

# PROBLEMATYKA KULTURY FIZYCZNEJ WSPÓŁCZESNEJ SZKOŁY A POSTULATY WŁADYSŁAWA HOJNACKIEGO Z POCZĄTKU XX WIEKU

*PHYSICAL CULTURE IN CONTEMPORARY SCHOOL VERSUS WŁADYSŁAW HOJNACKI'S DEMANDS  
FROM THE BEGINNING OF THE 20TH CENTURY*

Adam Kozubal

Liceum Ogólnokształcące w Kolbuszowej

DOI: <https://doi.org/10.20883/ppnoz.2017.18>

## STRESZCZENIE

**Wstęp.** W najprostszym ujęciu kultura fizyczna to ogół uznawanych wartości, utrwalonych zachowań i ich rezultatów dotyczących ludzkiego ciała. Szczególnie ważna jest dbałość w tym zakresie o dzieci i młodzież w okresie rozwoju ich organizmów, czyli w wieku szkolnym.

**Cel.** Celem pracy jest porównanie zagadnień edukacyjnych i występujących trudności wpływających na rozwój fizyczny dzieci i młodzieży na początku XX wieku i obecnie.

**Materiał i metody.** Do realizacji zadania posłużono się metodą z dziedziny nauk historycznych, tj. metodą porównawczą.

**Wyniki.** Problemy dotyczące rozwoju fizycznego dzieci i młodzieży występujące ponad 100 lat temu są podobne do występujących obecnie. Rozwój cywilizacyjny i związane z tym udogodnienia, ale i zagrożenia wpłynęły znacznie na ograniczenie aktywności fizycznej w wieku szkolnym.

**Wnioski.** Wskazana jest segmentacja zagadnień związanych z kulturą fizyczną dzieci i młodzieży oraz wprowadzenie w określonych obszarach działań wpływających na poprawę sytuacji. W szczególności istotne jest wpojenie odpowiednich nawyków i postaw wśród dzieci w okresie edukacji wczesnoszkolnej.

**Słowa kluczowe:** kultura fizyczna, edukacja, dr Władysław Hojnacki.

## ABSTRACT

**Introduction.** To put it simple, physical culture is a set of fostered values, behaviour patterns and its results concerning the human body. It is particularly important to care about physical education of children and teenagers during the period of development of their bodies, which is school age.

**Aim.** The aim of the work is to compare the educational issues and occurring difficulties that influenced children and teenagers' physical development at the beginning of the 20th century and at present.

**Material and methods.** A comparative method used in historical research was applied.

**Results.** The problems concerning children and teenagers' physical development occurring 100 years ago are similar to those existing now. Technological advancement and both the facilities and the dangers connected with it have significantly limited physical activity at the school age.

**Conclusions.** It is advisable to implement segmentation of the issues connected with children and teenagers' physical culture and to introduce measures, in certain areas, aimed at improving the situation. It is particularly important to instil good habits among the children at early school education stage.

**Keywords:** physical culture, education, Władysław Hojnacki.

## Wprowadzenie

Wiek dziecięcy i dorastania to okres wyrabiania nawyków i przyzwyczajzeń w zakresie edukacji zdrowotnej. Bardzo ważne jest zapewnienie wówczas odpowiedniej ilości ćwiczeń fizycznych potrzebnych do rozwoju, właściwego funkcjonowania i utrzymania zdrowia człowieka. Aktywność ruchowa w okresie dojrzewania pobudza i wspomaga rozwój fizyczny i psychiczny. Rekompensuje bierne zachowanie związane z siedzeniem w szkolnej ławce, pomaga zadbać o odpowiednią masę ciała i właściwą sylwetkę. Jednocześnie nie należy zapominać o innych czyn-

nikach wpływających na ludzkie ciało, takich chociażby jak: odpowiednie odżywianie, higiena i profilaktyka, opieka zdrowotna i inne. Nie mniej ważny jest proces kształtujący właściwą postawę emocjonalną i społeczną. Aktualne występujące problemy zdrowotne i wychowawcze dzieci skłaniają do poszukiwania dróg prowadzących do poprawy tej sytuacji. Okazuje się, że z podobnymi trudnościami polskie społeczeństwo borykało się już ponad 100 lat temu. Troskę w tym zakresie wyrażali działacze i propagatorzy polskiej kultury fizycznej już w XIX i XX wieku. Jednym z nich był Władysław Hojnacki (1869–1931), lekarz ginekolog, aktywny druh Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” we Lwowie. Ze względu na autorytet, jakim się

