

SPIS TREŚCI

Wprowadzenie	5
1. Charakterystyka problematyki	7
1.1. Sport – definicje, rodzaje, funkcje oraz rola i miejsce w życiu młodych ludzi	7
1.1.1. Definicje sportu	7
1.1.2. Rodzaje sportu	8
1.1.3. Funkcje sportu	8
1.1.4. Rola i miejsce sportu w życiu młodych ludzi	14
1.2. Styl życia – definicje, elementy oraz znaczenie stylu życia dla osób uprawiających sport	16
1.2.1. Definicje stylu życia oraz jego elementy	16
1.2.2. Prozdrowotny styl życia	19
1.2.3. Styl życia młodych ludzi	22
1.2.4. Znaczenie stylu życia dla osób uprawiających sport	25
1.3. Uprawianie sportu a wybrane aspekty stylu życia – przegląd badań	26
1.3.1. Uprawianie sportu a korzystanie z używek	27
1.3.2. Uprawianie sportu a sposoby wykorzystania czasu wolnego	43
1.3.3. Uprawianie sportu a stosunek do obowiązków szkolnych	44
1.3.4. Ograniczenia dotychczasowych badań	45
2. Metodologia badań	49
2.1. Cel badań	49
2.2. Problem badawczy oraz uzasadnienie podjęcia problematyki	50
2.3. Pytania badawcze	50
2.4. Paradygmat i rodzaj badań oraz metody, techniki i narzędzia badawcze	51
2.4.1. Paradygmat i rodzaj badań	51
2.4.2. Metody, techniki i narzędzia zbierania danych	51
2.4.3. Metody, techniki i narzędzia opracowania danych	52
2.5. Podmiot badań	53
2.5.1. Liczebność badanych z uwzględnieniem kryterium wieku i płci	53
2.5.2. Staż i poziom sportowy zawodników	56
2.5.3. Podział dyscyplin sportowych	58
2.5.4. Inne zmienne opisujące grupę (miejsce zamieszkania i wykształcenie rodziców)	60
2.6. Organizacja i obszar badań	61
2.7. Wiarygodność uzyskanych wyników	62
2.8. Ograniczenia metodologiczne badań	64
3. Wyniki badań	65
3.1. Różnice między sportowcami w wybranych elementach stylu życia	65
3.1.1. Palenie papierosów	65
3.1.2. Spożycie alkoholu	70
3.1.3. Zażywanie narkotyków i leków bez recepty	83
3.1.4. Świadomość szkodliwości używek	90
3.1.5. Korzystanie z komputera, Internetu, telewizji oraz granie na automatach	93
3.1.6. Inne sposoby wykorzystania czasu wolnego	99
3.1.7. Samoocena, samopoczucie i zadowolenie z życia	101
3.1.8. Stosunek do obowiązków szkolnych i wyniki w nauce	106

