rano biega kilkadziesiąt minut po to, aby przygotować się maratonu, uprawia sport. Podobnie będzie z młodymi ludźmi, którzy kilka razy w tygodniu spotykają się na piłkarskich treningach w klubie sportowym czy też z dziećmi, które co srodę są przywożone przez swoich rodziców na treningi karate. Wszystkie te zjawiska mieszczą się w ramach pojęcia sport. Wątpliwości pojawiają się wtedy, gdy zastanowimy się nad rolą kibiców, trenerów i działaczy sportowych. Czy ludzie uczęszczający w roli kibiców regularnie na mecze swojego ulubionego zespołu, uprawiają sport? Co z tymi, którzy namiętnie oddają się regularnemu śledzeniu swoich sportowych bohaterów w telewizji? Co z tymi, którzy śledzą poczynania sportowców w prasie i Internecie? Oni sportu w tych konkretnych przypadkach nie uprawiają, ale nie zmienia to faktu, że są uczestnikami kulturowego zjawiska określanego mianem sportu. O ile tego, co robią, nie można nazwać uprawianiem sportu, o tyle zasadne wydaje się stwierdzenie, że w jakiś sposób zajmują się sportem.

Z punktu widzenia biologii aktywność jest stanem charakterystycznym dla wszystkich istot żywych. Wincenty Okoń zauważył, że aktywność jest właściwością indywidualną jednostki polegającą na większej niż u innych częstości i intensywności jakiegoś rodzaju działań.<sup>284</sup> To, jakie formy przybiera u człowieka, zależy bardziej od doświadczenia społeczno-kulturowego, niż od wrodzonych zadatków anatomiczno-fizjologicznych.<sup>285</sup> Aktywność w ramach sportu, która określana jest jako aktywność sportowa, rozumiana jest zwykle jako uprawianie sportu. Warto jednak spojrzeć na aktywność sportową szerzej – jak na uczestnictwo w swoistej dziedzinie życia, jaką jest sport. Będzie to nic innego, jak uczestnictwo społeczne w sporcie postrzeganym jako element kultury. Uczestnictwo w kulturze, to „wszelki kontakt człowieka z wytworami kultury oraz z zachowaniami kulturowymi, a tym samym bezpośredni bądź pośredni kontakt z innymi ludźmi. Kontakt ten polega na używaniu wytworów kultury, na przyswajaniu, przetwarzaniu i odtwarzaniu tkwiących w nich wartości, na podleganiu obowiązującym w kulturze wzorom, ale także na tworzeniu nowych jej wytworów i wartości oraz zachowań”.<sup>286</sup> Tak pojmowane uczestnictwo w kulturze dotyczy niemal każdej jej

---

<sup>284</sup> Okoń W., Słownik pedagogiczny, PWN, Warszawa 1981, s. 17.

<sup>285</sup> Winiarski R.W., Aktywność..., op. cit., s. 9.

<sup>286</sup> Golka M., Socjologia kultury, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2007, s. 122.

dziedziny, w tym także sportu. Warto podkreślić, że w tym ujęciu aspekty ekspresyjne i percepcyjne łączą się ze sobą i wzajemnie warunkują.<sup>287</sup> Uczestnictwo w kulturze sportu, to więc zarówno uprawianie sportu, jak też recepcja zawodów sportowych.

Rysują nam się dwie sfery uczestnictwa w kulturze sportu: czynna i bierna. Na konieczność takiego wyróżnienia zwracał uwagę Ryszard Wojciech Winiarski, który wyróżnił aktywność sportową jako rodzaj czynnego uczestnictwa w sporcie oraz konsumpcję sportową jako rodzaj biernego uczestnictwa obejmującego realizację własnych zainteresowań sportowych nie przejawiających się w formie uprawiania sportu (np. oglądanie w telewizji programów sportowych, kupowanie czasopism sportowych, uczęszczanie w roli kibica na zawody sportowe).<sup>288</sup>

Strona czynna, jak już wcześniej zaznaczyłem, będzie oznaczała uprawianie sportu. Uprawianie sportu może jednak przybierać różne formy. Najczęściej wskazuje się na dychotomiczny podział na sport zawodniczy i amatorski.<sup>289</sup> Sport zawodniczy jest określany często mianem kwalifikowanego lub wyczynowego.<sup>290</sup> Sport taki charakteryzuje się tym, że prowadzi do specjalizacji i maksymalizacji wyników, warunkiem sukcesu jest nabór i selekcja najbardziej utalentowanych, a zdrowie jest punktem wyjścia umożliwiającym intensywny trening.<sup>291</sup> W niektórych sytuacjach sport kwalifikowany przybiera postać sportu zawodowego, profesjonalnego. Jest to sport uprawiany w celach zarobkowych.<sup>292</sup> O ile sport zawodowy jako rodzaj uprawianej aktywności nie będzie głównym przedmiotem moich zainteresowań, to nie sposób przemilczeć jego rolę w biernym uczestnictwie młodzieży w sporcie. To właśnie sukcesy sportowe najlepszych sportowców, rekordowe wyniki, wieloletnie rywalizacje są magnesem przyciągającym widzów na stadiony i przed ekrany telewizorów oraz jednym z elementów rozbudzających zainteresowania sportowe przeradzające się często w czynne uczestnictwo w sporcie.

Sport staje się nie tylko rodzajem uprawianej aktywności, ale także przedmiotem kultu – wyniki zaczynają być cenione, podziwiane, adorowane, społecznie popierane. Sport zaczyna odgrywać rolę kultu religijnego i ma swych wielbicieli i wyznawców. Pociąga to za sobą wyłonienie się określonych grup społecznych, które żyją z uprawiania sportu i/lub szerzenia

---

<sup>287</sup> Ibid.

<sup>288</sup> Winiarski R.W., *Aktywność...*, op. cit., s. 45.

<sup>289</sup> Ibid., s. 10.

<sup>290</sup> Ulatowski T., op. cit., s. 19.

<sup>291</sup> Osiński W., *Teoria...*, op. cit., s. 88.

<sup>292</sup> Kania K., *Kontrakt sportowy jako specyficzny rodzaj umowy o pracę*, W: Cynarski J.W., Kosiewicz J., Obodyński K., (red.), *Kultura fizyczna i sport w zwierciadle nauk społecznych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2012, s. 243.

jego kultu np. ruch kibiców sportowych, zawodowi sportowcy, działacze sportowi, dziennikarze sportowi. Zjawiska te są w naukowych analizach marginalizowane lub traktowane jako patologiczne (np. zjawisko tzw. pseudokibiców), które ze sportem nie powinny mieć nic wspólnego.<sup>293</sup> Są to ważne i powszechne zjawiska we współczesnej kulturze. Ta aktywność kulturowa jest czymś innym niż aktywność sportowa rozumiana jako uprawianie sportu, choć przecież w sporcie się mieści i do sportu jako dziedziny kultury należy. Jest to uczestnictwo społeczne, które mieści się w obrębie tej dziedziny kultury, którą obejmujemy mianem sportu. Sport staje się w społeczeństwie przedmiotem swoistej kultywacji i zaczyna spełniać określone role kulturowe. Warto się więc bliżej zastanowić nad tym, jakie cechy charakteryzują sport w życiu społecznym jako istotny i jednocześnie nabierający coraz większego znaczenia element kultury.

### **3.2. Historyczne tło sportu**

Sport jest zjawiskiem bardzo mocno zakorzenionym we współczesnej kulturze. Wpisał się on doskonale w rozwój kultury masowej i globalizm. Niemal każdy potrafi wyliczyć najpopularniejsze dyscypliny sportowe i wskazać największe gwiazdy. Globalny zasięg zyskały zwłaszcza dyscypliny sportowe uprawiane w krajach zachodnich np. piłka nożna, siatkówka, koszykówka. Na współczesny obraz sportu, jego zasięg oraz formy kultywowania, wpływ miały liczne przemiany społeczno-polityczno-ekonomiczne zachodzące na przestrzeni wieków. Warto więc na sport spojrzeć z punktu widzenia przemian historycznych. To, jaki dzisiaj jest sport, jest spuścizną działalności wojskowej, administracyjnej, rozwoju organizacji sportowych, czy też działalności wielu prekursorów aktywności ruchowej.

Korzeni sportu należy dopatrywać się w zabawach i grach ruchowych, w różnych formach współzawodnictwa fizycznego oraz aktywnościach przygotowujących do służby wojskowej i pracy. Dopiero po wielu wiekach upowszechniło się współczesne rozumienie sportu, także jako elementu wychowania fizycznego czy też szerzej pojmowanej kultury fizycznej.

Wychowawczo-społeczne walory sportu znane były w prawie każdej cywilizacji. Sprawność fizyczna w społeczeństwach pierwotnych miała nieporównywalnie większe znaczenie niż w dzisiejszych czasach. To od fizycznych możliwości zależało życie lub śmierć naszych przodków. Działalność zmierzająca do świadomego doskonalenia sprawności cielesnej

---

<sup>293</sup> Michaluk T., *Semiotyczne i pragmatyczne zagadnienia teorii sportu*, Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław 2011, s. 21.

była konieczna do przetrwania w często niesprzyjającym środowisku<sup>294</sup>. Początki sportu należy więc utożsamiać z jego utylitarnym charakterem. Sport w tym przypadku był traktowany nie jako rozrywka, lecz jako przygotowanie do walki o egzystencję oraz jako element sakralnych obrzędów, które były ściśle powiązane z nabywaniem istotnych sprawności fizycznych.

Gry i ćwiczenia sportowe były znane wszystkim pierwotnym ludom. „Głównie stanowiły one istotny składowy czynnik zaprawy wojenno-łowieckiej. Często nosiły charakter rytualny, związany z religijnymi obrzędami. Czasami były ważnym elementem w służbie państwowej (trening szybkobiegaczy poczty wysoko cywilizowanych społeczności Peru i Meksyku). Dość powszechnie pełniły rolę swoistego egzaminu dla kandydatów do wysokich godności plemiennych, czasem zaś występowały w formie zbliżonej do średniowiecznych sądów bożych”<sup>295</sup>. Aktywności te były często elementem wychowania. Dzieci, naśladowując dorosłych, wykonując pewne drobne prace lub bawiąc się zdobywały niezbędne umiejętności. Aby w pełni być członkiem społeczności, w której żyli musiały przyswoić sobie taniec, rytmikę, płąsy czy też skoki.<sup>296</sup> Bez zdolności rzucania oszczepem, strzelania z łuku, łowienia ryb, zakładania pułapek na zwierzynę młodzi chłopcy byli bezużyteczni dla swoich współplemieńców. Choć sport w czasach najdawniejszych odbiega od jego współczesnego rozumienia, to właśnie w tym okresie i w takich aktywnościach należy szukać jego rudymenarnych korzeni.

O ile współczesny, globalny sport jest ściśle związany z kulturą zachodu, to jego początków należy szukać, podobnie jak początków jakiegokolwiek cywilizacji, na Bliskim Wschodzie. To z terenów Mezopotamii pochodzą liczne informacje o wynalezieniu łuku i łucznictwie, jako elementu systemu szkolenia militarnego. To Sumerowie, Asyryjczycy i Babilończycy rozwijali swoje umiejętności zapaśnicze oraz doceniali biegi długodystansowe. Z kolei Hetytom nieobca była hippika, a Persom (oprócz jazdy konnej) różnorodne ćwiczenia gimnastyczne i zapasy<sup>297</sup>. Źródła historyczne dowodzą z kolei, że na terenach starożytnej Fenicji odkryto palestry, hipodromy i stadiony<sup>298</sup>. Łatwo zauważyć wyjątkowo utylitarny charakter tych aktywności. Z czasem jednak wojskowe przygotowanie przestało być główną funkcją sportu i wraz z budową różnorodnych aren, na których mierzyli się zawodnicy, sport zaczął się rozwijać jako aktywność określana mianem wielkiego widowiska.

---

<sup>294</sup> Lipoński W., *Historia sportu...*, op. cit., s. 23.

<sup>295</sup> Osterloff K.W., *Historia sportu, Nasza Księgarnia*, Warszawa 1976, s. 19.

<sup>296</sup> Wroczyński R., *Powszechne dzieje wychowania fizycznego i sportu*, BK Wydawnictwo, Wrocław 2003, s. 21.

<sup>297</sup> Lipoński W., *Historia...*, op. cit., s. 29-36.

<sup>298</sup> Grot Z., Ziółkowska T., *Dzieje kultury fizycznej (do roku 1918)*, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa – Poznań 1990, s. 12.

Także w innych najstarszych cywilizacjach świata, odnajdujemy ślady sportu. W Egipcie, Chinach oraz Indiach dużą wagę przywiązywano do rozwijania siły, zręczności i wytrzymałości. Liczne malowidła na ścianach grobowców i świątyń egipskich sięgające aż trzeciego tysiąclecia p.n.e. ukazują szermierzy, pływaków, pięściarzy oraz różne zabawy z piłką. W Egipcie sport stał się widowiskiem. Coraz bardziej wprawieni w swoim fachu atleci prezentowali swoje możliwości przed faraonem i jego świtą. „Z prostych form ruchowych o charakterze zabawowym rozwinęły się z biegiem czasu ćwiczenia bardziej sformalizowane. Wchodziły one między innymi do programu szkół wojskowych”<sup>299</sup>. Jako zaprawę militarną stosowano walkę na kije, zapasy, łucznictwo, marsze, biegi, skoki, jazdę konną, powożenie rydwanem, gimnastykę oraz pływanie. Zajęcia te były w szkołach traktowane na równi z nauką taktyki wojennej i pisania.

Podobnie jak w innych cywilizacjach, także w Starożytnych Chinach mamy do czynienia z ćwiczeniami fizycznymi przygotowującymi do walki. To Chińczycy jako pierwsi zaczęli stosować gimnastykę leczniczą kung-fu. Zestaw ćwiczeń z 2698 roku p.n.e. określał sposoby leczenia schorzeń. Chińscy mnisi twierdzili, że choroby spowodowane są zakłóceniami w pracy organizmu, które można usunąć regulowanym oddechem i gimnastyką<sup>300</sup>. Życie Chińczyków wypełnione było takimi dyscyplinami sportu jak podnoszenie ciężarów, popularna w społeczeństwie gra sportowa – piłka nożna, powszechne wśród wszystkich dzieci pływanie oraz jasno określony przepisami boks.

Sport w Indiach służył przygotowaniu do zawodu i zdobyciu umiejętności wojennych. „Służba wojskowa wymagała przygotowania do powożenia rydwanów, do służby w piechocie, kawalerii w oddziałach na słońiach. Łuk stanowił główną broń, ale żołnierze ćwiczyli się w używaniu dzid, mieczy, toporów wojennych”<sup>301</sup>. Te sprawności były przeznaczone dla kasty wojowników. W szanujących się domach przedstawicieli kasty szlacheckiej znajdowały się pawilony do gier i zabaw. Dawni Hindusi lubili także widowiska sportowe. Zawody łucznicze i zapaśnicze oraz wyścigi powozów przyciągały rzeszę widzów.

Choć początków współczesnego sportu doszukujemy się w licznych starożytnych cywilizacjach rozwijających się w Azji i Afryce, to bez wątpienia największą rolę w rozwoju obecnych form aktywności sportowej odegrali starożytni Grecy. Można powiedzieć, że sport we współczesnym rozumieniu swoje początki ma właśnie w Grecji. To właśnie ta kultura jest

---

<sup>299</sup> Wroczyński R., *Powszechne...*, op. cit., s. 32.

<sup>300</sup> Osterloff K.W., op. cit., s. 21.

<sup>301</sup> Wroczyński R., *Powszechne...*, op. cit., s. 35.



nam szczególnie bliska, a osiągnięcia starożytnych Greków do dziś wpływają na nasze życie. Nie inaczej jest w przypadku ich osiągnięć w dziedzinie rozwoju sportu i kultury fizycznej.

Pierwsze dowody na fascynację Greków sportem odnajdujemy w „Iliadzie” i „Odysei”. Powstały one w VIII wieku p.n.e. i opisują życie militarne, obyczajowe i sportowe Achajów. Dzieła dowodzą, że turnieje wojowników oraz popisy sprawności fizycznej pełniły w życiu bitnych plemion dużą rolę<sup>302</sup>. Księga XXIII „Iliady” przedstawia igrzyska zorganizowane na cześć Patroklesa. Składały się one z wyścigów rydwanów, walk bokserskich, biegów, walk w zbroi, strzelania z łuku, rzutów kulą oraz włócznią. Na zwycięzców czekały nagrody. Historycy spierają się, co do stopnia prawdziwości i dokładności opisów, jednak zgodni są co do tego, że zawody takie się odbywały.

Rodowodu dzisiejszych Igrzysk Olimpijskich nie należy jednak szukać w „Iliadzie” i „Odysei”, a w wielkich igrzyskach kultury starogreckiej stworzonej przez plemiona jońskie i doryckie. Początki tych ogólnogreckich zawodów nie są znane. Pierwsze odnotowane (historycznie poświadczone) igrzyska odbyły się w 776 roku p.n.e.<sup>303</sup>. Na czas igrzysk ogłaszano pokój boży, który był bezwzględnie przestrzegany przez każde z wielu państw greckich biorących udział w igrzyskach. Największą sławę i autorytet w starożytnym świecie uzyskały igrzyska olimpijskie, odbywające się co cztery lata na Peloponezie w miejscowości Olimpia w Elidzie<sup>304</sup>. Igrzyska te były bardzo rozwiniętą, ogólnokrajową instytucją przeznaczoną początkowo tylko dla mężczyzn wywodzących się z arystokracji (kobiety miały własne igrzyska, zwane herajskimi). Igrzyska nie ograniczały się tylko do manifestacji sprawności sportowej w toku takich dyscyplin, jak: biegi, biegi w zbrojach, pojedynki z bykami, rzut dyskiem, skok w dal z ciężarami, pięściarstwo, rzut oszczepem, pankration (połączenie boksu i zapasów), łucznictwo, podnoszenie ciężarów, pływanie, wioślarstwo czy też wyścigi konne.<sup>305</sup> Oprócz sprawności fizycznej na igrzyskach przeciwstawiano sobie zdolności ze śpiewu, poezji i tańca. Było to wielkie wydarzenie kulturalne, które jednoczyło grecki świat.

Igrzyska spełniały dwie podstawowe funkcje: obrzędową i sportowo-kulturalną. Podobnie, jak dzisiaj, także w Starożytnej Grecji, igrzyska były największą organizowaną uroczystością. Były one ściśle związane z kultem religijnym, ponieważ znajdowały się pod opieką bogów (Zeusa, Apollina i Posejdona). Zawody pozwalały na cykliczne spotkania

---

<sup>302</sup> Ibid., s. 38.

<sup>303</sup> Ordyłowski M., Historia kultury fizycznej. Starożytność – oświecenie, Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław 1997, s. 36.

<sup>304</sup> Wroczyński R., Powszechnie..., op. cit., s. 44.

<sup>305</sup> Lipoński W., Historia sportu..., op. cit., s. 94-118.

przedstawicielei plemion greckich oraz kupców z najodleglejszych terytoriów. Poza tymi aspektami, podczas igrzysk ogromną rolę przywiązywano do strony sportowej. „Zawodnicy zobowiązani byli do poświęcenia się treningowi przez 10 miesięcy poprzedzających igrzyska. Ostatni miesiąc winni byli trenować w Olimpii pod okiem instruktorów. Obowiązywała ich też specjalna dieta, w której zamiast mięsa spożywano ser, obowiązywał ich także zakaz spożywania wina i utrzymywania stosunków płciowych”<sup>306</sup>. Te wymagania świadczą o powadze, z jaką podchodzono do rywalizacji sportowej.

Sport w życiu Starożytnych Greków nie przejawiał się jedynie w organizowaniu igrzysk. Grecy stworzyli ideał wychowania fizycznego. Starali się osiągnąć harmonijny rozwój ciała i umysłu, ich wychowanie miało dać tężyznę fizyczną oraz doprowadzić ciało do idealnego piękna fizycznego<sup>307</sup>. Mimo upływu przeszło dwóch tysięcy lat, ideał greckiego piękna, uwieczniony w sztuce rzeźbiarskiej Polikleta, Fidiasza i Mirona, jest nam ciągle bliski.

Wychowanie fizyczne różniło się jednak w poszczególnych państwach wchodzących w skład Grecji. Na czoło wysunęły się dwa podstawowe systemy wychowawcze. W Sparcie zmierzano do wykształcenia doskonałych wojowników i zwycięzców igrzysk olimpijskich. Spartanie duże znaczenie przywiązywali także do sportu kobiet. Tylko krzepkie dziewczęta mogły w przyszłości rodzić zdrowe, silne dzieci. Spartańskiemu poświęceniu w wychowaniu fizycznym zawdzięczamy dzisiejszy ruch spartakiadowy, a wiele klubów sportowych oddało mu hołd przyjmując nazwę jednoznacznie wskazującą na jej źródło (np. Sparta Wrocław, Sparta Praga, Sparta Rotterdam).

Zgoła inaczej do wychowania fizycznego podchodzili Ateńczycy, którzy nie uczynili z przygotowań militarnych głównego środka wychowawczego. Przypisuje się to faktowi, że Ateny były spadkobiercą kultury jońskiej, a Sparta wojowniczej kultury doryckiej.<sup>308</sup> Oczywiście, jak w każdym starożytnym państwie, także i w Atenach, młodzi ludzie winni byli odbyć służbę wojskową, w czasie której wychowanie fizyczne odgrywało główną rolę. Byli jednak przekonani, że najlepszym wychowaniem, jest wychowania wszechstronne, w którym aspekt fizyczny jest ważny, ale nie jedyny. Ateńskie „wszechstronne wychowanie, uwzględniające sprawność cielesną, było obecne w gimnazjonach i palestrach<sup>309</sup>, miało też

---

<sup>306</sup> Ordyłowski M., Historia kultury fizycznej. Starożytność – oświecenie, Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław 1997, s. 37.

<sup>307</sup> Gostkowski R., Sport w starożytności, Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, Warszawa 1959, s. 58.

<sup>308</sup> Lipoński W., Historia sportu..., op. cit., s. 69.

<sup>309</sup> Szkoły w Grecji można podzielić na dwie kategorie: pierwsze – tzw. palestry (od greckiego słowa „palaiein” – mocować się) – odpowiadały naszym szkołom podstawowym; drugie były to szkoły średnie – gimnazja (od słowa greckiego „gymnos” – nagi, gdyż młodzież w nich nago uprawiała fizyczne ćwiczenia); Por.: Gostkowski R., Sport w starożytności, Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, Warszawa 1959, s. 59.

oprócz edukacyjnego element ludyczny: uprawiana agonistyka stanowiła nie tylko obowiązek państwowy, ale i rodzaj radości życia, zabawę”.<sup>310</sup> Celem takiego wychowania cielesnego było zdrowie, harmonia ruchów, właściwa postawa ciała oraz zachowanie młodzieńczej świeżości i sprawności do jak najpóźniejszego wieku. Nie bez znaczenia oczywiście miało osiągnięcie jak największego kunsztu w podejmowanej aktywności. Znajdowało to odzwierciedlenie w licznych zawodach sportowych.

Wszystkie greckie państwa budowały areny sportowe i organizowały swoje igrzyska. Posiadanie stadionu na kilkadziesiąt tysięcy miejsc i hipodromu, stało się punktem honoru każdego liczącego się miasta greckiego. To cywilizacja helleńska dała początek prawdziwym, wielkim widowiskom sportowym z wielkimi, mitycznymi zwycięzcami. To z niej wywodzi się wiele znanych dzisiaj dyscyplin sportowych i to między innymi w Grecji możemy szukać korzeni współczesnego kultu ciała i przekonania o konieczności wszechstronnego rozwoju.

Po okresie świetności państwa greckiego nastął czas dominacji kultury Starożytnego Rzymu. Upodobania dotyczące sportu i wychowania fizycznego Rzymu znacznie różniły się od podejścia greckiego. „Rzymianie jako naród praktyczny i wojowniczy, dążyli w wychowaniu młodzieży do czego innego niż Grecy, gdyż ich ideałem było rolnictwo, służba wojskowa, a głównie kariera urzędnicza”.<sup>311</sup> Rzymianie nie stworzyli tak rozbudowanego systemu wychowania fizycznego jak greckie palestry i gimnazjony. Nie bez wpływu na poglądy Rzymian w dziedzinie wychowania fizycznego młodzieży był proces profesjonalizacji kultury fizycznej i kształtowanie się grupy zawodowych atletów – gladiatorów. Nie sprzyjało to akceptacji roli wychowawczej kultury fizycznej<sup>312</sup>. Nie oznacza to jednak, że w Rzymie kwestionowano znaczenie sportu dla ogólnego rozwoju. Wychowanie fizyczne w rzymskich szkołach miało charakter przygotowania do życia obywatelskiego i do służby w armii. Same ćwiczenia fizyczne były traktowane jako ważny element higieny. Słynne rzymskie termy były wyposażone w sale do ćwiczeń fizycznych, w tym do różnych gier w piłkę (bardzo popularnego sportu w Rzymie).

O różnicy, jaka istniała między sportem greckim a rzymskim, świadczą organizowane przez Rzymian igrzyska. Początkowy okres rozwoju igrzysk rzymskich, to zawody organizowane na wzór tradycji greckich. Były one terenem emulacji sportowej, a nie zawodowstwa<sup>313</sup>. Ich sportowy charakter został jednak przytłoczony przez organizowane w

---

<sup>310</sup> Lipoński W., *Historia sportu...*, op. cit., s. 69.

<sup>311</sup> Gostkowski R., *Sport w starożytności*, Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, Warszawa 1959, s. 161.

<sup>312</sup> Wroczyński R., *Powszechno...*, op. cit., s. 54.

<sup>313</sup> *Ibid.*, s. 56.

okresie cesarskim igrzyska gladiatorów. Nie miały one jednak wiele wspólnego ze sportem. Od Greckich odróżniały się przede wszystkim tym, że w Grecji miały one charakter wielkiego święta sportu, a w Rzymie jedynie widowiska, w którym uczestniczyli nie amatorzy, a zawodowcy<sup>314</sup>. Były to widowiska rozrywkowe o dużym znaczeniu politycznym, ponieważ organizatorzy igrzysk zdobywali sobie w ten sposób uznanie tłumów. Na potrzeby igrzysk budowano ogromne obiekty (cyrki, amfiteatry), które mogły pomieścić od kilkunastu do 150 tysięcy widzów<sup>315</sup> (najbardziej znany jest najstarszy Circus Maximus wybudowany w Rzymie w IV wieku p.n.e.).

Igrzyska składały się głównie z wyścigów rydwanów i walk gladiatorów. Zwycięzcy otrzymywali za swoje wyczyny spore nagrody, których, niestety, nie mogli często spożytkować, ponieważ ginęli na arenie średnio w wieku 22 lat. „Gladiatorów rekrutowano zazwyczaj spośród jeńców wojennych, niewolników, z czasem na arenę zaczęli trafiać także przestępcy skazani za morderstwo, zdradę, rabunek, podpalenie i świętokradztwo”<sup>316</sup>. Dla pieniędzy kontrakt gladiatorski podpisywali także wolni ludzie, którzy tym samym trafiali do specjalnych szkół gladiatorów i tracili prawo do wolności. Można dziś śmiało powiedzieć, że rzymskie igrzyska miały mało wspólnego ze sportem – były raczej jego wynaturzeniem. O życiu lub śmierci przegranego decydował rozentuzjasmowany tłum. Takie podejście do sportu było ciosem dla antycznej idei greckiego współzawodnictwa. Ostateczne zwycięstwo rzymskiego widowiska nad greckimi Igrzyskami Olimpijskimi zostało przypieczętowane przez dekret Teodozjusza z 394 roku, który zakazywał organizacji klasycznych igrzysk. Był to cios wymierzony przez cesarza, chrześcijańskiego już Rzymu, w sport zamarłej już kultury greckiej. Można uznać, że sport rzymski, to gigantyzm i przepych widowisk. To także przeciwstawienie się idei sportu, który ma służyć zdrowiu i ogólnemu rozwojowi jednostki.

Po obaleniu cesarstwa zachodniorzymskiego w Europie rozpoczął się okres powszechnie uważany za mało rozwojowy dla sportu i wychowania fizycznego. Średniowiecze, bo o nim tutaj mowa, było zdominowane przez chrześcijaństwo, które usunęło antyczny sport z życia człowieka. Nie miał on już dbać o ciało, zdrowie i rozwój fizyczny lecz o zbawienie i życie wieczne po śmierci. „Palaestrica diaboli nagotium” (ćwiczenia cielesne są dziełem diabła) – te słowa Tertuliana weszły na długie wieki do praktyki Kościoła.<sup>317</sup> Mimo tak radykalnego podejścia do kultury fizycznej, Kościół nie zdołał jednak całkowicie

---

<sup>314</sup> Ordyłowski M., Historia kultury fizycznej. Starożytność – oświecenie, Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław 1997, s. 54.

<sup>315</sup> Ibid., s. 55.

<sup>316</sup> Ibid., s. 56.

<sup>317</sup> Osterloff K.W., Historia sportu, Nasza Księgarnia, Warszawa 1976, s. 64.

zlikwidować różnych gier i sportu. Kontynuatorem starożytnych idei stała się nowa warstwa społeczna – rycerstwo. W wychowaniu rycerskim niezmiernie istotna była odpowiednia zaprawa fizyczna: jazda konna, zapasy, szermierka, biegi, skoki, rzuty ciężarem, wspinaczka oraz łowiectwo.<sup>318</sup> Odpowiednio przygotowany chłopiec mógł w wieku 21. lat zostać pasowany na rycerza. W okresie pokoju rycerze mogli sprawdzić swoje umiejętności w czasie „średniowiecznych igrzyskach” – turniejów rycerskich. Był to popularny rytuał średniowiecznej kultury rycerskiej. Z czasem przepisy turniejów rycerskich uległy unormowaniu. To właśnie jasno określone reguły tej fizycznej rywalizacji nadawały jej znamiona sportu.

Szkoły rycerskie nie były jednymi, w których wychowanie fizyczne odgrywało istotną rolę. W początkowym okresie średniowiecza, w wielu rejonach Europy, istniały szkoły funkcjonujące w oparciu o wzory rzymskie. Wychowanie fizyczne pojawiało się w nich w formie znanej jeszcze z czasów Cesarstwa Rzymskiego. Kościół jednak usilnie zwalczał te praktyki jako niezgodne z dogmatem religijnym. Sport był traktowany jako rodzaj kultu dla pogańskich bogów, a jego rzymskie uzawodowienie i gladiatoryzacja dawały dodatkowe podstawy do ataku ze strony dostojników kościelnych. Wskutek postępujących zmian kulturowych szkoły stawały się coraz bardziej kościelne i tym samym coraz bardziej pozbawione wychowania fizycznego.

Sport powrócił jednak do łask wraz z rozwojem miast. Zaczęto w nich organizować, na wzór turniejów rycerskich, turnieje strzeleckie. Turnieje te szybko się rozwinęły i osiągnęły rangę świąt strzeleckich. Świąta te były wzbogacone często o zawody biegowe, w skokach (w tym trójskok na jednej nodze), rzuty kamieniem oraz zapasy.<sup>319</sup> Współzawodnictwo takie cechowała jego użyteczność. Turnieje strzeleckie przygotowywały do obrony miast, zapasy i szermierka były uprawiane w celach samoobrony.

Warto także zauważyć, iż „za plecami” Kościoła rozwijały się także różnorodne rodzaje gier w piłkę. Były one powszechne zarówno w mieście, jak i na wsi. Grała w nią młodzież, mężczyźni oraz kobiety. Powszechne w średniowieczu jarmarki, odpusty i kiermasze także dawały możliwość do rozwoju sportu. Wędrownie trupy cyrkowo-aktorskie szczyły się popisami swoich linoskoczków, akrobatów i sztukmistrzów, którzy musieli sporo czasu poświęcić na trening i gimnastykę. Także społeczność miejska i wiejska korzystając z tych świąt oddawała się grom, zabawom i tańcom.<sup>320</sup> Praktyki te były utrwalone w tradycji danej

---

<sup>318</sup> Ibid.

<sup>319</sup> Ibid., s. 69.

<sup>320</sup> Wroczyński R., *Powszechne...*, op. cit., s. 65.

grupy społecznej i miały charakter symboliczny. Można więc stwierdzić, że sport miał także charakter obrzędowy.

Średniowieczny sport charakteryzował się swoistą różnorodnością. „W okresie średniowiecza wykształcił się feudalizm – ustrój społeczno-polityczny opierający się na systemie hierarchicznej zależności jednostek”<sup>321</sup>. Każdy stan społeczny w charakterystyczny dla siebie sposób podchodził do aktywności fizycznej. Należy także zauważyć, iż silne rozwarstwienie społeczne spowodowało wielopłaszczyznowy rozwój sportu. Dostęp do niego był w zasadzie możliwy tylko dla rycerstwa, które uprawiało go głównie jako zaprawę wojenną. Sport na wsi był mocno zależny od pozycji społecznej. Właściciele ziemscy z wielkim zapałem oddawali się polowaniom, jeździe konnej oraz szachom. Chłopi musieli większość czasu poświęcać pracy na polu pana. Mimo tego nieobce były im różne gry, zabawy i tańce. Także duchowieństwo, mimo religijnego rygoru, uczestniczyło w wyprawach wojennych oraz w polowaniach, które miały często charakter zawodów. Wraz z rozwojem mieszczaństwa wykształcił się sport także w miastach, jako przejaw rozwoju kultury mieszczańskiej.

Średniowiecze nie było czasem wielkiego rozwoju sportu nawiązującego do wspaniałych tradycji antycznych. Warto jednak podkreślić, że przez ten tysiąc lat rozwinęło się wiele dyscyplin sportowych, a sama aktywność sportowa upowszechniła się we wszystkich warstwach społecznych. Mimo, iż nie istniały zawody jednoczące wszystkich ludzi, sport stał się częścią życia zarówno klasy panującej jak i poddanej. Sport, powszechnie uważany za wroga duszy, nawet w średniowieczu był przyjacielem człowieka.

Po średniowieczu nastąpił czas powrotu do kultury klasycznej, grecko-rzymskiej. Renesans, to czas rozwoju racjonalizmu, nauk przyrodniczych i technicznych, literatury, malarstwa, rzeźby i muzyki<sup>322</sup>. Przyrost ludności, postępująca urbanizacja, postęp techniczny i rozwój handlu spowodował, że czas feudalizmu zaczął się kończyć na rzecz kapitalizmu. Najważniejszą ideą stał się, nastawiony na człowieka, jego rozum i życie ziemskie - humanizm. Rewolucja objęła całość stosunków kulturalnych, społecznych i ekonomicznych. Zmiany objęły także sposób podejścia do sportu. „Kultura fizyczna zyskała na znaczeniu, zaczęto dostrzegać w niej nowe pierwiastki, służące nie tylko potrzebom utylitarnym człowieka ale także celom ogólnorozwojowym i wychowawczym”<sup>323</sup>. Aktywność fizyczna ponownie stała się niezbędna dla prawidłowego, harmonijnego rozwoju człowieka.

---

<sup>321</sup> Grot Z., Ziółkowska T., op. cit., s. 37.

<sup>322</sup> Ordyłowski M., Historia kultury fizycznej. Starożytność – oświecenie, Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław 1997, s. 94.

<sup>323</sup> Grot Z., Ziółkowska T., op. cit., s. 56.

Potrzeba ćwiczeń fizycznych była mocno podkreślana przez znanych pedagogów i lekarzy. Guarino de Verona postulował konieczność ćwiczeń fizycznych, które miały kształtować nie tylko sprawność wojskową, ale także miały mieć walor ogólnowychowawczy. Pietro Paulo Vergerio uważał, że przez ćwiczenia cielesne i duchowe osiąga się wewnętrzną dyscyplinę, przygotowanie militarne i odporność organizmu na choroby<sup>324</sup>. Hiszpan Jan Ludwik Vives traktował wychowanie fizyczne na równi z wychowaniem moralnym i umysłowym. Podobne poglądy miał Tomasz Morus, który widział związek między umysłowym i cielesnym wychowaniem. Z kolei Jan Amos Komeński dzielił dobę na trzy części, przeznaczając po osiem godzin na pracę, sen i pielęgnację zdrowia poprzez ćwiczenia fizyczne, obejmujące głównie gry w piłkę, fechtunek, jazdę konną i taniec.<sup>325</sup> Poglądy, tych i wielu innych humanistów, spowodowały stopniowy powrót sportu do szkół i życia codziennego ludzi.

Odrodzeniowy sport różnił się znacznie od tego w średniowieczu. Zmiany te były powiązane ze zmianami społecznymi. Rycerstwo straciło na znaczeniu, jednak turnieje rycerskie ciągle się odbywały. Bardzo popularna stała się szermierka jako przygotowanie do niezwykle częstych w tamtych czasach pojedynków. Chłopi wykonywali proste ćwiczenia fizyczne, które pomagały im w regeneracji sił po monotonnej i ciężkiej pracy (jazda konno, gra w łapanego, skoki, gimnastyka i gry w piłkę).<sup>326</sup> Z uwagi na to, iż miasta stały się głównymi ogniskami życia kulturalno-gospodarczego, a sport w życiu mieszczan odgrywał znaczącą rolę, to właśnie w miastach różnorodne dyscypliny sportowe rozwijały się najbardziej dynamicznie. Mieszczanie organizowali huczne święta strzeleckie i zawody szermiercze. Grali także w kręgle, piłkę (rozdzielano siedem dyscyplin) i pływali.

Wydawać by się mogło, że powrót do antycznych tradycji spowoduje szybki rozwój sportu. Renesans nie spowodował jednak takiego rozkwitu aktywności sportowej, jakiego można by się spodziewać. W okresie odrodzenia tylko dwie dyscypliny sportu wykazały wyraźniejszy postęp: gimnastyka i szermierka<sup>327</sup>. Renesans miał charakter głównie elitarny, ponieważ objął w największym stopniu książęta, szlachtę i patrycjat miejski. To właśnie w życiu towarzyskim dworzan popularyzowano „gry ogrodowe”, które później dały początek znanym dziś dyscyplinom sportowym. Odrodzenie nie był jeszcze okresem rozwoju sportu w

---

<sup>324</sup> Ibid., s. 57.

<sup>325</sup> Osterloff K.W., Historia sportu, Nasza Księgarnia, Warszawa 1976, s. 73.

<sup>326</sup> Grot Z., Ziółkowska T., op. cit., s. 63.

<sup>327</sup> Osterloff K.W., Historia sportu, Nasza Księgarnia, Warszawa 1976, s. 71.

dzisiejszym rozumieniu, ale stanowiło odejście od średniowiecznych koncepcji, które sport zwalczały.

Drugie podejście Europejczyków do zracjonalizowania i humanizacji życia ludzkiego przypada jest już na koniec XVII wieku. To właśnie w tym okresie, w oświeceniu, dokonały się znaczące zmiany w wychowaniu fizycznym i sporcie. Był to okres, w którym, poprzez działania, głównie mieszczan, zmierzające do obalenia ustroju feudalnego, ugruntował się kapitalizm. Nowe warunki społeczno-ekonomiczne, spowodowane rozwojem przemysłu, handlu i nauki, a tym samym prowadzące do odkryć o znaczeniu technologicznym, wymagały od ludzi racjonalizmu i empirycznego podejścia do życia. Człowiek musiał potrafić odnaleźć się w swoim zawodzie i życiu obywatelskim. „Te utylitarne względy dyktowały dążenie do wychowania człowieka użytecznego, który w swoim postępowaniu kierowałby się rozumem i doświadczeniem. Nie mogło też zabraknąć fundamentu w postaci zdrowego ciała, przygotowanego przez ćwiczenia fizyczne”.<sup>328</sup> Konieczność aktywności fizycznej w życiu człowieka głosili w swoich poglądach czołowi przedstawiciele oświecenia. Jan Amos Komeński uważał, że człowiek jako część składowa przyrody, powinien żyć w zgodzie z nią i od najmłodszych lat powinien uprawiać ćwiczenia fizyczne, gry oraz szereg sportów zimowych. John Lock uważał, że aktywność fizyczna może zapewnić odporność na trudy i zmęczenie. „Niedostateczne bowiem siły fizyczne uniemożliwiają człowiekowi osiągnięcie w życiu celów nakazanych przez rozum i obowiązek społeczny”.<sup>329</sup> Jean Jacques Rousseau twierdził z kolei, że rozwój fizyczny warunkuje rozwój umysłu i charakteru. W związku z tym, był on orędownikiem zabaw i ćwiczeń w życiu młodych ludzi. Te poglądy dały podstawy do dalszego rozwoju myśli pedagogicznej, w której istotne znaczenie odegrała kultura fizyczna.

Rozwój praktycznego wychowania fizycznego, to głównie dzieło filantropistów niemieckich. Stworzyli oni system skierowany do całego społeczeństwa, który zmierzał do wszechstronnego rozwoju człowieka. Przedstawicielami tego ruchu byli: Johannes Bernhard Basedow, Christian Salzmann, Johan Friedrich Christoph GutsMuths oraz Gerhard Ulrich Anton Vieth.<sup>330</sup> Byli oni orędownikami oświaty niższych warstw społecznych oraz wybitnymi pionierami kultury fizycznej. J.B. Basedow założył w 1784 roku szkołę zwaną Filantropinum, w której programie wychowanie fizyczne odgrywało podstawową rolę.<sup>331</sup> J.C.F. GutsMuths

---

<sup>328</sup> Grot Z., Ziółkowska T., op. cit., s. 71.

<sup>329</sup> Wroczyński R., Powszechno..., op. cit., s. 82.

<sup>330</sup> W XVIII i XIX wieku obserwujemy w Europie prawdziwy wysyp wybitnych postaci, które w sposób oczywisty przyczyniły się do rewolucji w poglądach na ludzkie ciało i jego sprawność fizyczną w szerszym ujęciu pedagogicznym. Można ich określić mianem pionierów gimnastyki. Por.: Lipoński W., Historia sportu na tle rozwoju kultury fizycznej, PWN, Warszawa 2012, s. 353.

<sup>331</sup> Osterloff K.W., Historia sportu, Nasza Księgarnia, Warszawa 1976, s. 74.



twierdził, że tylko powszechne wychowanie gimnastyczne młodzieży może zapewnić jej właściwy rozwój, a co za tym idzie także i zdrowie. C. Salzamann w swoich szkołach jako pierwszy w historii wprowadził systematyczne lekcje gimnastyki.<sup>332</sup> Wiedzę na temat różnych ćwiczeń fizycznych i metodyki ich prowadzenia zebrał w pionierskiej encyklopedii ćwiczeń fizycznych A. Vieth. Filantropiści niemieccy wytyczyli więc kierunek dalszego rozwoju wychowania fizycznego i kształtowania się XIX-wiecznych ruchów gimnastycznych. Żądali oni powszechnej kultury fizycznej i sportu w szkołach jako obowiązkowego przedmiotu. W działaniach niemieckich filantropistów łatwo zauważyć społeczny trend zmierzający do zmiany sytuacji ludzi najbiedniejszych. Sport, który do tej pory był o wiele łatwiej dostępny wśród wyższych warstw społecznych, miał stać się dostępny dla wszystkich.

Polską odpowiedzią na oświeceniowe trendy w kulturze fizycznej było głównie utworzenie w 1740 roku Collegium Nobilium i w 1765 roku Szkoły Rycerskiej. W obu szkołach wprowadzono wychowanie fizyczne, sprowadzające się do jazdy konnej, szermierki, biegów i gier sportowych. Najważniejszą rolę odegrała jednak, ustanowiona w 1773 roku, Komisja Edukacji Narodowej. Miała ona odbudować szkolnictwo polskie, a cele wychowania fizycznego w jej programie znalazły szerokie odbicie. „Widziano je w trzech kategoriach: zdrowia, wychowania, funkcji społecznej”.<sup>333</sup> Początkowo wychowanie fizyczne realizowane było w ramach rekreacji, czyli jako gry i zabawy w czasie wolnym od zajęć, dopiero w XIX wieku w szkołach znalazł się przedmiot o nazwie wychowanie fizyczne. Od czasów KEN sport, poprzez młodzież szkolną, staje się częścią życia Polaków. Takie zmiany w programie szkolnym miały przygotować społeczeństwo polskie do trudnych czasów walk o niepodległość, niestety działania zostały zastopowane wraz ze zniknięciem państwa polskiego z map Europy.

Na wiek XIX przypada ożywiony rozwój wychowania fizycznego, które jest nierozdzielnie związane ze sportem. „U progu XIX wieku kształtują się podstawowe systemy wychowania fizycznego, które przez całe dziesięciolecie wyznaczały kierunek programowy i metodyczny wychowania fizycznego w szkole i poza szkołą. W ciągu wieku XIX wychowanie fizyczne weszło do szkół jako „przedmiot” nauczania. W drugiej połowie XIX wieku rozwinął się intensywnie ruch sportowy, w 1896 roku wznowiono igrzyska olimpijskie. Na przełomie XIX i XX wieku, w zasadzie ukształtowana została nowoczesna struktura wychowania fizycznego i sportu”.<sup>334</sup> Można więc przyjąć, że zmianom w wieku XIX zawdzięczamy

---

<sup>332</sup> Ordyłowski M., Historia kultury fizycznej. Starożytność – oświecenie, Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław 1997, s. 130.

<sup>333</sup> Wroczyński R., Powszechne..., op. cit., s. 86.

<sup>334</sup> Wroczyński R., Dzieje wychowania fizycznego i sportu od końca XVIII wieku do roku 1918, Wydawnictwo Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław – Warszawa – Kraków – Gdańsk 1971, s. 5.

współczesny obraz sportu. W tym czasie bardzo dynamicznie rozwinęła się gimnastyka, rekreacja oraz sport sensu stricto. Przeobrażenia wieku XIX spowodowane były szeregiem zmian ekonomicznych i społecznych. W szybkim tempie postępował proces industrializacji i urbanizacji – powstawały liczne rejony przemysłowe, których mieszkańcy dążyli do aktywności sportowej. W szybkim tempie rozbudowało się szkolnictwo, głównie na poziomie elementarnym, propagujące kulturę fizyczną. Wojny i przewroty społeczne wcielające do armii rzesze ludzi wymagały od społeczeństwa wysokiej sprawności fizycznej. Ogromny rozwój nauk przyrodniczych pogłębił wiedzę o człowieku i wykazał potrzebę ćwiczeń fizycznych coraz częściej głoszoną w postulatach XIX-wiecznych lekarzy.

W wielu krajach europejskich dalej rozwijał się ruch gimnastyczny. Za jego prekursorów należy uznać wspomniane wcześniej Niemcy, Szwajcarię i kraje skandynawskie. XIX-wieczna gimnastyka obejmowała głównie konkurencje lekkoatletyczne, różne gry, ćwiczenia na przyrządach i pływanie. Gimnastyka miała na celu pełny, harmonijny rozwój człowieka. Był to powrót do tradycji helleńskich, do wyrabiania w człowieku jednocześnie siły, szybkości, zwinności, równowagi i skoczności. Twórcy XIX-wiecznej gimnastyki uważali, że jest ona lepszym rozwiązaniem dla społeczeństwa (głównie młodych ludzi), niż sport. Gimnastyka miała być wszechstronnym rozwojem organizmu, a sport był kojarzony ze specjalizacją, rywalizacją i pogonią za rekordami.

Szwajcarska gimnastyka swój początek zawdzięcza owładniętemu ideą rewolucji francuskiej Janowi Henrykowi Pestalozzemu, który zmierzał do upowszechniania szkolnictwa, a wraz z nim gimnastyki. Pestalozzi nie był specjalista od wychowania fizycznego, a tym bardziej od sportu, ale pedagogiem dostrzegającym konieczność równomiernego, cielesnego, intelektualnego i moralnego rozwoju dziecka.<sup>335</sup> Uważał on, że od wczesnego dzieciństwa należy dziecku zapewnić warunki do naturalnej aktywności ruchowej. Szwajcarska gimnastyka miała przygotować do dorosłego życia, poprzez usprawnianie organizmu i wspieranie rozwoju młodego człowieka. Godny podkreślenia jest tu fakt objęcia ruchem gimnastycznym także dzieci z najuboższych warstw społecznych.

Kolejnym krajem, który jako jeden z pierwszych uznał aktywność fizyczną za pożądaną, była Dania. Stało się to m.in. za sprawą Franza Nachtegalla, zwanego „ojcem duńskiej gimnastyki”. Wykształcił on wielu duńskich nauczycieli wychowania fizycznego i dał tym samym silne podwaliny do upowszechnienia aktywności fizycznej wśród młodzieży szkolnej.<sup>336</sup> Propagowanie gimnastyki było w tym przypadku odpowiedzią na postępującą

---

<sup>335</sup> Lipoński W., Historia sportu..., op. cit., s. 356.

<sup>336</sup> Ibid.

nacjonalizację państw europejskich i tym samym poczucie zagrożenia panujące w osłabionych, mniejszych krajach. Aby wzmocnić swoją pozycję Dania wprowadziła reformę szkolnictwa, w której uwzględniła gimnastykę jako jeden ze składników kształcenia ogólnego. Wychowanie fizyczne objęło całe społeczeństwo, w tym dzieci wiejskie. Wysoka sprawność fizyczna narodu miała służyć przygotowaniu Duńczyków do rywalizacji na arenie międzynarodowej. Należy jednak zaznaczyć, iż gimnastyka duńska (podobnie jak w innych krajach) napotykała na szereg oporów wynikających z braku przekonania o jej słuszności, z uwagi na nierównomiernie przebiegające reformy edukacji oraz chęć wykorzystania gimnastyki w celach militarnych.

Duński system, choć nie tak militarny, to w dużej mierze wzorowany był na niemieckim. To właśnie w Niemczech gimnastyka miała najbardziej wojskowy charakter. Była ona zapoczątkowana przez Friedricha Ludwiga Jahna i nazywana ruchem turnerskim<sup>337</sup>. Militarne państwo Pruskie tworzyło ośrodki wychowania młodzieży, w których dbano o sprawność fizyczną społeczeństwa pod okiem nauczycieli-specjalistów. Ruch turnerski podsycił nacjonalistyczne nastroje w kraju. Miały one związek z ostrą rywalizacją, jaką ruch turnerski prowadził z dopiero powstającym ruchem sportowym. Ideologów turnerskich drażnił międzynarodowy charakter sportu i jego pozaniemieckie korzenie. Mimo tego, ruch gimnastyczny pośrednio wspierał sport, który lepiej rozwijał się w społeczeństwie złożonym z wygimnastykowanych obywateli. Zgodnie z założeniami filantropistów, ruch turnerski objął wszystkie warstwy społeczne.

Szwedzka gimnastyka to działalność przede wszystkim Pehra Henrika Linga. Nadał on wychowaniu fizycznemu naukowy kierunek.<sup>338</sup> Przywiązywał duże znaczenie do fachowego przygotowania nauczycieli, był twórcą Królewskiego Centralnego Instytutu Gimnastycznego w Sztokholmie, w którym kształcili się nauczyciele z całej Europy. W swojej pracy naukowej sformułował podstawy teoretyczne wychowania fizycznego. Zasługą P.H. Linga było uświadomienie potrzeby systematycznych ćwiczeń fizycznych oraz ich społecznej roli, jaką odgrywają w wychowaniu ogólnym. Koncepcja szwedzka, podobnie jak w pozostałych państwach, skupiała się głównie na najmłodszym pokoleniu. Poprzez dzieci chciano podnieść ogólną sprawność społeczeństwa i wyrobić w nim, na przestrzeni pokoleń, samowolną dążność do aktywności ruchowej.

To jednak nie w Szwecji, Danii czy nawet Niemczech należy szukać najważniejszych wydarzeń dla rozwoju najpopularniejszych dziś dyscyplin sportowych. Za kolebkę obecnego

---

<sup>337</sup> Uflkotte J., *Das Turnkonzept Friedrich Ludwig Jahns, Modell und Impulsgeber für die Region?*, Dorsten 2002, s. 11.

<sup>338</sup> Grot Z., Ziółkowska T., op. cit., s. 132.

sportu uważa się Wyspy Brytyjskie. Jak pisze K.W. Osterloff, „początki nam współczesnego sportu sięgają XVIII wieku, kiedy to w Anglii zaczęto publicznie rozgrywać wyścigi długodystansowców, mecze bokserskie i spotkania zapaśników”.<sup>339</sup> Wiek XIX z kolei przyniósł ich dalszy rozwój. Aktywność fizyczna w Anglii znacznie różniła się od tej, która była praktykowana w innych krajach Europejskich. Na kontynencie ukształtowały się systemy wychowania gimnastycznego, które po pewnym czasie znalazły się w szkołach jako lekcje wychowania fizycznego. W Anglii w szybkim tempie rozwijały się gry i zabawy bardzo cenione ze względu na swoje walory ogólnowychowawcze. Odrębność angielskiego podejścia do kultury fizycznej wynika zarówno z odseparowania geograficznego wysp od reszty kontynentu, jak też z umiarkowanego klimatu, w którym przez cały rok można było uprawiać sport poza salą gimnastyczną.

W Anglii stosunkowo późno, bo dopiero pod koniec XIX wieku, wprowadzono powszechne nauczanie. Brak obowiązku szkolnego wiązał się z niskim poziomem nauczania i brakiem wprowadzenia do programu gimnastyki znanej z krajów niemieckojęzycznych lub skandynawskich. Sport rozwinął się więc w arystokratycznych szkołach średnich oraz stworzonych na ich wzór szkołach dla bogatego mieszczaństwa.

Gry i zabawy ruchowe w Anglii szybko stały się główną rozrywką wśród młodzieży angielskiej. Do najpopularniejszych dyscyplin należały: krykiet, piłka nożna i rugby. Upowszechnienie gier w szkołach niesło za sobą potrzebę organizowania zawodów międzyszkolnych. Wraz z ich rozwojem uściślono przepisy gry. Takie formy aktywności były propagowane przez angielskich pedagogów jako te, które nie tylko miały podnosić zdrowotność, ale także zwrócono uwagę na ich znaczenie wychowawcze, dyscyplinujące, uczące solidarności i koleżeństwa. Gry stały się więc drogą kształcenia cech charakteru, umiejętności współdziałania, wytrwałości, zdecydowania i zdolności do podporządkowania się obowiązującym regułom. „Młodzież nie tylko sama organizowała gry, ale początkowo sama pełniła funkcje instruktorskie”.<sup>340</sup> Wraz z rozwojem gier i zawodów międzyszkolnych pojawiła się funkcja nauczyciela gier młodzieży. Szkoły popularyzowały różne dyscypliny sportu. Ich absolwenci zakładali kluby w całym kraju, które w mniejszym lub większym stopniu specjalizowały się w jednej dziedzinie sportu. To właśnie pod koniec XIX wieku powstało większość współcześnie istniejących angielskich klubów sportowych. Działalność szkół średnich szybko znalazła oddźwięk także na uniwersytetach, w szczególności na uczelniach w Oxford i Cambridge. Symbolem sportowych korzeni tych szkół są odbywające się do dziś,

---

<sup>339</sup> Osterloff K.W., *Historia sportu*, Nasza Księgarnia, Warszawa 1976, s. 80.

<sup>340</sup> Wroczyński R., *Powszechne...*, op. cit., s. 176.

coroczne, prestiżowe pojedynki osad wioślarskich z tych miast. Przenoszenie gier na pozaszkolne życie angielskiej młodzieży spowodowało powolne upowszechnienie sportu wśród szerszego grona odbiorców. „Gry sportowe miały stanowić domenę aktywności fizycznej młodzieży z kręgów elity mieszczańskiej i arystokracji – dla dzieci proletariatu domagano się systematycznych ćwiczeń fizycznych w formie gimnastyki”.<sup>341</sup> Sport w Anglii był więc przeznaczony wyłącznie dla najbogatszych, a dla pozostałych obywateli przeznaczona była gimnastyka oparta o wzory szwedzkie. Nietrudno tutaj dostrzec, że warstwy uprzywilejowane czerpały z aktywności fizycznej większą przyjemność niż niziny społeczne, które miały w ten sposób przygotować się do pracy lub służby wojskowej.

Analizując XIX-wieczne angielskie gry i zabawy ruchowe należy zauważyć, że miały one bardzo duży wpływ na współczesny obraz sportu. Wzory z Wysp, z uwagi na swoją niezwykłą atrakcyjność, szybko przedostały się na kontynent europejski, do Stanów Zjednoczonych i wszystkich kolonii angielskich. Powstało nowe podejście do aktywności fizycznej, które rozpowszechniło się na całym świecie. To w klubach młodzieżowych w Anglii wytworzyły się pojęcia, które na stałe weszły do sportowego kodeksu norm i zasad moralnych, np. „fair play”, czyli postępowanie etyczne, albo „this is not cricket”, czyli niehonorowe postępowanie wobec przeciwnika.<sup>342</sup> Gry sportowe uznano za najlepszą drogę do zdyscyplinowania młodzieży i osiągnięcia zamierzonych celów na drodze współzawodnictwa. XIX-wieczna Anglia wytyczyła więc dalszy kierunek rozwoju dla sportu.

W tym samym czasie, gdy w Anglii tworzyły się podstawy najpopularniejszych dziś dyscyplin sportu, w Europie Środkowej ku upadkowi zmierzała wielka monarchia austro-węgierska. Spowodowane to było osłabieniem cesarskich rządów i tym samym dynamicznym rozwojem życia społecznego i kulturalnego w krajach wchodzących w skład niedawnego imperium (m.in. w Polsce, w Czechach, na Słowacji). Zmianom tym towarzyszył także rozwój towarzystw sportowych.

Proces ten najwyraźniej dał się zauważyć na terenie Czech. „W atmosferze wielkiego ożywienia narodowego powołane zostało do życia w roku 1862 Praskie Zrzeszenie Gimnastyczne, które wkrótce przybrało nazwę „Sokół”<sup>343</sup>. Towarzystwo powstało jako alternatywa dla zakładanych przez Niemców na terenie Czech boisk turnerskich (niemiecka gimnastyka była coraz bardziej przesiąknięta nacjonalizmem). „Sokół” szybko stał się, nie tylko organizacją wychowania fizycznego, ale także wspierał ruchy narodowe i wyzwolenicze

---

<sup>341</sup> Wroczyński R., *Powszechnie...*, op. cit., s. 178.

<sup>342</sup> Wroczyński R., *Pedagogika społeczna*, PWN, Warszawa 1976, s. 254.

<sup>343</sup> Wroczyński R., *Powszechnie...*, op. cit., s. 190.

– miał kształcić tężyznę fizyczną, przygotowującą do walki wyzwolenczej. Ruch sokoli, który był inicjatywą głównie Jirdricha Fugnera i Mirosława Tyrsa, szybko rozprzestrzenił się do innych krajów, w tym także Polski, gdzie zakładano jego oddziały zwane gniazdami. Jak pisze Ryszard Wroczyński, „pojawiła się tendencja, by ruch sokoli traktować jako ogólnosłowiański ruch wychowania fizycznego. Wyrazem tej tendencji były m.in. złoty sokole”.<sup>344</sup> Sokole spotkania, obok celów sportowych, miały także charakter polityczny i patriotyczny.

Głównym celem stowarzyszenia było wzmacnianie ciała przez uprawianie gimnastyki, zwłaszcza zespołowej, szermierki, strzelania, pływania, jazdy konnej, lekkoatletyki, gier i zabaw oraz turystyki<sup>345</sup>. „Sokół” zajął się także metodycznymi publikacjami, które umożliwiły tworzenie gniazd w nowych miejscowościach. W ramach ruchu prowadzono działalność społeczną, oświatową i kulturalną. Tworzono biblioteki, organizowano obchody świąt narodowych oraz występy teatrów, chórów i orkiestr. Działalność „Sokoła” z biegiem lat stawała się coraz mniej sportowa, a coraz bardziej militarna i polityczna. Ruch jednak znakomicie się rozwijał, aby przed I Wojną Światową liczyć 100 000 członków. W Polsce idea „Sokoła” najszybciej zrodziła się we Lwowie, skąd przeniosła się do Krakowa i całej Galicji, a następnie do zaboru pruskiego. Warto dodać, że Polskie Towarzystwo Gimnastyczne, po reaktywacji w 1989 roku, z powodzeniem działa do dnia dzisiejszego (m.in. w Lesznie).

Działalność czeskiego ruchu sportowego była odmienna od idei angielskich gier sportowych, jednak odegrała ona nie mniejszy wpływ na obraz wychowania fizycznego i sportu, zwłaszcza Europy Środkowej. Koncepcja „Sokoła” była odpowiedzią na trudną sytuację społeczno-polityczną narodów słowiańskich. Pomimo tego, że duże znaczenie w jej programie odgrywało przygotowanie do walk zbrojnych, to właśnie dzięki tej organizacji zaczął na bardzo dużą skalę upowszechniać się sport. Rozwój Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” przypadł w Polsce na czas rozbiorów, a co za tym idzie, polityki antypolskiej zmierzającej do ograniczenia wpływu rodzimej kultury. Zaborcy nie zezwalali na tworzenie organizacji sportowych, a program szkolny w początkowym okresie rozbiorów był pozbawiony wychowania fizycznego. Liczne gniazda sokole tworzyły więc młodzieży i dorosłym Polakom jedyny teren systematycznej aktywności ruchowej.

XIX wiek był czasem postępującej industrializacji i urbanizacji. Klasa robotnicza, wzmacniana liczebnie przez migrację ludności ze wsi, pogrążyła się w nędzy. Rzesza niewykwalifikowanych robotników była zmuszona do pracy po kilkanaście godzin dziennie, za które otrzymywała głodowe wynagrodzenie. Robotnicy nie mogli liczyć na racjonalny

---

<sup>344</sup> Wroczyński R., *Dzieje...*, op. cit., s. 124.

<sup>345</sup> Osterloff K.W., *Historia sportu*, Nasza Księgarnia, Warszawa 1976, s. 78.

odpoczynek po pracy, a tym bardziej na rozwój kultury fizyczny przez aktywność sportową. Problemu nie potrafiły rozwiązać ówczesne szkoły, powstające prywatne zakłady gimnastyczne ani gniazda sokole<sup>346</sup>. Pojawiła się potrzeba umożliwienia robotnikom ruchu i ćwiczeń fizycznych na świeżym powietrzu. Działalność związków zawodowych, ograniczenie czasu pracy i poprawa sytuacji materialnej części mieszkańców miast spowodowała chęć ucieczki z zatłoczonych i zanieczyszczonych okręgów przemysłowych na łono natury. Mieszczanstwo w trosce o swoje zdrowie domagało się zorganizowanego ruchu jako czynnika kompensującego trud pracy w niekorzystnych dla zdrowia warunkach. R. Wroczyński pisał, że „wokół miast zaczęto budowę terenów do gier, zabaw, spacerów, lodowiska i kąpieliska, które masowo wykorzystywała ludność w dniach wolnych od pracy i w godzinach po pracy”<sup>347</sup>. Tworzono także liczne parki i tereny zielone w samych miastach. Nowopowstające zrzeszenia, kluby i związki rozpoczęły działalność propagującą ruch na otwartej przestrzeni, zwany ruchem rekreacyjnym.

Ruch rekreacyjny najszybciej rozwinął się w zamożnych krajach. W Stanach Zjednoczonych powstało Amerykańskie Stowarzyszenie Terenów Zabaw łączące miasta wykazujące troskę o kondycję i zdrowie (głównie dzieci i młodzieży). Ruch miał służyć nie tylko zdrowiu, ale także przeciwdziałać szerzącej się w miastach demoralizacji (poprzez wychowawcze walory aktywności ruchowej). Wkrótce także państwa europejskie, świadome szkodliwości cywilizacji przemysłowej, przyłączyły się do ruchu, który szybko stał się równie ważny dla aktywności fizycznej w XIX wieku co gimnastyka i sport. Rekreacja zyskała uznanie w Danii, Niemczech, Anglii i w wielu innych krajach, w tym także Polsce.

Największe osiągnięcia w polskim ruchu rekreacyjnym są zasługą Henryka Jordana, który, wzorem krajów zachodnich, stworzył na Błoniach Krakowskich w 1889 roku park nazwany później jego imieniem. Cały teren składał się z 8 hektarów, na których znajdowało się 12 boisk do gimnastyki, gier i zabaw. „Park w założeniu Jordana miał spełniać nie tylko rolę terenu rekreacyjnego dla młodzieży, ale przede wszystkim rolę wychowawczą, uzupełniającą, a często zastępującą szkołę.”<sup>348</sup> Parki jordanowskie stały się doskonałą formą wypełniania czasu wolnego młodzieży. Pomysł budził powszechne uznanie i znalazł licznych naśladowców zarówno w Polsce, jak i całej Europie. Przy tworzeniu nowych parków pomagał także ruch sokoli. W Warszawie powstał teren rekreacyjny nazwany, od imienia fundatora, Ogrodem

---

<sup>346</sup> Grot Z., Ziółkowska T., op. cit., s. 219.

<sup>347</sup> Wroczyński R., Powszechne..., op. cit., s. 215.

<sup>348</sup> Grot Z., Ziółkowska T., op. cit., s. 221.

Wilhelma Raua.<sup>349</sup> W przedsięwzięcie zaangażowali się najwybitniejsi pedagodzy tamtych czasów, nadając działalności ogrodu walor wychowawczy. Do dziś istnieją w całym kraju liczne „ogródki jordanowskie”, a ten w Krakowie dał początek najstarszym klubom sportowym w Polsce. To na Krakowskich Błoniach, w bezpośrednim sąsiedztwie Parku Jordana, powstały „Cracovia” i „Wisła”.

Analizując ruch rekreacyjny, nie sposób pominąć skautingu. Ruch skautów powstał w Anglii w celu przygotowania młodzieży do służby wojskowej w koloniach. „Twórca tej organizacji, generał Robert Baden-Powell, nadał jej jednak rychło znacznie szerszy charakter całego systemu pedagogicznego, którym objęta została młodzież obojga płci w wieku od 8. do 17. lat”.<sup>350</sup> Skauting miał za zadanie wdrażać dzieci do samodzielnego życia, rozwijać ich sprawność fizyczną, uczyć podejmowania decyzji oraz umiejętności współdziałania w zespole. Ruch dał możliwość dzieciom z miast kontaktu z przyrodą na licznych obozach wędrownych. Wraz ze wzbogaceniem programu nastawionego na przygotowanie do armii o walory wychowawcze, oparte o znajomość psychologii młodych ludzi, ruch zyskał uznanie w innych krajach jako uniwersalna organizacja wychowawcza młodzieży.

Skauting w Polsce istnieje od roku 1910 jako harcerstwo. Z uwagi na zbliżającą się I Wojnę Światową polski ruch skautowy także został rozszerzony o elementy patriotyczne. W przededniu walk o niepodległość miał być ostoją Polskości. Pierwsze drużyny harcerskie w Polsce powstały w ramach lwowskiego „Sokoła”. Harcerstwo stało się miejscem, w którym młodzież mogła podnosić swoją sprawność oraz obcować z przyrodą. W programie nie zapomniano o podstawowych założeniach angielskiego skautingu: karność, dyscyplinie, podporządkowaniu ustalonym regułom i jednolitym umundurowaniu. Pomimo tego, że harcerstwo jest organizacją wyrosłą na podłożu militarnym, jego wkład w aktywność fizyczną młodych ludzi znacznie wyrasta ponad przysposobienie wojskowe. Do dnia dzisiejszego ta forma rekreacji cieszy się niesłabnącą popularnością i odgrywa główną rolę w krzewieniu kultury fizycznej wśród swoich podopiecznych.

Najbardziej znaczącym osiągnięciem XIX wieku dla rozwoju sportu wydaje się być powstawanie pierwszych zrzeszeń, obejmujących planową organizacją różne dziedziny życia. Obok zrzeszeń o charakterze ekonomicznym, społecznym, charytatywnym i kulturalnym powstawały także zrzeszenia sportowe<sup>351</sup>. Rozwój poszczególnych dyscyplin sportu oraz form ich upowszechniania spowodował konieczność tworzenia zrzeszeń i związków zarówno o

---

<sup>349</sup> Ibid.

<sup>350</sup> Osterloff K.W., *Historia sportu*, Nasza Księgarnia, Warszawa 1976, s. 79.

<sup>351</sup> Wroczyński R., *Powszechnie...*, op. cit., s. 239.



charakterze uniwersalnym jak i specjalistycznym, skupiających się na określonej aktywności fizycznej. Pierwsze zrzeszenia miały charakter elitarny, dostęp do nich był ograniczony, lecz wraz ze zmianami społecznymi i wzmacnianiem się pozycji robotników stały się one bardziej powszechne i obejmowały swym zasięgiem szersze grono ludzi. Także ich zwykle rekreacyjne zadania uległy przeobrażeniu, by przyjąć postać specjalistycznych podmiotów skupiających się na poszczególnych dyscyplinach sportu.

Przełom XIX i XX wieku, to wielkie przeobrażenia w wychowaniu fizycznym i sporcie oraz czas kształtowania się dzisiejszego obrazu tej dziedziny życia ludzkiego. Ukazały się w tym czasie liczne podręczniki sportowe wsparte regularnymi publikacjami prasowymi. Ustalono przepisy i regulaminy dyscyplin sportowych oraz zawodów, które były respektowane bez względu na narodowe podziały. Powstały międzynarodowe federacje wspierające rozwój ruchu sportowego. Uznanie społeczne zyskała inicjatywa tworzenia obiektów sportowych. Pomimo, że wiek XIX to okres, w którym największe znaczenie dla rozwoju sportu odegrała działalność mieszczaństwa, to w aktywność sportową włączają się przedstawiciele wszystkich klas. Wraz ze zmianą pozycji społecznej kobiet, spowodowaną postępującą ich emancypacją, większą uwagę zwrócono także na wychowanie fizyczne i sport żeński. Tak dynamiczny rozwój sportu doprowadził do pierwszych prób stworzenia jego teoretycznych podstaw. Liczne prace metodyczne wsparte myślą pedagogiczną i medyczną przyczyniły się do powstania nowoczesnej teorii wychowania fizycznego i sportu.

Powstanie wielkich systemów gimnastycznych, zrzeszeń, związków, klubów sportowych doprowadziło do tego, że sport przekroczył granice państw i wraz z wieloma dziedzinami życia społecznego, kulturalnego i oświatowego poszukiwał płaszczyzny dla swojego międzynarodowego funkcjonowania. Doskonale tą potrzebę rozumiał francuski socjolog, baron Pierre de Coubertin, który zainicjował dyskusję nad wznowieniem idei antycznych igrzysk. W 1894 roku w paryskiej Sorbonie odbył się Międzynarodowy Kongres dla Wskrzeszenia Igrzysk Olimpijskich, w którym udział wzięło 79. delegatów z 49. organizacji kultury fizycznej z 13. krajów. Zaproszenia na spotkanie były kierowane pod adresem związków sportowych, a nie rządów, co podkreślało jego ponadnarodowy charakter (zaproszenia nie otrzymał niemiecki ruch gimnastyczny silnie akcentujący w swoim programie nacjonalistyczne podejście do aktywności fizycznej). Skutkiem tego kongresu było powołanie Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego, jako organizacji mającej wskrzesić, po piętnastu wiekach, wielkie igrzyska. Miały się one odbywać co cztery lata i być organizowane przez miasta, a nie państwa. Prawo udziału w igrzyskach miało przysługiwać tylko amatorom z wyłączeniem młodzieży szkolnej.

Pierre de Coubertin chciał powrotu do greckiej tradycji sportu, a nie do zawodowców i gladiatorów znanych z czasów Cesarstwa Rzymskiego. Igrzyska w zamyśle francuskiego socjologa miały mieć nie tylko znaczenie sportowe, ale także społeczne. W okresie zaostrej się konfliktów i spieć międzynarodowych igrzyska sportowe, grupujące w pokojowej rywalizacji zawodników różnych krajów i różnych kontynentów, stanowić miały teren porozumienia, wzajemnego poznania, nawiązywania kontaktów i współpracy.<sup>352</sup> Olimpiady miały jednoczyć ludność całego świata. Aby to było możliwe, powoływano w różnych państwach narodowe komitety olimpijskie.

Upór Pierra de Coubertin'a okazał się na tyle skuteczny, że I Igrzyska Olimpijskie odbyły się dwa lata po kongresie - w 1896 roku w Atenach. Już wcześniej zaplanowano igrzyska w Paryżu, które miały się odbyć na przełomie wieków - w 1900 roku. Zorganizowanie pierwszych igrzysk w Atenach miało symbolizować ich nawiązanie do starożytnych olimpiad. Ateńskie igrzyska składały się z lekkoatletyki, podnoszenia ciężarów, zapasów, szermierki, gimnastyki, strzelectwa, żeglarstwa, wioślarstwa, pływania, kolarstwa, tenisa i hippiki. Pomimo chęci odcięcia się od wszelkich wpływów politycznych, nie udało się zachować pełnej autonomii i całkowitego poparcia wszystkich środowisk (nawet tych związanych ze sportem). Wiele organizacji gimnastycznych w proteście przeciw wyczynowości sportu zbojkotowało igrzyska. Komitet Olimpijski borykał się z problemem określenia międzynarodowej formuły amatorstwa w sporcie tak, by zahamować rozwój zawodowstwa ograniczającego dostęp do niego zawodnikom z szerszych kręgów społecznych. Rządy niektórych krajów nie wsparły finansowo idei, a działacze greckiego sportu chcieli podporządkowania sobie całego ruchu olimpijskiego. Organizatorom igrzysk dawał się także we znaki brak jednoznacznych, ogólnościowych przepisów w poszczególnych dyscyplinach sportu. Mimo tych przeciwności igrzyska odbywały się regularnie co cztery lata, ich zasięg był coraz większy, a organizacja stała na coraz wyższym poziomie.

Igrzyska olimpijskie zostały przerwane na kilka lat przez I Wojnę Światową, a zostały wznowione w 1920 roku w Antwerpii. Nowa sytuacja polityczna, społeczna i ekonomiczna wpłynęła na powojenny obraz sportu. Na mapach świata doszło do szeregu zmian. Powstały lub odrodziły się nowe państwa np. Polska. Utworzono pierwsze państwo socjalistyczne – Związek Socjalistycznych Republik Radzieckich. Obalono dawne monarchie i potęgi państwowe (Niemcy). W wielu krajach wybuchły wielkie kryzysy ekonomiczne, które doprowadziły do walk klasowych, a w innych władzę objęły dyktatury wojskowe. Pomimo tych

---

<sup>352</sup> Ibid., s. 278.

wszystkich przeciwności. ruch olimpijski przeżywał lata rozkwitu spowodowane rywalizacją polityczną i wzmożeniem ruchów nacjonalistycznych wykorzystujących sport do manifestacji swojej siły.<sup>353</sup> Propagandowa rola sportu wzrosła wraz z rozwojem transmisji radiowych. W 1936 roku osiągnęła swoją kulminację na igrzyskach zorganizowanych przez hitlerowski reżim w Berlinie.

Rozwój sportu został ponownie zahamowany przez wybuch II Wojny Światowej. Europa w dużej części została opanowana przez Hitlerowców, którzy ograniczyli działalność klubów sportowych, zrzeszeń oraz Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego. Kultura fizyczna i sport zeszły na dalszy plan nie znikając jednak całkowicie z życia narodów pogrążonego w wojnie świata. Szczęólnego znaczenia nabrała działalność sportowa w krajach okupowanych. Sport był słusznie kojarzony przez Niemców z ruchem patriotycznym i przynależność do klubów sportowych lub nawet uprawianie gier zespołowych, mogło skończyć się śmiercią, a w najlepszym przypadku zesłaniem na przymusowe roboty do Niemiec. Pomimo tego sport przetrwał we wszystkich krajach, a w Polsce działało w konspiracji około 100 klubów piłki nożnej.<sup>354</sup> Walka sportowa zyskała nowy wymiar walki o godność.

Po wojnie świat podnosił się po wielkich zniszczeniach ekonomicznych i śmierci około 50 milionów osób. Europa podzieliła się na dwie części: zachodnią – kapitalistyczną i wschodnią – socjalistyczną. Świat stanął w obliczu „zimnej wojny” prowadzonej środkami politycznymi, ekonomicznymi i propagandowymi pomiędzy USA i ZSSR oraz ich sojusznikami. W krajach wysoko rozwiniętych gospodarczo nastąpiło gwałtowne przyspieszenie rozwoju techniki i przemysłu wyniszczającego przyrodę. Automatyzacja produkcji sprawiła, że mieszkańcy wielkich aglomeracji przemysłowych bardziej niż kiedykolwiek wcześniej potrzebowali ruchu. Wraz z postępem technicznym niezbędne stało się kształcenie człowieka przez całe życie w ramach tzw. kształcenia ustawicznego. Zgodnie z tymi założeniami przyjęto tezę, że także wychowanie fizyczne i sport powinny stać się zjawiskami permanentnymi. Aktywność ruchowa ma przygotowywać do zmieniających się warunków życia człowieka. Wychowanie fizyczne upowszechniło się na wszystkich szczeblach edukacji, także w formie zajęć dodatkowych organizowanych przez szkoły. Sport stał się substytutem braku ruchu i ograniczenia wysiłków fizycznych wynikających z postępu cywilizacji. Jest to cecha charakterystyczna zarówno społeczeństw XX wieku jak i ludzi żyjących dziś, na początku XXI stulecia.

---

<sup>353</sup> Ibid., s. 298.

<sup>354</sup> Ibid., s. 306.

Od II Wojny Światowej do dnia dzisiejszego obserwujemy wykorzystywanie sportu międzynarodowego jako areny rywalizacji społeczno-politycznej. Większość współczesnych dyscyplin sportowych posiada kontynentalne i światowe związki organizujące liczne zawody i mistrzostwa. Po wojnie wznowiono organizację igrzysk, które rozwijają się w ogromnym tempie. Niestety, w 1972 roku w Monachium doszło do ataku ekstremistów palestyńskich na sportowców Izraelskich. Skutkiem napięć politycznych był także bojkot moskiewskich igrzysk przez kraje zachodnie oraz brak reprezentantów bloku socjalistycznego na igrzyskach w USA. To tylko kilka z wielu przykrych przykładów politycznego wykorzystywania sportu.

Wbrew woli P. de Coubertina sport nie obronił się przed zawodowstwem. Za wielkimi wynikami sportowymi podążają ogromne pieniądze ograniczające równy rozwój sportu na całym świecie. Merkantylne podejście do sportu, zakazany doping, oraz uwłaczające idei sportowej burdy kibiców na stadionach i poza nimi, to tylko niektóre przeszkody, które sport musi pokonać w najbliższych latach. „Współczesny sport to nie tylko dążenie do maksymalnych wyników sportowych, ale w coraz większym stopniu obszar działalności politycznej, gospodarczej i ekonomicznej, naukowej, medialnej, kulturalnej i edukacyjnej”<sup>355</sup>. Coraz częściej jego obszary są zawłaszczane przez przedstawicieli innych dziedzin, którym przyświecają głównie cele finansowe. Sport staje się częścią wolnego rynku. Prawa do transmisji telewizyjnych z imprez sportowych osiągają horrendalne ceny, a najlepsi sportowcy zarabiają tygodniowo tyle, ile przeciętny człowiek przez kilkanaście lat. Sport stał się towarem, który trzeba dobrze zapakować, zareklamować i za odpowiednią opłatę sprzedać.

Pomimo tych zagrożeń sport rozwija się w większości krajów świata nie tylko jako widowisko, ale także jako pole aktywności ruchowej ludzi. Sport stał się codziennością nie tylko dla młodzieży, ale także i dorosłych, a w wielu środowiskach jest traktowany jako „styl życia”. Dzisiejszy sport stoi w obliczu wyboru dalszej drogi. Pierwsza zmierza w kierunku komercjalizacji i funkcjonowania sportu na zasadach wielkiego marketingowego show. Druga postuluje powrót do klasycznej idei sportu, w której jest on wartością sam w sobie. Obecnie nie wydaje się, aby któraś z koncepcji ostatecznie miała zwyciężyć. Można dojść do wniosku, że sport, jaki obecnie istnieje jest znakiem czasu, w jakim przyszło nam żyć. Wszelkie tendencje panujące w sporcie można, podobnie jak w minionych epokach, zaobserwować w otaczającym nas świecie. Sport jest więc zwierciadłem, w którym odbijają się blaski i cienie naszej epoki.

---

<sup>355</sup> Dziubiński Z., *Edukacja poprzez sport*, Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2004, s. 40.

### 3.3. Kulturotwórcza rola sportu

Uprawianie sportu nie jest aktywnością indywidualną. Zwykle jest specyficzną formą i odmianą uczestnictwa społecznego. Wyraźnie podkreślał to właśnie Florian Znaniecki. Zauważył on, że „każdy sport prędzej czy później podlega społecznej organizacji, a wtedy to bezrefleksyjne metody jego uczenia się przestają wystarczać. Uprawianie sportu staje się sprawą grupową; rozwija się ideał doskonałości sportowej i współzawodnictwo w dążeniu do tego ideału i one wprowadzają do sportu pierwiastek trwałego wysiłku i pracy przygotowawczej. Wytwarzają się typy osobnicze sportowców jako specyficzna odmiana typów fizycznych, i powstaje refleksyjne wychowanie sportowe”.<sup>356</sup> Można więc zauważyć, że sport należy rozpatrywać z jednej strony jako określoną aktywność człowieka, a z drugiej jako element kultury społeczeństwa.

Jak już wcześniej zaznaczyłem, sport jest dążeniem do wyników w jakiś sposób wystandaryzowanych, które dają się porównywać. Warto więc podkreślić, że uprawianie sportu wymaga współdziałania i kontaktów ludzi z sobą oraz jest zawsze dążeniem do osiągnięcia standardów ustalonych w drodze porozumienia. Standardy te są w jakiś sposób uświadamiane i podzielane społecznie. Sport jest więc składnikiem świadomości społecznej. Właśnie w taki sposób kulturę i zjawiska, które się na nią składają, rozumiał Jerzy Kmita. Stwierdził on, że kultura jest zespołem form świadomości społecznej. Na formy te składają się przekonania, które są powszechnie respektowane oraz zdeterminowane funkcjonalnie przez zapotrzebowania, na jakie odpowiada praktyka społeczna.<sup>357</sup> Normy, zasady i przepisy regulujące sport są właśnie tymi powszechnie respektowanymi przekonaniem w społeczności zajmującej się sportem. Są one niezbędnym elementem sportu, wynikającym z przyjętej jego definicji, która wskazuje na dążenie do określonych, maksymalnie doskonałych i porównywalnych wyników. Funkcjonalnie zdeterminowane przekonania, w sporcie jako elemencie świadomości społecznej, ujawniają się m.in. w potrzebie przynależności do grupy zajmującej się sportem, chęci utrzymania jej spójności wewnętrznej oraz dążeniach zmierzających do utrzymania przyjętego porządku społecznego. Powszechnie respektowanie tych przekonań w ramach danych czynności stanowi niezbędny warunek tego, aby owe przekonania były cenione i pożądane.<sup>358</sup> Można powiedzieć, że im większy społeczny kult wyników, im większy poziom akceptacji zasad i norm sportowych, tym większy odzew na osiągnięcie tych wyników i działania zgodne z tymi zasadami w praktyce społecznej.

---

<sup>356</sup> Znaniecki F., *Socjologia...*, op. cit., s. 440-441.

<sup>357</sup> Kmita J., *Kultura i poznanie*, PWN, Warszawa 1985, s. 11.

<sup>358</sup> *Ibid.*, s. 24.

Sport jest więc jedną z form funkcjonowania świadomości społecznej, a więc jedną z dziedzin kultury. Kulturę można traktować jako ponadindywidualną rzeczywistość myślową, złożoną z przekonań normatywnych i dyrektywnych, respektowanych indywidualnie w skali powszechnej.<sup>359</sup> Przekonania te nie zawsze są jednak indywidualnie uświadamiane. Człowiek może z pełniejszą lub mniej pełną świadomością akceptować występowanie konstатовanego przezeń stanu rzeczy. Niekoniecznie może mu to jednak przeszkadzać w tym, aby w obu przypadkach te przekonania systematycznie respektować.<sup>360</sup> Ktoś, kto gra w piłkę nożną, może być bardziej lub mniej świadomy tego, że respektuje zasady określane wspólnym mianem fair play, np. oddawanie przeciwnikowi piłki po jego stracie wynikającej z kontuzji gracza, nie wykorzystywanie swojej przewagi wynikającej z błędów sędziego lub zdarzeń losowych. Według Jerzego Kmity, respektowanie tych przekonań, pomimo tego, że nie zawsze wynika z pełnej świadomości i całkowitej akceptacji, jest rezultatem przyjęcia określonych reguł kulturowych.<sup>361</sup> Sport jest więc zjawiskiem kulturowym, który można analizować w podobny sposób jak inne dziedziny kultury, takie jak filozofia, religia czy nauka.

Określenie sportu, jako elementu kultury wymaga jednak bliższego sprecyzowania pojęcia samej kultury. Barbara Szacka twierdzi, że kultura „oznacza wszystko to, co jest stworzone przez człowieka, co jest przez niego nabywane przez uczenie się i przekazywane innym ludziom, a także następnym pokoleniom w drodze informacji pozagenetycznej”.<sup>362</sup> Kultura jest więc wytworem charakterystycznym wyłącznie dla ludzi. Jest czymś, co odróżnia człowieka od reszty świata zwierzęcego. Jeszcze szerzej, za amerykańskim socjologiem Robertem Bierstedtem, definiuje kulturę Piotr Sztompka, który uważa, że kultura to wszystko, co ludzie czynią, myślą i posiadają jako członkowie społeczności<sup>363</sup>. Elementami kultury będą więc różnorodne wytwory społeczności. Społeczność, która wytwarza kulturę, jednocześnie ją egzekwuje. Kultura wpływa na jednostki jednak o tyle, o ile są one członkami tej społeczności. Sztompka twierdzi, że przedmiotem i treścią tego wpływu są elementy kultury, które można ująć w trzech segmentach zwanych: kulturą normatywną, kulturą idealną i kulturą materialną<sup>364</sup>. W tych trzech segmentach zawiera się istota sportu jako zjawiska kulturowego. Sport rozpatrywany jako dziedzina kultury to nie tylko dążenie do doskonałości w określonej dziedzinie ludzkiej aktywności. Nie jest to też tylko dążenie do maksymalnie doskonałych

---

<sup>359</sup> Ibid., s. 20.

<sup>360</sup> Ibid., s. 26.

<sup>361</sup> Ibid., s. 24-28.

<sup>362</sup> Szacka B., op. cit., s. 75.

<sup>363</sup> Sztompka P., op. cit., s. 233.

<sup>364</sup> Ibid., s. 238-240.

wyników. Jest to także społeczny kult wyników. Jest to więc nie tylko aktywność sportowa, która polega na czynnym uczestnictwie w sporcie jako zjawisku kulturowym, wyrażająca się w uprawianiu sportu. Polega na też na biernym uczestnictwie ujawniającym się m.in. w ruchu kibiców stadionowych oraz odbiorze sportu jako zjawiska medialnego. Sport będzie więc nie tylko tym, co ludzie czynią, ale też myślą i posiadają.

To, co ludzie czynią, nazwiemy kulturą normatywną. Są to kulturowe reguły (normy i wartości – wzory właściwego działania), które stanowią trzon kultury. W obrębie tej kultury znajdują się opisy działań właściwych, pożądanych w danej kulturze i niewłaściwych, zabronionych. Charakterystyka działania jest tu obarczona sugestią powinności lub zakazu (stanowi wzorzec normatywny)<sup>365</sup>. Są to zakazy lub nakazy, które określają, w jaki sposób ludzie powinni się zachowywać. Zwracał na to uwagę przywoływany już wcześniej Florian Znaniecki. Stwierdził on, że czynności normatywne, czyli norma, mogą być wyznaczone przez formułę, czyli nakazy i zakazy określające normatywny charakter tych czynności.<sup>366</sup> Każda dziedzina kultury ma swoje normy i wartości, które wyznaczają zakres właściwych, charakterystycznych dla niej działań. Sport wytwarza więc własną ideologię, będącą pewną wspólnotą światopoglądów ludzi zajmujących się sportem. Można też powiedzieć, że reguły dotyczące współzawodnictwa sportowego wyrażają jego etyczny charakter.

Drugi segment kultury stanowi to, co ludzie myślą. Piotr Sztompka nazywa to kulturą idealną<sup>367</sup>. Zawiera ona uznane przekonania, poglądy, idee, standardowe symbole i tym samym określa właściwe sposoby myślenia, definiuje znaczenia, ustala obowiązujące sensory zdarzeń czy zjawisk (ta część kultury zwana jest niekiedy kulturą symboliczną). Florian Znaniecki stwierdził, że aktywność może wyrażać się w samych czynnościach lub w myśleniu o tych czynnościach. Wtedy mówimy o ideacyjnym charakterze naszej aktywności (postawy ideacyjne – ideational attitudes). Takie postawy nie odnoszą się bezpośrednio do czynności, a do myślenia o czynnościach i jako idee mogą być bez końca doświadczane nawet przez ludzi, którzy nigdy nie zastosują ich w praktyce.<sup>368</sup> Podejmując aktywność sportową, rozumianą jako bierne uczestnictwo w sporcie, ludzie wykonują pewne czynności wewnętrznie, we własnej wyobraźni. Przeżywają coś, czego w ich życiu nigdy nie było i prawdopodobnie nigdy nie będzie. Sport dla wielu ludzi jest wielkim teatrem uruchamiającym ich wyobraźnię, ale od sztuki różni się tym, że w sztuce chodzi o przeżycie piękna, a w sporcie o przeżycie wyniku i

---

<sup>365</sup> Ibid., s. 239.

<sup>366</sup> Znaniecki F., Wstęp do socjologii, PWN, Warszawa 1988, s. 114-115.

<sup>367</sup> Sztompka P., op. cit., 239.

<sup>368</sup> Znaniecki F., Nauki o kulturze. Narodziny i rozwój, PWN, Warszawa 1971, s. 451-452.

zwycięstwa. To tłumaczy, dlaczego losy rywalizacji bohaterów sportowych i ulubionych zespołów sportowych śledzą tysiące ludzi na stadionach i miliony przed ekranami telewizorów. Takie uczestnictwo w sporcie pozwala poznać smak sukcesu ludziom, którzy nawet sami uprawiając sport, nie mieliby na to szans.

