

**Jakub Wieczorek, Violetta Prusińska**

Studium Wychowania Fizycznego i Sportu  
Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

## Działalność Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu w obszarze kultury fizycznej studentów z niepełnosprawnościami

Jednym z zadań stojących przed takimi jednostkami szkół wyższych jak Studium Wychowania Fizycznego i Sportu jest umożliwienie wszystkim studentom uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego, a także dbanie o rozwój ich kultury fizycznej, m.in. poprzez propagowanie prozdrowotnego trybu życia i aktywnego spędzania czasu wolnego. Realizacja tych zadań powinna odbywać się oczywiście również w odniesieniu do studentów z niepełnosprawnościami. W oparciu o tak sformułowane wyzwania Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu (SWFiS UAM Poznań) rozwija od kilkunastu lat działalność ukierunkowaną właśnie na osoby niepełnosprawne.

Ten kierunek prac w SWFiS wynika również (oprócz przyczyn mających źródło w odpowiednich przepisach prawnych, np. ustawie Prawo o szkolnictwie wyższym, statucie UAM Poznań, etc.) z dostrzeżenia występowania wśród studentów z niepełnosprawnościami zjawiska braku aktywności

ruchowej lub jej ograniczania. Zjawisko to jest w społeczeństwie powszechne i dostrzega się coraz większe jego nasilenie. Aby skutecznie zahamować tę tendencję, konieczne jest zrozumienie przyczyn coraz większej redukcji poziomu aktywności człowieka. Należą do nich przede wszystkim: brak czasu, rosnące zmęczenie, brak wiedzy na temat potrzeby ruchu, niski poziom silnej woli i odpowiedniej motywacji, niewystarczające wsparcie ze strony rodziny czy środowiska<sup>1</sup>. Uwzględnienie tych przyczyn leży zatem u podstaw wspomnianej działalności studium.

Następna grupa czynników utrudniających podejmowanie aktywności ruchowej związana jest z brakiem bazy sportowej i rekreacyjnej, obiektów dostosowanych do potrzeb osób niepełnosprawnych i ograniczonymi możliwościami finansowymi, które by tę infrastrukturę poprawiły czy zmieniły. Dzięki współpracy z innymi jednostkami uniwersytetu (m.in. Biurem Pełnomocnika Rektora ds. Studentów z Niepełnosprawnościami UAM Poznań), a także wsparciu i przychylności władz rektorskich, w ciągu ostatnich 20 lat powstały nowe obiekty sportowe (lub zaadaptowano już istniejące), które są w pełni dostępne dla studentów niepełnosprawnych i wyposażone w nowoczesny sprzęt. Co więcej, uwzględniono w nich pomieszczenia przeznaczone specjalnie do prowadzenia zajęć o charakterze leczniczym czy rehabilitacyjnym. Dzięki tym staraniom obecnie SWFiS prowadzi zajęcia dla studentów niepełnosprawnych na pływalni uniwersyteckiej, w dwóch halach sportowych (z wydzielonymi pomieszczeniami do gimnastyki leczniczej i jogi) oraz sali rehabilitacyjnej.

Rozbudowie obiektów sportowych towarzyszy zapoczątkowane ponad 10 lat temu rozszerzenie oferty zajęć organizowanych przez SWFiS, zapewniających szeroki udział studentów z zaburzeniami zdrowotnymi w różnych formach aktywności ruchowej. Organizacja tych zajęć musi w związku z tym uwzględniać dostosowanie ich do możliwości ruchowych wszystkich studentów. W oparciu o takie założenie starania ze strony studium koncentrują się głównie na rozwoju działalności rehabilitacyjnej, poszerzaniu inicjatyw z zakresu turystyki i rekreacji dostępnej dla studentów niepełnosprawnych, poszukiwaniu alternatywnych form prowadzenia zajęć oraz intensyfikacji współpracy z Biurem Pełnomocnika Rektora ds. Studentów z Niepełnosprawnościami oraz Stowarzyszeniem Studentów z Niepełnosprawnościami AdAstra. Próbując bardziej szczegółowo przed-

---

1 W. Osiński, *Antropomotoryka*, Poznań 2003.

stawić funkcjonowanie SWFiS na polu kultury fizycznej studentów niepełnosprawnych, wyróżnić można trzy obszary działań.