cieszył, uczestniczył w Międzynarodowym Kongresie Wychowania Fizycznego w Paryżu w dniach 17–20 marca 1913 roku jako jeden z członków komitetu złożonego z przedstawicieli Polski ze wszystkich trzech zaborów [1]. Z kolei na zjeździe delegatów polskich gimnastycznych towarzystw sokolich w Małopolsce, który odbył się w gmachu macierzystego „Sokoła” we Lwowie, Hojnacki przedstawił rezolucję delegatów o wsparciu przez gniazda „Sokoła” wszystkich klubów i towarzystw sportowych oraz drużyn harcerskich [2]. Razem ze znanymi i cenionymi dziś działaczami, takimi jak: Eugeniusz Piasecki, Edmund Cenar, Edmund Naganowski, Kazimierz Hemerling, Karol Hornung i Maria Germanówna, założył we Lwowie w 1905 roku Towarzystwo Zabaw Ruchowych. Propagowano gry i zabawy na świeżym powietrzu. Dzięki temu lwowska młodzież z zapałem garnęła się do takich sportów jak: narciarstwo, saneczkarstwo, piłka nożna, koszykówka, palant, tenis, szermierka, łucznictwo, pływanie. Prócz tego prowadzono kursy dla nauczycieli wychowania fizycznego oraz odczyty dla rodziców w zakresie szeroko rozumianej kultury fizycznej. Władysław Hojnacki był autorem książek i opracowań dotyczących sportu, zdrowego trybu życia, a przede wszystkim był pionierem zagadnień związanych z higieną. Jego najbardziej znane publikacje to: *Higiena kobiety i kosmetyka* (Lwów 1902 roku), *Kobieta a sport i sporty jazdy konnej* (Lwów 1905 roku), *Na przedłużenie życia* (Lwów 1907 roku). W szczególności propagował większą aktywność ruchową wśród dziewcząt i kobiet, które w ówczesnych czasach często wykazywały przesadną troskę i lęk o zdrowie, spędzając dużo czasu w zamkniętych pomieszczeniach.

### Cel i metody badań

Niniejsze praca ma na celu porównanie warunków do rozwoju fizycznego dzieci oraz młodzieży w wieku szkolnym na początku XX wieku i obecnie. Odnosząc się do problemów poruszanych przez Władysława Hojnackiego w 1905 roku, postawiono następujące pytania badawcze:

1. Jakie jest podobieństwo problemów związanych z kulturą fizyczną dzieci i młodzieży dzisiaj i przed ponad 100 laty?
2. Czy postulaty Władysława Hojnackiego dotyczące problemów społeczno-zdrowotnych dzieci i młodzieży mają wymiar ponadczasowy?

### Porównanie i dyskusja

Wygłaszając jeden z odczytów w dniu 18 listopada 1905 roku we Lwowie, Władysław Hojnacki przedstawił krytyczną ocenę stanu higieny szkolnej i wychowania fizycz-

nego [3]. Zwrócił uwagę m.in. na problemy, które być może i obecnie warte są zainteresowania (pisownia oryginalna):

1. „...według sprawozdań lwowskiej Rady szkolnej z r. 1903/4 przeszło 11% wszystkich dzieci szkolnych sypia w suterrenach lub kątem, gdzie 13,5% uczniów przynajmniej do nadużywania alkoholu, a nie używa tego alkoholu tylko 7%...” [3]

A jak problem ze spożywaniem alkoholu przez nastolatki wygląda dzisiaj? Według raportu z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2011 roku 87,3% uczniów III klas gimnazjalnych piło alkohol chociaż raz w życiu. W szkołach ponadgimnazjalnych w klasach II odsetek ten wynosi 95,2% [4]. Problem ten zaczyna się już w gimnazjach, bo warto zauważyć, że wskaźnik względnie częstego używania alkoholu (czyli picie w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem) w szkole gimnazjalnej (kl. III) dotyczy 57,6%. Dla 17- i 18-latków to już jest 80,4%. Te same badania pokazują budzące niepokój dane, że wódkę w ciągu ostatnich 30 dni pił co trzeci badany gimnazjalista (40,7%) i znacznie więcej niż co drugi badany uczeń szkoły wyższego poziomu (62,8%).

