

Wiśniewska Anna. Wartość sportu ze względu na płeć, rekreacje ruchową, resocjalizację i proces rehabilitacji = The value of sport in the aspect of sex, recreation movement, resocialization and the process of rehabilitation. Journal of Education, Health and Sport. 2015;5(6):441-452. ISSN 2391-8306. DOI [10.5281/zenodo.20213](https://doi.org/10.5281/zenodo.20213)  
<http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/article/view/2015%3B5%286%29%3A441-452>  
<https://pbn.nauka.gov.pl/works/586160>  
<http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.20213>  
Formerly Journal of Health Sciences. ISSN 1429-9623 / 2300-665X. Archives 2011 – 2014  
<http://journal.rsw.edu.pl/index.php/JHS/issue/archive>

Deklaracja.

Specyfika i zawartość merytoryczna czasopisma nie ulega zmianie.  
Zgodnie z informacją MNIŚW z dnia 2 czerwca 2014 r., że w roku 2014 nie będzie przeprowadzana ocena czasopism naukowych; czasopismo o zmienionym tytule otrzymuje tyle samo punktów co na wykazie czasopism naukowych z dnia 31 grudnia 2014 r.

The journal has had 5 points in Ministry of Science and Higher Education of Poland parametric evaluation. Part B item 1089. (31.12.2014).

© The Author (s) 2015;

This article is published with open access at License Open Journal Systems of Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz, Poland and Radom University in Radom, Poland Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Noncommercial License which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited. This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited. This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.

The authors declare that there is no conflict of interests regarding the publication of this paper.

Received: 21.03.2015. Revised 24.06.2015. Accepted: 24.06.2015.

## WARTOŚĆ SPORTU ZE WZGLĘDU NA PŁEĆ, REKREACJE RUCHOWĄ, RESOCJALIZACJĘ I PROCES REHABILITACJI

## THE VALUE OF SPORT IN THE ASPECT OF SEX, RECREATION MOVEMENT, RESOCIALIZATION AND THE PROCESS OF REHABILITATION

Anna Wiśniewska

Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

**Słowa kluczowe:** sport, wartość, niepełnosprawność, rekreacja ruchowa, resocjalizacja, rehabilitacja

**Key words:** sport, value, disability, physical recreation, resocialization, rehabilitation

### Streszczenie

**Wprowadzenie.** Współczesny sport jest obecny w życiu coraz większej grupy społecznej, a ta aktywność realizowana jest w każdym wieku. Dla osób niepełnosprawnych umysłowo sport jest bez wątpienia jedną z niewielu dziedzin, w której mogą się wybić jako indywidualności. Umocnia ich wiarę w siebie, uczy planowania i wypełniania niewielkich zadań, a także dążenia do celu i uświadamiania sobie własnej podmiotowości.

**Cel pracy.** Celem artykułu jest ukazanie wartości sportu przez pryzmat płci, rekreacji ruchowej, resocjalizacji i procesu rehabilitacji.

**Metody i materiały.** Praca opiera się na badaniach jakościowych wyjaśniających. Analizie poddane zostały poglądy i badania odnoszące się do problematyki objętej zakresem tego artykułu.

**Wyniki.** Aktywność fizyczna stanowi przedmiot badań naukowych i jest wykorzystywana w praktyce rehabilitacyjnej. Ruch doskonali zdolności motoryczne, zwiększa tolerancję wysiłkową i wpływa na podniesienie sprawności.

**Dyskusja.** Proces aktywizowania osób z niepełnosprawnością, a także osób resocjalizowanych nie mógłby odbyć się bez rekreacji ruchowej, a państwo winno pomagać w tworzeniu odpowiednich warunków do takiej aktywności i kształtować postawy prozdrowotne.

**Wnioski.** Badania dowodzą, że odpowiednio dobrany program treningowy wpływa dobroczynnie na zdrowy organizm. Rehabilitacja ma przede wszystkim wartość leczniczą, gdyż dąży do podniesienia sprawności i poprawy koordynacji. Rekreacja ruchowa to nie tylko promowanie zachowań zdrowotnych, ale także pożyteczne wypełnienie czasu wolnego i dbałość o odprężenie psychiczne. Rekreacja fizyczna przez resocjalizację pomaga wychowankom nauczyć się nowych zachowań i sposobów reagowania, a także kształtuje ich wartości wychowawcze.

### Abstract

**Introduction.** Sport in our times is becoming part of the lifestyle in the growing number of people in different social groups and this activity is participated in every age. For people with intellectual disabilities, sport without a doubt is one of few disciplines in which they can stand out as an individual. Thanks to it their faith in themselves and self-esteem is growing stronger, they can learn planning and fulfilling small tasks and also achieving their goal or realizing their own subjectivity.

**Aim of the study.** The aim of this article is to show the value of sport in the aspect of sex, recreation movement, resocialization and the process of habilitation

**Methods and materials.** The studies is based on qualitative research inquiries. In the article analyzed views and studies relating to issues within the scope of this article.

**Results.** Use of movement as a medicine is finding justification in scientific research and rehabilitation practice. Movement improves motor skills, increases physical performance and affects the increase of efficiency.

**Discussion.** In the process of revitalizing people with disabilities (handicapped) sport, physical education, sport rively and other forms of physical movement are very important aspects. The government should assist in the creation of appropriate conditions for such activity and shape pro-health attitudes.

