

KLASOWE I WARSTWOWE UWARUNKOWANIA UCZESTNICTWA W SPORCIE A EDUKACJA ZDROWOTNA

КЛАСОВІ ТА ШАРОВІ УМОВИ УЧАСТІ В СПОРТІ ТА ОЗДОРОВЧІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Skalski Dariusz¹, Lizakowski Piotr², Nesterchuk Nataliia³, Grygus Igor³

Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu im. Jędrzeja Śniadeckiego w Gdańsku¹, Akademia Marynarki Wojennej im. Bohaterów Westerplatte w Gdyni², Narodowy Uniwersytet Gospodarki Wodnej i Wykorzystania Zasobów Naturalnych³

Анотація

Zdrowie jest dobrem najwyższym, bez którego nie dalibyśmy rady funkcjonować w życiu codziennym, nie moglibyśmy osiągać naszych celów i zamierzeń, dlatego powinniśmy zrobić wszystko, aby zadbać o nie jak najwcześniej, najlepiej już na etapie przedszkola. Mówiąc o nierównościach w dostępie do edukacji zdrowotnej, czy też uczestnictwie w sporcie mam na myśli głównie nierówności społeczne, takie jak majątkowość, wykształcenie, pochodzenie, władza, które w dzisiejszych czasach nie mają aż tak istotnego wpływu na życie ludzi, jak kiedyś. Największym jednak, dominującym dobrem naszych czasów jest internet, który otworzył przed nami całą masę możliwości i informacji. To dzięki niemu możemy się dokształcać z zakresu edukacji zdrowotnej, mieć szersze horyzonty, pomaga on niwelować istniejące nierówności społeczne.

Słowa kluczowe: zdrowie, styl życia, internet.

Health is the highest good, without which we would not be able to function in everyday life, we could not achieve our goals and goals, which is why we should do everything to look after them as early as possible, preferably at the kindergarten stage. Speaking about inequalities in access to health education or participation in sport, I mean mainly social inequalities, such as wealth, education, origin, power, which these days do not have such a significant impact on people's lives as they used to. However, the biggest, dominating asset of our times is the internet, which opened up a whole lot of possibilities and information. It is thanks to him that we can educate in the field of health education, have broader horizons, help to eliminate existing social inequalities.

Key words: health, lifestyle, internet.

Здоров'я – це найвище благо, без якого ми не могли б функціонувати в повсякденному житті, ми не могли б досягти своїх цілей і мрій, тому ми повинні робити все, щоби дбати за ним якомога раніше, бажано на етапі дитячого садка. Говорячи про нерівність у доступі до медичної освіти або участь у спорті, маємо на увазі головним чином соціальну нерівність, таку як багатство, освіта, походження, влада, яка в наші дні не має такого значного впливу на життя людей, як раніше. Проте найбільшим домінуючим активом нашого часу є Інтернет, який відкрив безліч можливостей і інформації. Саме завдяки йому ми можемо вдосконалюватися у сфері медичної освіти, мати більш широкі горизонти, допомагати усунути існуючі соціальні нерівності.

Ключові слова: здоров'я, спосіб життя, інтернет.

Wstęp. Poniższy esej będziemy traktowali o wpływie statusu społecznego na kulturę fizyczną, innymi słowy klasy i warstwy społeczne jako wyznacznik uczestnictwa w sporcie. Drugim aspektem pracy będziemy edukacja zdrowotna, na czym polega i jak funkcjonuje w naszym społeczeństwie. Będziemy starali się pokazać, jak olbrzymi wpływ na nasze postrzeganie świata, nasze wybory, zainteresowania, ma to, do jakiej grupy społecznej przynależymy, w jakim środowisku się wychowujemy. Cały świat jest uporządkowany według określonych hierarchii, a więc my ludzie zajmujemy określone pozycje w tym świecie i często nie mamy na to wpływu, gdyż przeważnie są nam one dane wraz z urodzeniem. Zastanowimy się, dlaczego różnice w strukturze społecznej mają tak wielkie znaczenie

przy aktywności fizycznej i skąd się to wzięło. Natomiast pisząc o edukacji zdrowotnej, mam na myśli głównie to, na jakim poziomie jest ona rozwinięta w naszym kraju i jaka jest świadomość Polaków w tej dziedzinie, także dzieci.