To, co ludzie posiadają i czym się posługują, nazywamy kulturą materialną. Obejmuje ona wszelkie obiekty, które posiadamy i którymi posługujemy się w naszej społeczności.<sup>369</sup> Są to wszelkie przedmioty i urządzenia wymyślone lub skonstruowane przez człowieka, a także wszelkie zmodyfikowane i przetworzone obiekty przyrodnicze. Uprawianie sportu wymaga często wykorzystania stadionów, boisk sportowych, sal gimnastycznych czy odpowiednio przygotowanych torów. Zasady większości dyscyplin sportowych jasno określają, jaki sprzęt jest niezbędny, aby osiągnięte wyniki można było porównywać. Można tu też zaliczyć wszystko to, co umożliwia i jest wytworem biernej aktywności sportowej. Można tu wspomnieć m.in. o prasowych wydawnictwach sportowych czy też telewizyjnych kanałach sportowych

Każdy najmniejszy składnik kultury można nazwać „atomem kultury”. Bardziej złożone całości, grupujące elementy jednorodne pod względem treści lub funkcji nazywamy kompleksami kulturowymi. Z kolei konfiguracje kulturowe, to najszersze całości, różniące się pod względem treści i funkcji kultury, skupiające się wokół jakiegoś centralnego obiektu.<sup>370</sup> Takim obiektem jest właśnie sport. Ten, kto podejmuje aktywność sportową, bierze społecznie wypracowane wzory kulturowe, dąży do osiągnięcia społecznie ukształtowanych norm i standardów, wykorzystuje społecznie wytworzoną infrastrukturę oraz przejmuje ideały, wzorce i tradycje od osób i grup uczestniczących w tworzeniu kultury sportu jednocześnie się z nimi identyfikując. Konfiguracja kulturowa skupiona wokół sportu zawiera reguły postępowania określone w przepisach, regulaminach i zasadach. Zawiera też przekonania, idee i symbole wyrażające się w dążności do uprawiania sportu, współzawodnictwie i pokonywaniu własnych słabości. W jej skład wchodzi też wszelkie obiekty materialne, takie jak sprzęt sportowy, czy infrastruktura sportowa.

Sport można więc rozpatrywać jako dziedzinę kultury. Barbara Szacka zauważa, że w różnorodnych publikacjach można spotkać takie określenia, jak kultura literacka, polityczna, czy też muzyczna. Są to części zarówno kultury symbolicznej, jak też całościowej kultury związanej z jakąś wyraźnie wyodrębnioną sferą życia zbiorowego.<sup>371</sup> Sport jest niewątpliwie sferą życia społecznego, którą da się wyodrębnić z kulturowego całokształtu. Józef Lipiec

---

<sup>369</sup> Sztompka P., op. cit., 239-240.

<sup>370</sup> Ibid., s. 240.

<sup>371</sup> Szacka B., op. cit., s. 87.



uznał, że sport wyróżnia się trzema elementami: podmiotem, którym jest zawodnik; infrastrukturą i rekwizytami, czyli podłożem materialnym aktu sportowego; regułami i wartościami, czyli zasadami gry, sposobami ocen i wzorcami zachowania w ramach scenariusza danej konkurencji i poszczególnych zadań dla zawodników.<sup>372</sup> Według niego, wszystkie trzy elementy razem wzięte są charakterystyczne tylko dla sportu.

Biorąc pod uwagę sposób, w jaki została przedstawiona kultura i sport, można stwierdzić, że sport jako dziedzina kultury, to ta część działalności ludzi, która polega na uczestnictwie społecznym wyrażającym się w czynnej aktywności sportowej polegającej na uprawianiu sportu i/lub biernej aktywności sportowej polegającej na kultywowaniu sportu, który manifestuje się poprzez dążenia do osiągnięcia możliwie doskonałych i porównywalnych wyników, które są przedmiotem współzawodnictwa i prowadzą do zaspokojenia potrzeb psychicznych ludzi.

Tak zdefiniowany sport nie jest wytworem chwili, a skumulowanym produktem ludzkiej aktywności trwającej przez dłuższy czas. Sport jest nabywany przez poszczególne pokolenia w drodze socjalizacji i akulturacji.<sup>373</sup> Można też zauważyć, że w przypadku sportu ma zastosowanie założenie Margaret Mead o trzech rodzajach przekazu kulturowego. Sport nie jest tylko elementem kultury postfiguratywnej, w której dzieci uczą się głównie od swych rodziców, ale też kofiguratywnej, w której zarówno dzieci, jak i dorośli uczą się od swych rówieśników i prefiguratywnej, w której dorośli uczą się również od swych dzieci.<sup>374</sup> Młode pokolenia przejmują tradycję kulturową, wzbogacając ją jednocześnie nowymi treściami. Przywoływany już wcześniej Jerzy Kmita zauważył, że historycznie przeobrażającą się rzeczywistość społeczną konstituuje praktyka społeczna. Praktyka społeczna ów układ przynajmniej odtwarza, zwykle przy tym odtwarzanie to, reprodukcja, jest zarazem przetwarzaniem, reprodukcją rozszerzoną.<sup>375</sup> To, na ile młodzież wchodzi w zastaną, przekazywaną przez dorosłych poprzez tradycje, kulturę sportu, a na ile wzbogaca ją nieznanymi dotąd wzorami aktywności, zależy od dziedziny sportu. Ryszard Wojciech Winiarski wykazał, że w rodzinach o wysokim poziomie usportowienia częściej występują zainteresowania sportowe i więcej osób czynnie uprawia sport.<sup>376</sup> Nietrudno jednak wskazać

---

<sup>372</sup> Lipiec J., *Pożegnanie z Olimpią*, Fall, Kraków 2007, s. 48.

<sup>373</sup> Sztompka P., *op. cit.*, s. 249.

<sup>374</sup> Mead M., *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2000, s. 23.

<sup>375</sup> Kmita J., *Kultura...*, *op. cit.*, s. 10.

<sup>376</sup> Winiarski R.W., *Aktywność...*, *op. cit.*, s. 82-83.

na nowe dyscypliny sportowe, które cieszą się głównie zainteresowaniem młodych ludzi, ale ostatnio zyskują popularność także wśród starszych pokoleń np. jazda na desce snowboardowej.

Każda dziedzina kultury, też kultura sportu, jest związana z człowiekiem. Człowiek jest jej twórcą, a zarazem jest przez nią kształtowany, za jej pomocą wyraża swoje potrzeby, emocje i wrażenia. Uczestnictwo w kulturze sportu można nazwać aktywnością sportową. Warto jeszcze raz podkreślić, że uczestnictwo to może być dwojakiego rodzaju: rzeczywiste i ideacyjne. Uczestnictwo ideacyjne może prowadzić do pewnej aktywności – na przykład do czynnego uprawiania kultu sportu (tyle tylko, że ten, kto uprawia kult sportu, nie uprawia sportu) lub rzeczywistej, czynnej aktywności sportowej (czyli do uprawiania sportu, które nie jest już uczestnictwem ideacyjnym).

### **3.4. Społeczne funkcje sportu**

W opracowaniach na temat sportu sporo miejsca poświęca się sportowi z punktu widzenia jego oddziaływania na życie społeczne. Spośród wielu funkcji, które przypisuje się sportowi, warto wymienić te, które wydają się najistotniejsze dla współczesnego społeczeństwa. Należy jednak podkreślić, że funkcje sportu wzajemnie na siebie nachodzą, przenikają się i uzupełniają, co utrudnia sporządzenie wyczerpującej ich listy.

Sport bez wątpienia służy wszechstronnemu rozwojowi osobowości człowieka. Nie ma bowiem takiej strony osobowości, do której rozwijania, kształtowania oraz wzbogacenia sport nie mógłby się w jakimś stopniu przyczynić.<sup>377</sup> Można więc powiedzieć, że sport jest ważnym elementem wychowania rozumianego jako wszelkie zamierzone działania w formie interakcji społecznych mające na celu wywołanie trwałych, pożądanych zmian w osobowościach ludzi.<sup>378</sup> Sport pełni więc funkcję, która można określić mianem wychowawczej.

O roli sportu w wychowaniu pisał także w „Socjologii wychowania”, a dokładniej w rozdziale „Wychowanie sportowe”, Florian Znaniecki. Stwierdził on, że „tam, gdzie wychowanie sportowe kombinuje się z higienicznym lub utylitarnym, kombinacja taka zawdzięcza swą skuteczność psychologiczno-społeczną w dużo większej mierze pierwiastkowi sportowemu, który zawiera, niż wpływowi norm zdrowotności lub użyteczności społecznej”.<sup>379</sup> Rola sportu w wychowaniu i wychowaniu fizycznym jest tak istotna, ponieważ „żadne poparcie instytucji szkolnych lub wojskowych nie wzbudzi trwałego i żywotnego zainteresowania ogółu dla takich form ćwiczeń cielesnych, które są pozbawione zasadniczych cech sportu, choćby

---

<sup>377</sup> Muszyński H., Zarys teorii wychowania, PWN, Warszawa 1977, s. 219.

<sup>378</sup> Ibid., s. 25.

<sup>379</sup> Znaniecki F., Socjologia..., op. cit., s. 439.

były najmądrzej obmyślane, najkorzystniejsze dla zdrowia lub najużyteczniejsze dla przyszłego żołnierza”.<sup>380</sup> Wychowanie sportowe, jeśli ma tylko możliwość swobodnego rozwoju, spontanicznie lub refleksyjnie zużytkowuje dobór najskuteczniejszych środków, jakim rozporządza środowisko społeczne w działaniu na osobnika.<sup>381</sup> Sport jest na tyle atrakcyjny i zajmujący, że jest przedmiotem niewymuszonej aktywności ludzi, w tym przede wszystkim młodzieży.

Poprzez aktywność sportową można kształtować, formować i zmieniać osobowość ludzi i wyzwalać społecznie pożądane stany, takie jak rozwój, samorealizacja i wzrost samoświadomości. Skuteczność wychowawcza sportu wiąże się z tym, że jest to, jak już wcześniej wspomniałem, aktywność sama z siebie zajmująca i chętnie podejmowana m.in. przez młodzież w czasie wolnym. O jego skuteczności w tym aspekcie decydują też ściśle związki sportu z zabawą. Związki takie podkreślał Zbigniew Krawczyk, który dopatrywał się korzeni sportu (jako zjawiska kulturowego) w zabawie.<sup>382</sup> Z kolei Florian Znaniecki stwierdził, że jakkolwiek sport nie jest zabawą w ścisłym znaczeniu, jednak w skład każdego sportu wchodzi czynności, które dziecko spontanicznie wykonuje, bawiąc się.<sup>383</sup> To właśnie te sporty, które odpowiadają samorzutnym, powszechnym, odzwierciedlającym się w zabawie dążeniom ruchowym człowieka, są dziś najpopularniejsze. Większość współczesnych dyscyplin sportowych opiera się o bieganie, skakanie czy też rzucanie. „Każdy sportowiec w pewnej mierze jest dzieckiem – choć nie tylko dzieckiem”.<sup>384</sup> Początkowo spontaniczne, zabawowe czynności przechodzą w działalność sportową, która opiera się o systematyczność, współdziałanie, dążenie do wyników, do osiągnięcia poziomu sportowego innych członków danej grupy sportowej, a w dalszej kolejności do pokonania ich w sportowej rywalizacji. Właśnie to dążenie do wyników i współzawodnictwo jest czynnikiem, który sprawia, że nie potrzeba ani przymusu, ani nagrody, aby normalnego osobnika skłonić do wysiłków wiążących się z uprawianiem sportu.<sup>385</sup> Im większa spontaniczna i niewymuszona chęć podejmowania tego rodzaju aktywności, tym większe szanse na osiągnięcie zamierzonych celów wychowania.

Sport może z powodzeniem służyć celom kształtowania takich cech osobowości, jak wytrwałość, systematyczność, odpowiedzialność, dokładność czy też umiejętność współpracy.

---

<sup>380</sup> Ibid.

<sup>381</sup> Ibid., s. 445.

<sup>382</sup> Krawczyk Z., Sport i kultura, (w:) Kosiewicz J. (red.), Sport, kultura, społeczeństwo. Księga pamiątkowa w 75-lecie urodzin profesora Zbigniewa Krawczyka, Wyższa Szkoła Ekonomiczna w Warszawie, Warszawa 2006, s. 115-116.

<sup>383</sup> Znaniecki F., Socjologia..., op. cit., s. 439.

<sup>384</sup> Ibid., s. 440.

<sup>385</sup> Ibid., s. 441.

Chodzi więc o to, aby sportowe zainteresowania młodzieży objąć świadomym, planowym i systematycznym działaniem wychowawczym nie tylko w szkołach, ale też w klubach sportowych i rodzinach.

Analizując społeczne funkcje sportu, nie sposób pominąć jego znaczenia w procesie socjalizacji młodzieży. Socjalizację można rozumieć jako ogół procesów, za pośrednictwem których jednostka staje się pełnowartościowym członkiem zbiorowości społecznych.<sup>386</sup> W toku socjalizacji człowiek poznaje i przyswaja sobie: umiejętności, które leżą u podstaw wszelakich interakcji społecznych, takich jak zdolność rozumienia znaków i umiejętność posługiwania się nimi; normy i wzory zachowań (uczy się jak zachowywać się w określonych sytuacjach i jak te sytuacje rozpoznawać); wartości; umiejętność posługiwania się różnymi przedmiotami, która jest konieczna do sprawnego funkcjonowania w danej cywilizacji.<sup>387</sup> Poprzez uczestnictwo w sporcie, młodzi ludzie stają się członkami nie tylko grup sportowych, ale pełnoprawnymi członkami społeczeństwa w ogóle i reprezentantami kultury tego społeczeństwa.

Według Barbary Szackiej socjalizacja dokonuje się w toku trzech mechanizmów uczenia się: wzmocnienia, naśladowania i przekazu symbolicznego.<sup>388</sup> Wzmocnienie polega na tym, że zachowania właściwe zostają nagrodzone i w ten sposób skojarzone z przyjemnością, a niepożądane ukarane i skojarzone z przykrością. W przypadku społecznie pożądanego zachowania pozytywnym wzmocnieniem jest pochwała czy też szacunek otoczenia, a negatywnym niedopuszczenie przez kolegów do wspólnej zabawy.<sup>389</sup> Właśnie mechanizm wzmocnienia można zauważyć w słowach Floriana Znanieckiego, który postrzegał sport jako swoistą czynność grupową, własność kulturalną określonych grup (początkowo wchodzących w skład klasy wyższej).<sup>390</sup> Stwierdził on, że aby zostać pełnoprawnym członkiem danej grupy, należy zdobyć te umiejętności, którymi charakteryzują się pozostali. Można zauważyć, że „(...) działa tu potężny czynnik społeczny. Sport uprawiany z żywym zainteresowaniem przez starsze pokolenie, a będący zarazem oznaką przynależności klasowej posiada w oczach młodego potomka szlachty lub starszego parweniusza charakter wzniosłości społecznej. Charakter ten przenosi się w pewnym stopniu i na czynności przygotowawcze: nawet uczenie się łowiectwa jest już swego rodzaju przywilejem, niedostępnym masom. Ta sublimacja, jak zawsze,

---

<sup>386</sup> Sztompka P., op. cit., s. 392.

<sup>387</sup> Szacka B., op. cit., s. 137-138.

<sup>388</sup> Ibid., s. 138.

<sup>389</sup> Ibid.

<sup>390</sup> Znaniecki F., Socjologia..., op. cit., s. 441.

wywołuje konformizm psychologiczny”.<sup>391</sup> Pomimo tego, że współcześnie większość sportów utraciła charakter klasowy i przynależność do danych grup nie jest już takim przywilejem, to grupy ciągle wymagają od swoich członków pewnych kompetencji, które muszą zdobyć, aby w nich uczestniczyć.

Kompetencje sportowe można zdobyć w drodze ćwiczeń pod okiem znawców, nauczycieli i innych pełnoprawnych członków grupy. Tu właśnie ujawnia się kolejny mechanizm socjalizacji: naśladowanie. „Widząc, jak wokół nas zachowują się inni ludzie, zaczynamy zachowywać się podobnie”.<sup>392</sup> Wraz z tym, jak zabawa przeradza się w działalność sportową, naturalne, spontaniczne czynności stają się trudniejsze i bardziej skomplikowane, a ich przyswojenie odbywa się w drodze współdziałania i naśladowania starszych i bardziej doświadczonych.<sup>393</sup> To naśladowanie jest elementem przekazu kulturowego, który odbywa się z pokolenia na pokolenie. Mechanizm ten jest obserwowalny zarówno w grupach sportowych trenujących w klubach pod okiem wyszkolonych trenerów, jak i w grupach kibiców, w których, podobnie jak w innych grupach, tworzy się struktura grupowa.

Trzecim mechanizmem uczenia się, właściwym tylko człowiekowi, jest przekaz symboliczny. Człowiek znaczną część swojej wiedzy o tym, co jest dobre, a co złe, i jak się należy zachowywać w różnych sytuacjach, uzyskuje poprzez pouczenia słowne ze strony innych ludzi, a także dzięki różnym tekstom pisany.<sup>394</sup> W sporcie przekaz ten zawarty jest w zasadach, przepisach i regulaminach. Znajdujemy go także w duchu rywalizacji, współdziałania, niezłomności i dążności do celu. Sport jest obszarem, gdzie poprzez współzawodnictwo i współpracę, młodzi ludzie poszukują swojego miejsca w społeczeństwie. Niezmiernie istotną rolę odgrywa tu identyfikacja z grupą, do której się należy. Im bardziej komuś zależy na akceptacji i przychylności pozostałych członków grupy, tym większy wpływ ma na niego dana grupa. Jest to widoczne zwłaszcza w sportach zespołowych np. piłce nożnej, siatkówce, koszykówce.

Aby sport spełniał w pełni swoją funkcję socjalizacyjną, trenerzy, instruktorzy oraz wszelkie inne osoby odpowiadające za organizację sportu (zarówno uprawianego, jak i kultywowanego), muszą być świadomi wartości wpisanych w sport. Wdrażanie do ról społecznych, procesy grupotwórcze, kształtowanie więzi oraz wzmacnianie pożądanых cech

---

<sup>391</sup> Ibid.

<sup>392</sup> Szacka B., op. cit., s. 138.

<sup>393</sup> Znaniecki F., Socjologia..., op. cit., s. 440.

<sup>394</sup> Szacka B., op. cit., s. 138.

osobowości, powinno być podstawowym celem, obok wyniku sportowego, jaki stawia sobie środowisko sportowe.

Sport jest postrzegany także jako istotny czynnik w zakresie przygotowania człowieka do wypełniania obowiązków społecznych, głównie odnoszących się do pracy zawodowej.<sup>395</sup> Rozwijają bowiem takie dyspozycje, które decydują o jakości i efektywności pracy, jak wytrwałość, energia, odporność na trudy, dokładność oraz systematyczność.<sup>396</sup> Sport może wyrabiać ogólną sprawność i kształtować te cechy osobowości, które pośrednio zostaną wykorzystane w pracy zawodowej, jak i kształtować te kompetencje, które mogą być bezpośrednio przydatne podczas pełnienia obowiązków zawodowych.

Czynna aktywność sportowa podnosi ogólną sprawność fizyczną ludzi, przez co wpływa na zwiększenie wydajności pracy. Daleko posunięta specjalizacja i zróżnicowanie pracy zawodowej sprawiły, że naturalna dla człowieka wszechstronność i różnorodność podejmowanych aktywności, ustąpiły miejsca czynnościom powtarzalnym i monotonnym. Godziny spędzane przed ekranem monitora w jednym miejscu lub na automatycznych działaniach przy taśmie produkcyjnej, prowadzą do redukcji czynności fizycznych organizmu. Z jednej strony pracownik biurowy będzie odczuwał dolegliwości związane z długotrwałym przebywaniem w pozycji siedzącej, przejawiające się np. bólem kręgosłupa, a z drugiej jego kondycja fizyczna ulega znacznemu pogorszeniu z powodu braku ruchu. „Proces ten wpływa ujemnie na zdrowie, samopoczucie i ogólną wydolność fizyczną jednostek, co z kolei pociąga za sobą zmniejszenie wydajności tych jednostek jako narzędzia”.<sup>397</sup> Sport ma w tym przypadku do spełnienia też rolę kompensacyjną i zapobiegawczą niekorzystnym skutkom pracy zawodowej.

Sport może, a nawet powinien służyć zdrowiu człowieka. Podkreślał to m.in. Florian Znaniecki, który stwierdził, że „jako motyw świadomy do uprawiania i popierania sportów wysuwany bywa albo wzgląd na to, że sporty potęgują i podtrzymują ogólną sprawność organizmu, który jest dzięki temu zdolniejszym do wykonywania wszelkich narzuconych mu zadań (w państwach chodzi przy tym głównie o zdolność do funkcji militarnych), albo też znaczenie sportu dla ogólnej żywotności organizmu, jego rola jako czynnika regulującego strukturę ciała i pobudzającego funkcje fizjologiczne”.<sup>398</sup> We współczesnych państwach akcentuje się częściej użyteczność sportu w przygotowaniu zawodowym, niż militarnym. W

---

<sup>395</sup> Muszyński H., *Zarys...*, op. cit., s. 218.

<sup>396</sup> Ibid.

<sup>397</sup> Krawczyk Z., *Natura, kultura – sport*, op. cit., s. 302.

<sup>398</sup> Znaniecki F., *Socjologia...*, op. cit., s. 439.

każdym razie rysuje się tu wyraźnie kolejna społeczna funkcja sportu, jaką jest krzewienie zdrowia i higieny.

Wraz z rozwojem cywilizacji, zwłaszcza z postępującą urbanizacją i industrializacją, sport stał się niezbędny jako obszar krzewienia zdrowia i higieny społecznej. Zmiany natury ekonomicznej, społecznej i kulturalnej, związane z rewolucją przemysłową, pociągnęły za sobą wiele niekorzystnych konsekwencji. Zanieczyszczenia środowiska, nadmierne obciążenie pracą, brak ruchu, niezdrowe odżywianie, to tylko niektóre z wielu bolączek dotyczących człowieka. W tej sytuacji sport daje możliwość nadrobienia wszelkich braków, odreagowania fizycznego i psychicznego, kontaktu z przyrodą, odzyskania naturalnej równowagi, jaką odbiera nam współczesny tryb życia. Szczególne znaczenie ma tu propagowanie sportu w drodze wychowania fizycznego w szkole. Wychowanie fizyczne ma za zadanie realizację celów higienicznych, zdrowotnych i rozwojowo-sprawnościowych. Realizacja tych wartości stanowi podwaliny wszelkich innych wartości społeczno-kulturowych.<sup>399</sup> Aktywność fizyczna wśród dzieci i młodzieży oraz rozpowszechnianie idei ruchu sportowego wśród dorosłych, jest podstawą do podniesienia poziomu zdrowotności i higieny w społeczeństwie. Z podobnego założenia wychodził twórca terenów gier i zabaw ruchowych – Henryk Jordan, który w aktywności fizycznej widział szanse zniwelowania negatywnych skutków cywilizacji technicznej.<sup>400</sup> Wychowanie fizyczne i sport (zwłaszcza sport rekreacyjny) są więc szansą na powrót do naturalnej, wszechstronnej aktywności fizycznej i równowagi psychofizycznej.

Sport spełnia też doniosłą rolę w zakresie podnoszenia samopoczucia ludzi oraz budzenia ich optymizmu życiowego. Sport służy rozrywce, relaksowi, wypoczynkowi, umożliwia odprężenie. Można więc mówić o ludycznej funkcji sportu. Nasz stan psychiczny w dużej mierze zależy od poczucia sił fizycznych, a „ruch oraz wysiłek fizyczny dają człowiekowi z reguły pewne odprężenie psychiczne, w wyniku czego potrafi on w sposób wolny od napięć, z odpowiedniego dystansu, spojrzeć na własne problemy życiowe”.<sup>401</sup> Sport, podobnie jak wiele innych dziedzin kultury, dostarcza rozrywki, przeżyć, zabawy – pełni funkcję ludyczną. Funkcja ta ściśle wiąże się ze zjawiskiem wolnego czasu. To właśnie w czasie wolnym człowiek może oddawać się swoim ulubionym rozrywkom, regenerując utracone siły fizyczne i psychiczne.

Ludyczne, rekreacyjne oddziaływanie sportu wpływa na równowagę psychiczną i samopoczucie człowieka. Funkcja ta pozwala przezwyciężyć monotoność życia codziennego,

---

<sup>399</sup> Krawczyk Z., O kulturze fizycznej. Studia i szkice, Agencja Presspol, Warszawa 1983, s. 30.

<sup>400</sup> Wroczyński R., Powszechnie..., op. cit., s. 217-218.

<sup>401</sup> Muszyński H., Zarys..., op. cit., s. 218.

pozwała oderwać się od codziennych obowiązków i zebrać siły do dalszego działania. Ludyczna funkcja sportu, wyrażająca się w rozrywce i zabawie, znajdowała swoją realizację w każdej epoce. W starożytnej Grecji oddawać się rozrywce mógł głównie ten, kto miał czas wolny i nie musiał pracować. Czas wolny był domeną głównie wolnych obywateli. „W czasach Arystotelesa można było utożsamiać sprzeczność między pracą i wolnym czasem z podziałem społeczeństwa na ludzi wolnych i niewolników”.<sup>402</sup> Znikoma ilość czasu wolnego była poświęcana przez niewolników na odpoczynek. Warstwy uprzywilejowane posiadały czas wolny (określany mianem „skhole”<sup>403</sup>) w nadmiarze i wykorzystywały go na zabawę oraz samorozwój. Niezwykle popularne wśród wolnych obywateli były sporty, zabawy, kultura i nauka. Okazję do tego typu aktywności dawały igrzyska.

Ludyczną funkcję sportu doskonale było widać też w starożytnym Rzymie. Podczas licznych masowych widowisk sportowych, widzowie, wśród których nie brakowało kobiet, dawali się ponieść emocjom i żywo reagowali na wydarzenia z areny.<sup>404</sup> Ludyczność w sporcie rozpoznać można także w średniowiecznych angielskich i szkockich meczach piłkarskich (będących pierwowzorem dzisiejszej piłki nożnej), rozgrywanych z okazji zakończenia karnawału, początku Wielkiego Postu lub Wielkanocy.<sup>405</sup> Mecze takie były okazją do manifestacji radości z okazji nadchodzącej wiosny oraz szansą na wspólne spędzanie czasu wolnego. Podobnie jest także na początku XXI wieku. Wielkie wydarzenia sportowe pozwalają na oderwanie od rzeczywistości, odreagowanie i zabawę nie tylko ludziom zgromadzonym na stadionach, ale także zasiadającym przed ekranami telewizorów.

Zarówno czynny, jak i bierny sport, wpływa na kształtowanie świadomości społecznej ludzi będących uczestnikami danych grup sportowych. To właśnie w tych grupach przekazywane są pewne postawy społeczno-światopoglądowe. Prawie wszystkie grupy sportowe zmierzają do integracji, ujednoczenia zbiorowego zachowania poszczególnych członków i podjęcia działań niezbędnych do osiągnięcia celów, które grupa uważa za ważne. W przypadku rywalizacji sportowej może to być współpraca w wysiłkach zmierzających do pokonania przeciwnika w sportowej rywalizacji. Można więc zauważyć, że sport spełnia funkcję ideologiczną.

Ideologię można rozumieć jako całokształt idei i wartości oraz poglądów na świat i życie społeczne określonej części społeczeństwa (grupy, warstwy, klasy, itd.), dotyczących

---

<sup>402</sup> Toti G., op. cit., s. 6-7.

<sup>403</sup> Arendt H., op. cit., s. 145.

<sup>404</sup> Osterloff K.W., Historia sportu, Nasza Księgarnia, Warszawa 1976, s. 60.

<sup>405</sup> Lipoński W., Historia..., op. cit., s. 212.



opisu i oceny rzeczywistości społecznej oraz pożądanych sposobów i kierunków jej zmiany.<sup>406</sup> Każda ideologia da się ująć w zbiór pewnych faktów opisujących rzeczywistość, zawierających ich oceny, a także dyrektywy działania wynikające z tych ocen. Ideologia może mieć zatem doniosłe znaczenie, ponieważ: 1) uporządkowuje i tworzy hierarchię pożądanych wartości oraz nadaje stałą orientację ideową, 2) tworzy ogólny, zrozumiały, uporządkowany obraz rzeczywistości społecznej – aktualnej oraz przyszłej, pożądanej, 3) wprowadza ład w myślenie, wyznacza cele działania, 4) pozwala integrować się, odnajdować tożsamość grupom społecznym oraz kształtuje świadomość polityczną i społeczną danej grupy, a także 5) mobilizuje do działania oraz pragnie nadać sens każdemu działaniu politycznemu.<sup>407</sup>

Świat sportu jest w tym ujęciu także próbą realizacji egalitarnej utopii, która w życiu codziennym jest nieosiągalna. Sprawiedliwość i równouprawnienie jest możliwe dzięki jasno określonym przepisom obowiązującym każdego uczestnika gry. Gwarantują one równouprawnienie, pomiar wyników i ich konfrontację. Warunków takich nie udaje się zapewnić w społecznej, politycznej i ekonomicznej rzeczywistości. Jest to symboliczna forma realizacji ludzkich potrzeb i ideałów tworzących zręby norm i zasad doskonalszego społeczeństwa.<sup>408</sup> W tych warunkach odbywa się rywalizacja, której celem jest zwycięstwo w walce ściśle określonej przepisami, regulującymi co można, a czego nie można robić. Zwłaszcza w sportach zespołowych ta rywalizacja prowadzi do integracji grupowej w toku wspólnych wysiłków, wspólnego cieszenia się z sukcesów oraz wspólnego przeżywania porażek. W sportach zespołowych każdy z członków grupy odpowiada za grupę i przed grupą, co jeszcze bardziej motywuje do podnoszenia swoich umiejętności sportowych.

Opisane tu społeczne funkcje sportu nie wyczerpują oczywiście w pełni całego ich zakresu, ale wskazują na te, które wydają się najważniejsze przy analizie sportu jako zjawiska kulturowego. W wielu opracowaniach wymienia się jeszcze takie funkcje jak: stymulatywną (pobudzającą), adaptacyjną (przystosowawczą), kompensacyjną (wyrównawczą), korektywną (poprawczą)<sup>409</sup>, rekreacyjną, rehabilitacyjną<sup>410</sup> czy też edukacji kulturowej i waloryzacji światopoglądowej<sup>411</sup>. Opisane tu funkcje ukazują jednak dość szeroko całe spektrum zjawisk, które wchodzą w skład sportu rozpatrywanego jako dziedziny kultury. Funkcje te, w mniejszym

---

<sup>406</sup> Patrz: Mannheim K., *Ideologia i utopia*, Wydawnictwo Test, Lublin 1992, s. 160-161; Kopaliński W., *Słownik wyrazów obcych i zwrotów obcojęzycznych a almanachem*, Świat Książki, Warszawa 2000, s. 221.

<sup>407</sup> Kulesza W.T., *Ideologie naszych czasów*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1996, s. 9.

<sup>408</sup> Krawczyk Z., *O kulturze fizycznej...*, op. cit., s. 60.

<sup>409</sup> Demel M., Skład A., op. cit., s. 57.

<sup>410</sup> Osiński W., *Teoria...*, op. cit., s. 85.

<sup>411</sup> Kmita J., *O kulturze symbolicznej*, Centralny Ośrodek Metodyki Upowszechniania Kultury, Warszawa 1982, s. 119.

lub większym stopniu, są realizowane zarówno poprzez uprawianie sportu, jak też w drodze biernego uczestnictwa w sporcie.

### **3.5. Znaczenie sportu w życiu i rozwoju indywidualnym**

Co daje człowiekowi uprawianie sportu? Jakie korzyści płyną dla jednostki z takiej aktywności? Pytania te są często stawiane w różnorodnych analizach, podejmujących problematykę roli sportu w życiu człowieka. W licznych pracach na gruncie antropologii, medycyny, psychologii, socjologii czy wreszcie pedagogiki wskazywane są profity, które wiążą się z uprawianiem sportu. Właściwie każdy z nas potrafiłby wskazać na pewne walory, które tradycyjnie są przypisywane sportowi. Najczęściej można usłyszeć, że „sport to zdrowie” lub „sport wychowuje”. Wiesław Osiński zaznacza jednak, że w pewnych okolicznościach sport może wiązać się z zagrożeniami. Sport może zdrowiu wspaniale służyć i je wspomagać, ale nieumiejętnie podejmowany może zdrowie niszczyć wskutek przetrenowania lub stosowania niedozwolonego dopingu. Poprzez sport można wspierać rozwój psychiczny i społeczny, kształtować wspaniałe charaktery, formować podstawowe zdolności człowieka. Sport może być jednocześnie szkołą bezprawia (korupcja), dawać fatalne przykłady moralnego upadku (oszustwa największych mistrzów) i pokazywać najgorsze wzorce wychowawcze (zjawisko chuligaństwa, zerwanie z zasadami olimpizmu i fair play). Sport może być wykorzystywany do celów wzniosłych i pięknych, a może być także narzędziem w rywalizacji politycznej i komercyjnym produktem.<sup>412</sup> Zagrożenia te są tym większe, im sport jest bardziej nastawiony na rywalizację, wynik i końcowe zwycięstwo (sport zawodowy, wyczynowy). W o wiele mniejszym stopniu dotyczy to sportu, który jest wypoczynkiem i dobrą zabawą (sport amatorski, rekreacyjny). „Zło nie jest wytworem sportu ani jego immanentną cechą, to raczej do sportu przenikają niepożądane i dewiacyjne zachowania z innych dziedzin życia”.<sup>413</sup> Pomimo bezspornych zagrożeń, które wiążą się z uczestnictwem w tej formie kultury, sport, zarówno uprawiany, jak i kultywowany, jest postrzegany jako wartość. Jest to pole do wszechstronnego rozwoju człowieka (zwłaszcza młodego) i co najważniejsze, jest to aktywność chętnie podejmowana przez młode pokolenie, czyli aktywność, która jest autentyczną formą wypełnienia czasu wolnego. Warto więc bliżej przyjrzeć się korzyściom, które wiążą się ze sportem (w sferze fizycznej, psychicznej i społecznej).

---

<sup>412</sup> Osiński W., *Teoria...*, op. cit., s. 86-87.

<sup>413</sup> *Ibid.*, s. 88.

Badania przeprowadzone przez Ryszarda Wojciecha Winiarskiego dowiodły, że młodzi ludzie dostrzegają w sporcie dwie główne wartości. Sport jest dla nich przede wszystkim źródłem zdrowia i przyjemności.<sup>414</sup> 9 na 10 osób dostrzega w sporcie szansę na poprawę zdrowia. Jest to o tyle ważne, że cykliczne publikacje Centrum Badania Opinii Społecznej potwierdzają, że Polacy uznają zachowanie dobrego zdrowia jako jedną z najistotniejszych wartości w ich życiu (tylko szczęście rodzinne jest cenione bardziej).<sup>415</sup> Nie powinno więc dziwić, że poszukując roli sportu w życiu jednostki warto rozpocząć od jego prozdrowotnych walorów.

Jak twierdzi Ewa Syrek, zdrowie jest stanem dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego, a nie tylko brakiem choroby/niepełnosprawności; zdrowie warunkuje ogólny dobrostan jednostki dla realizacji jej celów, zadań życiowych oraz potrzeby osiągnięcia satysfakcji życiowej.<sup>416</sup> Zdrowie jest jednym z czynników wpływających na jakość życia człowieka.

Zdrowy człowiek to ten, w którego organizmie wszystkie funkcje przebiegają prawidłowo. „W odróżnieniu od choroby zdrowy organizm żyje w milczeniu”.<sup>417</sup> Wiele nieprawidłowości jest sygnalizowanych dopiero w postaci bólu. Niestety, wtedy na reakcję bywa już za późno, dlatego niezwykle istotna jest profilaktyka. Działania na rzecz zdrowia powinny być systematyczne i nieustannie zmierzające do celu, czyli takie jak prawie każda aktywność sportowa.

Sport wpływa bezpośrednio i pośrednio na stan zdrowia. Aktywność ruchowa związana ze sportem jest kluczowym składnikiem zdrowego stylu życia. Jest także powiązana z właściwym odżywianiem, kontrolą masy ciała, odrzuceniem używek czy też zapewnieniem odpowiedniej ilości snu.<sup>418</sup> Systematyczna aktywność fizyczna powoduje wiele korzystnych efektów w zakresie funkcjonowania podstawowych układów w ciele człowieka i tym samym powoduje pozytywne zmiany w zakresie zdrowia. Najczęściej wskazuje się na następujące zmiany:

1. W układzie sercowo naczyniowym:

---

<sup>414</sup> Winiarski R.W., Aktywność..., op. cit., s. 73.

<sup>415</sup> Por. CBOS, System wartości Polaków w 2019 roku, <https://www.cbos.pl/PL/publikacje/news/2020/02/newsletter.php>, dostęp z dnia: 20.09.2022, godz. 17:45; CBOS, Zdrowie i prozdrowotne zachowania Polaków, Warszawa 2016, s. 2, [http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2016/K\\_138\\_16.PDF](http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2016/K_138_16.PDF), dostęp z dnia 10.07.2017, godz. 20.45.

<sup>416</sup> Syrek E., Styl życia w rodzinie – konteksty socjalizacji w obszarze zdrowia, *Pedagogika Społeczna Nova*, Tom 2, nr 4, s. 55, 2022, DOI:10.14746/psn.2022.4.03, dostęp z dnia: 12.07.2024, godz. 12:01.

<sup>417</sup> Drabik J., Aktywność fizyczna w edukacji zdrowotnej społeczeństwa, *Akademia Wychowania Fizycznego im. Jędrzeja Śniadeckiego w Gdańsku*, Gdańsk 1995, s. 32.

<sup>418</sup> Guszowska M., Aktywność ruchowa a przebieg transakcji stresowej u młodzieży, *Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie*, Warszawa 2005, s. 94.

- zwolnienie spoczynkowej częstości skurczów serca,
- wzrost objętości masy mięśnia sercowego,
- wzrasta objętość wyrzutowa serca,
- obniża się wartość pojemności minutowej serca w czasie spoczynku,
- podnosi się wartość pojemności minutowej serca w czasie wysiłku,
- zwiększa się unaczynienie mięśnia sercowego i średnica głównych tętnic wieńcowych,
- obniża się ciśnienie skurczowe i rozkurczowe w czasie wysiłków umiarkowanych.

2. W układzie kostno-ruchowym:

- poprawienie kondycji nerwowo-mięśniowej,
- zmiany czynnościowe i anatomiczne mięśni szkieletowych,
- zmniejsza się koszt energetyczny wykonywanej pracy,
- wzrost masy tkanki kostnej i stopień jej mineralizacji,
- poprawia się unaczynienie mięśni szkieletowych,
- zwiększa się ukrwienie, a tym samym i odżywienie stawów,
- zostaje pobudzona czynność kałek maziowych,
- zwiększa się synteza białek, co powoduje zwiększenie siły mięśni.

3. W układzie oddechowym:

- wzrasta pojemność życiowa płuc (VC),
- w czasie wysiłku zwiększa się maksymalna wentylacja płuc,
- zwiększa się pojemność dyfuzyjna płuc,
- w czasie wysiłku submax. wentylacja płuc i częstość oddechu jest mniejsza, a głębokość pojedynczego oddechu większa.<sup>419</sup>

Aktywność ruchowa prowadzi do spadku ryzyka chorób wieńcowych, chorób naczyniowych i udarów mózgu, obniża ryzyko wystąpienia niektórych nowotworów, uaktywnia system immunologiczny.<sup>420</sup> Warto jednak pamiętać, że tylko odpowiedni poziom aktywności sportowej prowadzi do poprawy stanu zdrowia. Nadmierne obciążenie wysiłkiem fizycznym, zwłaszcza w okresie adolescencji, może prowadzić do zaburzeń rozwojowych i innych patologicznych stanów.

<sup>419</sup> Czerwiński J. (red.), Aktywność fizyczna potrzebą twórczego życia, Olsztyńska Szkoła Wyższa im. J. Rusieckiego, Olsztyn 2004, s. 44-45.

<sup>420</sup> Guskowska M., op. cit., s. 94-101.

Sport, rozumiany jako aktywność ruchowa, rozwija ogólną sprawność fizyczną. Wpływa na wytrzymałość krążeniowo-oddechową, siłę, wytrzymałość mięśniową, gibkość, skład ciała, ale także na takie umiejętności, jak koordynacja, równowaga, szybkość, moc i zwinność.<sup>421</sup> Pogorszenie którejkolwiek z tych cech ma negatywne konsekwencje dla zdrowia, a co za tym idzie, dla jakości życia człowieka.

Znaczenie aktywności fizycznej człowieka trudno wiązać jedynie z zaspokajaniem biologicznych potrzeb. Według W. Osińskiego oddziaływania aktywności fizycznej można sprowadzić do czterech głównych obszarów:

1. Zapobieganie chorobom – w tym zwłaszcza układu krążenia, które są główną przyczyną niepełnosprawności i zgonów. Obniżona aktywność fizyczna jest też jednym z głównych czynników ryzyka miażdżycy, udaru, zapalenia stawów, cukrzycy, otyłości, osteoporozy, a także niektórych postaci raka.
2. Terapia wielu zaburzeń i chorób – w tym otyłości, dystrofii mięśni, dychawicy oskrzelowej, zapalenia reumatycznego stawów i wielu innych.
3. Zdrowy styl życia – sposób na dobre samopoczucie i czerpanie radości z życia, szansa na prawidłowy rozwój fizyczny, psychiczny i społeczny w dzieciństwie i przedłużenie aktywnego niezależnego życia w starości.
4. Radzenia sobie z lękami, niepokojem i stresem – których w nadmiarze dostarcza współczesne codzienne życie. Aktywność fizyczna wpływa na redukcję depresji, lepszy nastrój, zwiększa zaufanie we własne siły.<sup>422</sup>

Aktywność fizyczna, w tym aktywność sportowa, odgrywa decydującą rolę w funkcjonowaniu psychicznym człowieka. Jako forma wypełnienia czasu wolnego prowadzi nie tylko do regeneracji sił fizycznych, ale także do odprężenia i odnowienia sił psychicznych.

W czasie uprawiania sportu zwiększa się wydzielanie endorfin, czyli grupy hormonów powodujących dobre samopoczucie i zadowolenie z siebie oraz wywołujących stany euforyczne. Endorfiny tłumią odczuwanie drętwienia i bólu oraz hamują wydzielanie hormonów stresu, takich jak hormon adrenokortykotropowy czy kortykosteroidów.<sup>423</sup> Sport może więc prowadzić do poczucia uspokojenia i zadowolenia. Zadowolenie można traktować jako pozytywną odpowiedź emocjonalną na doświadczenia związane ze sportem, której charakterystycznym komponentem jest przyjemność oraz poczucie dobrej zabawy.<sup>424</sup> To

---

<sup>421</sup> Drabik J., op. cit., s. 111.

<sup>422</sup> Osiński W., Teoria..., op. cit., s. 212.

<sup>423</sup> Łuszczzyńska A., Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne, PWN, Warszawa 2011, s. 95.

<sup>424</sup> Ibid., s. 106.

właśnie sport uprawiany rekreacyjnie, bez nadmiernego reżimu treningowego i stresujących konfrontacji z przeciwnikiem jest źródłem największego zadowolenia. Można więc powiedzieć, że aktywność sportowa w ten właśnie sposób prowadzi do polepszenia nastroju.

Warunkiem dobrego nastroju jest niski poziom stresu. „Stan stresu wywołany w organizmie człowieka przez określoną trudność utrzymuje się zwykle dłużej niż trwa sama sytuacja trudna, która go wywołała, a jego następstwem może być szereg obciążeń „posytuacyjnych”.”<sup>425</sup> W interesie jednostki jest jak najszybsze rozładowanie sytuacji stresowej. Organizm może łatwiej się uporać ze stresem poprzez sport, ponieważ w toku aktywności fizycznej w różnych obszarach mózgu wrasta poziom norepinefryny, która reguluje hormon wydzielany podczas stresu, czyli ACTH.<sup>426</sup> Osoby trenujące jakąś dyscyplinę sportową, mają niższy poziom wydzielania hormonu stresu i szybciej na niego reagują. Szybciej także adaptują się do sytuacji stresowej. Sport rozwija nie tylko mięśnie, ale wzmacnia także psychicznie.

Wykazano także, że istnieją związki między aktywnością ruchową, a optymizmem. Osoby bardzo aktywne fizycznie okazały się bardziej optymistyczne, mniej lękliwe i bardziej przekonane o własnej skuteczności, niż osoby nieaktywne lub mało aktywne.<sup>427</sup> Nie do końca wiadomo, czy osoby uprawiające sport stają się bardziej optymistyczne, czy może optymiści częściej podejmują aktywność sportową (bo są mniej apatyczne i bardziej chętne do jakiegokolwiek działania). Wspomniane wcześniej zmiany hormonalne, dokonujące się pod wpływem tej aktywności, pozwalają jednak zakładać, że sportowcy to ludzie zadowoleni z siebie i wierzący we własny sukces.

Ćwiczenia fizyczne w istotny sposób wpływają także na obraz własnej osoby (szczególnie w zakresie obrazu ciała) oraz samooceny (głównie w zakresie poczucia kompetencji fizycznych).<sup>428</sup> Osoby osiągające sukcesy sportowe cechują się wysoką samooceną, wysokim poziomem zadowolenia ze swojej aktywności oraz wysokim poziomem wigoru<sup>429</sup>. W procesie wychowania fizycznego dzieci i młodzieży poprzez sport, niezwykle istotny jest więc odpowiedni dobór dyscypliny sportowej i poziomu zaawansowania. Niewłaściwy sport, zbyt częste i intensywne treningi, zbyt wysokie wymagania wiążące się z nieuchronną porażką mogą prowadzić do skutków zupełnie przeciwnych. Z kolei skuteczne

---

<sup>425</sup> Tomaszewski T., Człowiek i otoczenie (w:) Tomaszewski T. (red.) Psychologia, PWN, Warszawa 1975, s. 35.

<sup>426</sup> Łuszczynska A., op. cit., s. 93.

<sup>427</sup> Guskowska M., op. cit., s. 81.

<sup>428</sup> Ibid., s. 82.

<sup>429</sup> Jarvis M., Psychologia sportu, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2003, s. 27.

dostosowanie oferty sportowej do potrzeb i możliwości dzieci i młodzieży może poprawić nie tylko ich wyniki w zakresie szkolnego wychowania fizycznego, ale także w pozostałych sferach, ze względu na rolę sportu w procesach poznawczych.

W okresie środkowej adolescencji intensywne ćwiczenia fizyczne poprawiają giętkość poznawczą, pamięć operacyjną oraz zdolność utrzymywania uwagi na zadaniu.<sup>430</sup> Sport (i inna aktywność ruchowa) odgrywa także istotną rolę w spowalnianiu procesów starzenia się. „Regularne uprawianie aktywności fizycznej o umiarkowanej lub dużej intensywności jest czynnikiem chroniącym przed pogorszeniem funkcjonowania poznawczego, w tym pamięci i uczenia się. Wśród mechanizmów odpowiedzialnych za efekt ochronny wymienia się podwyższony poziom BDNF, a także zmniejszenie odkładania się beta-amyloidu”.<sup>431</sup> Aktywność fizyczna jest tutaj traktowana jako profilaktyka w chorobach otępiennych, w tym w chorobie Alzheimera.

Uprawianie sportu wiąże się także z koniecznością systematycznej pracy, wytrwałością, koncentracją na zadaniach czy też podporządkowaniem określonym regułom. Wszystko to jest podejmowane w jednym głównym celu, którym jest osiągnięcie zwycięstwa w sportowej rywalizacji. Nierzadko ten cel jest możliwy do realizacji tylko w toku wzajemnej współpracy (współdziałania w zespole sportowym pod okiem trenera). Podczas tej kooperacji w życie zostają wcielone mechanizmy socjalizacyjne i wychowawcze.

Sport w swej istocie opiera się o system zasad, których przestrzeganie podczas aktywności sportowej może się wydatnie przyczynić do rozwoju moralnego młodych ludzi. Zbigniew Krawczyk zauważył, że zasady moralne obowiązujące w sporcie są ściśle związane ze stanem moralności społeczeństwa jako całości. Dlatego też efekty wychowania moralnego do sportu i przez sport zależą głównie od edukacji moralnej w sensie globalnym.<sup>432</sup> Powstałe i rozwijane na gruncie sportu idee moralne sprowadza się do następujących kategorii etyki sportu: dzielność, honor, przyjemność, fair play.<sup>433</sup> Sukces sportowy wymaga więc od uczestników odpowiedzialności, samodyscypliny, konsekwencji, podporządkowania regułom, uczciwości i lojalności.

Jedną z najbardziej charakterystycznych cech sportu jest grupowa solidarność. „Każdy osobnik czuje się odpowiedzialny przed grupą i za grupę – grupa odpowiedzialna za każdego”.<sup>434</sup> Sprawność każdego człowieka jest warunkiem zwycięstwa całego zespołu. Grupa

---

<sup>430</sup> Łuszczynska A., op. cit., s. 118.

<sup>431</sup> Ibid., s. 117.

<sup>432</sup> Krawczyk Z., Sport w zmieniającym się społeczeństwie, AWF Józefa Piłsudskiego, Warszawa 2000, s. 53.

<sup>433</sup> Ibid., s. 54-59.

<sup>434</sup> Znaniecki F., Socjologia wychowania, PWN, Warszawa 2001, s. 444.

więc wymaga od swoich członków maksymalnego wysiłku i zaangażowania. Sportowe gry zespołowe oparte o międzygrupowe współzawodnictwo, tworzą świat sportowy, który jest swego rodzaju miniaturą, ale jednocześnie sublimacją świata społeczeństw ludzkich z jego antagonizmami, rywalizacją, walką, ale także solidarnością i współzawodnictwem.<sup>435</sup> Sport w ten sposób staje się miejscem działania ludzi w strukturze będącej odzwierciedleniem ogólnej struktury społecznej. Pozwala więc zaspokoić potrzebę afiliacji. Człowiek staje się członkiem grupy, która jest dla niego ważna, ale jednocześnie sam jest dla grupy niezbędny, bo bez niego grupa nie osiągnie zamierzonych celów.

Podsumowując, można powiedzieć, że aktywność sportowa może być czynnikiem stymulującym, adaptacyjnym, kompensacyjnym lub korekcyjnym w rozwoju człowieka<sup>436</sup> zarówno w jego fizycznej, psychicznej, jak i społecznej sferze. Sport może być więc środkiem oddziaływania na wszechstronny rozwój człowieka, zwłaszcza w okresie adolescencji.

---

<sup>435</sup> Krawczyk Z., *Natura, kultura – sport. Kontrowersje teoretyczne w Polsce*, PWN, Warszawa 1970, s. 239-300.

<sup>436</sup> Demel M., Skład A., *op. cit.*, s. 64.



## 4. Młodzież jako kategoria społeczna

Okres młodości, to czas w życiu człowieka, który jest związany z dynamicznymi zmianami biologicznymi, psychologicznymi i społecznymi. To okres, w którym ludzie wchodzą w nowe role społeczne oraz kształtują swoją tożsamość (co jest jednym z najważniejszych zadań rozwojowych tego okresu)<sup>437</sup>. Jest to też czas intensywnych poszukiwań własnego miejsca w świecie i prób zrozumienia, kim się naprawdę jest.

Młodość to okres życia, w którym człowiek szczególnie mocno odczuwa pragnienie niezależności i wolności. Równocześnie staje często przed wyzwaniem związanymi z presją oczekiwań społecznych, edukacyjnych oraz zawodowych. Istotną rolę w życiu młodych ludzi odgrywają grupy rówieśnicze, subkultury i nowe media. To one w dużej mierze kształtują upodobania, a tym samym wpływają na sposoby spędzania czasu wolnego.

W rozdziale tym spróbuję przybliżyć te zjawiska. Przedstawię więc najważniejsze zmiany rozwojowe okresu adolescencji oraz opiszę formy uczestnictwa młodzieży w życiu społecznym. Rozpocznę jednak od ustalenia tego, jak definiowana jest młodzież.

### 4.1. Pojęcie młodzieży

Od końca XIX wieku zaczęto wyróżniać, między dzieciństwem, a dorosłością, młodość, jako odrębną fazę w życiu człowieka. Stale rośnie też zainteresowanie tym okresem. Pojawia się coraz więcej opracowań i studiów poświęconych młodości w takich naukach, jak pedagogika, socjologia, psychologia, antropologia kulturowa, historia czy medycyna. Zainteresowanie to wydaje się jak najbardziej uzasadnione, ponieważ w ostatnich latach obserwujemy zauważalny wzrost roli młodego pokolenia w kształtowaniu rzeczywistości społecznej i kulturowej. To właśnie młode pokolenie odgrywa ważną rolę w podtrzymywaniu i rozwoju współczesnej kultury, zwłaszcza kultury popularnej. Młodzi ludzie są nie tylko odbiorcami gotowych treści kulturowych, ale w decydujący sposób na nie wpływają. Warto jednak zaznaczyć, że zjawiska te, pomimo swojego szerokiego i istotnego zasięgu, są stosunkowo młode.

Za prekursora naukowego podejścia do młodzieży uznaje się pozytywistę i twórcę terminu „socjologia”, Augusta Comte. Zajmował się on zagadnieniami ewolucji wiedzy. Twierdził, że faza pozytywna, czyli naukowa, stanowi najwyższe stadium jej rozwoju. Porównał on młodość do fazy przejściowej, metafizycznej w ewolucji wiedzy. Człowiek, który przechodzi od dzieciństwa do dorosłości, pokonuje podobną drogę do wiedzy, jaką człowiek

---

<sup>437</sup> Kłoskowski M., Poczucie tożsamości młodzieży dorastającej. Badania jakościowe, *Studia Psychologica Theoria et praxis*, nr 19, 2019, s. 20, DOI:10.21697/sp.2019.19.1.02, dostęp z dnia: 1.07.2024, godz. 20:24.

przechodzi od fazy teologicznej do „pozytywnej”. Comte twierdził, że „ostatecznie więc można uznać fazę metafizyczną za rodzaj chronicznej choroby, którą przejść musi w rozwoju umysłowym zarówno indywiduum jak i ogół; stanowi ona naturalne przejście od dzieciństwa do dorosłości”<sup>438</sup>. Zgodnie z tym założeniem, każdy z nas w dzieciństwie był teologiem, w młodości metafizykiem, by w dorosłości stać się fizykiem.

Młodości nie należy jednak postrzegać tylko jako pewnego dotkliwego i niedoskonałego stanu w procesie przeobrażania do postaci bardziej złożonej. Comte uznał, że młodzież nie jest tylko biernym obiektem socjalizacji, ale też istotnym czynnikiem zmian społecznych. Myśl tę znajdujemy w poglądzie Antoniny Kłoskowskiej, która twierdziła, że młodzież nie jest skazana wyłącznie na oddziaływania ze strony świata dorosłych, a młodość nie jest tylko okresem dotkliwych, ale przemijających napięć związanych z formowaniem społecznej tożsamości. Według niej, młodzież odgrywa także rolę ważnego czynnika w procesie historycznego rozwoju i kulturalnych przeobrażeń.<sup>439</sup> Ludzie, którzy wchodzą w okres młodości nie przejmują jedynie „kultury zastanej”, od dorosłych, ale kształtują ją, kontestując kulturę konserwatywnie nastwionej starszej generacji.

Wylaniają się tutaj dwa pojęcia, które wymagają dokładniejszego sprecyzowania. Pierwszym jest „młodzież”, a drugim „młodość”. Rozróżnienie to jest istotne chociażby z tego powodu, że w wielu językach nie ma tego rozgraniczenia i oba pojęcia określane są jednym zwrotem, np. w języku angielskim jest to słowo „youth”. Szukając znaczeniowej różnicy między tymi terminami można powiedzieć, że „młodzież jest traktowana jako społeczna kategoria obejmująca kilka kohort, grup wieku, konkretne jednostki młode w sensie chronologicznym i biologicznym, chociaż nie całkiem identyczne pod względem swoich cech społecznych”<sup>440</sup>, a młodość to abstrakcyjne pojęcie, konstrukcja obejmująca określone cechy podlegające społecznej waloryzacji.<sup>441</sup> Można więc przyjąć, że pierwsze pojęcie odnosi się do zbioru ludzi w określonym wieku, a drugie do stanu, w jakim się znajdują, lub fazy, jaką przeżywają.

Zarówno w pracach Kłoskowskiej, jak i niemieckiego socjologa Hartmuta M. Griese młodzież jest rozpatrywana w kategoriach społeczno-historycznych. To właśnie Griese, opisując młodzież, odwołuje się do głównych teorii socjologicznych. Wielokrotnie podkreślał on, że młodość nie jest wytworem natury, lecz fenomenem społeczno-kulturowym, który w

---

<sup>438</sup> Comte A., *Rozprawa o duchu filozofii pozytywnej*, De Agostini, Warszawa 2003, s. 28.

<sup>439</sup> Kłoskowska A., *Socjologia młodzieży. Przegląd koncepcji*, *Kultura i społeczeństwo*, 1987, nr 2, s. 20.

<sup>440</sup> *Ibid.*

<sup>441</sup> *Ibid.*

swoich formach zjawiskowych podporządkowany jest wymiarom historyczno-społecznym<sup>442</sup>. Społeczne uwarunkowania młodości wydają się być bezsprzeczne, jednak nie sposób w tych analizach pominąć dorobku psychologii społecznej, antropologii kulturowej czy wreszcie pedagogiki, a nawet refleksji filozoficznej.

Prekursorem naturalistycznego nurtu w badaniach nad młodzieżą był Stanley G. Hall, który spopularyzował pojęcie adolescencji. Twierdził on, że idealistyczna i optymistyczna młodość następuje po zmysłowym i materialistycznym dzieciństwie, a poprzedza realistyczną dorosłość oraz pesymistyczną i epistemologiczną starość<sup>443</sup>. Główna teza Halla zakładała, że fazy ontologicznego rozwoju stanowią (podobnie jak u Comte) powtórzenie historii naturalnej gatunku. Według niego adolescencja jest okresem „burzy i naporu”, czyli czasem trzech kluczowych aspektów: konfliktów z rodzicami, wahań nastroju i ryzykownych zachowań. Właśnie kryzys dojrzewania był postrzegany przez Halla jako uniwersalna cecha młodości.<sup>444</sup> Rozwój człowieka w tej koncepcji jest w znacznie większej mierze uwarunkowany wewnętrznymi procesami dojrzewania, niż wpływem rodziny, wychowania, społeczeństwa oraz kultury.

Definiowanie młodości jako swoistego etapu rozwojowego jest charakterystyczne dla badań psychologicznych, a dokładniej z zakresu psychologii rozwojowej. Idea uniwersalnych stadiów rozwoju występuje w teorii J. Piageta, tak ważnej dla nauk społecznych, i powraca w zmodyfikowanej postaci w teoriach L. Kohlberga i E. Eriksona.<sup>445</sup> W koncepcjach tych okres młodości jest definiowany jako poziom rozwoju poszczególnych cech osobowości (np. moralności, mowy, inteligencji, myślenia).

Jean Piaget dzielił proces rozwojowy na cztery fazy, a za podstawę przyporządkowania do jednej z nich przyjął rozwój funkcji poznawczych bądź procesów myślowych. To w czwartej fazie – operacji formalnych, rozpoczynającej się w 12 roku życia, dzieci zaczynają myśleć abstrakcyjnie. I właśnie w tym okresie rozpoczyna się młodość, czyli czas przystosowania się do świata dorosłych. Wejście w świat dorosłych jest możliwe dzięki rozwojowi myślenia hipotetyczno-dedukcyjnego oraz inteligencji formalnej. Procesy myślowe młodego człowieka stają się bardziej analityczne i są w większym stopniu przez niego kontrolowane. Według Lawrence’a Kohlberga właśnie te przeobrażenia w sferze poznawczej wpływają na rozumowanie moralne w okresie adolescencji. Około 13 roku życia, we wczesnej adolescencji,

---

<sup>442</sup> Griese H.M., Socjologiczne teorie młodzieży, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 1996, s. 19.

<sup>443</sup> Hall G.S., Adolescence; its Psychology and its Relations to Physiology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion and Education. Volume II, D. Appelton and Company, New York. London 1911, s. 50.

<sup>444</sup> Kłoskowska A., Socjologia młodzieży..., op. cit., s. 20-21.

<sup>445</sup> Ibid., s. 20.

myśl moralna staje się zdominowana przez troskę o dobro rodziny czy też społeczeństwa (wcześniej była regulowana głównie karami i nagrodami). Jest to tzw. poziom konwencjonalny rozwoju moralnego. Wraz z jego końcem, około 16 roku życia, rozpoczyna się okres postkonwencjonalny, w którym starsi, bardziej doświadczeni adolescenti opierają swe sądy już na wskazaniach własnego sumienia.<sup>446</sup> Zarówno Piaget, jak i Kohlberg zwracali uwagę na to, że osiągnięcie kolejnych faz rozwoju poznawczego i emocjonalnego jest sprawą indywidualną, jednak warto podkreślić, że obaj wskazywali 12-13 rok życia jako początek okresu młodości.

W podobny sposób okres ten rozumiał Erik H. Erikson. Twierdził on, że młodość jest fazą życia, którą można podzielić na dwa etapy. Pierwszy rozpoczyna się wraz z nadejściem pokwitania (około 13 roku życia), kiedy znana z dzieciństwa niezmiennosc i ciągłość zostaje zakwestionowana z powodu nagłego wzrostu ciała oraz osiągnięcia dojrzałości genitalnej.<sup>447</sup> Drugi etap rozpoczyna się po 16 roku życia, trwa około sześć lat i kończy się ukształtowaniem stabilnej struktury osobowości oraz mocnej tożsamości. Adolescencja w koncepcji Eriksona to okres, w którym jednostka poszukuje swej tożsamości. Aby to osiągnąć, dorastający wypróbują różne role, kształtują postawy i wartości, dokonują ważnych wyborów życiowych, rodzinnych i zawodowych. Młody człowiek poszukuje więc odpowiedzi na pytanie, kim jest i kim może być. Rozwój jest więc rozumiany jako wzajemne dostosowywanie się do siebie jednostki i środowiska. To dostosowanie będzie możliwe tylko wtedy, kiedy jednostka osiągnie odpowiedni poziom rozwoju emocjonalnego, poznawczego czy też moralnego.

Koncepcje te znajdują odzwierciedlenie we współczesnych badaniach psychologicznych dotyczących młodzieży.<sup>448</sup> Zauważa się w nich konieczność wyodrębniania dwóch faz, a umowna cezura oddzielająca wczesne i późne dorastanie przypada zwykle na 16 rok życia. „W pierwszym, wczesnym okresie adolescencji dominują zmiany o charakterze biologicznym, w drugim zaś – zmiany psychiczne, związane między innymi ze sferą afektywno-motywacyjną i poznawczą, oraz – w konsekwencji tych przemian psychicznych – zmiany w relacjach społecznych”<sup>449</sup>. W naukach psychologicznych okres ten najczęściej nazywa się dorastaniem, a w naukach medycznych dojrzewaniem (a sam początek tego okresu jest zwany pokwitaniem lub fazą pubertalną).

---

<sup>446</sup> Birch A., *Psychologia rozwojowa w zarysie*, PWN, Warszawa 2012, s. 220.

<sup>447</sup> Erikson E.H., *Tożsamość a cykl życia*, Zysk i S-ka, Poznań 2004, s. 84-85.

<sup>448</sup> Por. Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., *Psychologia rozwoju człowieka*, GWP, Sopot 2016, s. 246; Obuchowska I., *Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*, WSiP, Warszawa 1996, s. 9.

<sup>449</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., *Psychologia rozwoju człowieka*, GWP, Sopot 2016, s. 246.

Do takiego sposobu postrzegania okresu młodości sceptycznie podchodzi socjolog Griese, który uważa, że „modele fazowe (stopniowe) mogą opisywać procesy dojrzewania, wewnątrzustrojowe procesy rozwojowe w człowieku – młodzież natomiast jest produktem społecznym, rezultatem przemiany struktury ludzkiego współżycia. Teorie fazowe mówią też często o pokwitaniu (pubertacji) lub okresie dorastania (adolescencji), czym dowodzą swego ukierunkowania na biologiczne procesy dojrzewania i (częściowej) negacji czynników społeczno-kulturowych”<sup>450</sup>. Według niego teorie kresów, faz, stopni nie biorą pod uwagę charakterystyki społeczeństwa, ani uwarunkowań historycznych i kulturowych. „Młodzież nie jest przede wszystkim fazą wiekową czy produktem natury jak pokwitanie, lecz fenomenem społeczno-kulturowym, który w swoich przejawach przyporządkowany jest czynnikom historyczno-społecznym”<sup>451</sup>. Można więc powiedzieć, że młodzież w tym ujęciu jest rezultatem przemiany struktury ludzkiego współżycia.

Socjologiczne teorie nie lekceważą jednak w pełni uniwersalnych mechanizmów rozwoju ludzkiego, związanych z procesem dojrzewania. Znajdują one swoje odzwierciedlenie w licznych koncepcjach socjologicznych, w których młodość jest postrzegana jako faza rozwoju. Podstawą tych koncepcji są często badania antropologów kultury, którzy dowiedli, że młodość stanowi pewien etap w zdobywaniu statusu społecznego. Badania te podważyły jednak przywoływane wcześniej założenia G.S. Halla, które przedstawiały młodość jako uniwersalny okres „burzy i naporu”. Według jednej z przedstawicielek tego nurtu, Margaret Mead, konflikt pokoleń, dążenie do zmiany i negacja teraźniejszości, czyli zjawiska często przypisywane okresowi młodości, są charakterystyczne tylko dla tzw. zagadkowych dzieci kultur współczesnych, prefiguratywnych.<sup>452</sup> Wyróżnika dla młodości należy więc szukać nie w przemianach biologicznych, a społecznych. Zgodziła się z tym to A. Kłoskowska, która podkreśliła, że ceremonie inicjacyjne (rytuały przejścia) dotyczą jednostek niejednorodnych w sensie demograficznym. O przejściu na kolejny etap wtajemniczenia decydują głównie czynniki społeczne i symboliczne, a nie biologiczne. Dojrzewanie neurofizjologiczne stanowi jednak konieczny warunek ich skutecznego wpływu.<sup>453</sup> Można więc powiedzieć, że przechodzenie z jednej fazy do drugiej jest uwarunkowane czynnikami kulturowymi, ale jest także zależne od gotowości wyznaczonej przemianami fizjologicznymi.

---

<sup>450</sup> Griese H.M., op. cit., s. 20.

<sup>451</sup> Ibid., s. 19.

<sup>452</sup> Mead M., op. cit., s. 96-99.

<sup>453</sup> Kłoskowska A., Socjologia młodzieży..., op. cit., s. 21.

W społeczeństwach pierwotnych to właśnie rytuały przejścia wskazywały wyraźną granicę pomiędzy dzieciństwem, młodością i dorosłością. Współcześnie trudno wskazać tak wyraźne rozgraniczenia<sup>454</sup>. To nie jednostkowe wydarzenia, a cała lista zadań rozłożona na kilka lub nawet kilkanaście lat decyduje o osiągnięciu dorosłości. Można więc zauważyć, że dorosłość oddaliła się w czasie wskutek wydłużenia młodości. „Wytworzyła się przestrzeń między dzieciństwem a dorosłością - przyczyniło się do tego upowszechnienie szkolnictwa; szkoła wytworzyła odrębny etap życiowy – etap młodzieżowy. Wytworzyła się nowa kategoria wiekowa – wiek młodzieńczy, nowa przestrzeń: młodzieżowa”<sup>455</sup>. Nastąpiło oderwanie wieku biologicznego od wieku społecznego, ponieważ wydłużył się czas przygotowania młodego pokolenia do wejścia w dorosłe społeczeństwo. Sam fakt wyróżniania w danych społeczeństwach okresu młodości jest uzależniony od tego, jakie zadania są stawiane przed kandydatami na pełnoprawnych jego członków. Im zadania te są bardziej trudne i złożone, tym dłuższy czas jest potrzebny na ich realizację i tym samym większa potrzeba wyodrębnienia okresu młodości.

Współcześnie, w kulturach zachodnich, przed ludźmi młodymi stawia się zadania, których osiągnięcie jest warunkiem przejścia do kolejnego stadium, jakim jest dorosłość. Robert Havighurst twierdził, że okres młodości to czas, który powinien prowadzić do: osiągnięcia nowych i bardziej dojrzałych związków z rówieśnikami obojga płci; opanowania społecznej roli związanej z płcią; zaakceptowania swej fizyczności oraz efektywnego korzystania z własnego ciała; osiągnięcia emocjonalnej niezależności od rodziców i innych dorosłych; osiągnięcia bezpieczeństwa i niezależności ekonomicznej; wyboru i przygotowania się do zawodu; przygotowania się do małżeństwa i życia rodzinnego; rozwinięcia się sprawności intelektualnych i pojęć niezbędnych dla kompetencji obywatelskiej; opanowania społecznie pożądanego zachowania oraz nabycia odpowiedniego zbioru wartości i systemu etycznego.<sup>456</sup> Zadania te można podzielić na cztery kategorie. Pierwsza dotyczy odkrywania i zaakceptowania własnej płciowości, druga ma wymiar społeczny i wiąże się z uzyskaniem emocjonalnej niezależności od rodziców i innych opiekunów, trzecia związana jest ze zdobywaniem zawodu i niezależności ekonomicznej, a czwarta z przygotowaniem do szeroko

---

<sup>454</sup> W społeczeństwach cywilizowanych niekiedy rolę rytuałów przejścia decydujących o dojrzałości przypisuje się niektórym wydarzeniom np. maturze czy bierzmowaniu. Por. Obuchowska I., *Adolescencja* (w:) Trempała J., Harwas-Napierała, *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, PWN, Warszawa 2009, s. 165.

<sup>455</sup> Filipiak M., *Młodość – próba definicji* (w:) *Psychologiczne i społeczne dylematy młodzieży XXI wieku*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2009, s. 16.

<sup>456</sup> Brzezińska A., *Spoleczna psychologia rozwoju*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2014, s. 234.

rozumianego życia społecznego i posługiwaniem się dojrzałym systemem wartości i norm etycznych.<sup>457</sup> Irena Obuchowska zauważyła, że są to właściwie dwie zdolności istotne dla dalszego rozwoju. Pierwsza, to zdolność do dawania nowego życia, a druga, to zdolność do samodzielnego kształtowania własnego życia.<sup>458</sup> Pierwsze z zadań przypisała głównie pokwitaniu, a drugie późniejszym latom adolescencji, zwanej przez nią wiekiem młodzieńczym.

Zadania rozwojowe okresu młodości są uwarunkowane zarówno wewnątrznie, popędami i potrzebami, jak i zewnątrznie, naciskami otoczenia. Treść zadań wiąże się z tym, jakim przemianom podlega organizm – obszar „soma”; jakim przemianom podlega otoczenie i środowisko zewnętrzne – obszar „polis” oraz z jakimi kompetencjami człowiek opuszcza poprzednie etapy i jakie są jego zasoby w radzeniu sobie w różnych sytuacjach życiowych – obszar „psyche”.<sup>459</sup> Realizacja zadań przewidzianych dla okresu młodości umożliwia podjęcie nowych wyzwań, takich jak rozpoczęcie życia z partnerem, wejście w rolę małżonka i rodzica, rozpoczęcie kariery zawodowej, usamodzielnienie się ekonomiczne i prowadzenie domu, czyli zadań przypisywanych kolejnemu etapowi w życiu człowieka, jakim jest dorosłość.

Można więc powiedzieć, że człowiek w okresie dorastania podlega pewnej presji wynikającej ze zmian związanych z dojrzewaniem organizmu oraz z oczekiwań społecznych formułowanych przez rodzinę, środowisko rówieśnicze czy też sąsiedzkie.

Niezależnie od tego, czy na młodość spojrzemy z perspektywy fizjologicznej i zmian w budowie i czynnościach ciała; czy psychologicznej i procesów emocjonalnych oraz poznawczych; socjologicznej i procesów społecznego dojrzewania; czy wreszcie z punktu widzenia antropologicznego porównania w różnych kulturach, to prawie zawsze młodości można nadać miano okresu w życiu człowieka datowanego między dzieciństwem, a dorosłością.

Młodzież można też rozpatrywać jako kategorię społeczną, jako wielką grupę społeczną oraz rozpatrywać w kategoriach pokolenia.<sup>460</sup> W pierwszym przypadku najbardziej oczywistym wydaje się być wyodrębnianie tego etapu życia na podstawie kryterium wieku. Za początek tego okresu można przyjąć rok życia, w którym pojawiają się zmiany natury anatomiczno-fizjologicznej zachodzące w organizmie. Jest to zwykle 12 rok życia. Koniec tego okresu wiąże

---

<sup>457</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 249-250.

<sup>458</sup> Obuchowska I., *Adolescencja* (w:) Trempała J., Harwas-Napierała, *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, PWN, Warszawa 2009, s. 166.

<sup>459</sup> Brzezińska A., *Spółeczna psychologia rozwoju*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2014, s. 228.

<sup>460</sup> Hajduk B., *Socjalizacja studentów*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2003, s. 73.

się, jak już wcześniej wspomniano, ze zdolnością do samodzielnego kształtowania własnego życia. Można tutaj wskazać na wiek ukończenia szkoły ponadpodstawowej, czyli 19 rok życia lub na lata późniejsze w przypadku osób podejmujących studia, poszukujących pracy i/lub pozostających w zależności ekonomicznej od swoich rodziców. Często się tu wskazuje nawet 30-35 rok życia.<sup>461</sup> Młodzież, to bez wątpienia także grupa społeczna. W młodzieżowych grupach rówieśniczych rozwijają się specyficzne zachowania, postawy i formy świadomości, a także względnie jednolity system norm i wartości. Młodzi ludzie posługują się zrozumiałym tylko dla siebie językiem, odróżniają się ubiorem, mają wspólnych idoli, słuchają charakterystycznej dla siebie muzyki oraz spędzają czas wolny w specyficzny dla siebie sposób. Te systemy norm i wartości oraz inne cechy charakterystyczne młodzieży mogą zostać ukształtowane wskutek pewnych istotnych, wspólnych doświadczeń. Mogą to być wydarzenia, które prowadzą do rozwinięcia świadomości przynależności do wspólnoty i solidarności. Mówimy wtedy o pokoleniu. „Za pokolenie uważa się sumę wszystkich należących do danego kręgu kulturowego osób w mniej więcej równym wieku, które na podstawie wspólnej sytuacji społeczno-historycznej wykazują podobieństwo postaw, motywacji, nastawień i systemów wartości”.<sup>462</sup> Wilhelm Dithley uważał, że to właśnie znaczące wydarzenia historyczne, a nie wiek w sensie chronologicznym są podstawą przynależności do danego pokolenia.<sup>463</sup> Współczesną młodzież można określić jako pokolenie, które doświadczyło przeobrażeń społeczno-ekonomiczno-politycznych ostatnich 30 lat. Jest to pokolenie, które zaznało wolności, skutków wczesnego kapitalizmu, strukturalnego bezrobocia, ale też konsumpcjonizmu.

Podsumowując można powiedzieć, że młodość, to okres w życiu człowieka pomiędzy dzieciństwem, a dorosłością, rozpoczynający się wraz z początkiem dojrzewania płciowego, wypełniony społecznie wyznaczonymi zadaniami przygotowania do zdobycia odpowiedniego zawodu, osiągnięcia samodzielności ekonomicznej oraz założenia rodziny, a kończący się wraz realizacją tych zadań i osiągnięciem gotowości do samodzielnego kształtowania własnego życia.

---

<sup>461</sup> Por. Hajduk B., *Socjalizacja studentów*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2003, s. 73; Filipiak M., *Młodzież – próba definicji (w:) Psychologiczne i społeczne dylematy młodzieży XXI wieku*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2009, s. 16.

<sup>462</sup> Griese H.M., op. cit., s. 80.

<sup>463</sup> Kłoskowska A., *Socjologia młodzieży...*, op. cit., s. 26.



## 4.2. Zmiany rozwojowe w okresie adolescencji

Młodość jest jednym z kilku podstawowych okresów w życiu człowieka. Jak już powiedziano, stanowi swoisty pomost pomiędzy dzieciństwem, a dorosłością. W ciągu około 10 lat dziecko staje się człowiekiem dorosłym. Nietrudno dostrzec, że okres ten musi wiązać się z licznymi, często burzliwymi, zmianami. Aby określić bliżej te przeobrażenia, należy sprecyzować czym jest rozwój i jak należy rozumieć samą zmianę.

Jak piszą Anna Brzezińska, Karolina Appelt i Beata Ziółkowska „podstawowe prawo rozwoju to przechodzenie od stanów jednorodności do różnorodności oraz od niedoskonałości i chaosu do uporządkowania i integracji”<sup>464</sup>. Oczywiście, nie jest tak, że dzieciństwo jest jednorodne, niedoskonałe i chaotyczne, a dorosłość jego przeciwieństwem. Zgodnie z założeniami teorii rozwoju człowieka w ciągu życia (life-span developmental) rozwój jest procesem, który potencjalnie przebiega przez całe życie człowieka, od urodzenia, aż do śmierci. Człowiek wchodzący w okres życia zwany młodością jest już na pewnym etapie rozwoju, a zmiany, które dokonały się w poprzednich okresach mają istotny wpływ na to, jak będzie przebiegała adolescencja, podobnie jak zmiany w samym okresie adolescencji będą warunkowały dalsze etapy życia człowieka.

Termin „zmiana” i „rozwój” często bywają używane zamiennie, a pojęcie rozwoju jest utożsamiane z progresem.<sup>465</sup> Oczywiście, nie każda pojedyncza zmiana świadczy o rozwoju, ale żadnej ze zmian nie można lekceważyć, ponieważ może ona być pierwszą w ciągu przekształceń dokonującym się w ramach procesu rozwojowego. Aby jakąś zmianę uznać za zmianę rozwojową, musi ona być względnie długotrwała i musi być elementem jakiegoś ciągu zmian, a ciąg ten powinien mieć charakter jednokierunkowy i otwarty.<sup>466</sup> Ciąg zmian powinien tworzyć uporządkowaną w czasie sekwencję. Zmiany powinny dotyczyć wewnętrznej struktury obiektu i być względnie nieodwracalne. Wreszcie kluczowe przyczyny tych zmian powinny tkwić w samym obiekcie, a czynniki zewnętrzne mogą tę zmianę podtrzymywać, przyspieszać bądź opóźniać, ale nie inicjować.<sup>467</sup> Zmiany te dotyczą wielu aspektów funkcjonowania człowieka. Dotyczą zachowania w różnych sytuacjach, funkcjonowania w różnych obszarach, sposobu postrzegania i oceniania otaczającego go świata i samego siebie, odnoszą się do zmian w relacjach z innymi ludźmi, a także zmian w sprawności fizycznej i powierzchowności.<sup>468</sup>

---

<sup>464</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 43.

<sup>465</sup> Ibid., s. 38.

<sup>466</sup> Peret-Drażewska P., Specyfika rozwojowa okresu adolescencji. Implikacje dla praktyki wychowawczej, *Roczniki Pedagogiczne*, nr 13, 2021, DOI:10.18290/rped21134.7, dostęp z dnia: 21.07.2024, godz. 18:41.

<sup>467</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 41-42.

<sup>468</sup> Brzezińska A., *Spoleczna psychologia rozwoju*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2014, s. 19.

Najogólniej można powiedzieć, że zmiany w okresie adolescencji dotyczą całej sekwencji przeobrażeń zmierzających do ukształtowania bardziej złożonej i stabilnej jednostki gotowej podolać wyzwaniom stawianym przed nią w następnym w następnym okresie życia, w dorosłości.

Warto jednak podkreślić, że następujące w ciągu życia zmiany rozwojowe można ująć w trzech kategoriach. Wyróżniamy:

1. Zmiany powszechne (uniwersalne). Są to zmiany wspólne dla każdego przedstawiciela gatunku i związane ze szczególnymi okresami życia. Odnoszą się do każdego człowieka w grupie wiekowej. Są uwarunkowane zegarem biologicznym.
2. Zmiany wspólne. Są to zmiany już nie tak uniwersalne jak w przypadku pierwszej kategorii, właściwe tylko członkom poszczególnych podgrup. Są to zmiany charakterystyczna dla danej kultury lub tylko dla danego pokolenia.
3. Zmiany indywidualne. Są to zmiany wynikające z niepowtarzalnych przeżyć osobistych.<sup>469</sup>

Badania rozwoju człowieka powinny uwzględniać wszystkie rodzaje zmian, ponieważ dopiero uwzględnienie wszystkich trzech kategorii zmian pozwala odpowiedzieć na pytanie, od czego zależy przebieg i skutek rozwoju w danym okresie. Badaniami takimi zajmuje się psychologia rozwoju człowieka. Spośród wielu koncepcji warto przybliżyć propozycję Anny Brzezińskiej, która uważa, że funkcjonowanie każdego człowieka możemy opisywać i analizować przez pryzmat zjawisk zachodzących w obszarze biologicznym (soma), psychicznym (psyche) i społecznym (polis)<sup>470</sup>. Zmiany w tych trzech aspektach stanowią podstawę w procesie formowania tożsamości (więcej o tym w kolejnej części pracy). Zmiany w zakresie poszczególnych obszarów oczywiście są ze sobą powiązane, ale na potrzeby analizy rozwoju w okresie adolescencji warto przyjrzeć się każdej z tych sfer osobno.

Okres dorastania charakteryzuje się intensywnymi zmianami fizycznymi organizmu. Najważniejszym zadaniem z zakresu rozwoju biologicznego (soma) jest osiągnięcie dojrzałości płciowej. Okres ten rozpoczyna się (jak już wcześniej zostało wspomniane) pokwitaniem.<sup>471</sup> Trudno jednoznacznie wskazać początek tego procesu, jednak warto zaznaczyć, że jest to

---

<sup>469</sup> Por. Brzezińska A., *Spoleczna psychologia rozwoju*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2014, s. 20-30; Bee H., *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 1998, s. 3-6.

<sup>470</sup> Por. Brzezińska A., Appelt K., Ziolkowska B., *Psychologia rozwoju człowieka*, GWP, Sopot 2016, s. 253-260; Bardziejewska M., *Okres dorastania. Jak rozpoznać potencjał nastolatków?* (w:) Brzezińska A., *Psychologiczne portrety człowieka. Praktyczna psychologia rozwojowa*, GWP, Gdańsk 2005, s. 348-365.

<sup>471</sup> Oleszkowicz A., Senejko A., *Dorastanie* (w:) Trempała J., *Psychologia rozwoju człowieka*, PWN, Warszawa 2017, s. 259.

początek stopniowego przekształcania się ciała dziecka w ciało osoby dorosłej. Decydującą rolę odgrywają tu hormony. To właśnie zintensyfikowanie gospodarki hormonalnej młodego organizmu powoduje, że symptomy dojrzewania pojawiają się nagle. Młody człowiek przez tę gwałtowność traci kontrolę nad swoim ciałem, które staje się dla niego obce i często trudne do zaakceptowania.<sup>472</sup> Hormony decydują o wzroście i innych zmianach fizycznych w okresie dojrzewania. Szczególne znaczenie ma tutaj aktywność neurohormonalna na linii podwzgórze-przysadka-gonady.<sup>473</sup> Hormony, oczywiście, wpływają na organizm człowieka też w innych okresach życia, ale w okresie adolescencji wpływ ten jest szczególnie burzliwy. W procesie dojrzewania podwzgórze przekazuje sygnały przysadce, która zaczyna wydzielać zwiększone ilości hormonów gonadotropowych, te z kolei stymulują rozwój gruczołów jąder i jajników, które zaczynają wydzielać więcej hormonów – testosteronu u chłopców i pewnej formy estrogeny (estradiolu) u dziewcząt.<sup>474</sup> W tym samym czasie działają też trzy inne hormony: androgen nadnerczowy, hormon stymulujący wydzielanie tyroksyny oraz hormon wzrostu.<sup>475</sup> Hormony te wchodzi w reakcję z hormonami płciowymi i rozpoczyna się proces, który czasami nazywany jest „burzą hormonalną”. Działanie hormonów ma wpływ na budowę ciała. Wpływa na budowę mięśni, kości, tkanki tłuszczowej, narządów płciowych i innych organów.

Zmiany rozpoczynają się od rozwoju pierwszorzędowych cech płciowych. Nie są one aż tak widoczne, ponieważ dotyczą układów i narządów znajdujących się wewnątrz ciała (jajowody, macica, jajniki, gruczoł krokowy, nasieniowody) oraz niewidocznych „na pierwszy rzut oka” (piersi, srom, członek, jądra). Następnie dochodzi do rozwoju drugorzędowych cech płciowych, które są dostępne obserwacji i samoobserwacji. Może to być rozwój piersi u dziewcząt, mutacja lub pojawienie się zarostu u chłopców, a także pojawienie się owłosienia łonowego u obu płci.<sup>476</sup> Ma to istotne znaczenie, ponieważ ciało jest ważnym obszarem samooceny. Nie wszyscy w tym okresie życia zdążą przyzwycząić się do zmian i zaakceptować swoje ciało. Sytuację komplikuje fakt, iż rozwój przebiega bardzo nierówno. Chodzi tu zarówno o różnice między płciami (dziewczeta dojrzewają zwykle szybciej), jak i pomiędzy poszczególnymi osobnikami tej samej płci. Także poszczególne części ciała młodego człowieka osiągają swoje dorosłe rozmiary i funkcje nierówno, co powoduje, że ciało nastolatka wydaje się niezgrabne i nieskoordynowane.

---

<sup>472</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 253.

<sup>473</sup> Oleszkowicz A., Senejko A., op. cit., s. 259.

<sup>474</sup> Bee H., Psychologia rozwoju człowieka, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 1998, s. 328.

<sup>475</sup> Ibid.

<sup>476</sup> Por. Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., Psychologia rozwoju człowieka, GWP, Sopot 2016, s. 253-254; Turner S.J., Helms B.D., Rozwój człowieka, WSiP S.A., Warszawa 1999, s. 343-344.

Człowiek w okresie adolescencji staje się wyższy. Jest to najbardziej widoczna zmiana. Najszybciej rozmiary zyskują stopy, nogi i ręce. Najwolniej tułów. Zmianie ulega także kształt czaszki. Jest to widoczne zwłaszcza u chłopców, których szczęki stają się bardziej kanciaste i kościste.<sup>477</sup> Chłopcy zyskują na sile wskutek przyrostu masy mięśniowej, z kolei u dziewcząt obserwowalny jest przyrost tkanki tłuszczowej. „A zatem, w trakcie i po zakończeniu dojrzewania fizycznego proporcjonalna ilość tłuszczu u dziewcząt rośnie, u chłopców maleje, a proporcje masy mięśniowej wzrastają u chłopców, natomiast maleją u dziewcząt.”<sup>478</sup> Można więc powiedzieć, że powiększają się widoczne różnice pomiędzy płciami. Do istotnych zmian w organizmie można także zaliczyć też wzrost wielkości płuc i serca wpływający na szybkość i wytrzymałość (głównie chłopców). Po okresie dojrzewania chłopcy są zdecydowanie silniejsi, wytrzymalsi i szybsi od swoich rówieśniczek.

W okresie tym chłopcy charakteryzują się dużą potrzebą aktywności fizycznej, często będącej wyrazem sublimacji popędu seksualnego<sup>479</sup>. Rozwój fizyczny prowadzi do nadwyżki energetycznej, a zatem naturalnej potrzeby ruchu w celu wyładowania jej. Nagromadzoną energię można ukierunkować na sport, jednak z wielką dbałością o to, aby nie przeciążać określonych partii kośćca i grup mięśniowych (szczególnie, gdy młody człowiek zajmuje się jedną dyscypliną sportu).

Najważniejsze z opisywanych zmian mają miejsce w pierwszej części tego okresu życia. „Celem wczesnej fazy dorastania, zwanej pokwitaniem, jest uzyskanie dojrzałości płciowej, a co za tym idzie zdolności do dawania nowego życia. Człowiek staje się dorosłym pod względem fizycznym po to, by w kolejnej fazie późnego dorastania móc stać się dorosłym w sensie psychicznym i społecznym.”<sup>480</sup>

Drugi obszar zmian w okresie młodości, to obszar związany z rozwojem psychicznym (psyche). Postęp w tym zakresie ujawnia się przede wszystkim w sferze poznawczej (w sposobie myślenia) i afektywnej (w sposobie przeżywania).<sup>481</sup> Młodzi ludzie zaczynają w zupełnie inny sposób postrzegać świat, inaczej oceniają sytuacje i wydarzenia oraz w inny sposób się zachowują.

Mariola Bardziejewska zauważa, że funkcjonowanie emocjonalne nastolatka charakteryzuje: labilność emocjonalna i wahania nastroju; zbyt emocjonalne reagowanie na

---

<sup>477</sup> Bee H., op. cit., s. 330.

<sup>478</sup> Ibid., s. 331.

<sup>479</sup> Becelewska D., Repetytorium z rozwoju człowieka, Kolegium Karkonoskie, Jelenia Góra 2006, s. 2002.

<sup>480</sup> Bardziejewska M., Okres dorastania. Jak rozpoznać potencjał nastolatków? (w:) Brzezińska A., Psychologiczne portrety człowieka. Praktyczna psychologia rozwojowa, GWP, Gdańsk 2005, s. 355.

<sup>481</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 257.

różne sytuacje; buntowanie się przeciw zasadom i zastanej sytuacji; megalomania i egocentryzm afektywny; negacja; konflikty z rodzicami oraz uleganie naciskom ze strony grupy rówieśniczej.<sup>482</sup> Emocje młodego człowieka cechują się dużymi dysproporcjami pomiędzy tym, jak nastolatek reaguje, a tym, jakie jest rzeczywiste znaczenie pewnych sytuacji. Takie nadmiernie emocjonalne podejście do wielu spraw, połączone z labilnością, prowadzi do licznych nieporozumień między nastolatkami, a ich rodzicami.

Piaget twierdził, że w okresie dorastania młody człowiek osiąga w myśleniu stadium operacji formalnych.<sup>483</sup> Nastolatek jest już zdolny do myślenia oderwanego od rzeczywistości oraz do myślenia hipotetyczno-dedukcyjnego. M. Bardziejewska podkreśliła, że młody człowiek jest także zdolny do: myślenia refleksyjnego, czyli do przewidywania konsekwencji swoich działań; planowania i tworzenia abstrakcyjnych teorii; poszukiwania rozwiązań problemów w sposób systematyczny i metodyczny; zastąpienia początkowego egocentryzmu możliwością przejmowania perspektywy innych ludzi. Nastolatek wyraża także zainteresowanie problemami oderwanymi od codziennych sytuacji, a jego funkcjonowanie poznawcze cechuje pryncypializm, autorytaryzm, egocentryzm oraz idealizowanie. U wielu młodych ludzi można zaobserwować też nieadekwatne (zawyżone lub zaniżone) poczucie własnej wartości.<sup>484</sup> Nowe możliwości w zakresie myślenia pozwalają nastolatkowi na realizację zadań rozwojowych przypisanych młodości. Młody człowiek może sobie wyobrazić przyszłość i swoją rolę jako pracownika, małżonka czy też rodzica. Dzięki nowym aspektom myślenia, młody człowiek może zaplanować swoją karierę edukacyjną i zawodową.