Należy także zwrócić uwagę na fakt, że zjawisko spożywania alkoholu (zarówno słabego, jak i mocnego) dotyczy również tzw. usportowionej młodzieży, biorącej udział w systematycznych zajęciach sportowych organizowanych przez kluby w szczególności w gminach wiejskich i miejsko-wiejskich. Dążenie do wyeliminowania zachowań nieodpowiedzialnych, w tym spożywania alkoholu, oraz postaw agresywnych i patologicznych wśród dzieci i młodzieży za pomocą różnych form aktywności fizycznej jest bardzo wskazane. Tym bardziej że sport jest akceptowany przez młodych ludzi. O ile jednak większość badań ukazuje pozytywne efekty uczestnictwa w zajęciach ruchowych, to są także (mniej znane) wyniki niekorzystne wskazujące na to, że młodzież przejawiająca wysoki poziom aktywności sportowej jest bardziej skłonna angażować się w negatywne zachowanie [5]. Dlatego warto pamiętać, że sport wartościuje młodych ludzi wówczas, gdy nauczycieli, instruktorów, trenerów klubowych prócz osiągniętych dobrych wyników interesuje nie mniej właściwe wychowanie zawodników.

2. „...klasy powszechnie uczniami i uczennicami przepełnione. Na domiar złego nauka trwa od 8 rano do 1, a nawet do 2 godziny... Przerwy między godzinami i tak już za krótkie bo wynoszące 5, 10 i 15 minut bywają jeszcze dość często skracane przez zbyt gorliwych nauczycieli i nauczycielki...” [3]

Oburzenie Władysława Hojnackiego byłoby pewnie dzisiaj jeszcze większe. Wystarczy spojrzeć na tzw. siatki godzin i plany nauczania [6]. W szkołach podstawowych

obowiązkowa, czyli minimalna liczba godzin w klasach I wynosi 18 godzin tygodniowo, w klasach VI – już 26. W gimnazjach minimalna tygodniowa liczba godzin obowiązkowych dla klas wynosi od 29 do 31, a w liceum dwujęzycznym lub technikum może dojść nawet do 35 [6]. Dodając jeszcze nieobowiązkowe zajęcia pozalekcyjne, tzw. kółka dla zainteresowanych, pobyt w szkole często trwa powyżej 8 godzin dziennie.

Co do liczebności klas, to i obecnie bywa różnie. Ze względu na niską subwencję oświatową organy prowadzące szkoły (gminy i starostwa) w większości preferują jak najliczniejsze oddziały klasowe. W regulaminach zazwyczaj ustalają minimalną liczbę uczniów, a nie wpisują górnej granicy, co prowadzi do przyjmowania nawet powyżej 35 uczniów w oddziale klasowym. Przy mniejszej liczbie dzieci (dotyczy to głównie szkół wiejskich) standardem jest tworzenie klas międzyoddziałowych.

3. „... w tygodniu istnieje jedna godzina śpiewu, w szkołach męskich 1 godzina gimnastyki, a w szkołach żeńskich »horrible dietu« gimnastyka jest przedmiotem nieobowiązkowym... Czyż to nie ciężkie przewinienie wobec sprawy narodowej?» [3]