Pierwszy z nich obejmuje organizację zajęć prowadzonych w ramach obowiązkowego przedmiotu wychowanie fizyczne, związanego z programem studiów. Należą do nich przede wszystkim zajęcia kinezyterapii z elementami terapii manualnej, odbywające się na salce rehabilitacyjnej i przeznaczone dla studentów z orzeczeniem o niepełnosprawności oraz po urazach, złamaniach, zabiegach operacyjnych, którym czasowa niedyspozycja nie pozwala na udział w innych zajęciach. Studentom ze skierowaniami lekarskimi na zajęcia korekcyjne proponuje się gimnastykę leczniczą, pływanie lecznicze, jogę, body control, body ball lub aqua aerobic.

Drugi obszar działań związany jest z umożliwieniem studentom niepełnosprawnym aktywności sportowej oraz przygotowaniem dla nich oferty turystyczno-rekreacyjnej. Działalność sportowa realizowana jest w sekcjach pływackiej, szermierki oraz narciarskiej. Przykładem imprezy sportowej, organizowanej przez studium w nawiązaniu do funkcjonowania sekcji pływackiej są Ogólnopolskie Zawody Pływackie Studentów Niepełnosprawnych Szkół Wyższych, których w tym roku odbyła się XI edycja. Z kolei na ofertę rekreacyjno-turystyczną składają się obozy rehabilitacyjne, żeglarskie, żeglarsko-językowe oraz integracyjne spływy kajakowe.

Niezależnie od rozwoju oferty dostosowanych do ograniczonej sprawności studentów zajęć ruchowych, sportowych i rekreacyjno-turystycznych w trzecim obszarze działalność Studium Wychowania Fizycznego i Sportu UAM Poznań ukierunkowana jest także na rozwiązanie innego istotnego problemu. Problem ten dotyczy ujawniającej się w każdym roku akademickim grupy studentów zwolnionych z zajęć wychowania fizycznego. Są to zarówno studenci z niepełnosprawnościami, jak i osoby z czasowym zaburzeniem zdrowia, np. po operacjach, w okresie rekonwalescencji, z sezonowymi schorzeniami itp. Biorąc pod uwagę powszechną wśród młodych pokoleń tendencję do unikania zajęć ruchowych, przyjęto, że do tego grona należy też pewna część studentów, którzy uzyskali zaświadczenie lekarskie zwalniające ze wspomnianych zajęć w sposób nieuzasadniony z medycznego punktu widzenia. Analiza ilościowa studentów zwolnionych z wychowania fizycznego w roku akademickim 2004/2005 pozwoliła określić liczebność omawianej grupy na 1126 osób, co stanowiło aż 9,26 proc. wszystkich studentów objętych obowiązkowym wf-em.

W związku z tym za jedno z najważniejszych wyzwań stojących przed SWFiS UAM Poznań uznano możliwie znaczne zredukowanie liczby studen-

tów ze zwolnieniami lekarskimi z wychowania fizycznego. Działania podjęte w tym obszarze są zbieżne z wcześniej opisanym celem, czyli zmniejszeniem grupy osób wykluczonych z zajęć ruchowych. Z drugiej strony zaprezentowany w pierwszej części artykułu rozwój przedsięwzięć rekreacyjno-sportowych z pewnością jest czynnikiem redukującym ogólną liczbę studentów zwolnionych z wychowania fizycznego. Aby jeszcze bardziej ograniczyć tę liczbę, w ostatnich latach poddano modyfikacji wymogi, których spełnienie umożliwiało studentowi uzyskanie zwolnienia. Wprowadzono w związku z tym specjalne wzory druków, na których student powinien dostarczyć zwolnienie – druki te zawierają informacje o proponowanych przez studium zajęciach rehabilitacyjnych i leczniczych. W kolejnych latach dodano wymóg uzyskania zwolnienia wyłącznie od lekarza specjalisty. Te działania pozwoliły zmniejszyć liczbę przedstawianych w studium zwolnień lekarskich z wychowania fizycznego do poziomu ok. 150–250, czyli ok. 1,3–2,5 proc. wszystkich studentów objętych obowiązkowym zaliczeniem przedmiotu.

Wreszcie kolejnym krokiem było wprowadzenie zajęć teoretycznych z wychowania fizycznego. U podstaw takiej inicjatywy leży założenie, iż stale będzie istnieć grupa studentów, których udział w zajęciach ruchowych jest niemożliwy ze względu na występowanie u nich schorzeń wykluczających jakikolwiek ruch (np. ciężkie i niestabilne wady serca, choroby nowotworowe etc.). Dla tej grupy od dwóch lat organizuje się zajęcia w formie wykładów i warsztatów, w wymiarze godzinowym identycznym jak w przypadku „aktywnych” zajęć ruchowych. Program zajęć teoretycznych obejmuje zagadnienia związane z podstawami prozdrowotnego trybu życia, m.in. teoretyczne podstawy wychowania fizycznego, biologiczne podstawy aktywności ruchowej, możliwości oceny własnego stanu zdrowia, założenia projektowania treningu zdrowotnego czy wpływ różnych rodzajów aktywności ruchowej na organizm człowieka.