Pojęcie klasy i warstwy. Przede wszystkim należałoby zacząć od wyjaśnienia podstawowych pojęć. Co rozumiemy przez pojęcie klasy i warstwy i skąd one się wzięły? Najsłynniejszymi głosicielami tych pojęć byli Karol Marks i Max Weber. Ten pierwszy uważał, że podział na klasy dokonuje się przede wszystkim poprzez stan majątku, innymi słowy mamy bogatych i biednych, ci pierwsi to burżuazja, a drudzy proletariatu¹. Jeżeli chodzi o warstwę społeczną Weber nie mówi tylko o jednej sferze życia, jak na przykład zamożność ale uważa, że dokonują się tu

podział ze względu na różne dziedziny życia, na przykład grupa ludzi interesująca się wspólnie czymś, grupy zawodowe, grupy osób wyznających tę samą filozofię itd.². To oznacza, że do danej warstwy społecznej mogą należeć osoby z różnych klas społecznych. Pojęcie klasy i warstwy można rozumieć w wieloraki sposób. Uważam, że najbardziej przystępna definicja jest taka, że to dostępność do określonych dóbr świadczy o naszym statusie społecznym, gdyż stwarza szanse na rozwój³. Innymi słowy to ile zarabiamy, w jakim stopniu jesteśmy wykształceni, będzie umożliwiało nam życie na wymarzonej poziomie, ponieważ wtedy będzie nas stać na to, aby zapewnić sobie te dobra, między innymi właśnie uczestniczenie w kulturze fizycznej, czyli sporcie.

Nierówności w strukturach społecznych. Co to jest struktura społeczna? Jest to z pewnością pojęcie socjologiczne, ponieważ odnosi się do terminu społeczeństwa. Są to pewne elementy definiujące nasze role, pozycje w danej grupie, charakteryzujące się daną kulturą. Elementy te łącząc się tworzą jedną całość, którą możemy nazywać strukturą społeczną⁴. Z pojęcia struktury społecznej wypływa pojęcie nierówności społecznej. Różnice i nierówności te można podzielić na dwie kategorie. Takie, które wynikają z naszych predyspozycji genetycznych, które dziedziczymy, innymi słowy, niski wzrost, kolor oczu, talenty, jedna osoba ma predyspozycje do uprawiania sportu, a druga nie, jeden człowiek będzie uzdolniony matematycznie, drugi polonistycznie - są to tak zwane nierówności cielesne i psychiczne. Natomiast druga kategoria są to nierówności pod względem cech społecznych, to, z jakiej rodziny się wywodzimy, w jakim środowisku dorastaliśmy, jakie zdobyliśmy wykształcenie, jakie wyznajemy wartości, poglądy. W teorii mówi się o tym, że cechy cielesne, takie jak wygląd nie powinny mieć wpływu na nasze pozycje społeczne, jednak w praktyce wiadomo, że często nie jest to prawda. Mianowicie urok osobisty, wiek, kolor skóry, płęć odgrywają ogromne znaczenie w dostępie do

różnych dóbr, na przykład w staraniu się o pracę⁵. Tak już jesteśmy skonstruowani, że liczy się dla nas pierwsze wrażenie, czyli to, co widzimy wizualnie poznając nową osobę, a często zapomina się, co dany człowiek prezentuje sobą w środku, nie dostrzegamy jego umiejętności intelektualnych.

Nierówności społeczne wynikają przede wszystkim z tego, że nie wszyscy mają równy dostęp do zasobów takich jak pieniądze, władza, uznanie, wykształcenie. Należy pamiętać, że te elementy nie zawsze występują razem, bowiem człowiek bogaty nie zawsze musi cieszyć się dobrą opinią, prestiżem, a osoba posiadająca wysokie wykształcenie nie musi wcale dużo zarabiać⁶. Jednak te różnice społeczne mają swój sens i uzasadnienie. Świat jest już tak skonstruowany, że musi zachodzić w nim pewna równowaga, ludzie zamożni istnieją dzięki temu, że istnieją ludzie biedni i na odwrót. Ktoś posiada władzę po to, aby mógł rządzić innymi. Bardzo łatwo dostrzec te uwarunkowania społeczne w dążeniu do aktywności fizycznej, w łatwości dostępu do sportu.