Nie wszystkie nastolatki stosują myślenie na poziomie operacji formalnych. Hellen Bee uważa, że większość z nas jest zdolna do tego sposobu myślenia, ale nie wszyscy z niego korzystają. Niewiele naszych codziennych wyzwań wymaga stosowania takiego myślenia. Najczęściej ludzie radzą sobie stosując najprostsze strategie radzenia sobie z problemami (np. rozumowanie indukcyjne). Konieczne jest więc trenowanie tego sposobu myślenia w różnych sferach życia. Nastolatki i dorośli mają zdolność do logiki formalnej, ale tylko ci, którym życie stawia wysokie wymagania, rzeczywiście je wykorzystują.<sup>485</sup> Fakt ten może być istotny dla wszystkich, którzy mają wpływ na rozwój myślenia młodego pokolenia np. rodziców i nauczycieli.

---

<sup>482</sup> Bardziejewska M., op. cit., s. 356.

<sup>483</sup> Bee H., op. cit., s. 344.

<sup>484</sup> Bardziejewska M., op. cit., s. 356.

<sup>485</sup> Bee H., Psychologia rozwoju człowieka, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 1998, s. 348.

Ostatni obszar zmian zaproponowany przez Annę Brzezińską dotyczy sfery społecznej (polis). „Jedną z charakterystycznych cech tego okresu jest fakt, iż dorastający człowiek zaczyna uważać się za równego dorosłym oraz oceniać ich przez pryzmat tej równości i całkowitej wzajemności. W konsekwencji nastolatek odczuwa coraz większe pragnienie wolności i prawa do przejęcia kontroli nad własnym życiem.”<sup>486</sup> Prowadzi to do realizacji jednego z najważniejszych zadań rozwojowych tego okresu – osiągnięcia niezależności od rodziców.

Oczywiście, dla nastolatków związki z rodzicami nadal są istotne. Jakość tych związków jest jednak uzależniona od tego, na ile relacje między dziećmi a rodzicami zaspokajały potrzeby obu stron w okresie poprzedzającym dorastanie.<sup>487</sup> Im lepiej rodzice porozumiewali się ze swoimi dziećmi w okresie dzieciństwa, tym większa szansa na to, że teraz pojawiające się konflikty (zwykle związane z obowiązkami domowymi, ubiorem, osiągnięciami szkolnymi) okażą się niegroźnymi nieporozumieniami. Wbrew obiegowym opiniom, okres dorastania nie musi wiązać się z buntem i burzliwymi konfliktami na linii dziecko-rodzic. Pojawiające się jednak konflikty mogą być pozytywne, ponieważ prowadzą indywidualizacji i separacji.<sup>488</sup> Tymczasowe napięcia i zwiększenie dystansu prowadzi do autonomii i uniezależnienia się młodego człowieka od rodziców. Wraz z rozwojem rozumowania moralnego i postępującą stabilizacją emocjonalną, młody człowiek powraca do wartości przekazywanych mu przez rodziców, a ich relacje stają się bardziej stabilne. Ta stabilizacja związków rodzinnych jest możliwa też dzięki temu, że wskutek uniezależnienia się nastolatków od swoich rodziców, nie ingerują oni wzajemnie (tak jak wcześniej) w swoje sprawy. Podobne mechanizmy regulują relacje z innymi dorosłymi, w tym z nauczycielami.

Wraz ze zmianą więzi w rodzinie, następuje istotny wzrost roli grupy rówieśniczej w życiu młodych ludzi. Szczególnie istotne stają się procesy związane z identyfikacją z grupą. „W adolescencji opisywanie innych i siebie jako członka jednej lub kilku grup rówieśniczych pomaga ukształtować i wzmocnić tożsamość.”<sup>489</sup> Jeżeli młody człowiek uzna jakąś grupę za atrakcyjną lub ważną z jakiegoś powodu, to grupa ta może w znaczący sposób wpływać na jego zachowanie. Wpływ takiej grupy na rozwój młodego człowieka jest widoczny zwłaszcza w pierwszej części okresu adolescencji. Młodzi ludzie łatwo przejmują wtedy poglądy, style spędzania czasu wolnego czy też rodzaj ubioru pozostałych członków grupy (zwłaszcza jej

---

<sup>486</sup> Oleszkowicz A., Senejko A., op. cit., s. 277.

<sup>487</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 258.

<sup>488</sup> Bardziejewska M., op. cit., s. 363.

<sup>489</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 262.

liderów). Oprócz tego, że grupa dostarcza pewnych wzorów zachowań oraz przekazuje informacje na temat preferowanych wartości, to zaspokaja też istotne potrzeby, takie, jak potrzeba przynależności, bezpieczeństwa, wrażeń czy też własnej wartości.<sup>490</sup> W grupie rówieśniczej młody człowiek może współdziałać z osobami podobnymi do niego, może poczuć, że głoszone przez niego poglądy są ważne i rozumiane. To właśnie w grupie rówieśniczej może zbudować swoje poczucie pewności siebie, które zostało podważone szybkimi przemianami wynikającymi z burzy hormonalnej.

Grupa rówieśnicza pełni jeszcze jedną ważną rolę. Wśród rówieśników młody człowiek przygotowuje się do dorosłego życia. W grupie tej może odrzucić wyuczone i akceptowane wzory rodzinne na rzecz przyjęcia zasad odpowiadających organizacji życia w społeczeństwie.<sup>491</sup> W grupach rówieśniczych młodzi ludzie mają okazję do bardziej złożonych interakcji społecznych. Grupa rówieśnicza z jednej strony jest miejscem bezpiecznym, podobnym do rodziny, a z drugiej przybliża młodemu człowiekowi reguły funkcjonowania społecznego. To w grupie młodzież uczy się zdobywać pozycję społeczną, zawiera sojusze, nawiązuje przyjaźnie, które są podstawą bardziej zaangażowanych związków, w tym także zawieranych w późniejszym okresie związków intymnych.

W pierwszym okresie adolescencji grupy rówieśnicze mają charakter klik. Są to grupy charakteryzujące się dużą spójnością. Tworzy je zwykle kilka osób tej samej płci. Z czasem jednorodne pod względem płci kliki łączą się heterogeniczne paczki, by po pewnym czasie ulec ponownej transformacji. W późniejszym okresie adolescencji paczki tworzone są przez kilka luźno związanych ze sobą diad.<sup>492</sup> W ten właśnie sposób młodzi ludzie przygotowują się do indywidualnych relacji z płcią przeciwną. Adolescenci wchodzą w bardziej zaangażowane związki intymne.

Nie wszyscy młodzi ludzie i nie w każdym momencie adolescencji znajdują oparcie w grupie rówieśniczej. Elizabeth Hurlock twierdziła, że „na początku okresu dojrzewania następuje zmiana w postawach społecznych, spadek zainteresowań aktywnością grupy i tendencja do preferowania samotności”<sup>493</sup>. Młody człowiek wchodzi w „fazę negacji” - kontestuje otaczającą go rzeczywistość społeczną. Hurlock uważała, że jest to swoista przerwa w okresie socjalizacji.<sup>494</sup> Nie ma ona jednak negatywnych skutków, ponieważ nie trwa zbyt długo. Nastolatki wykazują zachowania antyspołeczne głównie w okresie pubertalnym.

---

<sup>490</sup> Oleszkowicz A., Senejko A., op. cit., s. 279.

<sup>491</sup> Bardziejewska M., op. cit., s. 361.

<sup>492</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 262.

<sup>493</sup> Hurlock E.B., *Rozwój dziecka*, PWN, Warszawa 1960, s. 475.

<sup>494</sup> Ibid.

Doskonale wiedzą wtedy, czego oczekuje od nich społeczeństwo, ale świadomie się tym oczekiwaniami przeciwstawiają. Z jednej strony to oddalenie społeczne jest wyrazem bezsilności, a w konsekwencji buntu wobec szybkich zmian fizycznych i hormonalnych zachodzących w organizmach młodych ludzi oraz zwiększonych oczekiwań ze strony społeczeństwa (w tym rodziców). Z drugiej strony można się w tym dopatrywać realizacji charakterystycznych dla młodości potrzeb. „W okresie dorastania silnie zaznacza się rozwojowa potrzeba niezależności i kontrolowanej separacji od świata zewnętrznego.”<sup>495</sup> Można powiedzieć, że młody człowiek odczuwa potrzebę samotności. Czas spędzony z samym sobą może być poświęcony na autoanalizę oraz na takie czynności, jak: uczenie się, myślenie, wprowadzanie innowacji, twórczość artystyczna, pogłębianie wiary czy też na relaks.<sup>496</sup> Potrzeby samotności nie należy jednak mylić z osamotnieniem, które jest zjawiskiem negatywnym i oznacza pustkę i tęsknotę za bliskością fizyczną i psychiczną z innymi osobami.

Zmiany w każdym z trzech obszarów (soma, psyche, polis) prowadzą do ukształtowania dorosłej osoby. W okresie adolescencji są jednak specyficzne, ponieważ u nastolatków stosunkowo późno rozwijają się kompetencje poznawcze, które pozwoliłyby rozumieć zmiany zachodzące w organizmie. Sprawę komplikują także przeobrażenia relacji społecznych. Dopiero w drugiej fazie adolescencji, kiedy kończy się burza hormonalna i rozchwianie emocjonalne, wszystko zaczyna wracać do równowagi, ale już w zupełnie innym stanie ilościowym i jakościowym, niż w okresie dzieciństwa.

### **4.3. Kształtowanie się tożsamości w okresie adolescencji**

Jednym z głównych wyzwań rozwojowych okresu młodości jest proces formowania tożsamości. Pomimo tego, że tożsamość człowieka kształtuje się przez całe jego życie, to okresem najważniejszym, przełomowym jest dorastanie, a szczególnie jego druga faza (około 16/17-20 rok życia).<sup>497</sup> Jest to dla młodych ludzi okres niezwykle trudny, pełen sprzecznych uczuć i dążeń. Nie wszystkim młodym ludziom udaje się osiągnąć status tożsamości osiągniętej. Nawet połowa młodzieży starszej utrzymuje statusy tożsamości „niższe” rozwojowo, czyli takie same, jakie miała w okresie wczesnego dorastania.<sup>498</sup> Wynika z tego jasno, że nie jest to łatwy i oczywisty proces. Warto jednak zaznaczyć, że rozwój tożsamości nie kończy się wraz z końcem adolescencji i może trwać przez całe życie. Najważniejsze jednak

---

<sup>495</sup> Oleszkowicz A., Senejko A., op. cit., s. 279.

<sup>496</sup> Ibid.

<sup>497</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 265.

<sup>498</sup> Oleszkowicz A., Senejko A., op. cit., s. 273.



zmiany datowane są na czas dorastania, ponieważ ten okres dostarcza najwięcej nowych doświadczeń istotnych zarówno dla kształtowania tożsamości osobistej (indywidualnej), jak i społecznej.

Według Ireny Obuchowskiej w życiu młodego człowieka „wraz z niepokojem światopoglądowym, wraz z początkiem poszukiwania logiki i sensu otaczającego świata wyłaniają się pytania dotyczące sensu własnej tożsamości: Kim jestem? Po co istnieję? Czego pragnę od życia? i Czego ono oczekuje ode mnie? Nadchodzi czas pogłębionego poznawania siebie, poszukiwania sensu własnego istnienia, swojej roli w życiu”<sup>499</sup>. Odpowiedzi na te pytania są niezbędne w budowaniu wizji własnej osoby. Człowiek zdobywa wiedzę o samym sobie i buduje samoocenę. To w konsekwencji składa się na samoświadomość człowieka. Pozwala ona na trwałe i odrębne od innych ludzi „bycie sobą”.<sup>500</sup>Z uwagi na szybkie zmiany w okresie dorastania, wiedza ta, a co za tym idzie i samoocena, jest fragmentaryczna. Stopniowo wszystko ulega stabilizacji, porządkuje się, pozwalając na znalezienie we własnych przeżyciach i zachowaniach prawidłowości i w konsekwencji sensu samego siebie. „W tak organizującej się samoświadomości ważne miejsce zaczyna zajmować poczucie swojej odrębności, psychicznej autonomii, przekonania, że własne życie jest ciągłe, że Ja jestem wciąż sobą, niezależnie od zmian fizycznych i zmieniających się możliwości psychicznych, jak też od zmieniającego się środowiska i pełnionej w nim roli.”<sup>501</sup> Dziecko poznawało siebie poprzez sygnały wysyłane przez innych ludzi (głównie rodziców i nauczycieli). Młody człowiek poszukuje swojej tożsamości, wiedzy o samym sobie w toku wewnętrznej refleksji. Musi dokonać tego w okresie licznych przemian w sferze jego biologicznego, psychicznego i społecznego rozwoju.

Zagadnienie tożsamości wprowadził amerykański psycholog duńskiego pochodzenia Erik H. Erikson. Według jego teorii rozwoju psychicznego na okres dorastania przypada kryzys tożsamości. Młody człowiek musi wówczas scalić całą dotychczasową wiedzę o sobie zawartą w pełnionych przez niego rolach (syna, córki, kolegi, ucznia itp.) i uzyskać integrację swojej przeszłości z teraźniejszością i koncepcją przyszłości.<sup>502</sup> Erikson postrzegał młodość jako etap tymczasowy, zawieszenie pomiędzy dzieciństwem, a dorosłością. Twierdził on, że dawna tożsamość (nabyta w okresie dzieciństwa) nie spełnia już swojej funkcji, a ta, która ma za

---

<sup>499</sup> Obuchowska I., *Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*, WSiP, Warszawa 1996, s. 96.

<sup>500</sup> Jankowiak B., Wojtynkiewicz E., *Kształtowanie się tożsamości w okresie adolescencji a podejmowanie zachowań ryzykownych w obszarze używania alkoholu przez młodzież*, *Studia Edukacyjne*, nr 48, 2018, s. 170, <https://doi.org/10.14746/se.2018.48.11>, dostęp z dnia: 23.05.2024, godz. 12:00.

<sup>501</sup> Obuchowska I., *Drogi dorastania...*, op. cit. s. 96.

<sup>502</sup> *Ibid.*, s. 100.

zadanie osadzić młodego człowieka w nowych rolach przypisanych dorosłości (zawodowych, płciowych, religijnych) dopiero się rodzi.<sup>503</sup> Niekiedy młodzi ludzie nie czują się gotowi, by podejmować ważne decyzje. Czują pustkę i chaos. W sytuacji, gdy otoczenie społeczne nie dostarcza wyraźnych wzorów identyfikacyjnych, gdy brak jest zewnętrznej stabilności w rodzinie i społeczeństwie, gdy w życiu nastolatka panuje zmienność i nieprzewidywalność, struktura tożsamości może się nie scalić i występuje pomieszanie ról.<sup>504</sup> W tej sytuacji młody człowiek staje w obliczu kryzysu. To, czy młody człowiek pokona kryzys, decyduje o dalszym rozwoju osobowości.

„Niemalże wszystkie współczesne badania nad formowaniem się tożsamości nastolatków opierają się na opisie statusów tożsamości Jamesa Marcii (...), którego korzenie tkwią w ogólnej koncepcji procesu formowania się tożsamości według Eriksona.”<sup>505</sup> Marcia, podobnie jak Erikson uważał, że rozwój tożsamości trwa przez całe życie, ale swoje apogeum osiąga w okresie dorastania. „Marcia dowodzi, że formowanie się tożsamości nastolatka składa się z dwóch kluczowych aspektów: kryzysu i zobowiązania. „Kryzysem” nazywa on okres dokonywania nowych wyborów, kiedy stare wartości i decyzje podlegają ponownemu rozważeniu. Może on przybrać formę swego rodzaju wstrząsu – klasyczny obraz kryzysu – ale może też przebiegać łagodnie. Efektem rozważań będzie przyjęcie zobowiązania w związku z określoną rolą, pewną szczególną ideologią.”<sup>506</sup> Nastolatek musi więc rozpoznać możliwości swojego działania w nowych okolicznościach. Musi rozpoznać swoje zasoby, zasoby otoczenia oraz to, jak widzą go inni. Wiąże się to z eksplorowaniem, aktywnym poszukiwaniem, eksperymentowaniem, testowaniem siebie i swoich możliwości. W wyniku tych poszukiwań młody człowiek może podjąć decyzje dotyczące dalszych działań. Decyzje te są związane z koniecznością wzięcia odpowiedzialności za ich bliższe lub dalsze konsekwencje.

W zależności od tego, czy jednostka podejmuje próby eksploracji oraz podejmuje się określonych zobowiązań, możemy wyróżnić cztery statusy tożsamości: rozproszenie tożsamości (tożsamość rozproszona, pomieszana), nadanie tożsamości (tożsamość przyjęta, lustrzana), moratorium (tożsamość moratoryjna), osiągnięcie tożsamości (tożsamość osiągnięta).<sup>507</sup>

---

<sup>503</sup> Bee H., op. cit., s. 365.

<sup>504</sup> Obuchowska I., Drogi dorastania..., op. cit., s. 100.

<sup>505</sup> Bee H., op. cit., s. 366.

<sup>506</sup> Ibid.

<sup>507</sup> Brzezińska A., Społeczna psychologia rozwoju, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2014, s. 243.

Tożsamość rozproszona i pomieszana (diffused identity, identity confusion) kształtuje się wtedy, gdy jednostka nie podejmuje prób eksploracji, a naciski z otoczenia nie są na tyle silne, jednoznaczne i spójne, by musiała podjąć jakąś decyzję, zobowiązanie i odpowiedzialność za te decyzje.<sup>508</sup> Osoby takie nie są zdolne do planowania swojego życia i do podejmowania konstruktywnych decyzji związanych z przyszłością. Nie potrafią odpowiedzieć na pytanie, kim są i kim chcą być. Decyzje podejmują pod wpływem chwili i wskutek chwilowej gratyfikacji. Choć wiedzą, jakie mają możliwości, nie podejmują refleksji nad własnym życiem i unikają podejmowania długofalowych zobowiązań. Taki stan jest charakterystyczny dla osób w wieku 12-14 lat. Nie wszyscy jednak przechodzą do kolejnego stadium. Stan tego swoistego dyskomfortu może trwać jeszcze długo po zakończeniu okresu dorastania.

Jeżeli młody człowiek nie podejmuje prób eksploracji na skutek braku okazji do takich działań, albo też aktywnych działań otoczenia, które hamują podejmowane przez jednostkę próby samodzielnych działań, to mamy do czynienia z tożsamością przejętą (foreclosed identity).<sup>509</sup> W tym przypadku nastolatek nie może pozwolić sobie na próbowanie i eksperymentowanie, a oczekuje się od niego podjęcia ważnych decyzji związanych z wyborem zawodu, szkoły, partnera, stylu życia itp. Ludzie tacy przejmują tożsamość od innych ludzi, którzy są dla nich autorytetami.<sup>510</sup> Jednostka, która przybrała tożsamość, rozwiązała swój kryzys, ale jest pozbawiona refleksji nad własnym życiem i nie ma własnych planów na przyszłość. Nastolatek o tożsamości lustrzanej nie zada sobie pytań o to, kim jest i w jakim kierunku zmierza, a nawet jeśli je zada, to nie będzie potrafił na nie odpowiedzieć lub odpowie na te pytania zgodnie z przekonaniem osób znaczących.

Tożsamość moratoryjna (moratorium identity) kształtuje się wtedy, gdy jednostka podejmuje przez dłuższy czas próby eksploracji, ale nie czuje się gotowa do podjęcia zobowiązania. „Dla okresu moratorium charakterystyczne jest to, że młodzi ludzie często zmieniają upodobania i decyzje co do własnego zaangażowania lub angażują się w skrajnie różne i czasami, wydawałoby się, sprzeczne ideologie.”<sup>511</sup> W tym przypadku młodzi ludzie nie potrafią znaleźć odpowiedzi na pytania o to, kim są i jaka czeka ich przyszłość. W poszukiwaniu tożsamości młodzi ludzie mogą znaleźć wsparcie w środowisku społecznym, w

---

<sup>508</sup> Ibid., s. 245.

<sup>509</sup> Putri N., Kusumaningrum F., Attachment and Identity Foreclosure in The Latest Adolescent, European Union Digital Library, Conference: Proceedings of the 6th International Seminar on Psychology, 2024, DOI:10.4108/eai.18-7-2023.2343401, dostęp z dnia: 23.09.2024, godz. 21:23.

<sup>510</sup> Brzezińska A., Społeczna psychologia rozwoju, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2014, s. 244.

<sup>511</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 272.

tym w osobach znaczących. W rozwiązaniu kryzysu tożsamości mogą pomóc im na przykład rodzice. Zbyt długie pozostawanie w moratorium może być powodem ponownego rozproszenia i zamętu tożsamościowego.

O tożsamości osiągniętej (identity achievement) mówimy wtedy, gdy jednostka, po dokonaniu eksploracji siebie, analizy właściwości i możliwości działania w otaczającym ją środowisku, po eksploracji własnej pozycji w tym środowisku, samodzielnie podejmuje decyzje co do dalszego postępowania i kierunku drogi życiowej.<sup>512</sup> Jest to stan najbardziej korzystny, o największym potencjale rozwojowym. Jest to ostateczny status zwany także tożsamością dojrzałą. Osiągnięcie tej tożsamości daje podstawy do podejmowania kolejnych ważnych decyzji życiowych. Młody człowiek, po okresie poszukiwań, decyduje, kim chce być, jaki chce być i co chce robić. Z uwagi na wydłużająca się młodość, etap ten jest osiągany (jeśli w ogóle jest osiągany<sup>513</sup>) nawet około 30 roku życia.

Ludzi o różnych statusach tożsamości charakteryzuje nie tylko różny sposób postrzegania siebie, ale też różny sposób zachowania. Warto jednak podkreślić, że modelowe ujęcie Marcii nie zawsze znajduje odzwierciedlenie w rzeczywistości, ponieważ któryś z etapów może zostać pominięty, może pojawić się regres do któregoś z wcześniejszych etapów, może także dojść do fiksacji na jednym z etapów poprzedzających dojrzałą tożsamość.<sup>514</sup> W związku z tym nie wszyscy wkraczają w dorosłość z dojrzałą osobowością, a niektórzy nigdy jej nie osiągną.

Warto podkreślić, że proces formowania się tożsamości indywidualnej można rozpatrywać w dwóch aspektach. Z jednej strony mówimy o formowaniu struktury Ja, czyli tożsamości osobistej, a z drugiej struktury My, czyli tożsamości społecznej.<sup>515</sup> Pierwsza wiąże się z indywidualnymi przekonaniem, zainteresowaniami, potrzebami, motywami, wartościami, sposobami myślenia i kryteriami oceny. Druga ujawnia się w procesie identyfikowania się jednostki z grupami społecznymi, odczuwaniu więzi z nimi oraz w uświadamianiu sobie utworzenia z innymi ludźmi wspólnoty.<sup>516</sup> Obie struktury nie są oczywiście od siebie odseparowane. Wchodzą we wzajemne powiązania współtworząc tożsamość jednostki.

---

<sup>512</sup> Brzezińska A., *Społeczna psychologia rozwoju*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2014, s. 243.

<sup>513</sup> Kroger J., *Why Is Identity Achievement So Elusive?*, *Identity*, nr 7, 2007, DOI:10.1080/15283480701600793, dostęp z dnia: 2.02.2023, godz. 12:00.

<sup>514</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., op. cit., s. 274.

<sup>515</sup> Brzezińska A., *Społeczna psychologia rozwoju*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2014, s. 239.

<sup>516</sup> Ibid.

Określenie siebie i swojej tożsamości prowadzi do większej chęci dokonywania samodzielnych wyborów. Młodzi ludzie chcą, aby podejmowane przez nich decyzje były ich decyzjami, ale mają zwykle obawy związane z często nieodwracalnymi konsekwencjami swoich wyborów, np. z wyborem zawodu, szkoły, partnera życiowego. Aby ułatwić młodym ludziom proces kształtowania tożsamości, można pomóc im z poznawaniem samego siebie, należy wzmacniać ich poczucie własnej wartości oraz dostarczać im informacji niezbędnych do podjęcia optymalnych (samodzielnych) decyzji, ponieważ tylko osoby, które dobrze rozwiązały problemy tożsamości stają się autonomiczne, silne, zaangażowane i pewne siebie.

#### **4.4. Formy uczestnictwa młodzieży w życiu społecznym**

Podejmując się analizy form uczestnictwa młodych ludzi w życiu społecznym warto na wstępie przytoczyć cytowaną już tezę Hartmuta M. Griese, zgodnie z którą młodość nie jest wytworem natury, lecz fenomenem społeczno-kulturowym, który w swoich formach zjawiskowych podporządkowany jest wymiarom historyczno-społecznym<sup>517</sup>. Wyodrębnienie kategorii społecznej młodzieży jest wynikiem istniejących w danym czasie warunków społeczno-kulturowych i wiąże się z licznymi społecznymi obwarowaniami m.in. zadaniami, jakie stawiane są przed młodymi ludźmi aspirującymi do otrzymania statusu pełnoprawnych członków społeczeństwa (statusu osoby dorosłej). To przygotowanie do dorosłego życia odbywa się m.in. poprzez podejmowanie różnych ról w rodzinie, szkole, grupie rówieśniczej, organizacjach młodzieżowych czy wreszcie w miejscu pracy. Działania te mają charakter społeczny, a jednostka, w toku socjalizacji, staje się coraz bardziej aktywnym i świadomym uczestnikiem życia społecznego.

Wraz z końcem dzieciństwa i wejściem w okres adolescencji rozszerza się zakres społecznej aktywności człowieka. Nastolatek zaczyna odgrywać coraz większą rolę w życiu społecznym, a jego aktywność przybiera różne formy. Jego partycypacja w życiu społecznym może mieć charakter spontaniczny (wtedy, kiedy bierze udział w życiu zbiorowości, ale nie zmuszają go do tego żadne mechanizmy społeczne) lub instytucjonalny (wtedy, kiedy bierze udział w działalności zbiorowości, podporządkowując się strukturom organizacyjnym zbiorowości, w której żyje).<sup>518</sup> Można mówić też o partycypacji strukturalnej, działaniowej i

---

<sup>517</sup> Griese H.M., Socjologiczne teorie młodzieży, Oficyna Wydawnicza "Impuls", Kraków 1996, s. 19.

<sup>518</sup> Mianowska E., Społeczne uczestnictwo młodzieży (w:) Sipińska D., Modrzewski J., Matysiak-Błaszczyk A., (red.), Socjalizacja w kategoriach wieku społecznego. Dzieciństwo i młodość. Standaryzacja socjalizacji inkluzyjnej. Przewodnik i teksty do ćwiczeń z socjologii wychowania, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. J. A. Komeńskiego w Lesznie, Leszno 2010, s. 176-177.

ideacyjnej.<sup>519</sup> W pierwszym przypadku uczestnictwo ma charakter obiektywny, w drugim polega na włączaniu się w procesy decyzyjne grupy i wpływaniu na jej funkcje, a w trzecim dotyczy psychicznej i społeczno-kulturowej identyfikacji. W naukach społecznych największą wagę przypisuje się partycypacji działaniowej, czyli takiej, w której zawiera się aktywność jednostki.

Według Jerzego Modrzewskiego przejawem uczestnictwa społecznego jest:

- sytuowanie się bądź kandydowanie osób społecznych do zajęcia określonego miejsca w strukturze społecznej (uczestnictwo strukturalne),
- działanie przejawiane społecznie, właściwe dla danego układu społecznego, ze względu na który rozpatrywane jest uczestnictwo, adekwatne dla zajmowanego w nim miejsca oraz pojawiających się w nim sytuacji społecznych rozpatrywanych ze względu na daną osobę lub osoby uwikłane w te sytuacje (uczestnictwo funkcjonalne),
- ujawnianie posiadania lub wykształcenia się (według przyjętego w danym układzie wzoru ich postaci i dynamiki) określonych cech psychospołecznych uznanych z nim za identyfikujące osoby go współtworzące, a zarazem współokreślające jego kulturę, zwłaszcza jej aspekt symboliczny formujący świadomość podmiotu i świadomość społeczną w jej rozlicznych formach (uczestnictwo psychospołeczne – świadomościowe).<sup>520</sup>

Tak rozumiane uczestnictwo społeczne manifestuje się w społecznej rzeczywistości opartej na współdziałaniu jednostek. Nie bez znaczenia jest tutaj proces socjalizacji, niezwykle istotny w okresie adolescencji, ponieważ uczestnictwo społeczne młodego człowieka jest manifestowane poprzez podejmowanie różnych ról społecznych, dających mu możliwość stawania się i bycia istotą społeczną.

J. Modrzewski zaznaczył, że charakter tego uczestnictwa jest jednak zróżnicowany i (w związku z tym) zaproponował, aby wyróżnić przynajmniej sześć typów społecznego uczestnictwa: identyfikacyjne, specjalizujące, adaptacyjne, retrogresywne, projekcyjne, ideacyjne.<sup>521</sup> W przypadku młodzieży najistotniejszy jest specjalizacyjny typ uczestnictwa społecznego. Aktywność w tym rodzaju uczestnictwa jest związana z tym, że jednostka znajduje się w fazie zdobywania statusu społecznego. Przygotowuje się do podjęcia

---

<sup>519</sup> Ibid., s. 176.

<sup>520</sup> Modrzewski J., Socjalizacja i uczestnictwo społeczne. Studium socjopedagogiczne, Uniwersytet im Adama Mickiewicza w Poznaniu, Poznań 2007, s. 52.

<sup>521</sup> Ibid., s. 62.

określonych ról i sukcesywnie poddawana jest ocenie, która ma wpływ na jej miejsce w strukturze społecznej. Aktywność taka jest podejmowana m.in. na gruncie instytucji edukacyjnych.

Szkoły lub uczelnie są ważnym, ale, oczywiście, nie jedynym obszarem uczestnictwa społecznego młodzieży. Według Piotra Sztompki przestrzeń międzyludzka, w której przebiega nasze życie jest niezwykle złożona. Uczestnictwo społeczne każdego człowieka może przejawiać się na wielu płaszczyznach. Jednostka funkcjonuje w społeczeństwie w wielu kontekstach. Może to być kontekst rodzinny, towarzysko-zabawowy, sąsiedzki, edukacyjny, zawodowy, rozrywkowy, sportowy, rekreacyjny, religijny, polityczny, ekonomiczny, medyczny itp.<sup>522</sup> Każdy z nas ma własny układ kontekstów. Każdy też w swoisty dla siebie sposób hierarchizuje te konteksty. Dla ludzi w okresie adolescencji niezwykle istotne będzie uczestnictwo w kontekście rodzinnym, edukacyjnym oraz rówieśniczym.

Formy uczestnictwa społecznego młodzieży są ściśle związane z jej potrzebami (i możliwościami) wynikającymi z poziomu rozwoju biologicznego, poznawczego i społecznego. Młodzi ludzie, którzy są już zdolni do wyznaczania odległych celów, są w stanie podejmować zorganizowaną i planową aktywność. Potrafią odraczać gratyfikacje i podporządkować się odległym celom.<sup>523</sup> Dzięki temu są w stanie podejmować decyzje dotyczące swojej dalszej drogi zawodowej lub przygotowywać się w klubie sportowym do odległych w czasie zawodów. Młody człowiek wchodzi w nowe sytuacje i nowe środowiska wskutek poszerzania się jego działalności. Zmienia się też kierunek tej działalności. Następuje przejście od dziecięcego ukierunkowania na świat przyrodniczy i materialny, do młodzieńczej orientacji na świat społeczny (początkowo na przeżycia wewnętrzne).<sup>524</sup> Dla nastolatka najważniejsze stają się relacje z rówieśnikami oraz przynależność do różnych grup społecznych (formalnych i nieformalnych). Młodzież jest zdolna nie tylko do pracy indywidualnej, ale też zbiorowej. Szczególnie charakterystyczne dla tego wieku są formy aktywności zespołowej<sup>525</sup>, przejawiające się np. w różnorodnych zespołowych grach sportowych. Oprócz tego, że aktywność młodzieży ukierunkowana jest na naukę, to nie brakuje w niej miejsca na aktywność społeczną wyrażającą się uczestnictwem w różnego rodzaju happeningach, które są okazją do zabawy, ale też wyrazem sprzeciwu, gniewu, a czasami także agresji. Jeszcze inną wspólną cechą większości młodych ludzi jest swoiste oddanie sprawie wyrażające się w intensywności

---

<sup>522</sup> Sztompka P., op. cit., s. 35-36.

<sup>523</sup> Obuchowska I., *Adolescencja* (w:) Trempała J., Harwas-Napierała, *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, PWN, Warszawa 2009, s. 180.

<sup>524</sup> Ibid.

<sup>525</sup> Ibid.

ich działań.<sup>526</sup> Młodzież potrafi bez reszty oddać się swojemu hobby lub sprawie, w którą wierzy. Może ona być okazją do manifestacji swoich przekonań i poglądów np. politycznych lub religijnych.

Należy podkreślić, że charakterystyczną cechą rozwojową młodzieży jest ukierunkowanie aktywności na grupy i organizacje społeczne. Młodzi ludzie chętnie działają w różnych grupach społecznych, zwłaszcza w grupach rówieśniczych. Stanisław Kowalski zauważył, że grupy młodzieżowe mogą tworzyć się na podłożu takich potrzeb jak: zabawowa, intelektualna, sportowa, towarzyska, estetyczna, ideologiczna.<sup>527</sup> Grupy te mogą mieć charakter formalny lub nieformalny, mogą więc powstawać pod wpływem motywacji racjonalnej lub spontanicznie. Te cechy niewiele odróżniają grupy młodzieżowe od grup dorosłych. Grupy młodzieżowe mają specyficzne właściwości. Florian Znaniecki stwierdził, że młodzieżowe grupy rówieśnicze (w tym dziecięce) wyróżniają trzy cechy. Po pierwsze cechuje je to, że ich członkowie są do siebie podobni. Po drugie grupy te charakteryzuje prostota stroju związana z ubóstwem tradycji i małą liczebnością grupy. Po trzecie, wreszcie, grupy te cechuje w większym stopniu, niż grupy dorosłych, żądza nowych doświadczeń.<sup>528</sup> Ta swoista prostota rówieśniczych grup młodzieżowych umożliwia szybsze i łatwiejsze zaspokajanie potrzeb jej członków. Wiąże się to także z jeszcze jedną konsekwencją – niechęcią młodych ludzi do uczestnictwa w formalnych grupach społecznych. Zwrócił na to uwagę Heliodor Muszyński, według którego niechęć zrzeszania się na zasadach formalnych wynika z obawy przed wielką depersonalizacją i utratą własnej identyczności<sup>529</sup>. Wynikiem takiego podejścia jest brak młodzieżowych struktur formalnych w krajach, które pozbawione są takowych tradycji. Niechęć do zrzeszania się w strukturach scentralizowanych i formalnie nadzorowanych jest zauważalna także w Polsce. Nie znaczy to, że w społeczeństwach Zachodu nie istnieją ruchy i organizacje młodzieżowe. Istnieją i pełnią ważne funkcje. Izraelski socjolog, Shmuel Eisenstadt stwierdził, że w społeczeństwach rozwiniętych homogeniczne pod względem wieku grupy młodzieży dają swoim członkom możliwość przyswajania ról społecznych.<sup>530</sup> Grupa z jednej strony zapewnia emocjonalne bezpieczeństwo, a z drugiej pozwala zorientować się we własnych potrzebach, umożliwia ocenę własnych kompetencji oraz przygotowuje do sprostania

---

<sup>526</sup> Ibid.

<sup>527</sup> Kowalski S., Socjologia wychowania w zarysie, PWN, Warszawa 1976, s. 149.

<sup>528</sup> Znaniecki F., Socjologia..., op. cit., s. 84.

<sup>529</sup> Muszyński H., Podstawy wiedzy o organizacjach młodzieżowych i ruchu młodzieżowym (w:) Sipińska D., Modrzewski J., Matysiak-Błaszczak A., (red.), Socjalizacja w kategoriach wieku społecznego. Dzieciństwo i młodość. Standaryzacja socjalizacji inkluzyjnej. Przewodnik i teksty do ćwiczeń z socjologii wychowania, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. J. A. Komeńskiego w Lesznie, Leszno 2010, s. 225.

<sup>530</sup> Tillmann K.J., Teorie socjalizacji. Społeczność, instytucja, upodmiotowienie, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006, s. 188.



pojawiającym się wymogom społecznym. W grupie zachodzi więc proces socjalizacji, czyli proces uczenia się, dzięki któremu człowiek, istota biologiczna, staje się istotą społeczną, członkiem określonego społeczeństwa i reprezentantem określonej kultury. Jest to proces stawania się takim, jakim chce nas mieć nasze otoczenie społeczne.<sup>531</sup> Dochodzi do tego pod wpływem przekazu symbolicznego, wzmacniania i naśladownictwa.

Przez organizację można rozumieć „zintegrowany zbiór pozycji społecznych i stosunków społecznych, realizujący wspólnie jakieś istotne społecznie funkcje, tworzący swoistą całość odróżnialną od innych podobnych całości”<sup>532</sup>. Dla kontekstu rodzinnego będzie to rodzina, dla zawodowego zakład pracy, a dla rekreacyjnego np. klub sportowy. Jak to się ma do organizacji młodzieżowych? Według H. Muszyńskiego, aby zdefiniować to pojęcie, należy zestawić je z „rodzajem najbliższym”, jakim jest w tym przypadku zbiór społeczny rozumiany jako (za J. Szczepańskim) ogół osób odznaczających się jakąś wyróżnialną cechą (bądź cechami) bez względu na to, czy to, co uczestników tego zbioru wyróżnia jest przez nich uświadomione, czy też nie.<sup>533</sup> Organizacja młodzieżowa będzie więc zbiorowością społeczną. Zbiorowość ta jest wyznaczona wspólnymi dla członków potrzebami, dążeniami i celami (ponieważ takie można nazwać grupami nieformalnymi) i charakteryzuje się strukturą powstałą w wyniku uznania, jakim jedni obdarzają drugich (im więcej uznania ktoś zdobywa, tym wyższą pozycję zajmuje).<sup>534</sup> Obie te właściwości są charakterystyczne dla większości organizacji młodzieżowych. W obrębie tych organizacji mogą powstawać małe, dobrowolne, pierwotne grupy rówieśnicze powstające pod wpływem konkretnych potrzeb pewnych jednostek. Właśnie takie grupy nazywane są związkami lub stowarzyszeniami.<sup>535</sup> Można więc powiedzieć, że szczególną formą partycypacji społecznej będzie tworzenie organizacji społecznych i uczestnictwo w nich funkcjonowaniu.

Spośród wielu organizacji młodzieżowych warto wymienić te, które w swoich założeniach zmierzają (lub zmierzały) do krzewienia szeroko rozumianej kultury fizycznej. Są to np.: YMCA (z ang. Young Men's Christian Association –Związek Chrześcijańskiej Młodzieży Męskiej); skauting (ang. Scouting); Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół”; Hitlerjugend czy też Akademicki Związek Sportowy.

Kolejnym przejawem partycypacji społecznej adolescentów są ruchy młodzieżowe rozumiane jako jedna z form ruchów społecznych. Ruch młodzieżowy można rozpatrywać jako

---

<sup>531</sup> Szacka B., op. cit., s. 137.

<sup>532</sup> Sztompka P., op. cit., s. 125.

<sup>533</sup> Muszyński H., Podstawy wiedzy o organizacjach..., op. cit., s. 226.

<sup>534</sup> Muszyński H., Podstawy wiedzy o organizacjach..., op. cit., s. 228.

<sup>535</sup> Muszyński H., Podstawy wiedzy o organizacjach..., op. cit., s. 231.

zbiorowe i wspólne dążenie i działanie młodych, dorastających generacji podejmowanie dla urzeczywistnienia takiego stanu rzeczy, który w określony sposób zmienia społeczną sytuację uczestników ruchu<sup>536</sup>. Ruchy te uwidaczniają się w sytuacji, w której młodzi ludzie zauważają różnice pomiędzy ich potrzebami i dążeniami, a warunkami, w których żyją.

W historii mieliśmy do czynienia z wieloma ruchami młodzieżowymi. Część z nich miała charakter wybitnie destrukcyjny i buntowniczy, inne były bardziej umiarkowane w swoim kontestacyjnym przekazie i formie. Ruchy społeczne, które pojawiły się w ostatnim czasie swój początek miały zwykle na portalach społecznościach i tą drogą się też rozpowszechniały. Możemy tu wyróżnić np.: protesty przeciw wprowadzeniu globalnego ustawodawstwa podejmującego szereg tematów m.in. problematykę piractwa medialnego (ACTA - Anti-Counterfeiting Trade Agreement, Umowa handlowa dotycząca zwalczania obrotu towarami podrabianymi)<sup>537</sup> czy też Ruch Żółtych Kamizelek. Istotną rolę młodego pokolenia można dostrzec też w takich ruchach, jak: pacyfizm, ruch hippisowski, ruch ekologiczny, ruch alterglobalistów, pro-choice. Ruchy te niekiedy są sprzeciwem wobec zastanych struktur społecznych i pokolenia dorosłych, ale poruszają także problemy polityczne, społeczne, gospodarcze i ideologiczne ważne nie tylko dla młodego pokolenia, ale wszystkich ludzi.

#### **4.5. Młodzież a kultura**

Natura i kultura - to dwa fragmenty rzeczywistości, które są przedmiotem sporów badaczy zajmujących się istotą młodości. Ci zorientowani na naturę, będą doszukiwali się decydującej roli pokwitania i związanych z nim przemian biologicznych organizmu w procesie dorastania. Ich oponenti będą podkreślali rolę czynników społeczno-kulturowych, jako najważniejszych determinantów w procesie osiągnięcia dorosłości. We wcześniejszej części niniejszej pracy podkreślone zostało, że przechodzenie z dzieciństwa do młodości i z młodości do dorosłości jest uzależnione od gotowości wyznaczonej przemianami fizjologicznymi, ale w głównej mierze uwarunkowane jest czynnikami kulturowymi. Jest to potwierdzenie tezy Roberta Bierstedta, który stwierdził, że ludzkie ciało jest niewątpliwie faktem biologicznym,

---

<sup>536</sup> Muszyński H., Podstawy wiedzy o organizacjach..., op. cit., s. 232-233.

<sup>537</sup> Rzeczkowski G., Jakie polskie problemy odsłania ACTA?. Polityka, <https://www.polityka.pl/tygodnikpolityka/kraj/1523937,1,jakie-polskie-problemy-odslania-acta.read>, dostęp z dnia: 21.03.2019, godz. 1.18.

ale także swoistą wartością kulturową<sup>538</sup>. Warto więc przyjrzeć się bliżej roli i miejscu młodego pokolenia w kulturze.

Jeśli założymy, że kultura to wszystko, co ludzie czynią, myślą i posiadają jako członkowie społeczności lub, za Antoniną Kłoskowską, główną reprezentantką polskiej socjologii kultury, że kultura to „względnie zintegrowana całość obejmująca zachowania ludzi przebiegające według wspólnych dla zbiorowości społecznej wzorów wykształconych i przyswojonych w toku interakcji oraz zawierająca wytwory takich zachowań”<sup>539</sup>, to łatwo dostrzeżemy, że kultura jest wytworem charakterystycznym wyłącznie dla ludzi i ma sens i miejsce wyłącznie w ludzkich zbiorowościach. Młodzi ludzie są częścią takich zbiorowości, lub nawet tworzą tego rodzaju zbiorowości. Można więc powiedzieć, że młodzi ludzie są uczestnikami kultury.

Według Mariana Golki, uczestnictwo w kulturze to „wszelki kontakt człowieka z wytworami kultury oraz zachowaniami kulturowymi, a tym samym bezpośredni bądź pośredni kontakt z innymi ludźmi. Kontakt ten polega na używaniu wytworów kultury, na przyswajaniu, przetwarzaniu i odtwarzaniu tkwiących w nich wartości, na podleganiu obowiązującym w kulturze wzorom, ale także na tworzeniu nowych jej wytworów i wartości oraz zachowań”<sup>540</sup>.

Tak rozumiane uczestnictwo przejawia kilka charakterystycznych cech:

- w jakimś stopniu dotyczy każdego człowieka,
- „stwarza” ono człowieka, ale jednocześnie sprawia, że kultura się tworzy, przekształca oraz trwa,
- jest splotem percepcji, ekspresji i przeobrażeń kultury,
- trudno w nim rozgraniczyć role czynne i bierne,
- zawiera połączenie elementów intelektualnych (myśli) i emocjonalnych (wzruszeń) oraz innych aspektów psychicznych,
- jest efektem procesu wychowania i kształcenia,
- jego rozwój odbywa się stopniowo ze względu na pokonywanie trudności intelektualnych i emocjonalnych (zmienia się z wiekiem),
- jest to forma interakcji społecznej – bezpośredniej i pośredniej,
- wpływa na umiejętność widzenia świata (głównie społecznego) – np. wyrabia stosunek do rzeczywistości społecznej,

---

<sup>538</sup> Bierstedt R., *The social order An Introduction to Socjology*, McGraw Hill, New York, Toronto, London 1957, s. 128, <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.480306>, dostęp z dnia: 24.03.2019.

<sup>539</sup> Kłoskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, PWN, Warszawa 1980, s. 40.

<sup>540</sup> Golka M., *Socjologia kultury*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2007, s. 122.

- przebiega w różnych formach – tzw. układach kultury (na podstawie takich kryteriów, jak charakter kontaktu i typy więzi społecznych można wyróżnić pierwotny układ kultury, instytucjonalny układ kultury, układ środków masowego przekazu oraz zamiejscowy układ kultury).<sup>541</sup>

W ujęciu tym następuje połączenie dwóch ważnych aspektów kulturowego funkcjonowania człowieka. Jest tu podkreślona integracja procesów odbioru i tworzenia kultury. Percepcja i ekspresja kulturalna łączą się i wzajemnie warunkują. Podobnego zdania była też Antonina Kłoskowska. Uważała ona, że człowiek jest twórcą i uczestnikiem kultury<sup>542</sup>. Poznanie kultury jest więc zasadniczym elementem na drodze do poznania samego człowieka. Czy i na ile można odnieść to do młodego pokolenia? Analizując rolę młodzieży w kulturze, warto przybliżyć koncepcję amerykańskiej antropolog kulturowej, Margaret Mead. Jej celem było zrozumienie odmienności kultur. Badała sposoby wytwarzania i przekazywania kultury między pokoleniami. Mead wyróżniła trzy typy kultur: postfiguratywną, w której dzieci uczą się głównie od swoich rodziców, kofiguratywną, w której zarówno dzieci, jak i dorośli uczą się od swoich rówieśników i prefiguratywną, w której dorośli uczą się również od swych dzieci.<sup>543</sup> Aby wskazać relacje na linii młodzież – kultura we współczesnym świecie, należy bliżej przyjrzeć się każdej z nich.

W pierwszej kulturze, postfiguratywnej, zmiany zachodzą wolno i są raczej trudne do zauważenia. Życie minionych generacji wyznacza przyszłość młodych pokoleń. Dzieci i młodzież mogą się spodziewać dokładnie tego i w tym samym czasie, co spotkało ich rodziców i dziadków. W kulturach tych „starsi nie chcą dopuścić do żadnych zmian i swym następcom przekazują poczucie niezmiennej ciągłości”<sup>544</sup>. Dzieci takie są wychowywane w duchu bezwzględego posłuszeństwa. Są one przekonane, że czeka je nieuniknione przeznaczenie. Każdy, bez względu na wiek, płeć, inteligencję i temperament, staje się nośnikiem całej kultury.<sup>545</sup> W kulturze postfiguratywnej młode pokolenie socjalizowane jest zgodnie ze wzorami i oczekiwaniami starszego pokolenia. Nie ma w niej miejsca na tolerancję i dowolność. Swą stałość opierają często na karze i groźbie totalnego odrzucenia<sup>546</sup>. W takiej kulturze dzieci i młodzież poddawane są przez rodziców takiemu samemu procesowi

<sup>541</sup> Ibid., s. 123-126.

<sup>542</sup> Kłoskowska A., (red.), Encyklopedia kultury polskiej XX wieku. Pojęcia i problemy wiedzy o kulturze, Wiedza i Kulturze, Wrocław 1991, s. 17.

<sup>543</sup> Por.: Mead M., Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego, Wydawnictwo naukowe PWN, Warszawa 2000.

<sup>544</sup> Mead M., Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego, Wydawnictwo naukowe PWN, Warszawa 2000, s. 24.

<sup>545</sup> Ibid., s. 25.

<sup>546</sup> Ibid., s. 46.

wychowania i socjalizacji, jakim pokolenie rodziców było poddawane przez pokolenie dziadków.

W drugiej, kofiguratywnej, kulturze, dominującym wzorem dla członków społeczeństwa jest zachowanie rówieśników.<sup>547</sup> Ta kultura bierze swój początek z rozpadu systemu postfiguratywnego.<sup>548</sup> Sam rozpad może mieć wiele przyczyn. Może być wynikiem wojny i związanej z nią śmierci dorosłych autorytetów lub szybkiego postępu technologicznego, za którym nie nadążają starsze pokolenia. Nie jest jednak tak, że pokolenia dorosłych są tu zupełnie marginalizowane. Starsze pokolenie nadal odgrywa istotną rolę, gdyż określa formy i granice zachowań młodego pokolenia, ponieważ młodzi ludzie właśnie wśród przedstawicieli starszych pokoleń szukają aprobaty dla zmian. Dla kultury kofiguratywnej charakterystyczne jest naturalne współistnienie grup pokoleniowych w atmosferze tolerancji wobec wzajemnych postaw i zachowań. Dominującym wzorem dla członków społeczeństwa są jednak zachowania rówieśników. Młodzi ludzie sami muszą znaleźć nowe style zachowania, oparte na ich osobistym doświadczeniu i przekazać je jako wzór innym rówieśnikom. „Kultury kofiguratywne opierają się na takim doświadczeniu młodych pokoleń, które nie ma odpowiednika w doświadczeniu rodziców, dziadków i innych starszych osób z bezpośredniego otoczenia.”<sup>549</sup> Dochodzi tutaj do przerwania ciągłości doświadczenia kulturowego. Takie kofiguratywne doświadczenia, urzeczywistniające się np. w języku, modzie, formach rozrywki, są charakterystyczne dla wielu młodych ludzi i są jednocześnie przeciwieństwem postfiguratywnych doświadczeń z dzieciństwa.

Trzecim rodzajem kultury jest kultura prefiguratywna. W kulturze tej widoczny jest rozłam międzypokoleniowy. Rozłam pomiędzy pokoleniem dzieci i młodzieży, a pokoleniem dorosłych spowodowany jest niezwykle szybkimi zmianami zachodzącymi w otaczającej nas rzeczywistości, rozkładem rodziny, upadkiem kapitalizmu i stabilizacji oraz rozwojem technologii.<sup>550</sup> Młodzi ludzie odrzucają i zwalczają dotychczasowe wzorce. Kultura prefiguratywna, to kultura buntu, kultura przyszłości, w której dorośli są zmuszeni nie tylko do uznania niezależności dzieci i młodzieży, ale także w znacznym stopniu uczą się od nich postaw i wzorów zachowań. Młodzież widzi, że pokolenie dorosłych nie radzi sobie w satysfakcjonujący sposób z dynamicznymi zmianami. „Młodzi ludzie łatwo dostrzegają, że starsze pokolenie idzie po omacku, że niezdarnie pokonuje przeszkody i bezskutecznie próbuje

---

<sup>547</sup> Ibid., s. 59.

<sup>548</sup> Ibid., s. 60.

<sup>549</sup> Ibid., s. 64.

<sup>550</sup> Ibid., s. 96.

rozwiązać zadania narzucone przez nowe warunki”<sup>551</sup> Kiedyś rodzice byli przewodnikami po świecie, dziś sami potrzebują przewodników i taką rolę pełnią właśnie ich dzieci. Młodzi ludzie nie mogą przejąć wzorów zachowań po swoich rodzicach, ponieważ przeszłość okazała się rozczarowaniem i wielkim zawodem, a dotychczasowe sposoby rozwiązywania problemów, jak i same problemy ustąpiły miejsca nowym, które nie są znane dorosłym.

Kultura nie jest czymś stałym i niezmiennym. Ulega nieustannym przeobrażeniom. Z jednej strony polega na przekazywaniu pewnych treści z pokolenia na pokolenie, a z drugiej strony ulega swoistej waloryzacji. „Zarówno ciągłość, jak i zmiana charakteryzują wszelki proces kulturowy. Bez elementów kontynuacji musiałoby nastąpić załamanie wszelkich reguł ludzkiego zachowania i opartych na nich reguł funkcjonowania każdego systemu społecznego. Bez elementów innowacji w dziedzinie postaw i wartości nie mogłaby dokonać się nieustanna adaptacja społeczeństwa do zmieniających się warunków i musiałaby ustać wszelka jego dynamika.”<sup>552</sup> Ważną rolę w procesie tej zmiany odgrywa pokolenie młodych ludzi. Zmiany te są jednak charakterystyczne głównie dla współczesnych kultur świata zachodniego. Heliodor Muszyński zauważył, że prawdziwe „odkrycie” młodzieży jako kategorii wyodrębniającej się wyraźnie od społeczeństwa dorosłych nastąpiło dopiero po II wojnie światowej. To wtedy zaobserwowano niespotykane wcześniej zjawisko odrębnej kultury młodzieżowej z wszystkimi jej elementami, jak sztuka (muzyka i literatura), moda, styl bycia czy wreszcie życiowa filozofia, moralność i ideologia. Stało się to wskutek doświadczeń wojennych oraz wskutek rozwoju techniki przekazywania i obiegu informacji.<sup>553</sup> To dzięki rozwojowi kultury masowej<sup>554</sup> i związanym z nią rozwojem społeczno-cywilizacyjnym (postępującą urbanizacją i industrializacją) oraz technicznym, umożliwiającym powielanie i rozpowszechnianie dzieł, utworów i różnych wzorców zachowania w masowej skali, młodzi ludzie mogli stworzyć wspólnotę o podobnych doświadczeniach, dzielącą wspólne wartości, niezależnie od miejsca swojego zamieszkania.

Piotr Sztompka zauważył, że „kultura jednej i tej samej zbiorowości rzadko stanowi monolit.”<sup>555</sup> Pewne treści tworzą trzon kultury, czyli tzw. „kulturę głównego nurtu”. Obok tego głównego nurtu istnieją pewne odmiany zwyczajów, języka, symboli charakterystyczne dla danej grupy. Można mówić w tej sytuacji o istnieniu subkultury w ramach pewnych szerszych

---

<sup>551</sup> Ibid., s. 108.

<sup>552</sup> Włodarczyk E., Kultura (w:) Pilch J., (red.), Encyklopedia Pedagogiczna XXI. Tom II, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2003, s. 956.

<sup>553</sup> Muszyński H., Podstawy wiedzy o organizacjach..., op. cit., s. 224.

<sup>554</sup> Por.: Kłoskowska A., Kultura masowa. Krytyka i obrona, PWN, Warszawa 1980, s. 94-107.

<sup>555</sup> Sztompka P., op. cit., s. 241.

struktur. Tworzenie takich subkultur jest charakterystyczne dla kategorii społecznej młodzieży, ponieważ „młodzież wykazuje zwykle tendencję do zaznaczania swojej kulturowej odrębności w stosunku do społeczeństwa „dorosłego”. Polega to na hołdowaniu innym niż dotąd uznawanym gustom i upodobaniom, a co za tym idzie, na hamowaniu odrębnych wzorów zachowania, stylów życia, obyczajów, a przede wszystkim systemu norm wartości.”<sup>556</sup> To wszystko, według H. Muszyńskiego, socjologowie określają mianem podkultury młodzieży. Młodzi ludzie dążą do kontaktów z rówieśnikami i stają się członkami różnych grup rówieśniczych. To właśnie w tych grupach mogą zaspokoić swoje potrzeby, z potrzebą bezpieczeństwa i poczucia wspólnoty na czele.

Pierwsze subkultury powstały po II wojnie światowej. Działania wojenne i długotrwała stagnacja z nimi związana, wpłynęły na zmiany społeczne i styl życia ówczesnych ludzi. Dopiero w latach 50. XX wieku nastąpiło wyrwanie się z dotychczasowego marazmu. Stało się to m.in. za sprawą amerykańskich nastolatków, którzy nie pamiętali już wielkiego kryzysu i niedawnych działań wojennych. To wtedy powstały subkultury słuchaczy „czarnego jazzu” – hipsterzy, beatnicy czy też bikiniarze.<sup>557</sup> Największe rozłamy międzypokoleniowe i protesty młodzieżowe były obserwowane jednak w latach 60. XX wieku. Był to czas największego rozwoju gospodarczego i podboju kosmosu, ale też licznych wojen i zamachów. To w tym okresie powstał ruch hippisowski, czyli najbardziej znana młodzieżowa kultura kontestacyjna. W tych latach swój początek mają też subkultury rockersów oraz skinheadów.<sup>558</sup> Wraz ze zmianami pokoleniowymi zmieniały się też subkultury. Hippisi (i ich rówieśnicy) dorośli i ustąpili miejsca punkom, heavymetalowcom, przedstawicielom subkultury grunge, hip-hop oraz britpop. Niektóre z subkultur ulegają ciągłym przeobrażeniom, inne ustępują miejsca kulturom, które w lepszy sposób reprezentują dane pokolenie. W ostatnich latach młodzi ludzie stworzyli takie subkultury jak: Otaku (związana z japońską popkulturą), skate (subkultura związana z jazdą na deskorolce), hipsterzy (subkultura odrzucająca główne nurty kultury masowej) czy też emo (subkultura związana ze sprzeciwem wobec materialistycznemu i wulgarnemu stylowi życia).

Obok subkultur, w ramach głównego nurtu kulturowego mogą powstawać kontrkultury, jako wyraz przeciwstawienia i opozycji wobec niej.<sup>559</sup> W przypadku młodzieży mogą być one wyrazem buntu przeciw arbitralnym celom i wzorcom narzucanym zwykle przez pokolenie

---

<sup>556</sup> Muszyński H., *Podstawy wiedzy o organizacjach...*, op. cit., s. 239.

<sup>557</sup> Wrzesień W., *Krótką historia młodzieżowej subkulturowości*, PWN, Warszawa 2013, s. 63-111.

<sup>558</sup> *Ibid.*, s. 113-186.

<sup>559</sup> Sztompka P., op. cit., s. 241.

dorosłych. Robert K. Merton uważał, że do buntu może dojść pod wpływem frustracji i niezadowolenia z otaczającego świata. Warto podkreślić, że bunt w tym ujęciu wiąże się z dążeniem do autentycznej przemiany wartości i zawiera propozycję alternatywy (np. zastąpienie kultury dominującej jej kontrkulturą).<sup>560</sup> Przykładem takiej subkultury jest subkultura hippisów. Rozwój kontrkultur może zmierzać w kierunku destruktywnym, ale może też być początkiem nowego systemu kulturowego.

Bunt młodzieży może przybrać formę konfliktu pokoleń. Jest to zderzenie kultur, które się wzajemnie nie rozumieją. „Otóż, każde z pokoleń jest nosicielem takiej kultury, która została mu wpojona w dzieciństwie i młodości w procesach socjalizacji czy edukacji. (...) W społeczeństwie dzisiejszym, w którym zmiany warunków życia społecznego dokonują się w rytmie ogromnie przyśpieszonym, pokolenie dzieci rodzi się już w kręgu zupełnie innej kultury niż ta, która nosi w sobie jeszcze pokolenie rodziców.”<sup>561</sup> Rodzice nie rozumieją ubioru, muzyki, literatury i języka swoich dzieci, podobnie jak dzieci nie podzielają zasad zachowania i wartości reprezentowanych przez swoich rodziców. P. Sztompka uważa, że poziom tego buntu jest uzależniony od procesów internalizacji kultury w rezultacie procesów socjalizacji.<sup>562</sup> Stwierdził on, że gdy socjalizacja jest niepełna lub nieudana, pojawia się wobec kultury opór, kontestacja, nonkonformizm i jednostka szuka alternatyw. Znajduje je w kontrkulturach przestępczych, kontrkulturowych ruchach społecznych, sektach religijnych, utopijnych społecznościach alternatywnych itp.”<sup>563</sup> Grupy te pozwalają młodemu człowiekowi odnaleźć jego miejsce w społeczeństwie. Chęć przynależności do nich wiąże się także z tym, iż adolescencja jest okresem kształtowania tożsamości. Młody człowiek odczuwa potrzebę zaznaczenia swojej odrębności i indywidualności. Znajduje się więc w okresie życia, w którym silna potrzeba manifestowania własnej niezależności łączy się z chęcią organizowania świata zgodnie z własnymi wartościami i negatywną (zwykle) oceną rzeczywistości społecznej.

Sprzeciw młodzieży wobec świata dorosłych może wiązać się z wyborem przez nich tożsamości negatywnej. „Tożsamość negatywna powstaje w wyniku czasowej identyfikacji młodej osoby z istniejącymi w danej społeczności wzorami postaw, ról, wartości, które dorośli przedstawiciele tej społeczności uważają za niepożądane bądź nawet godne potępienia.”<sup>564</sup> Jest to przyjęcie tego, co do tej pory było postrzegane jako niebezpieczne i niezgodne z wzorami zachowań. Lech Witkowski stwierdził wręcz, że młodzi ludzie chcą być wszystkim tym, co im

---

<sup>560</sup> Merton R.K., *Teoria socjologiczna i struktura społeczna*, PWN, Warszawa 2002, s. 220-221.

<sup>561</sup> Sztompka P., *op. cit.*, s. 237.

<sup>562</sup> *Ibid.*

<sup>563</sup> *Ibid.*

<sup>564</sup> Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., *op. cit.*, s. 280.



się kulturowo odradza.<sup>565</sup> Jeżeli jednostka wybierze taką tożsamość na trwałe, to może to prowadzić do wielu negatywnych skutków. Może to się objawiać nie tylko w języku, ubiorze, ostentacyjnym manifestowaniu własnych poglądów, ale też w ryzykownych zachowaniach seksualnych, sięganiu po używki, wybrykach chuligańskich, łamaniu prawa, zachowaniach agresywnych. Z tego też powodu młodzież jest szczególnie podatna na wpływy subkultur dewiacyjnych. Potrzeby zrozumienia i przynależności są często realizowane w sektach, a bunt wobec systemu i niezależność wyrażana w subkulturze satanistów czy też grupach chuligańskich, czasami związanymi ze środowiskami kibicowskimi (potocznie zwanymi szalikowcami).

Buntu młodzieżowego, w tym buntu wobec głównego nurtu kultury, nie należy jednak postrzegać wyłącznie w negatywnych kategoriach. Ralph Linton zauważył, że „w społeczeństwach, w których wzory kulturowe nakazują dziecku absolutne posłuszeństwo wobec rodziców jako warunek wstępny otrzymania jakichkolwiek nagród, normalny osobnik dorosły będzie wykazywał tendencje do uległości, zależności i braku inicjatywy”<sup>566</sup>. Bunt może więc pełnić ważną rolę w rozwoju młodego człowieka. Bunt pomaga w określeniu własnej tożsamości, jest pomocny w zyskiwaniu uwagi otoczenia oraz akceptacji rówieśników, jest próbą zmiany niezadowolającej sytuacji rodzinnej lub szkolnej, a niekiedy także sytuacji społecznej lub warunków społecznych, jest wreszcie próbą obrony poglądów i cenionych przez młodych ludzi wartości.<sup>567</sup> Bunt, któremu przypisuje się takie funkcje może przejawiać się w negatywny sposób np. poprzez zachowania agresywne (czynienie szkody oraz zadawanie cierpienia sobie i innym), ekspresję emocji negatywnych (krzyk, płacz, trzaskanie drzwiami), sabotowanie poleceń i wymagań, jak również w działaniach skierowanych na rozładowanie napięcia (słuchanie muzyki, uprawianie sportu, gra w gry komputerowe), manifestowanie własnych przekonań (np. poprzez przynależność do subkultur) czy też w zachowaniach konstruktywnych (dyskusje, debaty, udział w ruchach społecznych nie łamiących prawa, podejmowanie twórczości artystycznej).<sup>568</sup> Bunt wobec kultury dominującej, tworzenie w jej ramach subkultur lub wręcz destruktywne występowanie przeciw tej kulturze może być zjawiskiem konstruktywnym nie tylko dla samego młodego człowieka, ale także dla całego społeczeństwa.

---

<sup>565</sup> Witkowski L., *Rozwój i tożsamość w cyklu życia. Studium koncepcji Erika H. Eriksona*, Wyższa Szkoła Edukacji Zdrowotnej w Łodzi, Łódź 2009, s. 61.

<sup>566</sup> Linton R., *op. cit.*, s. 169.

<sup>567</sup> Czerwińska-Jasiewicz M., *Psychologia rozwoju młodzieży w kontekście biegu ludzkiego życia*, Difin, Warszawa 2015, s. 201.

<sup>568</sup> *Ibid.*, s. 200.

Można więc powiedzieć, że młodzi ludzie mogą być spadkobiercą kultury swoich przodków, ale mogą też być kontestatorami kultury dominującej. Ten sprzeciw jest naturalnym zjawiskiem związanym z rozwojem młodego człowieka. Przejawia się on w chęci dokonania zmian dostosowujących rzeczywistość kulturową do potrzeb danego pokolenia.

## 5. Metodologiczna koncepcja badań własnych

W rozdziale tym przedstawię metodologiczną charakterystykę moich badań. Opiszę poszczególne etapy przeprowadzonego postępowania badawczego oraz omówię główne pojęcia, którymi się posługiwałem. Przedstawię założenia koncepcyjne swych badań oraz omówię kolejne kroki ich operacjonalizacji. Tak więc rozdział ten obejmuje następujące części: wybór tematu badań, postawienie celów badawczych, wyłonienie z nich problemów badawczych i zmiennych, a wreszcie charakterystykę metody, techniki oraz narzędzia moich badań. Rozdział kończy omówienie doboru próby oraz opis organizacji moich badań.

### 5.1. Temat badań

Wybór przedmiotu badań koresponduje z moim wieloletnim zainteresowaniem tematyką sportu i czasu wolnego. Znalazło ono odzwierciedlenie w działalności organizacyjnej w klubach sportowych; biernym uczestnictwie w sporcie poprzez kibicowanie i kolekcjonowanie pamiątek sportowych; czynnym uprawianiu piłki nożnej, biegów długodystansowych, łucznictwa czy też brydża sportowego oraz zaangażowaniu w działalność Akademickiego Klubu Sportowego. Mam także za sobą badania, jakie przeprowadziłem nad rolą sportu w aktywności wolnoczasowej i planach życiowych młodzieży.<sup>569</sup> Badania te doprowadziły mnie do wielu ciekawych wniosków, ale jednocześnie wyłoniły nowe obszary naukowych dociekań i nakreśliły interesującą perspektywę dalszych poszukiwań badawczych.

W ostatnich latach coraz częściej podejmuje się zagadnienia związane z wykorzystaniem czasu w ogóle, a w szczególności czasu wolnego. Ludzie współcześni mają zwykle więcej czasu wolnego do dyspozycji. Jest to przejaw pozytywnych przemian cywilizacyjnych, jak też wynik patologii objawiających się we współczesnych społeczeństwach np. rosnące bezrobocie. Szczególnie interesujący wydaje się tutaj czas wolny ludzi młodych, czyli kategorii społecznej dysponującej jego stosunkowo dużą ilością. Pomimo wielu zalet, niesie on z sobą poważne niebezpieczeństwo. Może być destruktywny, jeżeli występuje w życiu młodzieży jako tzw. „pusty czas”. Niewystarczająca ilość ofert wolnoczasowych (lub ich niedostosowanie do potrzeb) sprawia, że czas ten może być wypełniony beczynnością i „tanią rozrywką”, co prowadzi do negatywnych zjawisk społecznych (takich jak sieciaholizm, alkoholizm, narkomania czy przestępczość nieletnich) oraz społecznej apatii, marazmu i konsumpcjonizmu.

---

<sup>569</sup> Praca magisterska napisana pod kierunkiem prof. H. Muszyńskiego na Wydziale Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu Adama Mickiewicza w Poznaniu („Rola sportu w aktywności wolnoczasowej i planach życiowych młodzieży”).

Zasadne wydaje się więc stwierdzenie, że przed pedagogami (wychowawcami, nauczycielami, animatorami czasu wolnego, trenerami itd.) stoi zadanie wysunięcia pod adresem młodzieży takich form spędzania czasu wolnego, które będzie ona chciała dobrowolnie podejmować i które jednocześnie pozwolą na realizację podstawowych funkcji czasu wolnego (odpoczynku, zabawy, pracy nad sobą<sup>570</sup>). Liczne badania, w tym także moje, prowadzą do wniosku, że te funkcje może spełniać sport.<sup>571</sup> Jest on jednym z najpopularniejszych zajęć wolnoczasowych młodzieży.

Wybór sportu jako dziedziny życia społecznego, której miały dotyczyć moje badania, wymagał następnie bliższego określenia zjawisk, którymi zamierzałem się zająć. Wszak sport jest sferą bardzo złożoną i może być rozpatrywany w różnych aspektach. Zdecydowałem, że będę poszukiwał wiedzy na temat sportu w odniesieniu do kultury czasu wolnego młodzieży.

Sport był już przedmiotem wielu analiz naukowych, jednak ukazanie go jako zjawiska kulturowego, z wszystkimi konsekwencjami takiego spojrzenia; ukazanie go jako zjawiska także dynamicznego elementu kultury młodzieżowej, otwiera, w moim przekonaniu, nowe możliwości przygotowania oferty wolnoczasowej dla młodych ludzi, jak i sposobów organizacji tego czasu przez specjalistów.

Pełne sformułowanie przedmiotu moich badań pozwoliło mi przejść do wyłonienia ich dokładnych celów. Ich przedstawieniem i omówieniem zajmę się obecnie.

## 5.2. Cele badań

Pod mianem celów badawczych będę rozumiał określenie wiedzy, którą zamierzam w swych badaniach ustalić. Zgodnie z przyjętą i stosowaną przeze mnie strategią badań, wyłonienie i postawienie przed sobą określonych celów badań jest pierwszym krokiem, po sformułowaniu zakresu (tematu) badań, w opracowaniu ich koncepcji.

Znaczenie celowości badań naukowych dostrzega Jerzy Brzeziński, który twierdzi, że „nie każde poznanie może być uznane za poznanie naukowe. Aby można je było za takie uznać, musi ono realizować określone cele”<sup>572</sup>. Sformułowanie celów badawczych ułatwia skierowanie aktywności badacza na pewien określony obszar rzeczywistości. O celu danego działania mówimy wówczas, gdy dysponujemy jakimś wyobrażeniem takiego stanu rzeczy, do którego w wyniku tego działania chcielibyśmy doprowadzić. Można więc powiedzieć, że

---

<sup>570</sup> Orłowska M., Przymus..., op. cit., s. 62-63.

<sup>571</sup> Por. Kamiński A., Czas wolny i jego problematyka społeczno-wychowawcza, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław – Warszawa – Kraków, 1965; Pięta J., Pedagogika czasu wolnego, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004.

<sup>572</sup> Brzeziński J., Metodologia badań psychologicznych, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004, s. 30.

„przez cele badawcze rozumiemy sformułowania, za pomocą jakich badacz określa, do ustalenia jakiej wiedzy zamierza dojść dzięki określonym czynnościom badawczym”.<sup>573</sup> Badacz musi dokładnie wiedzieć, do zdobycia jakiej wiedzy chce dążyć. Określenie zamierzeń badawczych jest możliwe po odbyciu odpowiednio ukierunkowanych, a co za tym idzie selektywnych, studiów nad literaturą przedmiotu.

Ustalenie celów badawczych nadaje porządku całemu postępowaniu badawczemu. Cele wprowadzają jasność czynności i konkretność, co do tego, jakie dane gromadzić. Za Heliodorem Muszyńskim przyjąłem, że wiedza, którą zdobywany poprzez czynności badawcze, może spełniać trzy główne funkcje poznawcze. Są nimi:

1. Funkcja diagnostyczna, która polega na tym, że w badaniu dąży się do uzyskania wiedzy opisującej daną rzeczywistość, a więc do ustalenia zjawisk, obiektów lub procesów, jakie w tej rzeczywistości występują oraz do opisywania właściwości (cech), jakimi badane zjawiska lub obiekty się charakteryzują.
2. Funkcja wyjaśniająca polegająca na dochodzeniu do wiedzy o różnego rodzaju zależnościach lub związkach między zjawiskami lub procesami.
3. Funkcja prakseologiczna, która polega na zdobywaniu wiedzy o skuteczności różnych działań oraz o warunkach, od których skuteczność ta zależy.<sup>574</sup>

Powyższy podział odnosi się także do rodzajów celów badawczych, wśród których można wyróżnić cele: opisowe (diagnostyczne), wyjaśniające i praktyczne. W przeprowadzonym postępowaniu badawczym postawiłem przed sobą cele diagnostyczne (opisowe).

Sam temat badań, nawet jeśli sformułowany jest precyzyjnie i zawiera w sobie problem główny, nie jest jeszcze na tyle skonkretyzowany, aby określić, jakie dane należy zebrać, aby dojść do poszukiwanej wiedzy. Konieczne jest dokładniejsze sprecyzowanie zamierzeń badawczych, czyli sformułowanie listy celów badawczych.

Przystępując do sformułowania celów moich badań stwierdziłem, że ich zakres jest na tyle szeroki, że uzasadnione będzie dokonanie jego podziału, co pozwoli mi bardziej jasno uporządkować listę celów. W rezultacie wydzieliłem 5 działów wyczerpujących zakres planowanych badań. Obecnie przystąpię do wyliczenia tak uporządkowanych celów moich badań.

---

<sup>573</sup> Muszyński H., *Metodologiczne vademecum badacza pedagoga*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2018, s. 73.

<sup>574</sup> *Ibid.*, s. 74-75.

Dział I. Miejsce sportu w budżecie czasu młodzieży. W dziale tym skupiłem się na dążeniu do ustalenia, jakie aktywności wypełniają codzienne życie młodzieży oraz jakie miejsce zajmuje w nim sport. W związku z tym postawiłem przed sobą następujące cele:

- 1. Zbadać budżet czasu młodzieży.**
- 2. Ustalić możliwości i sposoby spędzania czasu wolnego przez młodzież.**
- 3. Zbadać upodobania młodzieży dotyczące spędzania czasu wolnego.**
- 4. Ustalić miejsce zajmowane przez sport w czasie wolnym młodzieży.**

Dział II. Stan uprawiania aktywności sportowej przez młodzież. W obrębie tego działu skupiłem się na dążeniu do ustalenia, jak przedstawia się aktywność sportowa młodzieży, w tym jak bardzo młodzież angażuje się w sport, dlaczego chce go uprawiać oraz gdzie, kiedy i z kim go uprawia. W związku z tym wyłoniłem kolejną grupę celów swych badań. Obejmowała ona:

- 5. Zbadać poziom i rodzaje aktywności młodzieży w zakresie sportu.**
- 6. Zbadać motyw i stopień zaangażowania młodzieży w aktywność sportową.**
- 7. Zbadać okoliczności, w jakich młodzież uprawia sport w czasie wolnym.**

Dział III. Społeczne uwarunkowania aktywności sportowej młodzieży. W trzecim dziale moich celów badawczych zmierzałem do ustalenia, w jakim zakresie sport jest obecny w środowisku społecznym młodych ludzi. Skupiłem się na trzech głównych środowiskach: rodzinie, grupie rówieśniczej i szkole. Lista celów zmierzająca do ustalenia tej wiedzy przedstawiała się następująco:

- 8. Określić formy i poziom uczestnictwa w sporcie w czasie wolnym grupy rówieśniczej, do której przynależą badani.**
- 9. Zbadać formy zainteresowania sportem i sposoby ich zaspokajania w środowisku rodzinnym młodzieży.**
- 10. Zbadać ofertę sportową, jaka stwarzają szkoły.**

Dział IV. Środowiskowe warunki uprawiania aktywności sportowej. W dziele tym skupiłem swoją aktywność na dążeniu do zbadania, jakie są środowiskowe możliwości uprawiania aktywności sportowej przez młodzież w czasie wolnym. Zamierzałem też ustalić, co młodzieży utrudnia aktywność sportową. Aby to zbadać, postawiłem przed sobą następujące cele:

- 11. Określić źródło ofert spędzania czasu wolnego poprzez aktywność sportową.**
- 12. Zbadać dostępność obiektów i urządzeń sportowych w środowisku życia młodzieży.**

**13. Zbadać przeszkody utrudniające młodzieży podejmowanie aktywności sportowej w czasie wolnym.**

Dział V. Sport w biografii jednostki. W obrębie ostatniego działu dążyłem do ustalenia, jaką rolę odgrywa sport w biegu życia w indywidualnych doświadczeniach młodych ludzi. W związku z tym postawiłem przed sobą następujące cele:

**14. Zbadać początki aktywności sportowej młodzieży.**

**15. Zbadać przebieg doświadczeń sportowych młodzieży.**

**16. Określić znaczenie życiowe przypisywane sportowi przez młodzież.**

Sformułowane cele są celami opisowymi, które nie wymagają stawiania hipotez roboczych. Wymagają jednak uszczegółowienia poprzez wyprowadzenie z nich problemów badawczych.

### **5.3. Problemy badawcze**

Etap formułowania problemów badawczych w największym stopniu wpływa na jakość całego postępowania badawczego. Badania naukowe zmierzają do zdobycia pewnej nowej (ale spodziewanej) wiedzy. Sformułowanie celów badań pozwala określić w przybliżeniu, czego mają dotyczyć informacje, które mają zostać pozyskane w drodze postępowania badawczego. Dopiero sformułowanie problemów (a w dalszej kolejności wyłonienie zmiennych i dobór wskaźników) prowadzi do sprecyzowania tego, co konkretnie należy badać.

Janusz Sztumski uznał, że „problemem badawczym nazywamy to, co jest przedmiotem wysiłków badawczych, czyli po prostu to, co orientuje nasze przedsięwzięcia poznawcze”<sup>575</sup>. Jest to pewna niewiedza, której badacz powinien być świadomy i której poszukuje stawiając sobie pytania. Podkreślał to Stefan Nowak, który stwierdził, że „problem badawczy to tyle, co pewne pytanie lub zespół pytań, na które odpowiedzi ma dostarczyć badanie”<sup>576</sup>. Problem to nic innego, jak logiczne ujęcie przeżywanej niewiedzy oraz potrzeby wiedzy, zaś pytanie to gramatyczna konstrukcja wyrażająca sytuację problemową i będącą zarazem językowym odpowiednikiem problemu.<sup>577</sup> Mając to na uwadze, przyjąłem, że problem badawczy przybiera postać pytania, na które badacz poszukuje odpowiedzi.

---

<sup>575</sup> Sztumski J., Wstęp do metod i technik badań społecznych, Wydawnictwo naukowe Śląsk”, Katowice 2005, s. 42.

<sup>576</sup> Nowak S., Metodologia badań socjologicznych, PWN, Warszawa 1970, s. 214.

<sup>577</sup> Muszyński H., Wstęp do metodologii pedagogiki, PWN, Warszawa 1970, s. 177.

Tak rozumiane problemy badawcze pełnią dwie podstawowe funkcje w postępowaniu badawczym. Pierwsza sprowadza się do tego, że badacz w stawianych sobie pytaniach werbalizuje własną ciekawość, zaintrygowanie, poczucie niejasności i niepewności oraz wątpliwości czy trudności, które go nurtują i są podłożem jego poznawczych dążeń. Funkcję tą można nazwać motywującą. Druga natomiast to funkcja ukierunkowująca, ponieważ dzięki pytaniom badacz wie, na czym skupić swoją uwagę i wokół czego rozwinąć czynności poznawcze.<sup>578</sup> Problemy badawcze to więc wyznacznik dalszych procesów myślowych. Dzięki nim badacz uzyskuje jasność co do tego, czego chce się dowiedzieć.

Przy klasyfikowaniu problemów badawczych można posłużyć się tym samym podziałem, który zastosowałem do celów badawczych. Można więc wyróżnić: problemy opisowe (diagnostyczne) – będące pytaniami o jakieś stany rzeczy; problemy wyjaśniające (zależnościowe) – będące pytaniami o związki zachodzące pomiędzy badanymi stanami rzeczy, a jakimiś innymi zjawiskami; problemy praktyczne (techniczne) – będące pytaniami o sposoby wpływania na określone stany rzeczy.<sup>579</sup> Na potrzeby przeprowadzonego przeze mnie postępowania badawczego sformułowałem problemy opisowe. Ich lista przedstawia się następująco:

Dział I. Miejsce sportu w budżecie czasu młodzieży.

**Cel 1. Zbadać budżet czasu młodzieży. Problemy badawcze:**

- 1.1. Jak wiele czasu młodzież poświęca na poszczególne czynności?
- 1.2. Na ile, w ocenie młodzieży, dysponuje ona czasem wolnym?

**Cel 2. Ustalić możliwości i sposoby spędzania czasu wolnego przez młodzież. Problemy badawcze:**

- 2.1. Jakie możliwości spędzania czasu wolnego są oferowane młodzieży?
- 2.2. W jaki sposób młodzież spędza czas wolny?

**Cel 3. Zbadać upodobania młodzieży dotyczące spędzania czasu wolnego. Problemy badawcze:**

- 3.1. Z jakich zajęć w czasie wolnym młodzież korzysta najchętniej?
- 3.2. Jakie sposoby spędzania czasu wolnego młodzież uznaje za najbardziej atrakcyjne?

---

<sup>578</sup> Muszyński H., Metodologiczne vademecum..., op. cit., s. 101.

<sup>579</sup> Ibid., s. 101-102.



3.3. Jakich sposobów spędzania czasu wolnego młodzieży brakuje?

**Cel 4. Ustalić miejsce zajmowane przez sport w czasie wolnym młodzieży.** Problemy badawcze:

4.1. W jakim stopniu sport wypełnia czas wolny młodzieży?

4.2. Na ile sport jest dla młodzieży atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego?

Dział II. Stan uprawiania aktywności sportowej przez młodzież.

**Cel 5. Zbadać poziom i rodzaje aktywności młodzieży w zakresie sportu.** Problemy badawcze:

5.1. Na ile sport jest obecny w życiu młodzieży?

5.2. Jakie są rodzaje kontaktu młodzieży ze sportem w czasie wolnym?

5.3. Jakie są rodzaje aktywności sportowej młodzieży w czasie wolnym?

5.4. Jakie sporty uprawia młodzież w czasie wolnym?

**Cel 6. Zbadać motyw i stopień zaangażowania młodzieży w aktywność sportową.** Problemy badawcze:

6.1. Jakie są motywacje podejmowania przez młodzież aktywności sportowej?

6.2. Jaki jest stopień zaangażowania młodzieży w uprawiany rodzaj aktywności sportowej?

**Cel 7. Zbadać okoliczności, w jakich młodzież uprawia sport w czasie wolnym.** Problemy badawcze:

7.1. Gdzie młodzież uprawia sport w czasie wolnym?

7.2. Z kim młodzież uprawia sport w czasie wolnym?

7.3. Kiedy młodzież uprawia sport w czasie wolnym?

Dział III. Społeczne uwarunkowania aktywności sportowej młodzieży.

**Cel 8. Określić formy i poziom uczestnictwa w sporcie w czasie wolnym grupy rówieśniczej, do której przynależą badani.** Problemy badawcze:

8.1. Na ile sport jest obecny w grupie rówieśniczej, do której przynależą badani?

8.2. Jaka jest częstotliwość kontaktów sportowych w grupie rówieśniczej, do której przynależą badani?

8.3. Jakie dyscypliny sportu są uprawiane w grupie rówieśniczej, do której przynależą badani?

8.4. Jakich wzorów zachowań sportowych dostarcza badanym grupa rówieśnicza, do której przynależą?

**Cel 9. Zbadać formy zainteresowania sportem i sposoby ich zaspokajania w środowisku rodzinnym młodzieży.** Problemy badawcze:

9.1. Na ile sport jest obecny w środowisku rodzinnym młodzieży?

9.2. Kto w rodzinie badanych interesuje się sportem?

9.3. Kto w rodzinie badanych uprawia sport?

9.4. Jacy członkowie rodziny zachęcali badanych do uprawiania sportu?

9.5. Na ile członkowie rodziny zachęcali badanych do uprawiania sportu?

9.6. Jakie dyscypliny sportowe uprawia się w środowisku rodzinnym młodzieży?

**Cel 10. Zbadać ofertę sportową, jaką stwarzają szkoły.** Problemy badawcze:

10.1. Jakie aktywności podejmują uczniowie w ramach wychowania fizycznego w szkole?

10.2. W jakim stopniu lekcje wychowania fizycznego rozbudziły zainteresowania sportowe uczniów?

10.3. Jakie możliwości zaangażowania w sport w szkole mają uczniowie?

10.4. Jaką ofertę pozalekcyjną w zakresie zajęć sportowych proponuje uczniom szkoła?

10.5. Jakie są oczekiwania młodzieży w zakresie oferty sportowej szkoły?

Dział IV. Środowiskowe warunki uprawiania aktywności sportowej.

**Cel 11. Określić źródło ofert spędzania czasu wolnego poprzez aktywność sportową.**

Problemy badawcze:

11.1. Jakie podmioty zgłaszają młodzieży oferty spędzania czasu wolnego poprzez aktywność sportową?

11.2. Jakie sposoby spędzania czasu wolnego poprzez aktywność sportową są oferowane młodzieży?

**Cel 12. Zbadać dostępność obiektów i urządzeń sportowych w środowisku życia młodzieży.** Problemy badawcze:

12.1. Jakie obiekty i urządzenia sportowe są dostępne w środowisku życia młodzieży?

12.2. Jaka jest częstotliwość korzystania z obiektów i urządzeń sportowych dostępnych w środowisku życia młodzieży?

**Cel 13. Zbadać przeszkody utrudniające młodzieży podejmowanie aktywności sportowej w czasie wolnym.** Problemy badawcze:

13.1. Jakie są bariery aktywności sportowej młodzieży?

13.2. Jakie utrudnienia w podejmowaniu aktywności sportowej młodzieży są najbardziej uciążliwe?

13.3. Jakich obiektów i urządzeń sportowych brakuje młodzieży w środowisku jej życia?

Dział V. Sport w biografii jednostki.

**Cel 14. Zbadać początki aktywności sportowej młodzieży.** Problemy badawcze:

14.1. Jakie były pierwsze doświadczenia sportowe młodzieży?

14.2. Jak młodzież ocenia swoje pierwsze doświadczenia sportowe?

14.3. Kto miał wpływ na pierwsze doświadczenia sportowe młodzieży?

14.4. Gdzie miały miejsce pierwsze doświadczenia sportowe młodzieży?

**Cel 15. Zbadać przebieg doświadczeń sportowych młodzieży.** Problemy badawcze:

15.1. Jakie formy aktywności sportowej były podejmowane przez młodzież?

15.2. Jak przebiegał awans sportowy młodzieży?

15.3. Czy i z jakich przyczyn badani przerywali swoją aktywność sportową?

15.4. Jakie role podejmowali badani w sporcie?

**Cel 16. Określić znaczenie życiowe przypisywane sportowi przez młodzież.** Problemy badawcze:

16.1. Na ile sport jest ważny w życiu młodzieży?

16.2. Jak się kształtował stosunek do sportu młodzieży?

Jak już wcześniej powiedziałem, z uwagi na to, iż sformułowane przeze mnie problemy badawcze były problemami opisowymi, to nie było potrzeby stawiania hipotez. Postawienie hipotezy w przypadku problemów opisowych nie ma większego znaczenia, bo jakkolwiek by

ona nie brzmiała i tak tę rzeczywistość należy zbadać i opisać.<sup>580</sup> W odniesieniu do problemów opisowych trudno o jakiegokolwiek hipotezy, ponieważ stan rzeczy może być bardzo różny i niekoniecznie muszą być jakiegokolwiek przesłanki, że ten stan będzie taki, a nie inny. Dodatkowo przyjęcie jakiejś hipotezy w sytuacji, w której trudno wskazać, jaka hipoteza jest najważniejsza może prowadzić do pominięcia zjawisk (być może równie istotnych), których hipoteza nie uwzględnia.

#### **5.4. Zmienne i wskaźniki**

Kolejną czynnością, którą badacz musi podjąć po postawieniu problemów badawczych, jest wyłonienie z problemów zmiennych i dobór do nich wskaźników badawczych. Działania te kończą fazę konceptualizacji badań. Zarówno zmienne, jak i wskaźniki uszczegółwiają problemy badawcze, przy czym zmienne określają dokładniej badane zjawiska ze względu na podstawowe ich cechy, wskaźniki natomiast ustalają, na podstawie jakich danych obserwacyjnych kontrolowane będzie występowanie poszczególnych zmiennych.<sup>581</sup> Bez tego etapu niemożliwe byłoby przeprowadzenie efektywnych badań interesujących nas zjawisk, zdarzeń i faktów. „Po fazie stawiania problemów ogólnych badacz musi zadać sobie ważne pytanie: Jakie obiektywnie ustalone fakty mogą potwierdzić lub też obalić, co przypuszcza, bądź dostarczyć odpowiedzi, na to, o co pyta.”<sup>582</sup> Fakty te muszą być dostępne naszemu poznaniu zmysłowemu i muszą dostarczać nam informacji o konkretnych właściwościach badanych zjawisk.

Sformułowanie listy zmiennych polega więc na wyszczególnieniu tych właściwości badanych zjawisk, o których gromadzimy dane informacje.

Ze względu na relacje między zmiennymi wyróżniamy zmienne występujące w dwojakiej postaci: pojedynczo - jako właściwości, które rozpatrujemy oddzielnie i które składają się na opisy badanego stanu rzeczy; w związkach między sobą – jako właściwości, które współwystępują (mogą tworzyć całe zbiory, które nazywamy zespołami zmiennych), albo też następują po sobie (jako związek przyczynowy).<sup>583</sup>

W swoich badaniach brałem pod uwagę zarówno zmienne ilościowe, których występowanie daje się ująć w odpowiedniej skali; zmienne jakościowe, których występowanie ujmuje się w odrębnych kategoriach; a wreszcie także zmienne opisowe. Te ostatnie mają

---

<sup>580</sup> Ibid., s. 102.

<sup>581</sup> Łobocki M., *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2006, s. 32.

<sup>582</sup> Muszyński H., *Metodologiczne vademecum...*, op. cit., s. 125.

<sup>583</sup> Ibid., s. 137.

zastosowanie w przypadku badania złożonych zjawisk ujmowanych globalnie, takich jak styl życia czy zainteresowania czytelnicze, ponieważ nie odnoszą się do pojedynczych cech badanego obiektu, jak to się dzieje w przypadku zmiennych szczegółowych, a obejmują całe zestawy danych.