Warto w tym miejscu nadmienić, że wprowadzenie zajęć teoretycznych, w ramach których wyposaża się studentów w wiedzę z zakresu wspierania swojego rozwoju fizycznego i zdrowia, wpisuje się we współczesne rozumienie procesu wychowania fizycznego. Wśród dyspozycji instrumentalnych, które należy wyrobić u podmiotów procesu wychowania, wymienia się bowiem także wiedzę<sup>2</sup>. Ponieważ w modelu „tradycyjnego” wychowania fizycznego ta dyspozycja często jest zaniedbywana, zaproponowane przez

---

2 W. Osiński, *Teoria wychowania fizycznego*, Poznań 2011.

SWFiS zajęcia teoretyczne jawią się jako cenne uzupełnienie i alternatywa dla zajęć praktycznych. Co więcej, przeprowadzone wśród uczestników tych zajęć badanie ankietowe pokazało, że zajęcia te postrzegane są jako rzetelnie przeprowadzone (86 proc. Studentów), przekazujące wiedzę możliwą do zastosowania w życiu codziennym (74 proc. studentów), ciekawą (56 proc. studentów) i skłaniającą do przeanalizowania własnej sytuacji zdrowotnej (51 proc. studentów). Wreszcie dla 17 proc. uczestników były impulsem, który doprowadził do podjęcia regularnej aktywności ruchowej, zaś 36 proc. z nich uważa, że tego typu zajęcia powinny zostać wdrożone do programu wychowania fizycznego wszystkich szkół wyższych.

Niezależnie od pozytywnych ocen jakości zajęć teoretycznych wpłynęły one na osiągnięcie wymienionego wcześniej celu, czyli zredukowania liczby osób zwolnionych z wychowania fizycznego. Od roku akademickiego 2012/2013 na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu nie ma studentów zwolnionych z wychowania fizycznego, gdyż kierowani są na zajęcia teoretyczne. Ponadto liczba tych osób jest jeszcze mniejsza niż osób zwalnianych z wf-u przed wprowadzeniem wspomnianych zajęć i wynosi obecnie ok. 100 studentów (czyli ok. 1 proc. wszystkich studentów objętych obowiązkowym wychowaniem fizycznym). Szczegółowe dane obrazujące zmniejszanie się liczby osób zwolnionych z wychowania fizycznego w minionych dziesięciu latach przedstawia tabela 1.

Tabela 1. Liczba studentów zwolnionych z wychowania fizycznego na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu w latach 2004–2014.

Rok akademicki	Studenci objęci zajęciami z wf	Studenci zwolnieni z wf	Procent studentów zwolnionych
2004/2005	12 150	1126	9,26 %
2005/2006	12 150	1095	9,01 %
2006/2007	13 050	917	7,02 %
2007/2008	11 630	217	1,86 %
2008/2009	11 200	307	2,74 %
2009/2010	11 700	148	1,26 %
2010/2011	11 500	148	1,28 %
2011/2012	11 250	186	1,65 %
2012/2013	11 200	94	0,83 %
2013/2014	10 500	104	0,99 %

Źródło: opracowanie własne

Podsumowując zaprezentowane działania Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu w obszarze kultury fizycznej studentów z zaburzeniami zdrowia, należy stwierdzić, że w ciągu ostatnich kilkunastu lat udało się stworzyć szeroką ofertę zajęć ruchowych dostosowanych do możliwości fizycznego funkcjonowania studentów niepełnosprawnych, realizowanych na nowoczesnych i odpowiednio wyposażonych obiektach. Takie podejście zaowocowało pełniejszym uczestnictwem studentów z niepełnosprawnościami w życiu akademickim i ich silniejszą integracją z tą społecznością oraz przełamaniem stereotypu biernej i niesamodzielnej osoby niepełnosprawnej. Z drugiej strony innowacyjny pomysł organizacji zajęć teoretycznych z wychowania fizycznego pozwolił praktycznie całkowicie zredukować liczbę zwolnień wszystkich studentów z tego przedmiotu. Wspomniane działania, których skuteczność znajduje potwierdzenie w prezentowanych danych liczbowych, mogą w związku z tym posłużyć innym szkołom wyższym jako przykład drogi rozwoju zajęć z wychowania fizycznego uwzględniających potrzeby studentów z niepełnosprawnościami.