W przeszłości podział na klasy i warstwy był bardzo stały, nie można było przemieścić się z danej klasy do klasy wyżej i odwrotnie. To, w jakiej warstwie społecznej się urodziliśmy dawało nam status społeczny do końca życia. Na przykład, jeżeli dana osoba należała do warstwy chłopskiej, pomimo tego, że wyróżniała się ogromną inteligencją, czy też talentem, nadal pozostawała w swojej rodzimej warstwie, nie mając szans na wybicie się. W miarę upływu czasu sytuacja ta zaczynała się zmieniać, z upływem lat można było obserwować przemieszczanie ludności z niższych klas do wyższych i odwrotnie. Takie zjawisko nazywamy ruchliwością społeczną, a przemieszczanie się awansem lub też degradacją społeczną⁷. Wynikało to głównie ze zmiany dotychczasowego sposobu myślenia, ludzie stali się bardziej otwarci, zrozumieli, że dotychczasowe zamykanie się w środku własnych grup społecznych hamuje rozwój wielu dziedzin życia, takich jak kultura, rozwój

² https://pl.wikipedia.org/wiki/Warstwa_spo%C5%82eczna, 17.12.2015r.

³ Z. Dziubiński, Z. Krawczyk, *Socjologia kultury fizycznej*, Warszawa 2011, wyd. AWF Józefa Piłsudskiego, s.268

⁴ https://pl.wikipedia.org/wiki/Struktura_spo%C5%82eczna, 12.01.2017r.

⁵ Z. Dziubiński, Z. Krawczyk, *Socjologia kultury fizycznej*, Warszawa 2011, wyd. AWF Józefa Piłsudskiego, s. 267

⁶ *Ibidem*, s. 268

⁷ Z. Dziubiński, Z. Krawczyk, *Socjologia kultury fizycznej*, Warszawa 2011, wyd. AWF Józefa Piłsudskiego, s. 270

gospodarczy, rozwój ekonomiczny kraju, że o wiele więcej można osiągnąć łącząc wspólnie siły. W dzisiejszych czasach podział na klasy ze względu na pochodzenie prawie całkowicie zanikł. Nikogo nie obchodzi to, kto, w jakiej rodzinie się urodził, ważniejsza jest pozycja zawodowa, to ile się osiągnęło, do czego się doszło, czyli władza, pieniądze, prestiż. Często jest też tak, że nie zwraca się uwagi na walory intelektualne człowieka, ponieważ wystarcza nam to, że ma pieniądze.

Status społeczny, jako warunek rozwoju kultury fizycznej i uczestnictwa w sporcie dawniej. W dzisiejszych czasach normalnym jest to, że każdy mając odpowiednie środki może uprawiać sport, jest on popularny zarówno wśród ludności uboższej, jak i bogatej. Wychowanie fizyczne jest częścią podstawy programowej i obowiązuje w szkołach. Obecnie zauważa się coraz większe zainteresowanie sportem, co wynika z coraz większej świadomości własnego ciała, chęci bycia pięknym, szczupłym i trendy. Nie zawsze jednak tak było. Dawniej, przed początkiem XIX w. uprawianie sportu uważane było albo za kaprys albo ewentualnie za formę pracy. W tym pierwszym przypadku uprawiali go ludzie z warstw zamożnych, którzy w rozumowaniu ludzi biednych nie musieli martwić się o pracę zarobkową, a sport był dla nich sposobem na wypełnianie wolnego czasu, na zabicie nudy. Często dyscypliny te wymagały dużego wkładu finansowego, dlatego uboższą ludność zwyczajnie nie było stać na tego typu zachcianki, poza tym ich sytuacja społeczna i tak nie pozwalałaby na takie rozrywki. Byli to często ludzie, którzy pracowali od rana do wieczora, aby utrzymać swoje rodziny, nie mieli, więc zwyczajnie czasu na rekreację. Wraz z początkiem XIX w. zaczęło upowszechniać się szkolnictwo i obowiązkowe wychowanie fizyczne i sport zaczął stawać się dobrem, do którego zaczęto dążyć. Początkowo był on w dalszym stopniu zarezerwowany tylko dla klasy wysokiej i średniej, jednak z czasem wprowadzono obowiązek szkolny dla wszystkich dzieci. Sport był jednak rozumiany, jako instrument do podtrzymywania dyscypliny wśród dzieci z klasy niższej, do podporządkowywania ich sobie, służył, jako musztra. Nikt jeszcze wtedy nie mówił o wpływie sportu na zdrowie. Rekreacja służyła więc do wytyczania barier pomiędzy stanami, klasami. Różne były podejścia do

uprawiania sportu. Amerykański uczone Thorsten Veblen uważał na przykład, że uprawianie sportu jest wyrazem próżności i marnowania czasu, nazywał nawet takie grupy ludzi „klasami próżniaczymi”⁸. Jego zdaniem poświęcanie czasu wolnego na tego typu rozrywki miało na celu jedynie zaznaczenie jeszcze bardziej nierówności i barier istniejących między ludźmi.