Jak już wspomniałem, wyłanianie zmiennych jest ostatnim etapem konkretyzacji w koncepcjonowaniu badań naukowych. Zmienne pozwalają badaczowi zachować pełną jasność i konsekwencję w rozwijaniu i realizacji dalszych etapów operacjonalizacji badań, a więc w zastosowaniu procedury wskaźnikowania, w wyborze metod i technik badawczych, a wreszcie w opracowaniu najbardziej adekwatnych narzędzi badawczych. Tak rozumiane zmienne mają zastosowanie nie tylko w badaniach ilościowych, ale też i w jakościowych. Właściwie sporządzona lista zmiennych daje gwarancję tego, że nic nie zostanie pominięte przy konstruowaniu narzędzia badawczego. Lista zmiennych uświadamia badaczowi, jak przedstawia się całokształt informacji, które musi zdobyć w wyniku badań naukowych.

Po dokonaniu analizy treści problemów badawczych i określeniu ich pojęć kluczowych, wyłoniłem listę zmiennych, która przedstawia się następująco:

- 1.1. Czas, jaki młodzież poświęca na poszczególne czynności.
- 1.2. Stopień, w jakim młodzież dysponuje czasem wolnym.
  - 2.1. Możliwości spędzania czasu wolnego, które są oferowane młodzieży.
  - 2.2. Sposoby spędzania czasu wolnego przez młodzież.
    - 3.1. Zajęcia, z których młodzież w czasie wolnym korzysta najchętniej.
    - 3.2. Sposoby spędzania czasu wolnego, które młodzież uznaje za najbardziej atrakcyjne.
    - 3.3. Brakujące młodzieży sposoby spędzania czasu wolnego.
  - 4.1. Stopień, w jakim sport wypełnia czas wolny młodzieży.
  - 4.2. Stopień, w jakim sport jest dla młodzieży atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego.
    - 5.1. Stopień, w jakim sport jest obecny w życiu młodzieży.
    - 5.2. Rodzaje kontaktu młodzieży ze sportem w czasie wolnym.
    - 5.3. Rodzaje aktywności sportowej młodzieży w czasie wolnym.
    - 5.4. Sporty uprawiane przez młodzież w czasie wolnym.
  - 6.1. Motywy podejmowania przez młodzież aktywności sportowej.
  - 6.2. Stopień zaangażowania młodzieży w uprawiany rodzaj aktywności sportowej.
    - 7.1. Miejsca, w których młodzież uprawia sport w czasie wolnym.
    - 7.2. Osoby, z którymi młodzież uprawia sport w czasie wolnym.
    - 7.3. Czas, w którym młodzież uprawia sport w czasie wolnym.

- 8.1. Stopień, w jakim sport jest obecny w grupie rówieśniczej, do której przynależą badani.
- 8.2. Częstotliwość kontaktów sportowych w grupie rówieśniczej, do której przynależą badani.
- 8.3. Dyscypliny sportu uprawiane w grupie rówieśniczej, do której przynależą badani.
- 8.4. Wzory zachowań sportowych, jakich dostarcza badanym grupa rówieśnicza, do której przynależą.
- 9.1. Stopień, w jakim sport jest obecny w środowisku rodzinnym młodzieży.
- 9.2. Osoby interesujące się sportem w rodzinie badanych.
- 9.3. Osoby uprawiające sport w rodzinie badanych.
- 9.4. Członkowie rodziny, którzy zachęcali badanych do uprawiania sportu.
- 9.5. Stopień, w jakim członkowie rodziny zachęcali badanych do uprawiania sportu.
- 9.6. Dyscypliny sportowe uprawiane w środowisku rodzinnym młodzieży.
- 10.1. Aktywności podejmowane przez uczniów w ramach wychowania fizycznego w szkole.
- 10.2. Stopień, w jakim lekcje wychowania fizycznego rozbudziły zainteresowania sportowe uczniów.
- 10.3. Możliwości zaangażowania w sport w szkole, jakie mają uczniowie.
- 10.4. Oferta pozalekcyjna w zakresie zajęć sportowych proponowana uczniom w szkole.
- 10.5. Oczekiwania młodzieży w zakresie oferty sportowej szkoły.
- 11.1. Podmioty zgłaszające młodzieży oferty spędzania czasu wolnego poprzez aktywność sportową.
- 11.2. Oferowane młodzieży sposoby spędzania czasu wolnego poprzez aktywność sportową.
- 12.1. Obiekty i urządzenia sportowe, które są dostępne w środowisku życia młodzieży.
- 12.2. Częstotliwość korzystania z obiektów i urządzeń sportowych dostępnych w środowisku życia młodzieży.
- 13.1. Bariery aktywności sportowej młodzieży.
- 13.2. Najbardziej uciążliwe utrudnienia w podejmowaniu aktywności sportowej młodzieży.
- 13.3. Obiekty i urządzenia sportowe brakujące młodzieży w środowisku jej życia.
- 14.1. Dane opisowe na temat pierwszych doświadczeń sportowych młodzieży.
- 14.2. Dane opisowe na temat oceny młodzieży swoich pierwszych doświadczeń sportowych.
- 14.3. Dane opisowe na temat osób, które miały wpływ na pierwsze doświadczenia sportowe młodzieży.
- 14.4. Dane opisowe na temat miejsca pierwszych doświadczeń sportowych młodzieży.
- 15.1. Dane opisowe na temat form aktywności sportowej, które były podejmowane przez młodzież.
- 15.2. Dane opisowe na temat sposobu przebiegu awansu sportowego młodzieży.

- 15.3. Dane opisowe na temat przyczyn przerywania aktywności sportowej przez młodzież.
- 15.4. Dane opisowe na temat ról podejmowanych przez badanych w sporcie.
- 16.1. Dane opisowe na temat stopnia ważności sportu w życiu młodzieży.
- 16.2. Dane opisowe na temat sposobu, w jaki kształtował się stosunek do sportu młodzieży.

Wyłonienie zmiennych pozwoliło mi przejść do następnej czynności, jaką jest dobór wskaźników. Są one niezbędne wówczas, gdy przedmiotem badań są zmienne nieobserwowalne. Tak właśnie było w przypadku moich badań. Obejmowały one wszystkie rodzaje zmiennych, a więc ilościowe, jakościowe i opisowe.

Przystępując do doboru wskaźników do zmiennych, jakie zamierzałem badać, przyjąłem, że wszystkie one mogą być uchwytnie obserwacyjnie w zachowaniach osób badanych. Zadanie, przed jakim stanąłem, było znalezienie takich zachowań, które: najbardziej pewnie i niezawodnie będą mówiły coś o wyłonionych zmiennych oraz będą możliwe do ustalenia w planowanych czynnościach badawczych. Wziąłem tu pod uwagę zarówno zachowania werbalne, jak i niewerbalne. Uznałem jednak, że w przypadku moich badań zastosowane mogą być wyłącznie te pierwsze, a wśród nich jedynie takie, które mogę, jako badacz, pozyskać za pomocą odpowiedniej indagacji. Przyjąłem, że pytania, jakie postawię badanym, mogą mieć przede wszystkim charakter sprawozdawczy. Muszą więc skłaniać badanych do udzielania przede wszystkim informacji o ich życiu.

Po tym, jak wyłoniłem zmienne i dobrałem wskaźniki, mogłem przejść do kolejnego etapu mojego postępowania badawczego, a więc wyboru techniki i metody badawczej oraz zaprojektowania narzędzia badawczego.

## **5.5. Metoda i narzędzie badawcze**

Celem moich badań, jak każdych badań empirycznych, było rozwiązanie problemów badawczych. Aby tego dokonać, konieczne było zgromadzenie określonego, możliwie pewnego i wiarygodnego, materiału informacyjnego, mówiącego coś o badanych stanach rzeczy. Nie było to możliwe bez zastosowania odpowiedniego narzędzia badawczego. Badacz dobierający właściwe narzędzie rozstrzyga, w jaki sposób chce dotrzeć do interesujących go faktów, w jaki sposób dokonać ustaleń dotyczących występowania tych faktów oraz jak te ustalenia rejestrować.<sup>584</sup> Zaprojektowanie odpowiedniego narzędzia badawczego zawsze jest poprzedzone wyborem techniki badawczej i metody badań.

---

<sup>584</sup> Ibid., s. 162.

Będąc świadomym tego, że literaturze metodologicznej technika badawcza i metoda badań są różnorodnie definiowane<sup>585</sup> (co prowadzi do wielu nieporozumień na tym gruncie), w swoich badaniach przyjąłem, że technika badawcza jest nadrzędna w stosunku do metody. Oznacza to, że wiele różnych metod może zawierać się w obrębie tej samej techniki.<sup>586</sup> Liczba technik jest zamknięta, a do każdej z nich można przyporządkować metodę, których ilość jest praktycznie nieograniczona.<sup>587</sup> Oznacza to, że w pierwszej kolejności wybrałem technikę badawczą, a następnie dobrałem do niej odpowiednie metody.

Techniką badawczą nazywamy ogólny rodzaj czynności badawczych, za pomocą których są pozyskiwane dane, a metodą opis toku wykonywania w sposób spójny określonych czynności badawczych, prowadzących do pozyskania tych danych.<sup>588</sup> Z uwagi na to, że wskaźnikami w moich badaniach były zachowania werbalne osób badanych, wybrałem technikę pytaniami (indagacyjną). Daje ona badaczowi szerokie możliwości zarówno co do liczby metod, jakie ma do dyspozycji, jak też sposobu indagacji, a więc formy stawiania badanemu pytań. Do techniki tej dobrałem trzy metody: ankiety, wywiadu kwestionariuszowego oraz wywiadu biograficzno-narracyjnego.

Wybrałem metodę ankiety, ponieważ pozwala ona na stosunkowo szybkie przebadanie dość licznej zbiorowości poprzez stawianie badanemu pytań i udzielaniu przezeń odpowiedzi na nie wyłącznie w formie pisemnej i na odpowiednio opracowanym arkuszu. „Ankieta jest niezastąpiona w badaniach pedagogicznych jako narzędzie poznania cech zbiorowości, faktów, opinii o zdarzeniach, danych liczbowych”.<sup>589</sup> Dodatkowo, „bezosobowy charakter ankiety, standardowe pytania, jakie są w niej zawarte, ich kolejność nie tylko ułatwiają opracowanie danych, ale oddziałują także w określony sposób na respondenta, skłaniając go do refleksji nad problemami podjętymi w badaniach.”<sup>590</sup> Niewątpliwą zaletą badań ankietowych jest też ich anonimowość, dzięki której badacz może liczyć na szczere i wyczerpujące odpowiedzi, nawet na kontrowersyjne, czy też intymne tematy.

---

<sup>585</sup> Por.: Łobocki M., *Metody i techniki w badaniach pedagogicznych*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2011, s. 28; Sztumski J., *Wstęp do metod i technik badań społecznych*, PWN, Warszawa 1984, s. 52; Kamiński A., *Metoda, technika, procedura badawcza w pedagogice empirycznej*, (w) Wroczyński R., Pilch T (red.), *Metodologia pedagogiki społecznej*, Zakład Narodowy im. Ossolińskich: Wydawnictwo PAN, Wrocław 1974, s. 56; Nowak S., *Metodologia badań społecznych*, PWN, Warszawa 2007, s. 22; Zaczyński W., *Praca badawcza nauczyciela*, WSiP, Warszawa 1968, s. 16; Pilch T., *Zasady badań pedagogicznych*, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 1995, s. 42.

<sup>586</sup> Muszyński H., *Metodologiczne vademecum...*, op. cit., s. 171.

<sup>587</sup> Ibid., s. 178.

<sup>588</sup> Ibid., s. 170.

<sup>589</sup> Pilch T., *Zasady badań pedagogicznych*, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 1995, s. 87.

<sup>590</sup> Sztumski J., *Wstęp do metod i technik badań społecznych*, PWN, Warszawa 1984, s. 94.



Drugą zastosowaną przeze mnie metodą był wywiad kwestionariuszowy. Był to wywiad ustny, co oznacza, że dane gromadziłem w toku osobiście przeprowadzonej rozmowy z badanym; skategoryzowany, czyli przeprowadzony w oparciu o narzędzie badawcze, jakim był kwestionariusz wywiadu; jawny, czyli taki, w którym poinformowałem badanego jaki jest cel badań; oraz indywidualny, czyli prowadzony w danym czasie tylko z jedną osobą.

Trzecią metodą, którą wykorzystałem w swoich badaniach, była metoda wywiadu biograficzno-narracyjnego. Opiera się ona na założeniu, że „wiedza o społeczeństwie jest zawsze wiedzą „czyjaś” a są takie obszary rzeczywistości społecznej, które możemy poznać jedynie przez ukazanie ich osobistego wymiaru”<sup>591</sup>. Właśnie metoda wywiadu biograficzno-narracyjnego pozwala na uzyskanie niezbędnych informacji z uwzględnieniem indywidualnej drogi życiowej badanego, jego dokonań i niepowodzeń oraz kluczowych momentów jego życia. Taki sposób konstatacji rzeczywistości wydaje się niezwykle przydatny w przypadku badań nad tak indywidualną sprawą, jak uczestnictwo w sporcie w czasie wolnym.

Wywiady, które przeprowadziłem, zmierzały do poznania tzw. biografii tematycznej.<sup>592</sup> Polegały więc na zebraniu danych dotyczących określonej dziedziny życia moich rozmówców, czyli aktywności sportowej. William McKinley Runyan pisał o tym, że przebieg drogi życiowej ma pewne cechy wspólne dla wszystkich ludzi, ma cechy wspólne charakterystyczne dla określonych grup oraz cechy unikalne - właściwe tylko danej jednostce.<sup>593</sup> Wywiady biograficzne oparte na małej próbie poddają dogłębnej analizie jedną lub kilka biografii. Z kolei wywiady biograficzno-narracyjne oparte na większych próbach, jak w moim przypadku, zestawiają wiele losów ludzkich, szukając ogólnych prawidłowości.

Do zgromadzenia materiału faktograficznego, który pozwolił mi na wyprowadzenie odpowiednich wniosków, niezbędne było skonstruowanie narzędzi badawczych, właściwych dla dobranych technik i metod badawczych. W związku z tym opracowałem kwestionariusz ankiety, kwestionariusz wywiadu, a także plan wywiadu biograficzno-narracyjnego. Wykorzystałem też środki pomocnicze w postaci urządzeń technicznych (dyktafonów cyfrowych).

Oba przygotowane przeze mnie kwestionariusze (ankiety i wywiadu) miały postać drukowanego formularza, zawierającego pytania, możliwe odpowiedzi lub miejsce

---

<sup>591</sup> Pilch T., *Zasady...*, op. cit., s. 67.

<sup>592</sup> Włodarek J., Ziółkowski M. (red.), *Metoda biograficzna w socjologii*, PWN, Warszawa – Poznań 1990, s. 17.

<sup>593</sup> Runyan W., *Psychobiography and the Psychology of Science: Understanding Relations Between the Life and Work of Individual Psychologists*, *Review of General Psychology*, 2006, nr 10, s. 147, [https://www.researchgate.net/publication/232547111\\_Psychobiography\\_and\\_the\\_Psychology\\_of\\_Science\\_Understanding\\_Relations\\_Between\\_the\\_Life\\_and\\_Work\\_of\\_Individual\\_Psychologists](https://www.researchgate.net/publication/232547111_Psychobiography_and_the_Psychology_of_Science_Understanding_Relations_Between_the_Life_and_Work_of_Individual_Psychologists), dostęp z dnia: 15.06.2024, godz. 21:39.

przeznaczone do wpisywania odpowiedzi. Narzędzia rozpoczynały się zagajeniem, wprowadzającym w tematykę oraz uświadamiającym ogólne założenia badań (badania miały charakter jawny). Zagajenia te zawierały też zapewnienie o mojej dyskrecji i anonimowości badań. Na ostatnich stronach znalazło się miejsce na metryczki, które pozwalały na zebranie niezbędnych informacji o badanym: jego wieku; płci; miejscu zamieszkania oraz klasie, do której uczęszcza.

Kwestionariusz ankiety zawierał 29 pytań. Było to 7 pytań zamkniętych, 5 półotwartych oraz 13 otwartych. 4 pytania miały formę tabel i uwzględniały stopniowanie odpowiedzi. Po 5 pytań było zaopatrzonych w kafeterię koniunktywną i dysjunktywną. Z kolei w kwestionariuszu wywiadu zamieściłem 11 pytań. Było to 7 pytań otwartych, 3 zamknięte i 1 półotwarte. Trzy z tych pytań miały kafeterię dysjunktywną, a jedno koniunktywną.

Oba narzędzia badawcze były dostosowane do możliwości percepcyjnych osób badanych. Starłem się, aby język, w którym formułowałem pytania, był zbliżony do tego, który używają uczniowie szkół ponadpodstawowych. Przy każdym pytaniu zamieściłem instrukcje dla badanego, aby nie miał wątpliwości, czego od niego oczekuję. Podczas konstruowania narzędzi pamiętałem, że powinny one zawierać jak najmniejszą ilość pytań, które dostarczyłyby możliwie największej ilości danych. Pytania zostały ułożone w takiej kolejności, aby nie zaskakiwały badanych i nie przeskakiwały z tematu na temat.

Trzecim narzędziem badawczym był plan wywiadu biograficzno-narracyjnego. Choć wywiad biograficzno-narracyjny zakłada jak najmniejszą ingerencję ze strony badacza, może być przeprowadzany na podstawie planu. Zawiera on spisane wskazówki, najczęściej w formie listy tematów i zagadnień, które mają być poruszone w wywiadzie, lub też konkretne pytania, które badacz ma zamiar postawić. Badacz inicjuje narrację, ale czasem przerywa ją dodatkowymi pytaniami lub sugestiami co do kierunku rozwoju narracji. Taki wywiad ma formę bliską naturalnej rozmowie.<sup>594</sup> Jeżeli ten plan przybierze postać drukowanego formularza, to możemy mówić o narzędziu badawczym. W moim przypadku były to cztery dyspozycje, które miały ukierunkować wypowiedzi młodych ludzi w taki sposób, aby dotyczyły tematu moich badań. Oto one:

1. Chciałbym, żebyś opowiedział/opowiedziała mi o swojej przygodzie ze sportem. Jak to się stało, że zainteresowałeś/zainteresowałaś się sportem? Kto i co miał wpływ na

---

<sup>594</sup> Łuczewska-Bednarz P., Łuczewski M., Podejście biograficzne, (w) Jemielak D. (red.), *Badania jakościowe. Metody i narzędzia*. Tom 2, Wydawnictwo naukowe PWN, Warszawa 2012, s. 98.

Twoje zainteresowanie sportem? Opowiedz proszę o swoich pierwszych doświadczeniach sportowych.

2. Jak później rozwijała się twoja przygoda ze sportem? Gdzie, jak i w jaki sport się angażowałeś/angażowałaś? Czy masz na swoim koncie jakieś osiągnięcia lub porażki sportowe? A może udało Ci się czegoś nauczyć; zdobyć jakieś kwalifikacje lub rozwinąć jakieś umiejętności?
3. Czy zdarzyło Ci się, że musiałeś/musiałaś rezygnować z aktywności sportowej lub ją przerywać? Jeśli tak, to dlaczego?
4. Na ile sport jest teraz dla Ciebie ważny? Czy zawsze odgrywał on taką samą rolę w Twoim życiu? Jakie wydarzenia miały wpływ na Twój stosunek do sportu?

Po dokonaniu wyboru techniki, metody i narzędzia badań (oraz jego przygotowaniu) przeszedłem do kolejnego etapu, jakim była realizacja badań. Była ona jednak poprzedzona doбором próby. Sposób doboru próby oraz jej charakterystykę przedstawię w następnym podrozdziale.

## **5.6. Dobór próby i jej charakterystyka**

Moje badania zmierzały do ustalenia miejsca sportu, jako potencjalnego, ale bardzo ważnego elementu w kulturze czasu wolnego młodzieży. Zastosowałem metodę ankiety oraz wywiadu skategoryzowanego i biograficzno-narracyjnego. Populacją, którą badałem była młodzież, a dokładniej uczniowie szkół ponadpodstawowych. Próba badawcza została dobrana w sposób losowo-celowy. Badania przeprowadziłem w szkołach ponadpodstawowych z trzech województw: wielkopolskiego, dolnośląskiego i lubuskiego. Szkoły zostały dobrane w sposób losowo-celowy. Szkoły były losowane z list przygotowanych dla każdego z typu szkół oddzielnie (liceów, techników, szkół branżowych). Nie we wszystkich wylosowanych szkołach badania udało się przeprowadzić (część szkół nie odpowiedziała na moją prośbę o badania, w części nie uzyskałem zgody od dyrekcji na badania). W trakcie badań kontrolowałem liczbę uczniów z poszczególnych typów szkół, aby w próbie badawczej zachować proporcje uczniów uczęszczających do liceów, techników i szkół branżowych odpowiadające populacji. Aby zapewnić te proporcje, na końcowym etapie badań losowałem szkoły wyłącznie określonego typu.

Badania ankietowe przeprowadziłem w 62 klasach. Próba badawcza składała się z 1050 uczniów szkół ponadpodstawowych. Spełniła one w dużej mierze wymóg reprezentatywności,

ponieważ proporcje uczniów z poszczególnych typów szkół<sup>595</sup>, ze względu na płeć oraz miejsce zamieszkania<sup>596</sup>, odpowiadały całemu składowi populacji. I tak: 45% badanych stanowili uczniowie liceów, 38% techników, zaś pozostałe 17% to uczniowie szkół branżowych. Reprezentatywność próby została zachowana także pod względem płci osób badanych: 51% stanowiły dziewczęta, zaś 49% chłopcy. W większości byli to mieszkańcy miast, zarówno małych, jak i średnich i dużych. Przyjąłem, że małe miasta liczą do 50 tysięcy mieszkańców, a miasta średnie i duże powyżej 50 tysięcy mieszkańców.

Charakterystykę próby badawczej przedstawiam w tabelach nr 1, 2 i 3.

**Tabela nr 1. Typ szkoły, do której uczęszcza badana młodzież**

**N = 1050**

Typ szkoły	Liczba odpowiedzi	%
Liceum	468	45%
Technikum	399	38%
Szkoła branżowa	183	17%
<b>Suma</b>	<b>1050</b>	<b>100%</b>

Źródło: badania własne

**Tabela nr 2. Płeć badanej młodzieży**

**N = 1050**

Płeć	Liczba odpowiedzi	%
Dziewczęta	537	51%
Chłopcy	513	49%
<b>Suma</b>	<b>1050</b>	<b>100%</b>

Źródło: badania własne

<sup>595</sup> W roku szkolnym 2023/24 uczniowie liceów ogólnokształcących stanowili 44,3% wszystkich uczniów szkół ponadpodstawowych, techników 41,5%, a szkół branżowych 12,8% (pozostali uczniowie uczęszczali do szkół specjalnych przysposabiających do pracy oraz ogólnokształcących szkół artystycznych). Por.: GUS, Edukacja w roku szkolnym 2023/2024 (wyniki wstępne), [https://stat.gov.pl/download/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosc/5488/21/2/1/edukacja\\_w\\_roku\\_szkolnym\\_2023\\_24\\_wyniki\\_wstepne.pdf](https://stat.gov.pl/download/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosc/5488/21/2/1/edukacja_w_roku_szkolnym_2023_24_wyniki_wstepne.pdf), dostęp z dnia: 15.09.2024, godz. 22:47.

<sup>596</sup> W 2021 r. ludność miejska stanowiła 59,8% ogółu ludności, na wsi mieszkało 40,2%. Por.: GUS, Informacja o wynikach Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań 2021 na poziomie województw, powiatów i gmin, <https://stat.gov.pl/spisy-powszechne/nsp-2021/nsp-2021-wyniki-ostateczne/informacja-o-wynikach-narodowego-spisu-powszechnego-ludnosci-i-mieszkan-2021-na-pozomie-wojewodztw-powiatow-i-gmin,1,1.html>, dostęp z dnia: 15.09.2024, godz. 23:25.

**Tabela nr 3. Miejsce zamieszkania badanej młodzieży**  
**N = 1050**

Miejsce zamieszkania	Liczba odpowiedzi	%
Wieś	429	41%
Małe miasto	345	33%
Średnie i duże miasto	276	26%
<b>Suma</b>	<b>1050</b>	<b>100%</b>

Źródło: badania własne

Z całej próby wyłoniłem drogą losowania (po jednym uczniu z każdej klasy) małą próbę złożoną z 37 uczniów, z którą przeprowadziłem wywiad biograficzno-narracyjny. Wywiady przeprowadziłem jednak tylko w 37 z 62 klas (w pozostałych przypadkach nie uzyskałem zgody dyrekcji lub szkoła nie mogła zapewnić mi odpowiednich warunków organizacyjnych do przeprowadzenia wywiadu). Uczniowie byli dobierani w drodze losowania. Próba ta składała się z 19 dziewcząt i 18 chłopców; 19 uczniów liceów, 12 techników oraz 6 szkół branżowych; 17 mieszkańców wsi, 11 mieszkańców małych miast, 9 mieszkańców średnich i dużych miast.

### **5.7. Organizacja i przebieg badań**

Przed przystąpieniem do badań właściwych przeprowadziłem badania pilotażowe. Mają one szczególne znaczenie zwłaszcza w przypadku badań ankietowych, w których badacz nie zawsze może nawiązać bezpośredni kontakt z badanym. Badania pilotażowe stanowią weryfikację naszej wstępnej wiedzy o środowisku, o jego charakterze, zróżnicowaniu, procesach w nim zachodzących oraz są okazją do sprawdzenia poprawności narzędzi badawczych, jakie zostały wybrane i opracowane.<sup>597</sup> Pozwalają więc badaczowi uzyskać przekonanie, co do skuteczności stosowanych przez siebie narzędzi.

W ramach badań pilotażowych przeprowadziłem 4 wywiady skategoryzowane i biograficzno-narracyjne (po 2 z chłopcami i dziewczętami) oraz poprosiłem 15 młodych ludzi o wypełnienie kwestionariusza ankiety (9 chłopców i 6 dziewcząt). Badania te pozwoliły mi sprawdzić, na ile przygotowane przeze mnie narzędzia są trafne i komunikatywne. Okazało się, że nie wymagały one znacznych poprawek. W kwestionariuszu wywiadu dokonałem drobnych korekt w brzmieniu pytań, aby przeprowadzany wywiad w większym stopniu przypominał swobodną rozmowę. Z kolei w kwestionariuszu ankiety doprecyzowałem polecenia do poszczególnych pytań, aby respondenci mieli większą jasność co do tego, czego od nich oczekuję.

<sup>597</sup> Pilch T., *Zasady...*, op. cit., s. 189.

Badania właściwe zrealizowałem od stycznia do marca w 2020 roku oraz we wrześniu 2021 roku. Pierwsza część badań była przeprowadzona w okresie bezpośrednio poprzedzającym pandemię COVID-19 wywoływaną przez wirusa SARS-CoV-2<sup>598</sup>. Nie obowiązywały wtedy jednak żadne ograniczenia z tym związane. Drugą część badań zdecydowałem się zrealizować półtora roku później, czyli wtedy, gdy obowiązywały jedynie łagodne restrykcje (związane z koniecznością zakrywania nosa i ust w niektórych sytuacjach oraz związane z maksymalną liczbą osób niezaszczepionych, która mogła przebywać w danym miejscu). Możliwe jednak było korzystanie z kin, restauracji, obiektów sportowych, dyskotek, hoteli itd.<sup>599</sup> Realizując badania pamiętałem o wskazówkach Tadeusza Pilcha, który uważa, że badania powinny przebiegać sprawnie i trwać możliwie najkrócej<sup>600</sup>. Jednak ze względu na to, że badałem aktywność sportową młodych ludzi w czasie wolnym, zdecydowałem, że drugą część moich badań zrealizuję wtedy, gdy będę mógł zebrać dane, jak najmniej naznaczone sytuacją pandemiczną.

Pierwszym podjętym przeze mnie krokiem było skontaktowanie się z dyrektorami szkół, w których zamierzałem zrealizować badania. Nie z wszystkimi dyrektorami udało mi się spotkać. Jeśli jednak do spotkania dochodziło, to otrzymywałem zgodę na badania. Podczas spotkania z dyrektorem lub wicedyrektorem omawiałem cel badań (czasami prezentowałem narzędzia badawcze). Po przychylnym ustosunkowaniu się do mojej prośby byłem kontaktowany z osobą, która pomagała mi w przeprowadzeniu badań. Najczęściej był to pedagog szkolny lub wicedyrektor, rzadziej wychowawca klasy lub inny pracownik szkoły.

Ze względu na wiek respondentów konieczne było również uzyskanie zgody rodziców lub opiekunów prawnych na przeprowadzenie badań z ich dziećmi. Pomagali mi w tym dyrektorzy, pedagodzy szkolni oraz wychowawcy klas.

Badania odbywały się w szkole, głównie w sali lekcyjnej (najczęściej podczas godzin wychowawczych lub tzw. „okienek”). Przed przystąpieniem do badań ankietowych informowałem uczniów o temacie i celu badań oraz zapewniałem ich o dyskrecji i anonimowości. Badanie to trwało około 40 minut. Podczas badań ankietowych w sali najczęściej obecny był też nauczyciel. Rozdałem 1207 ankiet. 35 ankiet nie zostało zwróconych. Do analizy zakwalifikowałem 1050 ankiet (część ankiet odrzuciłem ze względu

---

<sup>598</sup> KPRM, Premier: Podjęliśmy decyzję o zamknięciu wszystkich placówek oświatowych i szkół wyższych, <https://www.gov.pl/web/premier/premier-podjelismy-decyzje-o-zamknieciu-wszystkich-placowek-oswiatowych-i-szkol-wyzszych>, dostęp z dnia: 15.09. 2024, godz. 23:25.

<sup>599</sup> Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 6 maja 2021 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii (Dz.U. 2021 poz. 861).

<sup>600</sup> Pilch T., Bauman T., *Zasady badań pedagogicznych. Strategie ilościowe i jakościowe*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2010, s. 210.

na to, że nie zostały wypełnione, zostały wypełnione częściowo lub zostały wypełnione w sposób żartobliwy lub lekceważący).

Po zakończeniu badań ankietowych przystępowałem do przeprowadzenia wywiadu skategoryzowanego i biograficzno-narracyjnego. Spośród wszystkich uczniów, którzy wypełniali ankietę w danej klasie losowałem jednego, z którym przeprowadzałem oba wywiady. W wywiadach wzięło udział 37 osób. (badania ankietowe przeprowadziłem w 62 klasach, jednak nie we wszystkich szkołach uzyskałem zgodę na wywiady i nie wszystkie szkoły mogły zapewnić mi odpowiednie warunki do przeprowadzenia wywiadów). Jeżeli wylosowany uczeń wyrażał zgodę na wywiad, to udawałem się z nim do wyznaczonego przez dyrekcję pomieszczenia (zwykle był to gabinet pedagoga szkolnego).

Przed rozpoczęciem wywiadu jeszcze raz informowałem ucznia o celu badań oraz zapewniałem go o ich anonimowości. Informowałem też, że wywiady są nagrywane, a nagranie zostanie wykorzystane wyłącznie do celów naukowych. Oba wywiady trwały łącznie około godziny. W trakcie wywiadu kwestionariuszowego wypełniałem drukowany arkusz i nagrywałem rozmowę na dwóch dyktafonach. Po nim przystępowałem do wywiadu biograficzno-narracyjnego, który był tylko nagrywany.

Z uwagi na to, że ankietę i wywiady były dobrowolne i anonimowe, nie zamierzałem nikogo zmuszać do wzięcia udziału w badaniu lub do odpowiedzi na krępujące go pytanie. Część uczniów skorzystała z tego prawa i odmówiła udziału w ankiecie lub wywiadzie. Jednak żaden z uczniów, z którymi prowadziłem już wywiad nie odmówił udzielenia odpowiedzi na którekolwiek z pytań.

## **6.Kultura czasu wolnego młodzieży. Badania własne**

W rozdziale tym przedstawię wyniki badań skupione wokół celów dotyczących budżetu czasu młodzieży. Skupię się więc, po pierwsze, na ogólnym budżecie czasu młodzieży, w tym także czasu wolnego oraz, po drugie, na możliwościach i sposobach spędzania czasu wolnego przez młodzież, a także, po trzecie, na upodobaniach młodzieży dotyczących spędzania czasu wolnego.

### **6.1.Budżet czasu młodzieży**

Budżet czasu jest stosunkowo częstym przedmiotem badań pedagogicznych. W swoich badaniach przystąpiłem przede wszystkim do ustalenia, jakie czynności wypełniają codzienne życie młodzieży i ile czasu młodzież na nie poświęca.

Aby ustalić, jakie czynności wykonuje młodzież w ciągu doby i ile czasu na nie poświęca, posłużyłem się metodą ankiety. W kwestionariuszu ankiety zamieściłem pytanie o to, ile czasu w ciągu doby badanym zajmuje: szkoła i/lub praca (łącznie z czasem dojazdu); obowiązki domowe (np. sprzątanie, robienie zakupów); zaspokajanie podstawowych potrzeb organizmu (np. spanie, jedzenie); zajęcia czasu wolnego (np. zabawa, rozwój zainteresowań) oraz inne czynności.

Było to pytanie półotwarte. Zawierało zaproponowane przeze mnie kategorie czynności, jakie mogą podejmować młodzi ludzie w ciągu dnia. W badaniach nad budżetem czasu często wyróżnia się więcej kategorii czynności np. osobno traktując czas spędzony w szkole i pracy oraz czas przeznaczony na dojazdy do szkoły i pracy. Zdecydowałem się jednak uprościć kategoryzę i zaproponowałem cztery bardziej pojemne kategorie czynności. Dodałem także możliwość dopisania przez badanych innych czynności. Liczbowy rozkład odpowiedzi przedstawiam w tabeli nr 4.

Jak się okazuje, najwięcej czasu młodzież poświęca na szkołę i/lub pracę (np. pracę dorywczą, praktykę zawodową). Kategoria ta obejmuje również czas poświęcany na dojazdy do i ze szkoły/pracy oraz czas poświęcany na przygotowania do szkoły i/lub pracy np. odrabianie lekcji, naukę przed sprawdzianami.

Drugą w kolejności najbardziej czasochłonną kategorią czynności dnia codziennego młodych ludzi jest zaspokajanie podstawowych potrzeb organizmu, w tym także sen. Kolejne miejsca zajmują zajęcia czasu wolnego oraz obowiązki domowe.



**Tabela nr 4. Czas poświęcany przez młodzież na poszczególne czynności dnia**  
**N = 1050**

Czynności podejmowane przez młodzież w ciągu dnia	Średni czas trwania czynności
szkoła i/lub praca (łącznie z czasem dojazdu)	9 godzin i 19 minut
obowiązki domowe (np. sprzątanie, robienie zakupów)	2 godziny
zaspokajanie podstawowych potrzeb organizmu (np. spanie, jedzenie)	8 godzin i 27 minut
zajęcia czasu wolnego (np. zabawa, rozwój zainteresowań)	4 godziny
inne	14 minut
Suma	24 godziny

Źródło: badania własne

Niewielka liczba badanych, bo jedynie 11%, wymieniła także inne czynności, takie jak praca dorywcza po szkole, działania wolontariackie, przygotowania do konkursów, treningi w klubach sportowych lub zajęcia w kołach zainteresowań. Część z tych zajęć uznawana jest zwykle za aktywności wolnoczasowe. Z uwagi na to, że młodzi ludzie nie zdecydowali się ich zaliczyć do czynności wolnoczasowych, można założyć, że mają one charakter czynności, które można rozpatrywać jako element czasu na wpół wolnego<sup>601</sup>.

Warto zauważyć, że klasyczny podział na czas obowiązków i czas wolny nie zawsze znajduje zastosowanie w bardzo dynamicznym i płynnym budżecie czasu współczesnych nastolatków. Pomimo tego, że granice pomiędzy poszczególnymi czynnościami często są nieostre, badacze zwykle opowiadają się za wyodrębnianiem poszczególnych kategorii w budżecie czasu, które są adekwatne do badanej rzeczywistości.<sup>602</sup> Szukanie wyraźnych granic pomiędzy tymi kategoriami czasu, zwłaszcza pomiędzy czasem wolnym, a czasem zajęтым (czasem obowiązków), umożliwia analizy porównawcze, które mogą być uwzględnione w planowaniu działań zmierzających do organizowania czasu młodych ludzi.

Poddając bardziej szczegółowej analizie dane zawarte w tabeli nr 4 można zauważyć, że stosunkowo dużo czasu zajmuje młodzieży szkoła i/lub praca. Już w pierwszej połowie XIX

<sup>601</sup> Czas na wpół wolny: jest to czas wypełniony zajęciami, które realizowały podstawowe funkcje przypisywane aktywnościom wolnoczasowym, ale przeobraziły się na przykład w dochodowe, a dobrowolność podejmowania czynności zrównała się z koniecznością lub ustąpiła jej miejsca.

<sup>602</sup> Por.: Merz J., *Time Use and Time Budgets: Improvements, Future Challenges and Recommendations*, IZA Discussion Paper, Katalog der Deutschen Nationalbibliothek, Bonn 2009, nr 4358, s. 7, <https://d-nb.info/996971467/34>, dostęp z dnia 20.07.2023, godz. 16.05; Zhang X., Ha L., *Time budget, news search time cost, and news media choice*, *Time & Society*, University of North Texas Library, 2015, nr 24 (2) 201–220, s. 208–209, [https://www.researchgate.net/publication/276900388\\_Time\\_budget\\_news\\_search\\_time\\_cost\\_and\\_news\\_media\\_choice](https://www.researchgate.net/publication/276900388_Time_budget_news_search_time_cost_and_news_media_choice), dostęp z dnia: 20.07.2023, godz. 18.05; Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004, s. 19.

wieku walijski socjalista utopijny, Robert Owen, proponował podział doby na trzy równe części: przeznaczone na pracę, sen oraz odpoczynek<sup>603</sup>. W przypadku młodych ludzi obowiązki szkolne (lub związane z pracą) należy zaliczać do czasu, który Owen zarezerwował na pracę. Moje badania wykazały, że młodzież poświęca na te obowiązki więcej, niż trzecią część doby. Wydaje się to być dużym obciążeniem jej budżetu czasowego. Taki stan rzeczy spowodowany jest niewątpliwie „przeładowaniem” podstawy programowej w szkole, co pociąga za sobą zbyt długi dzień lekcyjny oraz duże obciążenie w zadaniach domowych. Uczniowie poświęcają na obowiązki szkolne więcej czasu, niż ten, który spędzają w szkole. Potwierdzają to odpowiedzi uczniów, którzy na pytanie ankietowe o to, co szkoła może zrobić, aby ułatwić uczniom uprawianie sportu w czasie wolnym odpowiedzieli:

*„Dać uczniom więcej czasu wolnego, ponieważ ja cały swój czas po szkole poświęcam na naukę” (uczennica, 17 lat, kwestionariusz ankiety nr 189)*

*„Zadawać mniej zadań domowych! Robić mniej sprawdzianów! Robić tylko te, które są konieczne” (uczennica, 16 lat, kwestionariusz ankiety nr 450).*

...oraz swobodne wypowiedzi udzielone w trakcie wywiadu biograficzno-narracyjnego:

*„Ja właściwie nie mam czasu wolnego. Prawie cały swój czas przeznaczam na szkołę. Do domu wracam najwcześniej o 15:00, a często o 17:00. Potem coś tam zrobię i siadam do lekcji. Sprawdziany, zadania domowe i powoli już uczę się do matury. Chciałabym gdzieś wyjść i coś zrobić, ale brakuje mi na to czasu. Późnym wieczorem coś obejrzę na telefonie lub posłucham muzyki i idę spać. W weekendy sprzątanie i odsypianie tygodnia. Zwyczajnie padam i śpię do obiadu. Ja właściwie mam czas głównie w wakacje. Wtedy mogę gdzieś wyjechać i zrobić coś dla siebie bez wyrzutów sumienia, że zawalam szkołę.” (uczennica, 19 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 2)*

*„Odkąd jestem w liceum, to nie mam czasu na nic. Kiedyś codziennie spędzałem czas z kolegami. Teraz wracam ze szkoły, zjem obiad i idę się przespać. Potem uczę*

---

<sup>603</sup> Kimber J., Love P., The time of their lives, (w:) Kimber J., Love P. (red.), The time of their lives: the eight hour day and working life, Australian Society for the Study of Labour History, 2007, s. 4, <http://hdl.handle.net/1959.3/158019>, dostęp z dnia: 22.7.2023, godz. 11.11.

*się do nocy. Wstaję o 6:00, znów do szkoły i tak codziennie. (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 4)*

Przeciążenie uczniów pracami domowymi jest zauważane nie tylko przez samych uczniów, ale także przez rodziców i nauczycieli. Znajduje to odzwierciedlenie w różnych inicjatywach społecznych, takich jak „Szkoła Bez Zadań Domowych” czy „Budząca Się Szkoła”.

Moje badania wykazały, że trzecią część doby młodzi ludzie poświęcają na zaspokajanie podstawowych potrzeb organizmu. Możemy do nich zaliczyć sen nocny, czas poświęcany na jedzenie czy też zabiegi higieniczne. Zdecydowanie najwięcej czasu zajmuje w tej kategorii sen. Zapotrzebowanie na sen jest kwestią indywidualną, zależną od wieku, aktywności podejmowanych w ciągu dnia, jak i samej jakości snu. Zakłada się jednak, że zapotrzebowanie na sen w przypadku nastolatków wynosi od 8 do 10 godzin na dobę<sup>604</sup>. Biorąc pod uwagę cały wachlarz czynności wchodzący w skład tej kategorii, można przyjąć, że badani przeznaczają na sen zbyt mało czasu. Jest to zjawisko obserwowane przez badaczy już od wielu lat.<sup>605</sup> Odpowiednio długi i dobry jakościowo sen ma wpływ na kondycję całego organizmu, zapewnia regenerację i prawidłowe funkcjonowanie wielu układów, wpływa na gospodarkę hormonalną i energetyczną organizmu.

Tak więc, jak pokazują moje badania, młodzież znajduje każdego dnia cztery godziny poza wszelkimi obowiązkami. Jest to czas, który młodzi ludzie mogą przeznaczyć na dowolne czynności służące odpoczynkowi, rozrywce i/lub samorozwojowi. Okazuje się, że jest to mniejsza ilość czasu wolnego, niż ta, którą dysponuje przeciętna Polka czy Polak<sup>606</sup>.

---

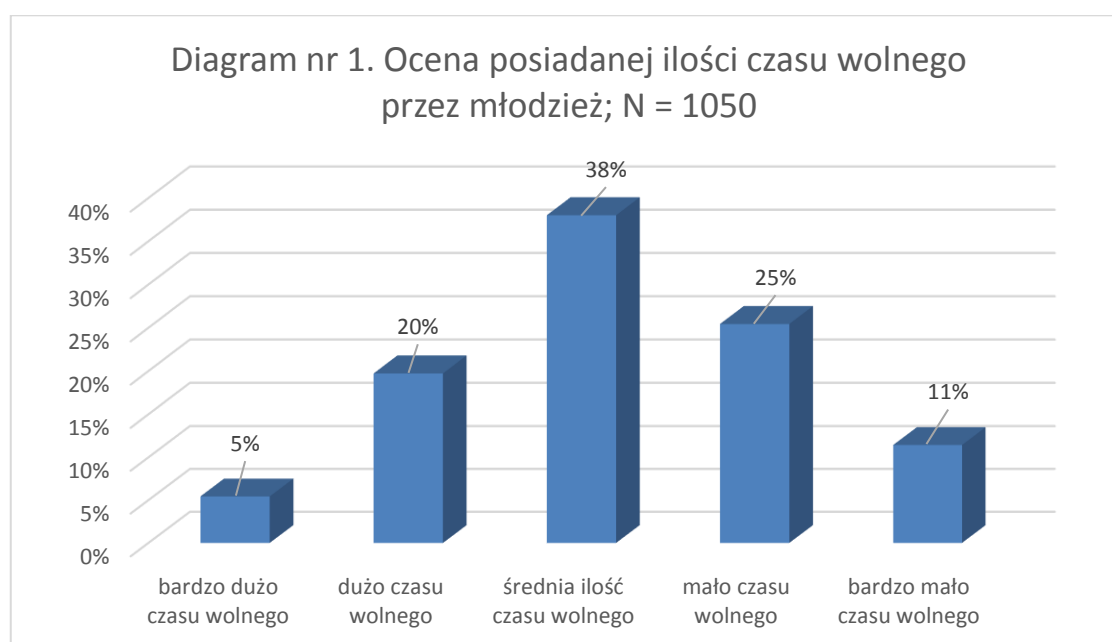
<sup>604</sup> Stalmach M., Jodkowska M., Radiukiewicz K., Oblacińska A., Czas trwania snu u uczniów i jego związek z podejmowanymi zachowaniami zdrowotnymi, *Hygeia public health*, 2016, nr 51, s. 180, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2016/hyg-2016-2-179.pdf>, dostęp z dnia: 22.07.2023, godz. 15.27.

<sup>605</sup> Por. Badania przekrojowe przeprowadzone w 2014 r. w grupie 407 gimnazjalistów i licealistów wykazały, że śpią oni średnio 7 godzin i 30 minut dziennie. Stalmach M., Jodkowska M., Radiukiewicz K., Oblacińska A., Czas trwania snu u uczniów i jego związek z podejmowanymi zachowaniami zdrowotnymi, *Hygeia public health*, 2016, nr 51, s. 182, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2016/hyg-2016-2-179.pdf>, dostęp z dnia: 22.07.2023, godz. 15.27.

<sup>606</sup> Przeprowadzane co 10 lat przez Główny Urząd Statystyczny badania pokazują, że przeciętny Polak miał do dyspozycji: 4 godziny i 6 minut czasu wolnego w 1976 roku, 4 godziny i 30 minut czasu wolnego w 1984 roku, 4 godziny i 52 minuty czasu wolnego w 1996 roku, a po zmianie metodologii badań osoby w wieku 15 lat i więcej miały do dyspozycji 4 godziny i 40 minut czasu wolnego w 2003-2004 i 2013 roku oraz 4 godziny i 21 minut czasu wolnego w 2023 roku. Por. Kolny B., Analiza czasu wolnego w budżecie czasu Polaków, *Handel Wewnętrzny, The Central European Journal of Social Sciences and Humanities*, 2016, nr 2, s. 233, <http://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.desklight-c180cfb0-c8b1-4276-bee8-99052aa4285b>, dostęp z dnia: 22.07.2023, godz. 17.34; Opracowanie własne na podstawie: GUS, Dobowy budżet czasu ludności w 2023 r., <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/warunki-zycia/dochody-wydatki-i-warunki-zycia-ludnosci/dobowy-budzet-czasu-ludnosci-w-2023r-,35,1.html>, dostęp z dnia: 23.07.2024, godz. 23:21; GUS, Badanie budżetu czasu ludności w 2013 r., <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/warunki-zycia/dochody-wydatki-i-warunki-zycia-ludnosci/badanie-budzetu-czasu-ludnosci-w-2013-r-,18,1.html>, dostęp z dnia

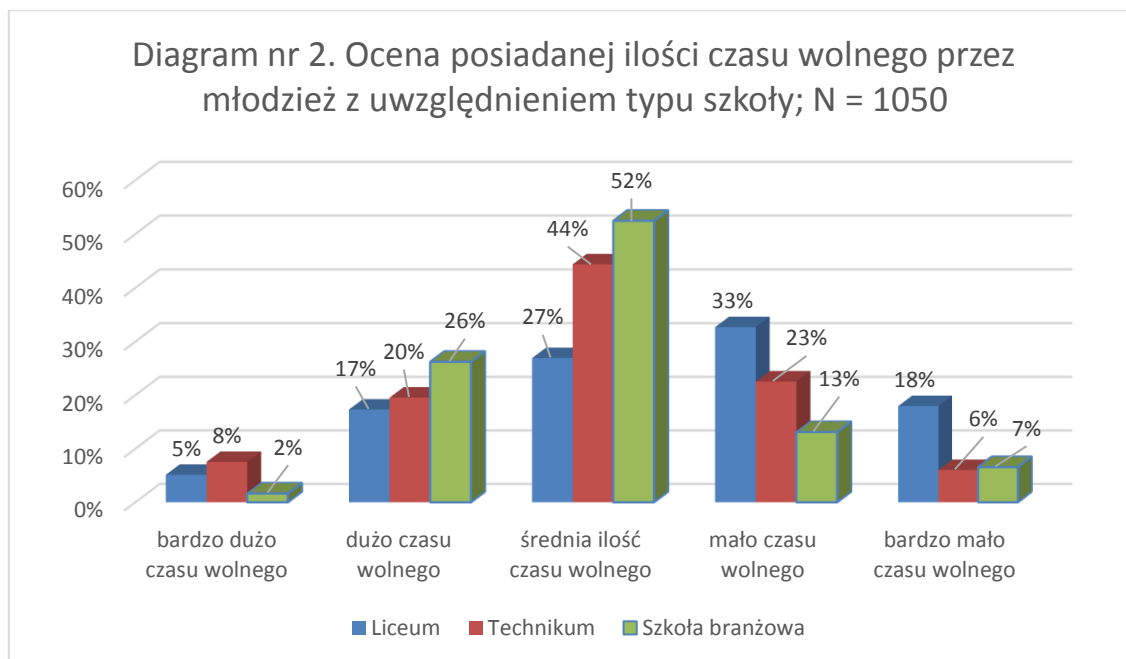
Ustalenie ilości czasu wolnego, mierzonego w godzinach i minutach, jakim dysponują uczniowie szkół ponadpodstawowych, wymaga jednak ważnego uzupełnienia. Czymś innym bowiem jest faktyczna ilość czasu wolnego, a czymś innym subiektywna jego ocena. W swoich badaniach postanowiłem uwzględnić także ten aspekt. Aby to zbadać, w kwestionariuszu ankiety zamieściłem pytanie o ocenę ilości czasu wolnego, jakim dysponują badani.

Pytanie to znalazło się w kwestionariuszu ankiety bezpośrednio po pytaniu o budżet czasowy, w którym respondenci wpisywali w godzinach, ile czasu wolnego posiadają. Mogli więc, po dokonaniu wyliczenia, jaką część ogólnego budżetu dnia zajmuje czas wolny, ocenić subiektywnie jego ilość. Otrzymane odpowiedzi przedstawiają diagramy nr 1 i 2.



Źródło: badania własne

Jak pokazuje procentowy rozkład odpowiedzi przedstawiony na diagramie nr 1, najwięcej osób uznało, że dysponuje średnią ilością czasu wolnego. Pozostali dzielą się na tych, którzy mają za mało czasu wolnego i na tych, którzy mają go dużo, przy czym osoby odczuwające niedostatek czasu wolnego przeważają.



Źródło: badania własne

Aby wyjaśnić, choćby częściowo przyczyny takiego rozrzutu danych w swoich analizach uwzględniłem typy szkół, do których uczęszczają badani. Rozkład danych z uwzględnieniem tego czynnika przedstawia diagram nr 2. Jak pokazują wyniki badań, okazał się on istotny. Uczniowie szkół branżowych oraz techników mają w swej ocenie dużo lub bardzo dużo czasu wolnego, natomiast uczniowie liceów częściej oceniają ilość czasu wolnego, jakim dysponują, jako małą lub bardzo małą.

Na podstawie przedstawionych danych można w uogólnieniu przyjąć, że uczniowie oceniają ilość posiadanego przez siebie czasu jako średnią w wyraźnym odchyleniu pozostałych odpowiedzi w stronę małej i bardzo małej ilości czasu wolnego. Zestawiając dwie skrajne kategorie odpowiedzi wyrażające zadowolenie z ilości posiadanego czasu (25%) z dwiema skrajnymi będącymi wyrazem niezadowolenia (36%), możemy łatwo dostrzec, że te drugie dominują. Przeszło co trzeci uczeń odczuwa niedosyt związany z ilością czasu, jaki ma do własnej dyspozycji.

Analizując wyniki badań można dojść do wniosku, że młodzież jest mocno obciążona obowiązkami szkolnymi, co odbija się na zbyt krótkim czasie przeznaczonym na inne czynności życiowe oraz czas wolny. Młodzi ludzie poświęcają za mało czasu na zaspokajanie podstawowych potrzeb organizmu. Szczególne znaczenie ma tutaj zapewnienie odpowiedniej ilości czasu na sen.

Uzyskane w drodze badań dane wykazały też, że młodzi ludzie mają średnio 4 godziny czasu wolnego każdego dnia. W zestawieniu z pozostałymi kategoriami czas wolny należy

uznać za znaczącą część dnia młodzieży. Przeszło jedna trzecia badanych oceniła jednak ilość swojego czasu wolnego za niewystarczającą. Dane te jednakże nie dają nam pełnego obrazu, jeśli nie weźmiemy pod uwagę tego, jak młodzież spędza swój czas wolny. Tym zagadnieniem zajmę się w teraz.

## **6.2. Możliwości spędzania przez młodzież czasu wolnego we własnym środowisku**

Analiza budżetu czasu uczniów szkół ponadpodstawowych wykazała, że dysponują oni średnio czterema godzinami czasu wolnego każdego dnia. Jak już wcześniej zauważyłem, czas ten jest uznawany za potencjalnie korzystny dla rozwoju społecznego oraz zdrowia fizycznego i psychicznego. Może on służyć zarówno odpoczynkowi, jak i zabawie czy też pracy nad sobą. Każda z tych funkcji może być realizowana przez wiele różnych aktywności. To, które funkcje, i w jakim stopniu, są realizowane, jest uzależnione od rodzajów zajęć wypełniających czas wolny. Ich wybór jest zależny od wielu czynników np. wieku, płci, wykształcenia, warunków ekonomicznych, środowiska społecznego, osobistych preferencji oraz możliwości infrastrukturalnych. Sposoby spędzania czasu wolnego mogą przybierać formę indywidualną lub grupową, która jest szczególnie istotna w procesie socjalizacji. Wreszcie, aktywności w czasie wolnym mogą przybierać formy, które są dla młodych ludzi korzystne lub mieć charakter czynności, które przez pedagogów, psychologów i socjologów są określane jako destruktywne.

Aby zbadać możliwości spędzania czasu wolnego, jakimi młodzi ludzie dysponują, sformułowałem w ankiecie odpowiednie pytanie otwarte, na które badani odpowiadali wymieniając zarówno zajęcia, które mogą uprawiać, jak i miejsca, w których jest to możliwe.

Rozkład odpowiedzi na pytanie o możliwości spędzania czasu wolnego, które ma młodzież, przedstawiają tabele nr 5 i 6.

Dane zamieszczone w tabeli nr 5 prowadzą do wniosku, że zdaniem większości badanych mogą oni uprawiać różne zajęcia o charakterze ruchowym, w tym przede wszystkim sport. W dostępnym młodzieży repertuarze zajęć wolnoczasowych znajdują się także spotkania towarzyskie ze znajomymi oraz bywanie w kinie lub teatrze. Na te możliwości spędzania czasu wolnego mieszkańcy średnich i dużych miast wskazywali dwukrotnie częściej, niż ich rówieśnicy mieszkający na wsi lub w małych miastach. Sporo młodych ludzi widzi też szerokie możliwości uprawiania różnego rodzaju hobby np. fotografowania, gry na instrumencie, rysowania, czytania, uczęszczania na zajęcia teatralne czy też zaangażowania w działalność społeczną (wolontariacką).

**Tabela nr 5. Aktywności, które młodzież może podejmować w czasie wolnym  
N = 1050**

Możliwości spędzania czasu wolnego (aktywności)	Ogółem		Mieszkańcy wsi		Mieszkańcy małych miast		Mieszkańcy średnich i dużych miast	
	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%
Jazda rowerem	291	28%	126	29%	63	18%	102	37%
Uprawianie sportu	570	54%	213	50%	210	61%	147	53%
Spacerowanie	285	27%	123	29%	96	28%	66	24%
Odwiedzanie znajomych i spędzanie z nimi czasu "na mieście"	396	38%	138	32%	93	27%	165	60%
Spędzanie czasu na łonie natury	42	4%	30	7%	6	2%	6	2%
Zwiedzanie lokalnych atrakcji turystycznych	36	3%	9	2%	24	7%	3	1%
Chodzenie do kina, muzeów i teatru	126	12%	33	8%	39	11%	54	20%
Uprawianie się hobby	117	11%	63	15%	39	11%	15	5%
Uczestniczenie w imprezach masowych	18	2%	0	0%	3	1%	15	5%
Zabawa się w pubach, kawiarniach i restauracjach	78	7%	6	1%	24	7%	48	17%
Brak ofert (mogę się nudzić)	51	5%	24	6%	21	6%	6	2%
Brak odpowiedzi	96	9%	42	10%	30	9%	24	9%

Źródło: badania własne

Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi

Moi respondenci wskazali też miejsca w środowisku ich zamieszkania, w których można uprawiać zajęcia czasu wolnego. Zestawienie ich odpowiedzi na ten temat zawiera tabela nr 6.

Jak się okazuje, badana młodzież widzi cały szereg miejsc, w których jest możliwe spędzanie czasu wolnego poza domem. Są to zarówno instytucje kulturalne, jak też placówki i urządzenia rekreacyjne, wśród których dominują boiska i hale sportowe. Ważne miejsce zajmują także środowiskowe instytucje zajmujące się organizacją czasu wolnego. Są to zarówno kluby i szkoły oferujące zorganizowane zajęcia sportowe (specjalizujące się w najpopularniejszych dyscyplinach sportowych, takich jak: piłka nożna, siatkówka, koszykówka, lekkoatletyka, pływanie oraz kluby sztuk walki, szkoły tańca sportowego, szkoły jazdy konnej, ośrodki szkolenia lotniczego itd.), jak również instytucje oferujące zorganizowane zajęcia kulturalne i edukacyjne (domy kultury i inne ośrodki kultury, w tym

biblioteki, kluby osiedlowe, kluby zainteresowań, szkoły muzyczne, świetlice środowiskowe, remizy strażackie, harcówki itp.). Dla przykładu podaję dwie wypowiedzi moich rozmówców, którzy dostrzegają liczne miejsca, w których mogą spędzać swój czas wolny:

*„W mojej okolicy jest sporo ścieżek rowerowych, na których mogę jeździ rowerem lub na rolkach. Niedaleko jest też las i zalew. Wokół tego zalewu też jest ścieżka i często tam chodzę. Chodzę też na zajęcia kulinarne. To jest w miejscowości obok, w kole gospodyń wiejskich. Mamy Orliki i skatepark, ale ja z niego akurat nie korzystam. Mamy kino, teatr i galerie. W galerii jestem często, czasami chodzę też do kina. Oprócz tego, co chwilę różne instytucje coś organizują, jakieś imprezy... pikniki, koncerty, pożegnanie lata, dni miasta. Latem to co tydzień coś jest.”*  
(uczennica, 15 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 11)

*„Nawet coś się dzieje. Mamy dobrze działającą radę sołecką i fajną sołytską. Robią, robimy, bo ja też tam działałam, kilka akcji każdego roku. Dożynki, Noc Kupały, ogniska, wycieczki, pokazy ciągników, dzień rodziny i dużo więcej. Mamy boiska i plac zabaw. Mamy świetlicę i tam możemy się spotkać. Możemy tam grać w ping ponga. Mamy bibliotekę, która też organizuje różne akcje. Na boiskach szkolnych i w parku są zawody, a w hali zimą liga piłkarska i turnieje piłkarskie i koszykarskie np. z okazji WOŚP.”*  
(uczeń, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 34)

Okolo co dziesiąty badany nie udzielił odpowiedzi na pytanie o możliwe miejsca spędzania czasu wolnego. Niestety, pewna część młodzieży nie dostrzega w środowisku, w którym żyje takich miejsc (lub miejsca te nie są dla niej atrakcyjne). Świadczą o tym między innymi następujące wypowiedzi moich rozmówców:

*„Mieszkam w małej miejscowości, w której nic się nie dzieje. Nawet żaden autobus tam nie dojeżdża. Kiedyś działało jakieś koło gospodyń wiejskich, ale już nie działa. Żeby cokolwiek zrobić, to trzeba dojechać do miasta. Ale na to trzeba czasu i muszę prosić tatę. Z koleżankami wychodzimy gdzieś właściwie tylko w weekendy.”*  
(uczennica, 19 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 2)

*„Kilka lat temu się tu przeprowadziliśmy. Wcześniej mieszkaliśmy na wsi. Niby miasto, ale nie ma gdzie wyjść. Nie ma żadnych fajnych klubów. Basen nie działa*



*od kilku lat, a kino jeszcze dłużej. Można tylko pójść w niedzielę na mecz i coś tam się dzieje w domu kultury. Ale to nie dla mnie.” (uczennica, 19 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 1)*

**Tabela nr 6. Miejsca, w których młodzież dostrzega możliwości spędzania wolnego czasu**

**N = 1050**

Możliwości spędzania czasu wolnego (miejsca)	Ogółem		Mieszkańcy wsi		Mieszkańcy małych miast		Mieszkańcy średnich i dużych miast	
	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%
Boiska i hale sportowe	294	28%	120	28%	108	31%	66	24%
Siłownie	111	11%	27	6%	33	10%	61	22%
Pływalnie	72	7%	6	1%	42	12%	24	9%
Ścieżki piesze i rowerowe	321	31%	135	31%	42	12%	144	52%
Parki	249	24%	75	17%	99	29%	75	27%
Nad jeziorem	90	9%	63	15%	21	6%	6	2%
Podwórko	126	12%	63	15%	48	14%	15	5%
W miejscowości zamieszkania ("na mieście")	417	40%	144	34%	129	37%	144	52%
Puby, kawiarnie i restauracje	123	12%	9	2%	27	8%	87	32%
Kluby i szkoły oferujące zorganizowane zajęcia sportowe	66	6%	3	1%	30	9%	33	12%
Instytucje oferujące zorganizowane zajęcia kulturalne i edukacyjne	78	7%	33	8%	27	8%	18	7%
Kina, muzea i teatry	75	7%	9	2%	24	7%	42	15%
Inne miejsca	24	2%	6	1%	15	4%	3	1%
Brak możliwości (mogę się nudzić)	18	2%	9	2%	6	2%	3	1%
Brak odpowiedzi	117	11%	48	11%	39	11%	30	11%

Źródło: badania własne

Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi

Z pedagogicznego punktu widzenia szczególnie cenne są zajęcia czasu wolnego organizowane przez wyspecjalizowane instytucje dysponujące kadrą instruktorów, trenerów, a nierzadko pedagogów i psychologów. Badania wykazały, że zaledwie po kilka procent uczniów szkół ponadpodstawowych wskazało na kluby i szkoły oferujące zorganizowane zajęcia sportowe oraz instytucje oferujące zorganizowane zajęcia kulturalne i edukacyjne. Można przypuszczać, że ich oferta jest uboga, nie jest ona znana młodym ludziom lub nie jest na tyle

ważna, aby podawać ją jako jedną z najistotniejszych możliwości w zakresie spędzania czasu wolnego.

Szczegółowa analiza danych pozwala na sformułowanie wniosku, że znaczącą możliwością organizacji czasu wolnego dla młodych ludzi jest spędzanie go na łonie natury: w parkach, na ścieżkach pieszych i rowerowych, w tym na polach i w lesie. Można zauważyć, że młodzi mieszkańcy wsi częściej od młodzieży zamieszkującej miasta wymieniali jeziora, jako możliwe miejsca spędzania czasu wolnego. Z kolei młodzież zamieszkująca średnie i duże miasta w większym stopniu od swoich rówieśników z małych miast i wsi dostrzega możliwości spędzania czasu wolnego polegające na wykorzystaniu ścieżek pieszych i rowerowych. Obcowanie z naturą w parkach i lasach wiąże się najczęściej z ruchem (jazdą rowerem, bieganiem lub spacerowaniem). Tego rodzaju aktywność może być źródłem dobrego zdrowia i samopoczucia, może działać uspokajająco i pozwala się wyciszyć.

Podsumowując tę część moich badań, dochodzę do wniosku, że młodzież w swoim środowisku życia widzi dość szerokie możliwości spędzania czasu wolnego i to w najrozmaitszych formach. Dominują tu różnego rodzaju zajęcia ruchowe, w tym przede wszystkim sport, ale wiele miejsca zajmują także zajęcia towarzyskie lub kulturalne. Okazuje się także, że młodzież w swojej najbliższej okolicy dostrzega różne miejsca, w których mogłaby spędzić swój czas wolny, jakkolwiek nie dotyczy to wszystkich.

Powstaje teraz pytanie, czy te możliwości i te miejsca są przez młodzież rzeczywiście wykorzystywane (a dokładniej mówiąc, w jakim stopniu i w jaki sposób). Tym zajmę się w następnej części tego rozdziału.

### **6.3. Sposoby spędzania czasu wolnego przez młodzież**

W dotąd zreferowanych badaniach chodziło o ustalenie, jakimi możliwościami spędzania czasu wolnego dysponuje młodzież. Teraz natomiast skoncentruję się na tym, jak te możliwości są wykorzystywane. W tym celu postawiłem moim badanym trzy pytania otwarte. Dotyczyły one: 1) tego, na co uczniowie szkół ponadpodstawowych przeznaczają swój czas wolny; 2) tego, gdzie ten czas najczęściej spędzają oraz 3) tego, z kim ten czas spędzają. Przede wszystkim zajmę się tym, jakie zajęcia wypełniają młodzieży czas wolny. Tego dotyczyło pytanie otwarte, jakie postawiłem badanym. Ich odpowiedzi zestawilem liczbowo i procentowo w tabeli nr 7. Obliczeń dokonałem osobno dla obu płci.

**Tabela nr 7. Zajęcia uprawiane przez młodzież w czasie wolnym**  
**N = 1050**

Rodzaj czynności	Ogółem		Liczba odp. K		Liczba odp. M	
		%	K	% K	M	% M
Aktywność ruchowa	420	40%	147	29%	273	51%
Jazda rowerem	189	18%	78	15%	111	21%
Spacery	153	15%	84	16%	69	13%
Oglądanie seriali, filmów i meczów	294	28%	165	32%	129	24%
Przeglądanie Internetu i portali społecznościowych	237	23%	150	29%	87	16%
Granie w gry komputerowe	315	30%	69	13%	246	46%
Czytanie	105	10%	84	16%	21	4%
Słuchanie muzyki i gra na instrumencie	102	10%	57	11%	45	8%
Zajmowanie się hobby	228	22%	138	27%	90	17%
Zabawa w pubach i restauracjach	75	7%	36	7%	39	7%
Spotkania ze znajomymi	492	47%	270	53%	222	41%
Spędzanie czasu z rodziną	78	7%	72	14%	6	1%
Spędzanie czasu w domu	96	9%	66	13%	30	6%
Wypoczynek bierny	366	35%	195	38%	171	32%
Inne	18	2%	9	2%	9	2%
Brak odpowiedzi	12	1%	3	1%	9	2%

Źródło: badania własne

Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi

Przedstawione w tej tabeli dane nie dają pełnego obrazu badanej rzeczywistości, gdyż badani wymieniają rodzaje zajęć uprawiane przez siebie w czasie wolnym, lecz nie informują, jak często je uprawiają. W analizie danych musimy więc założyć, że badani wymieniają te zajęcia, które uprawiają najczęściej lub najchętniej. Lista ta nie wyklucza więc tego, że w czasie wolnym dana osoba może uprawiać także inne zajęcia. Co więcej, można zakładać, że w każdym przypadku tak w istocie jest. Mając na uwadze te możliwe niedokładności, możemy jednak ustalić, jakie zajęcia dominują w czasie wolnym badanych.

Wyniki badań prowadzą do wniosku o dość dużym rozrzucie rodzajów uprawianych zajęć wolnoczasowych. Różnorodność treści zachowań podejmowanych w czasie wolnym jest istotnym elementem współczesnej kultury czasu wolnego młodzieży. Różnorodność ta znajduje swoje odzwierciedlenie w sposobach bycia, zachowaniu oraz sposobach współdziałania z innymi ludźmi podczas wykonywania różnych czynności w czasie wolnym.

Spora część młodych ludzi podejmuje aktywność ruchową, w tym także uprawia jakąś dyscyplinę sportową. Aktywność ta przyjmuje różne formy rekreacji ruchowej, zabaw ruchowych, gimnastyki czy też sportu. Tego rodzaju zajęcia dominują u chłopców. Dla

zobrazowania tych aktywności przytoczę wypowiedzi młodych ludzi uzyskane podczas wywiadu biograficzno-narracyjnego:

*„Codziennie do szkoły dojeżdżam rowerem. Jedyne zimą lub jak pada, to jeżdżę autobusem lub zawożę mnie rodzice. Gram w piłkę u siebie w miejscowości. Staram się być na treningach, ale ostatnio jestem tylko w piątki i potem zwykle w niedzielę mamy mecz. Na co dzień trochę się rozciągam. Wieczorami gramy z kolegami w ping ponga. Mamy w okolicy stoły. Sami je sobie zorganizowaliśmy. (...) Jak mam czas, to jeszcze strzelam z wiatrówki. Zwykle z tatą. A raz na jakiś czas chodzę z kolegami na lasermaniaka [paintball laserowy] i raz na jakiś czas na ASG [ASG: Air Soft Gun – urządzenie rekreacyjno-sportowe w postaci repliki broni strzeleckiej; Airsoft – gra zespołowa polegająca na odzwierciedlaniu potyczek oddziałów zbrojnych przy wykorzystaniu replik broni strzeleckiej].” (uczeń, 19 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 15)*

*„Spotykamy się zwykle na Orliku. Zawsze jest tam dużo ludzi. Czasami w coś gramy, a czasami robimy inne rzeczy. Siedzimy na ławce, gadamy i patrzymy, jak inni grają. Gramy w siatkówkę lub w zbijaka. Czasami gramy też w „Króla”. Chodzi o to, że rzucamy do kosza z różnych miejsc. Przegramy staję pod koszem i reszta rzuca w niego piłką. Zawsze to jest motywacja, żeby się trochę postarać. Nikt nie chce oberwać piłką.” (uczeń, 15 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 26)*

*„Jak mam czas, to idę biegać. Biegam tak dwa lub trzy razy w tygodniu. Biorę telefon i słuchawki i włączam muzykę ze Spotify lub jakieś podcasty. Próbowałam z audiobookami z lekturami, ale nic z tego nie pamiętam. Ale biegam głównie latem. Jak jest szkoła lub jest zimno, to sobie ćwiczę w domu albo odpalam na konsoli „Just Dance” lub „Zumbę”. (...) Dość często jeżdżę też z rodzicami i siostrą w góry. Przynajmniej raz w roku jesteśmy w Tatrach polskich lub słowackich i się wspinamy.” (uczennica, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 33)*

Dużą popularnością cieszą się też zajęcia rozrywkowe, opierające się w dużej mierze o wykorzystanie nowych mediów<sup>607</sup>. Stały się one stałym elementem życia codziennego młodych

---

<sup>607</sup> Nowe media są tu rozumiane jako cyfrowe formy komunikacji i rozpowszechniania informacji, takie jak Internet, media społecznościowe, różnorodne urządzenia mobilne i platformy streamingowe. Por.: Dhiman B.,

ludzi. Uczniowie szkół ponadpodstawowych w swoim czasie wolnym korzystają z różnych urządzeń, które mają dostęp do Internetu. Telefon i komputer służą młodzieży do komunikowania się, poszukiwania informacji, oglądania seriali, filmów i sportu, a także słuchania muzyki. Świadczą o tym następujące wypowiedzi moich rozmówców:

*„Dość dużo przesiaduję na telefonie. Wykorzystuję go do szkoły i do kontaktów z moją ekipą. Mamy grupy na Messengerze i na Whatsappie. To są grupy szkolne, bardziej oficjalne i takie prywatne. (...) Oglądam w Internecie seriale i słucham muzyki. Najczęściej na telefonie lub tablecie. Nie mam w pokoju telewizora. Nawet laptopa rzadko włączam. Wieczorami oglądam seriale, głównie korzystam z Netflixa. Czasami wykupuję np. HBO, jak jest tam coś fajnego do obejrzenia. (...) Czy mam Facebooka? Tak, ale korzystam z niego tylko żeby kogoś podejrzeć. Większość moich znajomych ma na nim konto, ale mało kto z niego korzysta na co dzień. Na Facebooku to siedzi moja mama. Wolę Insta [Instagrama] czy nawet TikToka. Lubię oglądać rolki.” (uczennica, 15 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 13)*

*„Lubię grać w gry! Gram czasami w planszówki, ale częściej w gry komputerowe. Gram na konsoli. Mam Xboxa i Playa [Playstation]. Xboxa mam nowego, a Playa już dosyć starego. Zwykle gram przez sieć. (...) Czy gram ze swoimi kolegami? Czasami tak. Ale gram z ludźmi z całego świata. Mamy różne grupy i gadamy tam o różnych rzeczach. Nie tylko o grach. Właściwie to z tymi znajomymi spędzam tyle samo czasu, co z tymi w realu. Najbardziej lubię grać w strzelanki i piłkę nożną. Gram też w Cyberpunka, Assasina i Wiedźmina.” (uczeń, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 9)*

*„Korzystam z telefonu, gdy tylko mogę. W domu twierdzą, że jestem uzależniona, ale bez przesady. Większość ludzi tyle korzysta, ale nie każdy się przyznaje. Oglądam seriale na Netflixie, zwykle wieczorami. Lubię TikToka. Mam też kanał na YouTube. Nie oglądam telewizji, bo tam same reklamy. Wszystkich informacji szukam w necie. (...) Kiedy mam na to czas? Głównie wieczorami, ale właściwie cały czas. Podczas przerw, a autobusie. Rolki są krótkie i można je oglądać zawsze*

*i wszędzie. Serial czy muzykę sobie włączam czasami nawet jak coś robię innego.”*  
(uczennica, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 20)

W wypowiedziach uczniów szkół ponadpodstawowych można dostrzec ważną cechę kultury czasu wolnego młodzieży. Różne aktywności wolnoczasowe mogą występować zarówno w formie ustrukturyzowanej, jak i fakultatywnej. Zwróciła na to uwagę Dorota Mroczkowska, która twierdzi, że doświadczanie czasu wolnego coraz częściej jest epizodyczne i nieregularne. Oznacza to, że czas wolny nie stanowi jedynie stałej wartości w ciągu dnia, a pozwala na budowanie prywatnych subprzestrzeni i wyszukiwanie chwil dla siebie.<sup>608</sup> Przerwywanie w ten sposób codziennych obowiązków jest możliwe poprzez aktywności, które są łatwo dostępne i których nie trzeba wcześniej planować. Można więc przypuszczać, że przeglądanie portali społecznościowych, czy też oglądanie seriali w Internecie, może stanowić tego rodzaju ucieczkę od monotonii codziennych obowiązków.

W sposobach spędzania czasu wolnego zaznaczają się też różnice między płciami. O ile chłopcy częściej grają w gry komputerowe, to u dziewcząt większym wzięciem cieszy się oglądanie filmów, czytanie oraz spotkania towarzyskie. Dziewczęta częściej od chłopców też spędzają czas wolny w domu z rodziną. Jedni i drudzy także chętnie odpoczywają w sposób bierny.

Istotnym dopełnieniem przedstawionego obrazu są także dane dotyczące tego, w jakich miejscach młodzież najczęściej spędza swój wolny czas. Odpowiedzi badanych na pytanie w tej kwestii przedstawia tabela nr 8. Pokazuje ona dane liczbowe i procentowe z rozbiciem na te, które dotyczą czasu po zajęciach szkolnych, dni wolnych od zajęć szkolnych oraz okresu wakacji.

Jak pokazują wyniki badań, najczęstszym miejscem spędzania czasu wolnego jest dom rodzinny. Dotyczy to nawet dni wakacyjnych (choć w mniejszym stopniu). Istotnym miejscem spędzania czasu wolnego są także różne obiekty sportowe oraz wolna przestrzeń w środowisku zamieszkania. Z infrastruktury sportowej w swoim czasie wolnym korzysta podobna liczba osób, niezależnie od tego, czy jest to czas wolny po zajęciach w szkole, czy też są to dni wolne od zajęć lekcyjnych lub wakacje. Inaczej sytuacja przedstawia się w przypadku czasu spędzanego poza domem „na świeżym powietrzu”. Czas wolny w tych miejscach młodzież

---

<sup>608</sup> Mroczkowska D.I., Czas wolny – o codziennych i niecodziennych scenariuszach doświadczania (w:) Turystyka i czas wolny – wolność wyboru w postpandemicznym świecie, Studia humanistyczne AGH. Społeczeństwo – Kultura – Technologia, Półrocznik Akademii Górniczo-Hutniczej im. St. Staszica, nr 22, Kraków 2023, s. 27.

spędza dwukrotnie częściej w dni wolne od zajęć lekcyjnych i w wakacje, niż w dni powszednie. Dla przykładu podaję dwie wypowiedzi młodych ludzi na ten temat:

*„W tygodniu mam mało czasu i jak mam jakiś czas wolny, to i tak zwykle siedzę w domu. Dwa razy w tygodniu gram w piłkę nożną na Orliku. Od czasu do czasu wyjdę do znajomych.” (uczeń, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 31)*

*„Staram się codziennie gdzieś wychodzić. Najczęściej idę się przejść do lasu. Mam taką ścieżkę, która ma około 3 kilometry. To w sam raz żeby się dotlenić. Ale za to wakacje spędzam jak najdalej od domu. Jeżdżę nad jezioro, do znajomych, na wakacje z rodziną.” (uczennica, 15 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 13)*

**Tabela nr 8. Miejsca, w których młodzież spędza czas wolny  
N = 1050**

Miejsca spędzania czasu wolnego	Po zajęciach w szkole		W dni wolne od zajęć lekcyjnych		W wakacje	
	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%
W domu	798	76%	519	49%	288	27%
Na podwórku/na świeżym powietrzu	105	10%	240	23%	207	20%
W miejscowości zamieszkania ("na mieście")	81	8%	165	16%	96	9%
U znajomych	63	6%	249	24%	153	15%
U rodziny	9	1%	57	5%	48	5%
W parkach i lasach (na łonie natury)	24	2%	36	3%	36	3%
Na boiskach i innych obiektach sportowych	111	11%	96	9%	90	9%
W instytucjach zajmujących się organizacją czasu wolnego	33	3%	30	3%	18	2%
W pracy	24	2%	60	6%	123	12%
Nad jeziorem	18	2%	54	5%	231	22%
Na wyjazdach/w podróży	—	—	36	3%	252	24%
Na koloniach i obozach sportowych	—	—	—	—	18	2%
Nad morzem	—	—	—	—	147	14%
W górach	—	—	—	—	54	5%
Inne	—	—	6	1%	12	1%
Brak odpowiedzi	27	3%	33	3%	36	3%
<b>Suma</b>	<b>1293</b>		<b>1581</b>		<b>1809</b>	

Źródło: badania własne

Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi

Dane w tabeli nr 8 pokazują, że im dłużej trwa czas wolny, który ma do dyspozycji młodzież, tym dalej od domu jest on spędzany. Dni wolne od zajęć lekcyjnych młodzież spędza poza domem, w miejscowości zamieszkania oraz u znajomych, a w wakacje podróżuje oraz spędza czas wolny nad jeziorem, nad morzem i w górach.

Uzupełnieniem opisu sposobów spędzania czasu wolnego przez młodzież jest przedstawienie danych dotyczących tego, z kim młodzi ludzie spędzają swój wolny czas. Uzyskane odpowiedzi na ten temat przedstawia tabela nr 9. Zostały one przedstawione z uwzględnieniem płci.

**Tabela nr 9. Osoby, z którymi młodzież spędza czas wolny**  
**N = 1050**

Osoby, z którymi młodzież spędza czas wolny	Ogółem		Liczba odp. K		Liczba odp. M	
	Ogółem	%	K	%	M	%
Bliscy znajomi	849	81%	417	81%	432	80%
Dalsi znajomi (rówieśnicy)	246	23%	111	22%	135	25%
Chłopak/dziewczyna	336	32%	174	34%	162	30%
Rodzeństwo i/lub rodzice	516	49%	330	64%	186	35%
Nauczyciele, trenerzy i/lub instruktorzy	72	7%	39	8%	33	6%
Samotne spędzanie czasu	465	44%	261	51%	204	38%
Inne osoby	33	3%	15	3%	18	3%
<b>Suma</b>	<b>2517</b>		<b>1347</b>		<b>1170</b>	

Źródło: badania własne

Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi

Omówienie wyników badań przedstawionych w tabeli nr 9 rozpoczne od podania informacji, że badani mieli możliwość wskazania więcej, niż jednej możliwości (lub dopisania własnej propozycji). Badani udzielili średnio więcej, niż dwie odpowiedzi. Wyniki badań prowadzą do wniosku, że czas wolny spędzany jest głównie w towarzystwie rówieśników. Zdecydowana większość młodych ludzi czas wolny spędza z bliskimi znajomymi. Spora część młodzieży wskazała też na dalszych znajomych oraz sympatie (swoją dziewczynę lub swojego chłopaka). Oto wypowiedzi uczniów szkół ponadpodstawowych na ten temat:

*„Po szkole spotykam się ze znajomymi. Zwykle gdzieś idziemy. Najczęściej przesiadujemy na Orliku, czasami idziemy do pubu. (...) Bywa, że siedzimy u kogoś w domu.” (uczeń, 15 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 26)*



*„Jak mam czas wolny, to jadę do swojej dziewczyny. A jak nie do niej, to spotykam się z kolegami. Najczęściej siedzimy u mnie w garażu. Mam w nim darta, piłkarzyki i perkusję.” (uczeń, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 23)*

Niemal połowa młodych ludzi czas wolny spędza w gronie rodzinnym lub samotnie. Zarysowują się tu jednak różnice pomiędzy odpowiedziami dziewcząt i chłopców. Dziewczęta dwukrotnie częściej spędzają czas wolny z członkami rodziny. Dziewczęta zauważalnie częściej spędzają też czas wolny samotnie.

Poddając bardziej szczegółowej analizie dane zawarte w tabelach nr 7, 8, i 9 można zauważyć, że szczególną rolę w czasie wolnym uczniów szkół ponadpodstawowych odgrywają znajomi. To właśnie ze znajomymi młodzi ludzie najczęściej spędzają czas (często też w domach znajomych). Są to zarówno relacje w parach, jak i mniejszych i większych grupach. Dane te znajdują potwierdzenie w innych badaniach, których autorzy dochodzą do wniosku, że „w okresie dorastania, wraz ze zmianą więzi w rodzinie, wyraźnie wzrasta też znaczenie rówieśników. Można zaobserwować nowy typ i nowy poziom relacji z rówieśnikami. Szczególnie ważne stają się procesy związane z identyfikacją z grupą rówieśniczą.”<sup>609</sup> Grupy pełnią szereg ważnych funkcji. Uczestnictwo w grupach społecznych i identyfikacja z tymi grupami pozwala jednostce na zaspokojenie potrzeby przynależności, bezpieczeństwa czy też poczucia własnej wartości. Kontakty ze znajomymi, zwłaszcza w grupach społecznych, ułatwiają młodym ludziom poszukiwanie własnego miejsca w życiu zbiorowym. Spotkania ze znajomymi w czasie wolnym są szczególnie cenne, ponieważ młodzi ludzie wchodzą wtedy w dobrowolne relacje społeczne. Wszak czas wolny jest pozbawiony wszelkich obowiązków i przymusu.

Na podstawie przedstawionych wyników badań można w uogólnieniu przyjąć, że aktywność fizyczna, w tym także sport, w dużej mierze wypełniają czas wolny uczniów szkół ponadpodstawowych. Prawie połowa badanych powiedziała, że uprawia jakąś aktywność ruchową, a kilkanaście procent, że jeździ rowerem lub spaceruje. Podobne wyniki otrzymał Główny Urząd Statystyczny, który w IV kwartale 2021 roku przeprowadził badanie ankietowe poświęcone tej tematyce (poprzednia edycja odbyła się w 2016 roku). Wynika z nich, że 38,8% osób (36,7% kobiet i 41,0% mężczyzn) zadeklarowało uczestnictwo w sporcie lub rekreacji ruchowej. W porównaniu z poprzednią edycją badania zaobserwowano spadek liczby osób

---

<sup>609</sup> Oleszkowicz A., Senejko A., op. cit., s. 278.

aktywnych fizycznie o 7,6 p. proc.<sup>610</sup> Spadek ten prawdopodobnie był związany z obostrzeniami nakładanymi na działalność sportową, rozrywkową i rekreacyjną w czasie pandemii COVID-19 (utrudniony był również dostęp do obiektów sportowych).

Choć aktywność ruchowa wyraźnie wyodrębnia się z wachlarza aktywności wolnoczasowych młodych ludzi jako istotna kategoria, to trzeba zauważyć, że 40% osób odpowiadających, że czas wolny przeznaczają na aktywność sportową, nie oznacza, że tyle osób uprawia sport. Oznacza to jedynie, że 4 na 10 badanych uznało, że różne aktywności o charakterze sportowym są na tyle istotne w ich życiu, aby podać ją wśród trzech odpowiedzi (bo tyle średnio odpowiedzi udzielił jeden badany). Biorąc to pod uwagę, można aktywność sportową uznać za ważną i często podejmowaną aktywność w czasie wolnym.

Wyniki badań pokazują, że duża część uczniów szkół ponadpodstawowych spędza czas przed ekranami telefonów, tabletów, monitorów i telewizorów, oglądając seriale, filmy i mecze, przeglądając portale społecznościowe lub grając w gry komputerowe. Są to czynności rozrywkowe, które są łatwo dostępne, mało skomplikowane i nie wymagające szczególnych wyrzeczeń (poza nakładami finansowymi, które zwykle się z nimi wiążą). Poświęcenie czasu na nowe media zmniejsza zwykle aktywność ruchową. Wykorzystywanie do tego celu urządzeń mobilnych sprawia, że towarzyszą one młodym ludziom cały dzień. Często prowadzi to do utraty kontroli nad ilością czasu spędzanego w ten sposób, co wiąże się z uzależnieniem i pogorszeniem stanu zdrowia.<sup>611</sup> Czas spędzany przed ekranem telefonu lub monitora nakłada się na inne jego kategorie, takie jak nauka czy kontakty ze znajomymi. Młodzi ludzie wykorzystują zwykle nowe media samotnie, co pociąga za sobą zmniejszenie liczby bezpośrednich kontaktów z rówieśnikami i zastępowania ich znajomościami z Internetu. Jeden z moich respondentów napisał:

*„Czas wolny spędzam ze znajomymi, ale ze znajomymi z Internetu. Gramy w gry, gadamy i takie tam” (uczeń, 16 lat, kwestionariusz ankiety nr 664).*

---

<sup>610</sup> GUS, Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej w 2021 r., s. 2, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/kultura-turystyka-sport/sport/uczestnictwo-w-sporcie-i-rekreacji-ruchowej-w-2021-r-,5,2.html>, dostęp z dnia: 31.07.2023, godz. 13.58.

<sup>611</sup> W literaturze przedmiotu pojawia się pojęcie „uzależnienie od smartfonu” (który wypiera laptopy i komputery stacjonarne); termin ten został wprowadzony w celu opisanego nadmiernego i psychospołecznie dysfunkcyjnego używania smartfonu, które przypomina inne uzależnienia behawioralne. Por.: Horvath J., et al., Structural and functional correlates of smartphone addiction, *Addictive Behaviors*, 2020, nr 105, <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106334>, dostęp z dnia: 31.07.2023, godz. 16.10.

Choć dostęp do urządzeń elektronicznych oraz Internetu wydaje się niezbędny w dzisiejszych czasach, to warto zastanowić się, co można zrobić, aby aktywności z tym związane nie wypierały nadmiernie bezpośrednich kontaktów społecznych, a czas spędzany przed ekranami był przez młodych ludzi kontrolowany i ograniczany na tyle, aby nie wpływał negatywnie na ich zdrowie fizyczne i psychiczne. Konieczne są w tym aspekcie działania edukacyjne, które powinny być prowadzone nie tylko przez nauczycieli i specjalistów od uzależnień behawioralnych, ale też przez rodziców już od najmłodszych lat życia dziecka. Wydaje się, że w działaniach profilaktycznych istotną rolę może odegrać sport, zwłaszcza sport zespołowy.

Okazuje się, że co trzeci młody człowiek poświęca czas wolny na wypoczynek bierny, który jest czasami określany, jako „prawo do leniuchowania”. Jest to czas przeznaczony na medytowanie, sen w ciągu dnia, krótkie drzemki, czy wreszcie nicnierobienie. Jest on szczególnie istotny dla osób, które wymagają regeneracji sił fizycznych, na przykład osób pracujących fizycznie lub uprawiających sport. Pomimo tego, że obowiązki uczniowskie zwykle prowadzą do przeciążenia psychicznego i znużenia, to nie należy zapominać o zmęczeniu fizycznym, spowodowanym czasem spędzonym w szkole, na dojazdach do szkoły czy też zbyt krótkim czasem snu nocnego (na co wskazują wyniki moich badań). Drzemka w ciągu dnia nie powinna być więc traktowana jako marnotrawienie czasu, tylko jako forma regeneracji sił fizycznych, tak ważna w okresie dorostania.

Wyniki badań pokazują też, że zachowania uczniów szkół ponadpodstawowych w czasie wolnym zmieniają się w zależności od tego, jak długo trwa czas wolny, który mają do dyspozycji. Badania wykazały, że młodzi ludzie mają średnio 4 godziny czasu wolnego każdego dnia. Można zakładać, że czas ten jest przerywany różnymi obowiązkami np. szkolnymi lub domowymi oraz posiłkami, a także różnymi czynnościami w domu.