**Conclusions.** The research proves that the properly created training program is useful for healthy organism. Rehabilitation have most of all therapeutical worth. Physical recreation is not only to promote health behaviors, but also useful to fill free time and attention to mental relaxation. Resocializing conduct through sport activity is helping pupils to learn new behaviors and way of reaction, encouraging them to a positive thinking.

*„Sport jest ważnym fragmentem życia, ale nie całym życiem i winien wpisywać się w proces harmonijnego doskonalenia człowieka i sięgania przez niego po najwyższe wartości.”*

*Jan Paweł II*

### Wprowadzenie

Tematem podjętym w niniejszej pracy jest opisanie i poddanie analizie problematyki sportu w kontekście wartości dla jej uczestników ze szczególnym uwzględnieniem osób z

niepełnosprawnością. Rozważania w tym zakresie warto rozpocząć od przywołania następującego twierdzenia Tadeusza Ulatowskiego według, którego „sport jest jedną z ważnych składowych kultury fizycznej. Sięga swymi korzeniami biologicznych potrzeb człowieka, a jednocześnie będąc elementem kultury społeczeństwa, łączy przeszłość z teraźniejszością, przełamuje bariery klasowe i narodowe, stymuluje ale i rozładowuje napięcia społeczne i polityczne” (Ulatowski, 2008, s.21). Współczesny sport jest obecny w życiu coraz większej grupy społecznej, a ta aktywność realizowana jest w każdym wieku. Niepełnosprawność często nie jest żadną przeszkodą do uprawiania sportu. Wielu z nas aktywnie uczestniczy w rywalizacji sportowej, a nawet odnosi sukcesy. Jednak nie zawsze rywalizacja sportowa i osiągnięcie sukcesu jest najważniejsze. Przypuszczam, że większą wartością jest podjęcie wyzwania aktywności ruchowej przez osobę niepełnosprawną, czy też sam udział w tej aktywności. Dla wielu sport jest sposobem na spędzenie wolnego czasu, wielką przygodą, czy też pasją na lata. Dla każdego sport ma inną wartość oraz odmienne znaczenie. Zdaniem Joanny Sobieckiej (2009, s.237) „sport osób niepełnosprawnych, przejawia się w różnych dyscyplinach oraz konkurencjach, stał się integralną częścią kultury fizycznej i można go rozpatrywać jako formę: rehabilitacji, rekreacji i sportu wyczynowego”. Rozpatrując zasięg i możliwości oddziaływania sportu, uważam, że odgrywa on ważną rolę w kształtowaniu człowieka na każdym etapie jego życia. Niezależnie od tego czy sportowcem niepełnosprawnym jest mężczyzna czy kobieta.

## **Cel pracy**

Celem artykułu jest ukazanie wartości sportu przez pryzmat płci, rekreacji ruchowej, resocjalizacji i procesu rehabilitacji. Ze względu na to, że każdym ze wskazanych obszarów sport odgrywa odmienną rolę konieczne staje się szczegółowe omówienie problematyki wartości sportu odrębnie dla wyżej wymienionych kategorii. Zadaniem artykułu jest również uwzględnienie roli pontyfikatu Jana Pawła II według którego sport jest narzędziem integralnego rozwoju człowieka.

## **Materiał i metody**

Artykuł został stworzony w oparciu o badania jakościowe wyjaśniające. Analizie poddane zostały poglądy doktryny i badania odnoszące się do problematyki objętej zakresem tego artykułu. Wysiłek spojrzenia w głąb w celu ukazania wartości jaką ma sport dla jej uczestników niewątpliwie przyczyni się do lepszego zrozumienia znaczenia sportu w życiu niepełnosprawnego sportowca. Praca badawcza dedykowana jest przede wszystkim tym, którzy interesują się nie tylko sportem, ale przede wszystkim mentalnością osób niepełnosprawnych podejmujących jakąkolwiek aktywność fizyczną.

## **Analiza definiowania i funkcjonowania pojęcia wartość**

Aby poznać wartość sportu ze względu na płeć, rekreację ruchową, resocjalizację i proces rehabilitacji należy na wstępie prześledzić funkcjonowanie i znaczenie pojęcia *wartość*. Analizie zostanie poddana istota pojęcia *wartość* i *wartości* w ujęciu teoretycznym. Przedmiotem rozważań będą treści dotyczące *wartości* w wybranych koncepcjach teoretycznych. Przytoczone zostaną psychologiczne i socjologiczne koncepcje *wartości*.

## **Istota wartości w ujęciu teoretycznym**

Pojęcia wartość i wartości to pojęcia wielorako definiowane i mające różne funkcje. Kształtowanie się pojęcia wartość ewaluowało przez wieki. Anna Błasiak (2009, s.20-50)

zestawia różne perspektywy badawcze dotyczące wartości i wskazuje czytelnikowi na trudność jednoznacznego zdefiniowania. Anna Błasiak (2009, s.14). uważa, że: funkcjonowanie w potocznej mowie słowo „wartość” ma swą długą historię”. Jako pierwszą dyscyplinę, która podjęła problematykę samego pojęcia „wartości” Anna Błasiak uznaje filozofię „zagadnieniem wartości w ciągu wieków zajmowało się szereg dyscyplin naukowych, w pierwszej kolejności *mater scientiarum* – filozofia”. Natomiast nauka, która zajmuje się wartościami nosi nazwę aksjologii. Roman Darkowski (2009, s.75) precyzyjnie wyjaśnia części składowe aksjologii „termin ten pochodzi od greckich słów *axios* – oznaczający to, co godne, cenne, warte i *logos* – wiedza, nauka”. Anna Błasiak (2009, s.15) uważa, że „aksjologia jest nauką oceniającą rzeczy pod kątem ich wartości, znaczenia, użyteczności. Z tych też powodów stanowi ona nie tylko integralną część realistycznej filozofii, lecz wspólną podstawę nauk humanistycznych”.

