

**SPEKTRUM PEREGRYNACJI
PO KULTURZE FIZYCZNEJ
DLA MISTRZÓW
WYCHOWANIA
FIZYCZNEGO**

pod redakcją
**Marcina Białasa
i Dariusza W. Skalskiego**



**SPEKTRUM PEREGRYNACJI
PO KULTURZE FIZYCZNEJ
DLA MISTRZÓW
WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

Spektrum peregrynacji po kulturze fizycznej dla mistrzów wychowania fizycznego

praca zbiorowa
pod redakcją naukową
Marcina Białasa i Dariusza W. Skalskiego

Gdańsk 2022

ROZDZIAŁ 13

MORALNOŚĆ SPORTOWA SKIEROWANA NA SUKCES A EDUKACJA ZDROWOTNA

Dariusz W. Skalski⁽¹⁾, Liudmyła Rybak⁽²⁾, Oleh Rybak⁽²⁾

⁽¹⁾ Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu im. Jędrzeja Śniadeckiego w Gdańsku

⁽²⁾ Lwowski Narodowy Uniwersytet Kultury Fizycznej im. Iwana Boberskiego we Lwowie

Wstęp

Rola sportu w XXI wieku, jak nietrudno zauważyć, nabiera szczególnego znaczenia. Podkreśla się, że powszechne zainteresowanie, jakim darzy się współcześnie organizowane na światową wręcz skalę igrzyska olimpijskie, a także mistrzostwa świata w wielu różnych dyscyplinach sportu oraz różnego rodzaju zawody, sportowe turnieje, w końcu i toczone rywalizacje sportowe o zasięgu lokalnym, dowodzą tego, że w coraz szerszych kręgach ludzi to właśnie sport stanowi jedną z najważniejszych, najbardziej znaczących pasji życiowych (Nowocień, 2001: 67). Powinno się nadmienić, że zainteresowanie to nie ma tylko i wyłącznie charakteru biernego, ponieważ coraz częściej przejawia się również w systematycznym uprawianiu danej dyscypliny sportu, a oprócz tego w regularnym uczestniczeniu w różnego rodzaju aktywnościach fizycznych, jak chociażby uczęszczaniu na siłownię, uprawianiu gimnastyki, wspólnym bieganiu i pływaniu, grze w piłkę, jak i jeździe na rowerze. Zaliczają się do tego także długie spacery bądź taniec. Obecnie istniejące społeczne zapotrzebowanie na sport niejako potwierdzają powstające w dużej liczbie ośrodki rekreacyjne oraz hale sportowe, kolejne pływalnie, siłownie, fitness kluby, trasy rowerowe, boiska, tereny do biegania. Dodatkowo sport coraz częściej uprawiany jest praktycznie przez całe rodziny, w ramach realizowanych szkolnych zajęć pozalekcyjnych, jak również w sportowych klubach młodzieżowych (Dziubiński, 2007: 102). W odniesieniu do powyższego

stwierdzić można, że sport jest w pewnym sensie alternatywą dla współczesnych zagrożeń cywilizacyjnych, mianowicie dla szerzącej się patologii, nadużywania szkodliwych substancji, agresji, przestępczości itp. Jeśli sport ma pełnić takową rolę, jeśli ma być odpowiedzią, lekiem na zagrożenia XXI wieku, powinna być szerzona edukacja zdrowotna i sportowa (Żukowska, 2007: 134-135). To bowiem dzięki niej od najmłodszych lat życia można „zaszczepić” w ludziach pasję i miłość do sportu, a tym samym zakorzenić w nich ideę zdrowego, racjonalnego życia w zgodzie z obowiązującymi zasadami moralnymi, etycznymi i społecznymi.