Obligatoryjnie przedmiot wychowanie fizyczne został wprowadzony w szkole dla obojga płci w wymiarze 3 godzin tygodniowo po I wojnie światowej, po odzyskaniu przez Polskę niepodległości w 1918 roku i utworzeniu Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego [7]. Wydawać by się więc mogło, że ten problem dzisiaj nie ma racji bytu. Ale czy na pewno? Obowiązujące aktualnie 3, a nawet 4 (w zależności od szkolnego etapu edukacyjnego) godziny wychowania fizycznego tygodniowo pozwalają na zadbanie w stopniu dostatecznym o właściwy rozwój motoryczny dzieci i młodzieży. Dlaczego w stopniu dostatecznym? Ponieważ obecna kultura życia codziennego preferuje ograniczony ruch fizyczny. Nie ma wiele prac przydomowych, jak to bywało dawniej, nawet praca w rolnictwie i tzw. gospodarstwach w większości jest mocno zmechanizowana (dlatego rozpowszechnienie otyłości na wsi i w mieście jest aktualnie na podobnym poziomie). Dzieci i młodzież coraz więcej czasu spędzają w ławce szkolnej, oglądaniu telewizji, a w ostatnich latach także wiele godzin tygodniowo na prowadzeniu „e-życia”. Takie sedenteryjne zachowanie sprzyja powstawaniu nadwagi, otyłości, wadom postawy i małej motoryce organizmu. Dlatego te kilka lekcji WF w tygodniu to tylko niezbędne minimum. Według Krajowego Stowarzyszenia Sportu i Wychowania Fizycznego dzieci powinny być aktywne fizycznie co najmniej 60 minut dziennie [8].

Jeszcze innego rodzaju problemem jest wychowanie fizyczne w pierwszym etapie edukacji (kl. I–III). To tzw.

edukacja wczesnoszkolna, w której zajęcia przeprowadzane są głównie przez jednego nauczyciela, który pełni również funkcję wychowawcy. Choć przepisy zwarte w określonych rozporządzeniach umożliwiają włączenie w ten proces innych nauczycieli, dzieje się to bardzo rzadko. Z danych zawartych w piśmie podsekretarza stanu Sielatyckiego z dnia 5 marca 2012 roku (jako odpowiedź do interpelacji poselskiej w sprawie wychowania fizycznego dla klas I–III) wiadomo, że w 2012 roku prowadzenie zajęć z zakresu wychowania fizycznego powierzono specjalistom tylko w 6% zajęć. Są to decyzje podejmowane przez dyrektorów szkół, odpowiednio do przepisu art. 39 ust. 3 *Ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty* (Dz.U. z 2004 r. Nr 256, poz. 2572, z późniejszymi zmianami). Warto jednak zauważyć, że nauczyciele nauczania początkowego w zakresie kultury fizycznej muszą zmagać się różnymi wyzwaniami i nie zawsze na studiach otrzymali pełne przygotowanie w zakresie aktualnej podstawy programowej z wychowania fizycznego. Często mają ograniczony dostęp do sali sportowej, bo pierwszeństwo korzystania z obiektów otrzymują zazwyczaj klasy starsze. Dodatkową trudność sprawia pokaz jakiegoś elementu sprawnościowego (zwłaszcza osobom starszym). Dlatego zdarza się, że lekcje takie sprowadzają się do wyjścia na spacer lub prostej zabawy. Tymczasem 57% nauczycieli wychowania fizycznego zgadza się ze stwierdzeniem, że niewłaściwie prowadzenie tego typu zajęć w nauczaniu wczesnoszkolnym skutkuje większą ilością zwolnień z lekcji WF w późniejszych etapach edukacyjnych [9].

4. „Brak nam dalej lekarzy szkolnych, którzyby czuwali nad wymogami higienicznymi, którzyby zawczasu zapobiegali nabytkom szkolnym, skrzywieniom kręgosłupa, krótkowidzeniu, zezowi, bledniom i najrozmaitszym chorobom przenośnym, którzyby kontrolowali czystość ciała i zdrowie uczni” [3].