### **Wartość w wybranych koncepcjach teoretycznych**

Termin wartość wszedł do słownika filozoficznego dopiero pod koniec XIXw. Definiowanie pojęcia „wartość” wg Anny Błasiak (2009, s.20) zależy od kierunku filozoficznego, jak i od „trudności, które łączą się z określeniem kategorii „wartości”. Anna Błasiak wskazuje na to, że „problematyka wartości zajmują się także nauki społeczne, takie jak pedagogika, psychologia i socjologia” (Błasiak, 2009, s.20). Jeśli chodzi o nauki psychologiczne to one wartości traktują jako zjawisko indywidualne, natomiast w socjologii wartość ma wymiar społeczny. Anna Błasiak zwraca uwagę na pojęcie *wartości* w pedagogice i wyjaśnia je w różnych perspektywach. W pedagogice autorka podkreśla teorię, że „nie sposób zajmować się wychowaniem w oderwaniu od wartości” gdyż występują one jak „system norm rzutujących na poczynania pedagogów i uczniów” (Błasiak, 2009, s.21). Anna Błasiak (2009, s.22) podkreśla to, że wartości są pewnymi „filarami na których opiera się życie społeczne”. Moim zdaniem wartości kształtują życie człowieka. W rozważaniach na temat wartości skupie się przede wszystkim na samym pojęciu „wartość” i prześlę różne definiowanie tego terminu.

### **Psychologiczne koncepcje wartości**

Swoją analizę pojęcia „wartość” zacznę od najbardziej dla mnie interesującego wyjaśnienia tego terminu. Moim zdaniem pojęcie wartość w odniesieniu do sportu trafnie analizują koncepcje psychologiczne gdyż to właśnie realizacja wartości ukierunkowuje działania jednostki.

„Pojęcie *wartość* jest przez psychologów definiowane różnorodnie. Psychologowie, uważają, że wartości są istotne w życiu każdego człowieka. Wartości bowiem nie tylko pociągają człowieka, stając się motorem jego działania, ale są także kryterium wartościowania siebie, innych i otaczającego świata. Dzięki wartościom człowiek decyduje, czy jego działania są dobre czy złe. Wartości uosabiają to, co jest dla niego istotne i wspierają się na jego przekonaniach. Tworzą one fundamentalne zasady, według których człowiek żyje” (Błasiak, 2009, s.36). Przy próbie definiowania „wartości” warto przytoczyć jakie rodzaje przybiera wartość. Ta kwestia nie jest jednoznacznie opisana. Klasyfikacja wartości jest sprawą sporną, a jej początki należy upatrywać za czasów Platona. Anna Błasiak (2009, s.66) tak pisze o początkach hierarchiczności wartości „można wskazać, iż pierwszej próby uporządkowania wartości dokonał Platon, który wyodrębnił triadę wartości: prawdę, piękno i dobro”. Autorka podaje iż te klasyfikacje stawały się coraz to bardziej rozbudowane w miarę upływu lat i panujących tendencji filozoficznych. Moim zdaniem wszystkie rodzaje wartości można zebrać w trzy grupy: psychologiczne, socjologiczne kulturowe. Ujęcie

psychologicznego traktuje wartości jako indywidualnie zjawiska. Maria Misztal (1975, s.17) proponuje następujący podział definicji wartości w świetle psychologicznych koncepcji:

- „Wartość jako element systemu przekonań jednostki o nienormatywnym charakterze.
- Element systemu przekonań jednostki o charakterze normatywnym.
- Przekonanie innych ludzi na temat stanu psychicznego, fizycznego lub działań jednostki uważanych za godne pożądania.
- Przedmiot, który zaspokaja potrzeby jednostki.
- Obserwowane zachowanie jednostki”.

Charakterystykę wartości w ujęciu psychologicznym przytacza psycholog i kryminolog Krystyna Ostrowska (1994, s.12) „psycholog, gdy mówi o wartościach, ma na uwadze z jednej strony sam proces wartościowania, jego warunki, urzeczywistnianie wartości przez konkretne osoby i grupy, a także poziom ich uświadomienia i odkrycia oraz proces przypisywania osobom, zdarzeniom, rzeczom poziomu integracji z wartościami”. Charakterystyczne dla koncepcji psychologicznych jest to, że wartości są „przekonaniem o tym, co pożądane” (Ostrowska, 1994, s.12). W konkluzji powyższych treści posłużę się słowami Krystyny Ostrowskiej (1994, s.13), która scala teorie psychologiczne i wyjaśnia następująco „psychologowie, na ogół zgodnie przyjmują, że poszczególne osoby zmieniają swoje systemy wartości w ciągu życia, rozwijają je i doskonalą”.

### **Socjologiczne koncepcje wartości**

Próbując wyjaśnić pojęcie wartości koncepcje socjologiczne wskazują na połączenie tego terminu z grupą społeczną, ze środowiskiem czy też z grupą odniesienia do której należy jednostka. Anna Błasiak (2009, s.39) zaznacza, że wartość może być także rozumiana jako „przekonania rozpowszechnione w grupie społecznej, określające godne pożądania sądy i zachowania jej członków”. Ciekawą dla mnie definicję wartości podjął Jan Szczepański (1963, s. 53) „wartość - to dowolny przedmiot materialny lub idealny, to idea lub instytucja, przedmiot rzeczywisty czy wymaginowany, w stosunku do którego osoba lub zbiorowość przyjmują postawę szacunku, przypisują im ważną rolę w życiu”.