Sytuacja ulega zmianie, gdy młodzi ludzie mają do dyspozycji czas wolny, który trwa dłużej, niż w dni powszednie. W dni wolne od zajęć lekcyjnych (w święta i weekendy) oraz w wakacje młodzi ludzie podejmują więcej aktywności poza domem. Im więcej wolnego czasu, tym aktywności te są bardziej zróżnicowane i podejmowane z dala od domu. Dni wolne od zajęć lekcyjnych młodzież spędza na podwórku i świeżym powietrzu oraz u znajomych, a wakacje dodatkowo wypełniają jej podróże i czas spędzony na łonie natury. W kilku przypadkach badani mocno podkreślali ten fakt. Dla przykładu podaję wypowiedź jednej z respondentek:

*„W wakacje staram się jak najwięcej wyjeżdżać, jeżdżę nad jezioro, nad morze, czasami w góry lub zagranicę. Byle nie w domu!” (uczennica, 17 lat, kwestionariusz ankiety nr 58).*

Przygotowując ofertę wolnoczasową skierowaną do młodzieży należy wziąć pod uwagę różnice w preferencjach dziewcząt i chłopców w tym zakresie. Przeprowadzone badania wykazały, że dziewczęta w większym stopniu, niż ich koledzy, spędzają czas wolny w zaciszu domowym z rodziną lub samotnie. Podejmują też czynności wymagające mniejszej aktywności fizycznej. Nawet nie co trzecia uczennica w czasie wolnym uprawia sport. W przypadku chłopców było to więcej, niż połowa. Dziewczęta wyraźnie rzadziej, niż chłopcy, jeżdżą też rowerem, natomiast częściej czytają książki. Zarówno chłopcy, jak i dziewczęta, spędzają czas poprzez wykorzystanie nowych mediów, ale charakter tej aktywności jest inny. Dziewczęta więcej czasu poświęcają na portale społecznościowe, a chłopcy na gry komputerowe. Zadaniem animatorów czasu wolnego, nauczycieli, trenerów, instruktorów i innych osób zajmujących się przygotowaniem oferty wolnoczasowej jest przedstawienie młodym ludziom takich możliwości, które z jednej strony będą pełniły wszystkie funkcje, które przypisuje się czasowi wolnemu, a z drugiej będą trafiały w potrzeby zarówno chłopców, jak i dziewcząt. Można więc przyjąć, że nie będzie tu chodziło o nowe aktywności domowe skierowane do dziewcząt, tylko np. takie zajęcia hobbystyczne i taką ofertę zajęć sportowych, która skłoni dziewczęta do wyjścia z domu i podjęcia aktywności z innymi (także w dni zajęć lekcyjnych). Podobnie w przypadku chłopców, nie będzie chodziło jedynie o ofertę przygotowaną wyłącznie w oparciu o kryterium ich upodobań, ale biorącą pod uwagę także ich szeroko rozumiane dobro (np. zdrowie fizyczne i psychiczne).

#### **6.4. Upodobania młodzieży dotyczące spędzania czasu wolnego**

Sposób, w jaki młodzi ludzie spędzają swój czas wolny, jest uzależniony z jednej strony od możliwości, które są dla nich dostępne, a z drugiej, od ich osobistych upodobań. Nawet bogata oferta wolnoczasowa, biorąca pod uwagę realizację wszystkich przewidzianych dla aktywności wolnoczasowych funkcji, nie spotka się z pozytywnym odbiorem nastolatków, jeżeli nie odpowiada ich potrzebom i nie jest postrzegana, jako atrakcyjna. Poznanie preferencji młodych ludzi w tym zakresie, pozwala też na korekty dotychczasowej oferty oraz uzupełnianie jej o brakujące elementy. Aby ustalić te preferencje, postanowiłem zbadać z jakich zajęć w czasie wolnym młodzież korzysta najchętniej, jakie sposoby spędzania czasu wolnego młodzież

uznaje za najbardziej atrakcyjne oraz jakich sposobów spędzania czasu wolnego młodzieży brakuje.

Aby uzyskać interesujące mnie informacje na temat zajęć, z których młodzież w swoim czasie wolnym korzysta najchętniej, zadałem moim respondentom pytanie otwarte o ulubione zajęcia w czasie wolnym. Liczbowy i procentowy rozkład otrzymanych odpowiedzi przedstawia tabela nr 10.

**Tabela nr 10. Zajęcia, które młodzież w czasie wolnym uprawia najchętniej**  
**N = 1050**

Rodzaj czynności	Liczba odp.	%
Aktywność ruchowa i sportowa	307	29%
Jazda rowerem	220	21%
Spacery	80	8%
Oglądanie seriali, filmów i meczów	240	23%
Przeglądanie Internetu i portali społecznościowych	180	17%
Granie w gry komputerowe	212	20%
Czytanie	101	10%
Słuchanie muzyki i gra na instrumencie	95	9%
Zajmowanie się hobby	205	20%
Zabawa w pubach i restauracjach	75	7%
Spotkania ze znajomymi	451	43%
Spędzanie czasu z rodziną	45	4%
Spędzanie czasu w domu	40	4%
Odoczynek bierny	40	4%
Inne	45	4%
Brak odpowiedzi	112	11%

Zródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi; dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi

Jak wynika z danych przedstawionych w tabeli nr 10, młodzież w swoim czasie wolnym najchętniej spotyka się ze znajomymi oraz uprawia różnego rodzaju aktywność ruchową, w tym sportową. Były to najczęściej pojawiające się odpowiedzi.

Dane można zestawić z tymi, które dotyczą najczęstszych sposobów spędzania czasu wolnego. Okazuje się wówczas, że aktywne formy spędzania czasu wolnego, takie jak uprawianie aktywności ruchowych (w tym o charakterze sportu) oraz jazda rowerem, należą zarówno do często podejmowanych aktywności, jak również do najchętniej podejmowanych aktywności (40% badanych stwierdziło, że uprawia różne zajęcia ruchowe, a 18%, że jeździ

rowerem). Do najczęściej i najchętniej podejmowanych czynności w czasie wolnym należą też spotkania ze znajomymi.

Badania wykazały, że młodzież w czasie wolnym chętnie korzysta z nowych mediów. Młodzi ludzie najchętniej oglądają mecze, filmy i seriale (oglądanie seriali było wymieniane najczęściej) oraz grają w gry komputerowe. Istotną rolę odgrywają też portale społecznościowe oraz przeglądanie Internetu.

Można przyjąć, że nowe media (w tym Internet) są źródłem łatwo dostępnej przyjemności, która nie wymaga zwykle planowania i jest podejmowana na bieżąco, gdy młodzi ludzie mają chwilę wolnego czasu. Potwierdzeniem tego jest, na przykład, wypowiedź jednej z uczennic:

*„Najbardziej lubię korzystać z telefonu. Jak mam chwilę, to siedzę na Facebooku lub TikToku i przeglądam rolki, a jak mam trochę więcej czasu, to oglądam kolejny odcinek serialu.” (uczennica, 16 lat, kwestionariusz ankiety nr 118).*

Okazuje się, że tylko nieliczni uczniowie szkół ponadpodstawowych uznają wypoczynek bierny za miły sposób spędzania czasu wolnego. Jest to o tyle zaskakujące, że wielu respondentów wypełnia swój czas wolny drzemkami, „leniuchowaniem” i nicnierobieniem. Przypuszczalnie różnice te wynikają z charakteru wypoczynku biernego. Można do niego zaliczyć czynności, które są wymuszone zmęczeniem i przeciążeniem fizycznym (stając się tym samym częścią „czasu na wpuł wolnego”). Dla zwykle aktywnych młodych ludzi drzemka w ciągu dnia lub regeneracja sił fizycznych w fotelu może być koniecznością, a nie świadomym wyborem. Podobnie można rozpatrywać spędzanie czasu w domu. Prawie co dziesiąty młody człowiek spędza w ten sposób czas, ale tylko dla połowy z nich czynność ta należy do najchętniej podejmowanych. Dla przykładu podaję wypowiedź jednego z uczniów, która w części to potwierdza:

*„Jak wracam do domu ze szkoły to idę spać. Zjem obiad i muszę się zdrzemnąć. Później już nigdzie nie wychodzę, bo cały dzień zajmuje mi szkoła, potem śpię, odrabiam lekcję i znów idę spać.” (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 4)*

Aby ustalić, co młodzi ludzie najbardziej chcieliby robić w czasie wolnym, zapytałem moich respondentów o to, jakie sposoby spędzania czasu wolnego są dla nich najbardziej

ciekawe i przyjemne. Poprosiłem także o podanie kilku propozycji najbardziej atrakcyjnych sposobów spędzania czasu wolnego. Liczbowy i procentowy rozkład odpowiedzi na to pytanie przedstawia tabela nr 11.

**Tabela nr 11. Sposoby spędzania czasu wolnego, które młodzież uznaje za najbardziej atrakcyjne  
N = 1050**

Rodzaj czynności	Liczba odp.	%
Aktywność ruchowa i sportowa	260	25%
Jazda rowerem	100	10%
Spacery	21	2%
Oglądanie seriali, filmów i meczów	135	13%
Przeglądanie Internetu i portali społecznościowych	34	3%
Granie w gry komputerowe	112	11%
Czytanie	54	5%
Słuchanie muzyki i gra na instrumencie	58	6%
Zajmowanie się hobby	125	12%
Zabawa w pubach i restauracjach	80	8%
Spotkania ze znajomymi	80	8%
Spędzanie czasu z rodziną	40	4%
Spędzanie czasu w domu	22	2%
Odpoczynek bierny	31	3%
Podróże krajowe	380	36%
Podróże zagraniczne	140	13%
Wyjścia do kina, teatru i na koncerty	100	10%
Inne	20	2%
Brak odpowiedzi	198	19%

Źródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi

Badania wykazały, że szczególnie atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego są dla młodych ludzi podróże. Jakkolwiek są one tak postrzegane, to jednak nie wypełniają czasu wolnego młodzieży, zwłaszcza czasu wolnego po zajęciach szkolnych. Część uczniów szkół ponadpodstawowych podróżuje w weekendy oraz w wakacje. Można przypuszczać, że na taki stan rzeczy ma wpływ brak czasu wolnego, warunki finansowe rodziny oraz ograniczenia w podróżowaniu związane z pandemią COVID-19. Warto też dodać, że badani częściej wskazywali na podróże krajowe, niż zagraniczne.

Drugą najbardziej atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego w opiniach młodzieży jest uprawianie aktywności ruchowej i sportowej. Dla części młodych ludzi szczególnie atrakcyjne są mało popularne dyscypliny sportowe, jak strzelectwo, łucznictwo lub sporty ekstremalne. Można więc stwierdzić, że dla wielu z nich sport jest ciekawą, interesującą i niewymuszoną

formą aktywności. Oczywiście należy mieć na uwadze to, że badani mogli się sugerować znanym im tematem badań i łatwiej było im wymienić dyscyplinę sportową, niż mało popularne hobby.

Można zauważyć, że część aktywności, które wypełniają młodym ludziom czas wolny, nie jest przez nich postrzegana jako szczególnie atrakcyjne. Można tu zaliczyć często praktykowane spotkania ze znajomymi, jak również spacer, odpoczynek bierny czy spędzanie czasu w domu z rodziną. Można przypuszczać, że ma to związek z powszechnością tych czynności. Traktowane są one jako coś normalnego, codziennego.

Na przeciwnym biegunie znajdują się aktywności, które są rzadko podejmowane w czasie wolnym, ale są postrzegane przez znaczny odsetek młodzieży jako atrakcyjne. Należą do nich podróże oraz wyjścia do kina, teatru i na koncerty. Charakteryzują się one pewną wyjątkowością, niepowtarzalnością i sporadycznością podejmowania.

Dla wielu uczniów szkół ponadpodstawowych szczególnie atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego jest korzystanie z komputera, telefonu i innych urządzeń z dostępem do Internetu. Dotyczy to zwłaszcza oglądania seriali poprzez serwisy streamingowe oraz grania w gry komputerowe. Inaczej rzecz się ma z przeglądaniem portali społecznościowych i Internetu. Choć jest to aktywność podejmowana w czasie wolnym przez znaczną część młodzieży, to tylko nieliczni młodzi ludzie uznają ją za atrakcyjną. Można przypuszczać, że przeglądanie Internetu nie jawi się uczniom szkół ponadpodstawowych jako pożądana forma aktywności wolnoczasowej, ponieważ coraz częściej jest postrzegane jako tracenie czasu i potencjalny czynnik uzależnienia. Czynność ta nie jest zwykle planowana i jest podejmowana na bieżąco, gdy młodzi ludzie mają chwilę wolnego czasu.

Wiele form spędzania czasu wolnego, które są uznawane za łatwo dostępne, są postrzegane przez młodzież jako mało atrakcyjne. Okazało się także, że niektóre atrakcyjne aktywności nie są (lub są rzadko) podejmowane przez uczniów szkół ponadpodstawowych. Rysują się więc pewne braki w ofercie wolnoczasowej, która jest dostępna dla młodzieży. Aby dowiedzieć się, czy brak tych (lub innych) możliwości spędzania czasu wolnego powoduje pewien dyskomfort uczniów szkół ponadpodstawowych, zapytałem badanych o to, jakich sposobów spędzania czasu wolnego im brakuje. Liczbowy i procentowy rozkład odpowiedzi na to pytanie został przedstawiony w tabeli nr 12.



**Tabela nr 12. Brakujące młodzieży sposoby spędzania czasu wolnego**  
**N = 1050**

Rodzaj czynności	Liczba odp.	%
Uprawianie sportu	342	33%
Jazda rowerem	35	3%
Udział w imprezach masowych	165	16%
Zajmowanie się hobby	140	13%
Bywanie w pubach i restauracjach	131	12%
Odoczynek bierny	40	4%
Podróże krajowe	379	36%
Podróże zagraniczne	154	15%
Wyjścia do kina, teatru i na koncerty	209	20%
Inne	30	3%
Brak odpowiedzi	190	18%

Zródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi

Uzyskane odpowiedzi można ująć w kilku kategoriach, spośród których dwie są najliczniejsze. Badani najczęściej wymieniali podróże krajowe oraz uprawianie sportu (co trzeci badany odczuwa braki w tym zakresie).

Pomimo tego, że uczniowie szkół ponadpodstawowych w pytaniu o możliwe sposoby spędzania czasu wolnego powiedzieli, że sport jest tą aktywnością, którą mogą podejmować w największym stopniu (54% osób tak odpowiedziało), to dla połowy moich rozmówców występują istotne deficyty w tym zakresie. Stwierdzili oni, że brakuje im możliwości uprawiania sportu w czasie wolnym. Utrudnienia te mają dwie przyczyny. Pierwszą jest brak warunków, sprzętu i środków finansowych. Drugą przyczyną jest brak kolegów i koleżanek, dysponujących czasem wolnym, mieszkających odpowiednio blisko oraz podzielających zamiłowanie do konkretnej dyscypliny sportu (moi badani wskazywali na rzadkie, czasem niebezpieczne, dyscypliny sportowe, jak: downhill, kolarstwo górskie, motocross, skoki spadochronowe, skoki na bungee, strzelectwo, łucznictwo, hokej na lodzie). Dwóch moich rozmówców wypowiedziało się na ten temat następująco:

*„Lubię downhill, chciałbym od czasu do czasu pojeździć, ale w okolicy jest tylko jeden tor „Kolorowa” i to daleko od mojego domu, sprzęt jest drogi, ale to można jakoś przeżyć. Najgorsze jest to, że nie ma z kim pojeździć. A w większej grupie jest fajniej i bezpieczniej, gdyby coś się przydarzyło” (uczeń, 17 lat, kwestionariusz wywiadu nr 22).*

*„Właściwie w ostatnich latach nie da się uprawiać sportów zimowych. Zima jest coraz krótsza. Jest mało śniegu, jeziora zamarzają na krótko. Żeby coś zrobić trzeba jechać w góry lub na lodowisko. Nie da się pobiegać na nartach lub pojeździć na łyżwach na jeziorze” (uczeń, 16 lat, kwestionariusz wywiadu nr 10).*

Można zauważyć, że oczekiwania młodzieży w ramach aktywności sportowej są duże i zróżnicowane. Pomimo tego, że infrastruktura sportowa jest cały czas rozwijana, to wydaje się niemożliwe, aby zaspokoić wszystkie potrzeby w tym zakresie. Należy jednak cały czas monitorować zmieniające się upodobania młodzieży i aktualizować ofertę sportową.

Z uwagi na to, że młodzi ludzie podróżują rzadko i głównie w wakacje, a podróże zostały uznane za jedną z najbardziej atrakcyjnych form spędzania czasu wolnego, nie może dziwić, że znalazły się one w tym zestawieniu. Podróże pozwalają nie tylko na oderwanie od codzienności, ale mają też inne walory: ułatwiają poznanie bliższej i dalszej okolicy, przybliżają historię i kulturę odwiedzanych miejsc, a podróże zagraniczne dodatkowo pomagają w nauce języków obcych. Rodzice oraz nauczyciele powinni być świadomi tych potrzeb.

Młodzieży brakuje też możliwości rozrywkowego i zabawowego spędzania czasu wolnego. Brakuje jej imprez masowych oraz pubów i restauracji dostosowanych do jej potrzeb. Można domniemywać, że częściowo może mieć to związek z tym, że około 20% firm z branży gastronomicznej i eventowej w Polsce nie przetrwało pandemii<sup>612</sup>. Firmy były zmuszone do zawieszenia lub zamknięcia swojej działalności. Młodym ludziom brakuje także kin i teatrów oraz możliwości spędzania czasu wolnego na koncertach. Problem dotyczy zwłaszcza osób mieszkających na wsi lub w małych miastach pozbawionych dobrej komunikacji zbiorowej i oddalonych od dużych ośrodków miejskich, w których możliwe jest spędzanie czasu w ten sposób.

Podsumowując przedstawione w tym podrozdziale wyniki badań można powiedzieć, że aktywność fizyczna, w tym o charakterze sportowym, w dużej mierze wypełniają czas wolny uczniów szkół ponadpodstawowych. Młodzież dostrzega istotną rolę szeroko rozumianej infrastruktury i oferty sportowej. Uprawianie sportu, jazda rowerem czy też spacerowanie są wskazywane jako jedne z pierwszych możliwości spędzania czasu wolnego.

---

<sup>612</sup> Rynek gastronomiczny w Polsce. Raport 2022, <https://www.horecanet.pl/rynek-gastronomiczny-w-polsce-raport/>, dostęp z dnia: 2.08.2023, godz. 21.55.

Prawie połowa młodych ludzi czas wolny przeznacza na spotkania ze znajomymi, w dalszej kolejności na aktywność ruchową (w tym uprawianie sportu) oraz na wypoczynek bierny. Dużą rolę w wypełnianiu czasu wolnego młodzieży odgrywają też nowe media.

Młodzi ludzie czas wolny po zajęciach w szkole najczęściej spędzają w domu. Czas wolny w weekendy i święta spędzają w dużej mierze na podwórku i świeżym powietrzu oraz u znajomych, z kolei wakacje wypełniają im też podróże i czas spędzony nad morzem lub jeziorem. Dziewczęta w większym stopniu, niż ich koledzy, spędzają czas wolny w zaciszu domowym z rodziną lub samotnie. Podejmują też czynności wymagające mniejszej aktywności fizycznej.

Najbardziej atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego okazały się podróże oraz aktywność ruchowa i sportowa. Młodzież dostrzega także sposoby spędzania czasu wolnego, których jej brakuje. Są to głównie podróże krajowe, uprawianie mniej popularnych dyscyplin sportowych, wyjścia do kina, teatru i na koncerty.

\*

W rozdziale tym dokonałem próby opisu kultury czasu wolnego młodzieży. Z uwagi na to, że wykorzystywanie czasu wolnego nie jest zjawiskiem stałym, lecz podlega ciągłym przeobrażeniom, starałem się spojrzeć na kulturę czasu wolnego młodzieży, jak na dynamiczne zjawisko, które ulega przeobrażeniom społecznym, gospodarczym i politycznym.

W związku z tym, że kultura czasu wolnego jest w głównej mierze uwarunkowana ilością czasu wolnego, jaką mają do dyspozycji młodzi ludzie, opisałem, jakie czynności wypełniają im przeciętny dzień i ile czasu na nie poświęcają oraz jaka część ogólnego budżetu czasu pozostaje do ich wyłącznej dyspozycji w postaci czasu wolnego. Jak się okazało, najwięcej czasu młodzież poświęca na szkołę i/lub pracę (9 godzin i 19 minut dziennie) oraz na zaspokajanie podstawowych potrzeb organizmu, w tym sen nocny (8 godzin i 27 minut). Dwie godziny dziennie zajmuje jej wypełnianie obowiązków domowych. Pozostają jednak 4 godziny czasu wolnego, które młodzi ludzie mogą wypełniać dowolnymi zajęciami.

Istotnym elementem kultury czasu wolnego młodzieży są rodzaje zachowań w czasie wolnym. Kultura czasu wolnego młodzieży urzeczywistnia się poprzez różne czynności, które są podejmowane przez młodych ludzi w czasie wolnym, a także poprzez ich sposoby bycia, reagowania oraz współdziałania z innymi. Opisałem więc, jakie zajęcia młodzież podejmuje w tym czasie oraz w jakim stopniu jest to aktywność sportowa. Okazało się, że uczniowie szkół ponadpodstawowych w dużej mierze wypełniają swój czas wolny aktywnością ruchową, w tym

także taką, która przybiera charakter sportu. Jak pokazują jednak moje badania, młodzież zajmuje się sportem zarówno czynnie, jak też biernie w postaci śledzenia zawodów sportowych i kibicowania w nich. Dużą część swego czasu wolnego młodzież przeznaczają także na zajęcia towarzyskie, jak spotkania i rozrywka ze znajomymi oraz na wypoczynek bierny. Wielu młodych ludzi przeznaczają też swój czas wolny na korzystanie z nowych mediów.

Dynamiczny rozwój nowych mediów w ostatnich latach sprawił, że pojawiły się nowe możliwości wykorzystania czasu wolnego. Moje badania wykazały, że młodzi ludzie chętnie wykorzystują nowe technologie do komunikowania, pozyskiwania informacji czy też zapewniania sobie rozrywkowych sposobów spędzania czasu wolnego. Młodzież, pod wpływem mody i zachodnich wzorców, korzysta z internetowych serwisów społecznościowych (np. TikTok, Snapchat, Instagram), serwisów streamingowych (np. Netflix, Amazon Prime Video, Disney+) czy też komunikatorów (np. Messenger, Whatsapp). Wielu młodych ludzi zastąpiło tradycyjną telewizję, radio i prasę drukowaną komputerem, tabletem, telefonem i innymi urządzeniami stale podłączonymi do Internetu. Młodzi ludzie (głównie chłopcy) grają w gry komputerowe poprzez sieć Internet, a znajomości zawarte w ramach tej gry w części wyparły kontakty z rówieśnikami w świecie rzeczywistym.

W rozdziale tym opisałem także upodobania młodzieży dotyczące spędzania czasu wolnego. Okazało się, że młodzież w swoim czasie wolnym najchętniej spotyka się ze znajomymi oraz podejmuje aktywność ruchową (w tym sportową). W dalszej kolejności chętnie poświęca czas wolny na nowe media. Młodzież chętnie korzysta z serwisów streamingowych umożliwiających oglądanie seriali oraz transmisji sportowych; gra w gry komputerowe oraz przegląda portale społecznościowe. Okazało się, że uprawianie aktywności ruchowej i sportowej (w tym rzadkich dyscyplin sportowych) oraz granie w gry komputerowe i oglądanie seriali w Internecie jest też dla młodzieży szczególnie atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego. Badania wykazały, że młodzież odczuwa pewne braki w sposobach, w jakich spędza czas wolny. Uczniowie szkół ponadpodstawowych chcieliby więcej podróżować (podróże są też uznawane za najbardziej atrakcyjną formę spędzania czasu wolnego) oraz uprawiać więcej sportu (zwłaszcza mniej popularne dyscypliny sportowe).

Badania wykazały, że młodzi ludzie są nie tylko odbiorcami zastanych wzorów kulturowych, ale są też twórcami. Nie ograniczają się do biernej konsumpcji, ale, wyrażając swoje potrzeby w tym zakresie, zmierzają do aktywnego spożytkowania czasu wolnego, który mają do dyspozycji. Pociąga to za sobą określone skutki społeczne znajdujące swoje odbicie w kulturze czasu wolnego młodzieży. Młodzi ludzie wybierają różnorodne sposoby spędzania czasu wolnego, jednocześnie ciągle poszukują nowych. Chętnie korzystają z nowych

technologii, zakładają konta na atrakcyjnych, nieznanym starszym pokoleniom, serwisach internetowych, czy też uprawiają modne dyscypliny sportowe. Upowszechniając tego rodzaju aktywności wolnoczasowe nie tylko kształtują kulturę czasu wolnego, ale mogą też wzbogacać kulturę w ogóle.

Badania wykazały też, że tylko co czwarty młody człowiek uważa, że ma dużo lub bardzo dużo czasu wolnego. Znaczący odsetek uczniów szkół ponadpodstawowych odczuwa braki zarówno w ilości posiadanego czasu wolnego, jak i w możliwościach jego wypełniania. Dla części młodych ludzi zaciera się też granica pomiędzy czasem wolnym, a czasem wypełnionym różnymi obowiązkami.

## 7. Sport jako element kultury czasu wolnego młodzieży. Badania własne

Aktywność fizyczna uznawana jest za jeden z najważniejszych składników zdrowego stylu życia. Obejmuje ona także sport. Człowiek, który uprawia sport, zwykle więcej się rusza i więcej przebywa na świeżym powietrzu. Sport może wiązać się z natychmiastowymi korzyściami (m.in. z poprawą nastroju, redukcją stresu, niwelowaniem zmęczenia)<sup>613614</sup>, jak też z tymi, które są osiągnięte w dłuższej perspektywie czasowej (m.in. poprawą sylwetki; zwiększeniem siły, wytrzymałości i zwinności)<sup>615</sup>. Sport może być więc pomocny w profilaktyce oraz terapii chorób i zaburzeń zarówno w sferze fizycznej, jak i psychicznej. Z uwagi na to, że sukces sportowy wymaga od uczestników pracowitości, samodyscypliny, konsekwencji, podporządkowania regułom oraz uczciwości i lojalności, to dostrzega się w nim także istotne wartości kształtujące charakter człowieka. Nie można też pominąć społecznej strony sportu i jego roli w procesie socjalizacji, istotnej zwłaszcza w przypadku młodych ludzi.<sup>616</sup> Biorąc pod uwagę korzyści, jakie przypisuje się sportowi, istotne wydaje się przybliżenie, na ile i w jaki sposób młodzież angażuje się w sport (w tym go uprawia).

Przeprowadzone przeze mnie badania wykazały, że aktywność ruchowa odgrywa znaczącą rolę w czasie wolnym młodych ludzi. Jest ona jedną z aktywności, która jest najczęściej i najchętniej przez nich podejmowana. Opisanie roli aktywności ruchowej, w tym sportu w kulturze czasu wolnego młodych ludzi wymaga jednak bardziej szczegółowej analizy sposobu i poziomu ich zaangażowania w omawiany aspekt życia. W rozdziale tym postaram się przedstawić miejsce sportu w kulturze czasu wolnego młodzieży. Opiszę więc miejsce aktywności sportowej w czasie wolnym młodzieży, poziom i rodzaje aktywności młodzieży w zakresie sportu; motywy i stopień zaangażowania młodzieży w aktywność sportową oraz okoliczności, w jakich młodzież uprawia sport w czasie wolnym.

---

<sup>613</sup> Pluhar E, I inni., Team Sport Athletes May Be Less Likely To Suffer Anxiety or Depression than Individual Sport Athletes, *Journal of Sports Science & Medicine*, 2019, nr 18, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6683619/>, dostęp z dnia: 15.08.2024, godz. 12:23.

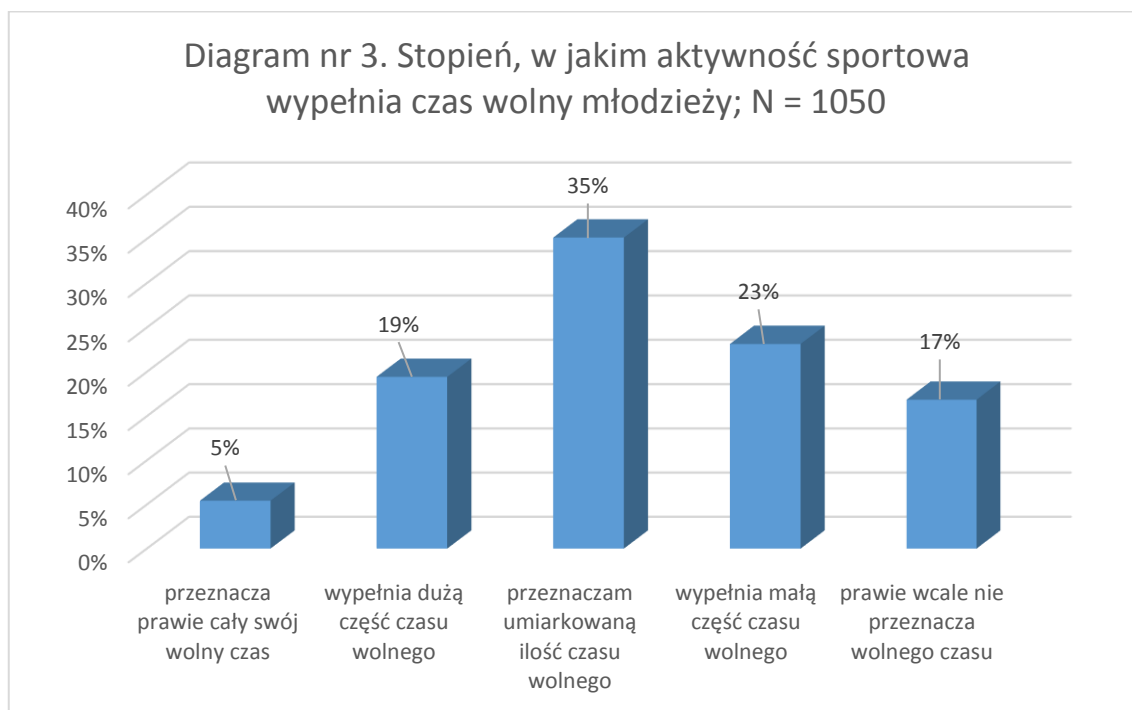
<sup>614</sup> Sapolsky R.M., *Dlaczego zebry nie mają wrzodów? Psychofizjologia stresu*, PWN, Warszawa 2011, s. 398.

<sup>615</sup> Telford M.R., i inni, The influence of sport club participation on physical activity, fitness and body fat during childhood and adolescence: The LOOK Longitudinal Study, *Journal of Sports Science & Medicine*, 2016, nr 19, [https://www.jsams.org/article/S1440-2440\(15\)00090-0/fulltext](https://www.jsams.org/article/S1440-2440(15)00090-0/fulltext), dostęp z dnia: 10.08.2024, godz. 11:45.

<sup>616</sup> Whitley MA, Massey WV, Wilkison M. A systems theory of development through sport for traumatized and disadvantaged youth, *Psychology of Sport and Exercise*, 2018, nr 38, <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S146902921830075X?via%3Dihub>, dostęp z dnia: 16.08.2024, godz. 14:17.

## 7.1. Miejsce sportu w czasie wolnym młodzieży

Przedstawione w poprzednim rozdziale wyniki badań pozwoliły opisać możliwości spędzania czasu wolnego przez młodzież oraz sposoby jego wykorzystania. Okazało się, że sport stanowi ważny element w budżecie czasu uczniów szkół ponadpodstawowych, w tym w czasie wolnym. Aktywność o charakterze sportowym była wskazywana jako ważna (często podejmowana i atrakcyjna), a boiska i hale sportowe jako istotne miejsce spędzania czasu wolnego. 40% badanych stwierdziło, że podejmuje aktywność ruchową, w tym uprawia sport, a 11% powiedziało, że czas po zajęciach w szkole spędza na boiskach i innych obiektach sportowych. Dane te jednak odnoszą się tylko do osób, które uznały za stosowne, aby powiedzieć o sporcie jako jednej z wielu różnych aktywności wolnoczasowych. Aby dowiedzieć się, jaka jest rola sportu w kulturze czasu wolnego uczniów szkół ponadpodstawowych, skierowałem do moich respondentów pytanie o to, jaką część swojego czasu wolnego przeznaczają na zajęcia o charakterze sportowym. Otrzymane dane przedstawiam na diagramach nr 3 i 4.

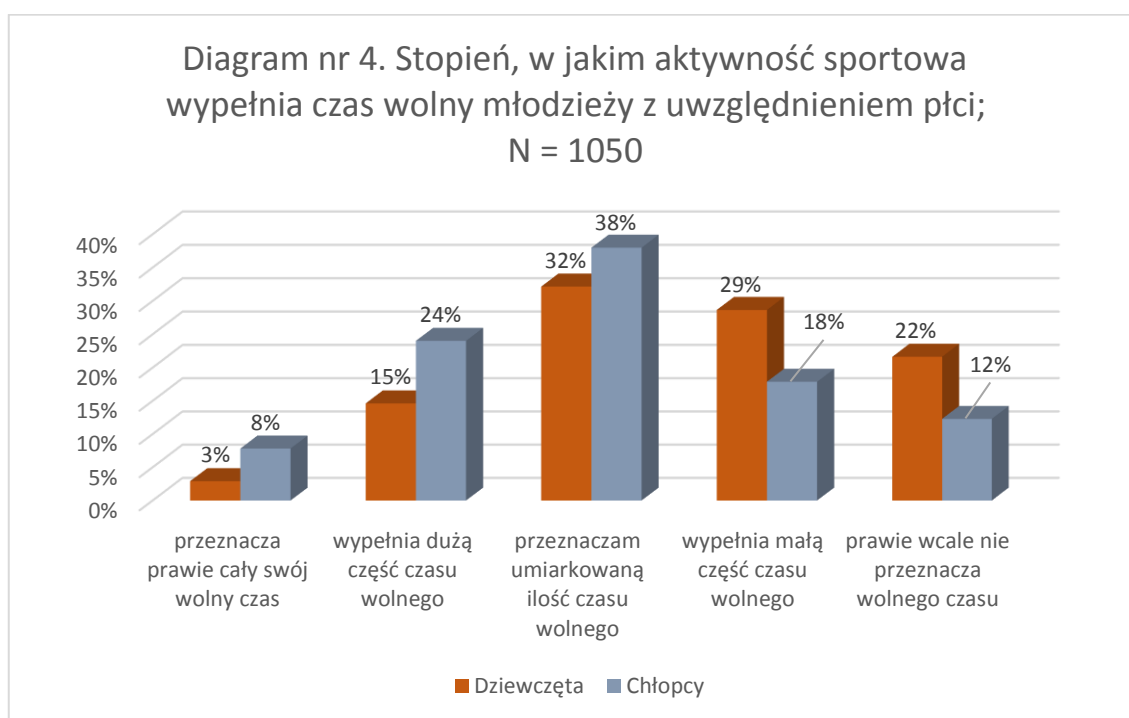


Źródło: badania własne

Jak pokazują wyniki badań (dane zawarte na diagramach nr 3 i 4) w przypadku 5% respondentów sport jest aktywnością w czasie wolnym, która wypełnia go w największym stopniu. Osoby te przeznaczają na zajęcia sportowe prawie cały swój wolny czas. Jeżeli doliczymy do tego, że 19% badanych stwierdziło, że duża część ich czasu wolnego jest

wypełniona tymi zajęciami, to można stwierdzić, że jest to istotny sposób spędzania czasu wolnego uczniów szkół ponadpodstawowych.

Okazało się, że prawie co szósty uczeń szkoły ponadpodstawowej nie przeznaczającego swojego czasu na zajęcia o charakterze sportowym i właściwie nie uprawia ich w czasie wolnym. Można przypuszczać, że są to osoby, dla których sport nie jest interesującym sposobem spędzania czasu wolnego, jak również ci, którzy stwierdzili, że właściwie nie mają żadnego czasu wolnego.



Źródło: badania własne

Procenty sumują się do 100 dla każdej z płci osobno

Badania wykazały też, że dziewczęta rzadziej podejmują aktywne formy spędzania czasu wolnego i w większym stopniu (od chłopców) preferują sposoby spędzania czasu w domowym zaciszu. Z zebranego materiału wynika, że sport w większym stopniu wypełnia czas wolny chłopców. Połowa dziewcząt uznała, że na sport nie przeznaczają swojego czasu lub przeznaczają jego małą część. Przytoczę tu słowa jednej z moich rozmówczyń, która podczas wywiadu powiedziała:

*„Chociaż mój tata, brat, a nawet mama interesują się sportem, to w domu nikt mnie nie zachęcał do uprawiania sportu. Raczej nie. Ja chyba od początku miałam łatkę, że jestem słaba w sporcie. I nikt mnie nie zachęcał. A może to nie była łatka, że*



*jestem słaba, tylko, że jestem dziewczyną? Chyba bardziej to!” (uczennica, 17 lat, kwestionariusz wywiadu nr 21).*

Być może za ten stan rzeczy odpowiada częściowo stereotypowe postrzeganie roli kobiety i przypisywanie jej tradycyjnych ról społecznych. Pomimo przemian obyczajowych i wpływu kolejnych fal feminizmu stratyfikacja ról społecznych ze względu na płeć nadal jest widoczna, a tradycyjalny model żony, matki i gospodyni domowej, nadal w dużej mierze aktualny.<sup>617</sup> Zakłada się, że sport jest domeną głównie męską. Ma to odzwierciedlenie w ofercie sportowej, która w większym stopniu uwzględnia męskie możliwości oparte o tężyznę fizyczną, czyli bazujące na sile i wytrzymałości.

W toku badań ustaliłem, jakie sposoby spędzania czasu wolnego są dla młodzieży najbardziej atrakcyjne. Wśród kilku propozycji podawanych przez badanych pojawiał się także sport, ze szczególnym uwzględnieniem sportów rzadkich, w tym także ekstremalnych. Aby dowiedzieć się jednak, jak omawiana kwestia przedstawia się w całej próbie badawczej, w kwestionariuszu mej ankiety zamieściłem pytanie o to, na ile respondent lubi zajmować się sportem w swoim czasie wolnym. Rozkład uzyskanych odpowiedzi przedstawiają diagramy nr 5 i 6.

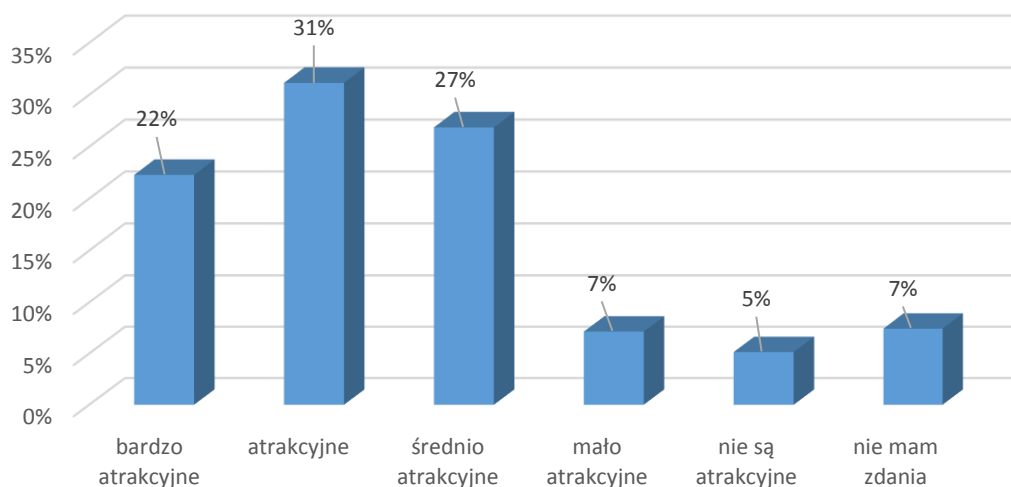
Jak się okazało, zajęcia o charakterze sportowym są postrzegane przez uczniów szkół ponadpodstawowych jako atrakcyjna forma spędzania czasu wolnego. Ponad połowa badanych uznała, że jest to forma atrakcyjna lub bardzo atrakcyjna, a tylko przeszło co dziesiąty badany stwierdził, że jest mało atrakcyjna lub nie jest taka w ogóle.

Sport jest w większym stopniu atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego dla chłopców, niż dla dziewcząt. Można jednak powiedzieć, że jest to atrakcyjna forma aktywności dla obu płci.

---

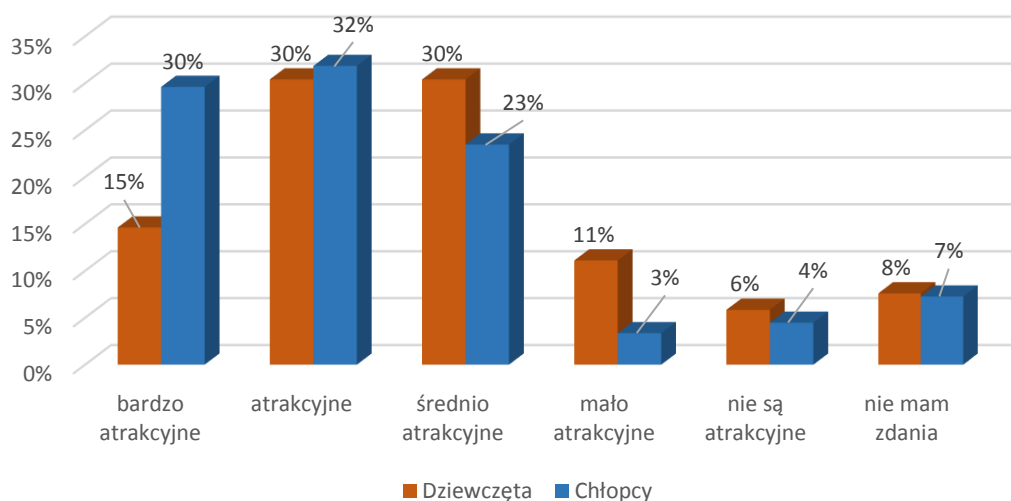
<sup>617</sup> Kossakowski R., Cejer K., Być piłkarką. Analiza konfliktu ról w życiu kobiet na przykładzie piłkarek, *Miscellanea Anthropologica et Sociologica*, 2020, nr 21 (3), s. 139, <https://czasopisma.bg.ug.edu.pl/index.php/maes/article/view/6290/5531>, dostęp z dnia: 3.08.2023, godz. 13.43.

Diagram nr 5. Stopień, w jakim zajęcia sportowe są dla młodzieży atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego; N = 1050



Źródło: badania własne

Diagram nr 6. Stopień, w jakim zajęcia sportowe są dla młodzieży atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego z uwzględnieniem płci; N = 1050



Źródło: badania własne

Procenty sumują się do 100 dla każdej z płci osobno

Porównując ze sobą odpowiedź na pytanie o to, na ile zajęcia sportowe wypełniają czas wolny młodych ludzi z oceną atrakcyjności sportu, można dojść do wniosku, że część badanych, która wysoko ocenia atrakcyjność sportu, nie uprawia go. Przyczyn takiego stanu

rzeczy może być przynajmniej kilka. Młodzi ludzie mogą nie mieć możliwości uprawiania sportu ze względu na ograniczenia infrastrukturalne, zdrowotne lub z powodu braku kolegów i koleżanek chętnych do wspólnego uprawiania sportu. Może to też być spowodowane brakiem czasu wolnego lub zbyt małą jego ilością, przez co sport jest wypierany przez inne, także atrakcyjne sposoby spędzania czasu wolnego. Częściowym wyjaśnieniem tej sytuacji jest wypowiedź jednej z uczennic:

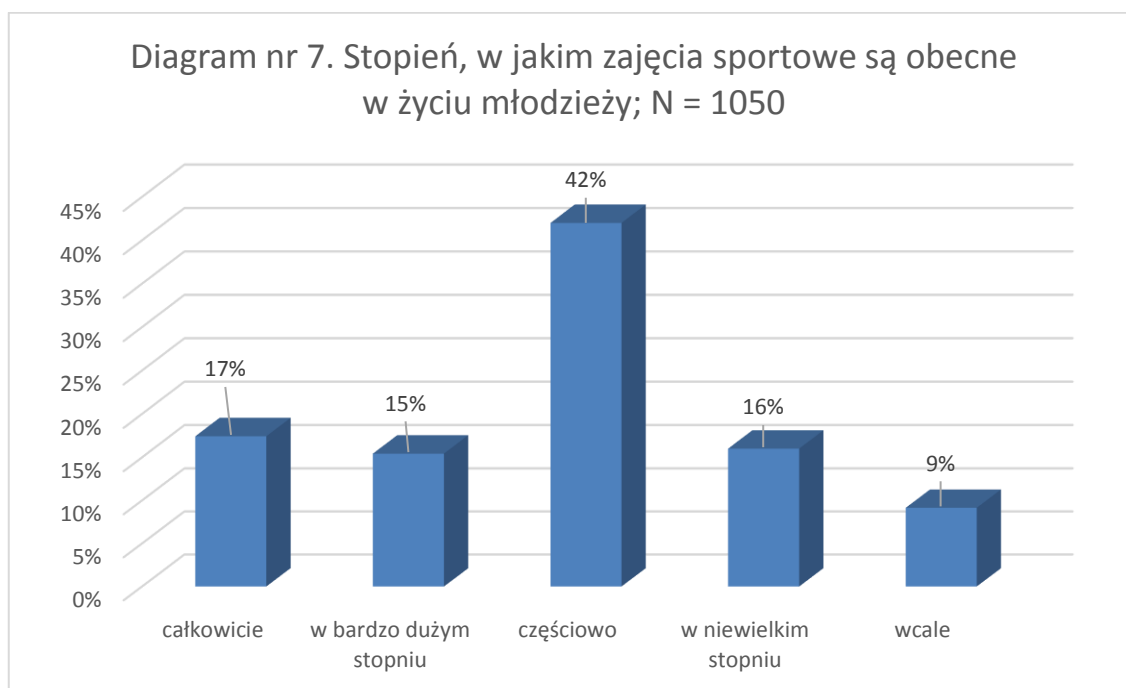
*„Wiem, że powinnam się więcej ruszać i uprawiać jakiś sport, ale jakoś tak wychodzi, że trudno mi się zorganizować. Ja lubię sport. Lubię jeździć rowerem i grać w siatkówkę. Ale jak mam wyciągać rower z piwnicy, przebierać się, potem kąpiel, to zajmuje mi to całe popołudnie. Zawsze znajdę jakąś wymówkę. Większa motywację mam, jak się umówię z koleżanką. Ale to udaje się dość rzadko”.*  
(uczennica, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 7).

Podsumowując można powiedzieć, że sport jest postrzegany jako atrakcyjny sposób spędzania czasu wolnego i w istotnym stopniu go wypełnia. Można jednak dostrzec znaczne możliwości zaangażowania większej liczby młodych ludzi w aktywność sportową. To zwiększenie stopnia zaangażowania wydaje się wskazane, zwłaszcza w przypadku dziewcząt.

## **7.2. Rodzaje aktywności sportowej młodzieży**

Aktywność młodzieży w zakresie sportu najczęściej jest rozpatrywana jako uprawianie jakiejś dyscypliny sportowej. Jednak sport jako dziedzina kultury, to ta część działalności ludzi, która polega zarówno na uczestnictwie społecznym, wyrażającym się w czynnej aktywności sportowej będącej uprawianiem sportu, jak też na biernym uczestnictwie, oznaczającym kultywowanie sportu. Możemy więc wyróżnić bezpośrednio uczestnictwo w sporcie (poprzez własną aktywność sportową, jako zawodnik sportowy lub amator sportowy), jak też pośrednie (poprzez aktywność sportową innych osób, jako kibic lub organizator sportu). Sport może więc być obecny w życiu młodych ludzi na wiele różnych sposobów i w różnym zakresie, ponieważ zarówno bezpośrednia, jak i pośrednia forma zaangażowania w sport może przybierać różne postacie.

Aby dowiedzieć się, w jakim stopniu uczniowie szkół ponadpodstawowych angażują się w sport, zamieściłem w kwestionariuszu ankiety pytanie o stopień jego obecności w życiu badanych. Procentowy rozkład otrzymanych odpowiedzi przedstawiają diagramy nr 7 i 8.

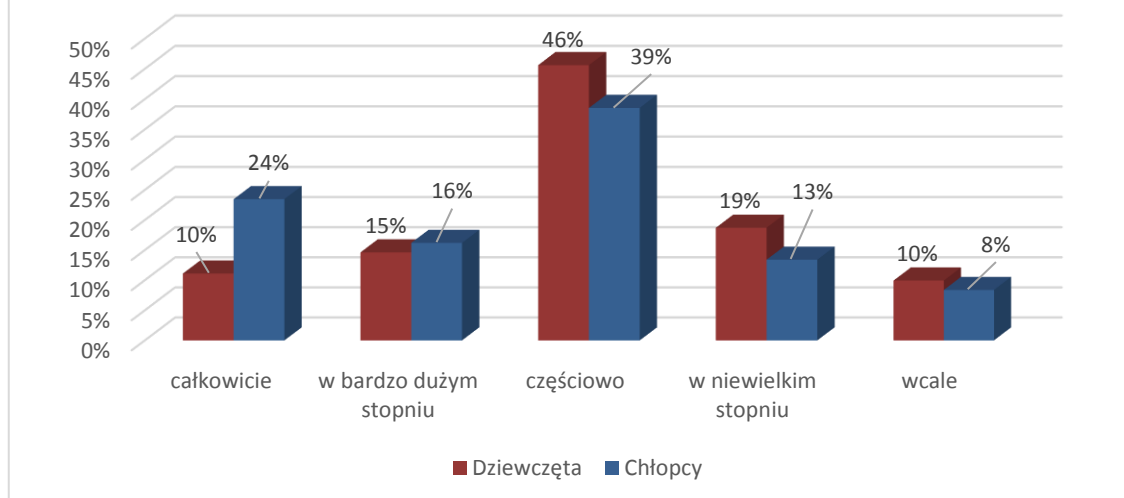


Źródło: badania własne

Uzyskane dane wykazały, że sport w swojej bezpośredniej i/lub pośredniej formie jest obecny w życiu prawie wszystkich młodych ludzi. Stopień tej obecności dla co trzeciego ucznia szkół ponadpodstawowych jest przynajmniej duży, a dla niemal połowy z nich umiarkowany. Sport nie występuje natomiast w ogóle w życiu co dziesiątego młodego człowieka.

Zauważalne są różnice w odpowiedziach udzielonych przez dziewczęta i chłopców. O ile podobny odsetek dziewcząt i chłopców uznał, że sport nie pojawia się w ich życiu, to zdecydowanie więcej chłopców wskazało na najwyższy poziom obecności sportu (chłopcy wskazywali tę możliwość dwukrotnie częściej, niż dziewczęta). Można więc przyjąć, że chłopcy nie tylko częściej uprawiają sport (opisywane w poprzednim rozdziale wyniki wskazywały, że chłopcy częściej uprawiają sport w czasie wolnym), ale też częściej bywają na stadionach, oglądają sport w telewizji oraz spotykają się ze znajomymi dzielącymi ich sportowe pasje.

Diagram nr 8. Stopień, w jakim zajęcia sportowe są obecne w życiu młodzieży z uwzględnieniem płci;  
N = 1050



Źródło: badania własne  
Procenty sumują się do 100 dla każdej z płci osobno

Ustalenie stopnia obecności sportu w życiu młodych ludzi ściśle wiąże się z koniecznością zbadania, w jaki sposób ten sport się pojawia. Problem ten uwzględniłem także w moich badaniach pytając o to, jakiego rodzaju kontakty ze sportem mają młodzi ludzie. Rozkład odpowiedzi zawiera tabela nr 13.

Tabela nr 13. Rodzaje kontaktu młodzieży ze sportem w czasie wolnym  
N = 1050

Rodzaje kontaktu ze sportem	Ogółem		Dziewczęta		Chłopcy	
	D.b.	%	D.b.	%	D.b.	%
uprawianie sportu	744	71%	342	67%	402	75%
rozmowy o sporcie	291	28%	111	22%	180	34%
kibicowanie jakiemuś sportowcowi lub zespołowi	408	39%	177	35%	231	43%
chodzenie na zawody sportowe	216	21%	87	17%	129	24%
oglądanie wydarzeń sportowych w telewizji i Internecie	426	41%	180	35%	246	46%
inne	30	3%	14	3%	16	3%
sport w ogóle nie jest obecny	87	8%	48	9%	39	7%
brak odpowiedzi	21	2%	10	2%	11	2%
<b>Suma</b>	<b>2223</b>		<b>969</b>		<b>1254</b>	

Źródło: badania własne  
Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi (w badaniach wzięło udział 1050 uczniów szkół ponadpodstawowych, w tym: 513 uczennic i 537 uczniów)

Jak pokazują dane liczbowe, najczęstszą formą kontaktu młodzieży ze sportem jest uprawianie jakiejś aktywności sportowej. Zdecydowana większość młodych ludzi uprawia sport lub sport uprawia ktoś w ich środowisku życia. Co istotne, chodzi tu o sport uprawiany w czasie wolnym. Są to więc zajęcia sportowe podejmowane dobrowolnie, poza obowiązkowymi zajęciami szkolnymi, stanowiący manifestację autentycznych zainteresowań młodych ludzi. Dla przykładu przytoczę dwie wypowiedzi uzyskane w czasie wywiadów biograficzno-narracyjnych:

*„Staram się codziennie jeździć rowerem. Mam dwa rowery: szosę i MTB. Należę do grupy kolarskiej. Amatorskiej, ale trenujemy razem przynajmniej dwa razy w tygodniu. Układamy plany treningowe, zbieramy kilometry. Startujemy też w zawodach rowerowych. To na przykład maratony MTB. Startujemy też całym zespołem w lidze rowerowej. Moi koledzy startują też w wyścigach szosowych i w triathlonie.” (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 27).*

*„Spotykamy się na ławeczkach na boisku. Jest tam dobre miejsce, bo jest gdzie posiedzieć, jest dach i światło wieczorem. Przychodzi tam sporo osób. Czasami gramy w siatkówkę. To znaczy ja rzadko gram, ale prawie zawsze ktoś gra. Chłopacy grają, a my siedzimy i gadamy.” (uczennica, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 21).*

Badania wykazały również, że w życiu dużej części uczniów szkół ponadpodstawowych sport pojawia się w formie pośredniego uczestnictwa, polegającego na kultywowaniu sportu. Chodzi tu zarówno o oglądanie wydarzeń sportowych w telewizji i Internecie, sympatyzowanie z jakimś sportowcem lub zespołem (w tym także na stadionach), jak też o rozmowy na temat sportu.

*„Od dziecka jeżdżę na zawody żużlowe. Na mecze. Kiedyś z tatą i braćmi, teraz częściej z kolegami. Mama też często z nami jeździła. Ale to było na pewno przed rozpoczęciem szkoły podstawowej. Teraz już nie. Mój tata chciał wtedy, żebym też na żużlu jeździł. Ale się mama nie zgodziła. Bała się że sobie coś zrobię. Chodziło też o pieniądze, bo to jednak jest bardzo drogie, ale chyba w większym stopniu o moje bezpieczeństwo. (...) Jeżdżę też na mecze mojego kuzyna. On gra w piłkę i jest bardzo dobry. Oglądam też mecze w telewizji. Właściwie to teraz większość jest w*

*Internecie. Ja kibicuję Barcelonie i wiadomo, że Messiemu. Mecze oglądam z rodziną. Z kolegami raczej nie, ale zawsze je komentujemy. Mamy grupę na Messengerze i wszystkie ważniejsze mecze komentujemy na żywo.” (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 3).*

Można więc powiedzieć, że życie młodych ludzi w dużej mierze jest wypełnione sportem. Nawet jeśli ktoś sam nie zajmuje się czynnie sportem, to sport nie jest mu obcy, ponieważ, jest na tyle popularny, że staje się okazją do spotkań, jest tematem rozmów, a także przenika do życia młodych ludzi poprzez codzienne kontakty z sympatykami sportu.

Kilkunastu badanych napisało, że sport w ich życiu pojawia się w formie sportu elektronicznego (e-sportu)<sup>618</sup>. Odpowiedzi te zostały wpisane w kafeterii w kategorii „inne”, więc badani oddzielili tę aktywność od sportu rozumianego jako uprawianie jakiejś tradycyjnej dyscypliny. Można przyjąć, że ma to związek z tym, że zaliczenie e-sportu do sportu ciągle budzi wiele kontrowersji. Przeciwnicy traktowania sportu elektronicznego, jako tradycyjnego sportu wskazują m.in. na brak wysiłku fizycznego jako główny argument przemawiając za odrzuceniem tego pomysłu. Dodatkowo podkreśla się, że jest to stosunkowo mało stabilna dziedzina, ponieważ licencję do danej gry posiada zwykle jedna firma, która z dnia na dzień może zdecydować o jej likwidacji. Zwolennicy traktowania sportu elektronicznego jak każdego innego sportu twierdzą, że e-sport spełnia wszystkie kryteria, aby uznać go za pełnoprawny sport: wywodzi się z zabawy; jest objęty regułami gry; opiera się o współzawodnictwo; o sukcesie decydują umiejętności, a nie przypadkowość; bazuje na umiejętnościach fizycznych<sup>619</sup>; ma szerokie grono odbiorców oraz osiągnął stabilność instytucjonalną, która ugruntowała go jako ważną praktykę społeczną.<sup>620</sup> Sport elektroniczny, jako wyspecjalizowana forma rywalizacji, zdaje się coraz bardziej zbliżać do innych dziedzin sportu, zwłaszcza sportów umysłowych np. brydża sportowego czy szachów. Gracze e-sportu zrzeszają się tworząc federacje; organizowane są zawody na różnym szczeblu rozgrywek, w tym międzynarodowe Olympic Esports Series (OES) organizowane przez Międzynarodowy

---

<sup>618</sup> Jest to forma rywalizacji polegająca na grze w gry komputerowe, w której zawodnicy rywalizują indywidualnie lub drużynowo. Mogą przebywać w jednym miejscu i rywalizować poprzez sieć lokalną lub znajdować się w oddaleniu od siebie i grać poprzez sieć Internet.

<sup>619</sup> Marelić M., Vukušić D., E-sports: Definition and social implications, *The Exercise and Quality of Life Journal*, 2019, nr 11, s. 51, <https://www.eqoljournal.com/e-sports-definition-and-social-implications/>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 12.03.

<sup>620</sup> Behnke M., Kosakowski M., Kaczmarek L.D., Social challenge and threat predict performance and cardiovascular responses during competitive video gaming, *Psychology of Sport and Exercise*, 2020, nr 46, <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101584>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 10.56.

Komitet Olimpijski<sup>621</sup>; kluby sportowe zakładają swoje sekcje e-sportowe; tworzone są programy oraz kanały telewizyjne poświęcone e-sportowi.

Jak wynika z przeprowadzonych badań, sport jest obecny w życiu chłopców w większym stopniu, niż w życiu dziewcząt. Dotyczy to zarówno uczestnictwa w sporcie w sposób czynny, jak i bierny. Chłopcy częściej od dziewcząt uprawiają zajęcia sportowe (lub uprawia je ktoś z ich znajomych), jak również częściej od swoich koleżanek oglądają sport w telewizji lub na stadionie, rozmawiają o sporcie oraz śledzą wyniki ulubionych sportowców i zespołów. Największe różnice pomiędzy płciami dotyczą jednak rozmów o sporcie oraz recepcji zawodów sportowych w telewizji i Internecie. Tego rodzaju kontakty ze sportem są w o wiele większym stopniu charakterystyczne dla chłopców.

Po ustaleniu, jakie są formy kontaktu młodzieży ze sportem w czasie wolnym, zająłem się tym, w jaki sposób i jak często sami badani podejmują daną aktywność. Aby się tego dowiedzieć, w kwestionariuszu ankiety zamieściłem pytanie o to, w jaki sposób respondenci angażują się w sport. Rozkład odpowiedzi na to pytanie przedstawia tabela nr 14.

Analiza zebranego materiału badawczego prowadzi do kilku ciekawych wniosków. Po pierwsze należy podkreślić, że uprawianie sportu dla przyjemności jest najczęstszą formą kontaktu młodzieży z tą dziedziną kultury. Co trzeci badany określił, że uprawia czynnie takie zajęcia często, a tylko co dziesiąty stwierdził, że wcale nie podejmuje ich. Sport rekreacyjny, niezorganizowany instytucjonalnie, jest uprawiany przez uczniów szkół ponadpodstawowych zdecydowanie częściej, niż sport zawodniczy uprawiany w klubie sportowym lub pod okiem trenera. Co czwarty badany stwierdził, że trenuje w klubie sportowym lub w inny sposób wraz z trenerem. Warto zauważyć, że jeżeli ktoś już uprawia taki sport, to podejmuje go z dużą częstotliwością (badani więcej razy wskazywali na możliwość „często”, niż „czasami” przy próbie określenia częstotliwości kontaktu z tą formą sportu). Można przyjąć, że odpowiednio

---

<sup>621</sup> Zawody odbyły się po raz pierwszy w 2023 roku w Singapurze. Zostały one zorganizowane przez Międzynarodowy Komitet Olimpijski, co jest postrzegane jako zmiana kierunku działań tej organizacji i otwarcie się na sport elektroniczny. Rywalizacja o medale toczyła się w komputerowych wersjach tradycyjnych dyscyplin sportowych, takich jak: łucznictwo, baseball, szachy, kolarstwo, taniec, sporty motorowe, żeglarstwo, strzelectwo, taekwondo, tenis (na liście brakuje popularnych gier np. Counter-Strike’a: Global Offensive czy World of Warcraft, ponieważ przedstawiciele MKOI zaznaczali, że e-sport może stać się częścią olimpijskiej rywalizacji to tylko pod warunkiem, że nie będzie rywalizacji w grach noszących znamiona przemocy, treść gier nie może naruszać wartości olimpijskich, a same gry mają przypominać dotychczasowe, tradycyjne, fizyczne dyscypliny olimpijskie). Por. IOC’s first Olympic Esports Week brings thrilling live competition, historic firsts and communities together in Singapore, International Olympic Committee, <https://olympics.com/ioc/news/ioc-s-first-olympic-esports-week-brings-thrilling-live-competition-historic-firsts-and-communities-together-in-singapore>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 11.51; Olympic Esports, Prawo Sportowe, <https://prawosportowe.pl/a/olympic-esports>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 11.51.



atrakcyjna oferta zorganizowanych zajęć sportowych byłaby w stanie zainteresować część młodzieży, która obecnie ćwiczy samodzielnie.

**Tabela nr 14. Sposoby zajmowania się sportem przez młodzież w czasie wolnym  
N = 1050**

Sposoby uczestnictwa w sporcie	Często		Czasami		Wcale		Brak odp.		Ogółem	
	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%
Uprawianie zajęć sportowych samodzielnie i/lub z kolegami głównie dla przyjemności	363	35%	558	53%	117	11%	12	1%	1050	100
Uprawianie sportu w klubie sportowym i/lub pod okiem trenera	168	16%	129	12%	747	71%	6	1%	1050	100
Startowanie w zawodach sportowych	120	11%	252	24%	672	64%	6	1%	1050	100
Chodzenie na zawody sportowe	147	14%	309	29%	588	56%	6	1%	1050	100
Oglądanie sportu w telewizji i Internecie	309	29%	540	51%	195	19%	6	1%	1050	100
Kupowanie gazet i czasopism sportowych	21	2%	150	14%	870	83%	9	1%	1050	100
Czytanie o sporcie w Internecie	213	20%	513	49%	318	30%	6	1%	1050	100
Śledzenie wyników sportowych ulubionych sportowców i zespołów	309	29%	387	37%	348	33%	6	1%	1050	100
Rozmawianie o sporcie ze znajomymi i rodziną	291	28%	528	50%	222	21%	9	1%	1050	100

Źródło: badania własne

Niezorganizowany instytucjonalnie charakter sportu młodzieżowego objawia się też w uczestnictwie w zawodach sportowych. Zauważalnie więcej osób startuje w różnych zawodach, niż trenuje w klubach i/lub pod okiem trenera. Można założyć, że są to indywidualne lub zespołowe zawody ogólnie dostępne, przy czym w przypadku zawodów zespołowych do rywalizacji stają zwykle grupy koleżeńskie. Można tu też zaliczyć zawody oferowane przez kluby sportowe i/lub szkoły, w których rola trenerów i nauczycieli organiczna się do czynności organizacyjnych.

Dane te nie powinny dziwić, wszak badani uczniowie szkół ponadpodstawowych odpowiadali, że uprawianie sportu jest jedną z najczęściej podejmowanych form ich aktywności wolnoczasowej. A tylko nieskrępowane i dobrowolne czynności można zaliczyć do czasu wolnego. Treningi pod okiem trenera i/lub w klubie sportowym wiążą się z pewnym

zobowiązaniem i systematycznością. Mogą one wypełniać czas wolny, ale tylko pewnej kategorii osób. Dla pozostałych mogą szybko się stać kłopotliwym, a nawet przykrym obowiązkiem.

Badania wykazują, że młodzi ludzie angażują się w sport także w roli kibica. Większość ogląda sport w telewizji i Internecie lub śledzi osiągnięcia swoich ulubionych sportowców czy też zespołów. Można zatem przyjąć, że w przypadku dużej części młodych ludzi zainteresowanie sportem przejawia się zarówno w aktywnym uczestnictwie polegającym na uprawianiu sportu, jak i pośrednim uczestnictwie w aktywności sportowej, polegającej na kibicowaniu.

Kibicowanie przed ekranem telewizora lub monitora jest zdecydowanie częstsze, niż kibicowanie na stadionach. Okazuje się, że przeszło połowa młodzieży nie uczestniczy w roli widza w wydarzeniach sportowych na stadionie, a tylko co piąty młody człowiek nie ogląda sportu w telewizji/Internecie. Niektórzy z badanych łączą obie formy, uczęszczając na zawody sportowe i oglądając je także w telewizji. Przykładem kibica zainteresowanego zarówno lokalnym sportem, jak i wielkimi wydarzeniami sportowymi transmitowanymi w telewizji, jest jeden z moich rozmówców, który powiedział:

*„Oprócz tego, że gram w piłkę i jeżdżę rowerem, to staram się chodzić na mecze. Właściwie w każdą niedzielę staram się być na jakimś meczu piłkarskim. Jeżdżę po okolicznych wioskach. Ósma Liga Mistrzów!<sup>622</sup> Zwykle w każdym meczu kogoś znam. Chodzę też na ligę orlikową kibicować kolegom, a zimą na jakieś rozgrywki halowe, typu futsal czy piłka ręczna. Oglądam też sport w telewizji. Oglądam piłkę nożną, żużel, siatkówkę, skoki narciarskie i wszystkie duże imprezy sportowe.”*  
(uczeń, 18 lat, kwestionariusz wywiadu nr 37).

Analizując otrzymane wyniki badań łatwo zauważyć, że młodzi ludzie zdecydowanie częściej oglądają sport i rozmawiają o sporcie, niż o nim czytają. Nie oznacza to jednak, że młodzież wcale nie czyta wiadomości o wydarzeniach sportowych lub o swoich ulubionych sportowcach i zespołach. Młodzież prawie w ogóle nie kupuje gazet i czasopism sportowych, jednak o sporcie czyta w Internecie.

---

<sup>622</sup> Osma Liga Mistrzów – internetowy magazyn poświęcony piłce nożnej; w sposób humorystyczny prezentuje lokalne, amatorskie rozrywki; nazwa nawiązuje do Ligi Mistrzów UEFA oraz systemu ligowego w Polsce – ósma liga to Klasa A lub zwykle najniższa w danym województwie Klasa B.

Tak więc, przeprowadzone przeze mnie badania wykazały, że zdecydowana większość młodych ludzi przynajmniej raz na jakiś czas podejmuje aktywność sportową w czasie wolnym. Jest to zarówno sport rekreacyjny, uprawiany głównie w grupach koleżeńskich dla przyjemności, jak też sport uprawiany w klubie sportowym i/lub pod okiem trenera.

Przedstawię teraz wyniki badań dotyczące rodzaju aktywności sportowej, którą uprawiają uczniowie szkół ponadpodstawowych. Aby uzyskać informacje na ten temat, poprosiłem moich respondentów, aby w kwestionariuszu ankiety wpisali uprawiany przez siebie sport.

Badani mieli pełną swobodę w podawaniu rodzajów, dyscyplin i konkurencji sportowych (pytania były otwarte). W wyniku przeprowadzonych badań otrzymałem dane, które zawierają tabele nr 15 i 16.

Dane zawarte w tabeli nr 15 pozwalają na stwierdzenie, że do najczęściej uprawianych zajęć rekreacyjnych o charakterze ruchowym należą: jazda rowerem, oraz gry zespołowe (piłka nożna, siatkówka i koszykówka). Pozostałe sporty uprawiane są przez niewielki odsetek młodych ludzi. Młodzież uprawia jednak liczne sporty. Średnio co dziesiąty uczeń szkoły ponadpodstawowej nie uprawia żadnego sportu rekreacyjnego. Dziewczęta dwukrotnie częściej (od swoich kolegów) nie uprawiają żadnego sportu rekreacyjnego.

Dane przedstawione w tabeli nr 16 pokazują, że mniej niż co czwarta uczennica i mniej niż co trzeci uczeń szkoły ponadpodstawowej uprawia jakiś sport wraz z trenerem i/lub instruktorem w klubie sportowym lub w innej instytucji (np. w klubie młodzieżowym, w domu kultury, w szkole po lekcjach, na Orliku). Do zajęć sportowych, które najwięcej osób uprawia w tej formie należą: piłka nożna, taniec, ćwiczenia siłowe i sporty walki (judo, karate, taekwondo). Uzyskane wyniki w dużej mierze rozłożyły się równomiernie, ponieważ młodzież wymieniała wiele sportów, ale większość z nich jest uprawianych przez nikły odsetek młodych ludzi. Wypowiedzi młodych ludzi pokazują też, że poziom zaangażowania trenerów i instruktorów w aktywność sportową młodzieży jest mocno zróżnicowany (od pełnego zaangażowania w przypadku trenerów w klubach sportowych i trenerów osobistych, po realizację zadań organizacyjnych i porządkowych animatorów na Orliku). Dla przykładu przytoczę kilka wypowiedzi młodych ludzi na ten temat:

*„Sport zacząłem uprawiać już w przedszkolu. W ogóle uprawiałem w klubach sportowych piłkę nożną i judo, ale zaczęło się od piłki nożnej. I teraz też pozostała głównie piłka nożna. Były różne turnieje piłkarskie w przedszkolu. Jeden z nauczycieli, który to prowadził, powiedział moim rodzicom, że dobrze sobie radzę i powinni mnie zapisać na treningi do klubu sportowego. Okazało się, że treningi*

były blisko mojego miejsca zamieszkania i rodzice mnie odprowadzali na treningi. I tam na stałe trafiłem do fajnych trenerów. Sporo mnie nauczyli. Nie tylko gry. Pamiętam, że w trampkarzach, tak jakoś na początku, żeby grać w pierwszym składzie, to nie tylko trzeba było być dobrym w piłkę, ale też trzeba było mieć dobre oceny w szkole. (...) Teraz mamy nowego trenera w klubie. Mocno się angażuje. Wymyśla ciekawe treningi, organizuje obozy. Nawet stara się nas zniechęcić do dyskotek przed meczem. Jak ktoś przyjdzie na mecz słabo wyspany, to się wkurza!” (uczeń, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 25).

„Mnie do sportu zachęcił wychowawca w podstawówce. On był wychowawcą od czwartej do ósmej klasy. I on był taki fajny. On był dobry w ping ponga. I wyhaczył sobie kilku najlepszych i spotykaliśmy się na zajęciach pozalekcyjnych. Moim wychowawcą był nauczyciel wychowania fizycznego. I uprawiałem sport już od czwartej klasy. Jeździliśmy z nim na zawody przez całą podstawówkę. Teraz gram u niego w klubie sportowym. On tam jest trenerem. Ja właściwie tam głównie trenuję, bo do składu już się nie łapię. Ale nie o to chodzi. Lubię grać, a tam, od Pana Marka [trenera] i innych graczy mogę się sporo nauczyć” (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 3).

„Uprawiam pływanie sportowe i pływanie synchroniczne. A wszystko zaczęło się od tego, że moi rodzice zawozili mnie na basen, żeby nauczyć się pływać. To było jeszcze przed szkołą podstawową. Wszyscy mówili, że sobie dobrze radzę i powinnam trenować pływanie synchroniczne, które miało treningi akurat wtedy, kiedy ja się uczyłam się pływać. I któregoś razu, wraz z moją koleżanką, poszłam do nich na trening. Bardzo mi się to spodobało! Trenerki powiedziały, że sobie dobrze radzę. I tak się złożyło, że już po paru miesiącach trenowałam w starszej grupie. Na tyle mi się spodobało, że trenuję to do dzisiaj. Już prawie 11 lat. Do tego potem jeszcze doszło pływanie sportowe. Oprócz tego, że trenuję w grupie, to jeszcze indywidualnie. Mam trenerkę, która zajmuje się tylko mną. Ona układa mi plany treningowe, ogarnia kalendarz startów w zawodach, układa mi dietę. Ona jest od pływania sportowego. Moi rodzice opłacają mi u niej treningi.” (uczennica, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 24).

„Gramy w piłkę na Orliku. Czasami w coś innego. Na Orliku jest animator, który pilnuje porządku i wydaje sprzęt. Dba o to, żeby w szatniach i na boiskach było czysto i żeby nikt na Orliku nie pił i nie palił. Nie można też wjeżdżać rowerem. Bardzo tego nie lubi, dlatego nazywamy go „Antycyklistą”. On jest po studiach z wychowania fizycznego. Czasami prowadzi zajęcia dla dzieci. Jak nam brakuje kogoś do gry, to gra z nami. Czasami też sam organizuje ludzi do gry.” (uczeń, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 31).

**Tabela nr 15. Rodzaje aktywności sportowej uprawiane rekreacyjnie przez młodzież w czasie wolnym**  
N = 1050

Rodzaj sportu	Ogółem		Dziewczęta		Chłopcy	
	D.b.	%	D.b.	%	D.b.	%
Piłka nożna	288	27%	8	2%	280	52%
Siatkówka	145	14%	72	14%	143	27%
Koszykówka	138	13%	44	9%	94	18%
Pływanie	87	8%	48	9%	39	7%
Jazda rowerem	598	57%	256	50%	342	64%
Biegi	92	9%	42	8%	50	9%
Tenis stołowy	64	6%	32	6%	32	6%
Taniec	55	5%	48	9%	7	1%
Ćwiczenia siłowe	71	7%	23	4%	48	9%
Strzelectwo	22	2%	12	2%	10	2%
Sporty walki	39	4%	13	3%	26	5%
Jazda konna	23	2%	17	3%	6	1%
Badminton	45	4%	20	4%	25	5%
Sporty zimowe	45	4%	23	4%	22	4%
Inne sporty	98	9%	43	8%	55	10%
Nie uprawia takiego sportu	117	11%	75	15%	42	8%
Brak odpowiedzi	12	1%	6	1%	6	1%

Źródło: badania własne

Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi (w badaniach wzięło udział 1050 uczniów szkół ponadpodstawowych, w tym: 513 uczennic i 537 uczniów)

Na podstawie danych zebranych w tabelach nr 15 i 16 można stwierdzić, że chłopcy częściej od dziewcząt uprawiają różne sporty. Dotyczy to zarówno sportów uprawianych rekreacyjnie, jak i tych podejmowanych w klubach sportowych. Do wyjątków należy pływanie, taniec i jazda konna. Są to sporty uprawiane przez dziewczęta częściej niż przez chłopców, zarówno rekreacyjnie, jak i zawodniczo. W przypadku sportów uprawianych w klubach sportowych dziewczęta nieznacznie częściej trenują też siatkówkę oraz strzelectwo. Pozostałe

sporty są częściej uprawiane przez ich kolegów. Niektóre sporty cieszą się szczególnym zamiłowaniem chłopców. Należą do nich: piłka nożna, koszykówka czy też ćwiczenia siłowe.

**Tabela nr 16. Sporty uprawiane w klubach sportowych przez młodzież w czasie wolnym  
N = 1050**

Rodzaj sportu	Ogółem		Dziewczęta		Chłopcy	
	D.b.	%	D.b.	%	D.b.	%
Piłka nożna	45	4%	5	1%	40	7%
Siatkówka	15	1%	8	2%	7	1%
Koszykówka	10	1%	4	1%	6	1%
Pływanie	25	2%	15	3%	10	2%
Jazda rowerem	5	0%	1	0%	4	1%
Biegi	28	3%	14	3%	14	3%
Tenis stołowy	12	1%	4	1%	8	1%
Taniec	45	4%	42	8%	3	1%
Ćwiczenia siłowe	38	4%	12	2%	26	5%
Strzelectwo	10	1%	6	1%	4	1%
Sporty walki	28	3%	8	2%	20	4%
Jazda konna	18	2%	16	3%	2	0%
Badminton	0	0%	0	0%	0	0%
Sporty zimowe	16	2%	6	1%	10	2%
Inne sporty	35	3%	15	3%	20	4%
Nie uprawia takiego sportu	747	71%	384	75%	363	68%
Brak odpowiedzi	6	1%	4	1%	2	0%

Źródło: badania własne

Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi (w badaniach wzięło udział 1050 uczniów szkół ponadpodstawowych, w tym: 513 uczennic i 537 uczniów)

Z przytoczonych danych wynika, że jazda rowerem jest czynnością o charakterze sportowym, która jest uprawiana przez największą liczbę młodych ludzi. Jazdę rowerem jako rodzaj sportu określa się mianem kolarstwa. Zdecydowałem jednak pozostać przy określeniu, które najczęściej podawali badani. Moi rozmówcy wypowiedzieli się na ten temat następująco:

*„Jeżdżę rowerem dość często, staram się jak najczęściej. Jeżdżę rowerem do szkoły, do koleżanek i żeby sobie gdzieś pojeździć. Najczęściej jest to jakiś wypad za miasto, do lasu lub nad jezioro. Na szczęście w okolicy jest sporo ścieżek rowerowych.”*  
(uczennica, 18 lat, kwestionariusz wywiadu nr 33).

*„Jaki sport uprawiam? Najczęściej jeżdżę rowerem. Kiedyś grałem więcej w piłkę, ale mam problem z pachwinami. Teraz jeżdżę rowerem kilka razy w tygodniu.”*

*Najczęściej MTB<sup>623</sup>. Startuję z kolegami w Leszczyńskiej Lidze Rowerowej. Zwykle ostatni nie jestem.” (uczeń, 19 lat, kwestionariusz wywiadu nr 6).*

Zarówno pierwsza, jak i druga osoba użyła sformułowania „jazda rowerem”, a nie kolarstwo (podobnie, jak większość badanych). Zebrane dane wskazują na rozrywkowy, koleżeński charakter tej czynności, ponieważ zdecydowana większość młodych ludzi uprawia go rekreacyjnie, głównie dla przyjemności. Tylko nikły odsetek młodzieży trenuje kolarstwo pod okiem trenera i/lub instruktora w klubie sportowym lub w innych instytucjach (jest to głównie kolarstwo szosowe oraz górskie, w tym zjazdowe).

Opierając się na uzyskanych wynikach mogę stwierdzić, że gry zespołowe należą do najczęściej uprawianych rodzajów zajęć sportowych przez młodych ludzi. Jest to przede wszystkim piłka nożna oraz siatkówka i koszykówka. Ich wysoka popularność utrzymuje się niezmiennie od wielu lat.<sup>624</sup> Młodzi ludzie chętnie uprawiają takie zajęcia w czasie wolnym i chętnie spędzają je też z rówieśnikami. Gry zespołowe są więc okazją do zaspokojenia obu tych potrzeb. Zajęcia te w dużej mierze uprawiane są poza klubami sportowymi (zwłaszcza siatkówka oraz koszykówka), a młodzi ludzie sami organizują mecze, co wymaga sprawnej komunikacji, planowania oraz odpowiedzialności wszystkich graczy. Sporty te mogą więc mieć korzystny wpływ nie tylko na zdrowie fizyczne, ale mogą też rozwiać ważne umiejętności społeczne, uczyć współpracy i planowania, pobudzać poczucie przynależności do grupy, czy też pomagać w odnalezieniu swojego miejsca w strukturze grupowej.

Badania wykazały, że w zdecydowanej większości młodzi ludzie uprawiają sporty rekreacyjne (w tym gry i zabawy ruchowe), głównie dla przyjemności, w grupie koleżeńskiej. Należy do nich wcześniej wspomniana jazda rowerem i gry zespołowe, jak również badminton, biegi, ćwiczenia siłowe, pływanie i tenis stołowy. Są to sporty, które młodzież sama sobie organizuje, wykorzystując dostępną infrastrukturę sportową. Dotyczy to zarówno sportów uprawianych indywidualnie, jak i zespołowo (głównie piłki nożnej, siatkówki i koszykówki).

Część badanych uprawia jednak sport wyczynowo, pod okiem trenera i/lub instruktora w klubie sportowym lub w innych instytucjach. Najwięcej osób w taki sposób uprawia piłkę nożną (są to głównie chłopcy). Jest to zrozumiałe, ponieważ piłka nożna jest

---

<sup>623</sup> MTB – z ang. mountain biking, kolarstwo górskie.

<sup>624</sup> Por.: Woynarowska B., Mazur J., Uczestnictwo młodzieży w zajęciach związanych z aktywnością fizyczną poza szkołą i uprawianie sportu w czasie wolnym (W:) Aktywność fizyczna młodzieży szkolnej w wieku 9-17 lat. Aktualne wskaźniki, tendencje ich zmian oraz wybrane zewnętrzne i wewnętrzne uwarunkowania, Raport z badań, Instytut Matki i Dziecka. Zakład Zdrowia Dzieci i Młodzieży, Warszawa 2013, s. 49, <https://www.msit.gov.pl/pl/sport/badania-i-analizy/aktywnosc-fizyczna-dzie/576,Aktywnosc-fizyczna-dzieci-i-mlodziezy.html>, dostęp z dnia: 16.08.2023, godz. 20.15.

najpopularniejszym sportem. Potwierdzają to dane z moich badań (najwięcej młodych ludzi uprawia ten sport) oraz corocznych raportów Głównego Urzędu Statystycznego na temat stanu kultury fizycznej w Polsce.<sup>625</sup>

W klubach sportowych i pod okiem trenera uprawiane są także inne sporty. Można do nich zaliczyć: sporty walki, taniec, strzelectwo i sporty siłowe. Sporty te mają charakter wysoce zinstytucjonalizowany. Można przypuszczać, że jest to związane z utrudnioną dostępnością infrastruktury sportowej i sprzętu sportowego oraz wymaganiami technicznymi danego sportu, który łatwiej uprawiać pod okiem doświadczonego trenera lub instruktora.

Analizując wyniki badań można dojść do wniosku, że osoby, które zaliczyły siebie do uprawiających sport, uprawiają zwykle więcej, niż jeden. Można więc przypuszczać, że dla wielu młodych ludzi to nie atrakcyjność jakiegoś sportu decyduje o aktywnym uczestnictwie w tej dziedzinie kultury, lecz ogólne upodobanie do ruchu, rywalizacji czy też spędzania czasu z rówieśnikami.

Otrzymane wyniki badań świadczą o tym, że młodzi ludzie podejmują w swoim czasie wolnym wiele czynności o charakterze ruchowym. Należy do nich też aktywność sportowa, która jest ważnym, ale bardzo zróżnicowanym elementem kultury czasu wolnego młodzieży. Uprawiane przez młodych ludzi aktywności o charakterze sportowym uporządkowałem w kilkunastu kategoriach. Wiele z tych kategorii zawiera w sobie różne dyscypliny i konkurencje sportowe np. w kategorii sporty zimowe mieści się narciarstwo alpejskie, narciarstwo klasyczne, snowboarding oraz łyżwiarstwo. Za wyjątkiem kilku najbardziej popularnych sportów można więc zaobserwować duże rozdrobnienie w uprawianym przez młodzież sporcie. Może mieć to duże znaczenie podczas tworzenia infrastruktury sportowej. Oczywiście nie da się zaspokoić wszystkich potrzeb młodych ludzi w tym zakresie. Można jednak śledzić upodobania młodzieży i odpowiadać na wybrane z nich. Przykładem takich działań są powstające w ostatnich latach skateparki.

Chciałem się też dowiedzieć, czy sport, który uprawiają młodzi ludzie wiąże się jakimiś specyficznymi wymaganiami lub ograniczeniami, które stają przed osobą chcącą zaangażować się w daną aktywność. Aby uzyskać niezbędną wiedzę, w kwestionariuszu ankiety zastosowałem pytanie o to, czy uprawiany przez badanych sport wymaga jakichś specjalnych

---

<sup>625</sup> Zgodnie z danymi GUS-u w 2022 r. w Polsce działało 14 476 klubów sportowych, które liczyły 1,1 mln członków i ćwiczących (niezmiennie wśród ćwiczących dominuje młodzież do 18 lat – 71,0%). Podobnie jak w latach poprzednich wśród ćwiczących najpopularniejsza była piłka nożna, którą uprawiało 35,9% ćwiczących. Por. GUS, Kultura fizyczna w 2022 r., <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/kultura-turystyka-sport/sport/kultura-fizyczna-w-polsce-w-2022-roku,13,6.html>, dostęp z dnia: 17.08.2023, godz. 16.32.



przygotowań, kompetencji, uprawnień, specjalistycznego sprzętu oraz specyficznych, trudno dostępnych miejsc treningowych.

W badaniu wzięło udział 1050 osób. Na pytanie odpowiedziało 81% respondentów. 15% badanych odpowiedziało, że nie uprawia żadnego sportu. Prawie połowa ankietowanych (48%) powiedziała, że uprawiane przez nich sporty nie wiążą się z żadnymi specyficznymi wymogami. Pozostałe 18% badanych uznało, że dostrzega w uprawianym przez siebie sporcie różnorodne ograniczenia dostępności. Otrzymane odpowiedzi uporządkowałem w czterech kategoriach<sup>626</sup>:

1. Wymagania związane z koniecznością posiadania orzeczenia lekarskiego o stanie zdrowia umożliwiającym bezpieczne uczestnictwo we współzawodnictwie sportowym (pływanie; sporty walki: karate, judo). Odpowiedziało tak 4% badanych.
2. Wymagania związane z trudno dostępnymi miejscami treningowymi (sporty zimowe – narciarstwo alpejskie; łucznictwo; strzelectwo; pływanie; sporty motorowe - karting). Odpowiedziało tak 8% badanych.
3. Wymagania związane z trudno dostępnym i/lub drogim sprzętem treningowym (jazda konna; strzelectwo; łucznictwo). Odpowiedziało tak 8% badanych.
4. Wymagania związane z koniecznością opanowania specyficznych umiejętności przed rozpoczęciem uprawiania danego sportu (pływanie – pływanie synchroniczne, pływanie w sztafecie; sporty zimowe – narciarstwo alpejskie; wspinaczka; sporty motorowe – karting). Odpowiedziało tak 7% badanych.

Analiza uzyskanych danych prowadzi do wniosku, że większość podejmowanych przez młodzież aktywności sportowych nie wiąże się ze specyficznymi wymaganiami. Młodzi ludzie uprawiają rodzaje sportu, których zasady są powszechnie znane, sprzęt i miejsca treningowe łatwo dostępne, a sam sport na tyle popularny, że nie mają trudności ze znalezieniem kolegów do współzawodnictwo (np. jazda rowerem, piłka nożna, koszykówka, siatkówka).

Podsumowując, można powiedzieć, że badania na temat rodzajów aktywności młodzieży w zakresie sportu wykazały, że sport w swojej czynnej i biernej formie jest obecny w życiu prawie wszystkich młodych ludzi (jednak w większym stopniu chłopców). Można więc uznać, że aktywność fizyczna typu sportowego czy też kibicowanie na stadionie lub w domu przed ekranem telewizorów jest dla młodych ludzi i ich najbliższych istotną częścią życia.

Badania wykazały, że najczęstszą formą kontaktu młodzieży ze sportem jest uprawianie jakiegś aktywności sportowej. Zdecydowana większość młodych ludzi podejmuje czynności

---

<sup>626</sup> Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi.

ruchowe o charakterze sportowym lub ktoś inny w ich środowisku życia w taki sposób spędza czas wolny. Jest to aktywność podejmowana samodzielnie i/lub z rówieśnikami głównie dla przyjemności. Przeszło  $\frac{3}{4}$  młodzieży ogląda też sport w telewizji i Internecie oraz rozmawia o sporcie. Okazało się, że młodzi ludzie prawie w ogóle nie kupują gazet i czasopism sportowych, a niewielu uprawia sport w klubie sportowym lub startuje w zawodach sportowych.

Uzyskane dane prowadzą do wniosku, że w zdecydowanej większości młodzi ludzie uprawiają sport rekreacyjny, głównie dla przyjemności. Przeszło co dziesiąty młody człowiek nie uprawia jednak tego rodzaju aktywności sportowej (dziewczęta dwukrotnie częściej od chłopców odpowiadały, że nie uprawiają żadnego sportu rekreacyjnego). Do najczęściej podejmowanych aktywności ruchowych o charakterze sportów rekreacyjnych należą: jazda rowerem oraz sporty zespołowe (piłka nożna, siatkówka i koszykówka). Są to sporty łatwo dostępne, których młodzież nie wiąże z żadnymi specyficznymi wymaganiami.

Tylko niewielka część młodzieży uprawia sport wycynowo, pod okiem trenera i/lub instruktora w klubie sportowym lub w innych instytucjach (mniej, niż co czwarta uczennica i mniej, niż co trzeci uczeń). Najwięcej osób w taki sposób uprawia piłkę nożną, taniec i ćwiczenia siłowe.

### **7.3. Motywy podejmowania aktywności sportowej i stopień zaangażowania młodzieży w aktywne zajmowanie się sportem**

Określenie poziomu i rodzajów aktywności młodzieży w zakresie sportu, w tym tego, na ile sport jest obecny w życiu młodzieży, jakie są rodzaje aktywności sportowej młodzieży w czasie wolnym i jakie sporty uprawia młodzież, wymaga poszerzenia tej wiedzy o powody, dla których młodzi ludzie uprawiają sport oraz jak bardzo angażują się w uprawianie sportu.

Każde zachowanie człowieka, w tym aktywność sportowa, zdeterminowane jest dwoma grupami czynników. Po pierwsze, zależy ono od różnych czynników zewnętrznych, czyli sytuacji, w których jednostka się znajduje. Do drugiej grupy należą czynniki wewnętrzne, w tym przeżywane emocje i myśli. Całokształt tych czynników kształtuje motywy, które uruchamiają, organizują i ukierunkowują ludzkie działania na określony cel. Według Janusza Reykowskiego, motyw odnosi się do specyficznego stanu wewnętrznego, czyli napięcia motywacyjnego, które charakteryzuje się poczuciem niespełnienia i gotowością do podjęcia aktywności.<sup>627</sup> Wszelkie zachowania wywołane jakimś motywem są więc podporządkowane dążeniu do osiągnięcia określonego celu. Podobnie jest z uprawianiem sportu, podstawą

---

<sup>627</sup> Reykowski J., Procesy emocjonalne. Motywacja. Osobowość (w:) Tomaszewski T. (red.), Psychologia ogólna, Warszawa 1992, s. 74.

którego mogą być różne motywy. Aby dowiedzieć się, co pobudza młodych ludzi do uprawiania sportu w czasie wolnym, moim respondentom zadałem pytanie o to, co daje im uprawianie sportu i co sprawia, że chcą go uprawiać. Poprosiłem też, aby zaznaczyli, który z tych powodów ma dla nich decydujące znaczenie. W wyniku przeprowadzonych badań otrzymałem dane, które zawiera tabela nr 17.

