



УДК 613.8:796.01

EDUKACJA ZDROWOTNA JAKO TŁO DLA EKONOMII KULTURY FIZYCZNEJ

HEALTH EDUCATION AS A
BACKGROUND FOR THE ECONOMICS
OF PHYSICAL CULTURE

Paulina KREFT¹, Damian KOWALSKI², Rafał GLAZIK²

¹ *Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu im. Jędrzeja Śniadeckiego w Gdańsku, Wydział Kultury Fizycznej*

² *Lwowski Państwowy Uniwersytet Kultury Fizycznej im. Iwana Boberskiego*

Streszczenie. Ekonomiczne podstawy kultury fizycznej mieszczą się przede wszystkim w kwestii zdrowia. Zdrowy człowiek to osoba, która nie wydaje pieniędzy na leki, lekarzy, szpitale, badania, etc. Ekonomia wychowania fizycznego polega na aktywności, która daje ludziom sprawność fizyczną, prowadzi do zdrowia, a ono prowadzi do oszczędności. W edukacji zdrowotnej winno się mówić o pozytywnych aspektach kultury fizycznej. W niniejszej pracy będę starała się udowodnić wyżej ustaloną tezę na podstawie literatury przedmiotu.

Michał Bronikowski pisze, że wychowanie fizyczne jest kwestią fundamentalną dla zdrowego stylu życia dzieci i młodzieży. Powinno

przygotować młodych ludzi w czterech obszarach, które są fundamentem życia w zdrowiu:

- filozoficznym, wyznaczenie i realizowanie ideału wychowania w kulturze dbałości o własne ciało,
- społeczno – kulturowym, społeczna użyteczność w kwestii czynności prozdrowotnych oraz kulturotwórczych,
- biologicznym – prawidłowy, rozwój somatyczno-motoryczny dojrzewającego organizmu;
- pedagogicznym, wyposażenie jednostki w wiadomości i umiejętności niezbędne do aktywnego funkcjonowania w kulturze fizycznej.

Owe obszary są odpowiedzialne zarówno za zdrowie, jak i podejście do kultury fizycznej i zdrowia człowieka. Aby owe aspekty poprawnie wytworzyły się w jednostce, potrzebna jest odpowiednia edukacja w zakresie wychowania fizycznego, która powinna opierać się na:

- społecznej użyteczności,
- przygotowaniu do aktywnego uczestnictwa w szeroko rozumianej kulturze fizycznej,
- zapewnianie prawidłowego rozwoju biologicznego,
- wyposażenie jednostki w umiejętności w zakresie form aktywności fizycznej.

Aby wpoić dzieciom i młodzieży, jak ważny jest ruch fizyczny, jak on wpływa na zdrowie, trzeba wytworzyć emocjonalny stosunek do aktywności fizycznej w dziecku, co niestety jest coraz trudniejsze. Nauczyciele wychowania fizycznego stają przed ogromnym zadaniem, które opiera się na walce ich z postępowaniem technologicznym, w tym m.in. komputerami. Jeżeli uczeń będzie wychowany z wiedzą, jak ważna jest kultura fizyczna, wpłynie to na jego walkę ze stresem i chorobami cywilizacyjnymi. Podsumowując: kształcenie w kulturze fizycznej prowadzi do wpojenia uczniowi wiedzy na temat pozytywnych skutków aktywności fizycznej, co za tym idzie: człowiek traktuje aktywność jako codzienność i coś niezbędne, więc w rezultacie ćwiczy, to zaś prowadzi do uniknięcia chorób, czyli do zdrowia, które swoją kolejną prowadzi do zaoszczędzenia środków finansowych jednostki, co potwierdza założoną przeze mnie tezę.

Według Tomasza Frołowicza „wychowanie fizyczne pełni ważne funkcje edukacyjne, rozwojowe i zdrowotne. Wspiera rozwój fizyczny, psychiczny i społeczny oraz zdrowie uczniów i kształtuje obyczaj aktywności fizycznej i troski o zdrowie w okresie całego życia”. W związku

z powyższym mogę stwierdzić, że świadomość wpływu wychowania fizycznego na zdrowie zaczyna się w szkole. To właśnie ono wpływa na naszą dbałość o zdrowie w dorosłym życiu. Dzięki czemu, będąc zdrowymi, nie wydajemy pieniędzy na leki, lekarzy, etc., co prowadzi do posiadania lepszej sytuacji finansowej, bezpośrednio łączącej się z ekonomią, potwierdzając tym samym postawioną przeze mnie tezę.