Jeszcze inną próbę definicji przybiera wyjaśnienie Henryka Świdy (1994, s.11) „wartością jest to, co uruchamia ludzką motywację. Może to być przedmiot godny pożądania, zasługujący na akceptację”. Stanisław Kowalczyk (1993, s.142) inaczej interpretuje to pojęcie „wartością jest to, co jest przedmiotem pożądania, co jest upragnione przez człowieka, co jest celem jego zabiegów”. Dla porównania, myślę, że warto przytoczyć również definicję wartości wg Mieczysława Łobockiego (1993, s.125) „to wszystko, co uchodzi za ważne i cenne dla jednostki i społeczeństwa oraz jest godne pożądania, co łączy się z pozytywnymi przeżyciami i stanowi jednocześnie cel dążeń ludzkich”.

Karol Wojtyła pisze o dwóch kategoriach wartości dzieląc je na te wyższego rzędu i te niższego rzędu „wartości te występują zawsze w pewnej hierarchii, jedno z nich są wyższe, drugie niższe. Wyższe człowiek bardziej ceni – wyraża się w tym przekonanie, że one bardziej go przybliżają ku obiektywnemu dobru, że więcej tego dobra mają w sobie. Nietrudno przeto pogodzić się z tym rozumowaniem, które sprawę ujmują przede wszystkim od strony podmiotu: te, które więcej kosztują, z pewnością też są wartościami wyższymi” (Wojtyła, 2008, s.38).. W mojej ocenie przytoczony pogląd Jana Pawła II pozwala na przyjęcie tezy, że wartość wyższego rzędu może uchylać wartość niższego rzędu, w sytuacji gdy tych dwóch wartości nie da się pogodzić. Innymi słowy, realizacja wyższego dobra musi ustąpić realizacji niższego dobra. Z tym zastrzeżeniem, że tej relacji nie można odwrócić.

Przytaczając różne koncepcje przy próbie wyjaśnienia pojęcia „wartość” nasuwa się pytanie dlaczego wartości mają charakter zmienny? Na pewno ta zmienność wynika z wielu czynników. Analizując znaczenie wartości można postawić tezę, że jest ona związana z emocjami, zasadami moralnymi, które panują w danej grupie społecznej, w środowisku jakim żyje człowiek. Anna Błasiak (2009, s.50) jako przyczynę historycznie zmiennego charakteru definiowania tego terminu wskazuje złożony całokształt stosunków społecznych, które są podatne na dalsze modyfikacje. Analiza tego pojęcia wg Anny Błasiak (2009, s.50) „wskazuje na brak jedności i zgody co do zrozumienia pojęcia „wartość”. „Wynika to ze złożoności charakteryzowanego zjawiska”. Władysław Tatarkiewicz (1983, s.105) tak jak Anna Błasiak piszę o trudności w definicji tego pojęcia „zdefiniowanie wartości jest trudne, jeśli w ogóle możliwe. To co wygląda na definicje wartości, jest raczej zastąpieniem wyrazu przez inny wyraz mniej więcej to samo znaczący na przykład dobro. Albo jest omówieniem”. Analizując różne koncepcje socjologiczne, nasuwa się stwierdzenie, że „wartość” w tych koncepcjach ma jednak wymiar społeczny, a koncepcje kulturowe podkreślają uniwersalizm tego pojęcia, który dominuje w danej społeczności, a to pozostaje w opozycji wobec koncepcji psychologicznych.

### **Wartość sportu w wybranych kontekstach**

Analiza teoretyczna pojęcia wartość i wartości pozwala na poznanie wartości sportu ze względu na takie parametry jak: płeć, rekreacja ruchowa, resocjalizacja i proces rehabilitacji. W celu przybliżenia i wyjaśnienia zagadnienia zostaną wykorzystane treści naukowe w oraz badania zawierające informacje na ten temat. Kwestia definicyjnych rozważań na powyższy temat zostanie ograniczona jedynie do zarysowania metodologicznego tła.

### **Wartość sportu ze względu na płeć**

Już w czasach starożytnych odnajdujemy dane o tym jak sport związany był z płcią. Ryszard Wroczyński mówi o powszechności sportu w starożytnym Egipcie „uprawiano je jednak powszechnie zarówno przez mężczyzn, jak kobiety. Mężczyźni są silni i muskularni, kobiety – wysmukłe i pełne gracji. O kulcie dla piękna i tężyzny fizycznej świadczyć może obraz przedstawiający faraona Zosera, założyciela trzeciej dynastii, uczestniczącego w sportowym programie festiwalu Heb Sed” (Wroczyński, 1985, s.27).

