

**PRACE NAUKOWE**  
**Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie**

# **KULTURA FIZYCZNA**

**IX**

pod redakcją  
**Joanny Rodziewicz-Gruhn**  
**Eligiusza Małolepszego**



**Częstochowa 2010**

Recenzenci  
Ryszard Asienkiewicz  
Andrzej Malinowski  
Stanisław Zaborniak

Redaktorzy naukowi  
Joanna Rodziewicz-Gruhn  
Eligiusz Małolepszy

Redaktor  
Andrzej Miszczak

Korekta  
Dariusz Jaworski

Redaktor techniczny  
Piotr Gospodarek

Projekt okładki  
Sławomir Sadowski

© Copyright by Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie  
Częstochowa 2010

**ISBN 978-83-7455-154-0**  
**ISSN 1505-4241**

Wydawnictwo im. Stanisława Podobińskiego  
Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie  
42-200 Częstochowa, ul. Waszyngtona 4/8  
tel. (0-34) 378-43-29, faks (0-34) 378-43-19.  
[www.ajd.czyst.pl](http://www.ajd.czyst.pl)  
e-mail: [wydawnictwo@ajd.czyst.pl](mailto:wydawnictwo@ajd.czyst.pl)

## SPIS TREŚCI

Wstęp .....	7
<b>CZĘŚĆ I</b>	
TRADYCJE I WSPÓLCZESNOŚĆ KULTURY FIZYCZNEJ W POLSCE	
Leon Rak	
Motywy uprawiania narciarstwa przez Polaków do 1914 r. ....	11
Zdzisław Pawluczuk	
Rola ruchu sokolskiego w powstaniu harcerstwa na ziemiach polskich .....	25
Ireneusz Ciosek	
Związki sportowe oraz komitety wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego a rozwój sportu klubowego w Kielcach w latach 1918–1939 .....	43
Teresa Drozdek-Małołepsza	
Narciarstwo kobiet w Polsce w latach 1919–1939 .....	57
Wiesław Pięta	
Tenis stołowy nową ofertą sportowo-rekreacyjną w Akademickim Związku Sportowym w Polsce w latach 1926–1939 .....	73
Maciej Baraniak	
Mistrzostwa Świata Międzynarodowej Federacji Narciarskiej w Zakopanem w 1929 r. i 1939 r. ....	87
Daniel Bakota	
Stan badań nad dziejami ruchu sportowego w województwie częstochowskim w latach 1975–1998 .....	101
Eligiusz Małołepszy	
Rola Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w rozwoju kultury fizycznej i turystyki w środowisku wiejskim w Polsce w latach 1989–2008 .....	121
Artur Kita	
Geneza i rozwój Uczniowskiego Klubu Sportowego „Gol” Częstochowa w latach 1996–2008 (zarys problematyki) .....	137
<b>CZĘŚĆ II</b>	
PROBLEMY ROZWOJU I ZDROWIA	
Ryszard Asienkiewicz, Grażyna Biczysko, Józef Tatarczuk	
Charakterystyka porównawcza zróżnicowania morfologicznego i typologicznego młodzieży akademickiej w Polsce (na przykładzie studentów i studentek wychowania fizycznego) .....	153

Joanna Rodziewicz-Gruhn	
Wpływ czynników społeczno-ekonomicznych na zróżnicowanie cech somatycznych i proporcji ciała u studentek pochodzących ze środowiska wiejskiego ...	171
Krzysztof Mizera, Wiesław Pilis	
Zdrowie oraz fizjologiczne podstawy starości i fizycznego treningu rekreacyjnego .....	183
Anna Pilis, Karol Pilis, Wiesław Pilis	
Rola turystyki w życiu ludzi starszych .....	205
N.E. Własenka	
Реализация активизирующей функции в управлении физическим воспитани дошкольников .....	229
S.I. Nevdakh	
The Methodical Maintenance of Independent Work in the Supplementary Professional Educational System .....	237
 <b>CZĘŚĆ III</b>	
LUDZIE NAUKI. OŚRODKI NAUKOWO-DYDAKTYCZNE	
Ryszard Asienkiewicz	
Wspomnienie o Profesorze Zbigniewie Drozdowskim w 80 rocznicę urodzin .....	249
Ewa Skorupka, Ryszard Asienkiewicz, Grażyna Biczysko	
Działalność naukowa, dydaktyczna i organizacyjna Katedry Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Zielonogórskiego w latach 1999–2009 .....	255
 <b>CZĘŚĆ IV</b>	
VARIA	
Norbert Urbainky, Małgorzata Woltmann-Żebrowska	
Über psycho-physiologische Wechselbeziehungen von Musik und Bewegung .....	269
 <b>RECENZJE, DYSKUSJE, POLEMIKI</b>	
Ewa Roszkowska	
O alpinizmie europejskim w latach 1919–1939 .....	289
Andrzej Malinowski	
Zapomniana książka Waleriana Kleckiego pt. <i>Gatunek i rasa</i> , Wyd. Kasy im. Mianowskiego, Warszawa 1924 .....	305