Przełom w kulturze fizycznej nastąpił tak naprawdę dopiero po II wojnie światowej, w wyniku przemian ekonomicznych. Ludzie, którzy często stracili cały swój majątek stali się nagle równi z tymi z warstw niższych, podział na klasy i warstwy zaczął stopniowo się zacierać. Przyczyniła się również do tych zmian rozwijająca się kultura masowa, coraz więcej osób zaczęło uprawiać sporty i oddawać się rekreacji w czasie wolnym. W szczególności można było te zjawiska zaobserwować w państwach socjalistycznych, które funkcjonowały według zasady, że wszystko ma być wspólne. Sport miał stać się płaszczyzną równości, gdzie nie miało brać się pod uwagę pochodzenia, wyznania, czy koloru skóry, lecz ważne miało być to, co kto potrafi.

Jak jest dzisiaj? Jednak hasła te nie zawsze miały odzwierciedlenie w rzeczywistości i tak jest do dzisiaj. Wiadomo, że istnieją sporty, na które nakład pieniężny będzie mniejszy, jak i te, które będą wymagały większych inwestycji. Tak więc znowu powracamy do tematu nierówności społecznych, które istniały, istnieją i będą istnieć. Rzeczą oczywistą jest, że osoba zarabiająca najniższą krajową nie będzie w stanie wykupić sobie na przykład lekcji jazdy konno, czy też opłacić trenera personalnego. Jednak inaczej sprawa wygląda z punktu widzenia kulturowego i dostępności w ogóle do aktywności fizycznej. Dawniej ludność uboższa nie miała szans na uprawianie sportu nie tylko ze względów finansowych, ale też ze względów kulturowych, światopoglądowych, nie wypadało po prostu, aby czas wolny poświęcać na tego typu rozrywki, ponieważ było to uznawane za marnowanie czasu, a przecież nikt im nie zabraniał biegać, czy spacerować i nie wymagało to nakładów pieniężnych. Ludność uboższa nie przywiązywała tak dużej wagi do wyglądu, dbania o zdrowie. W

⁸ Z. Dziubiński, Z. Krawczyk, *Socjologia kultury fizycznej*, Warszawa 2011, wyd. AWF Józefa Piłsudskiego, s. 273

obecnych czasach sport jest nie tylko formą dbania o kondycję i zdrowie, ale jest też po prostu modny⁹, ponad to lokalne władze starają się o to, żeby powstawały różnego rodzaju place ze sprzętami do ćwiczeń na osiedlach mieszkalnych, powstają liczne ścieżki rowerowe, boiska do gier, więc jeżeli ktoś naprawdę ma potrzebę ruchu i zadbania o swoją kondycję, nie powinien mieć wymówek.

Jednak wyniki przeprowadzonych badań mówią same za siebie. Jak wynika z przeprowadzonych sondaży CBOS uprawianie sportów nadal jest domeną ludzi dobrze wykształconych i zamożnych, czyli można by powiedzieć ludzi z wyższych sfer¹⁰. Dzieje się tak na pewno z tego względu, że ludzie wykształceni są bardziej świadomi swojego ciała, posiadają większą wiedzę na temat zdrowia fizycznego, a zamożni wiadomo, mogą sobie pozwolić na zakup drogiego sprzętu, opłacenie lekcji. Jak wynika z badań do najchętniej uprawianych dyscyplin należy jazda na rowerze i pływanie, czyli sporty wymagające pewnych nakładów pieniężnych (zakup roweru, opłacenie basenu), a zdecydowanie mniejszy procent społeczeństwa wybiera formę aktywności taką jak bieganie, turystyka piesza¹¹. Nierówności w uprawianiu sportu przejawiają się nie tylko w sytuacji materialnej, wykształceniu, czy wieku, bardzo często można zaobserwować podziały ze względu na kolor skóry, rasę. Mianowicie istnieją dyscypliny sportowe, które są na przykład wyłącznie domeną społeczeństw czarnoskórych, mówię tu głównie o lekkoatletyce, boksie, przyczyny mogą być różne, na przykład historia i tradycja tego sportu w danej kulturze, ale nie tylko. Z racji tego, że do dzisiejszego dnia są oni traktowani jako gorsza rasa, często utożsamia się ich ze sportami kojarzonymi z mniejszym prestiżem społecznym, bardziej prymitywnymi, takimi jak boks, futbol amerykański, aniżeli z dyscyplinami zarezerwowanymi dla „białych” (golf, jazda konna, szermierka). Podobnie sytuacja wygląda w zróżnicowaniu pod względem płci, są sporty, w których prym wiodą mężczyźni, a i

takie, które są domeną kobiet, chociaż już coraz bardziej zacierają się te granice. Coraz więcej kobiet startuje w takich dyscyplinach jak boks, podnoszenie ciężarów, kulturystyka, mimo wszystko, jak z badań wynika i tak bardziej aktywni fizycznie są mężczyźni, ponieważ chętniej w ogóle uprawiają sporty¹².