Kulturowe znaczenie sportu kobiet przedstawia Krzysztof Zuchora (1995, s.13) „nowożytny olimpizm z woli swego twórcy niechętnie otwierał się ku przyszłości, której widomym znakiem była równoważna i równoprawna wobec mężczyzn wielostronna aktywność kobiet”. O kontynuacji znaczenia sportu Krzysztof Zuchora pisze następująco „tymczasem tradycja antyczna przekazała nam ideał doskonałości – *arte* – oparty na wielości cnót i różnorodności rysów kulturowych, innych dla kobiet i innych dla mężczyzn. Dzielność męska, powszechnie rozśławiana przez poetów i artystów miała wpływ na ciągłość historii i trwałość kultury ,natomiast Antygona Sofoklesa dała nam kulturę miłości, kulturę duchową, w której rozkwitają wartości „współmiłować przyszłym, nie współmieniawidzić” (Zuchora, 1995, s.13-14). Dlatego też dzisiaj cubertinowskim obawom możemy przeciwstawić odmiennym punkt widzenia na sport kobiet i znaczenie ich udziału w ruchu olimpijskim. Biegunowa różnica płci zanika, a mężczyźni i kobiety stają się teraz tacy sami, a nie równi jak przeciwległe bieguny” (Zuchora, 1995, s.15). Kulturową wartością było omawiane wcześniej osiągnięcie równouprawnienia. Dążenia kobiet do równouprawnienia, sprawiły że zaczęły one zwracać uwagę na czas wolny. Zainteresowanie sportem przez kobiety stało się coraz powszechniejsze gdyż łamały one stereotypy dotyczące swojej płci. Poprzez określenia rodzaju uczestnictwa w sporcie mogły określić i znaleźć wartość w uprawianej aktywności.

Wielostronna aktywność kobiet o której pisał Krzysztof Zuchora (1995, s.15), sprawiła, że „przystały się one różnić od mężczyzn”.

Moim zdaniem wartości sportowe dla osób, które uczestniczą w sporcie nie posiadają wymiaru związanego z płcią. Zarówno mężczyźni, jak i kobiety z podobnych pobudek decydują się na uczestnictwo w sporcie czy rekreacji ruchowej. Kobiety i mężczyźni chcą osiągnąć sukces, prowadzić zdrowy tryb życia, chcą się także podobać płci przeciwnej. Dla wielu z nich sport to po prostu hobby. Sadzę, że przytoczone wartości odnoszą się zarówno do kobiet, jak i mężczyzn. „Twierdzenie filozofii oświecenia *L'amen's pas de sexe* – dusza nie posiada płci, zostało ogólnie przyjęte”, a według mnie stanowi odpowiednią maksymę w podsumowaniu przedstawionych treści” (Zuchora, 1995, s.15).

### **Wartość sportu ze względu na rekreację ruchową**

Na wstępie rozważań o rekreacji ruchowej osób z niepełnosprawnością Stanisław Kowalik podejmuje kwestie uczestnictwa osób niepełnosprawnych w społeczeństwie pełnosprawnych „codziennym pragnieniem ludzi z niepełnosprawnością umysłową jest uczestniczenie w „normalnym” życiu, czyli funkcjonowanie pomiędzy osobami pełnosprawnymi i nimi” (Kowalik, 2009, s.339). Wartość sportu wg Stanisława Kowalika brzmi następująco „dla osób niepełnosprawnych umysłowo sport jest bez wątpienia jedną z niewielu dziedzin, w której mogą się wybić jako indywidualności. Umacnia ich wiarę w siebie, uczy planowania (choć tylko na krótki czas) i wypełniania niewielkich zadań, a także dążenia do celu i uświadamiania sobie własnej podmiotowości. Poprzez sport niepełnosprawni uczą się zauważać swoich kolegów, zdrowych partnerów, trenerów i sędziów” (Kowalik, 2009, s.340). Moim zdaniem te kilka zdań oddaje cały sens i przede wszystkim wartość sportu dla niepełnosprawnych osób.

Stanisław Kowalik określa również warunki podejmowania rekreacji przez osoby niepełnosprawne „ruch i ukierunkowana działalność sportowa są nieodłącznymi elementami optymalnego stylu życia każdego człowieka z uszczerbkiem na zdrowiu. Dlatego też powinny być podejmowane w czasie wolnym przez osoby z niepełnosprawnością w różnym wieku, przy czym społeczeństwo, państwo, rząd i organizacje pozarządowe powinny pomagać w tworzeniu odpowiednich ku temu warunków” (Kowalik, 2009, s.334). Kończąc rozważania na temat aktywności ruchowej Stanisław Kowalik formułuje następującą tezę „w procesie aktywizowania osób niepełnosprawnych ważną rolę odgrywa sport, wychowanie fizyczne, rekreacja ruchowa oraz inne formy działalności ruchowej” (Kowalik, 2009, s.334).

### **Wartość sportu ze względu na resocjalizację**

Włodzimierz Brzeziński (1995, s.102) podkreśla rolę wychowania fizycznego w procesie resocjalizacji „postępowanie resocjalizacyjne przez rekreację fizyczną pomaga wychowankom nauczyć się nowych zachowań, sposobów reagowania i inspiruje ich do pozytywnych działań”. Moim zdaniem autor w przytoczonym zdaniu określił jaką wartość ma sport w resocjalizacji, a mianowicie ma ona wartość nie tylko inspirującą ale przede wszystkim wychowawczą. Włodzimierz Brzeziński szeroko opisuje tą wartość „wychowanie dla rekreacji fizycznej wiąże się z potrzebą kształtowania postaw afirmujących uczestnictwo w różnego rodzaju ćwiczeniach, grach, zabawach. Naturalną skłonnością wychowanka jest dążenie do takiego działania, które sprawia mu satysfakcję, wynika z umotywowanej, wewnętrznej potrzeby. Pamiętając o tym, że proces resocjalizacji to kształtowanie wartości wychowawczych, intelektualnych, zawodowych, kulturalnych i sportowych należy stwierdzić, że rekreacja odgrywa w tym procesie istotną rolę. Tę dziedzinę aktywności można uznać za