3.1.9. Sytuacja materialna rodziny.....	109
3.1.10. Stosunki z najbliższymi.....	111
3.1.11. Stosunek do wybranych norm społecznych.....	112
3.2. Różnice między sportowcami a uczniami w wybranych elementach stylu życia	114
3.2.1. Palenie papierosów.....	114
3.2.2. Picie alkoholu.....	117
3.2.3. Zazywanie narkotyków i leków bez recepty.....	125
3.2.4. Świadomość szkodliwości używek.....	132
3.2.5. Korzystanie z komputera, Internetu i telewizji oraz granie na automatach....	134
3.2.6. Inne sposoby wykorzystania czasu wolnego.....	136
3.2.7. Stosunek do obowiązków szkolnych i wyniki w nauce.....	136
3.2.8. Sytuacja materialna rodziny.....	138
3.2.9. Stosunki z najbliższymi.....	140
3.2.10. Opinia o środowisku.....	141
4. Dyskusja.....	144
4.1. Zachowania typowe dla młodzieży w analizowanym przedziale wieku.....	144
4.2. Stosowanie używek a uprawianie sportu.....	146
4.3. Palenie papierosów.....	147
4.4. Picie alkoholu.....	150
4.5. Czynniki wpływające na związki między spożyciem alkoholu a uprawianiem sportu.....	152
4.5.1. Wiek ankietowanych a spożycie alkoholu.....	152
4.5.2. Płeć ankietowanych a spożycie alkoholu.....	153
4.5.3. Rodzaj dyscypliny sportowej a spożycie alkoholu.....	155
4.6. Używanie narkotyków.....	158
4.6.1. Używanie przetworów konopi indyjskich (marihuany i haszyszu).....	158
4.6.2. Zazywanie innych narkotyków oraz leków bez recepty.....	164
4.7. Skutki i przyczyny używania narkotyków.....	165
4.7.1. Zachowania grupy rówieśniczej młodych sportowców w aspekcie stosowania używek.....	166
4.8. Używanie środków dopingujących.....	167
4.9. Skłonność do zachowań ryzykownych oraz stosunek do wybranych norm społecznych.....	168
4.10. Sposoby zagospodarowania czasu wolnego.....	171
4.10.1. Oglądanie telewizji, gra na automatach i na komputerze.....	172
4.10.2. Korzystanie z Internetu.....	174
4.11. Stosunek do obowiązków szkolnych.....	176
4.12. Styl życia a jakość życia.....	177
4.12.1. Status majątkowy rodziny.....	177
4.12.2. Stosunki z najbliższymi.....	179
5. Podsumowanie i wnioski.....	180
Aneks.....	183
Bibliografia.....	184
Wykaz rycin i tabel.....	202
Summary.....	209

WPROWADZENIE

Dolny Śląsk jest jednym z szesnastu województw w Polsce, a jego powierzchnia oraz liczba mieszkańców jest bliska średniej dla wszystkich województw. Jednak na sportowej mapie Polski jest to jeden z wiodących regionów. Świadczą o tym międzynarodowe sukcesy sportowców seniorów, jak również wysokie miejsce województwa dolnośląskiego w corocznej klasyfikacji sportu dzieci i młodzieży. Dolny Śląsk znany jest w kraju i za granicą zarówno z silnych drużyn w grach zespołowych, jak i z sukcesów osiąganych w sportach indywidualnych. Wśród gier zespołowych wiodącą rolę odgrywały i/lub nadal odgrywają: piłka nożna mężczyzn (Zagłębie Lubin, Śląsk Wrocław) i kobiet (Zagłębie Lubin, AZS Wrocław), koszykówka mężczyzn (Śląsk Wrocław, Turów Zgorzelec) i kobiet (Śleza Wrocław), piłka ręczna mężczyzn (Śląsk Wrocław, Zagłębie Lubin, Chrobry Głogów) i kobiet (MKS Karkonosze Jelenia Góra, Zagłębie Lubin, KPR Kobierzyce) oraz siatkówka kobiet (poprzednio Impel, a obecnie Volleyball Wrocław). Wśród sportów indywidualnych wyróżnić można obecnie dyscypliny sportu: lekkoatletykę, strzelectwo, pływanie, kolarstwo, judo, szermierkę, zapasy, taekwondo, żeglarsstwo oraz biathlon. Z Dolnego Śląska pochodzi też wielu medalistów igrzysk olimpijskich (Józef Zapędzki, Renata Mauer, Józef Tracz, Ryszard Szurkowski, Władysław Żmuda, Maja Włoszczowska, Piotr Małachowski, Paweł Rańda, Tomasz Motyka, Wojciech Bartnik). Reprezentowali oni lub nadal reprezentują dolnośląskie kluby, a także w wielu wypadkach urodzili się i wychowywali na Dolnym Śląsku.

W ogólnopolskim systemie współzawodnictwa prowadzonym w sporcie młodzieżowym województwo dolnośląskie od wielu lat zajmuje czołowe miejsca, a w punktacji obejmującej współzawodnictwo w 2018 r. uplasowało się na czwartej pozycji. Najwyżej sklasyfikowany dolnośląski klub Śląsk Wrocław zajął bardzo wysokie – trzecie – miejsce. Klub prowadzi działalność w wielu sekcjach, stąd tak wysoka pozycja w ogólnopolskim rankingu, w którym sklasyfikowano 3720 klubów. Na terenie Dolnego Śląska punkty w systemie współzawodnictwa zdobyło blisko 300 klubów, z czego 62 kluby mają swoją siedzibę w stolicy województwa, co wyraźnie wskazuje na dominację tego miasta na tle pozostałych.