Jak wspomniałam już wcześniej istnieje podział na dyscypliny, które są zarezerwowane dla ludzi o wyższym statusie społecznym, jak i te, które „należą” do świata ludzi z niższych sfer. Jest to oczywiście podział społecznie przyjęty, umowny, który nie jest nigdzie uregulowany prawnie. Mówi się więc, że domeną ludzi bogatych, dobrze wykształconych są sporty, które nie wymagają bezpośredniego kontaktu fizycznego z przeciwnikiem, sporty, w których nie trzeba „brudzić sobie rąk”, a wymagają pewnego znacznego wkładu finansowego wymienia się tutaj między innymi: żeglarstwo, tenis ziemny, golf, krykiet. Uważa się je za sporty, w których trzeba wykazywać się większą inteligencją, obyciem, kulturą osobistą, uduchowieniem. Natomiast dla klas niższych zarezerwowane są formy aktywności o charakterze bardziej fizycznym, takie jak boks, piłka nożna, sporty motorowe, które uważane są za bardziej prymitywne¹³. Klasy wyższe rzadko wykazują zainteresowanie takimi formami aktywności fizycznej ze względu przede wszystkim na ich prestiż społeczny. Muszę jednak podkreślić tutaj, że istotne znaczenie przy takich podziałach ma to, o jakich miejscach na świecie mówimy, gdyż nie wszystkie sporty, które na przykład są uznawane za mniej prestiżowe w danym państwie, muszą być za takie same uznawane w innym państwie. Zależy to od kultury i tradycji miejsca, w którym się znajdujemy. Na przykład bowling i rodeo, które są w Ameryce Północnej uznawane za sporty klas niższych, w Polsce mają o wiele wyższy prestiż.

Choć różnice w aktywności w różnych grupach społecznych nadal są zauważalne, to mimo wszystko widać, że granice w uczestniczeniu w sporcie zacierają się coraz bardziej, mają na to wpływ większa świadomość społeczna, odejście

⁹ A. Kołodziej, *O potencjale kierunkach rozwoju socjologii sportu*, s.6, file:///C:/Users/daria/Downloads/Kolodziej.pdf

¹⁰ *Aktywność fizyczna Polaków*, Centrum Badania Opinii Społecznej, Warszawa, wrzesień 2013, http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2013/K_129_13.PDF

¹¹ *Aktywność fizyczna Polaków*, Centrum Badania Opinii Społecznej, Warszawa, wrzesień 2013, http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2013/K_129_13.PDF

¹² *Aktywność fizyczna Polaków*, Centrum Badania Opinii Społecznej, Warszawa, wrzesień 2013, http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2013/K_129_13.PDF

¹³ Z. Dziubiński, Z. Krawczyk, *Socjologia kultury fizycznej*, Warszawa 2011, wyd. AWF Józefa Piłsudskiego, s. 279

od postrzegania sportu jako coś niezwykłego, zarezerwowanego tylko dla nielicznych, wzrost liczby państwowych i prywatnych obiektów sportowych i przede wszystkim zmiana mentalności ludzkiej. Ludzie nie utożsamiają już uprawiania sportu z czymś kosztownym, wstydlwym i niepotrzebnym, ale widzą w tym potencjał, dzięki któremu mogą osiągnąć uznanie, piękny wygląd i dobre samopoczucie.