## CONTENT

Introduction .....	7
<b>PART I</b>	
PHYSICAL EDUCATION IN POLAND – PAST AND PRESENT	
Leon Rak	
The Motives of Skiing among Polish Skiers up to 1914 .....	11
Zdzisław Pawluczuk	
The Role of the “Sokol” Movement in Formation of Scouting in Poland .....	25
Ireneusz Ciosek	
Sports Associations, Physical Education Committees and Military Education Committees and the Development of Club Sport in Kielce between 1918–1939 .....	43
Teresa Drozdek-Małolepsza	
Women’s Skiing in Poland in the Years 1919–1939 .....	57
Wiesław Pięta	
Table Tennis as a New Sport & Recreational Offer in Academic Sport Association in Poland (1926–1939) .....	73
Maciej Baraniak	
World Championships of the International Federation (FIS) in Zakopane, in the Years 1929 and 1939 .....	87
Daniel Bakota	
State of Research on the History of Sports Movement in the Province of Częstochowskie in Years 1975–1998 .....	101
Eligiusz Małolepszy	
The Role of Popular Sports Teams in the Development of Physical Culture and Tourism in Rural Environment in Poland in the Years 1989–2008 .....	121
Artur Kita	
The Origins and the Legal-Organizational Structure of the Student’s Sports Club „Gol” Częstochowa (1996–2008): A Delineation of the Major Issues .....	137
<b>PART II</b>	
PHYSICAL DEVELOPMENT AND HEALTH	
Ryszard Asienkiewicz, Grażyna Biczysko, Józef Tatarczuk	
Comparative Description of Morphological and Typological Diversity of University Students in Poland (Exemplified by Physical Education Students) .....	153

Joanna Rodziewicz-Gruhn	
The Impact of Socio-economic Factors on the Diversity of Somatic Features and Body Proportions of Students with Rural Background .....	171
Krzysztof Mizera, Wiesław Pilis	
Health and Physiological Basis of Aging and Physical Recreational Training .....	183
Anna Pilis, Karol Pilis, Wiesław Pilis	
The Role of Tourism in Older Peoples' Lives .....	205
N.E. Wlasenka	
Realization of Activating Function in Managing in the Sphere of Physical Education of the Children of Pre-school Age .....	229
S.I. Nevdakh	
The Methodical Maintenance of Independent Work in the Supplementary Professional Educational System .....	237
<b>PART III</b>	
SCHOLARS. SCIENTIFIC AND DIDACTIC CENTERS IN POLAND	
Ryszard Asienkiewicz	
In Memory of Professor Zbigniew Drozdowski on His 80 <sup>th</sup> Birthday .....	249
Ewa Skorupka, Ryszard Asienkiewicz, Grażyna Biczysko	
Scientific Educational and Organisational Activity of Physical Education Department, University of Zielona Góra between 1999 and 2009.....	255
<b>PART IV</b>	
VARIA	
Norbert Urbainsky, Małgorzata Woltmann-Żebrowska	
The mutual psycho-physiological relationship of music and movement .....	269
<b>RECENZJE, DYSKUSJE, POLEMIKI</b>	
Ewa Roszkowska	
On European Alpinism in the Years 1919–1939 .....	289
Andrzej Malinowski	
The Forgotten book of Walerian Klecki <i>Species and Race</i> .....	305

## WSTĘP

W niniejszym zeszycie, dziewiątym z serii wydawniczej „**Prace Naukowe Akademii Jana Długosza w Częstochowie – Kultura Fizyczna**”, zostały zaprezentowane prace autorów z różnych ośrodków naukowych krajowych i zagranicznych.

Recenzentem I części pracy – „Tradycje i współczesność kultury fizycznej w Polsce” był dr hab. prof. UR Stanisław Zaborniak. Problemy ukazane w tej części odnoszą się do następujących aspektów:

- rozwój dyscyplin sportowych w Polsce,
- działalność na polu kultury fizycznej i turystyki organizacji i towarzystw społecznych i sportowych oraz klubów sportowych,
- dzieje kultury fizycznej w zakresie regionalnym.