Moralność a sport i wychowanie

Powyżej wspomniano o aspekcie moralności. W sporcie jest ona niezwykle ważna. Moralność bowiem pozwala „grać, postępować fair play”. Jeśli ktoś został wychowany w duchu edukacji zdrowotnej, jeśli ktoś pokochał sport i aktywność fizyczną, daleki będzie od pięcia się po szczeblach kariery sportowej za wszelką cenę, bez zasad moralnych wpajanych w ramach edukacji zdrowotnej (Żukowska, 2007: 134-136). W edukacji tej bowiem nie kładzie się nacisku na samą karierę sportową, jeśli ktoś ma zamiar ją zrobić, a raczej na życie w zgodzie z samym sobą, na zalety uprawiania szeroko pojętej aktywności fizycznej, na uprawianie sportu dla siebie, dla poprawy swojej kondycji fizycznej oraz psychicznej, dla uczynienia swego życia pełnowartościowym.

Nie bez kozery mówi się, że szczególnie ważne dla rozwoju człowieka jest wychowanie, w pewnym stopniu wpisane w proces szkolenia sportowego i aktywność fizyczną włącznie. Wielu współczesnych autorów nierzadko porusza problematykę dotyczącą znaczenia wartości sportu i jednocześnie wychowania fizycznego w procesie rozwoju osobowości człowieka (Żukowska, 2007: 134-136).

Przykładowo tacy autorzy jak Jędrzej Śniadecki w swojej rozprawie, w której dokładnie wyjaśniał związek istniejący pomiędzy rozwojem szeregu procesów psychicznych z fizjologicznymi, a także J. Rodniański, który z kolei postulował konieczność ciągłego wdrażania dzieci i młodzieży do przejmowania pewnych, rzecz można, konstruktywnych kodów społecznego zachowania się, poza tym również wypracowania określonych nawyków uprawiania gimnastyki, sportu, w końcu i innych ćwiczeń i gier służących właśnie sukcesywnemu nabywaniu sprawności fizycznej (Wojnarowska i in., 1993: 19-21). Autorzy ci zachęcali i wciąż zachęcają do autokreacji w dyscyplinach sportowych (jak m.in. gim-

nastyka, pływanie, tenis, piłka nożna, a także bieg), jak również i wielu innych specjalistów z zakresu kultury fizycznej poświęcało bardzo często swoje badania i prace naukowe różnym zagadnieniom dotyczącym procesu wychowania, nadto sportu, olimpizmu, nie pomijając rozwoju i edukacji. Już w tym momencie uwiadcza się wyraźny związek pomiędzy wszystkimi tymi aspektami, dziedzinami.

Sport bowiem niewątpliwie, jak również aktywna rekreacja, są w stanie zaspokajać posiadaną, naturalną potrzebę bycia w ruchu i usprawniać jednocześnie posiadane zdolności adaptacyjne, z kolei wysiłek fizyczny staje się konieczny dla prawidłowego rozwoju organizmu. Wszystko przez to, że odpowiednio (Wojnarowska, 1993: 19-21):

- kształtuje układ mięśniowy;
- w pewnym stopniu stymuluje pracę serca i układu nerwowego;
- wpływa na kształtowanie poszczególnych cech osobowości – przykładowo wymienić można tutaj zdyscyplinowanie, wytrwałość, odpowiedzialność, współpraca w zespole);
- skutecznie zapobiega szerzeniu się chorób cywilizacyjnych, m.in. związanych z metabolizmem, przeciążeniem układu nerwowego, urazom i chorobom biorącym się ze szkodliwych, mianowicie toksycznych wpływów ze strony środowiska.

Sport, wraz z wychowaniem, niejako stykają się ze sobą i tym samym w dużej mierze wzajemnie uzupełniają, chociażby poprzez wyszczególnione (Krawański, 2003: 89):

- znaczne usprawnienie posiadanych zdolności adaptacyjnych;
- sukcesywny rozwój organizmu;
- kształtowanie następujących cech wytrwałości, odpowiedzialności, dyscypliny;
- zapobieganie chorobom cywilizacyjnym.

Faktem jest, że zdrowie człowieka, rozwój fizyczny oraz sprawność fizyczna są ściśle połączone z jego aktywnością fizyczną oraz czynnikami biologicznymi. Współcześnie, w konsekwencji przeniesienia akcentu edukacji zdrowotnej z zapobiegania chorobom na promowanie zdrowego stylu życia, sprawność fizyczna stanowi jedno z zachowań zdrowotnych, definiowanych jako zachowania służące utrzymaniu i doskonaleniu zdrowia przez wykorzystanie wszelkich dostępnych środków. Rozwój fizyczny jest więc postrzegany obecnie nie tylko jako sposób na

kształtowanie sprawności fizycznej organizmu, ale także jako jeden z komponentów zdrowego stylu życia i czynnik podnoszący jego jakość.