Edukacja zdrowotna. Aby zagłębić się bardziej w ten temat należałoby najpierw wyjaśnić samo pojęcie. Przez edukację zdrowotną rozumiem wdrażanie czynności, zasad mających na celu dbanie o zdrowie własne i innych, pogłębianie wiedzy na temat zasad zdrowego odżywiania, przestrzegania higieny osobistej, uczymy się, co należy robić, aby czuć się dobrze. Obecnie dostęp do edukacji zdrowotnej jest powszechnie dostępny między innymi w szkołach, w mediach, niestety nie zawsze tak było. Na przykład w czasach starożytnych i średniowieczu uważano, że medycyna jest domeną tylko i wyłącznie osób duchownych, tylko oni mieli dostęp do tej wiedzy, a ludność ufała im bezgranicznie i bez skrupułów poddawała się różnym rytuałom. Wiedza na te tematy była po prostu tak niewielka, iż wiercono, że niedostosowanie się do tych obrzędów religijnych grozić będzie gniewem i zemstą bogów¹⁴. W samym średniowieczu było jeszcze gorzej, ponieważ światopogląd tej epoki kompletnie negował wszystko, co wiązało się z ciałem ludzkim, uważano je za nieważne, gdyż istotna była tylko dusza. Modne było umartwianie się i odczuwanie bólu fizycznego, więc choroby ciała często w ogóle nie były leczone. Ludzie mieszkali w skrajnie niehigienicznych warunkach i wpajano im, że wszelkiego rodzaju choroby są zsyłane przez Boga jako kara za grzechy, a jedynym lekarstwem jest modlitwa. Dopiero od XIX wieku stopniowo zaczęto badać zdrowie pod kątem naukowym.

Należałoby spojrzeć na zależność dostępu do edukacji zdrowotnej od poziomu życia, statusu społecznego. Tak jak we wszystkich dziedzinach

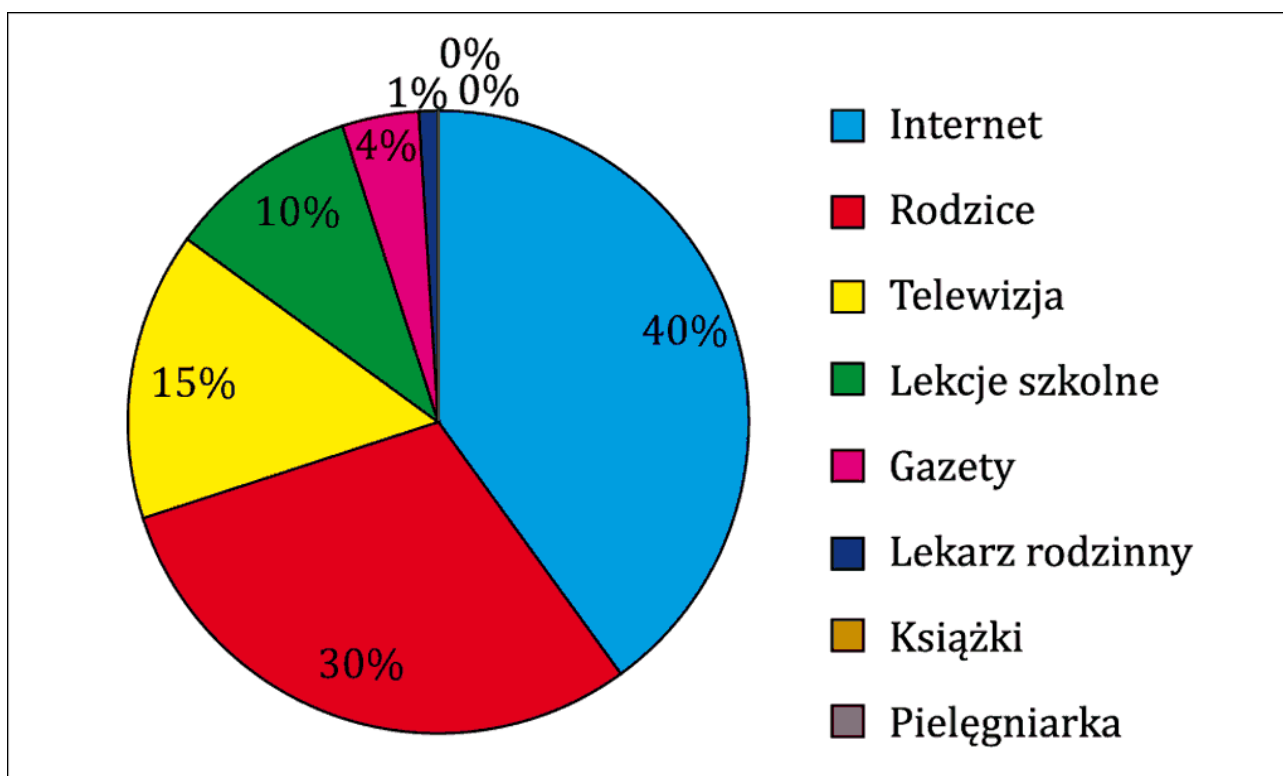
życia, także i tutaj nierówności społeczne odgrywają pewną rolę. To, w jakim stopniu będziemy wyedukowani pod kątem zdrowotnym zależy w dużej mierze od poziomu wykształcenia, posiadanej wiedzy naszych rodziców, opiekunów. To oni są naszymi pierwszymi nauczycielami i to ich uznajemy za wzorzec jako pierwszych. Jeżeli rodzice sami nie posiadają wiedzy na pewne tematy, to oczywiście jest, że swoim dzieciom także nie będą mogli jej przekazać, bądź też przekażą ją w sposób nieprawidłowy, zniekształcony. Tutaj mam na myśli głównie małe społeczności, przeważnie z terenów wiejskich, tak zwane klasy robotnicze, gdzie stawia się głównie na sprawność fizyczną, a niekoniecznie intelektualną. Na takich obszarach po dziś dzień, choć trudno w to uwierzyć, często wierzy się w różnego rodzaju herezje jeszcze z czasów średniowiecznych. Jest to charakterystyczne głównie dla ludzi starszych, niedostatecznie wyedukowanych. Na szczęście zjawisko to coraz bardziej zanika, głównie ze względu na masowy i powszechny dostęp w dzisiejszych czasach do mediów, przede wszystkim do internetu. Jednak tutaj też należy być ostrożnym, gdyż internet potrafi być siedliskiem wielu nieprawidłowych informacji poprzez możliwość każdego człowieka do zamieszczania tam własnych publikacji. Na pewno istotne znaczenie w edukowaniu prozdrowotnym ma również status majątkowy. Osoby posiadające wysokie zarobki mogą sobie na przykład pozwolić na uczestniczenie w różnego rodzaju płatnych szkoleniach o takiej tematyce, dzięki pieniądзом mogą zapewnić sobie wykształcenie na najwyższym poziomie. O zdrowiu uczymy się już od najmłodszych lat, jednak nie zdajemy sobie sprawy, jak ważne jest ono dla naszego życia, dla naszego samopoczucia, tego, co osiągamy. Jednak najczęściej ludzie zaczynają interesować się zdrowiem dopiero w momencie, kiedy je tracą¹⁵. Uważam, że w polskich szkołach zbyt mały nacisk kładziony jest na edukację zdrowotną, czego wynikiem są liczne zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego wśród dzieci i młodzieży. Odpowiedzialni za to w dużej mierze są sami rodzice, którzy przyzwalają na to wypisując te zwolnienia. Wiąże się to znowu z niską świadomością rodziców dotyczącą zdrowia,