Recenzentami publikacji zamieszczonych w II części, zatytułowanej „Problemy rozwoju i zdrowia”, byli prof. dr hab. Andrzej Malinowski i dr hab. prof. UZ Ryszard Asienkiewicz. W tej części pracy analizowano problemy:

- zróżnicowania morfologicznego młodzieży studiującej wychowanie fizyczne w różnych uczelniach w Polsce,
- wpływu stratyfikacji społecznej na poziom rozwoju biologicznego młodzieży studiującej,
- zdrowotnych i fizjologicznych aspektów funkcjonowania organizmu w okresie starości, w zależności od podejmowanej aktywności fizycznej i sposobu odżywiania,
- prozdrowotnego znaczenia turystyki jako jednej z ważniejszych form aktywności ruchowej, możliwej do podejmowania w późniejszych fazach ontogenezy,
- edukacji w zakresie kultury fizycznej.

Część III zeszytu naukowego nosi tytuł „Ludzie nauki. Ośrodki naukowo-dydaktyczne”. Zamysłem naszym jest prezentowanie również w kolejnych zeszytach sylwetek naukowców zasłużonych dla rozwoju różnych dyscyplin naukowych związanych z kulturą fizyczną. Cykl ten rozpoczyna wspomnienie o Profesorze Zbigniewie Drozdowskim, znakomitym naukowcu, znawcy, badaczu i współtwórcy polskiej antropologii fizycznej, oddanym nauczycielu akademickim. W obecnym zeszycie zainicjowano również cykl prezentacji działalno-

ści naukowej i organizacyjnej ośrodków akademickich kształcących specjalistów z różnych dziedzin kultury fizycznej i sportu.

Ostatnie trzy prace zawarte są w kolejnych częściach zeszytu naukowego – „Varia” oraz „Recenzje, dyskusje, polemiki”.

W końcowej części zeszytu naukowego zamieszczamy wymagania redakcyjne.

Pragniemy złożyć bardzo serdeczne podziękowania Recenzentom za ich niezwykle cenne uwagi i spostrzeżenia podnoszące wartość niniejszej pracy.

Dziękujemy za współpracę dotychczasowym Autorom i wyrażamy nadzieję, że krąg osób zainteresowanych publikowaniem własnych osiągnięć naukowych poszerzy się w kolejnych zeszytach.

Redaktorzy



# CZEŚĆ I

TRADYCJE I WSPÓŁCZESNOŚĆ  
KULTURY FIZYCZNEJ W POLSCE



Leon Rak\*

## Motywy uprawiania narciarstwa przez Polaków do 1914 r.

### Streszczenie

Celem pracy był opis kształtowania się myśli o wartościach przypisywanych uprawianiu narciarstwa oraz przegląd motywów, jakimi kierowali się polscy narciarze do 1914 roku. Z uprawianiem narciarstwa wiązano wtedy wartości zdrowotne i kondycyjne oraz wartości wolicjonalne (odwaga, silna wola, zdecydowanie). Te walory narciarstwa pozwalały podkreślać też jego walory wychowawcze. Wskazywano, że jazda na nartach może być źródłem przyjemności związanych z przebywaniem zimą w górach i czerpaniem wrażeń estetycznych. Przyjemność widziano również w emocjach związanych z szybkością jazdy i panowaniem nad nartami. Szybko dostrzeżono użytkowe walory nart, pozwalające taternikom na realizowanie celów taternickich. Następnie pojawiła się idea współzawodnictwa, kształtująca narciarstwo sportowe. Upowszechnienie narciarstwa przyniosło też ideowe konflikty. Przeciwstawiano wartości uprawiania turystyki i sportu narciarskiego. Pojawił się również konflikt pomiędzy zwolennikami narciarstwa a obrońcami górskiej przyrody. Motywy uprawiania narciarstwa, jakie pojawiły się do 1914 r. w polskim narciarstwie, ukształtowały tę formę aktywności fizycznej w sferze idei. Pozwoliły też na uświadomienie oddziaływania narciarstwa na szereg sfer aktywności fizycznej człowieka.

**Słowa kluczowe:** sporty zimowe, kultura fizyczna, teoria wychowania fizycznego.

---

\* Doktor nauk kultury fizycznej, adiunkt w Instytucie Kultury Fizycznej Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie.

Kultura fizyczna w definicji Henryka Grabowskiego obejmuje „ogół uznawanych **wartości**, utrwalonych zachowań i ich rezultatów dotyczących przymiotów ludzkiego ciała”<sup>1</sup>. Wartości te w uniwersalny sposób skupia tzw. „idea olimpijska”, od wielu lat promowana przez Międzynarodowy Komitet Olimpijski oraz jego krajowe odpowiedniki i dzięki temu jest powszechnie znana. W rozwoju kultury fizycznej można wskazać też poszczególne formy aktywności fizycznej, z uprawianiem których wiązano specyficzne wartości (niektóre dyscypliny sportu, alpinizm, żeglarstwo). Wartości takie były przypisywane także uprawianiu narciarstwa.