**Tabela nr 17. Motywy podejmowania przez młodzież aktywności sportowej  
N = 1050**

Motywy uprawiania sportu	Liczba osób wskazująca na dany motyw		Liczba osób uznająca dany motyw za najważniejszy	
		%		%
Dla zdrowia	285	27%	62	6%
Dla kondycji	250	24%	21	2%
Dla utraty wagi	68	6%	40	4%
Dla relaksu i rozrywki	439	42%	245	23%
Dla wyciszenia się	52	5%	11	1%
Dla spotkań z kolegami i koleżankami	454	43%	280	27%
Dla pokonywania własnych słabości	108	10%	38	4%
Dla osiągnięcia sukcesów	156	15%	116	11%
Inne	26	2%	15	1%
Brak odpowiedzi	232	22%	324	31%
<b>Suma</b>	<b>2070</b>		<b>1152</b>	

Źródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi

Analiza uzyskanych danych prowadzi do wniosku, że sport jest dla młodzieży okazją do zaspokojenia ważnych w tym okresie życia potrzeb, takich jak afiliacji i uznania. Grupa rówieśnicza może wzmacniać poczucie własnej wartości, dawać poczucie bezpieczeństwa emocjonalnego (a nieraz i fizycznego) oraz solidarności grupowej czy też pomagać w rozwijaniu zainteresowań i form współdziałania.<sup>628</sup> Potrzeby te mogą być zaspokajane zarówno w związkach przyjacielskich, jak i mniejszych (paczkach) i większych grupach. Nie może więc dziwić, że uprawianie sportu jest tą formą aktywności, która często wypełnia czas wolny młodych ludzi. Chodzi tu zwłaszcza o sport uprawiany dla przyjemności w grupie koleżeńskiej.

Można przypuszczać, że znacznej części młodych ludzi sport umożliwia ucieczkę od codzienności: od obowiązków, monotonii, przemęczenia i przeciążenia. Ta ucieczka od codzienności może przybierać formę zabawy i chęci odreagowania, jak i wyciszenia się oraz

<sup>628</sup> Obuchowska I., *Adolescencja* (w:) Trempała J., Harwas-Napierała, *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, PWN, Warszawa 2009, s. 177.

uspokojenia. Zdecydowanie częściej motywem decydującym o uprawianiu jakiegoś sportu jest chęć odreagowania. Można założyć, że sport, jako aktywna i wywodząca się z zabawy forma spędzania czasu wolnego, jest dla młodych ludzi szansą na zniwelowanie znużenia i przeciążenia psychicznego. Jest to bardzo istotne zwłaszcza dla tej części młodych ludzi, którzy mają poczucie przemęczenia obowiązkami szkolnymi, wiążącymi się z długim siedzeniem w jednym miejscu, wysiłkiem intelektualnym oraz małą aktywnością fizyczną. Można założyć, że młodzież dostrzega i uznaje te korzyści, ponieważ szansa na odreagowanie i zabawę jest nie tylko częstym motywem podejmowania aktywności sportowej, ale też jest postrzegana jako ważny powód tej aktywności.

Istotnym motywem podejmowania aktywności sportowej jest troska o zdrowie. Wielu młodych ludzi do sportu skłania chęć poprawy zdrowia (lub utrzymania jego dobrego stanu) oraz chęć poprawy kondycji (w tym siły i wytrzymałości). Dla niewielkiej części młodych ludzi sport jest też okazją do utraty wagi. Pomimo tego, że młodzi ludzie cieszą się relatywnie dobrym zdrowiem, to dostrzegają taką jego wartość<sup>629</sup>. To właśnie między innymi w sporcie widzą szansę na poprawę i/lub utrzymanie dobrego stanu zdrowia. Warto jednak zaznaczyć, że choć chęć poprawy zdrowia i kondycji dla wielu młodych ludzi jest powodem podejmowania aktywności sportowej, to tylko dla nielicznych jest on najważniejszy.

Opierając się na otrzymanych wynikach badań, można zauważyć, że część młodych ludzi uprawia sport z powodów, które można nazwać ambicjonalnymi. Sport pozwala zaspokoić potrzebę sukcesu. Dzięki rywalizacji sportowej młodzi ludzie dążą do uznania społecznego, prestiżu oraz realizują potrzebę osiągnięć i górowania nad innymi. Sport umożliwia rywalizację w jasnych i porównywalnych warunkach, a o zwycięstwie decydują przede wszystkim włożony wysiłek i kompetencje. Sukces ten osiągany jest zwykle w drodze rywalizacji z przeciwnikami sportowymi. Może on być jednak osiągnięty też w inny sposób: w walce z samym sobą, poprzez pokonywanie własnych słabości. Młodzi ludzie poznają siebie, dążą do spełniania swojego potencjału, stawiają sobie cele, które nakierowane są na rozwój osobisty i pokonywanie słabości. Niezależnie od tego czy odbywa się to w drodze rywalizacji z przeciwnikiem, czy samym sobą, pozwala to młodzieży rozwijać swoje kompetencje i

---

<sup>629</sup> Zdrowie jest postrzegane jako istotna wartość przez Polaków (w tym młodych ludzi). Jest to wartość, która od wielu lat znajduje się na szczycie hierarchii wartości społeczeństwa polskiego. Por. Smyła J., Wokół wartości współczesnej młodzieży, *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, 2020, nr 39, s. 59, <https://journals.umcs.pl/lrp/article/view/10089>, dostęp z dnia: 23.08.2023; CBOS, System wartości Polaków w 2019 roku, <https://www.cbos.pl/PL/publikacje/news/2020/02/newsletter.php>, dostęp z dnia: 23.08.2023, godz. 17.47.

realizować ważne potrzeby. Sama młodzież w sporcie dostrzega szansę na realizację tych potrzeb, dlatego też jest on ważną częścią ich życia.

Dla przykładu podaję kilka wypowiedzi uczniów szkół ponadpodstawowych, które dotyczą motywów podejmowania aktywności sportowej:

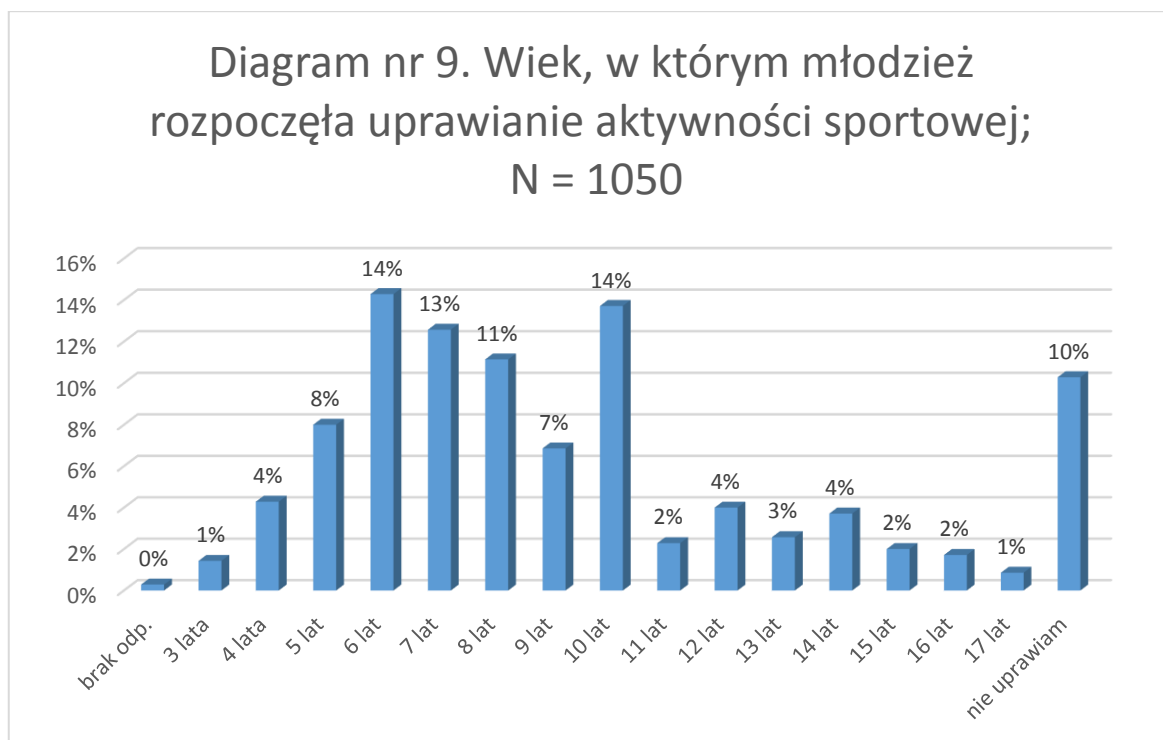
*„Gram w piłkę i koszykówkę. Ale tylko amatorsko z kolegami. Kiedyś grałem z lidze orlikowej w piłkę nożną, ale to nie dla mnie. Szkoda czasu i nerwów. Lubię pójść wieczorem lub w weekend na boisko, żeby się spotkać z kolegami i z nimi pograć, pogadać, pośmiać się. (...) Gram w piłkę żeby się odstresować. Dwa razy w tygodniu muszę iść pograć, żeby się trochę wybiegać, wyżyć. Jak tego nie zrobię, to wszystko mnie wkurza. Nawet mama mnie wygania na boisko, bo mówi, że jak nie gram, to trudno ze mną wytrzymać.” (uczeń, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 23).*

*„Lubię wygrywać. Oczywiście porażki się zdarzają i nie są straszne, ale lubię wygrywać. Lubię ten dreszczyk emocji na meczu. Zawsze daję z siebie wszystko i lubię przyjść do domu poobijany. Wtedy czuję, że grałem. (...) Jak biegam, to mierzę swoje wyniki. Staram się je poprawiać. Kiedyś mi się rozładowała bateria w zegarku, to wróciłem i ją naładowałem i dopiero poszedłem biegać. Nie chwalebę się raczej wynikami na Facebooku. Znajomi widzą je na Stravie. Robię to dla siebie.” (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 36).*

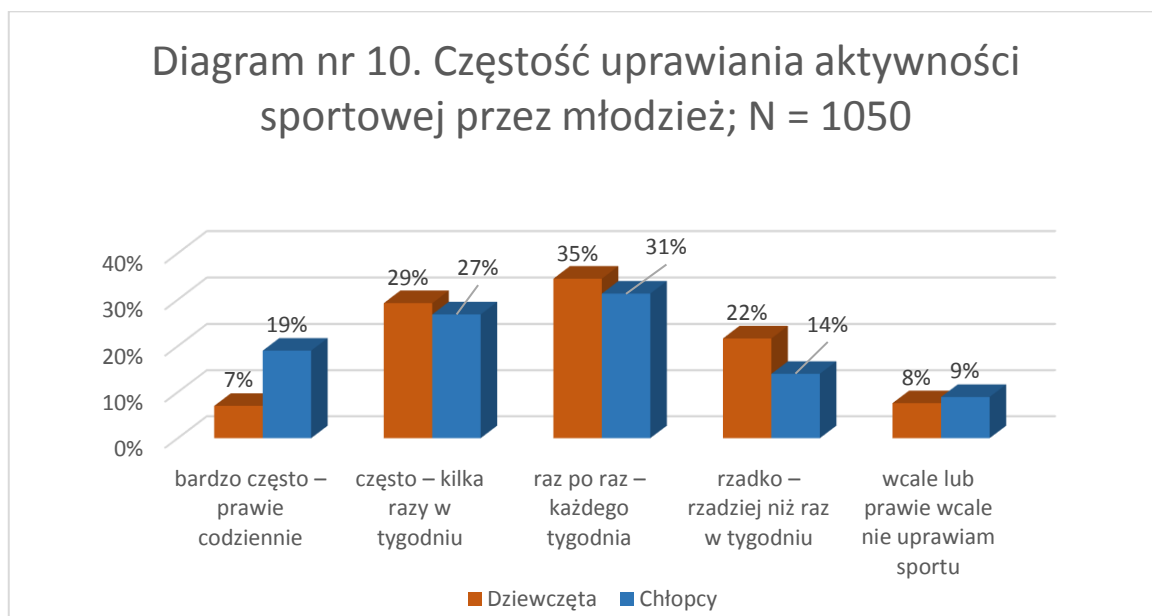
*„Dlaczego uprawiam sport? Żeby się lepiej czuć. Sport to za dużo powiedziane. Spaceruję, biegam i jeżdżę rowerem. Nie przepadam za bieganiem, bo mnie strasznie nudzi. Ale staram się ruszać, zwłaszcza po zimie, żeby zrzucić trochę wagi.” (uczennica, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 7).*

Omówione do tej pory wyniki badań pozwalają stwierdzić, że aktywne zajmowanie się sportem zajmuje ważne miejsce w czasie wolnym wielu młodych ludzi. Młodzież kibicuje na stadionach, ogląda sport w Internecie oraz uprawia różne zajęcia o charakterze sportowym. Szczególnie istotne wydaje się przybliżenie tej ostatniej formy aktywności. Ustaleniu stopnia zaangażowania młodzieży w aktywność sportową, poświęciłem istotną część mojego postępowania badawczego. Chciałem się dowiedzieć, na ile młodzi ludzie oddają się w aktywności sportowej i jakie miejsce zajmuje ona w ich dotychczasowym życiu. Aby uzyskać

informacje na ten temat, w swej ankiecie pytałem o początki uprawiania sportu oraz o jego częstotliwość. W ten sposób otrzymałem dane, które przedstawiam w diagramach nr 9, 10, 11 i 12.

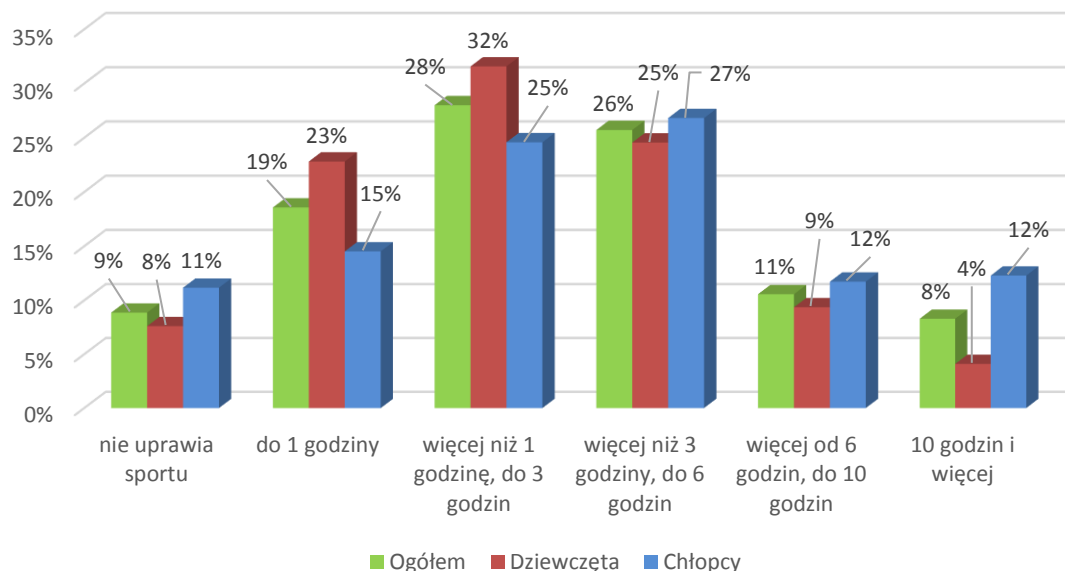


Źródło: badania własne



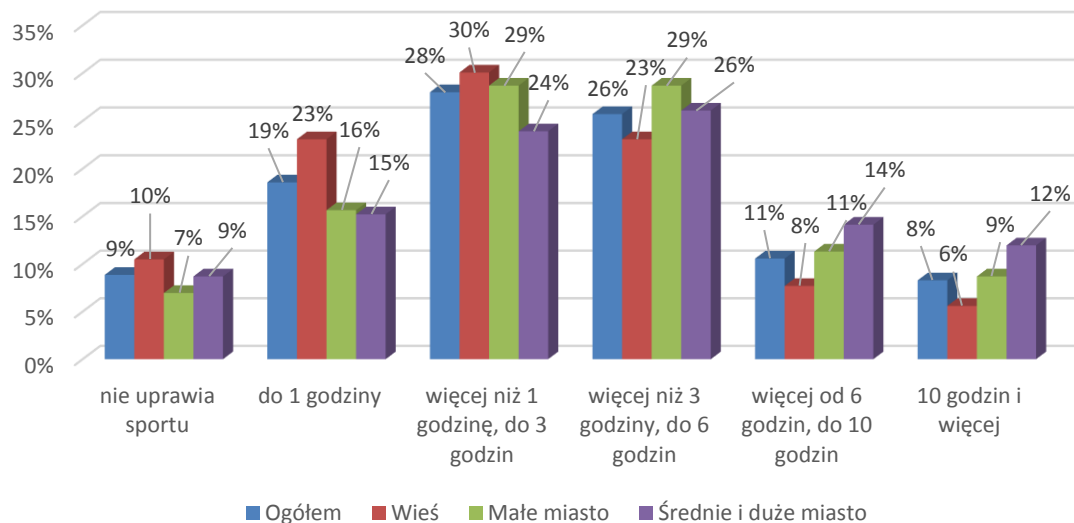
Źródło: badania własne

Diagram nr 11. Czas poświęcany w tygodniu przez młodzież na uprawianie aktywności sportowej (z uwzględnieniem płci); N = 1050



Źródło: badania własne

Diagram nr 12. Czas poświęcany w tygodniu przez młodzież na uprawianie aktywności sportowej (z uwzględnieniem miejsca zamieszkania); N = 1050



Źródło: badania własne

Z przytoczonych danych wynika, że pierwsze kontakty ze sportem nastąpiły zwykle między 6 a 10 rokiem życia. Można przyjąć, że ma to związek zarówno z fizyczną i psychiczną gotowością do tego rodzaju aktywności, jak i ze ścieżką edukacyjną młodzieży. Właśnie do dzieci w tym wieku (a często też młodszych) kierowana jest oferta zajęć wolnoczasowych skupiających się na sporcie lub szeroko pojętej aktywności fizycznej. Wyniki wskazują na to, że młodzi ludzie zaczęli uprawiać jakiś sport w wieku, w którym rozpoczynają szkołę podstawową (zauważalnie wyższy poziom pierwszych kontaktów sportowych zbiega się z rozpoczęciem edukacji w klasach I-III szkoły podstawowej i później powtarza się na początku klas IV-VIII szkoły podstawowej). Co ciekawe, w następnych latach odsetek osób rozpoczynających uprawianie sportu pozostaje już na podobnym poziomie, nieprzekraczającym 5% i nie zmienia się wraz z początkiem szkoły ponadpodstawowej. Można przyjąć, że pomimo tego, że w szkołach ponadpodstawowych oferowane są młodzieży nowe możliwości zaangażowania w sport (np. w nowe dyscypliny sportu), to ogólne zainteresowanie sportem kształtuje się wcześniej.

Choć każdego roku przynajmniej kilka procent dzieci i/lub młodzieży zaczyna uprawiać jakąś aktywność sportową, to co dziesiąty młody człowiek nigdy tego nie zrobił i już prawdopodobnie nie zrobi. Można przypuszczać, że wśród tych osób są zarówno te, które z powodów zdrowotnych mają przeciwwskazania do większości sportów, jak i te, które nie lubią spędzać w ten sposób czasu.

O pierwsze kontakty ze sportem zapytałem także młodych ludzi podczas wywiadu biograficzno-narracyjnego. Okazało się, że zdecydowana większość moich rozmówców miała już jakieś kontakty ze sportem. Z odpowiedzi badanych wynika, że ich pierwsze doświadczenia sportowe często były nacechowane dużymi emocjami. Choć od tych wydarzeń minęło zwykle kilka lub nawet kilkanaście lat, to są one zwykle dobrze pamiętane i szczegółowo opisywane. Wypowiedzi młodych ludzi można podzielić na trzy kategorie, w zależności od tego, jak te doświadczenia są postrzegane (pozytywnie, neutralnie, negatywnie). W niektórych wypowiedziach badani jasno artykułowali swoje odczucia i emocje z tym związane. Oto kilka wypowiedzi na temat pozytywnej i negatywnej oceny pierwszych kontaktów ze sportem:

*„W wieku 4 lat rodzice zabrali mnie na narty. Bardzo dobrze to pamiętam. I zapisali mnie do polecanego instruktora. I okazało się że już po pierwszym dniu dobrze idzie mi jazda i nawet potrafię zjechać z samej góry. Właściwie od tego czasu jeżdżę na*



*nartach. Od tego czasu regularnie startuję w różnych zawodach narciarskich. Uwielbiam jeździć w góry!” (uczeń, 15 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 26)*

*„Oczywiście pamiętam swoje pierwsze treningi. Bardzo się stresowałem. Bo choć teraz jest trochę lepiej, ale za młodu byłem dość nieśmiały. Byłem niski i małowówny. I pierwsze treningi były dla mnie trochę stresujące. Ale bardzo mi zależało i poprosiłem o zgodę mamę. Mama zadzwoniła do trenera i poszedłem sam na pierwszy trening. Najgorzej, że jeszcze się spóźniłem i wszyscy już byli przebrani i widziałem, że wszyscy tam się znają. Tylko ja jestem nowy. Nieśmiały i mały. Do momentu, aż się trening nie zaczął, to było średnio, ale już się zaczął, to było tylko lepiej. Wszyscy mnie już inaczej traktowali. Byli trochę w szoku, że tak dobrze gram. Trener też był zdziwiony. I od razu po treningu mnie zapytał, jakie mam plany na weekend i czy zostaję z nimi na dłużej, bo w weekend jadą na turniej. Pojechałem z nim na ten turniej i nawet zostałem królem strzelców. To był jakiś turniej towarzyski przed sezonem latem. Było to w okolicach czwartej, piątej klasy podstawówki.” (uczeń, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 10)*

*„Moje pierwsze doświadczenia ze sportem, to chyba karate jak miałem 4 albo 5 lat. Zaprowadzili mnie tam rodzice ale niewiele z tego pamiętam. Krótko trenowałem, chyba mi się nieszczególnie podobało. Niedługo potem jeszcze trafiłem na treningi piłkarskie. Moi koledzy tam chodzili, więc poszedłem zobaczyć, jak tam jest, ale też mi się nie spodobało raczej. Nigdy nie przepadałem za piłką, ani nie lubię jej oglądać, ani nie przepadam za tym, żeby w nią grać. Poszedłem tylko dla kolegów. Był tam taki bardzo dziwny i nieprzyjemny trener (...). Pamiętam, że się na nas wydierał i pierwsze, co miałem zrobić, to strzelać na bramkę lewą nogą. A jestem prawonożny.” (uczeń, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 9)*

*„Ja bardzo późno zaczęłam uprawiać sport. Właściwie dopiero teraz w technikum. Raz w tygodniu jeździmy konno w ramach praktyki zawodowej. Cały czas mam jakiś stres i obawy, bo, niestety, nie znamy tego konia, na którym jeździmy. Bo za każdym razem jeździmy na innym i ten koń to wyczuwa, że nie czujemy się pewni. (...) Właściwie to pół mojej klasy czuje się pewnie na koniu, a pół tak jak ja. Ma pewne obawy i blokady przed jazdą konną. Ale traktuję to wszystko zadaniowo i wiem, że jak się zapisałam do tej szkoły, to muszę ją skończyć. (...) Zdarzyło mi się też jeździć*

*konno w innych miejscach, ale ogólnie za tym nie przepadam.” (uczennica, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 16)*

*„Ja zaczęłam uprawiać sport dość późno, bo już w liceum. I było to pływanie. Namówiła mnie do tego moja kuzynka, która osiągała różne sukcesy w pływaniu. Co prawda jest ode mnie 3 lata młodsza, ale jest bardziej usportowiona. No i dość długo mnie namawiała. Aż wreszcie się zdecydowałam. (...) Powiem szczerze, że pierwsze lekcje były dla mnie dość trudne. Po pierwsze, że trzeba było się pokazać w stroju kąpielowym i cały czas myślałam o tym, że wszyscy się patrzą. Po drugie, ta woda, a ja bardzo nie lubię, jak woda wlewa mi się do uszu. Jak przyszło do ćwiczeń nurkowania, to miałam bardzo duże opory. Musiałam pokonać swoje bariery. Po pewnym czasie mi się to nawet udało i nawet rok na to pływanie jeździłam, ale ostatecznie zrezygnowałam. (...) Byłam też w grupie tanecznej. Bardzo mi zależało żeby tam chodzić. Bo ja taki leniuszek sportowy trochę Jestem. Dobrze sobie radzę w nauce, ale jeżeli chodzi o ruch to jestem. „dupa wołowa”. I miałam na tym punkcie trochę kompleksy. Trafiłam tam na fajną instruktorkę. I nawet chodziłam na kilka zajęć. Rozwinęłam się pod względem gimnastycznym, nauczyłam się szpagatu. I nawet chciałam się zapisać na stałe, ale było tam kilka zawirowań i jakoś tak się stało, że nigdy na dłużej tam nie zostałam.” (uczennica, 15 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 12)*

W wypowiedziach badanych można zauważyć duże pokłady emocji. Są to emocje zarówno pozytywne, jak i negatywne. Można dojść do wniosku, że pozytywne emocje dotyczą badanych, którzy okazali się bardziej uzdolnieni sportowo. Otrzymali oni w czasie pierwszych doświadczeń sportowych pozytywne wzmocnienia ze strony trenerów i innych zawodników. Byli oni też zdeterminowani i podejmowali aktywność sportową w dużej mierze z własnej inicjatywy. Badani, którzy pierwsze swoje doświadczenia sportowe opisują jako nieprzyjemne, są mniej aktywni fizycznie. Osoby, które mają negatywne pierwsze kontakty ze sportem zauważają sporo trudności związanych z tą formą aktywności (np. osobista niechęć do sportu, antypatyczny trener, lęk przed wodą, kompleksy związane z własnym ciałem).

Z danych zamieszczonych na diagramie nr 10 wynika, że stopień zaangażowania młodzieży w aktywność sportową różni się w zależności od płci. Chłopcy uprawiają sport częściej od dziewcząt. Wśród osób, które robią to codziennie, zdecydowanie przeważają

właśnie chłopcy. Dziewczęta z kolei zauważalnie częściej od chłopców odpowiadały, że sport uprawiają rzadziej, niż raz w tygodniu.

W konkluzji przeprowadzonych badań można stwierdzić, że chłopcy poświęcają też więcej czasu, niż ich koleżanki, na aktywność ruchową i sport. Wśród młodzieży, która na aktywność sportową przeznacza 3 i więcej godzin tygodniowo dominują chłopcy. Największe różnice pomiędzy płciami są zauważalne wśród tej części młodych ludzi, która poświęca na uprawianie sportu najwięcej czasu, czyli 10 i więcej godzin tygodniowo. Choć tyle czasu na uprawianie sportu poświęca niewielki odsetek młodzieży, to chłopcy robią to trzykrotnie częściej, niż dziewczęta.

Z analizy zebranego materiału wynika, że młodzież mieszkająca na wsi poświęca w tygodniu mniej czasu na aktywność sportową, niż młodzież zamieszkująca miasta. Mieszkańcy wsi częściej od rówieśników z miast poświęcają na sport mało lub bardzo mało czasu w tygodniu, częściej też nie uprawiają sportu wcale. Z kolei więcej czasu w tygodniu na aktywność sportową przeznaczają młodzi ludzie mieszkający w miastach (zwłaszcza średnich i dużych). Wśród osób, które na uprawianie sportu przeznaczają 10 i więcej godzin tygodniowo jest dwa razy więcej mieszkańców średnich i dużych miast, niż mieszkańców wsi. Można przypuszczać, że do przyczyn takiego stanu rzeczy należy m.in.: lepsza infrastruktura sportowa miast; ograniczenia czasowe mieszkańców wsi związane z dojazdami do szkoły; a także większa ilość obowiązków domowych młodzieży wiejskiej.

Z uzyskanych wyników badań wynika jasno, że spora część młodych ludzi jest zbyt mało aktywna fizycznie (nie mówiąc już o aktywności sportowej). Dość duża część młodzieży nie uprawia sportu wcale lub uprawia go rzadziej, niż raz w tygodniu. Mniej niż połowa uczniów szkół ponadpodstawowych na sport poświęca trzy i więcej godzin tygodniowo. Jest to mniej, niż rekomenduje Światowa Organizacja Zdrowia (zaleca ona minimum trzy godziny aktywności tygodniowo o wysokim stopniu intensywności - głównie sport spełnia to kryterium).<sup>630</sup> Wnioski te znajdują też potwierdzenie w wynikach badań Global Matrix 4.0 nad aktywnością fizyczną dzieci i młodzież.<sup>631</sup>

---

<sup>630</sup> W 2020 roku opublikowany został raport z nowymi rekomendacjami Światowej Organizacji Zdrowia dotyczącymi aktywności fizycznej. Eksperti Guideline Development Group przeanalizowali związki między siedzącym trybem życia, aktywnością fizyczną, a zdrowiem w różnych grupach populacji i zaproponowali zalecenia dotyczące aktywności fizycznej. Według WHO dzieci i młodzież w wieku 5-17 lat powinny przez cały tydzień poświęcać średnio co najmniej 60 minut dziennie na aktywność fizyczną o umiarkowanej lub dużej intensywności, z czego co najmniej 3 dni w tygodniu należy przeznaczyć na ćwiczenia aerobowe o dużej intensywności, a także ćwiczenia wzmacniające mięśnie i kości. Por.: WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour, World Health Organization, Geneva 2020, s. 25-31.

<sup>631</sup> W raporcie z badań podkreślono, że mniej niż 20% dzieci i młodzieży w Polsce jest umiarkowanie bądź intensywnie aktywnych fizycznie przez przynajmniej 60 minut dziennie każdego dnia, a odsetek ten obniża się względem poprzednich edycji raportu. Por.: Raport o stanie aktywności fizycznej dzieci i młodzieży w Polsce w

Podsumowując, można powiedzieć, że młodzież podejmuje aktywność ruchową, w tym uprawia sport dla relaksu i rozrywki oraz dla spotkań z kolegami i koleżankami. Choć aktywność ruchowa pomaga młodym ludziom zaspokoić ich ważne potrzeby, to stopień ich zaangażowania w uprawiany rodzaj aktywności sportowej jest umiarkowany. Około 9 na 10 młodych ludzi jest aktywna ruchowo, w tym uprawia jakiś sport, jednak częstotliwość tej aktywności i czas na nią poświęcany jest niewielki w przypadku około połowy młodzieży. Badania wskazały też, że stopień zaangażowania w sport uczennic jest mniejszy, niż uczniów (dziewczęta rzadziej uprawiają sport), a mieszkańców wsi jest mniejszy, niż mieszkańców miast (młodzież zamieszkująca wieś częściej sportu nie uprawia i poświęca na niego mniej czasu w tygodniu).

#### **7.4. Okoliczności, w jakich młodzież uprawia aktywność sportową**

Opisanie w sposób rzetelny i wyczerpujący tego wycinka rzeczywistości, jakim jest aktywność sportowa młodzieży w czasie wolnym, wymaga uwzględnienia różnych jego aspektów i spojrzenia na zagadnienie szerzej, a mianowicie z uwzględnieniem okoliczności, w których ta aktywność jest lub może być podejmowana.

Moje badania wykazały, że sport, choć uprawiany przez około połowę młodzieży zbyt rzadko i krótko, jest obecny w życiu większości. Ta obecność polega zarówno na pośrednim uczestnictwie w sporcie, jak i na aktywności sportowej. Młodzież uprawia najpopularniejsze dyscypliny sportowe, czyli sporty zespołowe oraz jeździ na rowerze. Uprawianie jakiegoś sportu jest przez młodzież postrzegane jako szansa na odreagowanie codziennych stresów oraz okazja do spotkań ze znajomymi. Powstaje pytanie, z kim, gdzie i kiedy młodzież uprawia sport w czasie wolnym. Przedstawię więc podstawowe okoliczności, w jakich młodzież uprawia sport w czasie wolnym.

Pierwszym aspektem wyróżnionym przeze mnie w obrębie okoliczności, w jakich młodzież uprawia sport, były miejsca tej aktywności. Chodziło mi o ustalenie, jakimi warunkami dysponuje młodzież, aby uprawiać sport. Aby to zbadać, zwróciłem się do moich respondentów w ankiecie z pytaniem otwartym o miejsca, w których zwykle uprawiają sport. Rozkład liczbowy uzyskanych odpowiedzi przedstawiam w tabeli nr 18.

---

ramach projektu Global Matrix 4.0. Dokument wspierający polityki i programy w obszarze aktywności fizycznej dzieci i młodzieży w samorządach terytorialnych i rządzie, 2020, <https://sportimpakt.org/wp-content/uploads/2022/10/Raport-o-stanie-aktywności-fizycznej-dzieci-i-mlodziezy-w-Polsce.pdf>, dostęp z dnia: 24.04.2024, godz. 23:21.

**Tabela nr 18. Miejsca, w których młodzież uprawia aktywność sportową  
N = 1050**

Miejsca uprawiana sportu	Ogółem		Mieszkańcy wsi		Mieszkańcy małych miast		Mieszkańcy średnich i dużych miast	
	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%	Liczba odp.	%
w domu	489	47%	216	50%	132	38%	150	54%
na boiskach	387	37%	162	38%	165	48%	60	22%
na podwórku	285	27%	147	34%	78	23%	60	22%
w siłowni	234	22%	72	17%	63	18%	99	36%
w szkole	228	22%	78	18%	78	23%	72	26%
na łonie natury	213	20%	96	22%	57	17%	60	22%
w hali sportowej	162	15%	42	10%	99	29%	21	8%
na ścieżkach rowerowych	135	13%	39	9%	24	7%	72	26%
w parkach i na placach zabaw	105	10%	30	7%	42	12%	33	12%
w klubach sportowych	54	5%	6	1%	12	3%	36	13%
na basenie	48	5%	9	2%	6	2%	33	12%
inne miejsca	33	3%	6	1%	9	3%	18	7%
nie uprawia sportu/brak odp.	69	7%	27	6%	24	7%	18	7%

Źródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi. Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi (w badaniach wzięło udział 1050 osób, w tym: 429 mieszkańców wsi, 345 mieszkańców małych miast oraz 276 mieszkańców średnich i dużych miast)

Uzyskane dane wykazały, że młodzież najczęściej uprawia różne czynności ruchowe w miejscu zamieszkania. Młodzi ludzie w swoich domach najczęściej uprawiają ćwiczenia gimnastyczne oraz jeżdżą na rowerach stacjonarnych lub podejmują ćwiczenia siłowe. Z uwagi na to, że badani udzielili średnio więcej, niż dwie odpowiedzi, można przypuszczać, że osoby ćwiczące w domu, uprawiają też sport w innych miejscach. Aktywność fizyczna podejmowana w domu może w tym przypadku być przygotowaniem do właściwej aktywności sportowej lub substytutem sportu, którego w danym dniu nie można uprawiać na boisku (np. z powodu: braku czasu wolnego, braku chętnych rówieśników, niesprzyjającej pogody).

Oczywistym miejscem aktywności sportowej są boiska sportowe. Badania wykazały, że duży odsetek młodzieży korzysta z tego rodzaju infrastruktury sportowej (234 osoby uprawiają sport na Orlikach<sup>632</sup>; 225 osób uprawia sport na innych boiskach przeznaczonych do różnych

<sup>632</sup> Orlikami nazywa się kompleksy boisk wybudowane w ramach programu „Moje Boisko – Orlik 2012”. Był to program rządowo-samorządowy, mający na celu wybudowanie boisk w każdej gminie do 2012 roku (przed organizowanymi przez Polskę i Ukrainę Mistrzostwami Europy w Piłce Nożnej). Na kompleks składa się boisko piłkarskie ze sztuczną nawierzchnią (sztuczna trawa) oraz boisko wielofunkcyjne ze sztuczną nawierzchnią (tartan) przeznaczone do gry w piłkę ręczną, koszykówkę oraz siatkówkę. Boiska są ogrodzone i oświetlone. Zaplecze stanowi budynek sanitarno-szatniowy. Część Orlików jest też rozbudowana o plac zabaw i/lub

dyscyplin sportowych; a 156 na stadionach lekkoatletycznych wyposażonych w bieżnię). Boiska są nie tylko miejscem uprawiania sportu, ale też miejscem spotkań i spędzania czasu wolnego. Na boiskach są zwykle uprawiane sporty zespołowe. Jednak nawet w przypadku sportów uprawianych indywidualnie dochodzi do różnych interakcji społecznych. Już w starożytności stadiony i amfiteatry pełniły ważną rolę w życiu społecznym. Nie inaczej jest współcześnie. Na stadionach i boiskach młodzież spotyka się żeby uprawiać sport oraz przychodzi, aby obserwować zawody sportowe, spotkać się ze znajomymi lub wziąć udział w wydarzeniu organizowanym w tym miejscu (np. dożynkach, obchodach dnia dziecka lub dnia sportu).

Oto kilka wypowiedzi młodych ludzi na temat miejsc, w których uprawiają aktywność ruchową, w tym sport:

*„Jedna z koleżanek znalazła ulotkę zajęć z judo. I poszłyśmy na nie we cztery. To było nie tak dawno. To była siódma klasa szkoły podstawowej. I ciągle tam chodzę. To są zajęcia organizowane w sali MOSiR. Czasami wychodzimy do parku, jak jest ciepło. Można powiedzieć, że jest to klub sportowy. Trenujemy raz w tygodniu” (uczennica, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 5)*

*„Gram w piłkę nożną. (...) Najczęściej gramy na Orliku. Jest on trochę daleko od mojego domu. Gram też pod blokiem. Mieszkałem na wsi, ale w blokach i przed domem jest duży parking, plac zabaw i boisko. Zrobiliśmy sobie też sami boisko na trawniku pod blokiem. Ale teraz grają tam głównie dzieci. Odkąd jest Orlik, to raczej tam jeździmy.” (uczeń, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 23)*

*„Ja sport najczęściej uprawiam z rodziną w domu. Od zawsze tak było. Mówiłam już o tym, że z tatą po raz pierwszy poszłam na basen. My ogólnie jesteśmy mocno usportowieni. Jeździmy rowerami po okolicy, po lesie i wokół zalewu. Często gramy w paletki, w boule, w siatkówkę. Wszystko w ogrodzie. Czasami strzelamy też z*

---

siłownię. Do 2012 roku wybudowano 2604 kompleksy boisk i było to jedno z największych przedsięwzięć infrastrukturalno-społecznych po 1989 roku. Program stał się na tyle popularny, że zwyczajowo wszystkie kompleksy boisk ze sztuczną nawierzchnią i oświetleniem nazywane są Orlikami. Por.: Ministerstwo Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu, Informacja Ministra Sportu i Turystyki na temat realizacji programów „Moje Boisko – Orlik 2012” i „Biały Orlik” w latach 2008 – 2012, Warszawa 2015, <https://www.gov.pl/web/archiwum-kulturaisport/informacja-ministra-sportu-i-turystyki-na-temat-realizacji-programow-moje-boisko-orlik-2012-i-bialy-orlik-w-latach-2008-2012>, dostęp z dnia: 27.04.2024, godz. 15.34.

*wiatrówki lub gry w darta.*” (uczennica, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 14)

Poddając bardziej szczegółowej analizie dane zawarte w tabeli nr 18 można zauważyć, że odpowiedzi różnicują się w zależności od miejsca zamieszkania badanych. Mieszkańcy średnich i dużych miast zdecydowanie częściej uprawiają sport w klubach sportowych oraz korzystają z pływalni i ścieżek rowerowych. Z kolei mieszkańcy wsi częściej uprawiają sport na podwórku. Zarówno mieszkańcy wsi, jak i mieszkańcy małych miast częściej korzystają z boisk. Z dużym prawdopodobieństwem można przyjąć, że jedną z głównych przyczyn takiego stanu rzeczy jest utrudniony dostęp młodzieży do infrastruktury sportowej. Młodzież uprawia sport w miejscach, które są dla niej dostępne. Z tego powodu mieszkańcy mniejszych miejscowości częściej wybierają powszechnie dostępne boiska i korzystają z przydomowych podwórek i ogrodów, a mieszkańcy większych miast uprawiają sport w miejscach bardziej zróżnicowanych, korzystając częściej z typowo miejskiej infrastruktury sportowej.

Ustalenie miejsc uprawiania aktywności sportowej przez młodzież prowadzi do kolejnego problemu, jakim jest pytanie o osoby, z którymi sport jest uprawiany. Jest to druga składowa okoliczności, w jakich młodzież uprawia sport. Aby to ustalić, zamieściłem w ankiecie pytanie o to, z kim młodzież zwykle uprawia zajęcia sportowe. Otrzymane dane prezentuje tabela nr 19.

**Tabela nr 19. Osoby, z którymi młodzież uprawia zajęcia sportowe**  
N = 1050

Osoby, z którymi młodzież uprawia sport	Ogółem		Dziewczęta		Chłopcy	
	D.b.	%	D.b.	%	D.b.	%
przyjaciele/"paczka"	531	51%	210	41%	321	60%
dalsi znajomi, z którymi spędza czas też w inny sposób	156	15%	63	12%	93	17%
dalsi znajomi, z którymi łączy ją głównie sport	108	10%	48	9%	60	11%
członkowie rodziny	156	15%	90	18%	66	12%
nauczyciele, trenerzy, instruktorzy	159	15%	72	14%	87	16%
indywidualnie	555	53%	312	61%	243	45%
inne osoby	21	2%	18	4%	3	1%
nie uprawia sportu/brak odpowiedzi	39	4%	18	4%	21	4%
<b>Suma</b>	<b>1725</b>		<b>831</b>		<b>894</b>	

Źródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi. Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi

Na podstawie tych wyników można w uogólnieniu przyjąć, że uprawianie sportu ma charakter społeczny. Młodzież oddaje się tej aktywności wspólnie z przyjaciółmi i dalszymi znajomymi, z którymi spędza też czas w inny sposób. Można powiedzieć, że sport jest uprawiany z osobami, z którymi młodych ludzi łączą bliskie relacje. Co ciekawe, tylko niewielki odsetek młodzieży uprawia sport ze znajomymi, z którymi łączy ją tylko ta aktywność. Sport stwarza więc okazję do spotkań z koleżankami i kolegami. Jest to główny motyw podejmowania aktywności sportowej przez młodych ludzi (podawany najczęściej i uznawany za najważniejszy). Można więc powiedzieć, że sport, jako aktywność wolnoczasowa, charakteryzuje się tym, że jest podejmowana dobrowolnie, dla przyjemności i towarzysko. Jeden z licealistów wypowiedział się na ten temat następująco:

*„Swój czas wolny spędzam najczęściej z kolegami. Czasami wieczorem gdzieś wyjdziemy, ale najczęściej gramy w nogę lub kosza. Chodzimy też do skateparku. Siedzimy tam dopóki jest jasno. Tam jeździmy rowerami, niektórzy na desce. Czasami jedziemy całą ekipą rowerami nad jezioro”. (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 27)*

Okazuje się, że młodzieży zdarza się uprawiać aktywność sportową indywidualnie. Połowa młodych ludzi podejmuje różne aktywności sportowe samodzielnie. Wśród tych osób są zarówno te, które trenują tylko sporty indywidualne, jak i te, które uprawiają też sporty wraz z innymi osobami (co trzeci młody człowiek, który uprawia sport indywidualnie, zajmuje się nim, lub innym sportem, też z przyjaciółmi). Dla przykładu podaję wypowiedź jednego z licealistów:

*„Jak mam mało czasu lub trudno zebrać ekipę, to idę sam na boisko pokopać. Mam wtedy czas potrenować strzały. Na boisku są siatki za bramkami, więc to nie jest problem. (...) Lubię też biegać. Biegam po leśnych ścieżkach. Biegam sam. Nie lubię biegać z innymi, bo nigdy nie wiem, jak mi będzie szło. Zresztą biegam w słuchawkach. Słucham wtedy muzyki i lubię się wtedy zupełnie wyłączyć”. (uczeń, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 8)*

Dane zawarte w tabeli nr 19 wskazują też na pewne różnice ze względu na płeć. Chłopcy częściej uprawiają sport z rówieśnikami, a dziewczęta częściej z członkami rodziny lub indywidualnie.



Otrzymane dane można porównać do materiału zebranego w ramach poszukiwania odpowiedzi na pytanie o osoby, z którymi młodzież spędza czas wolny. Pomimo tego, że sport to jedna z aktywności wolnoczasowych, to różni się on w pewnych aspektach od pozostałych czynności podejmowanych w czasie wolnym. Można zauważyć, że sport w mniejszym stopniu uprawiany jest z członkami rodziny (15% badanych uprawia sport z członkami rodziny, a 49% spędza czas wolny z rodziną), a w większym z nauczycielami, trenerami i instruktorami (15% badanych uprawia sport z tymi osobami, a 7% spędza z tymi osobami czas wolny). Prowadzi to do dwóch ciekawych wniosków.

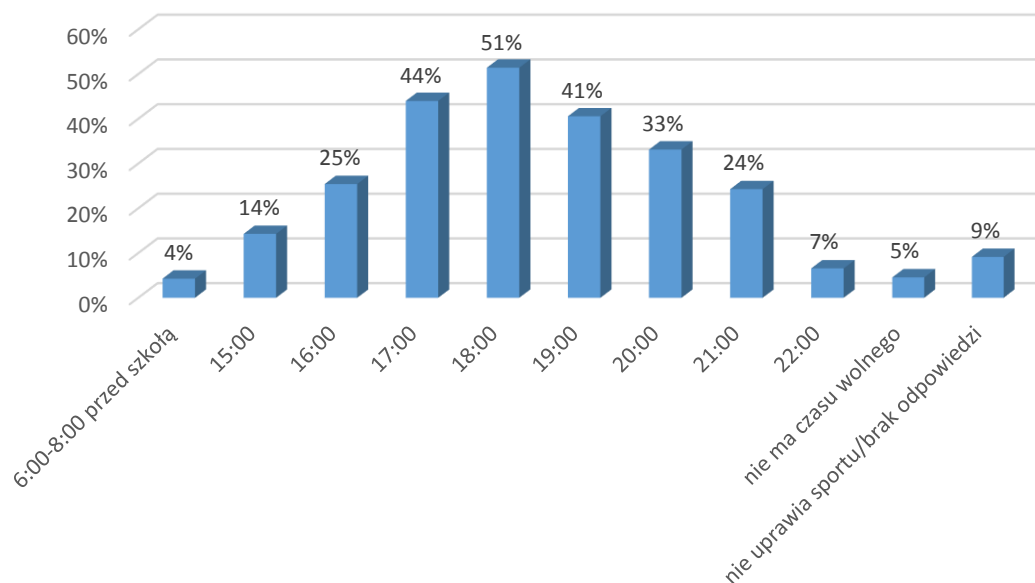
Po pierwsze potwierdza się towarzyski charakter sportu. Nie chodzi tu tylko o to, że sport uprawia się z osobami, które się bardziej lubi, ale też z takimi, które są w jakiś sposób podobne: przede wszystkim mają podobne zainteresowania, ale są też w podobnym wieku, mają podobne umiejętności i możliwości fizyczne itd.

Po drugie sport jest aktywnością wolnoczasową, która charakteryzuje się stosunkowo dużym udziałem specjalistycznej kadry. Nauczyciele, trenerzy i instruktorzy są dwukrotnie częściej uczestnikami aktywności sportowych, niż innych aktywności wolnoczasowych. Stwarza to obiecujące pole do różnych działań wychowawczych, profilaktycznych lub resocjalizacyjnych.

Kolejny problem badawczy, jaki postawiłem przed sobą, dotyczył dalszych okoliczności uprawiania sportu przez młodzież w czasie wolnym, czyli tego, kiedy młodzież ma czas, aby uprawiać sport. Do moich respondentów zwróciłem się z pytaniem o to, kiedy mają czas w ciągu dnia (prosząc o podanie godziny i pory dnia) oraz kiedy mają na niego czas w ciągu tygodnia (prosząc o podanie dni tygodnia). Otrzymałem dane, których rozkład przedstawiam w diagramach nr 13 i 14.

Jak pokazują wyniki badań (dane zawarte na diagramie nr 13 i 14), młodzież znajduje czas na uprawianie sportu, zarówno w ujęciu dziennym, jak i tygodniowym. Z przytoczonych danych wynika jednak, że jedynie co trzeci młody człowiek znajduje czas na aktywność sportową w tygodniu, a tylko co drugi w weekendy. Uzasadniony jest więc wniosek, że młodzież napotyka na znaczne ograniczenia w podejmowaniu aktywności sportowej (głównie w dni powszednie).

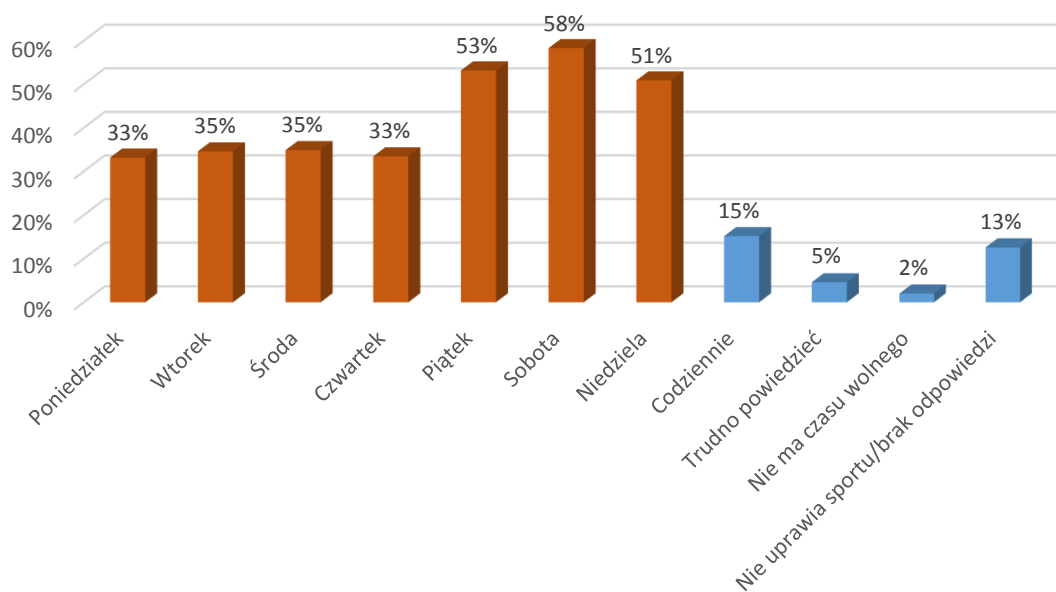
Diagram nr 13. Godziny w ciągu dnia, w których młodzież uprawia zajęcia sportowe w czasie wolnym; N = 1050



Źródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi

Diagram nr 14. Dni tygodnia, w którym młodzież uprawia zajęcia sportowe w czasie wolnym; N = 1050



Źródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi

Poddając bardziej szczegółowej analizie dane zawarte w tych diagramach można zauważyć, że młodzież ma czas na sport wtedy, gdy jest wolna od obowiązków szkolnych. Najczęściej uprawia sport w godzinach popołudniowych i wieczornych, a więc już po zakończeniu zajęć lekcyjnych w szkole oraz w weekendy, czyli w dni wolne od szkoły. Biorąc pod uwagę wcześniej przytoczone dane, z których wynika, że młodzież na szkołę poświęca najwięcej czasu w ciągu dnia oraz że jednym z najważniejszych motywów podejmowania aktywności sportowej jest chęć odreagowania i rozrywka, można przyjąć, że aktywność sportowa jest traktowana przez młodych ludzi jako sposób odprężenia psychicznego i poprawy samopoczucia. Właśnie wówczas mówić o ludycznej funkcji sportu.

Jak już wcześniej wspomniałem, co trzeci uczeń szkoły ponadpodstawowej uprawia zajęcia ruchowe „w tygodniu”, a co drugi w weekendy. Co istotne, w piątki uprawia je przeszło połowa młodych ludzi. Dzieje się tak pomimo tego, że jest to dzień, w którym młodzież uczęszcza do szkoły. Można przypuszczać, że to nie tylko czas spędzony w szkole i zmęczenie lekcjami odgrywa decydującą rolę w niepodejmowaniu aktywności sportowej po szkole, a dodatkowe obowiązki przygotowujące ucznia do lekcji następnego dnia np. konieczność odrobienia zadań domowych, przygotowanie się do klasówek czy konieczność wcześniejszego pójścia spać.

Uzyskane w drodze badań dane wykazały, że duży odsetek młodzieży uprawia aktywność ruchową i zabawową po zmroku (zwłaszcza w miesiącach, w których obowiązuje czas zimowy). Niestety, wielu młodych ludzi nie dysponuje odpowiednimi ku temu warunkami. Chodzi tu np. o boiska i skateparki ze sztucznym oświetleniem czy też pływalnie i hale sportowe. Moi badani zwrócili uwagę, że ważna jest nie tylko budowa infrastruktury sportowej, ale także jej dostępność. Przykładem są słowa dwóch z nich:

*„Co z tego, że w mieście są Orliki, jak miasto oszczędza i nie włącza na nich światła po zmroku. Po szkole trudno się zebrać, żeby pograć w piłkę. Po południu Orliki są zajmowane przez szkoły piłkarskie. Dla nas są dostępne wieczorem, ale wtedy jest ciemno. Podobnie jest z halami. Wszystkie są zajęte przez szkoły i kluby sportowe. Nie ma gdzie grać. Zwłaszcza zimą.” (uczeń, 17 lat, kwestionariusz wywiadu nr 30)*

*„Mamy w mieście skatepark. Ale oświetlenie jest wyłączane o godz. 19:00. Dlaczego nie może być włączone chociaż do godziny 21:00? Niby taki jest regulamin skateparku, ale przecież regulamin można zmienić!” (uczeń, 18 lat, kwestionariusz wywiadu nr 17).*

Podsumowując dane z badań odnoszące się do okoliczności uprawiania sportu można stwierdzić, że:

1. Młodzież najczęściej uprawia różne aktywności typu sportowego w miejscu zamieszkania. Młodzi ludzie w swoich domach najczęściej się gimnastykują oraz jeżdżą na rowerach stacjonarnych lub podejmują ćwiczenia siłowe, co stanowi jedynie namiastkę sportu uprawianego zespołowo na boisku lub w hali sportowej. Mniejszy, jednak dość duży odsetek uczniów szkół ponadpodstawowych, uprawia też aktywność sportową w otoczeniu domu i na łonie natury oraz korzysta z siłowni i boisk (najczęściej Orlików). Nikły procent młodzieży korzysta z basenów oraz uprawia sport w klubach sportowych. Badania wskazują, że część młodych ludzi ma utrudniony dostęp do infrastruktury sportowej (dotyczy to zwłaszcza mieszkańców wsi). Mieszkańcy średnich i dużych miast zdecydowanie częściej, niż ich koledzy ze wsi i małych miast, uprawiają sport w klubach sportowych oraz korzystają z pływalni i ścieżek rowerowych. Z kolei mieszkańcy mniejszych miejscowości częściej wybierają powszechnie dostępne boiska i korzystają z przydomowych podwórek i ogrodów. Mieszkańcy większych miast uprawiają sport w miejscach bardziej zróżnicowanych, korzystając częściej z typowo miejskiej infrastruktury sportowej.
2. Połowa młodzieży podejmuje różne aktywności sportowe samodzielnie, jednak co trzeci młody człowiek, który uprawia sport indywidualnie, zajmuje się nim, lub innym sportem, też z przyjaciółmi. Ujawnia się tu społeczny charakter sportu młodzieżowego, ponieważ podobny odsetek uczniów szkół ponadpodstawowych oddaje się tej aktywności wspólnie z przyjaciółmi i dalszymi znajomymi, z którymi spędza też czas w inny sposób. Chłopcy częściej uprawiają sport z rówieśnikami, a dziewczęta częściej z członkami rodziny lub indywidualnie.
3. Młodzież znajduje czas na uprawianie sportu, zarówno w ujęciu dziennym, jak i tygodniowym, jednak jedynie co trzeci młody człowiek uprawia sport w tygodniu, a co drugi w weekendy. Badania wskazują, że młodzież ma czas na sport wtedy, gdy jest wolna od obowiązków szkolnych (najczęściej uprawia go w godzinach popołudniowych i wieczornych oraz w weekendy). Uzyskane w drodze badań dane wykazały, że duży odsetek młodzieży uprawia sport po zmroku (zwłaszcza w miesiącach, w których obowiązuje czas zimowy).

\*

W rozdziale tym zająłem się opisaniem stanu uprawiania aktywności ruchowej przez młodzież oraz miejsca sportu w kulturze czasu wolnego młodzieży. Po pierwsze przedstawiłem poziom i rodzaje aktywności młodzieży w zakresie sportu. Okazało się, że sport w swojej czynnej i biernej formie jest obecny w życiu prawie wszystkich młodych ludzi (jednak w większym stopniu chłopców).

Młodzież ogląda sport w telewizji i Internecie oraz rozmawia o sporcie, jednak niewielki odsetek młodych ludzi uprawia sport w klubach sportowych, startuje w zawodach sportowych oraz czyta o sporcie w specjalistycznych gazetach i czasopismach.

Zebrane dane pokazały, że młodzież uprawia głównie zajęcia sportowe w celach rekreacyjnych (dla przyjemności). Jest to zwykle sport łatwo dostępny, którego młodzież nie wiąże z żadnymi specyficznymi wymaganiami: jazda rowerem oraz gry zespołowe (piłka nożna, siatkówka i koszykówka). Młodzi ludzie uprawiają też mniej popularne, ale modne sporty. Badania pokazały wskazują, że przeszło co dziesiąty młody człowiek nie uprawia żadnej aktywności rekreacyjnej (dziewczęta dwukrotnie częściej od chłopców odpowiadały, że nie uprawiają żadnego sportu rekreacyjnego).

Tylko niewielka część młodzieży uprawia sport wyczynowo, pod okiem trenera i/lub instruktora w klubie sportowym lub w innych instytucjach (mniej, niż co czwarta uczennica i mniej, niż co trzeci uczeń). W klubach sportowych najczęściej uprawiana jest piłka nożna, taniec i ćwiczenia siłowe.

Po drugie chciałem zbadać motywy i stopień zaangażowania młodzieży w aktywność ruchową o charakterze sportowym. Ustaliłem, że dla przeszło połowy młodych ludzi decydującym powodem uprawiania przez nich sportu jest dążenie do spotkań z rówieśnikami oraz chęć do relaksu i zabawy. Dla prawie co trzeciego ucznia szkoły ponadpodstawowej istotna jest chęć na poprawę kondycji oraz ogólnego stanu zdrowia poprzez sport. Części młodzieży sport pozwala zaspokoić potrzebę sukcesu oraz umożliwia osiąganie wyznaczonych celów poprzez walkę (rywalizację) zarówno z przeciwnikami, jak i własnymi słabościami.

Badania wykazały, że około 9 na 10 młodych ludzi uprawia jakąś aktywność ruchową, w tym sport, jednak częstotliwość tej aktywności i czas na nią poświęcany jest niewielki w przypadku około połowy młodzieży. Badania pokazały również, że stopień zaangażowania w taką aktywność dziewcząt jest mniejszy, niż chłopców (dziewczęta rzadziej uprawiają sport i inne aktywności ruchowe), a mieszkańców wsi jest mniejszy, niż mieszkańców miast (młodzież zamieszkująca wieś częściej aktywności sportowej nie uprawia i poświęca na nią mniej czasu w tygodniu).

Po trzecie w badaniach swych skoncentrowałem się także na okolicznościach, w jakich młodzi ludzie uprawiają aktywności ruchowe w czasie wolnym. Okazało się, że młodzież najczęściej uprawia je w miejscu zamieszkania. W tym miejscu uczniowie szkół ponadpodstawowych najczęściej się gimnastykują oraz jeżdżą na rowerach stacjonarnych lub podejmują ćwiczenia siłowe (co tylko częściowo odpowiada sportowi uprawianemu na boiskach i w halach sportowych wraz z rówieśnikami). Młodzież korzysta też z siłowni i boisk sportowych. Badania wykazały, że miejsca uprawiania sportu różnią się w zależności od tego, gdzie mieszkają młodzi ludzie. Mieszkańcy mniejszych miejscowości mają utrudniony dostęp do infrastruktury sportowej. Mieszkańcy wsi i małych miast częściej wybierają powszechnie dostępne boiska i korzystają z przydomowych podwórek i ogrodów, a mieszkańcy większych miast uprawiają sport w miejscach bardziej zróżnicowanych, korzystając częściej z typowo miejskiej infrastruktury sportowej (np. pływalni i klubów sportowych).

Badania wykazały, że młodzież zwykle uprawia zajęcia ruchowe wspólnie z rówieśnikami. Okazuje się jednak, że młodym ludziom równie często zdarza się uprawiać sport indywidualnie. Przeprowadzone badania wskazują też na pewne różnice w odpowiedziach chłopców i dziewcząt. Chłopcy częściej uprawiają sport z rówieśnikami, a dziewczęta z członkami rodziny lub indywidualnie.

Młodzież znajduje czas na uprawianie zajęć sportowych, zarówno w ujęciu dziennym, jak i tygodniowym, jednak napotyka w tym aspekcie na pewne ograniczenia. Jedynie co trzeci młody człowiek znajduje czas na uprawianie sportu w tygodniu, a tylko co drugi w weekendy. Z przeprowadzonych badań wynika, że młodzież ma czas na sport wtedy, gdy jest wolna od obowiązków, głównie szkolnych (najczęściej uprawia sport w godzinach popołudniowych i wieczornych oraz w weekendy). Duży odsetek młodzieży uprawia też zajęcia sportowe po zmroku (zwłaszcza w miesiącach, w których obowiązuje czas zimowy).

Moje badania prowadzą do wniosku, że sport, aczkolwiek pojawia się często w kulturze czasu wolnego młodzieży, to jednak przybiera on najczęściej formę aktywności podyktowanej potrzebą rozrywki i wspólnej zabawy, a także naturalną potrzebą fizycznego rozładowania napięć. Rzadko natomiast aktywność ta przybiera formę kwalifikowanych zajęć o charakterze zwodniczym.

## 8. Środowiskowe uwarunkowania aktywności sportowej młodzieży.

### Badania własne

Od dawna toczy się spór o to, co kształtuje nasze zachowanie. Ludzie poszukują odpowiedzi na pytanie, co determinuje funkcjonowanie i rozwój człowieka oraz zastanawiają się, od czego zależą nasze działania i upodobania. Spór ten często oznacza przeciwstawianie sobie „natury i kultury”. Zwolennicy prymatu natury podkreślają, że to czynniki endogenne (wewnętrzne) decydują o naszym rozwoju. Zgodnie z tą koncepcją, to, jacy jesteśmy, jest uzależnione od dwóch mechanizmów: dziedziczenia i dojrzewania, a sekwencja zmian rozwojowych zapisana jest w dziedzicznym kodzie genetycznym. Z kolei zwolennicy egzogennych (zewnętrznych) czynników tłumaczą rozwój wpływami środowiska i mechanizmami nabywania doświadczeń (uczenia się). Próby rozstrzygnięcia tego sporu (natura czy kultura?) wydają się jednak niepotrzebne, a przyjęcie jednego, skrajnego poglądu nierozsądne.<sup>633</sup> Ludzkie działania są przecież wynikiem złożonych relacji między procesami dziedziczenia i dojrzewania, a środowiskiem i doświadczeniem indywidualnym w toku życia. Badania naukowe skupiają się jednak zwykle na pewnym wycinku rzeczywistości i akcentują wybrane czynniki. Nie inaczej było w moim przypadku. Chcąc ustalić miejsce sportu w kulturze czasu wolnego młodych ludzi, skupiłem się m.in. na społecznych uwarunkowaniach aktywności sportowej młodzieży.

Włączanie młodzieży do uczestnictwa w kulturze czasu wolnego poprzez sport polega na tym, że różne instytucje społeczne, stosując odpowiednie środki perswazyjne, nakłaniają młodych ludzi do respektowania określonych przekonań, które są powszechnie panujące w danej wspólnotce. Wdrażanie do kultury odbywa się tu poprzez różne instytucje o charakterze wychowawczo-edukacyjnym. Barbara Kotowa uznała, że zaliczyć tu można różne instytucje społeczne: „od rodziny (jako podstawowej komórki w tym względzie), poprzez różnego szczebla instytucje nauczające i kształcące (szkoły, placówki oświaty, uczelnie), po społeczeństwo jako całość”.<sup>634</sup> Włączanie do kultury odbywa się więc w tym grupach, które wskazują, jakie wartości nadają się na cele naszego działania jako wartości kierunkowe oraz informują o tym, jakie rodzaje działań prowadzą do realizacji owych wartości. Ich skuteczność w zakresie wdrażania do kultury zależy od tego, na ile członkowie będą nabywali istotne dla grupy wartości w toku uczenia się.

---

<sup>633</sup> Trempała J., Mechanizm zmiany rozwojowej (w:) Trempała J. (red.), Psychologia rozwoju człowieka. Podręcznik akademicki, PWN, Warszawa 2011, s. 50.

<sup>634</sup> Kotowa B., Natura czy kultura?, Chowanna, Tom 2, 2016, s. 20, <https://bazhum.muzhp.pl/media/files/Chowanna/Chowanna-r2016-t2/Chowanna-r2016-t2-s17-28/Chowanna-r2016-t2-s17-28.pdf>, dostęp z dnia: 14.05.2024, godz. 16:39.

W swoich badaniach skupiłem się na roli trzech środowisk, w których funkcjonują młodzi ludzie: rodzinie, grupie rówieśniczej oraz szkole. W rozdziale tym opiszę wyniki badań, które otrzymałem w ramach realizacji trzeciego działu moich celów badawczych, które dotyczyły społecznych uwarunkowań aktywności sportowej młodzieży. Zajmę się kolejno: formami i poziom aktywności sportowej młodzieży w grupach rówieśniczych; zainteresowaniami sportem i sposobami ich zaspokajania w środowisku rodzinnym młodzieży oraz ofertą sportową szkoły, do której uczęszczają badani.

### **8.1. Formy i poziom aktywności sportowej młodzieży w grupach rówieśniczych**

Grupy rówieśnicze, obok rodziny i kręgów sąsiedzkich, są miejscem spędzania i organizowania czasu wolnego młodych ludzi. Zyskują one na znaczeniu właśnie w okresie dorastania. Ma to związek m.in. ze zmianą więzi z rodziną. Młodzi ludzie oddalają się od swoich rodziców w sensie fizycznym i psychicznym. Spędzają z nimi mniej czasu oraz, w przypadku części adolescentów, oddalają się od nich emocjonalnie.

Choć okresowi dorastania przypisywane są konflikty na linii dzieci – rodzice, to nie zawsze musi on się wiązać z drastycznym pogorszeniem relacji między nastolatkami, a ich rodzicami. Część badaczy podkreśla, że proces tworzenia się tożsamości, choć często trudny i burzliwy, nie musi oznaczać osłabienia relacji z rodzicami.<sup>635</sup> Nie zmienia to jednak faktu, że jednym z ważniejszych zadań rozwojowych okresu dorastania jest osiągnięcie emocjonalnej niezależności od rodziców. Ta autonomia i samodzielność możliwa jest do osiągnięcia m.in. poprzez przynależność do grup rówieśniczych. To w nich młodzież buduje nowe relacje społeczne oraz tworzy więzi z rówieśnikami, które wpływają na jej samoocenę i poczucie przynależności do grupy. W grupach tych zwykle dominuje solidarność, więź emocjonalna oraz wspólnotowy charakter.

Młodzież często ucieka też przed usiłowaniami zbytniego organizowania jej życia przez instytucje prowadzone przez dorosłych: szkołę, placówki wychowania pozaszkolnego, czy też instytucje organizujące czas wolny. Preferuje grupy nieformalne i kontakty pozainstytucjonalne.<sup>636</sup> Młodzi ludzie szukają towarzystwa osób, które mają podobne do nich potrzeby, upodobania i dążenia. Właśnie ta perspektywa osiągnięcia czegoś dla siebie ważnego i cennego leży u podstaw łączenia się w sposób spontaniczny w nieformalne grupy. W grupach

---

<sup>635</sup> Oleszkowicz A., Senejko A., Dorastanie (w:) Trempała J., Psychologia rozwoju człowieka, PWN, Warszawa 2017, s. 277.

<sup>636</sup> Przeclawski K., Młodzież współczesna (w:) Sipińska D., Modrzewski J., Matysiak-Błaszczyk A. (red.), Socjalizacja w kategoriach wieku społecznego. Dzieciństwo i młodość. Standaryzacja socjalizacji inkluzyjnej, Leszno 2020, s. 254.



tych sport może odgrywać ważną rolę. Możemy zaliczyć tu grupy, w których sport jest uznawany przez członków za istotną wartość i stanowi główną oś spotkań i aktywności grupowych. Spoty może być także podejmowany w grupach, które powstają jako dobrowolne grupy celowe, ułatwiające realizację potrzeb związanych z aktywnością sportową, trudnych do zaspokojenia w inny sposób. Wreszcie, sport może pojawiać się w grupach młodzieżowych jako sporadyczna aktywność lub być obiektem zainteresowania wybranych członków grupy.

Postanowiłem zbadać te zależności, a więc określić formy i poziom uczestnictwa w sporcie w czasie wolnym grupy rówieśniczej, do której należą badani. Przede wszystkim postawiłem przed sobą pytanie o stopień, w jakim sport jest obecny w grupie rówieśniczej badanej osoby. Zapytałem swoich rozmówców, jak bardzo ich koleżanki i koledzy angażują się w sport. Swoimi badaniami objąłem 37 osób, z których każda należała do innej grupy rówieśniczej.<sup>637</sup>

Moi rozmówcy zapytani w wywiadzie o miejsce sportu w życiu ich grup odpowiedzieli, że sport jest w nich obecny w bardzo dużym stopniu (14 osób), w dużym stopniu (3 osoby) lub częściowo (1 osoba). Aż 13 osób odpowiedziało, że sport jest obecny w ich grupie w niewielkim stopniu, a 6, że wcale. Dominowały więc odpowiedzi skrajne.

Jak pokazują te dane, można w uogólnieniu przyjąć, że sport jest obecny w grupach rówieśniczych około połowy badanych. Warto jednak podkreślić, że jeżeli już się pojawia, to zwykle jest obecny w bardzo dużym stopniu. Można założyć, że mamy tu do czynienia w dwoma rodzajami grup. Po pierwsze mogą to być grupy, które powstały w celu uprawiania sportu lub poprzez uprawianie sportu. W tych grupach sport będzie czymś, co grupę jednoczy i co grupę wyróżnia na tle innych. Po drugie mogą to być grupy, których życie toczy się wokół innego spoiwa, jednak sport pojawia się w nich przy okazji, ponieważ jest on atrakcyjny dla istotnej części grupy. Dla przykładu przytaczam wypowiedź jednego z uczniów szkoły branżowej:

*„Czy zajmujemy się sportem? Pewnie! Moja grupa to właściwie ekipa od piłki. Gramy przynajmniej dwa razy w tygodniu i spotykamy się na boisku żeby posiedzieć wieczorem. Zimą wynajmujemy halę, żeby pograć. (...) Oglądamy razem mecze. Ale raczej nie reprezentację, tylko klubowe. Na ważniejsze mecze chodzimy do pubu. Ale to tylko wtedy, gdy gra Real, Barcelona lub Manchester United. Najlepiej*

---

<sup>637</sup> W wywiadzie wzięło udział 37 uczniów szkół ponadpodstawowych (maksymalnie po jednym uczniu z badanej klasy). Próba składała się z 19 dziewcząt i 18 chłopców; 19 uczniów liceów, 12 techników oraz 6 szkół branżowych; 17 mieszkańców wsi, 11 mieszkańców małych miast, 9 mieszkańców średnich i dużych miast.

*między sobą, bo tym zespołom kibicuje najwięcej osób. (...) Czy rozmawiamy o sporcie? Tak. Jak się spotykamy i na Messengerze. Tam też organizujemy piłkę. Ja się tym zajmuję. Albo mój kolega.” (uczennica, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 8).*

Uzyskane w drodze badań dane wykazały też, że uprawianie sportu czy też recepcja zawodów sportowych przed ekranem telewizora lub na stadionie nie jest istotną częścią życia prawie połowy grup rówieśniczych. W niektórych z nich sport nie pojawia się wcale, co może oznaczać, że w ich skład wchodzi młodzi ludzie, którzy mają podobny (obojętny lub negatywny) stosunek do sportu. Oto wypowiedź jednej z uczennic technikum na ten temat:

*„Sport nas nie interesuje. Nie przepadam za WF-em. Nie uprawiam też sportu po szkole. Moje koleżanki raczej też się nim nie interesują. (...) Czy zajmujemy się nim w inny sposób? Raczej. Nie. Może chłopcy czasami o tym rozmawiają, ale to raczej między sobą.” (uczennica, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 28).*

Analizując wyniki badań można dojść do wniosku, że młodzież w co drugiej grupie rówieśniczej nie zajmuje się sportem. Jednak, gdy sport staje się elementem życia grupowego, to jego obecność jest znacząca. Można przyjąć, że jest tak dlatego, że sport jest w dużej mierze aktywnością społeczną, gry zespołowe należą do najpopularniejszych sportów, a boiska i inne obiekty sportowe są częstym miejscem spotkań młodych ludzi (potwierdzają to wyniki moich badań, które zreferowałem w poprzednich rozdziałach).

Po ustaleniu, na ile sport jest obecny w grupie rówieśniczej, do której należą badani, chciałem się dowiedzieć, jak często sport pojawia się podczas spotkań tej grupy. Aby to ustalić, zapytałem o to moich rozmówców w przeprowadzonym wywiadzie. Pytałem zarówno o wspólne uprawianie sportu, jak i o kibicowanie i inne formy zajmowania się sportem.

Najwięcej moich rozmówców uznało, że spotkania ze znajomymi zawsze lub prawie zawsze związane są z uprawianiem sportu, rozmawianiem o sporcie, kibicowaniem lub zajmowaniem się sportem w inny sposób. Duża część badanych stwierdziła, że sport często pojawia się w ich grupie rówieśniczej. Tylko nieliczni uznali, że sport jest rzadko obecny podczas potkań z kolegami lub nigdy.

Uzyskane wyniki rozłożyły się dość równomiernie, jednak najwięcej osób uznało, że sport zawsze lub prawie zawsze jest obecny podczas spotkań z rówieśnikami. Można więc przyjąć, że sport jest zarówno ważną częścią funkcjonowania grupy, jak i często podejmowaną

w niej aktywnością. Badani z jednej strony przypisują duże znaczenie aktywności sportowej podejmowanej w grupie, a z drugiej często ją inicjują lub podejmują.

Uzyskane dane po raz kolejny wyraźnie wskazują na to, że dla pewnej stałej części młodych ludzi sport nie jest interesujący. Nie uprawiają go, ani nie zajmują się nim w inny sposób.

Badania wykazały, że w prawie połowie grup rówieśniczych sport pojawia się często lub bardzo często, a poziom obecności sportu w tych grupach można określić jako duży lub bardzo duży. Obecność ta przejawia się zarówno w uprawianiu jakiejś dyscypliny sportowej, jak i innych aktywnościach związanych ze sportem np. wspólnym kibicowaniu na stadionach, oglądaniu sportu w telewizji/Internecie czy też rozmawianiu o sporcie. Zainteresowałem się także, jakie sporty uprawia młodzież w grupach rówieśniczych. W wywiadzie zadałem młodzieży pytanie o uprawiane w ich grupach rówieśniczych dyscypliny sportowe. Zestawienie uzyskanych odpowiedzi przedstawia tabela nr 20.

**Tabela nr 20. Dyscypliny sportu uprawiane w młodzieżowych grupach rówieśniczych  
N = 37**

Rodzaj sportu	Liczba grup
Piłka nożna	24
Siatkówka	22
Koszykówka	17
Pływanie	8
Jazda rowerem	17
Biegi	11
Tenis stołowy	10
Taniec	4
Ćwiczenia siłowe	3
Strzelectwo	5
Sporty walki	6
Jazda konna	2
Badminton	4
Sporty zimowe	7
Nie uprawia się sportu	6
Inne sporty	8

Źródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi

Uzyskane dane pokazują, że sporty zespołowe należą do najpopularniejszych dyscyplin sportowych uprawianych w grupach rówieśniczych. Więcej, niż połowa badanych stwierdziła, że w ich grupach uprawia się piłkę nożną oraz siatkówkę. W prawie co drugiej grupie

rówieśniczej młodzież gra w koszykówkę i/lub jeździ rowerem. Jazda rowerem jest najpopularniejszą aktywnością ruchową, która nie jest uznawana za sport zespołowy.

Odpowiedzi w dużej mierze rozłożyły się dość równomiernie. Okazało się, że młodzież podejmuje w grupach rówieśniczych bardzo różne aktywności sportowe. Oprócz wspomnianej wcześniej jazdy rowerem i sportów zespołowych oraz dość popularnego biegania, gry w tenisa stołowego i pływania, w części grup uprawiane są też: sporty zimowe, sporty walki, strzelectwo, badminton, taniec, ćwiczenia siłowe, jazda konna, piłka ręczna, lekkoatletyka, tenis ziemny, triathlon, karting, bilard, padel, squash.

Zacytuję teraz kalika wypowiedzi moich rozmówców, którzy wypowiedzieli się na temat sportu, który jest uprawiany w ich grupach rówieśniczych:

*„Wieczorami przesiadujemy w parku, na Orliku lub skateplazie. Gramy w piłkę na Orliku, a jak jest nas mniej, to strzelamy na bramkę lub gramy w coś innego. Zwykle w kosza. (...) Dziewczyny też przychodzą. One w piłkę nie grają. Ale w kosza lub siatkówkę to zdarza się, że grają.” (uczeń, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 10).*

*„Czy uprawiamy jakieś sporty? Tak, raz na jakiś czas jeździmy na tor kartingowy. Zwykle jedziemy tam na dwie godziny i się ścigamy. Jeździmy tam całą ekipą, bo tylko wtedy ma to sens. Chodzimy też na lodowisko. Ale to tylko zimą, bo nie ma u nas lodowiska czynnego latem. Latem to nad jezioro, popływać. Tam niektórzy grają w siatkówkę.” (uczennica, 20 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 18).*

*„Dwóch moich kolegów gra w tenisa, squasha i ostatnio w padla. Cały czas kogoś namawiają, żeby poszedł z nimi. Byłam z nimi na tenisie, ale średnio mi idzie. Nie mam siły. To nie dla mnie. Czasami jeździmy też na ogniska na strzelnicę w starym kamieniołomie. Tata mojego kolegi jest myśliwym i oni to organizują. No i wtedy strzelamy z wiatrówki i czasami nawet do rzutków. Wszyscy lubią tam jeździć, bo zawsze jest dobra zabawa i chyba każdy lubi sobie postrzelać.” (uczennica, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 19).*

*„Raczej nie uprawiamy sportu. Co robimy? Różnie. Spotykamy się na mieście, idziemy do galerii. Czasami do kina. Jak jest coś fajnego i są pieniądze. Czasami siedzimy u kogoś i oglądamy film, albo słuchamy muzyki. A jak nie w domu, to*

*jeździmy samochodem po okolicy. Moja koleżanka tańczy. Ale nie wiem czy to sport i w sumie nawet o tym za bardzo nie gadamy.” (uczennica, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 28).*

Poddając bardziej szczegółowej analizie dane zawarte w tabeli nr 20 można zauważyć, że w grupach rówieśniczych uprawia się najczęściej gry zespołowe. Wyniki nie są zaskakujące, ponieważ piłka nożna, koszykówka i siatkówka to dyscypliny, które zdecydowanie łatwiej uprawiać w grupie. Sporty te charakteryzują się też łatwą dostępnością boisk i sprzętu sportowego oraz prostotą przepisów. Dzięki temu sporty te mogą być z powodzeniem uprawiane poza formalnymi strukturami klubów sportowych. Warto podkreślić, że trzy wymienione w tym miejscu sporty zdecydowanie wyróżniają się popularnością spośród wszystkich sportów zespołowych (w młodzieżowych grupach rówieśniczych prawie w ogóle nie uprawia się takich sportów jak hokej na lodzie, unihokej czy nawet piłka ręczna).

Wyniki badań pokazują, że jazda na rowerze należy do najpopularniejszych aktywności ruchowych. Choć część młodych ludzi jeździ na rowerze indywidualnie, to i tak jest to zajęcie w dużej mierze podejmowane wraz z rówieśnikami. Jedna z uczennic wypowiedziała się na ten temat w następujący sposób:

*„Bardzo często jeździmy gdzieś rowerami. Czasami jeździmy po mieście, czasami gdzieś dalej pojedziemy. Jak gdzieś się umawiamy to też przyjeżdżamy rowerami. Niektórzy hulajnogami. Jak nam się chce, to jedziemy na Skateplazę lub Veloparku. Ale to wtedy, gdy chłopacy chcą się wyszaleć.” (uczennica, 15 lat, kwestionariusz wywiadu nr 13).*

Młodzież niekiedy uprawia też w grupach rówieśniczych sporty, którymi z powodzeniem można zajmować się samodzielnie np. biegi, pływanie, strzelectwo, sporty zimowe. Okazuje się, że sama aktywność sportowa jest tu tylko częścią większej aktywności grupowej, która stała się ważnym elementem kultury grupowej. Wspomniana już wcześniej uczennica liceum ogólnokształcącego tak wypowiedziała się o wspólnym spędzaniu czasu wolnego:

*„Czasami chodzimy razem na basen lub na lodowisko. Nie ma jak to w grupie! Na lodowisko chodzimy zwykle w weekendy, a na basen jak nam pasuje. Dogadujemy się wcześniej, zawsze też po tym gdzieś wyskoczmy. I tak pół dnia zleci. Dlatego w*

*weekendy. A w wakacje jeździmy wspólnie nad jezioro, popływać.” (uczennica, 15 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 13).*

...z kolei uczeń technikum zapytany o bieganie z grupie rówieśniczej powiedział:

*„Od dwóch lat biegam z kolegami w takiej grupie amatorskiej. Ja i dwóch moich bliskich kumpli. Bo cała grupa liczy przeszło 20 osób. Spotykamy się minimum raz w tygodniu. Zwykle w niedzielę rano i biegamy po okolicznych lasach. Startujemy w zawodach pod wspólną nazwą, kilka razy w roku gdzieś razem wychodzimy wieczorem. Mamy stronę na Facebooku i grupę na Messengerze. Nawet byliśmy raz na obozie w górach.” (uczeń, 19 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 6).*

Można więc powiedzieć, że wspólne uprawianie sportu w tych przypadkach jest wyrazem bliskich relacji panujących w grupie, chęci spędzania czasu wspólnie i chęci podejmowania aktywności, które są atrakcyjne dla członków tej grupy.

Moje badania wykazały, że sport jest obecny w młodzieżowych grupach rówieśniczych. Obecność ta przejawia się zarówno we wspólnym kibicowaniu, jak i uprawianiu sportu. Nieformalna grupa rówieśnicza, jak każda inna grupa społeczna, tym się różni od zbiorowości, że: jej członkowie posiadają jakieś wspólne cechy lub cechę (np. zainteresowanie sportem); jej członkowie są świadomi, że do tej grupy przynależą; grupa ta posiada własny system wartości, norm i wzorów postępowania, które są powszechnie uznawane i od wszystkich wymagane; oraz grupa ta posiada wewnętrzną organizację, zapewniającą jej trwanie i działalność (posiada strukturę wewnętrzną niezbędną do kierowania grupą).<sup>638</sup> Grupy takie konsolidują członków w dążeniu do wspólnych celów, wskazując co jest ważne i jak można to osiągnąć. Jeżeli jednym z tych celów jest sport, to grupa dostarcza swoim członkom wzorów zachowań sportowych.

Jan Szczepański określił wzory zachowania jako „pewne schematy, jako pewne działania, które w danej zbiorowości są już uznane i przyjęte, posiadają sens dla działających (podmiotów i przedmiotów działania), i których naśladowanie daje szanse osiągnięcia pożądanego wyniku”.<sup>639</sup> Wzory te powstają więc na gruncie wspólnych interesów, postaw i dążeń do zaspokojenia wspólnych potrzeb. Ryszard Wojciech Winiarski stwierdził, że wzory zachowań (i wartości) sportowych nabywane są w procesie społecznego uczenia się (przez modelowanie, naśladownictwo, identyfikację) lub w sposób intencjonalny, celowy i

<sup>638</sup> Muszyński H., Podstawy wiedzy o organizacjach..., op. cit., s. 229-230.

<sup>639</sup> Szczepański J., Elementarne pojęcia socjologii, PWN, Warszawa 1972, s. 183.

ukierunkowany, przez działania osób, z którymi młody człowiek spotyka się w swoim życiu.<sup>640</sup> Wzory te są dostarczane przez środowisko społeczne, w którym funkcjonuje jednostka. W przypadku młodych ludzi szczególną rolę odgrywają tu grupy rówieśnicze. Aby ustalić, jakich wzorów zachowań sportowych dostarcza badanym grupa rówieśnicza, zapytałem moich rozmówców o to, czy dzielają jakieś pasje sportowe swoich znajomych i/lub przyjaciół. Rozkład uzyskanych odpowiedzi zawiera tabela nr 21.

**Tabela nr 21. Wzory zachowań sportowych, jakich dostarczają młodzieży ich grupy rówieśnicze**

**N = 37**

Wzory zachowań sportowych	Liczba grup
uprawianie sportu amatorsko	12
uprawianie sportu zawodniczo	12
odnoszenie sukcesów sportowych	7
organizowanie zawodów sportowych	3
prowadzenie grup sportowych	3
kibicowanie na stadionach	5
oglądanie wydarzeń sportowych w telewizji i Internecie	7
brak dostrzeganych wzorów	18

Źródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi

Jak pokazują wyniki badań (dane zawarte w tabeli nr 21) niemal połowa badanych nie dostrzega w swojej grupie rówieśniczej wzorów zachowań sportowych. Być może sport nie jest obecny w ich grupach rówieśniczych lub nie jest dla nich ważny, przez co nie uświadamiają sobie istnienia tych wzorów. Co trzecia grupa dostarcza swoim członkom wzorów amatorskiego lub zawodniczego zaangażowania w sport. W przypadku części młodych ludzi wzorem zachowań sportowych są ich koledzy i koleżanki z grupy rówieśniczej, którzy odnoszą sukcesy sportowe. Grupa dostarcza także wzorów pośredniego zaangażowania w sport w postaci kibicowania na stadionie, oglądania wydarzeń sportowych w telewizji i Internecie oraz prowadzenia grup sportowych i organizowania zawodów sportowych.

Młodzieżowe grupy rówieśnicze w największym stopniu dostarczają swoim członkom wzorów czynnego zaangażowania w sportu (zarówno w sport amatorski, jak i zawodniczy - uprawiany w klubach sportowych). Można powiedzieć, że członkowie grup rówieśniczych doceniają zaangażowanie i sposób, w jaki ich koledzy i koleżanki dążą do realizacji celów związanych ze sportem, a uprawianie sportu jest dla nich podobnie cenną wartością. Takie

<sup>640</sup> Winiarski R.W., *Aktywność...*, op. cit., s. 25.

osoby mogą stać się dla młodych ludzi osobami znaczącymi. Jeżeli mają podobne upodobania i cele oraz wiedzą, jak skutecznie je realizować, to mogą z powodzeniem wpływać na zachowania innych członków grupy. Wpływ ten jest oczywiście szerszy i skuteczniejszy, jeżeli takie osoby zajmują eksponowane miejsca w strukturze grupowej.

W przypadku części osób wzorów zachowań sportowych dostarczają osoby, które osiągają sukcesy sportowe. W grupach rówieśniczych, w których uprawiany jest sport wytwarzają się i utralają wzory współpracy, podporządkowania, ale i przodownictwa.<sup>641</sup> Stają się one trwałym elementem więzi społecznej w tych grupach, a posłuszeństwo wobec tych wzorów łączy członków grupy.

Kilku badanych powiedziało, że w ich grupie rówieśniczej występują osoby, które organizują zawody sportowe lub prowadzą różne zespoły sportowe. Są one postrzegane jako godne naśladowania (osoby takie można nazwać liderami). W młodzieżowych grupach rówieśniczych pojawiają się więc osoby, które stoją na czele grupy. Wyróżniają się zdolnością wywierania wpływu na innych członków grupy, a ich działania polegają na organizowaniu życia grupowego, dbałości o spójność grupy pomimo istniejących różnic oraz wzajemny szacunek jej członków. Liderzy inspirują i motywują członków grupy do wysiłku w imię wspólnych celów.<sup>642</sup> Działalność takich osób jest szczególnie istotna w organizacji aktywności sportowej w grupach rówieśniczych. Chociaż aktywność ta jest dobrowolna i niesformalizowana, to wymaga planowania i pewnego poziomu organizacji. Wszak trudno rozegrać mecz piłki nożnej, jeśli nie będzie nikogo, kto zadba o odpowiednią liczbę graczy, rezerwację boiska czy też przyniesienie piłek.

Badania pokazują, że młodzieżowe grupy rówieśnicze są często dla swoich członków źródłem wzorów pośredniego uczestnictwa w sporcie, polegającego na kibicowaniu. W przypadku nieformalnych grup koleżeńskich zarażanie pasją do kibicowania zwykle odbywa się poprzez pozytywne nakłanianie. Jeden z moich badanych wypowiedział się na ten temat w następujący sposób:

*„Czy dzielam jakieś sportowe pasje moich kolegów? Jeden z moich kolegów regularnie chodzi na mecze piłkarskie i żużlowe. Jest też zawsze na wyjazdach.*

---

<sup>641</sup> Kuźnik M., Kulturowe wzorce osobowe a wychowanie współczesnego dziecka, Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce, vol. 16, nr 4, 2021, s. 30, <https://czasopisma.ignatianum.edu.pl/eetp/article/view/1908>, dostęp z dnia: 21.05.2024, godz. 00:35.

<sup>642</sup> Kuźnik M., Kulturowe wzorce osobowe a wychowanie współczesnego dziecka, Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce, vol. 16, nr 4, 2021, s. 31, <https://czasopisma.ignatianum.edu.pl/eetp/article/view/1908>, dostęp z dnia: 21.05.2024, godz. 00:35.



*Byłem z nim kilka razy na żużlu, namawiał mnie też na wyjazdy. Ale nie mam na to czasu. Mam też kolegów, którzy wiedzą wszystko o polskiej i angielskiej piłce nożnej. Oglądają wszystko. Zaprośli mnie nawet do swojej ligi fantasy, ale nie mam z nimi szans. Trochę poczytam i za rok się odegram.” (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 30).*

Podsumowując można powiedzieć, że sport jest obecny w grupach rówieśniczych młodzieży w przynajmniej dużym stopniu, a aktywności sportowe są w nich podejmowane często lub bardzo często. Dotyczy to prawie połowy badanych. Zauważalny jest jednak odsetek badanych, który deklaruje, że w ich grupach rówieśniczych sport nie pojawia się wcale. Można założyć, że młodzież w tych grupach ma w miarę jednorodny obojętny lub negatywny stosunek do sportu.