Zrozumienie znaczenia roli właściwej opieki lekarskiej nad młodzieżą szkolną ponad wiek temu pozwoliło na tworzenie podstawowej opieki zdrowotnej w szkołach już po I wojnie światowej. Warto w tym miejscu przypomnieć Stanisława Kopczyńskiego (1873–1933), lekarza wizytatora higieny szkolnej w Ministerstwie Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego, który był jednym z pionierów organizacji opieki zdrowotnej i angażowania lekarzy do pracy w szkołach. Oczywiście nakłady na higienę szkolną były bardzo ograniczone, niemniej jednak zatrudniano w szczególności w szkołach średnich lekarzy, higienistki szkolne, a nawet zdarzały się gabinety dentystryczne. Najlepszy okres rozwoju takiej opieki zdrowotnej to lata 1963–1976. W szkolnych gabinetach zatrudniano pielęgniarki bądź higienistki szkolne, na część etatu pracowali lekarze

i stomatolodzy. Obowiązek prowadzenia opieki zdrowotnej w szkołach był obligatoryjny we wszystkich typach szkół, tak w miastach, jak i na wioskach. W późniejszych latach utworzenie rejonów pediatryczno-szkolnych oraz reforma administracyjna kraju spowodowały zanikanie stanowisk lekarzy szkolnych, chociaż jeszcze w latach 80. XX wieku do wielu placówek oświatowych przypisani byli lekarz i higienistka. Szkolny gabinet stomatologiczny nie był niczym nadzwyczajnym. Niestety, dzisiaj co najwyżej dyżuruje higienistka szkolna, i to najczęściej tylko kilka godzin w tygodniu w danej szkole, co wpływa na jakość profilaktyki i opieki zdrowotnej.

5. „Odżywianie dzieci jest złe, już to z powodu ubóstwa, już to z powodu niezajomości zasad higieny” [3].

Prawidłowa dieta dziecka pozwala na uniknięcie lub duże ograniczenie chorób związanych z otyłością, cukrzycą, miażdżycą, nowotworami, jak również innymi chorobami cywilizacyjnymi. Intensywny w okresie szkolnym wzrost organizmów oraz wyczerpana praca dzieci wymagają dostarczenia odpowiedniej jakości produktów. Ważne są dobre źródła białek, tłuszczów czy cukrów. Istotna jest rola warzyw i owoców w jadłospisie. Jednak w szkołach od wielu lat królują: tzw. jedzenie śmieciowe, napoje gazowane, słodkie, chipsy. Do niedawna standardem były automaty z gorącymi napojami zawierającymi ogromne ilości cukru i sztucznych związków smakowych, czy automaty z batonikami. Nadmiar spożywanych kalorii w połączeniu z siedzącym trybem życia powoduje ogromny wzrost (w szczególności w ostatnich 15 latach) osób z nadwagą w wieku szkolnym. Z badań przeprowadzonych przez Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka” i badań dzieci z lat 2007–2010 wynika, że 18,6% chłopców i 14,5% dziewczynek cierpi na nadwagę lub otyłość. W przedziale wiekowym 7–18 lat odsetek polskich dzieci mających problem z nadmierną masą ciała wynosił 20%. Wprowadzenie nowych przepisów dla szkolnych stołówek i sklepików w roku szkolnym 2015/2016 odbiło się szerokim echem w mediach. Nowe przepisy zdecydowanie poprawiają ja-

kość żywienia, równocześnie wymagając większych środków finansowych. Jednak przecież jest oczywistym, że dzisiaj poniesione koszty na właściwe odżywianie dzieci i młodzieży w przyszłości zwrócą się z nadwyżką.

## Wyniki

Odnosząc się do postawionych pytań badawczych, należy stwierdzić duże podobieństwo problemów edukacyjnych związanych z kulturą fizyczną dzieci i młodzieży na początku XX wieku i obecnie. Porównywano czynniki wymienione w tabeli 1. W jednym przypadku, tj. w zakresie „bazy sportowej”, nastąpiła wyraźna poprawa, a jeśli chodzi o zbyt liczne oddziały klasowe problem występuje w części szkół. Wynika z tego, że zagadnienia kultury fizycznej dzieci i młodzieży podnoszone na początku XX wieku i obecnie są wciąż w większości nierozwiązane, chociaż przyczyny ich powstawania mogą mieć różne uwarunkowania. Przykładem może być nieodpowiednie odżywianie. Ponad 100 lat temu było ono wynikiem ubóstwa, a także niewielkiej wiedzy o właściwościach różnych produktów spożywczych. Obecnie dostęp do wiedzy jest bardzo dobry, ale złe nawyki żywieniowe i przyjmowanie wysoko przetworzonych produktów zawierających znaczne ilości cukru, tłuszczów i wiele środków konserwujących powodują jeszcze większe problemy zdrowotne wśród dzieci i młodzieży. Postulaty Władysława Hojnackiego dotyczące czynników wpływających na prawidłowy rozwój fizyczny, psychiczny i społeczny w okresie szkolnym są aktualne. Nadal dużym zagrożeniem dla właściwego rozwoju zdrowotnego uczniów jest spożywanie przez nich alkoholu. Problemem były i bywają przepełnione klasy w wielu szkołach. Aktualna liczba godzin wychowania fizycznego, czyli 3 lub 4 (w zależności od etapu kształcenia), jest niewystarczająca przy obecnym trybie życia.