Spełnianie norm WHO z uwzględnieniem wszystkich rodzajów aktywności.

Inaczej kształtuje się poziom aktywności fizycznej wśród Polaków, jeśli weźmiemy pod uwagę spełnianie kryteriów Światowej Organizacji Zdrowia z uwzględnieniem wszystkich rodzajów aktywności fizycznej. Wśród osób w wieku 15–69 lat 87,6 % spełnia kryteria WHO. Wśród ogółu Polaków odsetek ten jest niewiele niższy i wynosi 86,9 %. Kobiety i mężczyźni w wieku 15–69 lat nie różnią się znacznie, jeśli wziąć pod uwagę wszystkie rodzaje aktywności (odpowiednio 87,2 % i 88 %). Nieco mniej niż jedną czwartą wszystkich aktywności, wykonywanych przez osoby spełniające kryteria, stanowi aktywność fizyczna w czasie wolnym (22,3 %), oraz aktywność związana z pracami w domu i wokół domu (21 %). Dla ogółu Polaków jest to odpowiednio 22,9 % i 22,1 %. Podsumowując aspekt edukacji zdrowotnej a ekonomii kultury fizycznej, na podstawie literatury przedmiotu można stwierdzić, że jest to kwestia mało poruszana. Dzisiejsze społeczeństwo żyje w pogoni za dobrami materialnymi, więc ukazanie mu naocznie i liczbowo ekonomicznych skutków nie dbania o własne zdrowie nie tylko powiększy jego świadomość, ale również może pobudzić do działania.

Bibliografia:

1. Bielski J. Kultura fizyczna w kategoriach wartości / Bielski J. // Lider. – 2010. – N 2.
2. Bronikowski M. Nowoczesne myślenie o wychowaniu fizycznym / Bronikowski M. // Wychowanie fizyczne i zdrowotne. – 2008. – N 4.
3. Frołowicz T. Wychowanie fizyczne / Frołowicz T. // Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów szkół i nauczycieli szkół podstawowych. – Warszawa, 2012.
4. Grabowski H. Teoretyczne przesłanki podstawy programowej z wychowania fizycznego / Grabowski H. // Lider. – 2009.
5. Klukowski K. Promocja aktywnego stylu życia w zdrowiu i chorobie / Klukowski K. // Lider. – 2009. – N 12.

6. Nowak S. Sprawni teraz – sprawniejsi później – pogodni na starość / Nowak S. // Lider. – 2009. – N 4.
7. Nowotny J. Edukacja i reedukacja ruchowa / Nowotny J. – Kraków : Wydawnictwo Kasper, 2003.
8. Posadzki P. Społeczne uwarunkowania zdrowia / Posadzki P. // Lider. – 2011. – N 10.
9. Sowa J. Żyjemy dłużej – jak się zdrowo zestarzeć / Sowa J. // Wychowanie fizyczne i zdrowotne. – 2011. – N 8.
10. Syrek E. Edukacja zdrowotna / Syrek E., Borzucka-Sitkiewicz K. – Warszawa : Wydawnictwo Akademickie i Profesjonalne, 2009.
11. Woynarowska B. Edukacja zdrowotna / Woynarowska B. – Warszawa : PWN, 2007.
12. Zawodny J. Aktywność rekreacyjno – ruchowa – porównanie młodzieży i osób starszych / Zawodny J. // Wychowanie fizyczne i zdrowie. – 2012. – N 9.
13. Ziółkowski A. Polska koncepcja wychowania fizycznego wg Jędrzeja Śniadecznego / Ziółkowski A., Frołowicz T. // Lider. – 2011. – N 10.
14. Żyłyński S. Edukacja zdrowotna – szansa na zmianę niekorzystnych tendencji i wskaźników zdrowotnych polskiego społeczeństwa / Żyłyński S. // Lider. – 2011. – N 1.