najbardziej uniwersalny środek ze wszystkich form pracy resocjalizacyjnej”(Brzeziński, 1995). Uniwersalizm sportu, który podkreśla Włodzimierz Brzeziński jest obecny w wielu opracowaniach dotyczących roli sportu w procesie resocjalizacji. H. Świda i W. Świda wyrażają pogląd, że „rozgrywki sportowe znacznie ułatwiają wychowankom wejście w konstruktywne role. Udział w zespołach sportowych kształtuje pozytywne postawy – poszanowanie zasad gry, kulturę obcowania z przeciwnikiem, wytrwałość i inne. Zajęcia sportowe przyczyniają się również do usuwania osobowościowych przyczyn wykołajenia młodzieży” (Brzeziński, 1995, s.103). Natomiast Włodzimierz Brzeziński formułuje następujący pogląd na ten temat „wychowanie fizyczne, sport i turystyka – jak już wspomniano – mogą przeciwdziałać zwyczajowym ucieczkom z zakładów resocjalizacyjnych, które są często wyrazem stresu spowodowanego nieznośną sytuacją w grupie wychowawczej. Wychowankowie uciekają przed karą i poniżeniem, czasami w wyniku tęsknoty za domem, przyjaciółmi, wolnością” (Brzeziński, 1995). Podsumowując kwestię roli wychowania fizycznego Włodzimierz Brzeziński (1995, s. 105) podaje kilka stwierdzeń „w procesie resocjalizacji dzieci i młodzieży niedostosowanej społecznie rolę wychowania fizycznego, sportu i turystyki można określić jako:

- działanie zamierzające do wyeliminowania nabytych wzorców destrukcyjnego postępowania,
- rozwijania konstruktywnej samodzielności wychowanków,
- uwzględnianie tendencji szukania przez wychowanka oparcia w grupach, wzorach kulturowych, które umożliwiłyby mu zaspokojenie jego potrzeb”.

Wychowanie fizyczne, sport, czy rekreacja ruchowa ma coraz większe znaczenia dla jej uczestników. Włodzimierz Brzeziński (1995, s.5) ukazuje wartość sportu w resocjalizacji „wychowanie fizyczne, sport i turystyka mogą znakomicie wspomagać proces resocjalizacji, stając się często punktem wyjścia tego procesu”. Moim zdaniem sport w resocjalizacji spełnia swoje zadanie i jest formą skutecznej resocjalizacji dzieci i młodzieży społecznie niedostosowanej.

### **Wartość sportu ze względu na proces rehabilitacji**

Stanisław Kowalik (2009, s.70) pisze o wartości jaki ma proces rehabilitacji dla osoby niepełnosprawnej „wykorzystanie ruchu jako leku znajduje coraz większe uzasadnienie w badaniach naukowych i w praktyce rehabilitacyjnej. Wymaga jednak wielkiego wysiłku zarówno ze strony pacjenta i terapeutów, jak i systemu ochrony zdrowia, który zapewnia te możliwości osobom w różnym wieku i z różnym rodzajami schorzeń”. Jeśli chodzi o cel rehabilitacja to Stanisław Kowalik upatruje go następująco „celem rehabilitacji jest jak najpełniejszy powrót do czynnego życia, w tym do pracy zawodowej. Konieczna jest tu pełna diagnostyka i funkcjonalna ocena stanu pacjenta, realistycznie prognozowanie przebiegu choroby oraz jasne określenie przeciwwskazań. Przede wszystkim jednak ważne jest zmniejszenie funkcjonalnych ograniczeń w życiu codziennym , które są bardzo uciążliwe dla pacjentów. Dlatego też w rehabilitacji dużą wagę przywiązuje się do strategii polegającej na wytyczaniu celów ogólnych i etapowych, które są dla danej osoby najważniejsze i które pozwolą jej na samodzielność oraz szybszą integrację społeczną” (Kowalik, 2009). Następnie Stanisław Kowalik kładzie nacisk na odpowiedni wybór program rehabilitacyjnego osób niepełnosprawnych „odpowiednio dobrany program treningowy wpływa dobroczynnie na zdrowy organizm, może również opóźnić powstrzymanie zaburzeń w następnych latach, lub nawet im zapobiegać (prewencja niepełnosprawności). Po cytowaniu poszczególnych zdań Stanisława Kowalika, który jest znawcą szeroko pojętej niepełnosprawności, można



stwierdzić, że rehabilitacja ma przede wszystkim wartość leczniczą. Rehabilitacja to leczenie ruchem i „odbudowa sprawności fizycznej” (Kowalik, 2009).

Stanisław Kowalik (1996, s.24) uważa, że „aby zrozumieć, czym jest niepełnosprawność, należy ustalić czym jest sprawność lub niepełnosprawność”. Badacz określa trzy poziomy funkcjonowania człowieka na poziomie sprawności organizmu człowieka, sprawności psychologicznej i sprawności społecznej grupy, do której należy dana jednostka. Na tych trzech poziomach funkcjonowania wg Stanisława Kowalika określamy „zdolność lub utratę zdolności funkcjonowania w ramach jednego z poziomów”(Kowalik, 1996, s.25). Sądzę, że słowa Stanisława Kowalika będą trafnym wstępem w analizie wartości sportu ze względu na sprawność uczestnika „gdy mówimy o osobach niepełnosprawnych, mamy na uwadze, przede wszystkim ludzi, których organizmy są dysfunkcjonalne (utraciły zdolność do wypełniania właściwych im funkcji). Biologiczne uszkodzenie ciała może dodatkowo utrudniać człowiekowi sprawne funkcjonowanie na dwóch pozostałych poziomach, ale nie jest konieczne do rozpoznania niepełnosprawności” (Kowalik, 2009).