Narty jako przyrząd służący celom utylitarnym stosowany był przez ludzi od tysięcy lat. Wykorzystywanie nart do polowań, komunikacji czy nawet celów wojskowych nie było jednak narciarstwem, we współczesnym rozumieniu tego terminu<sup>2</sup>. Rozwój narciarstwa wiąże się bowiem z rozwojem ruchu sportowego w XIX wieku. W celach sportowych narty zaczęto stosować na szeroką skalę w Norwegii i dlatego ten kraj uznawany jest za miejsce narodzin współczesnego narciarstwa<sup>3</sup>. Zdaniem Johna Allena u podstaw norweskiego narciarstwa leżały motywy nacjonalistyczne, które miały integrować Norwegów w walce o tożsamość narodową i niepodległość polityczną w XIX w. Narciarstwo stało się nośnikiem wartości odnoszących się do kondycji fizycznej, sprawności, odwagi, niezbędnych do podjęcia walki o norweską tożsamość<sup>4</sup>. Można przypuszczać, że wartości przypisywane uprawianiu narciarstwa przez Norwegów miały uniwersalny charakter i mogły upowszechnić się wraz z rozszerzaniem narciarstwa na świecie.

W piśmiennictwie polskim brak jest syntetycznego opracowania, które prezentowałoby kształtowanie się poglądów Polaków na temat wartości, jakie niesie uprawianie narciarstwa. Dlatego celem niniejszej pracy było dokonanie przeglądu motywów, jakie kształtowały rozwój polskiego narciarstwa, oraz opis wartości, jakie mu przypisywano. Dokonanie takiego przeglądu ma swój wymiar teoretyczny i praktyczny. Pozwoli na odtworzenie historii kształtowania się myśli o wartościach narciarstwa oraz na usystematyzowanie motywów, którymi kierowali się Polacy uprawiający tę formę aktywności fizycznej. Wiedzę tę można wykorzystać w praktyce do popularyzacji narciarstwa.

<sup>1</sup> H. Grabowski, *Co koniecznie trzeba wiedzieć o wychowaniu fizycznym*, Kraków 2000, s. 30.

<sup>2</sup> Prof. Lipoński w swojej *Encyklopedii Sportów Świata* zamieszcza aż 20 haseł, w których występuje termin narciarstwo – W. Lipoński, *Encyklopedii Sportów Świata*, Poznań 2001, s. 318–325.

<sup>3</sup> O formowaniu się współczesnego narciarstwa i jego norweskich korzeniach obszernie pisze E. John B. Allen w książce *The culture and sport of skiing* – E. John B. Allen, *The culture and sport of skiing*, Massachusetts 2007.

<sup>4</sup> Tamże s. 36–55.

Tematyka pracy obejmuje okres do 1914 r.<sup>5</sup> Zdaniem autora jest to czas, w którym polscy narciarze zdefiniowali podstawowe wartości uprawiania narciarstwa. W pracy wykorzystano głównie materiały pochodzące sprzed 1914 r. Najważniejsze z nich to statuty polskich organizacji narciarskich i czasopisma<sup>6</sup>. Materiały te uzupełniono danymi zawartymi w literaturze przedmiotu.

Najstarszym polskim źródłem pisanym, w którym postulowano wprowadzenie narciarstwa w jego nowoczesnym wydaniu, jest artykuł Leopolda Świerza *Wycieczka do Morskiego Oka* z 1892 r.<sup>7</sup> Autor po doświadczeniach związanych z górską wycieczką, przeprowadzoną w trudnym terenie pokrytym głębokim śniegiem, napisał: „Aby podobne wycieczki zimowe w inny niżeli dotąd praktykowany sposób odbywać, jako też – co ważniejsza – w interesie dobra publicznego niechaj mi wolno na tem miejscu zwrócić uwagę ziomeków na używany z dawna w krajach północnych osobny rodzaj łyżew, zwanych w Norwegii *Ski*, a u nas w dawniejszym języku nartami. Zakopane od lat 3 wyrabia się z wolna na zimową stację klimatyczną. Otóż goście ci przedewszystkim, używając podczas wycieczek nartów, powinni dać początek do uprawiania w naszym kraju narciarstwa, które już i w innych krajach, odkąd sławny Fridtjof Nansen przebiegł na nartach całą Grenlandyę i takową opisał, zaczyna się rozpowszechniać”<sup>8</sup>. Motywem, który miał – zdaniem Świerza – spowodować zainteresowanie narciarstwem, było uprawianie turystyki zimowej. Ciekawsze wydaje się jednak zwrócenie uwagi na „interes dobra publicznego”, o którym wspomina, a który w dalszej części artykułu rozwija, przytaczając słowa Nansena: „Nic nie wzmacnia tak bardzo mięśni, nic nie nadaje ciału większej elastyczności i zwinności, nic nie nadaje temuż większej przezorności i zręczności, nic nie wzmacnia woli tak bardzo, nic nie odświeża zmysłu tak bardzo... jak narciarstwo, które rozwija nie tylko ciało, ale i duszę i ma głębsze znaczenie dla narodu, niżeli to większa część ludzi przeczuwa”<sup>9</sup>.