### Activity of the Adam Mickiewicz University Physical Education and Sport Department in Poznan in the field of physical culture of students with disabilities

**Abstract:** The increasing phenomenon of the lack of physical activity among students with disabilities resulting from general social and specific reasons, has led to more than 10 years of SWFiS research leading to an expanded range of activities, which have been designed to stop the mentioned trend and ensure the most possible participation of students with disabilities in various forms of physical activity. It should be added that the courses shall be tailored to different types of disabilities.

Such an approach allows students to participate in an academic society, a variety of sports and other forms of recreation.

SWFiS Adam Mickiewicz University will present three areas of activity. The first includes a series of mandatory physical education classes. In this framework, adapted classes such as physiotherapy, therapeutic swimming, physiotherapy with elements of manual therapy and yoga are conducted for students with disabilities.

The second area, namely sports activities and tourist-recreation, is based on organized recreation sailing camps, rehabilitation, kayaking and skiing schools. High-performance sports activity takes place in the following sectors: swimming, fencing and skiing.

The third area, however, is related to the pioneering idea of a limited, or even the total absence of students with medical certificates of physical education leave by the introduction of alternative lectures on the theory of physical education including the basics of a healthy lifestyle.

Keywords: physical activity, disabilities, the theory of physical education, recreation

## Działalność Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu w obszarze kultury fizycznej studentów z niepełnosprawnościami

Nasilające się zjawisko braku aktywności fizycznej wśród studentów z niepełnosprawnościami, wynikające z różnorodnych przyczyn – zarówno społecznych, jak i indywidualnych – doprowadziło do realizowanych od 10 lat przez Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu zmian w ofercie zajęć ruchowych dedykowanych dla tej grupy osób. Celem takich działań było zahamowanie wspomnianego trendu oraz umożliwienie uczestnictwa studentów z niepełnosprawnościami w różnych formach aktywności ruchowej. Należy dodać, że formy te dostosowano do rodzaju niepełnosprawności osób biorących w nich udział. Takie podejście pozwoliło studentom pełniej uczestniczyć w życiu społeczności akademickiej, szczególnie w sferze przedsięwzięć o charakterze sportowo-rekreacyjnym.

Prezentowane działania SWFiS UAM realizowano w trzech obszarach. Pierwszy z nich dotyczył zwiększenia różnorodności obowiązkowych zajęć dydaktycznych z wychowania fizycznego. Wprowadzono w związku z tym dostosowane zajęcia ruchowe: zajęcia rehabilitacyjne z elementami terapii manualnej, pływanie lecznicze, gimnastykę leczniczą czy też jogę.

Rozwój drugiego obszaru, związanego z aktywnością sportową i turystyczno-rekreacyjną, opierał się na zorganizowaniu i przeprowadzeniu obozów rekreacyjnych dla studentów z niepełnosprawnościami (żeglarskich, narciarskich, spływów kajakowych oraz rekreacyjno-rehabilitacyjnych), a także działalności sekcji sportowych (pływakkiej, szermierczej i narciarskiej).

Wreszcie trzeci obszar działań dotyczył całkowitej lub możliwie jak największej redukcji liczby zwolnień lekarskich z zajęć wychowania fizycznego z powodu problemów zdrowotnych studentów. Dla osób z takimi zwolnieniami stworzono możliwość uczestnictwa w zajęciach teoretycznych z wychowania fizycznego, których program obejmował zagadnienia z zakresu podstaw prozdrowotnego trybu życia.

Słowa kluczowe: aktywność fizyczna, niepełnosprawność, teoria wychowania fizycznego, rekreacja ruchowa

- Osiński W., *Antropomotoryka*, Poznań 2003.
- Osiński W., *Zarys teorii wychowania fizycznego*, Poznań 2002.
- Pawłowski R., *Przygotowanie młodzieży akademickiej do uczestnictwa w kulturze fizycznej*, Kielce 2010.
- Rynek szkół, uczelni i zajęć sportowych oraz jego aktorzy w rzeczywistości wielkomięskiej*, red. B. Wiśniewska-Paź, Wrocław 2014.
- Wychowanie zdrowotne i promocja zdrowia*, red. J. F. Kubica, Warszawa 2004.
- Zachowania zdrowotne i sprawność fizyczna studentów: studium badawcze*, red. T. Lisicki, Zielona Góra 2012.
- Zdrowie i sport w edukacji globalnej*, red. Z. Żukowska, R. Żukowski, Warszawa 2002.