Ujmowanie zagadnienia sprawności fizycznej w kontekście całonocnego rozwoju jednostki wpisuje je w płaszczyznę zjawisk społeczno-kulturowych. Powoduje to zmianę podejścia do uprawiania sportu, które coraz rzadziej bywa traktowane jako przywilej zarezerwowany dla wybranej grupy młodzieży o pewnych predyspozycjach, częściej natomiast jest postrzegane jako element codziennego życia.

Współcześnie aktywność ruchowa postrzegana jest jako konsekwencja rozbudzania pewnych postaw, a nie tylko posiadanych predyspozycji. Stosunek do osobistej aktywności ruchowej zależy więc nie tylko od predyspozycji – jest przede wszystkim wynikiem mechanizmów socjalizacyjnych, pojmowanych jako ogół działań ze strony społeczeństwa, zwłaszcza rodziny, szkoły i środowiska społecznego, zmierzających do uczynienia z jednostki istoty społecznej (Biernacki, Handzewniak, 2008: 155). Postawa wobec aktywności ruchowej, sportu, to rezultat nie tylko bezpośrednich zabiegów kształcących, lecz także jednoczesnego oddziaływania m.in. środowiska rodzinnego, szkoły, rówieśników, organizacji młodzieżowych i środków masowego przekazu. Dopiero na tej bazie tworzą się własne zainteresowania i potrzeby określające miejsce aktywności ruchowej w osobowym wzorcu zachowań. W obrębie kultury bytu związanej z zaspokojeniem elementarnych potrzeb człowieka, takich jak prokreacja, czynności technologiczno-produkcyjne, profilaktyczne i obronne w stosunku do świata przyrody, zwierząt i ludzi, rekreacja i aktywność ruchowa mają bodaj miejsca najbardziej ugruntowane. Wszystkie te czynności wymagają bowiem odpowiedniej fizycznej kondycji, a cywilizacyjny poziom życia ludzi zależy w dużym stopniu od stanu zdrowia indywidualnego i społecznego oraz umiejętności motorycznych człowieka. Toteż określona baza cywilizacyjno-technologiczna wpływa zasadniczo na stan fizyczny ludzi i rodzaj ich sprawności. Najbardziej ewidentnie zależności te występują w procesie dojrzewania młodej osoby, który wymaga siły i zręczności oraz wydatkowania przez organizm odpowiedniej sumy energii. Dlatego to teoretycy wychowania fizycznego i rekreacji ruchowej słusznie powiadają, że dbałość o sprawność somatyczną młodzieży szkolnej oraz stwarzanie warunków dla jej pomnażania jest elementarnym obowiązkiem zarówno jednostki, jak i zbiorowości (Krawczyk, 2005: 54).

Przesłanką wyjściową dla nowoczesnego aspektu sportu i rekreacji fizycznej, rozpatrywanej pod kątem pedagogiki, jest koncepcja człowieka, który postrzegany jest jako istota biospołeczna. Biologiczny rozwój człowieka jest możliwy dzięki zdolności organizmu do reagowania na bodźce fizyczne i odbywa się zgodnie z prawami przyrody. Rozwój jednostki rozumianej jako istota społeczna dokonuje się dzięki zdolności jego psychiki do reagowania na bodźce społeczne, zgodnie z prawidłowościami, które wyjaśniane są przez nauki humanistyczne. Efekt oddziaływania środków fizycznych na organizm wyraża się w zmianach morfo-funkcjonalnych, takich jak przyrost masy, siły, wydolności i odporności ciała. Założony cel oddziaływania poprzez środki pedagogiczne na jednostkę wyraża się w rozbudzeniu skłonności do danych zachowań, co możliwe jest dzięki uświadomieniu ich znaczenia i ukształtowaniu emocjonalnego stosunku do nich (Krawczyk, 1997: 50). Fakty są takie, iż zaniedbań w rozwoju biologicznym, które spowodowane są deficytami w aktywności ruchowej w okresie młodości, w wieku późniejszym odrobić nie można. Doniosłej roli aktywności fizycznej, rozumianej jako czynnik doraźnej stymulacji i regulacji biologicznego rozwoju, nie da się niczym zastąpić ani zakwestionować.