Stanisław Kowalik (2009, s.335) uważa, że „ruch i ukierunkowana działalność sportowa są nieodłącznymi elementami optymalnego stylu życia każdego człowieka z uszczerbkiem na zdrowiu”. Badacz wyróżnia szereg barier na jakie napotykają osoby niepełnosprawne w rekreacji ruchowej, są to m.in. „bariery społeczne i psychologiczne, bariery osobiste, bariery architektoniczne, bariery zdrowotne, bariery edukacyjne, bariery w wyposażeniu, bariery finansowe, niewystarczające propagowanie sportu” (Kowalik, 2009, s.335-338). Omawiając wartość sportu ze względu na sprawność uczestnika szerszej charakterystyce poddam bariery zdrowotne. Wg S. Kowalika (2009, s.336-337) „ta grupa przeszkód obejmuje: rodzaj dysfunkcji organizmu, poziom sprawności fizycznej oraz opinie i zalecenia lekarza, dotyczące podejmowania aktywności ruchowej. Do innych przyczyn nieuprawiania sportu należą: brak chęci, brak czasu, lenistwo oraz brak zainteresowania aktywnością ruchową” (Kowalik, 2009, s.336-337). Stanisław Kowalik (2009, s.334) uważa także, że „sportowe lub ruchowe zajęcia relaksacyjne są nadal trudnodostępne dla osób niepełnosprawnych”. Wartością sportu w tym przypadku będzie zmierzenie się z własną niepełnosprawnością i znalezienie optymalnej aktywności ruchowej. Należy przy tym wyborze kierować się możliwościami psychofizycznymi osoby z niepełnosprawnością, a dopiero potem zainteresowaniami własnymi aby te uczestnictwo w sporcie było kompleksowe.

W ramach zagadnienia rehabilitacji warto wyodrębnić problematykę wartości sportu ze względu na niepełnosprawność jego uczestnika.

Nie ulega wątpliwości, że aktywność fizyczna dla osób niepełnosprawnych przedstawia odmienną wartość. Grażyna Cywińska – Wasilewska (2009, s.74) zaznacza że „w przypadku osób z niepełnosprawnością aktywność fizyczna praktykowana przez dłuższy czas pomaga w wykonywaniu codziennych czynności i zwiększa tolerancję wysiłkową. To umożliwia wzrost aktywności społecznej i często pozwala na podjęcie pracy zawodowej. Ruch doskonali zdolności motoryczne i poprawia koordynację, wpływa na rozwijanie sił, wytrzymałości, szybkości”.

Z kolei na łamach czasopisma „Życie akademickie” w sprawozdaniu poświęconym Międzynarodowej Konferencji Naukowej *Aktywność ruchowa osób niepełnosprawnych* zawarto następujące stwierdzenie „doceniając rolę aktywności ruchowej w kompleksowej rehabilitacji należy z naciskiem podkreślić, że aktywność ruchowa – w tym sport – dla osób niepełnosprawnych jest zagadnieniem o wiele ważniejszym, niż dla osób pełnosprawnych

fizycznie. Jej wartość polega na odzyskiwaniu wiary we własne siły i możliwości podniesienia sprawności oraz na czerpaniu radości, płynącej z aktywności ruchowej” (Życie akademickie, 2003, s.12). Uważam, że jest to bardzo trafne spostrzeżenie, ponieważ sport może być rodzajem zajęcia, który pomoże osobie z niepełnosprawnością ukształtować własną osobowość, ukształtować swój system wartości i sprawić, że jej sfera emocjonalna się wzmocni.

W tym miejscu warto przytoczyć również stwierdzenie Doroty Groffik (2009, s.15), iż „w dzisiejszym życiu człowieka kultura fizyczna ma ogromny wpływ na jego zdrowie i to nie tylko w sensie fizycznym, ale i psychicznym. Kształtuje bowiem jego wrażliwość, odczucia, postawy i poglądy, by wreszcie wypracować świadomy stosunek do własnego organizmu i jego potrzeb. W kulturze fizycznej uczestniczą wszyscy – ludzie zdrowi, niepełnosprawni, jak i również osoby charakteryzujące się ponadprzeciętną sprawnością fizyczną. Każdy znajdzie w kulturze fizycznej obszar, w którym uczestnictwo zapewni mu realizację celów zgodnych z jego potrzebami”. Jak zauważyła trafnie Dorota Groffik w sporcie każdy znajdzie coś dla siebie. Jest mnóstwo dyscyplin sportowych z jakich mogą korzystać zarówno osoby niepełnosprawne, jak i pełnosprawne, ale też jest wiele form aktywności, które przyciągają szerokie grono odbiorców. Takim przykładem aktywizacji może być turystyka. Grażyna Cywińska – Wasilewska (2009, s.69) zwraca uwagę na znaczenie kultury fizycznej dla osób niepełnosprawnych „trening sportowy jest coraz bardziej popularną formą rehabilitacji i rekreacji osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności, zarówno młodych, jak i starszych. Wszyscy dostrzegają pozytywne efekty zwiększonej aktywności ruchowej”.