¹⁴ J. Malinowska, *Profilaktyka i edukacja zdrowotna w szkole*, Materiały pomocnicze dla nauczycieli edukacji zdrowotnej Leszno- Kalisz październik 2014, Leszno 2014, wyd. Centrum doskonalenia nauczycieli w Lesznie, s. 3, http://cdn.leszno.pl/files/wiecej/materiały-do-pobrania/Wychowanie/Profilaktyka_i_edukacja_zdrowotna_w_szkole_-_2014.pdf

¹⁵ E. Syrek, *Zdrowie i wychowanie a jakość życia*, Perspektywy i humanistyczne orientacje poznawcze, Katowice 2008, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, s. 41

kto ma zaszczepiać w dzieciach wolę uczestniczenia w zajęciach wychowania fizycznego, jak nie pierwsi nauczyciele rodzice. Sytuacja w Polsce i tak ma się dobrze, ponieważ w szkołach jest obowiązek realizowania podstawy programowej z zakresu edukacji zdrowotnej i każde dziecko ma w mniejszym lub większym stopniu dostęp do niej. Nie wszędzie jest jednak tak kolorowo. Mówię tu w szczególności o państwach tak zwanego „trzeciego świata”, gdzie młodzież nie ma w ogóle dostępu do jakiegokolwiek edukacji, ponieważ brakuje pieniędzy na szkoły. Tam nierówności, o których mowa widać najbardziej. Przejawia się to szczególnie w nieprzestrzeganiu zasad higieny osobistej i ciężkich warunkach bytowych, które nie zawsze wynikają ze złej sytuacji materialnej, ale też z niewiedzy. Przez wiele lat ludność ciemnoskóra nie miała możliwości dostępu do edukacji, była spychana na margines, ponieważ była uważana za gorszą rasę.