Podtekst narodowy poglądów wyrażanych przez Nansena był szczególnie istotny dla Polaków, którzy w tamtych czasach podobnie jak Norwegowie starali się o zachowanie tożsamości narodowej<sup>10</sup>. Wydaje się, że cytowane przez Świe-

<sup>5</sup> Zdaniem m.in. Z. Pręgowskiego oraz S. Zaborniaka w okresie do 1914 r. decydujący wpływ na rozwój polskiego narciarstwa miało środowisko lwowskich narciarzy – Z. Pręgowski, *Dzieje narciarstwa polskiego do 1914 r.*, Warszawa 1994, s. 132; S. Zaborniak, M. Przydział, *Zarys działalności Towarzystwa Tatrzańskiego w Galicji w latach 1873–1914*, [w:] *Studia i szkice z dziejów turystyki na Podkarpaciu*, red. S. Zaborniak, Krosno 2006, s. 7–22.

<sup>6</sup> „Pamiętniki Towarzystwa Tatrzańskiego” [dalej: PTT]; „Taternik”.

<sup>7</sup> PTT 1892, s. 19–32.

<sup>8</sup> Tamże s. 28.

<sup>9</sup> Tamże s. 28–29.

<sup>10</sup> Norwegia odzyskała pełną niepodległość w 1905 r., do tego czasu była uzależniona politycznie od Szwecji, będąc z nią w unii personalnej.

rza słowa Nansena wywarły olbrzymi wpływ nie tylko na polskie narciarstwo, ale również na rozwijające się narciarstwo na świecie. O ile narciarstwo stanowiło dla Norwegów „sport narodowy”, to Leopold Świerż widział w nim jednak element wspomagający inne działania na polu polskiej kultury fizycznej. Swój artykuł zakończył bowiem następująco: „Zanim to nastąpi gdzieindziej, mogą u nas przede wszystkim ci, którzy, jak rzekłem, [...] dać pierwsze hasło do wprowadzenia narciarstwa nasamprzód w Zakopanem, a następnie powróciwszy do domu w różnych stronach kraju, rozpowszechnić zwłaszcza wśród dorastającej młodzieży ważność narciarstwa, które wielce może się przyczynić, jak alpinizm, sokolstwo... do fizycznego odrodzenia narodu”<sup>11</sup>. Idea fizycznego odrodzenia narodu miała na ziemiach polskich już tradycję, która wykrystalizowała się w XIX w. w zorganizowanych formach działalności Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” i Towarzystwie Tatrzańskim. Narciarstwo z jego wartościami rozpropagowanymi przez Nansena mogło tę ideę jeszcze wzmocnić, ale z pewnością nie zastąpić.

Zaskakująco szybko pojawiła się w polskim narciarstwie idea uprawiania go dla przyjemności. Stało się to w okresie, w którym nie było ono zbyt popularne, jeszcze przed powstaniem pierwszych polskich organizacji narciarskich. Na motywy hedonistyczne narciarstwa zwrócił uwagę autor pierwszego polskiego podręcznika narciarskiego Józef Schnaider w 1898 r. We wstępie do swojego podręcznika napisał: „Jazda na ski należy do wielkich przyjemności. Tu bujamy po wielkich śniegowych przestrzeniach, nieraz lotem błyskawicy mknie narciarz wśród gór. Te wspaniałe białe olbrzymy dodają uroku sportowi narciarskiemu. Dziwić się zatem należy, że sport ten, tak szerokiej przyjemności, nie jest u nas jeszcze należycie uprawianym, jakby to być powinno”<sup>12</sup>.

Roman Kordys w swoim podręczniku *Narty i ich użycie* przytoczył natomiast słowa Wilhelma Paulcke: „A kto raz zazna całej pełni uroku wycieczki na nartach, kto raz ujrzy przed sobą ciche i samotne, w śnieg otulone olbrzymy górskie, ten wierny im zostanie życie całe i rok w rok ciągnąć będzie na chyżych nartach ku śnieżnym wyżynom, ku tej najlepszej szkole tężyzny ciała i ducha, ku źródłu najczystszych rozkoszy”<sup>13</sup>. W słowach tych można znaleźć zarówno przesłanie Nansena, jak też zwrócenie uwagi na estetyczne wrażenia, jakie towarzyszą turystyce narciarskiej. Podobne odczucia były bliskie Eugeniuszowi Piaseckiemu. Pisał o nich: „Naprawdę siliłbym się oddać owo potężne, a podniosłe wrażenie, na które składała się majestatyczna cisza w przyrodzie, dalekiej od ludzkiego gwaru i zgiełku – i widok łańcucha gór, które podawszy sobie ręce

<sup>11</sup> PTT 1892, s. 32.