W świetle powyższego można zauważyć, iż sport i aktywność fizyczna powinny zaspokajać zarówno doraźne potrzeby dzieci i młodzieży w zakresie rozwoju somatyczno-motorycznego, jak i przygotowywać do podtrzymywania i pomnażania tych właściwości w życiu późniejszym.

Ze sportem i aktywnością ruchową wiąże się pojęcie sprawności fizycznej, które rozumiane jest zazwyczaj jako aktualna możliwość do wykonywania poszczególnych, określonych czynności ruchowych wymagających z reguły maksymalnego zaangażowania siły, szybkości oraz wytrzymałości, z koordynacją ruchową, inaczej zwinnością i gibkością włącznie. Do przeprowadzenia oceny jej ogólnego poziomu, niezależnie od stosowanych testów ruchowych, bardzo często przeprowadza się także ocenę poszczególnych właściwości psychofizycznych cech budowy organizmu (Perkowski, Śledziwski, 1998: 54).

Sprawność fizyczna jest to szczególny wyznacznik wszelkich biologicznych wartości każdego człowieka, jak również jest to ogólny poziom zaawansowania oraz rozwoju podstawowych, najważniejszych zdolności motorycznych sportowców oraz osób nie trenujących. Jest to szczególnie ważne w odniesieniu do tematu i problematyki badań. Sprawność fizyczna jest to więc w pełni zintegrowany,

specyficzny zespół trzech zasadniczych właściwości osobniczych, a więc (Krawański, 2003: 96):

- wydolności fizycznej oraz ogólnego poziomu posiadanych zdolności motorycznych;
- posiadanych umiejętności ruchowych, kształtowanych zazwyczaj podczas systematycznych treningów;
- motywacji oraz subiektywnego zaangażowania się w poszczególnych, wykonywanych działaniach zarówno w trakcie ćwiczeń, jak i poza treningiem.

Sprawność ruchowa jest to umiejętność właściwego, rozsądnego władania swoim aparatem ruchu, co następuje głównie dzięki opanowaniu podstawowych, najważniejszych nawyków ruchowych. Wzrost poziomu sprawności ruchowej uzależniony przede wszystkim jest od wcześniej nabytych umiejętności, jak również doświadczeń osobistych, zdobytych chociażby w trakcie wykonywanych ćwiczeń (Napierała i in., 2009: 66).

Pisząc o sporcie, aktywności fizycznej i rekreacji, ruchu, głównie w kontekście wychowania fizycznego, nie sposób nie wspomnieć o tym, czym jest kultura fizyczna. Kulturę fizyczną można rozważać oraz rozumieć w dwóch zasadniczych aspektach, a mianowicie statystycznym, czyli jako coś, co istnieje obiektywnie pod postacią dorobku materialnego czy duchowego wielu wcześniejszych pokoleń, a także dynamicznym, czyli jako coś, co stać się powinno w osobowościach ludzi, dokładniej mówiąc, w ich psychice, żeby cały ten dorobek dynamicznie oraz jednocześnie twórczo mógł się dalej rozwijać. Obydwa powyższe stanowiska są jednak potrzebne oraz niezbędne w prowadzonych rozważaniach nad kulturą fizyczną. Dla metodyki kształcenia oraz wychowania istotny jest przede wszystkim dynamiczny aspekt kultury fizycznej. Rozchodzi się bowiem tutaj o coraz lepszy sposób zachowania się, i o to właśnie, na jakiej z dróg można sobie tego typu ulepszenia wypracować (Strzyżewski, 2004: 5).