Bardzo istotnym czynnikiem mającym wpływ na dostęp do edukacji zdrowotnej może być też styl życia, czy też to, w jakim środowisku przebywamy. Jeżeli jesteśmy towarzyscy, korzystamy sporo z internetu, przebywamy w gronie ludzi odczytanych, to z pewnością zwiększają się nasze szanse na zdobycie szerszej wiedzy w tej dziedzinie. Obecnie zauważa się wzrost w średniej długości życia w Polsce, co niewątpliwie wskazuje na zwiększanie się świadomości u ludzi¹⁶. Wiedzą, co mają robić, aby czuć się zdrowiej i cieszyć się życiem. Dawniej, aby móc zasięgnąć porady lekarskiej, dowiedzieć się czegośkolwiek należało udać się do specjalisty, dziś przy obecnie zalewającej nas fali Internetu, lekarz nie jest już jedynym wyjściem z sytuacji. W sieci można znaleźć w zasadzie informację na każdy temat, oczywiście należy później skonsultować ją ze specjalistą, ale mimo to zwiększa to świadomość i ogólny obraz sytuacji.



Wykres 1. Najczęstsze źródła wiedzy o zdrowiu w opinii uczniów.

<http://www.czytelniamedyczna.pl/5834,rola-pielęgniarki-szkolnej-w-promowaniu-zdrowego-stylu-zycia-u-uczniow.html>

¹⁶ E. Nojszewska, *Spoleczno-ekonomiczne czynniki determinujące status zdrowotny społeczeństwa na przykładzie Polski*, s. 67, 10.11.2017 r. http://ochronazdrowia.sgh.waw.pl/files/1/12/ekonomia_i_prawo_1-2016_04_ewelina_nojszewska.pdf

Wychowanie zdrowotne powinno być realizowane w każdym okresie rozwoju człowieka, jednak najkorzystniejszym okresem jest dzieciństwo i dojrzewanie, gdyż wtedy zachodzą najistotniejsze dla organizmu zmiany. Jak pokazują badania najczęstszymi źródłami wiedzy na temat edukacji zdrowotnej wśród młodzieży jest Internet, rodzice i telewizja, a dopiero na czwartym miejscu znajduje się szkoła.

Zakończenie. Podsumowując powyższe rozważania chcę zaznaczyć, jak ważne jest promowanie zdrowia, jak i aktywne uczestniczenie w kulturze fizycznej. Zdrowie jest dobrem najwyższym, bez którego nie dalibyśmy rady funkcjonować w życiu codziennym, nie moglibyśmy osiągać naszych celów i zamierzeń, dlatego powinniśmy zrobić wszystko, aby zadbać o nie jak najwcześniej, najlepiej już na etapie

przedszkola. Mówiąc o nierównościach w dostępie do edukacji zdrowotnej, czy też uczestnictwie w sporcie mam na myśli głównie nierówności społeczne, takie jak majątność, wykształcenie, pochodzenie, władza, które w dzisiejszych czasach nie mają aż tak istotnego wpływu na życie ludzi, jak kiedyś. Dzięki licznym dofinansowaniom ze strony różnych władz, a także zmieniającym się ciągle światopoglądzie, dostęp do różnych obiektów sportowych ma coraz liczniejsze grono ludzi. Największym jednak, dominującym dobrem naszych czasów jest internet, który otworzył przed nami całą masę możliwości i informacji. To dzięki niemu możemy się doksztalać z zakresu edukacji zdrowotnej, mieć szersze horyzonty, pomaga on niwelować istniejące nierówności społeczne.

Literatura Publikacje

1. Dziubiński Z., Krawczyk Z., *Socjologia kultury fizycznej*, Wyd. AWF im. Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Warszawa, 2011.
2. Malinowska J., *Profilaktyka i edukacja zdrowotna w szkole. Materiały pomocnicze dla nauczycieli edukacji zdrowotnej*, Leszno- Kalisz październik 2014, Wyd. Centrum doskonalenia nauczycieli w Lesznie, Leszno, 2014.
3. Syrek E., *Zdrowie i wychowanie a jakość życia. Perspektywy i humanistyczne orientacje poznawcze*, Wyd. Uniwersytetu Śląskiego, Katowice, 2008.

Źródła internetowe

1. Aktywność fizyczna Polaków, Centrum Badań Opinii Społecznej, Warszawa, wrzesień 2013, http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2013/K_129_13.PDF
2. <https://teoriakulturyumk.wordpress.com/2015/02/12/teoria-klas-spoecznych-karola-marкса/>, 12.02.2015r
3. Kołodziej A., *O potencjale kierunkach rozwoju socjologii sportu*, file:///C:/Users/daria/Downloads/Kolodziej.pdf
4. Nojszewska E., *Społeczno-ekonomiczne czynniki determinujące status zdrowotny społeczeństwa na przykładzie Polski*, http://ochronazdrowia.sgh.waw.pl/files/1/12/ekonomia_i_prawo_1-2016_04_ewelina_nojszewska.pdf [10.11.2017r.]