Grupy rówieśnicze są częstym miejscem aktywności sportowej młodzieży. Młodzi ludzie w swoich grupach rówieśniczych uprawiają głównie sporty zespołowe: piłkę nożną, koszykówkę i siatkówkę; jeżdżą rowerem, biegają oraz uprawiają tenis stołowy. Młodzież korzysta też w grupie z lodowiska oraz chodzi na basen i wyjeżdża nad jezioro. Sport w tym przypadku jest pewnym dodatkiem do wspólnego spędzania czasu wolnego.

Grupy rówieśnicze dostarczają też swoim członkom (około połowie badanych) licznych wzorów zachowań sportowych. Są to zarówno wzory uczestnictwa bezpośredniego w sporcie, jak i pośredniego. Najczęściej są to wzory amatorskiego lub zawodniczego uprawiania sportu. Istotną wartością są także sukcesy sportowe rówieśników. Grupy rówieśnicze dostarczają też wzorów kibicowania (na stadionie i przed ekranem telewizora) oraz organizowania sportu (w tym sportu młodzieżowego).

## **8.2. Zainteresowanie sportem i sposoby zaangażowania w aktywność sportową w środowisku rodzinnym młodzieży**

Choć w okresie adolescencji, zwłaszcza w jej początkowym etapie, zmniejsza się ilość czasu spędzanego z rodzicami i następuje stopniowe uniezależnienie się emocjonalne od rodziców na rzecz zwiększenia znaczenia grupy rówieśniczej, to rodzina ciągle odgrywa bardzo ważną rolę w życiu młodych ludzi. Życie rodzinne i kontakty z członkami rodziny stanowią dla młodzieży źródło i podstawę różnorodnych doświadczeń społecznych i przeżyć emocjonalnych. Maria Tyszkowa stwierdziła, że członkowie rodziny są dla siebie nawzajem układem odniesienia, źródłem wzorów aktywności i zachowań oraz przekazicielami wzorów i

modeli postępowania.<sup>643</sup> Rodzina odgrywa więc istotną rolę w procesie wychowania i socjalizacji. Oddziałuje na jednostki szczególnie silnie wtedy, kiedy procesy rozwoju i formowania się osobowości zachodzą w największym stopniu, czyli w okresie dzieciństwa i młodości. Można powiedzieć, że ten wpływ odbywa się zarówno przez stwarzanie warunków zdobywania doświadczeń i wyznaczanie ich charakteru, jak i przez przekazywanie jednostce wzorów, narzędzi kulturowych i sposobów opracowania doświadczeń w aspekcie poznawczym, w aspekcie emocjonalnym i w kategoriach wartości.<sup>644</sup> Szczególną rolę odgrywają tu relacje z rodzicami.

Jak już wcześniej wspominałem, w okresie adolescencji dochodzi do zmian w relacjach między dziećmi, a ich rodzicami. W literaturze przedmiotu zmiany te często są opisywane jako konflikt wiążący się z pogorszeniem wzajemnych relacji i zmniejszeniem roli rodziców w rozwoju młodych ludzi. Jednak konflikty te dotyczą najczęściej codziennych i błahych spraw, a w przypadku najważniejszych zagadnień, takich jak wyznawane wartości i światopogląd, młodzież podziela przekonania rodziców.<sup>645</sup> Ewa Gurba twierdzi, że jest to spowodowane m.in. tym, że rodzice i ich dorastające dzieci nie różnią się pod względem wyznawanych wartości.<sup>646</sup> Ta wspólnota wartości i światopoglądu może objawiać się w takich sprawach jak wiara i patriotyzm, jak i innych czynnościach i zwyczajach, które dla rodziców były szczególnie cenne. W przypadku części rodzin można tu zaliczyć m.in. sposoby spędzania czasu w rodzinie, w tym czasu wolnego (także poprzez aktywność sportową). Amerykański socjolog Jay Coakley twierdzi, że rodzina jest pierwszym i najważniejszym elementem systemu sportu młodzieżowego. Wywiera ona trwałe wpływy na sportowe zachowania i postawy, a jej oddziaływanie bezpośrednio przekłada się na doświadczenia i wyniki sportowe.<sup>647</sup> Wpływ ten jest najsilniejszy ze strony rodziców i rodzeństwa.

Postanowiłem zbadać, na ile sport jest obecny w środowisku rodzinnym młodzieży, kto interesuje się sportem i kto uprawia sport, w tym jakie są to dyscypliny sportowe, oraz czy ktoś

---

<sup>643</sup> Tyszkowa M., Jednostka a rodzina: interakcje – stosunki – rozwój (w:) Przetacznik-Gierowska M., Tyszkowa M., Psychologia rozwoju człowieka. Zagadnienia ogólne, Tom I, PWN, Warszawa 2014, s. 126.

<sup>644</sup> Ibid., s. 127.

<sup>645</sup> Oleszkowicz A., Senejko A., Dorastanie (w:) Trempała J., Psychologia rozwoju człowieka, PWN, Warszawa 2017, s. 277.

<sup>646</sup> Gurba E., Uwarunkowania relacji rodzice - dorastające dzieci (w:) Kielar-Turska M. (red.), Studia nad rozwojem i wychowaniem: w osiemdziesiąt rocznicę powstania Zakładu Psychologii Rozwojowej i Wychowawczej na Uniwersytecie Jagiellońskim, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2009, s. 157.

<sup>647</sup> Coakley J. i inni, Toward an Integrated Understanding of the Youth Sport System, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, nr 93, 2022, s. 107, [https://www.researchgate.net/publication/344355432\\_Toward\\_an\\_Integrated\\_Understanding\\_of\\_the\\_Youth\\_Sport\\_System](https://www.researchgate.net/publication/344355432_Toward_an_Integrated_Understanding_of_the_Youth_Sport_System), dostęp z dnia: 4.06.2024, godz. 18:51.

z członków rodziny zachęcał młodych ludzi do uprawiania sportu. Aby ustalić, na ile sport jest obecny w środowisku rodzinnym młodzieży, zadałem moim rozmówcom pytanie o to, czy ktoś w ich rodzinie interesuje się sportem i/lub uprawia sport. W wyniku przeprowadzonych badań otrzymałem dane, które przedstawia tabela nr 22.

**Tabela nr 22. Stopień, w jakim sport jest obecny w życiu rodzin młodzieży**

**N = 37**

Stopień obecności sportu w rodzinie	Liczba rodzin
w bardzo dużym stopniu	7
w dużym stopniu	2
częściowo	5
w niewielkim stopniu	15
wcale	8

Źródło: badania własne

Na podstawie tych wyników można w uogólnieniu przyjąć, że sport w rodzinach młodych ludzi występuje w małym stopniu. W przeszło połowie rodzin występuje on w stopniu niewielkim lub wcale (co oznacza, że nikt go nie uprawia, ani się nim nie interesuje). Można założyć, że stosunkowo niski stopień obecności sportu w rodzinie może być częściowo związany z tym, że w skład rodziny wchodzi członkowie w różnych wieku, w tym za młodzi lub za starzy na uprawianie części sportów.

Na przeciwnym biegunie znajdują się rodziny, w których sportem zajmują się prawie wszyscy ich członkowie. Rodzin tych jest porównywalnie dużo, co rodzin, w których sport w ogóle się nie pojawia. Można założyć, że w rodzinach, w których poziom obecności sportu jest bardzo wysoki, jest on postrzegany jako atrakcyjny, a poszczególni członkowie rodziny zachęcają pozostałych do zajmowania się nim.

Obecność sportu w życiu rodzinnym może polegać zarówno na bezpośrednim uczestnictwie w sporcie, poprzez uprawianie jakiejś dyscypliny sportowej, jak i pośrednim uczestnictwie, polegającym na zajmowaniu się sportem, który jest uprawiany przez kogoś innego np. poprzez kibicowanie lub czytanie o sporcie. Aby zbadać te zagadnienia, zapytałem badanych o to, kto w ich rodzinie interesuje się sportem oraz kto uprawia aktywność sportową. Otrzymane wyniki prezentują tabele nr 23 i 24.

**Tabela nr 23. Osoby interesujące się sportem w rodzinach młodzieży****N = 37**

Członkowie rodziny interesujący się sportem	Liczba rodzin
ojciec	26
matka	15
rodzeństwo	11
kuzynostwo	3
dziadkowie	3
inni członkowie rodziny	8
wszyscy	2
nikt	4

Źródło: badania własne

**Tabela nr 24. Osoby uprawiające aktywność sportową w rodzinach młodzieży****N = 37**

Członkowie rodziny uprawiający sport	Liczba rodzin
ojciec	16
matka	9
rodzeństwo	17
kuzynostwo	7
inni członkowie rodziny	8
nikt	8

Źródło: badania własne

Jak pokazują dane, osobą, która najczęściej interesuje się sportem i uprawia aktywność sportową, jest ojciec. W dalszej kolejności jest to matka – jako osoba interesująca się sportem oraz rodzeństwo – jako osoby uprawiające sport. Zarówno w pytaniu o osoby interesujące się sportem, jak i uprawiające sport pojawiały się odpowiedzi wskazujące na innych członków rodziny (najczęściej byli to wujkowie). W części rodzin żaden z jej członków nie uprawia sportu oraz nie zajmuje się nim w inny sposób.

Poddając bardziej szczegółowej analizie dane zawarte w tabelach nr 23 i 24 można zauważyć, że mężczyźni członkowie rodzin są częściej zaangażowani w sport, niż kobiety. To ojcowie najczęściej interesują się sportem i go uprawiają. Badani wskazywali też na wujków, a ciotki nie pojawiły się ani razu. W licznych badaniach podkreśla się, że mężczyźni częściej uprawiają sport niż kobiety, chociaż w wielu sytuacjach to właśnie kobiety są bardziej zorganizowane i systematyczne oraz dbające o zdrowie. Zakłada się, że nie uprawiają sportu dlatego, że są bardziej obciążone różnymi obowiązkami domowymi (wykonywanymi po pracy

zawodowej).<sup>648</sup> Można przyjąć, że zróżnicowanie płciowe zaangażowania w sport jest też elementem przekazu kulturowego (także w samych rodzinach). Nie tylko matki i ciotki młodych ludzi mniej angażują się w sport, ale i same badane dziewczęta są mniej zaangażowane w sport, niż chłopcy. Potwierdzają to wyniki badań, które referowałem w poprzednich rozdziałach.

Uzyskane przeze mnie dane wskazują, że zaangażowanie w sport poszczególnych członków rodziny różni się i zmienia wraz z wiekiem. Osoby starsze (rodzice i dziadkowie) częściej swoją aktywność sportową ograniczają do pośredniego uczestnictwa w sporcie: do kibicowania, czytania o sporcie, oglądania sportu w telewizji itd. Z kolei młodszy (rodzeństwo i kuzynostwo) w większym stopniu uprawiają jakąś dyscyplinę sportową.

Dla przykładu podam kilka wypowiedzi moich rozmówców na temat tego, kto i w jaki sposób zajmuje się sportem w ich rodzinach:

*„W moim domu sport uprawia głównie tata. On bardzo dobrze pływa. Od dziecka jeździłem z tatą na basen. Doskonale pamiętam wszystkie szczegóły. Pamiętam, że to była środa, pamiętam jakie plakaty tam wisiały. A miałem wtedy 5 lat. Na pewno to było 5 lat, bo mojej siostry jeszcze nie było wtedy na świecie. Tata uczył mnie pływać. Potem był to już instruktor, ale tata zawsze mnie woził na treningi. Do dzisiaj chodzimy razem na basen i jeździmy razem nad jezioro.” (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 36)*

*„Mam dużą i dość usportowioną rodzinę. To kuzyni zarazili mnie pasją do sportu. Starsi kuzyni i było ich kilku. Oni mieszkają w okolicy, grają u siebie przed blokiem lub na Orliku. Oni grali też w klubie sportowym. Dwóch gra do dzisiaj. Oni organizują często gierki. Jak ktoś pokaże, że potrafi grać, to zabierają go na treningi do klubu. No i mnie też z dwa lata temu wkręcili.” (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 22)*

*„U mnie w domu ogląda się dużo sportu w telewizji. Moi rodzice zawsze oglądali dużo sportu. I ja z nimi oglądam od dziecka. I pamiętam, że jako dziecko siedziałem*

---

<sup>648</sup> Czarnecki D. i inni, Aktywność fizyczna kobiet i mężczyzn w czasie wolnym po pracy, *Rehabilitation and Recreation*, nr 14, 2023, s. 151-157, [https://www.researchgate.net/publication/370166753\\_AKTYWNOŚC\\_FIZYCZNA\\_KOBIET\\_I\\_MEZCZYZN\\_W\\_CZASIE\\_WOLNYM\\_OD\\_PRACY](https://www.researchgate.net/publication/370166753_AKTYWNOŚC_FIZYCZNA_KOBIET_I_MEZCZYZN_W_CZASIE_WOLNYM_OD_PRACY), dostęp z dnia: 25.05.2024, godz. 1:42.

*z nimi i oglądałem zawody sportowe. To były jakieś zawody lekkoatletyczne. I fascynowało mnie to, z jakich państw pochodzą sportowcy. Bardzo lubiłem oglądać flagi i zawsze się zastanawiałem, z jakich państw wygrywają sportowcy w danej dyscyplinie. Na przykład, gdzie lepiej biegają, a gdzie lepiej rzucają oszczepem. Wybierałem sobie sportowca po fladze i mu kibicowałem. Ale pierwsze zawody, w których bardziej skupiałem się na wynikach sportowych, to były Igrzyska olimpijskie w Londynie. Miałem wtedy 10 lat. Bardzo dużo z nich pamiętam. Na przykład złoty medal Anity Włodarczyk. Do dzisiaj bardzo dużo sportu oglądam w telewizji i Internecie z rodzicami. Teraz głównie piłkę nożną i różne wielkie wydarzenia sportowe.” (uczeń, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 8)*

*„Często z moim rodzeństwem i rodzicami w coś gramy w ogrodzie. Teraz najczęściej w weekendy lub w wakacje, jak moje siostry przyjeżdżają. (...) W co gramy? Gramy w paletki, mamy też boule. Z tatą gram w darta, a z siostrami czasami nawet w siatkówkę.” (uczennica, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 32)*

Po ustaleniu, kto w rodzinach młodych ludzi uprawia jakąś aktywność sportową, postawiłem przed sobą pytanie o rodzaje tej aktywności. Zapytałem moich rozmówców, jakie rodzaje aktywności sportowej uprawia się w ich środowisku rodzinnym. Liczbowy rozkład odpowiedzi na to pytanie przedstawia tabela nr 25.

Jak pokazują wyniki badań, w rodzinach młodych ludzi uprawianych jest wiele aktywności o charakterze sportowym. Członkowie rodzin badanej młodzieży uprawiają sporty, które w dużej mierze są tożsame z tymi, które uprawia sama młodzież. Jest to np. jazda rowerem i gry zespołowe. Można przypuszczać, że zainteresowanie tymi aktywnościami jest w pewnym zakresie przekazywane z pokolenia na pokolenie. Młodzi ludzie mogą więc czerpać zwory zachowań sportowych od członków swoich rodzin.

W rodzinach uprawiana jest też aktywność fizyczna, do której badani mogli być włączani już od wczesnych lat dziecięcych. Mają one najczęściej charakter zabawowy, np. badminton, boule, biegi lub wszelkiego rodzaju gry z wykorzystaniem piłki.

Choć w rodzinach młodych ludzi podejmowane są głównie najpopularniejsze aktywności sportowe, to w pewnym zakresie różnią się one od tych, które są uprawiane w grupach rówieśniczych. Oprócz wymienionych wcześniej gier zespołowych i jazdy rowerem,

w rodzinach uprawiane są też aktywności, które nie są popularne w młodzieżowych grupach rówieśniczych. Są to: nordic walking, kręgle, boule czy też wędkarstwo.

**Tabela nr 25. Sporty uprawiane przez kogoś w rodzinach młodzieży**

**N = 37**

Rodzaj sportu	Liczba rodzin
Piłka nożna	18
Siatkówka	7
Koszykówka	2
Pływanie	6
Jazda rowerem	11
Biegi	8
Tenis stołowy	3
Taniec	2
Nordic walking	3
Badminton	3
Kręgle	4
Wędkarstwo	3
Nie uprawia się sportu	9
Inne sporty	8

Źródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi

Sytuacja przedstawia się nieco inaczej w przypadku grup rówieśniczych. Młodzi ludzie są otwarci na nowości, są ciekawi świata i chętni do eksperymentowania. Poszukują swojego miejsca w społeczeństwie. Poszukiwania te znajdują także odzwierciedlenie w sposobach spędzania czasu wolnego, w tym w uprawianych dyscyplinach sportowych. Wybierają więc dyscypliny, które ich wyróżniają i które jeszcze niedawno nie były znane lub nie były możliwe do uprawiania np. padel, squash, karting.

W środowisku rodzinnym popularne są sporty, które można uprawiać w różnym wieku. Przeprowadzone przeze mnie badania wykazały, że sport jest częściowo obecny w rodzinach badanych. Członkowie rodziny (najczęściej ojcowie) zarówno interesują się sportem (kibicują, oglądają sport w telewizji, czytają o sporcie itd.), jak i uprawiają sport (grają w piłkę nożną, jeżdżą rowerem oraz biegają). Można więc założyć, że sport jest postrzegany w wielu rodzinach jako istotna wartość. Rodziny takie tworzą atmosferę sprzyjającą aktywności sportowej, a usportowieni członkowie rodziny dostarczają pozostałym wzorów zachowań w tym aspekcie. Chcąc dowiedzieć się czy badani przeze mnie uczniowie szkół ponadpodstawowych byli zachęceni do sportu przez członków swojej rodziny zapytałem o to badanych, a zestawienie ich odpowiedzi zawierają tabele nr 26 i 27.

**Tabela nr 26. Stopień, w jakim członkowie rodziny zachęcali badanych do uprawiania sportu**  
**N = 37**

Stopień zachęcania do sportu	Liczba odpowiedzi
w bardzo dużym stopniu	13
w dużym stopniu	5
częściowo	3
w niewielkim stopniu	7
wcale	9
<b>Suma</b>	<b>37</b>

Źródło: badania własne

Jak wynika z danych zawartych w tabeli nr 26, tylko część badanych spotkała się z zachętą do sportu ze strony członków swojej rodziny (mniej niż połowa młodych ludzi była zachęcana w dużym lub bardzo dużym stopniu). Podobna liczba moich rozmówców nie dostrzegła jednak takich zachęt.

**Tabela nr 27. Członkowie rodziny, którzy zachęcają badanych do uprawiania sportu**  
**N = 37**

Członkowie rodziny zachęcający do sportu	Liczba odpowiedzi
ojciec	15
matka	8
rodzeństwo	5
kuzynostwo	5
dalsza rodzina	6
nikt	9

Źródło: badania własne

Badani mogli udzielić więcej, niż jednej odpowiedzi

Dane w tabeli nr 27 wskazują, że młodych ludzi do sportu najczęściej zachęcali rodzice, przy czym zwykle był to ojciec. Odpowiedzi badanych nie mogą dziwić, ponieważ z wszystkich członków rodziny, to ojcowie najczęściej interesują się sportem i go uprawiają. Można przypuszczać, że sposób, w jaki rodzice zajmują się sportem, jest przekazywany dzieciom w postaci sposobów myślenia i wzorów zachowania.

Należy jednak podkreślić, że jeżeli młodzi ludzie byli zachęcani przez członków rodziny do uprawiania sportu, to zachęty te występowały z dużym nasileniem. Można więc założyć, że jeżeli dla któregoś z członków rodziny sport jest ważny, interesuje się nim, uprawia go i dostrzega jego korzyści, to z dużym zaangażowaniem zachęca też do niego innych członków rodziny. Jeżeli jednak sam nie uprawia sportu, to nie zachęca do niego innych. Oto



kilka wypowiedzi uczniów szkół ponadpodstawowych, którzy podczas wywiadu biograficzno-narracyjnego wypowiedzieli się na ten temat:

*„Jeszcze w podstawówce rodzice zaprowadzili mnie na basen. Mocno mnie namawiali do treningów i cały czas motywowali. Nie było problemów, żebym dostawała na to pieniądze. Zawozili mnie na treningi. Jak mi się poprawiła kondycja i zacząłem sobie dobrze radzić, to zdecydowałem, że zostanę na dłużej. Okazało się, że jestem nawet dobra. Jeździłam na różne zawody. Moi rodzice często też przyjeżdżali i mi kibicowali.” (uczennica, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 29)*

*„Wszystko zaczęło się od pływania. (...) Na naukę pływania zaprowadzili mnie rodzice, bo zależało im, żebym potrafił pływać. A ja się bardzo cieszyłem, bo już się nie mogłem doczekać. Niedługo potem rodzice zapisali mnie na piłkę nożną. Stwierdzili że jeżeli chcę grać w piłkę, to lepiej żebym spędzał czas na dworze, a nie siedział przed komputerem. Rodzice zaprowadzili mnie do klubu i grałem tam w grupie „orlik”. To jest chyba dla dzieci w wieku 9-10 lat.” (uczeń, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 10)*

*„Jeżeli chodzi o uprawianie sportu, to zachęcili mnie do tego rodzice. Mama chyba nawet bardziej mnie namawiała, niż tata, ale to z tatą grałem w piłkę nożną, badmintona, jeździłem rowerem, a potem grałem w ping ponga. Pamiętam, jak mi imponowała jego gra. Potrafił piłkę kopnąć na tyle wysoko, że w górze wyglądała, jakby stawała się mniejsza. Może to śmiesznie brzmi, ale tak było. Tata opowiadał mi, jak grał w piłkę w różnych klubach. I ja później też w nich grałem, ciągle gram. Do jednego zawoził mnie na treningi. Zawsze się interesuje, pyta czy coś strzeliłem, czy grałem cały mecz.” (uczeń, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 8)*

*„Kto miał wpływ na moje uprawianie sportu? Myślę, że brat. Tata raczej nie. Raczej to był brat. A czy tata zachęcał mojego brata? Myślę, że tak. W końcu, to był chłopak. To było takie ambicjonalne. Mój brat mnie zachęcał. Jeździł na rowerze. Teraz się zastanawiam, na ile to było w klubie sportowym, a na ile sobie sami to organizowali. Już nie pamiętam. Ale zabierał mnie ze sobą. Ja też z nimi jeździłam. Mój brat mnie inspirował, namawiał mnie. Jak on szedł na stadion, to ja szłam*

*razem z nim. Brat jest ode mnie starszy o 7 lat.” (uczennica, 19 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 1)*

*„Ja raczej nic nie uprawiam. U mnie w domu też nikt nie przepada za sportem. Nikt mnie do niego nie namawiał. Ja w ogóle zacząłem uprawiać sport dosyć późno, bo pod koniec podstawówki. Mieszkalem w małej miejscowości, a właściwie mój dom był oddalony od innych. I w okolicy nie miałem żadnych kolegów. Pomagałem rodzicom w gospodarstwie. Oni też nie uprawiali żadnego sportu i nigdzie mnie nie zawozili. Dopiero jak się przeprowadziliśmy i już byłem starszy, to na podwórku koledzy zawsze w coś grali, w coś się bawili. No i jak wychodziłem do nich, to grałem z nimi.” (uczeń, 18 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 9)*

Podsumowując, można powiedzieć, że choć badani uznali, że sport w ich rodzinach wstępuje raczej w małym stopniu, to wielu członków rodziny interesuje się sportem i/lub go uprawia. Najczęściej w sporcie w sposób pośredni i bezpośredni uczestniczy ojciec. To ojcowie najczęściej zarówno interesują się sportem, jak i go uprawiają. W rodzinach młodych ludzi podejmowane są najczęściej najpopularniejsze rodzaje aktywności sportowej np. gry zespołowe oraz jazdę na rowerze. Aktywność ruchowa w rodzinach przybiera często charakter zabawy. Prawie połowa rodzin jest dla młodych ludzi źródłem istotnych zachęt do uprawiania sportu. Do aktywności ruchowej najczęściej zachęcają rodzice, przy czym ojcowie dwukrotnie częściej od matek. W przypadku dość wielu rodzin nikt jednak nie uprawia sportu i nie zachęca do uprawiania go.

### **8.3. Rola szkoły w podnoszeniu aktywności sportowej młodzieży**

Szkoła, obok rodziny i grupy rówieśniczej, jest podstawowym środowiskiem życia młodego człowieka. Jest miejscem, w którym spędza on dużą część swojego życia. To w szkole uczniowie zdobywają nową wiedzę i umiejętności oraz nawiązują relacje z rówieśnikami. Szkoła ma wpływ na rozwój intelektualny uczniów i kształtowanie ich tożsamości. Szkoła daje też możliwość wychowywania młodego człowieka, dostarczając mu niezbędnych, społecznie akceptowanych kompetencji.

Szkoła odgrywa istotną rolę w procesie socjalizacji, bowiem każda nowa generacja dzięki szkole jest uczona umiejętności, wiedzy i wartości, które są ważne dla harmonijnego

odtworzenia struktury społecznej i trwania danego społeczeństwa.<sup>649</sup> Szkoły swą działalność wychowawczą prowadzą w sposób intencjonalny i zorganizowany, a więc według programów uwzględniających społecznie ustalone cele wychowawcze, z pomocą kadry pedagogicznej i przy użyciu odpowiednio przystosowanej bazy.<sup>650</sup> Szkoły tworzą więc przekaz, który dla młodych ludzi jest źródłem ich orientacji w rzeczywistości.

Szkoły powinny stwarzać każdemu uczniowi przestrzeń do rozwoju. Powinny pomóc uczniom w odkrywaniu i rozwijaniu własnych zainteresowań, pasji i talentów. Szkoły są odpowiedzialne za wprowadzenie uczniów nie tylko w świat nauki, ale też sztuki, technologii, a nawet sportu. Powinny z jednej strony kształtować zainteresowania uczniów, a z drugiej odpowiadać na potrzeby przez nich zgłaszane. Powinny więc dbać o to, aby ich oferta uwzględniała uczniowskie oczekiwania, zwłaszcza w zakresie zajęć pozalekcyjnych, w tym zajęć sportowych. Aby dowiedzieć się, w jaki sposób szkoły wychodzą naprzeciw sportowym zainteresowaniom młodzieży, sformułowałem pięć problemów badawczych, z których pierwszy dotyczył rodzajów aktywności podejmowanych przez uczniów w ramach wychowania fizycznego w szkole. Zapytałem o to swoich respondentów w ankiecie. Zestawienie ich odpowiedzi przedstawia tabela nr 28.

Jak pokazują dane, lekcje wychowania fizycznego w głównej mierze wypełnione są aktywnością sportową, która zwykle postrzegana jest jako bardziej atrakcyjna, niż nużące i wymagające ćwiczenia gimnastyczne. Trzy z tych rodzajów aktywności to gry zespołowe. Mają one cały szereg niewątpliwych walorów wychowawczych. W sportach zespołowych gracze, stosując się do obowiązujących zasad, współdziałają bezpośrednio i jednocześnie dla osiągnięcia wspólnego celu. Sporty te mogą więc być wykorzystane przez nauczycieli w zacieśnianiu więzi grupowych, w budowaniu struktury grupowej oraz w innych celach wychowawczych.

Z zebranego materiału wynika, że lekcje wychowania fizycznego wypełnione są dość różnorodną ofertą aktywności sportowych. Zauważmy jednak, że sporty proponowane w ramach lekcji wychowania fizycznego różnią się od tych, które młodzież podejmuje w czasie wolnym. Najczęściej uprawianym sportem w czasie wolnym jest piłka nożna. W szkole oddaje ona jednak palmę pierwszeństwa koszykówce. W ramach lekcji wychowania fizycznego nie uprawia się też pływania oraz nie jeździ się rowerem. Aktywności te są z jednak podejmowane

---

<sup>649</sup> Januszewska E. i inni, W poszukiwaniu teorii szkoły, *Pedagogika społeczna*, nr 3, 2015, s. 96, [http://pedagogikaspooleczna.com/wp-content/content/abstrakt/PS%203%20\(2015\)%2089-112.pdf](http://pedagogikaspooleczna.com/wp-content/content/abstrakt/PS%203%20(2015)%2089-112.pdf), dostęp z dnia: 1.06.2024, godz. 15:25.

<sup>650</sup> Smykowska D., *Współpraca szkoły z rodziną*, Impuls, Kraków 2008, s. 16.

przez młodych ludzi w czasie wolnym. Z kolei piłka ręczna i lekkoatletyka okazują się sportami typowo szkolnymi. Choć dość często pojawiają się na lekcjach wychowania fizycznego, to prawie wcale nie wypełniają czasu wolnego młodzieży. Można założyć, że dobór dyscyplin sportowych jest związany z zapisami w podstawie programowej, możliwościami infrastrukturalnymi szkoły oraz przez lata utrwalonymi sposobami realizacji zajęć z wychowania fizycznego. Z uwagi na to, że nauczyciel jest zobowiązany do realizacji licznych treści nauczania w ramach wychowania fizycznego, nie zawsze dopuszcza on do tego, aby jego lekcje były wypełnione tylko najpopularniejszymi sportami np. piłką nożną.

**Tabela nr 28. Rodzaje aktywności, które są podejmowane przez uczniów w ramach wychowania fizycznego w szkole**

**N = 1050**

Rodzaj aktywności	Liczba odp.	%
Siatkówka	459	44%
Piłka nożna	324	31%
Biegi	279	27%
Koszykówka	273	26%
Tenis stołowy	132	13%
Taniec	117	11%
Gimnastyka	114	11%
Ćwiczenia siłowe	69	7%
Piłka ręczna	60	6%
Lekkoatletyka	54	5%
Inne aktywności	39	4%
Brak udziału	138	13%
Brak odpowiedzi	54	5%

Źródło: badania własne

Dane procentowe nie sumują się do 100, gdyż odnoszą się do liczby badanych, a nie liczby odpowiedzi

W szkołach uprawia się też sporty, które są możliwe do organizacji przy wykorzystaniu powszechnie dostępnej infrastruktury np. sal gimnastycznych lub boisk wielofunkcyjnych. Dlatego nie może dziwić, że w szkołach częściej uprawia się siatkówkę i piłkę ręczną, niż wymagające większych nakładów finansowych pływanie lub trudną organizacyjnie jazdę rowerem. Można też założyć, że dobór aktywności związany jest też z dostępem do wymaganego w danej dyscyplinie sportowej sprzętu oraz wiedzą, umiejętnościami i preferencjami samego nauczyciela wychowania fizycznego. Podstawa programowa wszak zakłada poznawanie przez uczniów elementów techniki i taktyki różnych nowoczesnych indywidualnych i zespołowych form aktywności fizycznej (z uwzględnieniem form z innych

kręgów kulturowych).<sup>651</sup> Sport szkolny ogranicza się jednak do tradycyjnych aktywności, niezmiennych od wielu lat. Warto jednak urozmaicać lekcje wychowania fizycznego o nowe sporty, najlepiej te, które są popularne wśród młodzieży. Wymaga to jednak dialogu z uczniami, inwestycji w sprzęt sportowy oraz zaangażowania i otwartości nauczyciela.

Dla przykładu przytoczę teraz wypowiedzi uczniów szkół ponadpodstawowych na temat tego, co zwykle robią podczas lekcji wychowania fizycznego. Zostały one udzielone podczas wywiadu biograficzno-narracyjnego oraz wpisane w kwestionariuszu ankiety. Oto one:

*„Mamy fajnego nauczyciela od WF-u. To starszy pan, już przed emeryturą, a może nawet w wieku emerytalnym. Nie ma u niego lekko. Właściwie robimy u niego wszystko. Na początek zawsze jest rozgrzewka. Robimy ją na zmianę, na ocenę. Potem są różne ćwiczenia. Czasami jest to gimnastyka, a czasami ćwiczenia do jakichś gier zespołowych. Jak uczymy się dwutaktu czy serwowania, to gramy jakieś ostatnie 15 minut lekcji. Mamy dużo gimnastyki i lekkoatletyki. Wymyki, stanie na głowie, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą, a nawet rzucaliśmy raz oszczepem na boisku piłkarskim. Zimą byliśmy też na sankach i biegaliśmy na nartach. Średnio nam to wychodziło, bo to stare narty z paskami i wszystkim spadały z nóg. (...) Chociaż nasz nauczyciel nie jest najmłodszy, to pokazuje nam ćwiczenia. Na głowie już nie stanie, ale pokaże, jak pchnąć kulą czy zrobić dwutakt.” (uczeń, 19 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 6)*

*„W szkole najczęściej gramy w kosza lub siatkę. W naszej klasie połowa chciałaby grać w piłkę, a połowa woli kosza. Ja wolę grać w piłkę, ale koledzy częściej namówią nauczyciela na to, żebyśmy grali w kosza. Łatwiej to zorganizować. Nie trzeba iść na boisko i nikt nie pobrudzi potem podłogi w szkole. Trochę to nudne, ale i tak lepsze, niż gimnastyka czy piłka chińska.” (uczeń, 19 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 15)*

*„Gramy w koszykówkę, siatkówkę lub piłkę ręczną. W ręczną rzadziej. Czasami gramy przez dwie lekcje bez przerwy. Nauczyciel daje nam piłkę i możemy grać.*

---

<sup>651</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 stycznia 2018 r. w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia (Dz.U. 2018 poz. 467).

*Dopóki jej nie kopiemy, to nam nie przerywa.” (uczeń, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 25)*

*„My tańczymy zumbę lub robimy aerobik, a chłopcy w coś tam grają. My zwykle jesteśmy w małej sali. Często moja koleżanka prowadzi zumbę. Ona tańczy już od lat i to dobrze ogarnia. Robi też zumbę dla dzieci podczas różnych imprez np. dnia dziecka. (...) Chłopcy są w drugiej grupie i najczęściej grają w siatkówkę. Jak jest nas mniej w szkole, to czasami gramy razem.” (uczennica, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 20)*

*„Chociaż lubię sport, to nie lubię WF-u. Albo jakieś bezsensowne i stresujące ćwiczenia, albo nudne gry. Nigdy nie graliśmy w piłkę nożną. Gramy cały czas w siatkówkę. Połowa nie potrafi dobrze odbić piłki. Gramy też razem z dziewczynami. A tam chyba tylko ze dwie coś grają.” (uczeń, 15 lat, kwestionariusz ankiety nr 208)*

Część młodzieży nie ćwiczy podczas lekcji wychowania fizycznego. Moje badania wykazały, że dotyczy to 13% uczniów szkół ponadpodstawowych.<sup>652</sup> Nie jest to dokładny odsetek osób, które są zwolnione z zajęć wf., tylko procent badanych, który ujawnił tę informację w pytaniu o to, co najczęściej robi podczas lekcji wf. Można tu zaliczyć tych uczniów, którzy z powodów zdrowotnych są zwolnieni z lekcji wf. długotrwale, jak i tych, którzy są zwalniani okresowo lub okazjonalnie przez rodziców lub zwalniają się sami. Warto zaznaczyć, że zwolnienia lekarskie są stosunkowo łatwe do uzyskania, ponieważ może je wystawić nie tylko specjalista, ale też lekarz rodzinny.<sup>653</sup> Część uczniów unika też aktywności fizycznej podczas lekcji wychowania fizycznego pomimo braku zwolnienia. Jedna z moich respondentek napisała na ten temat następująco:

---

<sup>652</sup> Różne analizy wskazują, że nawet 30% uczniów szkół ponadpodstawowych może być zwolniona z lekcji wychowania fizycznego. Por.: Woynarowska, B., Mazur, J., Oblacińska, A., Uczestnictwo uczniów w lekcjach wychowania fizycznego w szkołach w Polsce, Hygea Public Health, nr 50, 2015; Jastrzębska J., Absencja na lekcjach wychowania fizycznego wśród uczniów klas licealnych (w:) Kowalska E.J. i inni (red.), Współczesne problemy kultury fizycznej i zdrowotnej, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2022; Kontrole NIK wykazały, że w przypadku liceów odsetek ten sięga 30 procent. Por.: NIK o wychowaniu fizycznym w szkołach, Najwyższa Izba Kontroli, <https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/nik-o-wychowaniu-fizycznym-w-szkolach-2013.html>, dostęp z dnia: 2.06.2024, godz. 16:21.

<sup>653</sup> Por. Obwieszczenie Ministra Edukacji i Nauki z dnia 10 listopada 2023 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz.U. 2023 poz. 2572).

*„Unikam WF-u. Jak tylko mogę, to chowam się w szatni. Wychodzę do toalety i długo nie wracam. Czekam tylko na koniec lekcji. Czasami mówię, że boli mnie brzuch czy coś w tym stylu.” (uczennica, 16 lat, kwestionariusz ankiety nr 450).*

Można powiedzieć, że rysuje się tutaj poważny problem społeczny, z którym nie potrafią sobie poradzić kolejni Ministrowie Edukacji.

Niektórzy nauczyciele wychowania fizycznego planują także aktywności dla uczniów, którzy nie mogą w pełni wziąć udziału w ich lekcji. Uczniowie ci mogą np. grać w szachy, piłkarzyki lub tenisa stołowego (tenis stołowy jest do tego wykorzystywany najczęściej). Moje badania wykazały, że tenis stołowy jest piątą najczęściej podejmowaną aktywnością przez uczniów szkół ponadpodstawowych. Wielu uczniów zaznaczało, że gra w tenisa stołowego wtedy, gdy nie może np. biegać lub skakać. Jedna z uczennic liceum, w wypełnianym przez siebie kwestionariuszu ankiety, wpisała:

*„Często gramy w ping-ponga. Jak źle się czuję albo zgłaszam niedyspozycję, to gram w ping-ponga. W naszej sali zawsze stoją dwa lub trzy stoły pod trybunami. Jak reszta gra w kosza lub siatkówkę, to ja z koleżankami gram w ping-ponga.” (uczennica, 17 lat, kwestionariusz ankiety nr 759).*

Można założyć, że działania te pozwalają na aktywizację niektórych uczniów. Dzięki nim nie siedzą beczynnie przez całą lekcję na drewnianej ławce gimnastycznej, tylko podejmują aktywności, które są lepiej dostosowane do ich aktualnych możliwości.

Celem wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej jest wspieranie wszechstronnego rozwoju ucznia (fizycznego, psychicznego, intelektualnego, emocjonalnego i społecznego) oraz utrwalanie nawyku uczestnictwa w aktywności fizycznej dla zdrowia i utrzymania sprawności fizycznej przez całe życie.<sup>654</sup> Oznacza to, że lekcje wychowania fizycznego powinny uzmysławiać uczniom korzyści płynące z aktywności fizycznej; powinny pokazywać różne formy aktywności fizycznej oraz powinny te aktywności realizować w taki sposób, aby zachęcić uczniów do uczestnictwa w nich (zarówno w szkole, jak i poza nią). Jedną

---

<sup>654</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 stycznia 2018 r. w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia (Dz.U. 2018 poz. 467); Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 26 lipca 2018 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej (Dz.U. 2018 poz. 1679).

z głównych form tak rozumianej aktywności fizycznej jest oczywiście sport. Lekcje wychowania fizycznego powinny więc zachęcać młodych ludzi do tego, aby uprawiali jakiś sport.

Aby ustalić, czy szkolne wychowanie fizyczne podniosło umiejętności sportowe uczniów i zachęciło ich do uprawiania jakiejś dyscypliny sportowej, postawiłem przed sobą pytanie, w jakim stopniu lekcje wychowania fizycznego rozbudziły zainteresowania sportowe uczniów. Z kolei moim respondentom zadałem pytanie o to, na ile lekcje wychowania fizycznego zachęciły ich do uprawiania sportu i podniosły ich umiejętności sportowe. Otrzymane wyniki przedstawiają tabele nr 29 i 30.

**Tabela nr 29. Stopień, w jakim lekcje wychowania fizycznego rozbudziły zainteresowania sportowe uczniów (z uwzględnieniem płci)**

**N = 1050**

Stopień rozbudzenia zainteresowań sportowych	Ogółem		Dziewczęta		Chłopcy	
	D.b.	%	D.b.	%	D.b.	%
w bardzo dużym stopniu	48	5%	12	2%	36	7%
w dużym stopniu	90	9%	36	7%	54	10%
częściowo	393	37%	171	33%	222	41%
w małym stopniu	156	15%	75	15%	81	15%
w bardzo małym stopniu	240	23%	150	29%	90	17%
trudno powiedzieć	108	10%	66	13%	42	8%
brak odpowiedzi	15	1%	3	1%	12	2%
<b>Suma</b>	<b>1050</b>	<b>100%</b>	<b>513</b>	<b>100%</b>	<b>537</b>	<b>100%</b>

Źródło: badania własne

**Tabela nr 30. Stopień, w jakim lekcje wychowania fizycznego rozbudziły zainteresowania sportowe uczniów (z uwzględnieniem rodzaju szkoły)**

**N = 1050**

Stopień rozbudzenia zainteresowań sportowych	Ogółem		Liceum		Technikum		Szkoła branżowa	
	D.b.	%	D.b.	%	D.b.	%	D.b.	%
w bardzo dużym stopniu	48	5%	33	8%	12	3%	3	1%
w dużym stopniu	90	9%	45	10%	21	6%	24	9%
częściowo	393	37%	165	38%	138	40%	87	32%
w małym stopniu	156	15%	66	15%	45	13%	45	17%
w bardzo małym stopniu	240	23%	89	21%	80	23%	71	26%
trudno powiedzieć	108	10%	24	6%	45	13%	39	14%
brak odpowiedzi	15	1%	9	2%	6	2%	0	0%
<b>Suma</b>	<b>1050</b>	<b>100%</b>	<b>431</b>	<b>100%</b>	<b>347</b>	<b>100%</b>	<b>269</b>	<b>100%</b>

Źródło: badania własne



Analizując wyniki badań można dojść do wniosku, że w opinii uczniów szkół ponadpodstawowych lekcje wychowania fizycznego raczej nie rozbudziły ich zainteresowania sportem. Tylko niewielki odsetek młodzieży dostrzega pozytywny wpływ lekcji wf. w podnoszeniu ich umiejętności sportowych i w rozbudzaniu ich zainteresowania sportem. Z kolei znaczna część młodzieży uważa, że lekcje te miały mały lub bardzo mały wpływ na jej zainteresowania sportowe.

Wyniki badań, które referowałem w poprzednim rozdziale pokazują, że większość młodych ludzi swoje pierwsze doświadczenia sportowe miała jeszcze przed rozpoczęciem nauki w szkole ponadpodstawowej. Można przypuszczać, że uczniowie ci znają już swoje możliwości fizyczne, mają już swoje ulubione dyscypliny sportowe, a sam sport uprawiają w grupach rówieśniczych, w klubach sportowych lub w środowisku rodzinnym. Moje badania pokazały również, że w ramach lekcji wychowania fizycznego uczniowie nie poznają nowych dyscyplin sportowych, tylko uprawiają te, które dobrze znają (także z poprzednich etapów edukacyjnych). Znacząco zmniejsza to szansę na zainteresowanie sportem uczniów, którzy do tej pory nie odkryli w sobie sportowych pasji.

Choć lekcje wychowania fizycznego w dużej mierze wypełnione są sportem, to uczniowie odpowiadali, że nie podniosły one ich umiejętności sportowych, ani nie rozbudziły zainteresowania sportem i nie zachęciły do uprawiania sportu. Prowadzi to do wniosku, że uczniowie krytycznie oceniają wychowanie fizyczne w szkole. Można założyć, że lekcje wychowania fizycznego w małym stopniu rozwijają sportowo tych, którzy już interesują się sportem oraz nie zarażają pasją do sportu tych, którzy jeszcze się sportem nie zainteresowali. Dla przykładu przytoczę wypowiedzi młodych ludzi na ten temat:

*„Lubię wf., ale z takim prawdziwym sportem to on ma niewiele wspólnego. Właściwie to podczas lekcji ciężko pokazać, że jest się w czymś dobrym. Jak jedziemy na jakieś zawody sportowe, to co innego. Na co dzień biegam i gram w piłkę nożną. A w szkole w ogóle nie gramy w piłkę. A dłuższe biegi to były chyba tylko raz.” (uczeń, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 10).*

*„Nie przepadam za sportem. Nie przepadam też za WF-em. Nudzę się. Jak mogę, to nie ćwiczę. Nie lubię przebierać się w dres. A potem jeszcze wszyscy wracają spoceni do klasy.” (uczennica, 20 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 18).*

*„Bardziej mnie zniechęcił. Wf. to najgorsze lekcje w tygodniu. Koszmar! Nie każdy lubi rywalizację. To powinna być bardziej zabawa.” (uczennica, 16 lat, kwestionariusz ankiety nr 409).*

Jak się okazuje, uczniowie liceum w największym stopniu uznają pozytywny wpływ lekcji wychowania fizycznego na swoje zainteresowanie sportem. Prawie dwukrotnie częściej, niż ich rówieśnicy z techników i szkół branżowych odpowiadali, że szkolny wf. w dużym lub bardzo dużym stopniu rozbudza ich pasję sportowe. Lekcje wychowania fizycznego w większym stopniu rozbudziły też zainteresowania sportem chłopców, niż dziewcząt. Chłopcy prawie dwukrotnie częściej od swoich koleżanek odpowiadali, że lekcje wf. zachęciły ich do sportu. Można założyć, że ma to związek z tym, że chłopcy są ogólnie bardziej zaangażowani w sport. Nie dziwi więc, że dość tradycyjna oferta sportowa bardziej odpowiada męskiej części środowiska uczniowskiego.

Powszechnie przyjęło się, że sport może rozwijać pewność siebie, może budować poczucie wspólnoty, może uczyć pracy w zespole czy też rozwijać dyscyplinę i poszanowanie dla zasad fair play. Uprawianie sportu w młodości może też budować pozytywne nawyki, które sprzyjają zachowaniu zdrowego stylu życia w późniejszych latach. Sport powinien więc towarzyszyć młodzieży we wszystkich środowiskach jej życia. Powinien on więc być obecny także w szkole, czyli ważnym środowisku socjalizacyjnym i jednocześnie miejscu, w którym młodzi ludzie spędzają znaczną ilość swojego czasu. Obecność ta nie powinna ograniczać się jedynie do lekcji wf. Uczniowie powinni mieć możliwość zaangażowania się w sportowe zajęcia pozalekcyjne, brać udział w międzyszkolnych zawodach sportowych, czy też móc skorzystać po lekcjach ze szkolnej infrastruktury sportowej. Możliwości zaangażowania młodzieży w sport w szkole są zróżnicowane i zależne m.in. od bazy lokalowej szkoły, zaangażowania dyrekcji i nauczycieli, czy też zainteresowania sportem samych młodych ludzi i ich rodziców. Aby zbadać te kwestie, zapytałem moich respondentów o to, w jaki sposób mogą w szkole angażować się w sport. Otrzymane odpowiedzi przedstawia tabela nr 31.

Jak pokazują dane zawarte w tabeli nr 31, zdecydowana większość młodych ludzi ma możliwość podejmowania niektórych aktywności sportowych podczas lekcji wychowania fizycznego. Na lekcjach tych najczęściej gra się w siatkówkę, piłkę nożną, koszykówkę, piłkę ręczną, tenisa stołowego oraz biega i uprawia różne konkurencje lekkoatletyczne. Aby lekcje wychowania fizycznego służyły podnoszeniu aktywności sportowej młodzieży i rozwijały jej zainteresowanie sportem (także w czasie wolnym), powinny odpowiadać potrzebom młodych ludzi i nie mogą ignorować ich potrzeb rozwojowych. O to, na ile szkoła umożliwi uczniom

podejmowanie aktywności sportowej, zapytałem także moich respondentów w ankiecie. Zestawienie ich odpowiedzi przedstawiam w tabeli nr 31.

Analizując wyniki badań można dojść do wniosku, że szkoła nie stwarza uczniom dogodnych możliwości, ani nie zachęca do uprawiania aktywności sportowej. Wielu uczniów nie wie nawet, czy w ich szkole organizowane są sportowe zajęcia pozalekcyjne. Można domniemywać, że w ich szkołach albo takie zajęcia nie są prowadzone, albo (co jest bardziej prawdopodobne) są słabo nagłaśniane i informacja o nich dociera tylko do najbardziej zainteresowanych.

**Tabela nr 31. Możliwości uprawiania aktywności sportowej w szkole, jakie mają uczniowie  
N = 1050**

	Tak		Nie		Nie wiem		Brak odp.	
Możliwości zaangażowania w sport w szkole	D.b.	%	D.b.	%	D.b.	%	D.b.	%
spot jest uprawiany podczas lekcji wf.	951	91%	24	2%	57	5%	18	2%
sport jest uprawiany na zajęciach pozalekcyjnych	420	40%	141	13%	471	45%	18	2%
organizowane są sportowe zawody międzyklasowe	396	38%	210	20%	429	41%	15	1%
szkoła bierze udział w międzyszkolnych zawodach sportowych	615	59%	108	10%	309	29%	18	2%
podczas lekcji wf. boisko sportowe i/lub sala gimnastyczna jest przeznaczona tylko dla jednej klasy	318	30%	588	56%	129	12%	15	1%
lekcje wf. odbywają się na korytarzach i w innych niedostosowanych do tego miejscach	93	9%	831	79%	108	10%	18	2%
uczniowie mogą skorzystać z sali gimnastycznej po lekcjach	171	16%	345	33%	516	49%	18	2%
uczniowie mogą skorzystać z boisk sportowych po lekcjach	669	64%	135	13%	228	22%	18	2%
uczniowie mogą skorzystać z boiska sportowego podczas przerw	402	38%	339	32%	294	28%	15	1%
uczniowie mogą skorzystać z sali gimnastycznej podczas przerw	78	7%	579	55%	375	36%	18	2%
w szkole brakuje sprzętu sportowego	138	13%	384	37%	495	47%	33	3%
uczniowie mogą skorzystać ze szkolnego sprzętu sportowego podczas przerw	78	7%	492	47%	399	38%	81	8%

Źródło: badania własne

Należy dodać, że uczniowie za pozalekcyjną ofertę sportową szkoły uznawali większość inicjatyw, które są podejmowane w ich szkołach lub przez ich nauczycieli. Zaliczali do niej odpłatne zajęcia sportowe organizowane przez firmy wynajmujące sale i boiska sportowe w ich szkole czy też zajęcia prowadzone przez ich nauczycieli, nawet jeśli były organizowane w ramach klubów sportowych, które działają przy innych szkołach. Uczniowie zwykle nie

potrafili opisać dokładnej formy organizacyjnej pozalekcyjnych zajęć sportowych w ich szkole. Zwykle opisywali je jako zajęcia w ramach SKS. Dla młodych ludzi liczy się więc głównie to, jakie zajęcia są oferowane i jaka jest ich dostępność.

Moje badania wykazały, że w części szkół uczniowie mogą wziąć udział w zawodach sportowych. Młodzi ludzie wiedzą, że ich szkoły biorą udział w zawodach międzyszkolnych oraz że w ich szkołach organizowane są zawody międzyklasowe. Przeszło połowa młodzieży uważa jednak, że w jej szkole nie są organizowane sportowe zawody międzyklasowe lub nic o nich nie wie. Można przypuszczać, że w szkołach tych zawody międzyklasowe nie są organizowane. Są to przecież zawody, które mocno angażują życie klasy (część uczniów bierze w nich udział, a pozostali zwykle im dopingują) i, jeśli się odbywają, nie pozostają niezauważone. Okazuje się też, że bardziej popularne są zawody międzyszkolne (przeszło połowa młodych ludzi uważa, że ich szkoły biorą w nich udział). Można więc założyć, że część szkół bierze udział w tego typu rywalizacji, jednak same nie organizują żadnych sportowych zmagania.

W niektórych szkołach ponadpodstawowych lekcje wychowania fizycznego odbywają się na korytarzach i w innych niedostosowanych do tego miejscach. Prawie co dziesiąty uczeń uczestniczy w lekcjach, które są prowadzone w takich warunkach. W szkołach brakuje także sal gimnastycznych. Są one często wykorzystywane przez więcej, niż jedną klasę jednocześnie. Oto dwie wypowiedzi uczniów na ten temat:

*„Aby zachęcić kogokolwiek do sportu, należy stworzyć lepsze warunki. Wf. mamy zwykle z inną klasą. Jesteśmy razem z nimi w szatni i razem w sali gimnastycznej. W szatni jest ciasno i często dochodzi do kłótni. Zwłaszcza jak gramy ze sobą w koszykówkę lub zbijaka. Jak są dwie klasy w sali, to rozwieszają w połowie siatkę. Ale i tak widać, co robią po drugiej stronie, jest głośno i często piłki przelatują na drugą stronę.” (uczeń, 15 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 26).*

*„Na każdym WF-ie są dwie lub trzy klasy. Mamy dwie sale, ale i tak często jesteśmy w jednej sali. Najczęściej, jak zimą przecieka w jednej dach. Jak mamy do dyspozycji pół sali, to już w nic fajnego nie można pograć. Nauczyciel czasami zabiera na do takiej malej sali w piwnicy. Nazywamy ją „szczurówka”. Jesteśmy tam sami, ale nazwa nie jest przypadkowa. Jest tam ciemno i brudno.” (uczennica, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 20).*

Można zauważyć, że nauczyciele, starając się rozwiązać problem zbyt licznych grup w jednej sali gimnastycznej, dzielą sale na mniejsze części, stosując do tego specjalne kotary i parawany lub organizują rozgrywki międzyklasowe. Sposobem na zmniejszenie liczby uczniów w jednej sali gimnastycznej jest też organizacja zajęć na łonie natury. Moje badania wykazały jednak, że lekcje wychowania fizycznego w tej formie organizowane są bardzo rzadko.

Część młodzieży zauważyła też, że w szkołach brakuje podstawowego sprzętu sportowego (nie ma go wcale lub jest zniszczony). Moje badania wykazały, że w szkołach ponadpodstawowych brakuje: sprzętu do tenisa stołowego, piłek do koszykówki, kijków do nordic walking, piłek do piłki nożnej, materaców, karimat, sprzętu lekkoatletycznego, sprzętu do siłowni, bieżni itd. Zdecydowanie najczęściej brakuje piłeczek do tenisa stołowego, czyli sprzętu, który nie jest drogi, jednak niszczy się lub gubi dość szybko, a utrzymanie jego odpowiedniego stanu wymaga dobrego planowania oraz zaangażowania ze strony nauczyciela wf.

Dane przedstawione w tabeli nr 31 pokazują, że młodzież uważa, że szkolny sprzęt i infrastruktura sportowa jest dla niej w dużej mierze niedostępna po lekcjach oraz w czasie przerw. Okazuje się, że o ile boiska sportowe są dla młodych ludzi zwykle dostępne po lekcjach, to uprawianie sportu w salach gimnastycznych w tych godzinach jest prawie niemożliwe. Ograniczenia te są jeszcze bardziej zauważalne w przypadku przerw między lekcjami. Tylko około co trzeci uczeń uważa, że w czasie przerw może skorzystać z boiska sportowego. Z kolei sale gimnastyczne i sprzęt sportowy są wtedy dla młodych ludzi prawie wcale niedostępne. Można zakładać, że ograniczenia te w znacznym stopniu wpływają na poziom aktywności sportowej młodzieży (też w czasie wolnym). Jeden z uczniów, który uprawia dużo sportu, wypowiedział się na ten temat następująco:

*„Wszyscy mówią o tym, że nikt nie chce uprawiać sportu i że boiska stoją puste, ale ja tak tego nie widzę. Właściwie u nas w mieście nie ma gdzie trenować. Hale sportowe są właściwie niedostępne. Nie tylko w mojej szkole, ale też w innych. W niektórych stoją zamknięte. Często trenują w nich też kluby sportowe, albo są wynajmowane za pieniądze. Podobnie jest z Orlikami. Po południu są wynajmowane przez szkoły piłkarskie i inne grupy. Jak chce się pokopać, to trzeba jeździć po mieście i szukać wolnego boiska. Albo trzeba rezerwować, ale to też nie jest takie łatwe.” (uczeń, 16 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 10).*

Po tym, jak opisałem, jakie możliwości zaangażowania się w sport mają uczniowie, w tym co uczniowie robią podczas zajęć wychowania fizycznego, przedstawię, jakie oczekiwania ma młodzież w zakresie oferty sportowej szkoły. Aby to ustalić, respondentom w ankiecie zadałem pytanie, co szkoła mogłaby zrobić, aby umożliwić lub ułatwić uczniom uprawianie sportu. Otrzymane odpowiedzi przedstawia tabela nr 32.

**Tabela nr 32. Oczekiwania młodzieży w zakresie oferty sportowej szkoły**  
**N = 1050**

Oczekiwania młodzieży w zakresie oferty sportowej szkoły	Liczba odp.	%
zapewnienie lepszego sprzętu sportowego	213	20%
uwzględnianie potrzeb uczniów w czasie lekcji wf.	153	15%
poprawa warunków organizacyjnych lekcji wf.	141	13%
uatrakcyjnienie lekcji wf.	138	13%
zachęcanie i motywowanie do sportu	132	13%
tworzenie dobrej atmosfery przez nauczyciela podczas lekcji wf.	117	11%
organizowanie dodatkowych zajęć sportowych	114	11%
organizowanie zawodów sportowych	69	7%
wyrozumiałe i akceptujące podejście nauczyciela wf.	69	7%
traktowanie lekcji wychowania fizycznego mniej formalnie	66	6%
udostępnianie sal i sprzętu sportowego w czasie przerw i po lekcjach	63	6%
Inne	55	5%
brak odpowiedzi	375	36%

Źródło: badania własne

Szczegółowa analiza danych pozwala na pogrupowanie oczekiwań młodych ludzi w zakresie oferty sportowej szkoły w cztery kategorie. Pierwsza z nich związana jest z podejściem do wychowania fizycznego w szkole. Okazało się, że młodzież chciałaby, aby lekcje wf. były inaczej organizowane i inaczej traktowane, niż obecnie. Wielu młodych ludzi oczekuje, aby nauczyciele brali pod uwagę potrzeby uczniów. Oczekują oni, żeby nauczyciele pytali uczniów, co chcą robić podczas lekcji wf., żeby pozwolili im uprawiać ulubione sporty (sporty, które są dla nich przyjemne i które dają im radość). Młodzież oczekuje, żeby nauczyciele nie zmuszali ich do aktywności, których nie lubi. Chce, aby brać pod uwagę jej zainteresowania. Uczniowie uważają, że nauczyciele powinni zaufać młodzieży. Jedna z ankietowanych napisała:

*„Nauczyciele powinni dostosować lekcje wychowania fizycznego do preferencji uczniów. Powinni zapytać uczniów, co chcą robić i powinni im zaufać.” (uczennica, 16 lat, kwestionariusz ankiety nr 273).*

Z postulatem tym wiąże się kolejny, który dotyczy uatrakcyjnienia lekcji wychowania fizycznego.

Młodzież oczekuje, aby lekcje wychowania fizycznego były w większym stopniu wypełnione sportem (lub żeby sama rywalizacja sportowa stanowiła większą – niż obecnie – część lekcji). Oczekuje też, żeby lekcje były bardziej urozmaiczone. Proponuje uprawianie na lekcjach wychowania fizycznego mniej popularnych sportów. Chce organizacji lekcji na łonie natury. Część młodych ludzi uważa, że w ramach lekcji wychowania fizycznego mogą odbywać się wyjścia na mecze oraz do innych miejsc związanych ze sportem np. do kina na filmy sportowe lub do muzeum na wystawy związane ze sportem. Kilku badanych napisało też, że w czasie lekcji wychowania fizycznego powinno się dziać cokolwiek innego, niż tylko „przesiadanie na telefonie”.

Uczniowie chcieliby też, aby lekcje wychowania fizycznego traktować mniej formalnie. Oczekują, żeby wf. w większym stopniu traktować, jak zabawę. Chcą, aby podczas lekcji było mniej rywalizacji, aby nie porównywać wyników gorszych i lepszych uczniów oraz żeby brać pod uwagę chęci, a nie tylko umiejętności i wyniki. Można więc powiedzieć, że uczniowie oczekują, że lekcje wychowania fizycznego będą źródłem przyjemności związanej z ulubionym sportem, a nie presji i stresu wynikających z uczestnictwa w teście ich fizycznych możliwości. Oto wypowiedzi uczniów na ten temat:

*„Chciałabym, żeby na wf. było mniej spiny. Autentycznie stresują mnie te lekcje. Nie przepadam za sportem i w ogóle, ale wf. to już przesada. We wszystkim wypadam słabo. Ciągle porównuje się gorszych do lepszych. Miało być chyba tak, że liczą się starania, a nie wynik? A tu ciągle jakieś biegi na czas, skoki na ocenę, wymyki, stanie na głowie. Nie przepadam za tym.” (uczennica, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 21)*

*„Lubię grać w piłkę, ale w szkole [na lekcjach wychowania fizycznego] prawie tego nie robimy. A nawet, jak w coś gramy, to jest to tylko jakieś 15 minut na jednej lekcji. A tak... to są rozgrzewki, jakieś sprawdziany, ćwiczenia. Po co komu te oceny z wf? Lepiej by było móc pójść na wf., żeby się wyżyć. Pograć w to, co lubimy. Żeby się odstresować i naładować. Wiem, że to lekcja, jak każda inna i trzeba zrealizować jakiś program, ale chyba nie o to chodzi, żeby wf. był nudny, jak matematyka.” (uczeń, 17 lat, wywiad biograficzno-narracyjny nr 22)*

Druga kategoria uczniowskich oczekiwań w zakresie oferty sportowej szkoły dotyczy nauczycieli wychowania fizycznego. Uczniowie oczekują, że będą oni tworzyli dobrą atmosferę podczas lekcji wf. (lekcji, które dla części uczniów są źródłem stresu) oraz że będą dla uczniów bardziej wyrozumiali i akceptujący. Według nich, nauczyciele powinni umieć „dogadać się z uczniami”, powinni mieć dobre podejście do całej grupy, w tym do uczniów mniej usportowionych. Nauczyciele powinni umieć zachęcać i motywować uczniów do uprawiania sportu. Uczniowie chcą, aby nauczyciele ich nie krytykowali i nie faworyzowali nikogo. Powinni umieć też wytłumaczyć, jak wykonać dane ćwiczenie (w tym pokazać, jak to zrobić) i dlaczego warto je wykonać. Można powiedzieć, że uczniowie oczekują, aby ich przedmiotowi nauczyciele wykazywali się dobrym przygotowaniem pedagogicznym (nauczyciele wychowania fizycznego powinni być przygotowani do pracy z uczniem nie tylko merytorycznie, ale powinni też legitymizować się rozległą wiedzą, umiejętnościami i kompetencjami psychologiczno-pedagogicznymi).

Trzecią grupę tworzą oczekiwania związane ze szkolną infrastrukturą sportową. Młodzi ludzie chcieliby, aby szkoła zapewniła im lepsze warunki uprawiania sportu, w tym poprawiła warunki organizacyjne lekcji wf. oraz że będą mogli wykorzystywać sprzęt sportowy i sale gimnastyczne podczas przerw i po lekcjach. Stwierdzili oni, że szkolny sprzęt sportowy jest często zniszczony, przestarzały i niskiej jakości. Uczniowie uważają, że zdarza się, że lekcje wychowania fizycznego odbywają się w nieodpowiednich warunkach. Oznacza to, że muszą korzystać z małych, przepełnionych szatni, że w salach gimnastycznych przebywa zbyt dużo osób, a same sale wymagają remontu (np. z powodu przeciekającego dachu). Nie mogą też skorzystać z prysznic po lekcji wf., ponieważ często brakuje ciepłej wody lub nie mają wystarczająco dużo czasu na kąpiel. Uczennica liceum wypowiedziała się na ten temat następująco:

*„Wf. mamy na początku dnia lub w środku. Nie ma nawet czasu, żeby wziąć prysznic. Na całą grupę są tylko dwa prysznice. Często nie ma ciepłej wody. W jednej szatni wisi kartka, że jest awaria bojlera. Od dwóch lat tam wisi. Dlatego niektórzy nie chcą ćwiczyć.” (uczennica, 17 lat, kwestionariusz ankiety nr 150).*

Ostatnią grupę tworzą oczekiwania związane ze sportowymi zajęciami pozalekcyjnymi. Część uczniów chciałaby, aby w szkołach organizowano więcej sportowych zajęć dodatkowych oraz żeby szkoły w większym stopniu uczestniczyły w różnych zawodach sportowych. Uczniowie uważają, że oferta Szkolnych Klubów Sportowych jest uboga, a zajęcia odbywają



się w mało dogodnych godzinach. Młodzież chciałaby też, aby w szkołach odbywało się więcej sportowych zawodów międzyklasowych.

Podsumowując, można powiedzieć, że oferta sportowa szkoły jest uboga i wymaga rozszerzenia oraz wielu korekt, które zbliżą ją do aktualnych zainteresowań i potrzeb uczniów. Ważną część tej oferty stanowią lekcje wychowania fizycznego. Są one w dużej mierze wypełnione aktywnością sportową, jednak dobór dyscyplin sportowych nie do końca spełnia oczekiwania młodzieży, a same lekcje wychowania fizycznego nie rozbudziły jej zainteresowań sportowych.

Badania wykazały, że młodzież słabo zna sportową ofertę pozalekcyjną szkoły. W części szkół uczniowie mogą brać udział w międzyklasowych oraz międzyszkolnych zawodach sportowych. Są jednak szkoły, w których jest to niemożliwe.

Okazało się, że w niektórych szkołach lekcje wychowania fizycznego odbywają się w miejscach do tego niedostosowanych (np. na szkolnych korytarzach). Część młodzieży zauważa też, że w ich szkole brakuje podstawowego sprzętu sportowego. Znacznym ograniczeniem aktywności sportowej młodzieży jest też utrudniony dostęp do szkolnej infrastruktury sportowej i sprzętu sportowego (zwłaszcza w czasie przerw i po lekcjach).

Młodzi ludzie formułują szereg oczekiwań związanych z ofertą sportową szkoły. Uczniowie oczekują, że lekcje wychowania fizycznego będą mniej formalne i będą uwzględniały w większym stopniu ich potrzeby. Uczniowie chcą także, aby nauczyciele tworzyli lepszą atmosferę podczas lekcji wf. i byli dla nich bardziej wyrozumiali. Młodzież oczekuje także poprawy szkolnej infrastruktury sportowej oraz większego dostępu do szkolnego sprzętu sportowego (także w czasie wolnym). Część młodych ludzi chciałaby też, aby szkolna oferta sportowa była bogatsza i lepiej dostosowana do potrzeb uczniów.

\*

W niniejszym rozdziale opisałem środowiskowe uwarunkowania aktywności sportowej młodzieży. Po pierwsze skupiłem się na formach i poziomach aktywności sportowej młodzieży w grupach rówieśniczych. Okazało się, że sport pojawia się w grupach rówieśniczych w przynajmniej dużym stopniu. W grupach rówieśniczych uprawiane są głównie sporty zespołowe np. piłka nożna, siatkówka i koszykówka. Do popularnych aktywności ruchowych w grupach rówieśniczych należy też jazda rowerem, pływanie oraz gra w tenisa stołowego.

Uprawianie różnych aktywności sportowych w grupie jest też sposobem wspólnego spędzania czasu wolnego np. poprzez wyjście na lodowisko lub wyjazd nad jezioro.

Grupy rówieśnicze dostarczają też swoim członkom licznych wzorów zachowań sportowych. Są to zarówno wzory pośredniego, jak i bezpośredniego uczestnictwa w sporcie. Do wzorów pośredniego uczestnictwa w sporcie można zaliczyć kibicowanie na stadionie i przed ekranem telewizora oraz organizowanie sportu, a do wzorów bezpośredniego uczestnictwa amatorskie i zawodnicze uprawianie sportu (związane zwłaszcza z sukcesami sportowymi).

Po drugie chciałem ustalić formy zainteresowania sportem i sposoby ich zaspokajania w środowisku rodzinnym młodzieży. Moje badania wykazały, że według młodych ludzi sport w ich rodzinach występuje w małym stopniu. Sport w środowisku rodzinnym pojawia się zarówno w formie uprawiania jakiejś dyscypliny sportowej, jak i uczestnictwa w sporcie uprawianym przez kogoś innego np. poprzez kibicowanie. Okazało się, że to ojcowie są najbardziej zaangażowani w sport (zarówno w sposób bezpośredni, jak i pośredni). Także ojcowie najczęściej zachęcali młodych ludzi do uprawiania sportu. Aktywności sportowe, które są podejmowane w rodzinach przybierają często postać zabawy. W przypadku dość wielu rodzin sport jednak nie pojawia się wcale.

Po trzecie chciałem zbadać rolę szkoły w podnoszeniu aktywności sportowej młodzieży. Badania wykazały, że młodzież dostrzega liczne niedostatki w szkolnej ofercie sportowej i formułuje wobec szkoły szereg oczekiwań w tym zakresie. Okazało się, że młodzi ludzie nie dostrzegają pozytywnego wpływu lekcji wychowania fizycznego na ich sportowe zainteresowania. Młodzież uważa, że lekcje te są zwykle mocno sformalizowane oraz niedostosowane do jej potrzeb i oczekiwań. Można przypuszczać, że między innymi z tego powodu przeszło co dziesiąty młody człowiek nie bierze czynnego udziału w lekcjach wf. Uczniowie oczekują, że lekcje wychowania fizycznego będą mniej stresujące, a aktywności podejmowane w ramach tych lekcji będą w dużej mierze formą zabawy. Oczekują też zmiany podejścia nauczycieli np. chcą bardziej wyrozumiałego i akceptującego podejścia oraz tworzenia lepszej atmosfery. Według młodzieży lekcje wychowania fizycznego powinny być też prowadzone w lepszych warunkach organizacyjnych (dotyczy to zarówno infrastruktury sportowej, jak i sprzętu sportowego).

Wyniki badań pokazują, że młodzież słabo zna sportową ofertę zajęć pozalekcyjnych. Część młodych ludzi uważa, że w ich szkołach nie można brać udziału w sportowych zawodach międzyszkolnych i międzyklasowych. Okazało się też, że młodzież odczuwa ograniczenia

związane z możliwością wykorzystania boisk, sal gimnastycznych i sprzętu sportowego po lekcjach oraz w czasie przerw.

## **Podsumowanie i wnioski**

Nie ulega wątpliwości, że młodzi ludzie potrzebują czasu wolnego. Pełni on bowiem ważne funkcje w ich życiu. Są one związane z potrzebami, które mogą być z powodzeniem zaspokojone w czasie wolnym. Można tu wymienić takie potrzeby, jak: samostanowienia, podmiotowości, niezależności, relaksu, odpoczynku, wytchnienia, regeneracji, rozrywki, braku przymusu, afiliacji czy też uznania. Młodzież realizuje te potrzeby poprzez różne czynności podejmowane w czasie wolnym. Czas wolny jest więc okazją do spotkań ze znajomymi, czy też szansą na relaks i rozrywkę po męczącym i/lub nużącym dniu wypełnionym różnymi obowiązkami.

Skutki wynikające z posiadania czasu wolnego mogą jednak (i powinny) wykraczać poza cele stawiane sobie przez jednostkę. Czas wolny może służyć nie tylko dobru jednostki, ale też pożytkowi ogólnemu. Można więc powiedzieć, że czas wolny może pełnić szereg ważnych funkcji społecznych. To, czy będą one realizowane, zależy od rodzaju aktywności, które czas wolny wypełnią. Niestety, sposób, w jaki czas wolny młodzieży jest wypełniany, często uniemożliwia ich realizację.

Chcąc dowiedzieć się, czy i na ile sport jest dla młodzieży atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego, na ile młodzież angażuje się w sport oraz jaką rolę sport odgrywa w środowisku rodzinnym, rówieśniczym i szkolnym młodych ludzi, podjąłem badania nad rolą sportu w ich kulturze czasu wolnego. Uzyskane wyniki badań prowadzą do szeregu ważnych dla pedagogiki wniosków.

Jak pokazały moje badania, przeciętny dzień ucznia szkoły ponadpodstawowej wypełniony jest szeregiem różnych obowiązków. Najwięcej czasu młodym ludziom zajmują zajęcia związane z nauką w szkole. Przeznaczają na nie przeszło 9 godzin dziennie. Prawie 8 i pół godziny młodzież poświęca na sen oraz inne podstawowe potrzeby organizmu, a 2 godziny zajmują jej różne obowiązki domowe. Młodzi ludzie każdego dnia znajdują też średnio 4 godziny czasu wolnego. Jest to czas, którym mogą swobodnie dysponować i przeznaczać na dowolne, pozbawione przymusu aktywności.

Uczniowie w dużym stopniu wypełniają swój czas wolny różnymi zajęciami towarzyskimi oraz aktywnością fizyczną, niekiedy o charakterze sportowym. Młodzież zajmuje się sportem zarówno czynnie, jak też biernie. Oznacza to, że zarówno uprawia jakieś aktywności sportowe, jak i śledzi wyniki ulubionych sportowców i zespołów, kibicuje im na stadionach i przed ekranem telewizora. Dużą część czasu wolnego zajmuje młodym ludziom odpoczynek bierny oraz korzystanie z nowych mediów.

Okazało się, że młodzież często korzysta z telefonów, komputerów i innych urządzeń podłączonych do Internetu. Czas wolny młodym ludziom wypełnia więc przeglądanie portali społecznościowych, oglądanie krótkich filmów, korzystanie z serwisów streamingowych, granie w gry komputerowe, czy też korzystanie z komunikatorów internetowych. Nowe media są dla młodych ludzi źródłem informacji, zapewniają rozrywkę, jak też pomagają w komunikacji.

Spotkania towarzyskie, aktywność sportowa oraz wykorzystanie nowych mediów należą nie tylko do najczęściej podejmowanych aktywności wolnoczasowych, ale są też dla młodych ludzi najbardziej atrakcyjne. Szczególnym upodobaniem cieszy się uprawianie rzadkich dyscyplin sportowych, granie w gry komputerowe oraz oglądanie seriali w Internecie.

Okazało się, że młodzi ludzie często odczuwają niedosyt w ilości czasu wolnego, jaki posiadają, jak też zauważają braki w sposobach jego spędzania. Chcieliby więcej podróżować oraz uprawiać mniej popularne sporty. Duża część młodzieży uważa, że ma za dużo obowiązków. Głównie tych związanych ze szkołą. W największym stopniu nadmiar obowiązków odczuwają uczniom liceów.

Moje badania wykazały, że zajęcia o charakterze sportowym są postrzegane przez młodzież jako atrakcyjna forma spędzania czasu wolnego. Zajęcia te w dużym stopniu czas wolny młodych ludzi wypełniają. Nie dotyczy to jednak wszystkich. Część młodych ludzi nie lubi sportu i się nim w nie zajmuje. Dotyczy to zwłaszcza dziewcząt, które rzadziej od chłopców uprawiają jakąś formę aktywności sportowej, jak i rzadziej interesują się sportem.

Sposób, w jaki młodzi ludzie angażują się biernie w sport (jako obserwatorzy wydarzeń sportowych), jest charakterystyczny dla współczesnej kultury czasu wolnego młodzieży. Młodzież śledzi wyniki sportowe w Internecie oraz kibicuje swoim ulubionym sportowcom i zespołom, korzystając przy tym z serwisów streamingowych. Rzadko kibicuje na stadionie. Nie czyta też prasy sportowej. Informacji sportowych poszukuje raczej w Internecie, w nim też śledzi przebieg wydarzeń sportowych.

Młodzi ludzie podejmują często aktywność o charakterze sportowym, która jest łatwo dostępna i która ma charakter rozrywkowy i nie wiąże się żadnymi specyficznymi wymaganiami. Są to różne aktywności rekreacyjne o charakterze ruchowym, które są podejmowane zwykle dla przyjemności. Są to różne gry zespołowe i jazda rowerem. Zdecydowanie rzadziej uprawiają uczniowie sport wyczynowo, pod okiem trenera lub instruktora w klubach sportowych lub innych instytucjach. Do najczęściej uprawianych sportów w ten sposób należy piłka nożna, taniec i ćwiczenia siłowe. Młodzież wybiera więc te

aktywności, które nie są poddawane kontroli, nie są odgórnie narzucone, nie wiążą się z przymusem i poczuciem obowiązku.

Moje badania wykazały, że choć większość młodych ludzi podejmuje jakąś aktywność ruchową, to połowa robi to jedynie dorywczo, a więc z reguły krótko i rzadko. Dotyczy to w większym stopniu dziewcząt, niż chłopców oraz w większym stopniu mieszkańców wsi, niż miast.

Głównymi motywami podejmowania aktywności sportowej przez młodych ludzi są dążenia do towarzyskich spotkań z rówieśnikami oraz chęć rozrywki i relaksu. Można przypuszczać, że z tego też względu dużą popularnością cieszą się sporty zespołowe i aktywności sportowe podejmowane poza klubami sportowymi, czyli takie, które w mniejszym stopniu nastawione są na możliwie doskonały wynik, a w większym na rozrywkę. Część uczniów szkół ponadpodstawowych do sportu motywuje też chęć osiągnięcia sukcesu oraz poprawa kondycji i stanu zdrowia.

W badaniach zmierzałem do ustalenia okoliczności, w jakich młodzież uprawia aktywność sportową w czasie wolnym. Okazało się, że młodzi ludzie najczęściej podejmują tę aktywność w miejscu zamieszkania (jeżdżą na rowerach stacjonarnych, gimnastykują się, uprawiają ćwiczenia siłowe itd.). Młodzi ludzie korzystają też z infrastruktury sportowej dostępnej w najbliższym środowisku. Wykorzystują głównie boiska sportowe (najczęściej Orliki) oraz siłownie. Okazuje się, że miejsca uprawiania sportu są dość zróżnicowane. Młodzież mieszkająca na wsi i w małych miastach częściej wybiera powszechnie dostępną infrastrukturę sportową (np. boiska sportowe), a młodzież zamieszkująca średnie i duże miasta uprawia sport w bardziej zróżnicowanych miejscach, korzystając z typowo miejskiej infrastruktury (np. boisk szkolnych, pływalni, lodowisk).

Okazuje się, że sport, podobnie jak inne aktywności wolnoczasowe, ma charakter towarzyski. Młodzi ludzie najczęściej uprawiają go wraz z rówieśnikami, zwykle w grupie. Zdarza się im jednak podejmować różne aktywności ruchowe indywidualnie. Zauważalne są tu jednak różnice pomiędzy dziewczętami, a chłopcami. Dziewczęta częściej od chłopców uprawiają sport indywidualnie (lub z członkami rodziny), a chłopcy częściej, niż dziewczęta, z rówieśnikami.

Młodzi ludzie uprawiają sport zwykle w godzinach popołudniowych, wieczornych oraz w weekendy, a więc w czasie wolnym od różnych obowiązków (najczęściej szkolnych). Badania wykazały, że tylko co trzeci uczeń szkoły ponadpodstawowej ma czas na uprawianie sportu w tygodniu, a tylko co drugi w weekendy. Jest to istotne ograniczenie aktywności fizycznej młodych ludzi.

Moje badania zmierzały też do opisanie środowiskowych uwarunkowań aktywności sportowej młodzieży. Skupiłem się na roli trzech środowisk, w których funkcjonują młodzi ludzie: grupie rówieśniczej, rodzinie oraz szkole.

Okazało się, że zajęcia o charakterze sportowym pojawiają się w grupach rówieśniczych w przynajmniej dużym stopniu. Są one też ważną częścią kultury grupowej. Różne aktywności ruchowe, które są podejmowane przez grupę, pozwalają zacieśniać więzi grupowe oraz utrzymywać normy i zwyczaje. Przykładem mogą być wspólne wyjazdy na łono natury lub wyjścia na lodowisko. W grupach rówieśniczych najczęściej uprawia się gry zespołowe (piłkę nożną, koszykówkę i siatkówkę) oraz gra w tenisa stołowego, pływa i jeździ rowerem.

Grupy rówieśnicze dostarczają swoim członkom licznych wzorów zachowań sportowych. Chodzi tu zarówno o wzory bezpośredniego, jak i pośredniego uczestnictwa w sporcie. Młodzi ludzie naśladują swoich kolegów i koleżanki, którzy uprawiają sport rekreacyjnie i zawodniczo oraz tych, którzy osiągają sukcesy w sporcie. Dla młodych ludzi wzorami są też ci członkowie grupy, którzy organizują różne zajęcia sportowe oraz są zagorzałymi kibicami. Nie dotyczy to jednak wszystkich grup. Można zauważyć, że w części grup sport nie pojawia się wcale. Można założyć, że członkowie tych grup mają w miarę jednorodny stosunek do sportu (najczęściej obojętny lub negatywny).

Usiłowałem także ustalić formy zainteresowania sportem i sposoby ich zaspokajania w środowisku rodzinnym młodzieży. Okazało się, że sport w rodzinach młodych ludzi występuje w stopniu małym. Członkowie rodzin podejmują głównie najpopularniejsze aktywności sportowe np. gra w piłkę nożną, jazda rowerem, bieganie. Oprócz tego, w rodzinach uprawia się też aktywność fizyczną, która w dużej mierze ma charakter zabawy. Można tutaj zaliczyć np. badminton, boule, biegi i różne gry z piłką. Są to aktywności, które z łatwością mogą być podejmowane przez osoby w różnym wieku. Formy aktywności sportowej w rodzinach różnią się jednak od tych, które są podejmowane w grupach rówieśniczych. W rodzinach bowiem uprawia się takie sporty, które są niemal nieobecne w młodzieżowych grupach rówieśniczych np. nordic walking, kręgle, boule, wędkarstwo.

Badania wykazały, że sportem w rodzinie zajmują się głównie mężczyźni. To ojcowie najczęściej uprawiają jakąś dyscyplinę sportową, oglądają sport w telewizji lub kibicują na stadionie. To oni też najczęściej zachęcali młodych ludzi do uprawiania sportu.

Trzecim opisywanym przeze mnie środowiskiem była szkoła. Zamierzałem ustalić rolę szkoły w podnoszeniu aktywności sportowej młodzieży. Badania wykazały, że młodzież dostrzega liczne niedostatki w szkolnej ofercie sportowej i formułuje wobec szkoły szereg oczekiwań w tym zakresie.

Młodzi ludzie krytycznie oceniają lekcje wychowania fizycznego, a przeszło co dziesiąty uczeń szkoły ponadpodstawowej nie bierze w nich czynnego udziału. Młodzi ludzie uważają, że lekcje wychowania fizycznego nie poprawiły ich poziomu sportowego oraz nie wpłynęły na ich ogólne zainteresowanie sportem. Uczniowie szkół ponadpodstawowych postulują szereg zmian w sposobie realizacji WF-u. Oczekują oni, że lekcje będą w mniejszym stopniu obciążone zakazami i różnymi ograniczeniami. Chcą też, aby lekcje były bardziej dostosowane do ich upodobań. Chcieliby też, aby wychowanie fizyczne było mniej stresujące, a podejmowane w ramach niego aktywności miały w większym stopniu charakter zabawy. Oczekują też zmiany w podejściu nauczycieli. Chcieliby, aby nauczyciel tworzył lepszą atmosferę, był bardziej wyrozumiały oraz bardziej angażował się w prowadzenie WF-u. Domagają się także lepszych warunków organizacyjnych lekcji, czyli lepszego dostępu do sal i boisk, sprawnego sprzętu sportowego, mniejszych grup, dostępu do szatni tylko dla jednej klasy, możliwości kąpieli po zajęciach.

Młodzież słabo zna sportową ofertę zajęć pozalekcyjnych swoich szkół. Połowa młodych ludzi nie wie, czy w ich szkołach są organizowane tego typu zajęcia. Można założyć, że w szkołach tych sportowe zajęcia dodatkowe są słabo nagłaśniane i informacja o nich dociera tylko do najbardziej zainteresowanych uczniów, albo nie są w ogóle organizowane. Część młodych ludzi uważa też, że w ich szkołach nie można brać udziału w sportowych zawodach międzyszkolnych i międzyklasowych.

Młodzież odczuwa też znaczne ograniczenia związane z możliwością wykorzystania boisk, sal gimnastycznych i sprzętu sportowego. Dotyczą one uprawiania sportu po lekcjach oraz w czasie przerw. O ile boiska są zwykle dostępne dla młodych ludzi po lekcjach, to korzystanie z sal gimnastycznych jest prawie niemożliwe. Jeszcze większe bariery pojawiają się, gdy młodzież chce uprawiać aktywność sportową w czasie przerw między lekcjami. Niedostępne są wtedy zarówno sale, jak i sprzęt sportowy (a w okresie jesienno-zimowym ograniczona jest także możliwość wyjścia na boisko).

Podsumowując, można powiedzieć, że aktywność sportowa jest uznawana przez większość młodych ludzi za atrakcyjną formę spędzania czasu wolnego. Uczestnictwo w niej stanowi ważny element kultury czasu wolnego młodzieży. Nie dotyczy to jednak ogółu młodych ludzi. Spora część w ogóle nie interesuje się sportem i nie uprawia go. Z kolei ci, którzy uprawiają jakąś aktywność sportową, robią to zwykle jedynie dorywczo, a więc rzadko i krótko. Dodatkowo, aktywność fizyczna młodzieży często nie spełnia wymagań, jakie są stawiane przed sportem. Ma ona w większym stopniu charakter rozrywki lub w najlepszym



przypadku jest formą ćwiczeń gimnastycznych. Nie realizuje więc funkcji, jakie może pełnić sport.

Otrzymane wyniki prowadzą więc do wniosku o potrzebie zmian, które podniosą poziom zaangażowania młodych ludzi w sport w czasie wolnym. Oto one:

1. Zwiększenie ilości czasu wolnego młodzieży. Moje badania wykazały, że młodzi ludzie czują się przeciążeni obowiązkami. Część z nich nie podejmuje aktywności sportowej, ponieważ nie ma na nią czasu. Zdecydowanie najbardziej uciążliwe dla młodych ludzi są obowiązki związane ze szkołą. Być może zmniejszenie podstawy programowej i ograniczenie ilości zadań domowych poprawiłoby sytuację.
2. Zmiany w sposobie realizacji lekcji wychowania fizycznego w szkołach. Zebrane dane pokazały, że uczniowie unikają lekcji wf. Młodzi ludzie odnoszą się też krytycznie do sposobu prowadzenia lekcji przez nauczycieli i form aktywności podejmowanych w ramach tych lekcji. Uważają też, że wf. nie zachęcił ich do aktywności sportowej. Zmiany mogą dotyczyć m.in.: polepszenia warunków organizacyjnych lekcji; dostosowania treści lekcji do potrzeb i upodobań uczniów; zmniejszenia presji związanej z wynikiem; wykorzystania przez nauczycieli różnorodnych form metod i pracy; organizowania lekcji na łonie natury itd.
3. Wzbogacanie oferty sportowej szkoły. Badania wykazały, że oferta ta wymaga wielu korekt, które zbliżą ją do aktualnych zainteresowań i potrzeb uczniów. Chodzi tu zarówno o zaoferowanie uczniom atrakcyjnych i odbywających się w dogodnych godzinach sportowych zajęć dodatkowych; organizowanie zawodów sportowych (zarówno międzyklasowych, jak i międzyszkolnych), jak też zwiększenie dostępności do sprzętu i infrastruktury sportowej.
4. Zachęcanie do sportu rekreacyjnego. Zachęty te mogą być oparte o szeroko zakrojoną kampanią informacyjną na temat korzystnego wpływu aktywności fizycznej na życie człowieka. Musi ona być kierowana nie tylko do dzieci i młodzieży, ale i ich rodziców. Chodzi o takie działania, które dotrą do osób, które wcześniej nie były sportem zainteresowane, w tym będących członkami grup i rodzin, w których nikt sportu nie uprawia.
5. Rozszerzanie oferty klubów sportowych. Wyniki badań wskazują, że sport w klubach sportowych uprawia niewielki odsetek młodych ludzi. Szczególnie istotne wydaje się rozwijanie oferty tych podmiotów, które proponują młodzieży bezpłatne zajęcia. Oferta taka musi być jednak dostosowana do aktualnych zainteresowań sportowych młodzieży. Kluby sportowe powinny też oferować młodzieży

możliwość uprawiania dyscyplin, które wymagają odpowiedniej infrastruktury, specjalistycznego sprzętu oraz mogą być bezpiecznie uprawiane jedynie pod okiem wykwalifikowanego trenera lub instruktora.

6. Rozszerzanie środowiskowej oferty sportowej o nowe dyscypliny. Badania wykazały, że młodzież chętnie uprawia nowe, modne dyscypliny sportowe. Upodobania te należy wziąć pod uwagę przy tworzeniu lokalnej infrastruktury sportowej oraz przygotowaniu oferty sportowej przez szkoły i kluby sportowe.
7. Rozbudowa i renowacja infrastruktury sportowej. Chodzi tu zarówno o budowę obiektów i urządzeń sportowych, jak i remonty tych, które już zostały oddane do użytku. Rozbudowa infrastruktury sportowej powinna brać pod uwagę aktualne potrzeby w tym zakresie. Powinna też wyrównywać szanse osób pochodzących z różnych środowisk.
8. Zwiększenie aktywności sportowej dziewcząt. Przeprowadzone przeze mnie badania wykazały, że sport jest bardziej atrakcyjny dla chłopców, niż dziewcząt. Dziewczęta rzadziej sport uprawiają i poświęcają na niego mniej czasu. Zwiększenie zaangażowania dziewcząt w sport wymaga jednak licznych i długotrwałych działań. Nie powinny się one ograniczać jedynie do przygotowania oferty zajęć sportowych lepiej dostosowanej do upodobań i możliwości dziewcząt. Konieczna wdaje się też zmiana w świadomości społecznej, polegająca na innym podejściu do kobiecej aktywności fizycznej i sportu.

Analizy teoretyczne i przeprowadzone badania z pewnością nie wyczerpują tematyki sportu w kulturze czasu wolnego młodzieży. Próba badawcza pozwala na wyciągnięcie jedynie ostrożnych wniosków na ten temat. Otrzymane wyniki badań pomogły jednak zarysować odpowiedzi na wiele nurtujących mnie pytań. Pokazują one przede wszystkim, że sport jest ważnym i cennym wychowawczo elementem kultury czasu wolnego młodzieży. Wskazują one też, że aktywność sportowa może wypełniać czas wolny młodych ludzi w znacznie większym stopniu, niż dzieje się to obecnie.