Rozpatrując sport osób niepełnosprawnych nie sposób nie wspomnieć o celach jaki niesie sport dla tych osób. Zdaniem Joanny Sobieckiej (2009, s.237-238) tych celów jest wiele, a mianowicie „celem sportu osób z niepełnosprawnością jest szybkie i efektywne usprawnianie pacjenta, a także zapobieganie dalszym uszkodzeniom i promowanie zachowań zdrowotnych. W sporcie rekreacyjnym celem staje się pożyteczne wypełnienie czasu wolnego, jakim dysponuje osoba niepełnosprawna – nie osiągnięcie określonego wyniku sportowego, lecz utrzymanie sprawności fizycznej oraz dbałość o odprężenie psychiczne i dobre samopoczucie ćwiczącego. W przypadku sportu wyczynowego zadaniem osoby niepełnosprawnej jest dążenie do zdobycia możliwie najlepszego wyniku”. Joanna Sobiecka sens sportu pojmując następująco „pomimo różnych celów sportu osób niepełnosprawnych można go uznać za formę aktywności ruchowej, która podtrzymuje oraz podnosi sprawność fizyczną trenujących tak, by mogli oni, stosownie do własnych możliwości, brać udział w życiu społecznym i zawodowym oraz integrować się ze środowiskiem ludzi pełnosprawnych”.

### **Wnioski i sugestie do dalszych badań**

Opierając się na powyższej analizie danych zastanych można stwierdzić, iż wzbogacają one naukę o informacje tak bardzo niezbędne do poznania wartości sportu ze względu na płeć, rekreację ruchową, resocjalizację i proces rehabilitacji. Przede wszystkim wartość sportu upatrywana jest w samej rekreacji ruchowej. Uczestnik rekreacji ruchowej dąży do osiągnięcia stanu odprężenia, co bez wątplenia zapewnia sport. Promowanie zachowań prozdrowotnych i pożyteczne wypełnianie czasu wolnego stanowi wyzwanie dla współczesnego społeczeństwa. Ciekawe, z punktu widzenia powyższych treści, są motywy jakie podejmują osoby z niepełnosprawnością dotyczące uczestnictwa w sporcie. Badania nad sportem osób z niepełnosprawnością, a także nad resocjalizowaną młodzieżą wzbogaciłyby dotychczasowe badania o informacje, niezbędne do poznania wartości sportu dla tych osób.

## Piśmiennictwo

1. Błasiak A. W: Błasiak A, (red.), Aksjologiczne aspekty procesu wychowania. Wybrane zagadnienia. Kraków, Wydawnictwo WAM, 2009, s. 20-50.
2. Brzeziński W. Wychowanie fizyczne specjalne, cz. I Resocjalizacja. Szczecin, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, 1995.
3. Cywińska – Wasilewska G. W: Kowalik S, (red.). Kultura fizyczna osób z niepełnosprawnością. Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2009, s. 74.
4. Darkowski R. W: Błasiak A, (red.). Aksjologiczne aspekty procesu wychowania. Wybrane zagadnienia. Kraków, Wydawnictwo WAM, 2009, s. 75.
5. Groffik D. Metodyka stosowania ćwiczeń fizycznych w profilaktyce i terapii. Katowice, Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach, 2009.
6. Kowalczyk S. W: Śliwerski B, (red.). Kontestacje pedagogiczne. Kraków, Wydawnictwo Impuls, 1993, s. 142.
7. Kowalik S. Psychospołeczne podstawy rehabilitacji osób niepełnosprawnych. Warszawa, Wydawnictwo Interart, 1996.
8. Kowalik S. W: Kowalik S, (red.). Kultura fizyczna osób z niepełnosprawnością. Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2009, s. 70, 335, 339.
9. Łobocki M. O wartościach w wychowaniu. Problemy Opiekuńczo – Wychowawcze. 1993, 9, s. 125.
10. Misztal M. W: Matusiewicz Cz, (red.). Psychologia wartości. Warszawa, Polskie Wydawnictwo Naukowe, 1975, s. 17.
11. Ostrowska K. W: Świda H, Ostrowska K, (red.). W poszukiwaniu wartości. Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo psychologiczne, 1994, s. 12.
12. Sobiecka J. W: Kowalik S, (red.). Kultura fizyczna osób z niepełnosprawnością. Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2009, s. 237-238.
13. Szczepański J. Elementarne pojęcia socjologii. Warszawa, Wydawnictwo Naukowe, 1963.
14. Świda H W: Świda H, Ostrowska K, (red.). W poszukiwaniu wartości. Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo psychologiczne, 1994, s. 11.
15. Tatarkiewicz W. W: Tatarkiewicz W, Głuszyński J, (red.). Wartości a wychowanie. Chowanna. 1983, 2, s. 105.
16. Ulatowski T. W: Kosmol A, (red.). Teoria i profilaktyka sportu niepełnosprawnych. Warszawa, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego, 2008. s. 21.
17. Wojtyła K. Elementarz etyczny. Lublin, Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, 2008.

18. Wroczyński R. Powszechne dzieje wychowania fizycznego. Wrocław, Zakład Narodowy imienia Ossolińskich Wydawnictwo, 1985.
19. Zuchora K. W: Żukowska Z, (red.). Sport w życiu kobiety. Warszawa, Polskie Stowarzyszenie Sportu Kobiet, 1995, s. 13.
20. Życie akademickie. Pismo Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. 2003, 98, s. 12.