**Tabela 1.** Porównanie negatywnych czynników w zakresie szkolnej kultury fizycznej w roku 1905 i 2016

Lp.	Występujące problemy edukacyjne wpływające na zdrowie dzieci i młodzieży	Rok 1905	Rok 2016
1.	Spożywanie alkoholu	Tak	Tak
2.	Nieprawidłowe odżywianie	Tak	Tak
3.	Przepełnienie klas	Tak	Tak/Nie
4.	Duża liczba godzin spędzanych w szkole w pozycji siedzącej	Tak	Tak
5.	Mała liczba godzin WF	Tak	Tak
6.	Słaba sportowa baza szkoły	Tak	Nie
7.	Słaba opieka medyczna w szkołach	Tak	Tak

## Wnioski

1. Przy obecnym trybie życia i zachowaniu sedenteryjnym liczba zajęć obowiązkowych z wychowania fizycznego jest niewystarczająca.
2. Lekcje wychowania fizycznego na etapie edukacji wczesnoszkolnej powinny odbywać się regularnie i być prowadzone w większym stopniu przez specjalistów od tego przedmiotu.
3. Osoby prowadzące zajęcia ruchowe (szkolne i pozaszkolne) dla dzieci i młodzieży powinny zwracać uwagę nie tylko na ich rozwój fizyczny, ale także proces edukacji zdrowotnej i wychowawczej.

## Oświadczenia

### Oświadczenie dotyczące konfliktu interesów

Autor deklaruje brak konfliktu interesów.

### Źródła finansowania

Autor deklaruje brak źródeł finansowania.

## Piśmiennictwo

1. Przewodnik Gimnastyczny „Sokół”. 1913;3:21.
2. Przewodnik Gimnastyczny „Sokół”. 1921;5:17.
3. Przewodnik Gimnastyczny „Sokół”. 1906;1:6–8.

4. Sierostawski J. Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2011 r. Warszawa: Europejski program badań ankietowych w szkołach ESPAD; 2011. 19–31.
5. Kalina RM, Klimczak J. Sport w profilaktyce i terapii agresywności młodzieży. Warszawa: Ministerstwo Sportu i Turystyki, Szkolny Związek Sportowy Zarząd Główny; 2015. 47–54.
6. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 7 lutego 2012 r. w sprawie ramowych planów nauczania w szkołach publicznych (Dz.U. 2012 poz. 204) oraz Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 29 grudnia 2014 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ramowych planów nauczania w szkołach publicznych (Dz.U. 2014 poz. 1993).
7. Kozubal A, Rychlicki B. Sport – pasje, ludzie, wydarzenia. Gimnazjum i Liceum Ogólnokształcące w Kolbuszowej w latach 1912–2014. Kolbuszowa, 2014. 13–28.
8. Rokicka-Hebel M. Aktywność wolnoczasowa dzieci w wieku przedszkolnym i ich rodziców. Rocznik Naukowy AWFIS w Gdańsku. 2014;24:19–34.
9. Wychowanie fizyczne w opiniach dyrektorów i nauczycieli. Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych; 2016. 1–4.

Zaakceptowano do edycji: 2017–01–16  
Zaakceptowano do publikacji: 2017–02–01

### Adres do korespondencji:

Adam Kozubal  
Liceum Ogólnokształcące w Kolbuszowej  
ul. Miodowa 13  
36-100 Kolbuszowa  
tel. kom.: 693 866 818  
e-mail: adam.kozubal@eudoramail.com