<sup>12</sup> J. Schnaider, *Na nartach skandynawskich*, Kraków 1898, s. 9–10.

<sup>13</sup> R. Kordys, *Narty i ich użycie*, Lwów 1908, s. 5.

kąpią się w złotych promieniach słońca, przybrane w przezyste białe szaty, jakby na jakieś wielkie święto”<sup>14</sup>.

Eugeniusz Piasecki zwrócił uwagę również na walory zabawowe narciarstwa<sup>15</sup>. Stwierdził wręcz, że Polacy nie potrafią się bawić. Zwrócił uwagę na wartość zdrowotną i wychowawczą zabaw szczególnie na świeżym powietrzu. O narciarstwie napisał: „Swoboda poruszania się, możliwość docierania nań do zakątków w lecie trudno dostępnych, mnóstwo sposobności do rozwinięcia odwagi i bystrości umysłu, siły i zwinności – oto przymioty, które dowodzą, iż nie przesadził dzielny Fridtjof Nansen, zowiąc ten sport królem wszystkich innych”<sup>16</sup>.

Przyjemność z wędrowania na nartach w okresie zimowym, zwłaszcza w terenach górskich, z całą pewnością była ważnym motywem jego uprawiania dla pionierów polskiego narciarstwa oraz dla narciarzy w okresie kształtowania się zorganizowanego polskiego narciarstwa do 1914 r. Odzwierciedleniem tego są zamieszczane w czasopismach turystycznych i innych opracowaniach opisy narciarskich wycieczek<sup>17</sup>. Z opisów tych, nieraz bardzo obrazowych, przebijały wrażenia estetyczne, jakich doznawali uczestnicy, i przyjemność, jaką z nich czerpali. Jeden z opisów kończył się następująco: „Pełni nigdy niezatartych, nieprzeczuwalnych nawet wrażeń, odświeżeni umysłowo, wzmocnieni fizycznie zdrowym ruchem w przezystym, wysokogórskim powietrzu, powracaliśmy do szarego codziennego życia, unosząc jednak z sobą nieprzetarty zapal do nart i gorące ukochanie zaczarowanej, dzikiej, cudnej zimowej tatrzańskiej krainy”<sup>18</sup>.

Doskonałym przykładem opisu tych wrażeń jest również opracowanie Zenobiusza Pręgowskiego<sup>19</sup> *Złota księga narciarstwa polskiego – Karpaty Wschodnie*<sup>20</sup>. Zebrał on w nim wspomnienia uczestników wycieczek narciarskich zorganizowanych głównie przez lwowskie środowisko narciarzy do 1914 r. Jednak w jego opracowaniu pojawia się nowy motyw, którym kierowali się ówcześni narciarze. Było to pewnego rodzaju współzawodnictwo. Jak pisze Pręgowski: „Złota księga jest tedy poświęcona wyprawom narciarskim, podczas których

<sup>14</sup> Tamże, s. 3.

<sup>15</sup> Cyt. za: Z. Pręgowski, *Dzieje narciarstwa...*, s. 132.

<sup>16</sup> Tamże, s. 133.

<sup>17</sup> M. Małaczyński, *Nartami na Chomiak (1544) i Howerlę (2058) we wschodnich Karpatach*, PTT 1897, nr 18, s. 101–105; M. Zaruski, *Na nartach na Kozi Wierch (2295)*, PTT 1908, nr 29, s. 101–106; Z. Klemensiewicz, *Zimowa wycieczka*, „Taternik” 1909, rok III, s. 77–87; J. Cybulski, *Wycieczka zimowa na Świnicę*, PTT 1910, nr 31, s. 41–44; M. Zaruski, *Granią Hara-czów w zimie*, PTT 1912, nr 33, s. 59–64.

<sup>18</sup> W. Stawowczyk, *Wycieczka*, [w:] *O narciarstwie*, Kraków 1912, s. 17.

<sup>19</sup> Zenobiusz Pręgowski był członkiem i przodownikiem Karpackiego Towarzystwa Narciarzy. Wielokrotnie uczestniczył i prowadził zorganizowane wycieczki narciarskie w Karpaty Wschodnie. Jego książka ze wspomnieniami wydana została przez jego syna, już po śmierci autora.