Kultura fizyczna jako zjawisko społeczne, wyróżnia się spośród innych głównie tym, iż jej wpływ dotyczy człowieka jako całości, bowiem odnoszą one bezpośrednio zarówno do ciała, jego potrzeb, a także do jego osobowości.

Kultura fizyczna obejmuje te wszystkie wartości, jakie ściśle wiążą się z przyjmowaną, fizyczną postawą oraz fizycznym funkcjonowaniem człowieka, zarówno w jego własnym, subiektywnym odczuciu, jak i w obrazie społecznie zobiektywizowanym. Wszystkie te wartości, w najogólniejszym znaczeniu, mają odniesienie

do zdrowia oraz budowy postawy ciała, jak i odporności bądź wydolności czy sprawności, w końcu i urody.

W sposób analogiczny do innych wartości kulturowych, posiadają one charakter dynamiczny, bowiem kształtują ludzkie poglądy oraz postawy, a więc stanowią integralną część światopoglądu oraz obyczaju. Krzewienie kultury fizycznej oznacza więc ukształtowanie świadomej, alternatywnej postawy w stosunku do ciała oraz jego potrzeb, a przy tym również nauka tego, jak poprawiać naturę oraz zmieniać nawyki i doskonalić się. Wychowanie fizyczne powinno więc wprowadzać w świat tak szeroko pojętej kultury fizycznej, a przy tym powinno także stanowić jej kurs propedeutyczny, dostosowany odpowiednio do poszczególnych etapów rozwoju oraz do płci czy w końcu środowiska czy przyszłego zawodu. Wychowanie fizyczne nie jest więc jedynie szeregowym składnikiem kultury fizycznej, a raczej jej zasadniczym fundamentem (Osiński, 1982: 5-7).

W bezpośredniej opozycji do wspomnianych na początku pracy zagrożeń, związanych głównie z hipokinezą, stanowiących skutek technicyzacji życia, sukcesywnie rozwija się kultura aktywnego spędzania czasu wolnego, a więc zgodnego z naturą. Coraz prężniej rozwija się szeroko pojęta kultura fizyczna, inaczej mówiąc, „względnie zintegrowany oraz jednocześnie utrwalony system zachowań” w dziedzinie szczególnej dbałości o rozwój fizyczny, ponadto sprawność ruchową, zdrowie, w końcu i piękno człowieka, zazwyczaj przebiegający według pewnych odpowiednio przyjętych w środowisku przyrodniczym, prócz tego i w przestrzeni sztucznej infrastruktury przyjmują się w tzw. ponowoczesnym społeczeństwie także jako wielce specyficzna forma demonstracji zajmowanej przez siebie pozycji społecznej.

Zaznaczyć można, że kultura fizyczna, w państwach wysokorozwiniętych i tych rozwijających się, to bezsprzecznie prawdziwy wręcz fenomen natury nie tylko społecznej, ale i ekonomicznej. Aktywne uczestnictwo w rekreacji ruchowej jest nie tylko samym świadomym zabiegiem prozdrowotnym, lecz wbrew pozorom, także i zabiegiem w pewnym sensie kreującym własny wizerunek, który – w dzisiejszym, konsumpcyjnym świecie – niezwykle dobrze się sprzedaje. Znamiennym jest, że wysoce pożądane społecznie jest dzisiaj, w dobie XXI wieku:

- uczestnictwo w popkulturze bycia fit;
- prowadzenie zdrowego;
- prowadzenie aktywnego stylu życia.

Z tego też chociażby względu coraz bardziej i częściej, na coraz większą skalę upowszechniają się rozmaite formy uczestnictwa w kulturze fizycznej, a wśród nich na pierwsze miejsce wysuwają się:

- sport;
- rekreacja;
- turystyka;
- rehabilitacja ruchowa.