Województwo dolnośląskie zamieszkiwało w 2015 r. blisko 3 mln ludzi, z czego nieznaczną większość stanowiły kobiety (51,9%). Jednak w grupie wiekowej 15–19 lat proporcje dziewcząt i chłopców były odwrotne niż w populacji dorosłych i to chłopców było nieco więcej niż dziewcząt (51,8%) (dane Urzędu Statystycznego we Wrocławiu). Spośród blisko 133 tys. młodych ludzi mieszkających na Dolnym Śląsku tylko niewielki ich odsetek uprawiał sport kwalifikowany*. Według danych Dolnośląskiej Federacji Sportu w 2015 r. około 700 mło-

* Jeśli celem udziału w sporcie jest osiągnięcie sukcesów na miarę mistrzostwa, to mówi się o sporcie kwalifikowanym (Naglak 1999).

dych sportowców w wieku 15–19 lat zasilają kadry Dolnego Śląska w ponad 40 różnych dyscyplinach sportu. Mimo że jest to niewielka część całej populacji dolnośląskiej młodzieży, to jednak odgrywa ona istotną rolę ze względu na wysoki prestiż sportu i olbrzymie zainteresowanie nim większości społeczeństwa. Sport przyciąga także uwagę mass mediów, co powoduje, że problemy społeczne i wychowawcze, jakie dotyczą to środowisko, szybko są nagłaśniane i także często wyolbrzymiane, sport jest bowiem swoistą soczewką, w której ogniskują się zarówno pozytywne, jak i negatywne zjawiska społeczne.

Sport ma możliwości wszechstronnego oddziaływania na młodych ludzi i z reguły odciska na nich swoje piętno. Najczęściej uprawianie sportu kojarzone jest z jego korzystnym wpływem na sportowców, jednak nie zawsze tak się dzieje, o czym świadczą wyniki licznych badań prowadzonych na całym świecie. Opisano je w skrócie w dalszej części pracy. Dominują wśród nich obserwacje prowadzone w Stanach Zjednoczonych oraz w Europie Zachodniej. Tylko nieliczne badania dotyczące młodych polskich sportowców zostały przeprowadzone w XXI w. Niniejsza publikacja ma więc poszerzyć wiedzę na temat wybranych aspektów stylu życia młodych polskich sportowców, choć jej autor zdaje sobie sprawę, że uogólnianie uzyskanych wyników na całą populację młodych ludzi uprawiających sport w Polsce nie jest w pełni uzasadnione i wymagałoby dodatkowej weryfikacji. Niemniej jednak opracowanie ma stanowić studium obejmujące wybrane aspekty stylu życia młodych sportowców uprawiających różne dyscypliny sportu. Najwięcej miejsca autor poświęcił stosunkowi sportowców do używek, sposobom wykorzystania czasu wolnego, miejscu nowoczesnych mediów w życiu zawodników oraz ich relacji z najbliższymi. Autor podejmuje też polemikę na temat wpływu uprawiania sportu na stosunek do obowiązków szkolnych. W wynikach badań przedstawiono, na ile młodzi sportowcy w swoim stylu życia różnią się od uczniów szkół dolnośląskich – najczęściej nieuprawiających sportu kwalifikowanego. Znaczna część pracy poświęcona jest także różnicom dotyczącym wybranych elementów stylu życia, a które można zaobserwować u młodych sportowców uprawiających różne rodzaje dyscyplin sportowych (ze szczególnym uwzględnieniem podziału na sporty indywidualne i gry zespołowe).

Uzyskane w wyniku przeprowadzonych badań dane pozwalają zdiagnozować względnie aktualny stan wybranych zjawisk (np. w zakresie problemu nadużywania alkoholu czy narkotyków w grupach sportowych). Uzyskane wyniki wskazują na potrzebę permanentnej pracy trenerskiej w obszarze wychowawczym i społecznym, gdyż samo uprawianie sportu przez młodych ludzi nie jest wystarczającym warunkiem tego, aby byli oni wartościowymi członkami społeczeństwa dziś, a przede wszystkim w przyszłości.