<sup>20</sup> Z. Pręgowski, *Złota księga narciarstwa polskiego – Karpaty Wschodnie*, Warszawa 1992.

człowiek po raz pierwszy wychodził na nartach na ten czy inny szczyt Karpat Wschodnich, czyli jak to się nazywa fachowo, *robił na nartach pierwsze wyjście*. Zestawiając w druku *pierwsze wyjścia* narciarskie na poszczególne wypiętrzenia górskie w Karpatach Wschodnich idziemy tylko śladem utartych dróg. Już bowiem od dawna turystyka alpejska i tatrzańska rejestrowały pilnie *pierwsze wyjścia* zarówno letnie jak i zimowe<sup>21</sup>.

Pojawienie się motywu współzawodnictwa w turystyce narciarskiej jest związane z tym, że środowisko taterników było jednym z pierwszych, które zainteresowało się nartami jako przyrządami ułatwiającymi poruszanie się, czy wręcz umożliwiającymi turystykę zimową. Taki pogląd prezentował Roman Kordys, który wręcz twierdził, że: „Cały polski ruch narciarski, gdziekolwiek rozwijał się prawdziwie i na silnych stanął podstawach, ma kolebkę swą w taternictwie. Gdyby nie było taternictwa – nie mielibyśmy dziś narciarstwa”<sup>22</sup>. To ściśle powiązanie przez Kordysa taternictwa i narciarstwa ujawnia jeszcze jeden motyw jego uprawiania, motyw wskazujący na jego użyteczność. Kordys pisze o tym: „Taternikowi jest w istocie rzeczy najzupełniej obojętnym, czy wszedł na dany szczyt na nartach, czy piechotą: nart używa on tylko o tyle, o ile mu one wycieczkę ułatwiają”<sup>23</sup>.

Z poglądem prezentowanym przez Kordysa nie zgadzał się Pręgowski. Jego zdaniem, uprawianie narciarstwa stanowiło od zawsze wartość samą w sobie. Twierdził bowiem, że: „[...] pierwszych narciarzy nie wiodły w zimie w góry aspiracje taternicko-turystyczne, bo te u jednych się dopiero wyzwalaly, u drugich zaś później wyzwolić się miały, ale szli oni tam w pierwszej linii dla nart, dla ich użycia na właściwym dla nich terenie w wysokich górach, dla wypróbowania własnych sił i możliwości narciarskich, w rezultacie dla osiągnięcia i opanowania koniecznej dla przyjemności jazdy techniki narciarskiej”<sup>24</sup>. Nie rozstrzygając w tym momencie, który z antagonistów miał rację, należy podkreślić wartość narciarstwa wskazaną przez Pręgowskiego. Koncentrowała się ona na przyjemności czerpanej z samej jazdy na nartach. Tę tezę potwierdzały również wspomnienia Stanisława Barabasza, jednego z pionierów polskiego narciarstwa, który tak opisał swoje próby narciarskie: „[...] Wziąłem te deski do Krakowa, zrobiłem do nich upięcie z rzemieni i jeździłem po błoniach, następnie pod kopcem Kościuszki, gdzie nauczyłem się zjazdów i zrozumiałem całą przyjemność użycia nart”<sup>25</sup>.

<sup>21</sup> Tamże, s. 9.

<sup>22</sup> R. Kordys, *Rozwój narciarstwa polskiego*, „Taternik” 1909, s. 58.

<sup>23</sup> Tamże, s. 56.

<sup>24</sup> Z. Pręgowski, *Dzieje narciarstwa...*, s. 148.

<sup>25</sup> S. Barabasz, *Początki mego narciarstwa*, [w:] *Pamiętnik Jubileuszu Trzydziestolecia Sekcji Narciarskiej P.T.T.*, Zakopane 1937, s. 10.



Nowy etap w kształtowaniu się motywów uprawiania narciarstwa rozpoczął się w chwili powstania pierwszych polskich organizacji narciarskich. Motywy te uzewętrzniają się w celach organizacji, sprecyzowanych w ich statutach. Pierwsze polskie towarzystwo narciarskie, Karpackie Towarzystwo Narciarzy we Lwowie (KTN), jako cel swojej działalności podało: „Budzenie i pielęgnowanie sportu narciarskiego, oraz innych pokrewnych sportów zimowych”<sup>26</sup>. Środkami, które miały prowadzić do osiągnięcia postawionego sobie celu, były regularne zebrania, odczyty i wykłady z dziedziny sportu narciarskiego; urządzenie systematycznych ćwiczeń i kursów w jeździe na nartach na osobnych boiskach; urządzenie wspólnych wycieczek; urządzenie wyścigów i zawodów narciarskich; utrzymywanie fachowej biblioteki i czasopism; wydawanie prac fachowych oraz własnego organu; utrzymanie stosunków z pokrewnymi towarzystwami<sup>27</sup>. Z powyższego zestawienia zakresu działania KTN wynika, że motywy natury społecznej zaczęły się wysuwać na pierwszy plan w działalności tego Towarzystwa. Dążenie do traktowania narciarstwa jako pola od zorganizowanego działania jednostek, skupionych wspólną ideą, doskonale obrazują słowa wieloletniego prezesa KTN, Zygmunta Klemensiewicza: „Człowiek wszedł w góry, by znaleźć w nich piękno pustkowi, ciszę, samotność i swobodę. Ale jego instynkt społeczny nie pozwolił mu na tem poprzestać, kazał mu drugich wprowadzać w góry, ułatwiając sobie i im drogę do nich i życie w nich. [...] I nie może być inaczej, bo jest to jeden z objawów wiecznego rozdźwięku między indywidualnymi potrzebami jednostek a wskazaniem instynktu społecznego”<sup>28</sup>.