## Bibliografia

1. Arendt H., *Kondycja ludzka*, Aletheia, Warszawa 2000.
2. Arystoteles, *Polityka*, Przekład Piotrowicz L., PWN, Warszawa 2003.
3. Barankiewicz J., *Leksykon wychowania fizycznego i sportu szkolnego*, WSiP S.A., Warszawa 1998.
4. Bardziejewska M., *Okres dorastania. Jak rozpoznać potencjał nastolatków?* (w:) Brzezińska A., *Psychologiczne portrety człowieka. Praktyczna psychologia rozwojowa*, GWP, Gdańsk 2005.
5. Bauman Z., *Globalizacja. I co z tego dla ludzi wynika*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 2000.
6. Bauman Z., *Kultura jako praxis*, PWN, Warszawa 2013.
7. Bąk T., *Współczesne uwarunkowania kreacji subkultur młodzieżowych*, Wydawnictwo UKSW, Warszawa 2008.
8. Becelewska D., *Repetitorium z rozwoju człowieka*, Kolegium Karkonoskie, Jelenia Góra 2006, s. 2002.
9. Bee H., *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 1998.
10. Behnke M., Kosakowski M., Kaczmarek L.D., *Social challenge and threat predict performance and cardiovascular responses during competitive video gaming*, *Psychology of Sport and Exercise*, 2020, nr 46, <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101584>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 10.56.
11. Behtane-Sowa E., *Młodzież ponowoczesna*, WAM, Kraków 2015.
12. Benedict R., *Wzory kultury*, Muza S.A., Warszawa 2002.
13. Bielski J., *Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego. Podręcznik dla nauczycieli wychowania fizycznego i studentów studiów pedagogicznych*, Impuls, Kraków 2005.
14. Bierstedt R., *The social order An Introduction to Socjology*, McGraw Hill, New York, Toronto, London 1957, s. 128, <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.480306>, dostęp z dnia: 24.03.2019.
15. *Biuletyn Informacji Publicznej RPO*, <https://bip.brpo.gov.pl/pl/content/odpowiedz-men-dla-rpo-ws-obciazenia-uczniow-pracami-domowymi>, dostęp z dnia: 22.07.2023, godz. 12.20.

16. Bombol M., Czas wolny jako kategoria diagnostyczna procesów rozwoju społeczno-gospodarczego, Szkoła Główna Handlowa w Warszawie, Warszawa 2008.
17. Bombol M., Godlewski G. (red.), Laboratorium doświadczeń czasu wolnego: problemy współczesności, Oficyna Wydawnicza SGH, Warszawa 2020.
18. Bombol M., Lutostański M.J., Modern leisure society: consumer behavior, SGH Publishing House, Warszawa 2021.
19. Boroch R., Kultura w systematyce Alfreda L. Kroebera i Clyde'a Kluckhohna, Bel Studio, Warszawa 2013.
20. Brommer K., Sobczykiewicz J., Polubienia prawdę powiedzą? Ranking polskich klubów sportowych w mediach społecznościowych, Gotowi Na Sport, <https://gotowinasport.sts.pl/wokol-sportu/najpopularniejsze-polskie-kluby-sportowe-social-media/>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 22.39.
21. Brzezińska A., Appelt K., Ziółkowska B., Psychologia rozwoju człowieka, GWP, Sopot 2016.
22. Brzezińska A., Społeczna psychologia rozwoju, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2014.
23. Brzezińska A., Społeczna psychologia rozwoju. Tom III, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2000.
24. Brzeziński J., Elementy metodologii badań psychologicznych, PWN, Warszawa 1984.
25. Brzeziński J., Metodologia badań psychologicznych, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004.
26. Burdyka K., Mańkowski D., Strategie przetrwania klubów sportowych po 1989 roku. Propozycja modelu analitycznego, Acta Univesitatis Lodziensis Folia Sociologica, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, nr. 84, 2023, s. 45-48, <https://repozytorium.bg.ug.edu.pl/info/article/UOGf92b16a9dcfd49c499655462cfb761d8/>, dostęp z dnia: 27.04.2024, godz. 20:17.
27. Burlita A., Zarządzanie budżetem czasu jako determinanta rozwoju kapitału ludzkiego, Studia i Prace Wydziału Nauk Ekonomicznych i Zarządzania, nr 39, 2015, s. 26, <http://bazekon.icm.edu.pl/bazekon/element/bwmeta1.element.ekon-element-000171375323>, dostęp z dnia: 24.07.2024, godz. 22:25.
28. Burszta W.J., Antropologia kultury. Tematy, Teorie, Interpretacje, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Warszawa 1998.
29. Caillois R., Man, Play and Games, University of Illinios Press, Urbana – Chicago 2001.

30. CBOS, Komunikat z badań, Czas wolny Polaków, Warszawa, październik 2010, [http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2010/K\\_133\\_10.PDF](http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2010/K_133_10.PDF), dostęp z dnia: 12.12.16, godz. 00.15.
31. CBOS, System wartości Polaków w 2019 roku, <https://www.cbos.pl/PL/publikacje/news/2020/02/newsletter.php>, dostęp z dnia: 23.08.2023, godz. 17.47.
32. CBOS, Zdrowie i prozdrowotne zachowania Polaków, Warszawa 2016, [http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2016/K\\_138\\_16.PDF](http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2016/K_138_16.PDF), dostęp z dnia 10.07.2017, godz. 20.45.
33. Coakley J. i inni, Toward an Integrated Understanding of the Youth Sport System, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, nr 93, 2022, s. 107, [https://www.researchgate.net/publication/344355432\\_Toward\\_an\\_Integrated\\_Understanding\\_of\\_the\\_Youth\\_Sport\\_System](https://www.researchgate.net/publication/344355432_Toward_an_Integrated_Understanding_of_the_Youth_Sport_System), dostęp z dnia: 4.06.2024, godz. 18:51.
34. Comte A., Rozprawa o duchu filozofii pozytywnej, De Agostini, Warszawa 2003.
35. Condorcet A.N., Szkic obrazu postępu ducha ludzkiego poprzez dzieje (w:) Radwan-Pragłowski J., Frysztański K., Społeczne dzieje pomocy człowiekowi. Od filantropii greckiej do pracy socjalnej, Śląsk, Katowice 1998.
36. Cynarski J.W., Kosiewicz J., Obodyński K., (red.), Kultura fizyczna i sport w zwierniku nauk społecznych, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2012.
37. Czajkowski K., Pozaszkolna praca opiekuńczo-wychowawcza, WZ CRZZ, Warszawa 1970.
38. Czarnecki D. i inni, Aktywność fizyczna kobiet i mężczyzn w czasie wolnym po pracy, *Rehabilitation and Recreation*, nr 14, 2023, s. 151-157, [https://www.researchgate.net/publication/370166753\\_AKTYWNOŚC\\_FIZYCZNA\\_KOBIECI\\_I\\_MEZCZYZN\\_W\\_CZASIE\\_WOLNYM\\_OD\\_PRACY](https://www.researchgate.net/publication/370166753_AKTYWNOŚC_FIZYCZNA_Kobiet_I_Mezczyzn_W_Czasie_Wolnym_OD_Pracy), dostęp z dnia: 25.05.2024, godz. 1:42.
39. Czarnecki D., Aktywność fizyczna oraz formy spędzania czasu wolnego przez dzieci, *Rehabilitation and Recreation*, nr 13, 2022, <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2022.13.18>, dostęp z dnia: 11.07.2024, godz. 13:00.
40. Czerwińska-Jasiewicz M., Psychologia rozwoju młodzieży w kontekście biegu ludzkiego życia, Difin, Warszawa 2015.
41. Czerwiński J. (red.), Aktywność fizyczna potrzebą twórczego życia, Olsztyńska Szkoła Wyższa im. J. Rusieckiego, Olsztyn 2004.

42. Danecki J., Jedność podzielonego czasu, Książka i Wiedza, Warszawa 1974.
43. Danecki J., Przedmowa do przekładu polskiego (w:) Gruszyn B., Czas wolny – aktualna problematyka, PWN, Warszawa 1970.
44. Dąbrowska A., Biernat E., Rola szkoły we wdrażaniu do rekreacji ruchowej uczniów, W: Dąbrowski A. (red.), Zarys teorii rekreacji ruchowej, Alma Mer, Warszawa 2006.
45. Dąbrowska A., Kalecińska J., Społeczno-wychowawcze uwarunkowania rekreacji ruchowej, W: Dąbrowski A. (red.), Zarys teorii rekreacji ruchowej, Alma Mer, Warszawa 2006.
46. Dąbrowski Z., Czas wolny dzieci i młodzieży, PZWS, Warszawa 1966.
47. Demel M., Potoczne i naukowe rozumienie kultury fizycznej, W: Sekuła-Kwaśniewicz H. (red.), Kultura fizyczna i sport w ujęciu socjologicznym, Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie im. Bronisława Czecha, Kraków 1985.
48. Demel M., Skład A., Teoria wychowania fizycznego, PWN, Warszawa 1986.
49. Demel M., Skład A., Teoria wychowania fizycznego, PWN, Warszawa 1970.
50. Denek K., Ku dobrej edukacji, Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit” S.C., Toruń 2005.
51. Denek K., Poza ławką szkolną, Eruditius, Poznań 2002.
52. Dhiman B., Key Issues and New Challenges in New Media Technology in 2023: A Critical Review, Journal of Media & Management, 2023, Nr 5 (1), <https://ssrn.com/abstract=4387353>, dostęp z dnia: 29.07.2023, godz. 21.01.
53. Drabik J., Aktywność fizyczna w edukacji zdrowotnej społeczeństwa, Akademia Wychowania Fizycznego im. Jędrzeja Śniadeckiego w Gdańsku, Gdańsk 1995.
54. Dumazedier J., Problemes actuels de la sociologie du loisir, Revue international des sciences sociales. Aspects sociologiques du loisir, XII, nr 4, 1960.
55. Dumazedier J., Tendances de la sociologie du loisir, W: Kamiński A., Czas wolny i jego problematyka społeczno-wychowawcza, Zakład narodowy im. Ossolińskich, Wrocław – Warszawa – Kraków 1965.
56. Dumazedier J., Tendences de Lasociologie du Loisis. Komunikat na IV Kongres Międzynarodowy Socjologów w Stresie, 1959 W: Denek K., Ku dobrej edukacji, Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit” S.C., Toruń 2005.
57. Dziubiński Z., Edukacja poprzez sport, Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2004.
58. Dziubiński Z., Jankowski K.W. (red.), Kultura fizyczna w społeczeństwie nowoczesnym, AWF Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2009.

59. Dziubiński Z., Kultura masowa a sport: związki i zależności (w:) Dziubiński Z., Lenartowicz M., (red.), Kultura fizyczna a kultura masowa, Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2011.
60. Dziubiński Z., Lenartowicz M., (red.), Kultura fizyczna a kultura masowa, Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2011.
61. ESPN World Fame 100 Popular Athletes Lists, <https://www.topendsports.com/world/lists/popular-athlete/espn-world-fame-100.htm>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 22.51.
62. Fidelus A., Sieci wsparcia w środowisku lokalnym (W:) Bojanowska E., Czekalski R. (red.), Pandemia a seniorzy. Wyzwania – działania – rozwiązania, Wydawnictwo Naukowe UKSW, Warszawa 2023, s. 115.
63. Filipiak M., Młodzież – próba definicji (w:) Psychologiczne i społeczne dylematy młodzieży XXI wieku, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2009.
64. Filipiak M., Socjologia kultury. Zarys zagadnień, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2003.
65. Fleischer M., Teoria kultury i komunikacji. Systemowe i ewolucyjne podstawy, Dolnośląska Szkoła Wyższa Edukacji Towarzystwa Wiedzy Powszechnej, Wrocław 2002.
66. Gaj J., Hądzalek K., Dzieje kultury fizycznej w Polsce, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu, Poznań 1997.
67. Gąsior H., Wychowanie pozaszkolne a kultura czasu wolnego uczniów w środowisku wielkoprzemysłowym, Śląski Instytut Naukowy, Katowice 1973.
68. Giddens A., Socjologia, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006.
69. Główny Urząd Statystyczny, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/edukacja/edukacja/edukacja-w-roku-szkolnym-20222023-wyniki-wstepne,21,1.html>, dostęp z dnia: 22.07.2023, godz. 13.01.
70. Gnitecki J., Pedagogika ogólna z metodologią, Wydawnictwo Naukowe Polskiego Towarzystwa Pedagogicznego, Poznań 2004.
71. Golka M., Socjologia kultury, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2013.
72. Golka M., Socjologia kultury, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2007.
73. Goodman N., Wstęp do socjologii, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2001.
74. Gostkowski R., Sport w starożytności, Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, Warszawa 1959.

75. Grabowska M., Religijność młodych na tle ogółu społeczeństwa, Komunikat z badań, CBOS, 2021, Nr 144, [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2021/K\\_144\\_21.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2021/K_144_21.PDF), dostęp z dnia: 28.07.2023, godz. 17:37.
76. Grad I., Kiliś-Pstrusińska K., Postrzeganie zdrowia jako wartości osobistej przez młodzież szkół licealnych, *Family Medicine & Primary Care Review*, 2015, nr 1, s. 20, <http://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.desklight-f882e100-8c6e-47e1-a01d-5646cc9c3000>, dostęp z dnia: 14.06.2024, godz. 2:01.
77. Griese H.M., Socjologiczne teorie młodzieży, Oficyna Wydawnicza "Impuls", Kraków 1996.
78. Gros M., Wolnoczasowa aktywność fizyczna a modus życia młodzieży akademickiej, Akademia im. Jakuba z Paradyża, Gorzów Wielkopolski 2023.
79. Grot Z., Ziółkowska T., Dzieje kultury fizycznej (do roku 1918), Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa – Poznań 1990.
80. Gruchola M., Kultura w ujęciu socjologicznym, *Roczniki kulturoznawcze*, Tom 1, 2010.
81. Gruszyn B., Czas wolny – aktualna problematyka, PWN, Warszawa 1970.
82. Gurba E., Uwarunkowania relacji rodzice - dorastające dzieci (w:) Kielar-Turska M. (red.), *Studia nad rozwojem i wychowaniem: w osiemdziesiątą rocznicę powstania Zakładu Psychologii Rozwojowej i Wychowawczej na Uniwersytecie Jagiellońskim*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2009.
83. GUS, Badanie budżetu czasu ludności w 2013 r., <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/warunki-zycia/dochody-wydatki-i-warunki-zycia-ludnosci/badanie-budzetu-czasu-ludnosci-w-2013-r-,18,1.html>, dostęp z dnia 22.07.2023, godz. 17:53.
84. GUS, Dobowy budżet czasu ludności w 2023 r., <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/warunki-zycia/dochody-wydatki-i-warunki-zycia-ludnosci/dobowy-budzet-czasu-ludnosci-w-2023r-,35,1.html>, dostęp z dnia: 23.07.2024, godz. 23:21.
85. GUS, Edukacja w roku szkolnym 2023/2024 (wyniki wstępne), [https://stat.gov.pl/download/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/5488/21/2/1/edukacja\\_w\\_roku\\_szkolnym\\_2023\\_24\\_wyniki\\_wstepne.pdf](https://stat.gov.pl/download/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/5488/21/2/1/edukacja_w_roku_szkolnym_2023_24_wyniki_wstepne.pdf), dostęp z dnia: 15.09.2024, godz. 22:47.
86. GUS, Informacja o wynikach Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań 2021 na poziomie województw, powiatów i gmin, [304](https://stat.gov.pl/spisy-powszechne/nsp-2021/nsp-2021-wyniki-ostateczne/informacja-o-wynikach-</a></li></ol></div><div data-bbox=)



- narodowego-spisu-powszechnego-ludnosci-i-mieszkan-2021-na-poziomie-województw-powiatow-i-gmin,1,1.html, dostęp z dnia: 15.09.2024, godz. 23:25.
87. GUS, Kultura fizyczna w 2022 r., <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/kultura-turystyka-sport/sport/kultura-fizyczna-w-polsce-w-2022-roku,13,6.html>, dostęp z dnia: 17.08.2023, godz. 16.32.
88. GUS, Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej w 2021 r., <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/kultura-turystyka-sport/sport/uczestnictwo-w-sporcie-i-rekreacji-ruchowej-w-2021-r-,5,2.html>, dostęp z dnia: 31.07.2023, godz. 13.58.
89. Guskowska M., Aktywność ruchowa a przebieg transakcji stresowej u młodzieży, Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Warszawa 2005.
90. Hajduk B., Socjalizacja studentów, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2003.
91. Hall G.S., Adolescence; its Psychology and its Relations to Physiology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion and Education. Volume II, D. Appelton and Company, New York. London 1911, <https://archive.org/details/adolescenceitsp01hallgoog>, dostęp z dnia: 29.10.2018, godz. 15.38.
92. Hall T.E., Taniec życia. Inny wymiar czasu, Warszawskie Wydawnictwo Literackie MUZA SA, Warszawa 1999.
93. Hansen A., Sundberg C.J., Rozruszaj swój mózg, Wydawnictwo Znak, Kraków 2024.
94. Hanyga-Janczak P., Czas wolny studentów. Komponenty i zagospodarowanie, Wydawnictwo Uniwersytetu Jana Kochanowskiego, Kielce 2011.
95. Hanyga-Janczak P., Czas wolny studentów. Komponenty i zagospodarowanie, Wydawnictwo Uniwersytetu Jana Kochanowskiego, Kielce 2011, s. 23-24.
96. Harper A., Revealed: Sports Teams With the Biggest Global Following, Betsperts, <https://www.betsperts.com/news/biggest-global-sports-team-following/>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 22.32.
97. Hądzelek K., Wychowanie fizyczne i sport w XIX i początkach XX wieku, W: Gaj J., Hądzelek K., Dzieje kultury fizycznej w Polsce, AWF im. Eugeniusza Piaseckiego, Poznań 1997.
98. Hendry L.B., i inni, Young people's leisure and lifestyles, Routledge, London - New York 2005, s. 54.

99. Hobbes T., Lewiatan czyli materia, forma i władza państwa kościelnego i świeckiego (w:) Radwan-Pragłowski J., Frysztański K., Społeczne dzieje pomocy człowiekowi. Od filantropii greckiej do pracy socjalnej, Śląsk, Katowice 1998.
100. Horvath J., et al., Structural and functional correlates of smartphone addiction, *Addictive Behaviors*, 2020, nr 105, <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106334>, dostęp z dnia: 31.07.2023, godz. 16.10.
101. Huizinga J., *Homo ludens. Zabawa jako źródło kultury*, Wydawnictwo Aletheia, Warszawa 2007.
102. Hurlock E.B., *Rozwój dziecka*, PWN, Warszawa 1960.
103. Hurlock E.B., *Rozwój młodzieży*, PWN, Warszawa 1965.
104. Indan-Pykno M., Fizjokratyzm oczyma polskich przedstawicieli myśli polityczno-prawnej, *Annales. Universitatis Marie Curie-Skłodowska*, nr 57, Lublin 2011.
105. Indraszczyk A., Soliwoda P. (red.), *O politykach publicznych, czasie wolnym i kształtowaniu przestrzeni publicznej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego, Siedlce 2023.
106. IOC's first Olympic Esports Week brings thrilling live competition, historic firsts and communities together in Singapore, International Olympic Committee, <https://olympics.com/ioc/news/ioc-s-first-olympic-esports-week-brings-thrilling-live-competition-historic-firsts-and-communities-together-in-singapore>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 11.51;
107. Jacyno M., Jawłowska A., Kempny M., *Kultura w czasach globalizacji*, Wydawnictwo IfiS PAN, Warszawa 2004.
108. Jankowiak B., Wojtyńkiewicz E., Kształtowanie się tożsamości w okresie adolescencji a podejmowanie zachowań ryzykownych w obszarze używania alkoholu przez młodzież, *Studia Edukacyjne*, nr 48, 2018, s. 170, <https://doi.org/10.14746/se.2018.48.11>, dostęp z dnia: 23.05.2024, godz. 12:00.
109. Jankowski D., *Pedagogika kultury. Studia i koncepcja*, Impuls, Kraków 2010.
110. Jankowski D., *Pedagogika kultury. Studia i koncepcja*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2006.
111. Januszewska E. i inni, W poszukiwaniu teorii szkoły, *Pedagogika społeczna*, nr 3, 2015, s. 96, [http://pedagogikaspoieczna.com/wp-content/content/abstrakt/PS%203%20\(2015\)%2089-112.pdf](http://pedagogikaspoieczna.com/wp-content/content/abstrakt/PS%203%20(2015)%2089-112.pdf), dostęp z dnia: 1.06.2024, godz. 15:25.

112. Jarvis M., *Psychologia sportu*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2003.
113. Jastrzębska J., *Absencja na lekcjach wychowania fizycznego wśród uczniów klas licealnych* (w:) Kowalska E.J. i inni (red.), *Współczesne problemy kultury fizycznej i zdrowotnej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2022.
114. Jędrzejewski M., *Młodzież a subkultury. Problematyka edukacyjna*, Żak, Warszawa 1999.
115. Jodkowska M., Mazur J., Oblacińska A., *Postrzegane bariery w podejmowaniu aktywności fizycznej u młodzieży w Polsce*, *Przegląd Epidemiologiczny*, nr 69, 2015, s. 170, <https://www.przegl Epidemiol.pzh.gov.pl/Postrzegane-bariery-w-podejmowaniu-aktywnosci-fizycznej-u-mlodziezy-w-Polsce,180510,0,2.html>, dostęp z dnia: 13.06.2024, godz. 18:59.
116. Kaczor-Szkodny P., i inni, *Aktywność fizyczna i formy spędzania czasu wolnego wśród uczniów w wieku 12–15 lat*, *Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu*, nr 22, 2016, <https://doi.org/10.5604/20834543.1208216>, dostęp z dnia: 11.07.2024, godz. 12:20.
117. Kadras M., *Zarys dziejów „Polskiej YMCA” i jej gdyńskiego ogniska w latach 1932-1950*, *Zeszyty Gdyńskie*, nr 5, 2010, s. 114, <http://www.wsk.s.pl/zg/ZG5.pdf>, dostęp z dnia: 30.01.2023, godz. 22:23.
118. Kamiński A., *Czas wolny i jego problematyka społeczno-wychowawcza*, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław – Warszawa – Kraków 1965.
119. Kamiński A., *Funkcje pedagogiki społecznej*, PWN, Warszawa 1980.
120. Kamiński A., *Metoda, technika, procedura badawcza w pedagogice empirycznej*, (w) Wroczyński R., Pilch T., *Metodologia pedagogiki społecznej*, Zakład Narodowy im. Ossolińskich: Wydawnictwo PAN, Wrocław 1974, (w) Pilch T., *Zasady badań pedagogicznych*, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 1995.
121. Kamiński A., *Metoda, technika, procedura badawcza w pedagogice empirycznej*, (w) Wroczyński R., Pilch T (red.), *Metodologia pedagogiki społecznej*, Zakład Narodowy im. Ossolińskich: Wydawnictwo PAN, Wrocław 1974.
122. Kania K., *Kontrakt sportowy jako specyficzny rodzaj umowy o pracę*, W: Cynarski J.W., Kosiewicz J., Obodyński K., (red.), *Kultura fizyczna i sport w zwierciadle nauk społecznych*, Wydawnictwo Uniwersytety Rzeszowskiego, Rzeszów 2012.

123. Kapuścik-Nowalska D., Czas wolny czy czas niewolny? O znaczeniu czasu wolnego w społeczeństwie konsumpcyjnym (w:) Muszyński W. (red.), Czas ukoł nas? Jakość życia i czas wolny we współczesnym społeczeństwie, Adam Marszałek, Toruń 2008.
124. Kimber J., Love P., The time of their lives, (w:) Kimber J., Love P. (red.), The time of their lives: the eight hour day and working life, Australian Society for the Study of Labour History, 2007.
125. Klein N., No space, no choice, no jobs, no logo, Świat Literacki, Izabelin 2004.
126. Kłoskowska A., (red.), Encyklopedia kultury polskiej XX wieku. Pojęcia i problemy wiedzy o kulturze, Wiedza i Kulturze, Wrocław 1991.
127. Kłoskowska A., Kultura masowa. Krytyka i obrona, PWN, Warszawa 1980.
128. Kłoskowska A., Kultura masowa. Krytyka i obrona, PWN, Warszawa 1983.
129. Kłoskowska A., Socjologia młodzieży: przegląd koncepcji, Kultura i społeczeństwo, nr 2, Warszawa 1987.
130. Kłoskowska A., Społeczne ramy kultury, PWN, Warszawa 1972.
131. Kłoskowska A., Z historii i socjologii kultury, PWN, Warszawa 1969.
132. Kłoskowski M., Poczucie tożsamości młodzieży dorastającej. Badania jakościowe, Studia Psychologica Theoria et praxis, nr 19, 2019, s. 20, DOI:10.21697/sp.2019.19.1.02, dostęp z dnia: 1.07.2024, godz. 20:24.
133. Kmita J., (red.), Studia z teorii kultury i metodologii badań nad kulturą, PWN, Warszawa – Poznań 1982.
134. Kmita J., Kultura i poznanie, PWN, Warszawa 1985.
135. Kmita J., O kulturze symbolicznej, Centralny Ośrodek Metodyki Upowszechniania Kultury, Warszawa 1982.
136. Kmita J., Wykłady z logiki i metodologii nauk, PWN, Warszawa 1977.
137. Kolny B., Analiza czasu wolnego w budżecie czasu Polaków, Handel Wewnętrzny, The Central European Journal of Social Sciences and Humanities, 2016, nr 2, <http://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.desklight-c180cfb0-c8b1-4276-bee8-99052aa4285b>, dostęp z dnia: 22.07.2023, godz. 17.34.
138. Komeński J.A., Wielka dydaktyka, Przełożył: Warnic H., Redakcja Przeglądu Pedagogicznego, Warszawa 1883.
139. Kopaliński W., Słownik wyrazów obcych i zwrotów obcojęzycznych z almanachem, Świat Książki, Warszawa 2000.

140. Kosedniak A., Aktywne formy spędzania czasu wolnego, Wydawnictwo UMW, Wrocław 2023.
141. Kosiewicz J. (red.), Sport, kultura, społeczeństwo. Księga pamiątkowa w 75-lecie urodzin profesora Zbigniewa Krawczyka, Wyższa Szkoła Ekonomiczna w Warszawie, Warszawa 2006.
142. Kosiewicz J., Spór o istnienie czasu wolnego (w:) Ciżkowicz K., Sobczak M., Czas wolny: uwarunkowania społeczno-ekonomiczne i przyrodnicze, WSG, Bydgoszcz 2007.
143. Kossakowski R., Cejer K., Być piłkarką. Analiza konfliktu ról w życiu kobiet na przykładzie piłkarek, *Miscellanea Anthropologica et Sociologica*, 2020, nr 21, <https://czasopisma.bg.ug.edu.pl/index.php/maes/article/view/6290/5531>, dostęp z dnia: 3.08.2023, godz. 13.43.
144. Kossakowski R., Chuligaństwo czy figuracja w procesie cywilizowania? Recepcja szkoły Leicester a świat polskich kibiców piłkarskich, *Kultura i Społeczeństwo*, nr 59, 2015, s. 144, DOI:10.35757/KiS.2015.59.1.9, dostęp z dnia: 21.06.2024, godz. 12:09.
145. Kot S., Historia wychowania. Tom I, Żak, Warszawa 2010.
146. Kotowa B., Natura czy kultura?, *Chowanna*, Tom 2, 2016, s. 20, <https://bazhum.muzhp.pl/media//files/Chowanna/Chowanna-r2016-t2/Chowanna-r2016-t2-s17-28/Chowanna-r2016-t2-s17-28.pdf>, dostęp z dnia: 14.05.2024, godz. 16:39.
147. Kowalski S., Socjologia wychowania w zarysie, PWN, Warszawa 1976.
148. KPRM, Premier: Podjęliśmy decyzję o zamknięciu wszystkich placówek oświatowych i szkół wyższych, <https://www.gov.pl/web/premier/premier-podjelismy-decyzje-o-zamknieciu-wszystkich-placowek-oswiatowych-i-szkol-wyzszych>, dostęp z dnia: 15.09. 2024, godz. 23:25.
149. Krawczyk Z. (red.), Sport i kultura, PWN, Warszawa 1981.
150. Krawczyk Z., Natura, kultura – sport. Kontrowersje teoretyczne w Polsce, PWN, Warszawa 1970.
151. Krawczyk Z., O kulturze fizycznej. Studia i szkice, Agencja Presspol, Warszawa 1983.
152. Krawczyk Z., Socjologia kultury fizycznej, Akademia Wychowania Fizycznego im. Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Warszawa 1995.

153. Krawczyk Z., Sport i kultura, W: Kosiewicz J. (red.), Sport, kultura, społeczeństwo. Księga pamiątkowa w 75-lecie urodzin profesora Zbigniewa Krawczyka, Wyższa Szkoła Ekonomiczna w Warszawie, Warszawa 2006.
154. Krawczyk Z., Sport w zmieniającym się społeczeństwie, AWF Józefa Piłsudskiego, Warszawa 2000.
155. Krawczyk Z., Studia z filozofii i socjologii kultury fizycznej, Sport i Turystyka, Warszawa 1978.
156. Kroeber L.A., Istota kultury, PWN, Warszawa 2002.
157. Kroger J., Why Is Identity Achievement So Elusive?, Identity, nr 7, 2007, DOI:10.1080/15283480701600793, dostęp z dnia: 2.02.2023, godz. 12:00.
158. Kulesza W.T., Ideologie naszych czasów, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1996.
159. Kuźnik M., Kulturowe wzorce osobowe a wychowanie współczesnego dziecka, Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce, vol. 16, nr 4, 2021, s. 30, <https://czasopisma.ignatianum.edu.pl/eetp/article/view/1908>, dostęp z dnia: 21.05.2024, godz. 00:35.
160. Kwilecki K., Rozważania o czasie wolnym. Wybrane zagadnienia, GWSH, Katowice 2011.
161. Lafargue P., Prawo do lenistwa, Księgarnia Powszechna, Warszawa 1906. Repozytorium Cyfrowe Instytutów Naukowych, <https://rcin.org.pl/dlibra/publication/19185/edition/20808>, dostęp z dnia: 14.06.2024, godz. 14:20.
162. Lalak D., Życie jako biografia. Podejście biograficzne w perspektywie pedagogicznej, Wydawnictwo Akademickie ŻAK, Warszawa 2010.
163. Lance Armstrong & Oprah Winfrey: interview transcript, BBC Sport, <https://www.bbc.com/sport/cycling/21065539>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 21.22.
164. Leder A., Globalizacja a nadmiar. Rozdęta bańka teraźniejszości (w:) Jacyno M., Jawłowska A., Kempny M., Kultura w czasach globalizacji, Wydawnictwo IfiS PAN, Warszawa 2004.
165. Lieberman D.E., Wyćwiczony: dlaczego coś - czego ewolucja nigdy od nas nie wymagała - jest tak zdrowe i satysfakcjonujące, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2024.
166. Linton R., Kulturowe podstawy osobowości, PWN, Warszawa 2000.
167. Lipiec J., Pożegnanie z Olimpią, Fall, Kraków 2007.

168. Lipiec J., Sport a kultura masowa (refleksje sceptyczne) (w:) Dziubiński Z., Lenartowicz M., (red.), Kultura fizyczna a kultura masowa, Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2011.
169. Lipoński W., Historia sportu na tle rozwoju kultury fizycznej, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012.
170. Lipoński W., Nieobecność sportu i olimpizmu w historiografii uniwersalnej, Kultura fizyczna. Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie, Tom XV, 2016, nr 4.
171. Lipoński W., Sport. Literatura. Sztuka, Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa 1974.
172. Lisowska J., Rekreacja ruchowa osób dorosłych, W: Dąbrowski A. (red.), Zarys teorii rekreacji ruchowej, Alma Mer, Warszawa 2006.
173. Locke J., Dwa traktaty o rządzie (w:) Radwan-Pragłowski J., Frysztacki K., Społeczne dzieje pomocy człowiekowi. Od filantropii greckiej do pracy socjalnej, Śląsk, Katowice 1998.
174. Lukas G., Okres niewolnictwa, W: Grot Z., Ziółkowska T. (red.), Dzieje kultury fizycznej (do roku 1918), PWN, Warszawa – Poznań 1990.
175. Łobocki M., Metody badań pedagogicznych, PWN, Warszawa 1984.
176. Łobocki M., Metody i techniki badań pedagogicznych, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2006.
177. Łobocki M., Metody i techniki w badań pedagogicznych, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2011.
178. Łobocki M., Wprowadzenie do metodologii badań pedagogicznych, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 1999.
179. Łobocki M., Wprowadzenie do metodologii badań pedagogicznych, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2010.
180. Łuczak J., Rogacka A., Uczestnictwo w rekreacji ruchowej jako powinność życiowa seniora, W: Łuczak J., Bronowicki S. (red.), Zdrowotne aspekty aktywności fizycznej, WWSTiZ, Poznań 2010.
181. Łuczewska-Bednarz P., Łuczewski M., Podejście biograficzne, (w) Jemielak D. (red.), Badania jakościowe. Metody i narzędzia. Tom 2, Wydawnictwo naukowe PWN, Warszawa 2012.
182. Łuszczyńska A., Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne, PWN, Warszawa 2011.

183. Mannheim K., *Ideologia i utopia*, Wydawnictwo Test, Lublin 1992.
184. Marek L., *Od próżnowania do rozwoju osobowego*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2012.
185. Marelić M., Vukušić D., *E-sports: Definition and social implications*, *The Exercise and Quality of Life Journal*, 2019, nr 11, <https://www.eqoljournal.com/e-sports-definition-and-social-implications/>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 12.03.
186. Marzec A., *Edukacja zdrowotna stymulatorem aktywności fizycznej młodzieży*, Częstochowskie Wydawnictwo Archidiecezjalne Regina Poloniae, Częstochowa 2023.
187. Matyjas B., *Czas wolny (w:)*, Ablewicz K., i in., *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, Żak, Warszawa 2003.
188. Matyjas B., *Lokalna i globalna przestrzeń życia dzieci i młodzieży w środowisku wiejskim*, *Kultura – Historia – Globalizacja*, nr 13, 2013, s. 58, [https://k-h-g.pl/wp-content/uploads/2023/07/13\\_2013\\_lokalna\\_matyjas.pdf](https://k-h-g.pl/wp-content/uploads/2023/07/13_2013_lokalna_matyjas.pdf), dostęp z dnia: 9.06.2024, godz. 20:58.
189. Matysiak-Błaszczyk A., *Czas wolny dzieci i młodzieży mieszkającej na terenach miejskich*, *Studia Edukacyjne*, nr 69, 2023, s. 41-42, <https://pressto.amu.edu.pl/index.php/se/article/view/41641>, dostęp z dnia: 17.08.2024, godz. 14:45.
190. Mead M., *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*, Wydawnictwo naukowe PWN, Warszawa 2000.
191. Melosik Z., *Kultura popularna i tożsamość młodzieży. W niewoli władzy i wolności*, Impuls, Kraków 2013.
192. Merton R.K., *Teoria socjologiczna i struktura społeczna*, PWN, Warszawa 2002.
193. Merz J., *Time Use and Time Budgets: Improvements, Future Challenges and Recommendations*, IZA Discussion Paper, Katalog der Deutschen Nationalbibliothek, Bonn 2009, nr 4358.
194. Mianowska E., *Spółeczne uczestnictwo młodzieży (w:)* Sipińska D., Modrzewski J., Matysiak-Błaszczyk A., (red.), *Socjalizacja w kategoriach wieku społecznego. Dzieciństwo i młodość. Standaryzacja socjalizacji inkluzyjnej. Przewodnik i teksty do ćwiczeń z socjologii wychowania*, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. J. A. Komeńskiego w Lesznie, Leszno 2010.



195. Michaluk T., Semiotyczne i pragmatyczne zagadnienia teorii sportu, Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław 2011.
196. Migdał K., Psychologia czasu wolnego, ALMAMER, Warszawa 2011.
197. Mikoś M. i inni, Nadwaga i otyłość u dzieci i młodzieży, Nowiny Lekarskie, 2010, nr 79, s. 399. [https://jms.ump.edu.pl/uploads/2010/5/5\\_79\\_2010.pdf#page=64](https://jms.ump.edu.pl/uploads/2010/5/5_79_2010.pdf#page=64), dostęp z dnia: 13.06.2024, godz. 19:52.
198. Ministerstwo Edukacji Narodowej, Wyniki badania kondycji fizycznej dzieci i młodzieży szkolnej, <https://www.gov.pl/web/edukacja/wyniki-badania-kompetencji-ruchowych-uczniow--wspolna-konferencja-ministrow-edukacji-i-sportu>, dostęp z dnia: 10.09.2024, godz. 13:01.
199. Ministerstwo Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu, Informacja Ministra Sportu i Turystyki na temat realizacji programów „Moje Boisko – Orlik 2012” i „Biały Orlik” w latach 2008 – 2012, Warszawa 2015, <https://www.gov.pl/web/archiwum-kulturaisport/informacja-ministra-sportu-i-turystyki-na-temat-realizacji-programow-moje-boisko-orlik-2012-i-bialy-orlik-w-latach-2008-2012>, dostęp z dnia: 27.04.2024, godz. 15:34.
200. Ministerstwo Sportu i Turystyki, Podsumowanie wyników badania kondycji fizycznej dzieci i młodzieży szkolnej, <https://www.gov.pl/web/sport/podsumowanie-wynikow-badania-kondycji-fizycznej-dzieci-i-mlodziezy-szkolnej>, dostęp z dnia: 18.09.2024, godz. 15:49.
201. Modrzewski J., Socjalizacja i uczestnictwo społeczne. Studium socjopedagogiczne, Uniwersytet im Adama Mickiewicza w Poznaniu, Poznań 2007.
202. Modzelewski W., Wprowadzenie do socjologii, Biblioteka Pracownika Socjalnego, Katowice 1999.
203. Molesztak M.A., Człowiek. Kultura. Uczestnictwo, Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz 2015.
204. More T., Utopia, Przekład: Abgarowicz K., PAX, Warszawa 1954.
205. Mroczkowska D.I., Czas wolny – o codziennych i niecodziennych scenariuszach doświadczenia (w:) Turystyka i czas wolny – wolność wyboru w postpandemicznym świecie, Studia humanistyczne AGH. Społeczeństwo – Kultura – Technologia, Półrocznik Akademii Górniczo-Hutniczej im. St. Staszica, nr 22, Kraków 2023.
206. Muggelton D., Wewnątrz subkultury. Ponowoczesne znaczenie stylu, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2004.

207. Muszyński H., *Metodologiczne vademecum badacza pedagoga*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2018.
208. Muszyński H., *Podstawy wiedzy o organizacjach młodzieżowych i ruchu młodzieżowym* (w:) Sipińska D., Modrzewski J., Matysiak-Błaszczak A., (red.), *Socjalizacja w kategoriach wieku społecznego. Dzieciństwo i młodość. Standaryzacja socjalizacji inkluzyjnej. Przewodnik i teksty do ćwiczeń z socjologii wychowania*, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. J. A. Komeńskiego w Lesznie, Leszno 2010.
209. Muszyński H., *Wstęp do metodologii pedagogiki*, PWN, Warszawa 1970.
210. Muszyński H., *Zarys teorii wychowania*, PWN, Warszawa 1977.
211. Narkiewicz-Niedbalec E., Zielińska M., (red.), *Młodzież w czasie wolnym. Między przyjemnością a obowiązkami. Z prac Sekcji Socjologii Młodzieży i Edukacji Polskiego Towarzystwa Socjologicznego*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2011.
212. Newcomb T.M., *Social psychology*, A Hold-Dryden Book, New York 1958.
213. NIK o wychowaniu fizycznym w szkołach, Najwyższa Izba Kontroli, <https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/nik-o-wychowaniu-fizycznym-w-szkolach-2013.html>, dostęp z dnia: 2.06.2024, godz. 16:21.
214. NIK, Infrastruktura rowerowa w miastach – są strategie, ale usterek wciąż za dużo, <https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/infrastruktura-rowerowa-w-miastach.html>, dostęp z dnia: 11.06.2024, godz. 20:08.
215. Nowak A., 50 najbardziej popularnych polskich sportowców w Google | 2004-2021, Widoczni, <https://widoczni.com/blog/polscy-sportowcy-w-google-od-2004-do-2021/>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 23.14.
216. Nowak S., *Metodologia badań socjologicznych*, PWN, Warszawa 1970.
217. Nowak S., *Metodologia badań społecznych*, PWN, Warszawa 2007.
218. Nowak S., *Metodologia badań społecznych*, PWN, Warszawa 2008.
219. Nowicka E., *Świat człowieka – świat kultury*, PWN, Warszawa 2009.
220. Nowicka E., *Świat człowieka – świat kultury*, Wydawnictwo naukowe PWN, Warszawa 2005.
221. Obuchowska I., *Adolescencja* (w:) Trempała J., Harwas-Napierała, *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, PWN, Warszawa 2009.

222. Obuchowska I., *Adolescencja*, (w:) Harwas-Napierała B., Trempała J. (red.), *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka. Tom II*, PWN, Warszawa 2000.
223. Obuchowska I., *Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*, WSiP, Warszawa 1996.
224. Okarmus J., Tytuła M., *Słownik wyrazów obcych*, PWN, Warszawa – Bielsko-Biała 2010.
225. Okoń W., *Słownik pedagogiczny*, PWN, Warszawa 1981.
226. Okoń W., *Zabawa a rzeczywistość*, WSiP, Warszawa 1987.
227. Oleszkowicz A., Senejko A., *Dorastanie* (w:) Trempała J., *Psychologia rozwoju człowieka*, PWN, Warszawa 2017.
228. Olympic Esports, *Prawo Sportowe*, <https://prawosportowe.pl/a/olympic-esports>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 11.51.
229. Ordyłowski M., *Historia kultury fizycznej. Starożytność – oświecenie*, AWF we Wrocławiu, Wrocław 2000.
230. Ordyłowski M., *Historia kultury fizycznej. Starożytność – oświecenie*, Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław 1997.
231. Orłowska M., Błeszyński J.J., *Czas wolny jako środowisko życia. Perspektywa pedagogiczna*, PWN, Warszawa 2016.
232. Orłowska M., *Przymus bezczynności. Studium pedagogiczno-społeczne czasu wolnego bezrobotnych*, Wydawnictwo APS, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007.
233. Orłowska M., *Różne oblicza czasu wolnego* (w:) Orłowska M., Błeszyński J.J., *Czas wolny jako środowisko życia. Perspektywa pedagogiczna*, PWN, Warszawa 2016.
234. Osiński W., *Teoria wychowania fizycznego*, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu, Poznań 2011.
235. Osiński W., *Zarys teorii wychowania fizycznego*, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu, Poznań 2002.
236. Ossowska M., *Socjologia moralności. Zarys zagadnień*, W: Krawczyk Z., *Sport w zmieniającym się społeczeństwie*, AWF Józefa Piłsudskiego, Warszawa 2000.
237. Osterloff K.W., *Historia sportu*, Nasza Księgarnia, Warszawa 1976.
238. Pacholski M., Słaboń A., *Słownik pojęć socjologicznych*, Wydawnictwo Akademii Ekonomicznej w Krakowie, Kraków 2001.

239. Pater D., Agresja w sporcie. Jak sobie z nią radzić?, *Kultura Bezpieczeństwa. Nauka – Praktyka – Refleksje*, nr 29, 2018, s. 144, DOI: 10.24356/KB/29/6, dostęp z dnia: 22.08.2024, godz. 22:34.
240. Pedersen M.R.L., Hansen A.F., Elmoose-Østerlund K., Motives and Barriers Related to Physical Activity and Sport across Social Backgrounds: Implications for Health Promotion, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2021, nr 18, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8198157/>, dostęp z dnia: 13.06.2024, godz. 19:23.
241. Peret-Drażewska P., Specyfika rozwojowa okresu adolescencji. Implikacje dla praktyki wychowawczej, *Roczniki Pedagogiczne*, nr 13, 2021, DOI:10.18290/rped21134.7, dostęp z dnia: 21.07.2024, godz. 18:41.
242. Piasecki E., *Obrzęd. Zabawa. Pieśń*, Przegląd Warszawski, 1923, nr 27.
243. Pieter J., *Zarys metodologii pracy naukowej*, PWN, Warszawa 1975.
244. Pietrasiński Z., *Rozwój człowieka dorosłego*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1990.
245. Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, ALMAMER WSE, Warszawa 2008.
246. Pięta J., *Pedagogika czasu wolnego*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2004.
247. Pilawska A., Pilawski A., Petryński W., *Zarys teorii i metodyki rekreacji ruchowej*, WSH, Katowice 2003.
248. Pilch T., Bauman T., *Zasady badań pedagogicznych. Strategie ilościowe i jakościowe*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2010.
249. Pilch T., Środowisko lokalne – struktura – funkcje – przemiany (W:) Pilch T., Lepalczyk I. (red.), *Pedagogika społeczna*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2003.
250. Pilch T., *Zasady badań pedagogicznych*, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 1995.
251. Platon, *Państwo*, Przekład Witwicki W., PWN, Warszawa 2010.
252. Pluhar E, I inni., Team Sport Athletes May Be Less Likely To Suffer Anxiety or Depression than Individual Sport Athletes, *Journal of Sports Science & Medicine*, 2019, nr 18, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6683619/>, dostęp z dnia: 15.08.2024, godz. 12:23.

253. Pływalnie kryte w Polsce. Inwentaryzacja bazy sportowej, Warszawa 2023, <https://www.gov.pl/attachment/1e6cc980-fbc9-43a7-a33e-dcfc8d63068f>, dostęp z dnia: 27.04.2024, godz. 20:03.
254. Podkański W., Wojtaś J., Prasa tradycyjna i cyfrowa. Wybrane zagadnienia, Konsument w zmieniającym się otoczeniu społecznym. Między dyferencjacją a pragmatyzmem, Prace Naukowe Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu, 2017, nr 501, s. 207.
255. Polacy przed 25 rokiem życia: Młodzi bierni lub bezrobotni, <http://serwisy.gazetaprawna.pl/praca-i-kariera/artykuly/931621,bezrobocie-wsrod-mlodych-polska.html>, dostęp z dnia: 20.12.2016, godz. 14.04.
256. Polski Związek Kół Gospodyń Wiejskich, <https://kolagospodyniejskich.org/o-nas/>, dostęp z dnia: 11.06.2024, godz. 21:52.
257. Portal Oświatowy, <https://www.portaloswiatowy.pl/materialy-partnerow/ile-szkol-prywatnych-dziala-w-polsce-gdzie-jest-ich-najwiecej-miedzy-innymi-te-dane-znajdziesz-w-bazie-firm-21681.html>, dostęp z dnia: 22.07.2023, godz. 12.48.
258. Pospiszyl I., Patologie społeczne, PWN, Warszawa 2010.
259. Powszechna Deklaracja Praw Człowieka i obywatela, uchwalona przez Zgromadzenie Ogólne ONZ rezolucją 217/III A w dniu 10 grudnia 1948 roku w Paryżu, UNIC Warsaw, Ośrodek Informacji ONZ w Warszawie, <http://www.unic.un.org.pl/dokumenty/deklaracja.php>, dostęp z dnia: 14 listopada 2019 roku, 14.46.
260. Przeclawski K. (red.), Czas wolny dzieci i młodzieży w Polsce, WSiP, Warszawa 1978.
261. Przeclawski K., Młodzież współczesna (w:) Sipińska D., Modrzewski J., Matysiak-Błaszczyk A. (red.), Socjalizacja w kategoriach wieku społecznego. Dzieciństwo i młodość. Standaryzacja socjalizacji inkluzyjnej, Leszno 2020.
262. Putri N., Kusumaningrum F., Attachment and Identity Foreclosure in The Latest Adolescent, European Union Digital Library, Conference: Proceedings of the 6th International Seminar on Psychology, 2024, DOI:10.4108/eai.18-7-2023.2343401, dostęp z dnia: 23.09.2024, godz. 21:23.
263. Radwan-Pragłowski J., Frysztański K., Społeczne dzieje pomocy człowiekowi. Od filantropii greckiej do pracy socjalnej, Śląsk, Katowice 1998.
264. Raport o stanie aktywności fizycznej dzieci i młodzieży w Polsce w ramach projektu Global Matrix 4.0. Dokument wspierający polityki i programy w obszarze

- aktywności fizycznej dzieci i młodzieży w samorządach terytorialnych i rządzie, 2020, [https://sportimpakt.org/wp-content/uploads/2022/10/Raport-o-stanie-aktywności-fizycznej-dzieci-i-mlodziezy-w-Polsce.pdf](https://sportimpakt.org/wp-content/uploads/2022/10/Raport-o-stanie-aktywnosci-fizycznej-dzieci-i-mlodziezy-w-Polsce.pdf), dostęp z dnia: 24.04.2024, godz. 23:21.
265. Reykowski J., Procesy emocjonalne. Motywacja. Osobowość (w:) Tomaszewski T. (red.), Psychologia ogólna, Warszawa 1992.
266. Roberts K., The Leisure of Young People in Contemporary Society, Arbor, nr 754, 2012, s. 333, <https://doi.org/10.3989/arbor.2012.754n2006>, dostęp z dnia: 15.07.2024, godz. 21:24.
267. Rocznik Statystyczny Pracy 2015, GUS, <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/roczniki-statystyczne/roczniki-statystyczne/rocznik-statystyczny-pracy-2015,7,4.html>, dostęp z dnia: 20.12.2016, godz. 14.45.
268. Ronaldo agrees to pay €19m fine to settle tax fraud case, The Guardian, <https://www.theguardian.com/football/2019/jan/22/ronaldo-fine-tax-fraud-case-madrid>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 21.22.
269. Rousseau J.J., Trzy rozprawy z filozofii społecznej (w:) Radwan-Pragłowski J., Frysztański K., Społeczne dzieje pomocy człowiekowi. Od filantropii greckiej do pracy socjalnej, Śląsk, Katowice 1998.
270. Rozalska M., 35-godzinny tydzień pracy dla urzędników miejskich; Leszno wprowadza pilotaż, Serwis Samorządowy PAP, <https://samorzad.pap.pl/kategoria/praca/35-godzinny-tydzien-pracy-dla-urzednikow-miejskich-leszno-wprowadza-pilotaz>, dostęp z dnia: 22.09.2024, godz. 21:28.
271. Rozpędowski M., Bezrobocie wśród młodych. Jak pokolenie Y radzi sobie na rynku pracy?, <http://www.money.pl/gospodarka/raporty/arttykul/bezrobocie-wsrod-mlodych-jak-pokolenie-y,185,0,1932729.html>, dostęp z dnia: 20.12.2016, godz. 13.24.
272. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 6 maja 2021 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii (Dz.U. 2021 poz. 861).
273. Różański T., Rozważania na temat kultury czasu wolnego młodzieży studenckiej (w:) Humeniuk M., Paszenda I. (red.), Codziennosc jako wyzwanie edukacyjne, Instytut Pedagogiki Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2017.
274. Różański T., Rozważania na temat kultury czasu wolnego młodzieży studenckiej, Instytut Pedagogiki Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2017, s. 237, [http://repozytorium.uni.wroc.pl/Content/79640/PDF/Rozanski\\_Tomasz\\_Rozwazania\\_](http://repozytorium.uni.wroc.pl/Content/79640/PDF/Rozanski_Tomasz_Rozwazania_)

- na\_temat\_kultury\_czasu\_wolnego\_mlodziemy\_studenckiej.pdf, dostęp z dnia: 15.07.2022, godz. 21:36.
275. Runyan W.M., *Life Histories and Psychobiography. Explorations in Theory and Method*, Oxford University Press, New York – Oxford 1984.
276. Rydzyński P., Tak wygląda wykluczenie, *Transport Publiczny*, [https://www.transport-publiczny.pl/wiadomosci/tak-wyglada-wykluczenie-75903.html?fbclid=IwAR0ZHFefCq7ckfoVueUkxAuV6my-MNVuN1ZGj7XpGpBo8v0xa\\_rcowHOMyc](https://www.transport-publiczny.pl/wiadomosci/tak-wyglada-wykluczenie-75903.html?fbclid=IwAR0ZHFefCq7ckfoVueUkxAuV6my-MNVuN1ZGj7XpGpBo8v0xa_rcowHOMyc), dostęp z dnia: 23.07.2023, godz. 17.22.
277. Rynek gastronomiczny w Polsce. Raport 2022, <https://www.horecanet.pl/rynek-gastronomiczny-w-polsce-raport/>, dostęp z dnia: 2.08.2023, godz. 21.55.
278. Rzeczkowski G., Jakie polskie problemy odsłania ACTA?. *Polityka*, <https://www.polityka.pl/tygodnikpolityka/kraj/1523937,1,jakie-polskie-problemy-odslania-acta.read>, dostęp z dnia: 21.03.2019, godz. 1.18.
279. Sapolsky R.M., *Dlaczego zebry nie mają wrzodów? Psychofizjologia stresu*, PWN, Warszawa 2011, s. 398.
280. Schirato T., *Understanding Sports Culture*, SAGE, Publications, Los Angeles – London – New Delhi – Singapore 2007.
281. Segiet K., O nowej kulturze czasu - wychowaniu i cywilizacji przyspieszenia, *Kultura – Społeczeństwo – Edukacja*, nr 1, Poznań 2017, <https://pressto.amu.edu.pl/index.php/kse/article/viewFile/18106/19013>, dostęp z dnia: 3.09.2024, godz. 12:10.
282. Sekuła-Kwaśniewicz H., Zbigniewa Krawczyka socjologiczna wizja sportu, W: Kosiewicz J. (red.), *Sport, kultura, społeczeństwo. Księga pamiątkowa w 75-lecie urodzin profesora Zbigniewa Krawczyka*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna w Warszawie, Warszawa 2006.
283. Serwis Ministerstwa Zdrowia i Narodowego Funduszu Zdrowia, Jak dbać o dobry sen, <https://pacjent.gov.pl/aktualnosc/jak-dbac-o-dobry-sen>, dostęp z dnia: 22.07.2023, godz. 16.04.
284. Sipińska D., Modrzewski J., Matysiak-Błaszczak A., (red.), *Socjalizacja w kategoriach wieku społecznego. Dzieciństwo i młodość. Standaryzacja socjalizacji inkluzyjnej. Przewodnik i teksty do ćwiczeń z socjologii wychowania*, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. J. A. Komeńskiego w Lesznie, Leszno 2010.

285. Skorny Z., Prace magisterskie z psychologii i pedagogiki: przewodnik metodologiczny dla studiujących nauczycieli, WSiP, Warszawa 1984.
286. Smykowska D., Współpraca szkoły z rodziną, Impuls, Kraków 2008.
287. Smyła J., Wokół wartości współczesnej młodzieży, *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, 2020, nr 39, <https://journals.umcs.pl/lrp/article/view/10089>, dostęp z dnia: 23.08.2023.
288. Stalmach M., Jodkowska M., Radiukiewicz K., Oblacińska A., Czas trwania snu u uczniów i jego związek z podejmowanymi zachowaniami zdrowotnymi, *Hygeia public health*, 2016, nr 51, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2016/hyg-2016-2-179.pdf>, dostęp z dnia: 22.07.2023, godz. 15.27.
289. Striniati D., Wprowadzenie do kultury popularnej, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 1998.
290. Sułkowski B., Zabawa. Studium socjologiczne, PWN, Warszawa 1984.
291. Svendsen L., A Philosophy of Boredom, Reaktion Books, London 2005.
292. Syrek E., Styl życia w rodzinie – konteksty socjalizacji w obszarze zdrowia, *Pedagogika Społeczna Nova*, Tom 2, nr 4, 2022, DOI:10.14746/psn.2022.4.03, dostęp z dnia: 12.07.2024, godz. 12:01.
293. Syrek E., Teoretyczne podstawy współczesnej pedagogiki zdrowia jako subdyscypliny pedagogiki, *Pedagogika Społeczna*, nr 2, 2019), DOI 10.35464/1642-672X.PS.2019.2.01, dostęp z dnia: 18.08.2024, godz. 16:00.
294. Syrek E., Teoretyczne standardy zdrowia dzieci i młodzieży a ich środowiskowe uwarunkowania w regionie górnośląskim. Studium pedagogiczno-społeczne, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 1997.
295. Syrek E., Zdrowie i wychowanie a jakość życia. Perspektywy i humanistyczne orientacje poznawcze, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2008.
296. Szacka B., Wprowadzenie do socjologii, Oficyna Naukowa, Warszawa 2003.
297. Szczepański J., Elementarne pojęcia socjologii, PWN, Warszawa 1970.
298. Szczepański J., Elementarne pojęcia socjologii, PWN, Warszawa 1972.
299. Szmidt K.J., Geneza pytań problemowych w badaniach pedagogicznych: dziedziczenie, odkrycie, zredefiniowanie (w:) Piekarski J., Urbaniak-Zajac D., Szmidt K.J. (red.) *Metodologiczne problemy tworzenia wiedzy w pedagogice. Oblicza akademickiej praktyki*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2011.
300. Sztompka P., Socjologia. Analiza społeczeństwa, Wydawnictwo Znak, Kraków 2004.



301. Sztumski J., Wstęp do metod i technik badań społecznych, PWN, Warszawa 1984.
302. Sztumski J., Wstęp do metod i technik badań społecznych, Wydawnictwo naukowe Śląsk”, Katowice 1999.
303. Sztumski J., Wstęp do metod i technik badań społecznych, Wydawnictwo naukowe Śląsk”, Katowice 2005.
304. Śiwiński W., Kultura fizyczna jako dział wychowania zdrowotnego w nowoczesnym społeczeństwie, W: Dziubiński Z., Jankowski K.W. (red.), Kultura fizyczna w społeczeństwie nowoczesnym, AWF im. Józefa Piłsudskiego, SOSRP, Warszawa 2009.
305. Tanaś V., Welskop W. (red.), Kultura czasu wolnego we współczesnym świecie, Wydawnictwo Naukowe Wyższej Szkoły Biznesu i Nauk o Zdrowiu, Łódź 2016.
306. Telford M.R., i inni, The influence of sport club participation on physical activity, fitness and body fat during childhood and adolescence: The LOOK Longitudinal Study, Journal of Sports Science & Medicine, 2016, nr 19, [https://www.jsams.org/article/S1440-2440\(15\)00090-0/fulltext](https://www.jsams.org/article/S1440-2440(15)00090-0/fulltext), dostęp z dnia: 10.08.2024, godz. 11:45.
307. Theiss W., Mała ojczyzna: perspektywa edukacyjno-uitylitarna (W:) Theiss W. (red.), Mała ojczyzna. Kultura. Edukacja. Rozwój lokalny, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2001, s. 11.
308. Tillmann K.J., Teorie socjalizacji. Społeczność, instytucja, upodmiotowienie, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006.
309. Toffler A., Szok przyszłości Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 1998.
310. Toffler A., Trzecia fala, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1997.
311. Tomaszewska D., Przystankersi – nowe zjawisko kulturowe w obszarze czasu wolnego młodzieży (w:) Muszyński W. (red.), Czas ukoj nas? Jakość życia i czas wolny we współczesnym społeczeństwie, Adam Marszałek, Toruń 2008.
312. Tomaszewski T. (red.) Psychologia, PWN, Warszawa 1975.
313. Tomaszewski T., Ślady i wzorce, WSiP, Warszawa 1976.
314. Top 10 Most Popular Athletes On Social Media 2023, Sports Monkie, <https://sportsmonkie.com/most-popular-athletes-on-social-media/>, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 22.53.

315. Torowska J., Kultura czasu wolnego studentów. Wybrane zagadnienia (w:) Pauluk D. (red.), Student na współczesnym uniwersytecie. Ideały i codzienność, Impuls, Kraków 2010.
316. Toti G., Czas wolny, Książka i Wiedza, Warszawa 1963.
317. Trempała J., Mechanizm zmiany rozwojowej (w:) Trempała J. (red.), Psychologia rozwoju człowieka. Podręcznik akademicki, PWN, Warszawa 2011.
318. Truskolaska J., Osoba i zabawa, Wydawnictwo KUL, Lublin 2007.
319. Truszkowska-Wojtkowiak M., Fenomen czasu wolnego, Harmonia Universalis, Gdańsk 2012.
320. Turner S.J., Helms B.D., Rozwój człowieka, WSiP S.A., Warszawa 1999.
321. Turowski L., Autokreacja w czasie wolnym (w:) Ciżkowska K., Sobczak M., (red.), Czas wolny – uwarunkowania społeczno-ekonomiczne i przyrodnicze, WSG, Bydgoszcz 2007.
322. Tyszkowa Z., Rodzina w czasach szybkich przemian, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2002.
323. Tyszkowa M., Jednostka a rodzina: interakcje – stosunki – rozwój (w:) Przetacznik-Gierowska M., Tyszkowa M., Psychologia rozwoju człowieka. Zagadnienia ogólne, Tom I, PWN, Warszawa 2014.
324. Uflotte J., Das Turnkonzept Friedrich Ludwig Jahns, Modell und Impulsgeber für die Region?, Dorsten 2002.
325. Ulatowski T., Teoria i metodyka sportu, Sport i Turystyka, Warszawa 1981.
326. Veblen T., Teoria klasy próżniaczej, PWN, Warszawa 1971.
327. Wachnicki M., Szwecja testuje 6-godzinny dzień pracy. "Pracownicy biorą wtedy mniej wolnego", [http://wyborcza.pl/1,76842,16082005,Szwecja\\_testuje\\_6\\_godzinny\\_dzien\\_pracy\\_\\_\\_Pracownicy.html](http://wyborcza.pl/1,76842,16082005,Szwecja_testuje_6_godzinny_dzien_pracy___Pracownicy.html), dostęp z dnia: 20.12.2016, godz. 12.45.
328. Walczak M., Wychowanie do wolnego czasu, WSP, Zielona Góra 1994.
329. Walentynowicz-Moryl K., Co po szkole? Udział młodzieży w zajęciach dodatkowych (w:) Narkiewicz-Niedbalec E., Zielińska M., (red.), Młodzież w czasie wolnym. Między przyjemnością a obowiązkami. Z prac Sekcji Socjologii Młodzieży i Edukacji Polskiego Towarzystwa Socjologicznego, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2011, s. 132.
330. Weber M., Szkice z socjologii religii, Książka i wiedza, Warszawa 1995.

331. Whitley MA, Massey WV, Wilkison M. A systems theory of development through sport for traumatized and disadvantaged youth, *Psychology of Sport and Exercise*, 2018, nr 38,  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S146902921830075X?via%3Di> hub, dostęp z dnia: 16.08.2024, godz. 14:17.
332. WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour, World Health Organization, Geneva 2020.
333. Winiarski R. (red.), *Rekreacja i czas wolny*, Oficyna Wydawnicza Łośgraf, Warszawa 2012.
334. Winiarski R., *Motywacja aktywności rekreacyjnej człowieka: założenia teoretyczno-metodologiczne oraz wyniki badań*, Kraków 1991.
335. Winiarski R., *Wprowadzenie do zagadnień rekreacji i czasu wolnego (w:)* Winiarski R. (red.), *Rekreacja i czas wolny*, Oficyna Wydawnicza Łośgraf, Warszawa 2012.
336. Winiarski R.W., *Aktywność sportowa młodzieży. Geneza – struktura – uwarunkowania*, Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie, Kraków 1995.
337. Winnicot D.W., *Zabawa a rzeczywistość*, Wydawnictwo Imaga, Gdańsk 2011.
338. Witkowski L., *Rozwój i tożsamość w cyklu życia. Studium koncepcji Erika H. Eriksona*, Wyższa Szkoła Edukacji Zdrowotnej w Łodzi, Łódź 2009.
339. Włodarczyk E., *Kultura (w:) Pilch J., (red.), Encyklopedia Pedagogiczna XXI. Tom II*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2003.
340. Włodarek J., Ziółkowski M. (red.), *Metoda biograficzna w socjologii*, PWN, Warszawa – Poznań 1990.
341. Wnuk-Lipiński E., *Budżet czasu – struktura społeczna – polityka społeczna*, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław – Warszawa – Kraków – Gdańsk – Łódź 1981.
342. Wnuk-Lipiński E., *Czas wolny. Współczesność i perspektywy*, Instytut Wydawniczy CRZZ, Warszawa 1975.
343. Wnuk-Lipiński E., *Praca i wypoczynek w budżecie czasu*, PWN, Warszawa 1982.
344. Wnuk-Lipiński E., *Rozumienie kultury. Szkice socjologiczne*, Instytut Wydawniczy CRZZ, Warszawa 1979.

345. Wnuk-Lipiński E., Socjologia życia publicznego, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2005.
346. Wolter E., Samorealizacja w czasie wolnym (w:) Ciżkowska K., Sobczak M., (red.), Czas wolny – uwarunkowania społeczno-ekonomiczne i przyrodnicze, WSG, Bydgoszcz 2007.
347. Woynarowska B., Mazur J., Uczestnictwo młodzieży w zajęciach związanych z aktywnością fizyczną poza szkołą i uprawianie sportu w czasie wolnym (W:) Aktywność fizyczna młodzieży szkolnej w wieku 9-17 lat. Aktualne wskaźniki, tendencje ich zmian oraz wybrane zewnętrzne i wewnętrzne uwarunkowania, Raport z badań, Instytut Matki i Dziecka. Zakład Zdrowia Dzieci i Młodzieży, Warszawa 2013, <https://www.msit.gov.pl/pl/sport/badania-i-analazy/aktywnosc-fizyczna-dzie/576,Aktywnosc-fizyczna-dzieci-i-mlodziezy.html>, dostęp z dnia: 16.08.2023, godz. 20.15.
348. Woynarowska, B., Mazur, J., Oblacińska, A., Uczestnictwo uczniów w lekcjach wychowania fizycznego w szkołach w Polsce, Hygea Public Health, nr 50, 2015.
349. Wroczyński R., Dzieje wychowania fizycznego i sportu od końca XVIII wieku do roku 1918, Wydawnictwo Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław – Warszawa – Kraków – Gdańsk 1971.
350. Wroczyński R., Pedagogika społeczna, PWN, Warszawa 1976.
351. Wroczyński R., Pedagogika społeczna, PWN, Warszawa 1979.
352. Wroczyński R., Powszechne dzieje wychowania fizycznego i sportu, Wydawnictwo BK, Wrocław 2003.
353. Wrzesień W., Krótka historia młodzieżowej subkulturowości, PWN, Warszawa 2013.
354. Wujek T., Praca domowa i czynny wypoczynek ucznia, PZWS, Warszawa 1969, s. 106.
355. Wychowanie fizyczne i sport w szkołach publicznych i niepublicznych, Informacja o wynikach kontroli Najwyższa Izba Kontroli, 2013, s. 9, <https://www.nik.gov.pl/plik/id,5655,vp,7324.pdf>, dostęp z dnia: 2.06.2024, godz. 17:29.
356. Zaczyński W., Praca badawcza nauczyciela, WSiP, Warszawa 1968.
357. Zdzieborska M., Dzięki zmianie cyklu wydawniczego sprzedaż „Przeglądu Sportowego” przekracza 20 tys. egz., Press, <https://www.press.pl/tresc/77744,dzieki->

zmianie-cyklu-wydawniczego-srednia-sprzedaz----przekladu-sportowego----  
przekracza-20-tys\_-egz\_, dostęp z dnia: 15.08.2023, godz. 23.31.

358. Zhang X., Ha L., Time budget, news search time cost, and news media choice, *Time & Society*, University of North Texas Library, 2015, nr 24.
359. Zimbardo P., Boyd J., *Paradoks czasu*, PWN, Warszawa 2009.
360. Złotkowska R., i inni, Negatywne skutki aktywności fizycznej oraz uprawiania sportu, *Hygeia Public Health*, nr 50, 2015, s. 43, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2015/hyg-2015-1-041.pdf>, dostęp z dnia: 28.06.2024, godz. 12:01.
361. Znaniecki F., *Nauki o kulturze. Narodziny i rozwój*, PWN, Warszawa 1971.
362. Znaniecki F., *Socjologia wychowania*, PWN, Warszawa 2001.
363. Znaniecki F., *Wstęp do socjologii*, PWN, Warszawa 1988.
364. Związek Ochotniczych Straży Pożarnych Rzeczypospolitej Polskiej, <https://zosprp.pl/sport/>, dostęp z dnia: 11.06.2024, godz. 21:56.

## **Spis tabel**

- Tabela nr 1. Typ szkoły, do której uczęszcza badana młodzież
- Tabela nr 2. Płeć badanej młodzieży
- Tabela nr 3. Miejsce zamieszkania badanej młodzieży
- Tabela nr 4. Czas poświęcany przez młodzież na poszczególne czynności dnia
- Tabela nr 5. Aktywności, które młodzież może podejmować w czasie wolnym
- Tabela nr 6. Miejsca, w których młodzież dostrzega możliwości spędzania wolnego czasu
- Tabela nr 7. Zajęcia uprawiane przez młodzież w czasie wolnym
- Tabela nr 8. Miejsca, w których młodzież spędza czas wolny
- Tabela nr 9. Osoby, z którymi młodzież spędza czas wolny
- Tabela nr 10. Zajęcia, które młodzież w czasie wolnym uprawia najchętniej
- Tabela nr 11. Sposoby spędzania czasu wolnego, które młodzież uznaje za najbardziej atrakcyjne
- Tabela nr 12. Brakujące młodzieży sposoby spędzania czasu wolnego
- Tabela nr 13. Rodzaje kontaktu młodzieży ze sportem w czasie wolnym
- Tabela nr 14. Sposoby zajmowania się sportem przez młodzież w czasie wolnym
- Tabela nr 15. Rodzaje aktywności sportowej uprawiane rekreacyjnie przez młodzież w czasie wolnym
- Tabela nr 16. Sporty uprawiane w klubach sportowych przez młodzież w czasie wolnym
- Tabela nr 17. Motywy podejmowania przez młodzież aktywności sportowej
- Tabela nr 18. Miejsca, w których młodzież uprawia aktywność sportową
- Tabela nr 19. Osoby, z którymi młodzież uprawia zajęcia sportowe
- Tabela nr 20. Dyscypliny sportu uprawiane w młodzieżowych grupach rówieśniczych
- Tabela nr 21. Wzory zachowań sportowych, jakich dostarczają młodzieży ich grupy rówieśnicze
- Tabela nr 22. Stopień, w jakim sport jest obecny w życiu rodzin młodzieży
- Tabela nr 23. Osoby interesujące się sportem w rodzinach młodzieży
- Tabela nr 24. Osoby uprawiające aktywność sportową w rodzinach młodzieży
- Tabela nr 25. Sporty uprawiane przez kogoś w rodzinach młodzieży
- Tabela nr 26. Stopień, w jakim członkowie rodziny zachęcali badanych do uprawiania sportu
- Tabela nr 27. Członkowie rodziny, którzy zachęcali badanych do uprawiania sportu
- Tabela nr 28. Rodzaje aktywności, które są podejmowane przez uczniów w ramach wychowania fizycznego w szkole

Tabela nr 31. Możliwości uprawiania aktywności sportowej w szkole, jakie mają uczniowie

Tabela nr 32. Oczekiwania młodzieży w zakresie oferty sportowej szkoły

## **Spis diagramów**

Diagram nr 1. Ocena posiadanej ilości czasu wolnego przez młodzież

Diagram nr 2. Ocena posiadanej ilości czasu wolnego przez młodzież z uwzględnieniem typu szkoły

Diagram nr 3. Stopień, w jakim aktywność sportowa wypełnia czas wolny młodzieży

Diagram nr 4. Stopień, w jakim zajęcia sportowe wypełniają czas wolny młodzieży z uwzględnieniem płci

Diagram nr 5. Stopień, w jakim zajęcia sportowe są dla młodzieży atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego

Diagram nr 6. Stopień, w jakim zajęcia sportowe są dla młodzieży atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego z uwzględnieniem płci

Diagram nr 7. Stopień, w jakim zajęcia sportowe są obecne w życiu młodzieży

Diagram nr 8. Stopień, w jakim zajęcia sportowe są obecne w życiu młodzieży z uwzględnieniem płci

Diagram nr 9. Wiek, w którym młodzież rozpoczęła uprawianie aktywności sportowej

Diagram nr 10. Częstość uprawiania aktywności sportowej przez młodzież

Diagram nr 11. Czas poświęcany w tygodniu przez młodzież na uprawianie aktywności sportowej (z uwzględnieniem płci)

Diagram nr 12. Czas poświęcany w tygodniu przez młodzież na uprawianie aktywności sportowej (z uwzględnieniem miejsca zamieszkania)

Diagram nr 13. Godziny w ciągu dnia, w których młodzież uprawia zajęcia sportowe w czasie wolnym

Diagram nr 14. Dni tygodnia, w którym młodzież uprawia zajęcia sportowe w czasie wolnym



**Aneks**

# Kwestionariusz ankiety

*Drogi Uczniu,*

*nazywam się Tomasz Dyrdół. Jestem doktorantem na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Prowadzę badania nad rolą sportu w czasie wolnym młodzieży. Zawracam się do Ciebie z uprzejmą prośbą o udział w tych badaniach poprzez udzielenie odpowiedzi na pytania zawarte w tej ankiecie. Jest ona anonimowa (nie musisz jej podpisywać). Twoje wypowiedzi zostaną wykorzystane wyłącznie do celów naukowych. Będę Ci wdzięczny za szczere i wyczerpujące odpowiedzi.*

*Z góry serdecznie dziękuję Ci za poświęcony mi czas*

*T.D.*

**1. Zastanów się jak wygląda Twój przeciętny dzień? Ile godzin średnio poświęcasz na** (podaj w godzinach, pamiętając, że masz ich do dyspozycji tylko 24): (1.1.)

- a) szkołę i/lub pracę (łącznie z czasem dojazdu): ..... godzin
- b) obowiązki domowe (np. sprzątanie, robienie zakupów): ..... godzin
- c) zaspokajanie podstawowych potrzeb organizmu (np. spanie, jedzenie): ..... godzin
- d) zajęcia czasu wolnego (np. zabawa, rozwój zainteresowań): ..... godzin
- e) inne (jakie i ile godzin?).....godzin

**2. Jak oceniasz ilość czasu wolnego, którym dysponujesz?** (zaznacz właściwą odpowiedź) (1.2.)

- a) mam bardzo dużo czasu wolnego
- b) mam dużo czasu wolnego
- c) mam średnią ilość czasu wolnego
- d) mam mało czasu wolnego
- e) mam bardzo mało czasu wolnego

**3. W niektórych miejscowościach można w ciekawy sposób spędzać czas wolny, w innych mało się dzieje. Jak to jest w Twojej okolicy? Co możesz robić w swoim czasie wolnym?** (wpisz w wykropkowane miejsce, co i gdzie możesz robić) (2.1.)

Co możesz robić?	Gdzie możesz tak spędzać czas?
1. ....	.....
2. ....	.....
3. ....	.....
4. ....	.....

**4. A na co zwykle przeznaczasz swój czas wolny?** (wpisz w wykropkowane miejsca) (2.2.)

- a) najbardziej na: .....
- b) potem na: .....
- c) a także na: .....

**5. Gdzie najczęściej spędzasz czas wolny?** (wpisz w wykropkowane miejsca) (2.2.)

- a) po zajęciach w szkole  
.....  
.....  
.....
- b) w dni wolne od zajęć szkolnych  
.....  
.....  
.....
- c) w wakacje  
.....  
.....  
.....

**6. Z kim najczęściej spędzasz swój czas wolny?** (zaznacz wszystko, co dotyczy Ciebie) (2.2.)

- a) z najbliższymi przyjaciółmi
  - b) z dalszymi znajomymi
  - c) z moim chłopakiem/dziewczyną
  - d) z rodzeństwem i/lub rodzicami
  - e) z nauczycielami, trenerami i/lub instruktorami w zorganizowanej grupie
  - f) sama/sam
  - g) z kimś innym (z kim?) .....
- .....

**7. Co najbardziej lubisz robić w swoim czasie wolnym? Z wszystkich podejmowanych przez Ciebie czynności wymień te, które podejmujesz najchętniej (niekonieczne najczęściej).** (wpisz w wykropkowane miejsca) (3.1.)

.....

.....

.....

.....

**8. Jakie sposoby spędzania czasu wolnego są według Ciebie najbardziej ciekawe i przyjemne? Podaj kilka propozycji najbardziej atrakcyjnych sposobów spędzania czasu wolnego (nawet takich, których sam nie podejmujesz):** (wpisz w wykropkowane miejsca) (3.2.)

- a) .....
- b) .....
- c) .....
- d) .....
- e) .....
- f) .....

**9. Jakich sposobów spędzania czasu wolnego Tobie brakuje? Co chciałbyś/chciałabyś robić w czasie wolnym, ale z różnych powodów nie możesz?** (wpisz w wykropkowane miejsca) (3.3.)

.....

.....

.....

.....

**10. Jaką część swojego czasu wolnego przeznaczasz na sport?** (zaznacz właściwą odpowiedź) (4.1.)

- a) na sport przeznaczam prawie cały swój wolny czas
- b) sport wypełnia mi dużą część czasu wolnego
- c) na sport przeznaczam umiarkowaną ilość czasu wolnego
- d) sport wypełnia mi małą część czasu wolnego
- e) prawie wcale nie przeznaczam wolnego czasu na sport

**11. Na ile lubisz zajmować się sportem w swoim czasie wolnym?** (zaznacz właściwą odpowiedź) (4.2.)

- a) sport jest dla mnie bardzo atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego
- b) sport jest dla mnie atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego
- c) sport jest dla mnie średnio atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego
- d) sport jest dla mnie mało atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego
- e) sport wcale nie jest dla mnie atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego
- f) nie mam zdania

**12. Jak bardzo sport jest obecny w Twoim życiu? Czy Ty i/lub Twoi najbliżsi się nim zajmujecie (uprawiacie sport, kibicujecie itd.)? (zaznacz właściwą odpowiedź) (5.1.)**

- a) całkowicie
- b) w dużym stopniu
- c) częściowo
- d) w niewielkim stopniu
- e) wcale

**13. W jaki sposób sport jest obecny w Twoim życiu (Twoim i/lub Twoich najbliższych)? (możesz zaznaczyć więcej niż jedną odpowiedź) (5.2.)**

- a) poprzez uprawianie sportu
- b) poprzez rozmowy o sporcie
- c) poprzez kibicowanie jakiemuś sportowcowi lub zespołowi
- d) poprzez chodzenie na zawody sportowe
- e) poprzez oglądanie wydarzeń sportowych w telewizji i Internecie
- f) inne (jak jeszcze?) .....
- g) w ogóle nie jest obecny

**14. A w jaki sposób Ty angażujesz się w sport?**

(wstaw znak „x” we właściwe miejsca w tabeli) (5.3.) (5.4.)

Sposoby uczestnictwa w sporcie	Często	Czasami	Wcale
a) uprawiam sport samodzielnie i/lub z kolegami głównie dla przyjemności (jeśli tak, to wpisz jaki to sport) .....			
b) uprawiam sport w klubie sportowym i/lub pod okiem trenera (jeśli tak, to wpisz jaki to sport) .....			
c) uprawiam sporty wymagające specjalnych przygotowań, uprawnień, specjalistycznego sprzętu lub trudno dostępnych miejsc treningowych (jeśli tak, to wpisz jaki to sport oraz jakie ma wymagania) .....			
d) startuję w zawodach sportowych			
e) chodzę na zawody sportowe			
f) oglądam sport w telewizji i Internecie			
g) kupuję gazety i czasopisma sportowe			
h) czytam o sporcie w Internecie			
i) śledzę wyniki sportowe ulubionych sportowców i zespołów			
j) rozmawiam o sporcie ze znajomymi i rodziną			

**15. W jakim wieku zacząłeś/zaczęłaś uprawiać jakiś sport? (6.2.)**

- a) zacząłem/zaczęłam uprawiać sport, gdy miałem/miałam: ..... lat (wpisz wiek w latach).
- b) nigdy nie uprawiałem/uprawiałam sportu

**16. Jak często teraz uprawiasz sport?** (zaznacz właściwą odpowiedź) (6.2.)

- a) bardzo często – prawie codziennie
- b) często – kilka razy w tygodniu
- c) raz po raz – każdego tygodnia
- d) rzadko – rzadziej niż raz w tygodniu
- e) wcale lub prawie wcale nie uprawiam sportu

**17. A ile czasu tygodniowo poświęcasz na czynne uprawianie sportu?**

(zaznacz właściwą odpowiedź) (6.2.)

- a) nie uprawiam sportu
- b) bardzo mało; do 1 godziny
- c) raczej mało; więcej niż 1 godzinę, ale mniej niż 3 godziny
- d) umiarkowanie dużo; od 3 do 6 godzin
- e) raczej dużo; więcej niż 6 godzin, ale mniej niż 10 godzin
- f) bardzo dużo; 10 godzin i więcej

**18. Kiedy masz czas i możliwości żeby uprawiać sport?** (wpisz w wykropkowane miejsca) (7.3.)

a) w ciągu dnia (podaj godziny lub porę dnia)

.....  
.....  
.....

b) w ciągu tygodnia (podaj dni tygodnia)

.....  
.....  
.....

**19. Z kim zwykle uprawiasz sport?** (możesz wybrać więcej niż jedną odpowiedź) (7.2.)

- a) z przyjaciółmi/z moja „paczką”
- b) z dalszymi znajomymi, z którymi spędzam czas też w inny sposób
- c) z dalszymi znajomymi, z którymi łączy mnie głównie sport
- d) z rodziną
- e) z nauczycielami, trenerami, instruktorami i kolegami z klubów sportowych
- f) sama/sam
- g) z innymi osobami (z kim?) .....

**20. Podaj miejsca, w których zwykle uprawiasz sport.** (wpisz w wykropkowane miejsca) (7.1.)

a) najczęściej:

.....  
.....

b) często:

.....  
.....

c) niekiedy:

.....  
.....

**21. Co sprawia, że chcesz uprawiać sport? Co daje Ci uprawianie sportu?** (wpisz w wykropkowane miejsca) (6.1.)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**22. Czy w Twojej szkole możesz uprawiać różne aktywności sportowe? Czy:** (wypełnij tabelę, wstawiając znak „x” w odpowiednich miejscach po prawej stronie) (10.3.) (10.4.)

	Tak	Nie	Nie wiem
a) podczas lekcji wf. uprawiacie sport (jeśli tak, to wpisz jaki to sport) ..... .....			
b) możesz w szkole uprawiać jakiś sport na zajęciach pozalekcyjnych (jeśli tak, to wpisz, co to za zajęcia i jaki to sport?) ..... .....			
c) organizowane są sportowe zawody międzyklasowe			
d) szkoła bierze udział w międzyszkolnych zawodach sportowych			
e) podczas lekcji wf. boisko sportowe i/lub sala gimnastyczna jest przeznaczona tylko dla jednej klasy			
f) lekcje wf. odbywają się na korytarzach i w innych niedostosowanych do tego miejscach			
g) możesz skorzystać z sali gimnastycznej po lekcjach			
h) możesz skorzystać z boisk sportowych po lekcjach			
i) możesz skorzystać z boiska sportowego podczas przerw			
j) możesz skorzystać z sali gimnastycznej podczas przerw			
k) w szkole brakuje sprzętu sportowego (jeśli tak, to wpisz jakiego?) ..... .....			
l) możesz skorzystać ze szkolnego sprzętu sportowego podczas przerw			

**23. Co zwykle robisz podczas obowiązkowych lekcji wychowania fizycznego? (wpisz w wykropkowane miejsca) (10.1.)**

- a) najczęściej: .....
- .....
- .....
- b) często: .....
- .....
- .....
- c) czasami: .....
- .....
- .....

**24. Na ile lekcje wychowania fizycznego w szkole rozbudziły Twoje zainteresowania sportem, zachęciły Ciebie do uprawiania sportu i podniosły Twoje umiejętności sportowe? (zaznacz właściwą odpowiedź) (10.2.)**

- a) w bardzo dużym stopniu
- b) w dużym stopniu
- c) częściowo
- d) w małym stopniu
- e) w bardzo małym stopniu
- f) trudno powiedzieć

**25. Jak myślisz, co szkoła mogłaby zrobić, aby umożliwić lub ułatwić uczniom uprawianie sportu? (wpisz swoje propozycje w wykropkowane miejsca) (10.5.)**

a) najważniejsze jest to, żeby:

.....

.....

b) potem ważne jest to, żeby:

.....

.....

c) ważne jest także to, aby:

.....

.....

**26. Gdzie w Twojej okolicy możesz uprawiać sport? Podaj czy w Twojej okolicy są dostępne niżej wymienione obiekty i urządzenia sportowe. Jeśli są dostępne, to jak często z nich korzystasz? (wstaw znak „x” w odpowiednich miejscach w tabeli) (12.1.) (12.2.)**

Obiekty i urządzenia sportowe	Są dostępne				Nie ma ich w mojej okolicy
	ale z nich nie korzystam	ale rzadko z nich korzystam	i czasami z nich korzystam	i często z nich korzystam	
a) stadion lekkoatletyczny					
b) boisko do piłki nożnej ze sztuczną nawierzchnią					
c) trawiaste boisko do piłki nożnej					
d) boisko do koszykówki					
e) boisko do siatkówki					
f) ścieżki rowerowe					
g) basen					
h) lodowisko					
i) skatepark					
j) trasy narciarskie					
k) siłownie					
l) kluby fitness					
ł) sale gimnastyczne					
m) korty tenisowe					
n) boiska ze sztucznym oświetleniem (do jakiej dyscypliny?)					
.....					
.....					
o) inne (co jeszcze?)					
.....					
.....					



**27. Jakich obiektów i urządzeń sportowych najbardziej Ci brakuje? Z czego byś chętnie korzystał/korzystała, gdyby były dostępne? (wpisz w wykropkowane miejsca) (13.3.)**

a) najbardziej brakuje mi: .....

b) potem brakuje mi: .....

c) brakuje mi także: .....

**28. Jak myślisz, co powoduje, że wielu Twoich rówieśników nie uprawia czynnie sportu? (wstaw znak „x” we właściwe miejsca w tabeli) (13.1.)**

Bariery w uprawianiu sportu	Tak	Czasami	Nie
a) brak wolnego czasu			
b) brak pieniędzy			
c) stan zdrowia			
d) brak chęci – ogólnie nie lubią sportu			
e) słaba kondycja i niski poziom sportowy			
f) brak sprzętu, urządzeń i obiektów sportowych			
g) brak chętnych kolegów i koleżanek do uprawiania sportu			
h) niechęć do wysiłku i systematycznej pracy			
i) niechęć do rywalizacji (nie lubią przegrywać)			
j) brak interesujących ofert sportowych			
k) inne (co jeszcze?) .....			

**29. Które z tych przeszkód są najtrudniejsze do przezwyciężenia? (wpisz wybrane propozycje z tabeli powyżej i/lub dopisz własne) (13.2.)**

.....

\*

**Na koniec podaj proszę kilka informacji o sobie** (przypominam, że Twoje odpowiedzi są anonimowe i nie zostaną nikomu udostępnione).

**Szkoła** (podkreśl właściwą odpowiedź): liceum ogólnokształcące, technikum, szkoła branżowa

**Klasa** (wpisz klasę, do której chodzisz): .....

**Wiek** (wpisz wiek w latach): .....

**Płeć** (podkreśl właściwe): kobieta, mężczyzna

**Miejsca zamieszkania** (zaznacz właściwą odpowiedź):

a) wieś

b) małe miasto (do 50 tysięcy mieszkańców)

c) średnie i duże miasto (powyżej 50 tysięcy mieszkańców)


**Województwo** (zaznacz właściwą odpowiedź):

a) dolnośląskie

b) lubuskie

c) wielkopolskie

d) inne (jakie?) .....



Numer wywiadu

## Kwestionariusz wywiadu

*Drogi Uczniu,  
nazywam się Tomasz Dyrdól. Jestem doktorantem na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Prowadzę badania nad rolą sportu w czasie wolnym młodzieży. Chciałbym zadać Ci kilka pytań na ten temat.*

*Zapewniam Cię, że badania są anonimowe. Wszystkie Twoje odpowiedzi zostaną wykorzystane wyłącznie do celów naukowych. Będę zatem wdzięczny za szczere i wyczerpujące odpowiedzi.*

**1. Na początek chciałbym zadać Ci kilka pytań o sport w Twojej grupie koleżeńskiej. Jak bardzo Twoi koledzy i koleżanki są zaangażowani w sport (np. uprawiają sport, kibicują na stadionach, organizują zawody sportowe)? Na ile sport jest obecny w życiu Twoich znajomych? (8.1.)**

- a) w bardzo dużym stopniu
- b) w dużym stopniu
- c) częściowo
- d) w niewielkim stopniu
- e) wcale

**2. Jak często sport jest obecny podczas spotkań z Twoimi koleżankami i kolegami? Jak często podczas spotkań ze znajomymi uprawiacie sport, rozmawiacie o sporcie, kibicujecie lub w inny sposób zajmujecie się sportem? (8.2.)**

- a) zawsze lub prawie zawsze
- b) często
- c) czasami
- d) rzadko
- e) nigdy lub prawie nigdy

**3. Powiedziałeś/powiedziałaś, że w grupie Twoich znajomych lub przyjaciół są osoby, które interesują się sportem np. uprawiają sport, kibicują, czytają o sporcie? Czy Ty chciałbyś/chciałabyś podzielać lub już dzielasz ich sportowe pasje? Jeśli tak, to jakie? (8.4.)**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**4. Jakie dyscypliny sportowe uprawiacie w swojej paczce? (8.3.)**

- a) najczęściej: .....
- .....
- .....
- .....
- b) często: .....
- .....
- .....
- .....
- c) uprawiają także: .....
- .....
- .....
- .....

**5. A jak przedstawia się kwestia sportu w Twojej rodzinie? Czy w Twojej rodzinie ktoś interesuje się sportem i/lub uprawia sport? (9.1.)**

- a) zdecydowanie tak - prawie wszyscy
- b) raczej tak, duża część mojej rodziny się nim interesuje
- c) częściowo, niektórzy tak, inni nie
- d) raczej nie, niewielka część mojej rodziny się nim interesuje
- e) zdecydowanie nie, prawie nikt się nim nie interesuje

**6. Kto w Twojej rodzinie interesuje się sportem? Kto czyta o sporcie, ogląda go w telewizji lub kibicuje jakiemuś sportowcowi/zespołowi? (9.2.)**

- a) nikt
- b) tata
- c) mama
- d) rodzeństwo (podaj imiona i wiek w latach) .....
- .....
- .....
- .....
- e) inni/dalsza rodzina (kto?) .....
- .....
- .....
- .....





\*

**Na koniec podaj proszę kilka informacji o sobie** (przypominam, że Twoje odpowiedzi są anonimowe i nie zostaną nikomu udostępnione).

**Szkoła:** liceum ogólnokształcące, technikum, szkoła branżowa

**Klasa:** .....

**Wiek:** .....

**Płeć:** kobieta, mężczyzna

**Miejsca zamieszkania:**

- a) wieś
- b) małe miasto (do 50 tysięcy mieszkańców)
- c) średnie lub duże miasto (powyżej 50 tysięcy mieszkańców)

**Województwo:**

- a) dolnośląskie
  - b) lubuskie
  - c) wielkopolskie
  - d) inne (jakie?)
- .....

*Bardzo dziękuję za poświęcony czas*