To właśnie wychowanie fizyczne jest, można powiedzieć, instytucjonalnie największym elementem całego tego obszaru, którego zasadniczym celem jest odpowiednie przygotowanie do w pełni satysfakcjonującego uczestnictwa w szeroko rozumianej kulturze ruchu. Istniejące, poszczególne formy kultury fizycznej upowszechniają się, niestety, cały czas w sposób niezbyt równomierny, niespójny, a tym samym nie zawsze zgodnie z przyjmowanymi kierunkami i zasadami, jakie zostają wytyczone przez teoretyków (Krawański, 2003: 106). Kultura fizyczna, ujmując najprościej:

- stanowi szczególną dbałość w odniesieniu do własnego ciała;
- poza tym stanowi w pełni świadomą i aktywną troskę o swój prawidłowy rozwój;
- oznacza dużą sprawność i zdrowie;
- w końcu i umiejętność organizowania;
- w swej istocie odnosi się wyłącznie do wszelkiego rodzaju przejawów sportowej aktywności człowieka.

Zakończenie

W XXI wieku następuje powolna erozja kultury fizycznej, sportu. Mimo zapotrzebowania na aktywność, mimo rosnącego zainteresowania sportem, ruchem, zdrowym stylem życia, zauważa się jednak tendencję odwrotną. Jaka jest tego przyczyna? Wspomniana erozja współczesnej kultury fizycznej wynika bezpośrednio nie tylko z samej komercjalizacji życia społecznego, która sukcesywnie nasila się w toku wciąż postępującej globalizacji. Pogłębiające się nieustannie procesy standaryzacji, jak również unifikacji niejako spływają praktycznie każdą dziedzinę kultury, jednocześnie automatycznie wybijając wartości użyteczne i hedonistyczne na główny nurt popkultury. Wszechobecne (głównie dzieje się tak

za sprawą nowoczesnych technologii mobilnych) i równocześnie interaktywne środki masowego przekazu systematycznie rozwijają i tym samym aktywnie promują masową kulturę rozrywki, pozbawioną jednak aksjologicznego rdzenia. We współczesnej kulturze, powszechnie określanej przez niektórych jako instant, bezsprzecznie dominują następujące działania (Pawłucki, 2015: 111):

- łatwe;
- niemoralne;
- szybkie;
- pobieżne;
- niewymagające wysiłku, lecz za to efektowne;
- ustępujące skoncentrowaniu na rzetelnej pracy na rzecz wartości leżących u podstaw danej dziedziny.

Powyższe można się odnieść również do sportu. W końcu i dbałość o zdrowie nierzadko przegrywa z dbałością o ciało, tak samo zresztą równie często jak przegrywa z presją szybkiego sukcesu, sprowadzającego się najczęściej do np. publicznego chwalenia się swoim wyglądem czy posiadaną sprawnością na portalach społecznościowych. Z kolei zdrowy styl życia niepodważalnie przegrywa z niezdrowym (zaznacza się, że zachowania antyzdrowotne są dla społeczeństw bardziej atrakcyjne). Ponadto przegrywa i ze sportowym stylem życia, który w rzeczywistości dostarcza o wiele więcej emocji, zwłaszcza w odbiorze młodzieży, głównie w bezpośrednim odniesieniu do uprawianych modnych dyscyplin – jak przykładowo sportów adrenalinowych. Z kolei w środowisku szkolnym tradycyjny trening zdrowotny zaczyna coraz częściej przegrywać z treningiem sportowym – ponieważ lekcje wychowania fizycznego przede wszystkim wręcz epatują wszechobecną rywalizacją, nie zaś, jak można by było tego oczekiwać, wychowywaniem do współpracy.

Dominująca w szeroko pojętej kulturze fizycznej orientacja prosportowa w istocie rzeczy okazuje się po prostu orientacją prokonsumencką, ponieważ współczesny sport jest w pewnym sensie gałęzią gospodarki, dlatego też potrzebuje – rzecz można – sportowców-aktorów i co za tym idzie, również ogromnej publiczności (Pawłucki, 2015: 111). To właśnie profesjonalizacja sportu doprowadziła w ostateczności do tego, że jest on dziś dostępny wyłącznie dla nielicznych, tylko dla tych osób, które są predysponowane psychofizycznie, a przy tym wybitnie utalentowanych. To oni są bowiem, i co istotne, tylko oni mają być najważ-

niejszymi aktorami współczesnego, jakże barwnego i rozległego widowiska sportowego. Dla przeważającej większości przewiduje się miejsca siedzące. Zaznacza się, że wychowywanie kibiców, a więc biernego uczestnictwa w kulturze fizycznej jest współcześnie trendem, z którym niezwykle ciężko jest się pogodzić propagatorom głoszonej powszechnie idei tzw. sportu dla wszystkich.

Faktem jest, że najbardziej pożądanym dzisiaj wzorzec sportowca, to bezsprzecznie sportowiec-celebryta, a więc w pewnym sensie postać medialna, która ma posiadać bardzo duży potencjał marketingowy – to liczy się dzisiaj najbardziej i nie ma nic wspólnego z prawdziwym duchem sportu. Współcześnie bowiem to właśnie celebryckość przyciąga przede wszystkim młodych ludzi do uprawiania różnych dyscyplin sportu. Zaś sama kultura fizyczna jest sukcesywnie, jednak z pożądanym skutkiem, drenowana z wartości prozdrowotnych. Co więcej, nawet sport amatorski coraz bardziej ulega profesjonalizacji, jak również coraz więcej osób poszukuje w nim poczucia spełnienia, satysfakcji z własnych osiągnięć i sukcesów, a tym samym, bądź co bądź, również bicia własnych rekordów, co często dzieje się kosztem zdrowia, kiedy zaczyna się naśladować sportowców zawodowych. Motywy zdrowotne przyświecające sportowcom sukcesywnie zaczynają przegrywać z motywacją ukierunkowaną przede wszystkim na sukces, będący mierzony osiągnięciami. Bardzo silnym, a co za tym idzie, wciąż rozwijającym się trendem, jest tzw. ciałowocentryczność. Pojęcie to oznacza wszelkie podejmowane zabiegi, ukierunkowane na ciało, bowiem to ono jest główną wartością we współczesnej, nieustannie komercjalizującej się kulturze. Bez wątplenia to ludzkie ciało jest niejako opakowaniem człowieka, bez którego nie będzie on w stanie zaistnieć na rynku. Można zaznaczyć, że funkcjonujący jeszcze w powszechnym obiegu slogan „sport to zdrowie” okazuje się po prostu nieprawdziwy, ponieważ integralnym celem sportu nie jest samo zdrowie, tylko uzyskiwany wynik, mianowicie rezultat sportowy. Z kolei zdrowie jest już tylko i wyłącznie koniecznym warunkiem do jego uzyskania.

Bibliografia

- Biernacki, J., Handzewniak, D. (2008). Motywy podejmowania aktywności ruchowej przez dzieci i młodzież szkolną. W: K. Denek, K. Zatoń, A. Kwaśna (red.). *Edukacja jutra*. T. 2, XIV, Wrocław: AWF, Wrocławskie Towarzystwo Naukowe.
- Dziubiński, Z. (red.) (2007). *Humanistyczne aspekty sportu i turystyki*. Warszawa: MSiT.

- Krawański, A. (2003). *Ciało i zdrowie człowieka w nowoczesnym systemie wychowania fizycznego*. Poznań: AWF.
- Krawczyk, Z. (red.) (2005). *Socjologia kultury fizycznej. Podręcznik dla studentów wychowania fizycznego*. Warszawa: AWF.
- Nowocień, J. (2021). *Sport i olimpizm w systemie dydaktyczno-wychowawczym współczesnej szkoły*. Warszawa: PWN.
- Pawłucki, A. (2015). *Nauki o kulturze fizycznej*. Kraków: Impuls.
- Perkowski, K., Śledziwski, D. (1998). *Metodyczne podstawy treningu sportowego*. Warszawa: COS.
- Strzyżewski, S. (2004). *Proces kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej*. Warszawa: WSiP.
- Woynarowska, B., Sokołowska, M., Szymańska M. M., Pułtorak M. (1993). Edukacja prozdrowotna w szkole. *Lider*, 6 (3).
- Żukowska, Z. (2007). Sport i olimpizm a wartości i jakość życia. W: J. Nowocień (red.). *Spoleczno-edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu*. T. I. Warszawa: AWF.