Podobne do KTN zapisy w swoim statucie posiadał Zakopiański Oddział Narciarzy Towarzystwa Tatrzańskiego (TT), przemianowany później na Sekcję Narciarską TT (SN TT). Celem jego działania było budzenie i uprawianie sportu narciarskiego i turystyki zimowej<sup>29</sup>. Wśród środków działania wyróżniono również, oprócz tych wskazanych przez KTN, współdziałanie z TT w kształceniu „przewodników w jeździe na nartach”<sup>30</sup>. W statucie SN TT z 1912 r. dodano również do celów – ułatwianie zwiedzania Tatr w zimie. Natomiast do środków działania dodano budowę i utrzymanie schronisk zimowych w górach, administrowanie nimi w zimie, znaczenie dróg zimowych oraz popieranie przedsięwzięć zbieżnych z celami SN TT<sup>31</sup>.

<sup>26</sup> Statut Karpackiego Towarzystwa Narciarzy we Lwowie z 1907 r.

<sup>27</sup> Tamże.

<sup>28</sup> Słowa cytowane przez R. Kordysa w artykule: *Tatrzański Park Narodowy a ochrona przyrody*, „Zima” 1934, nr 3, s. 4.

<sup>29</sup> Statut Zakopiańskiego Oddziału Narciarzy Towarzystwa Tatrzańskiego (rękopis).

<sup>30</sup> Tamże.

<sup>31</sup> Statut Sekcji Narciarskiej Towarzystwa Tatrzańskiego w Zakopanem, Kraków 1912, s. 3–4.

Pojawienie się zorganizowanego ruchu narciarskiego ujawniło nowy motyw jego uprawiania – współzawodnictwo sportowe. Nowo powstałe organizacje narciarskie<sup>32</sup>, zgodnie z zapisami statutowymi zaczęły organizować zawody narciarskie. Do 1914 r. KTN i Tatrzańskie Towarzystwo Narciarzy z Krakowa (TTN) zorganizowało po 6 takich imprez, a Sekcja Narciarska Akademickiego Związku Sportowego z Krakowa i Sekcja Narciarska Akademickiego Klubu Turystycznego ze Lwowa – po 3 imprezy sportowe<sup>33</sup>. Wśród samodzielnych organizatorów zawodów narciarskich zabrakło wtedy SN TT, chociaż członkowie Sekcji pomagali w czasie zawodów organizowanych w Zakopanem<sup>34</sup>.

Niewielka różnica w opisanych powyżej celach działalności obu najstarszych polskich organizacji narciarskich (KTN i SN TT) była jednak znacząca, z punktu widzenia wartości, jaką każda z nich nadawała turystyce narciarskiej i sportowi narciarskiemu. Zdaniem Zbigniewa Korosadowicza, Sekcja Narciarska TT: „[...] w tych czasach [...] była klubem zamkniętym, do którego wstęp uzyskać mógł jedynie ten, kto posiadał wysokie kwalifikacje natury turystyczno-narciarskiej, kto mógł wykazać się znajomością Tatr, zdolnością samodzielnego chodzenia i orientowania się w górach, odbyciem co najmniej trzech wycieczek narciarskich na szczyty przewyższające 2000 m, kto opanował praktycznie znajomość alpejskiej metody jazdy na nartach. W poczynaniach Sekcji bardzo silnie podkreślane było uprawianie taternictwa, wspinaczki skałkowej, co wynikało z ogólnego kierunku charakteryzującego działalność tego towarzystwa”<sup>35</sup>.

Ocena Korosadowicza funkcjonowania SN PTT jest nieco zbyt jednostronna. Bierze pod uwagę jedynie autorytet (rzeczywiście ogromny w tym czasie) i działania Mariusza Zaruskiego, który miał znaczący wpływ na działalność SN. Często jego poglądy identyfikowano z poglądami całej SN. Poglądy Zaruskiego na temat sportu narciarskiego były krytyczne, chociaż brał czasami udział w zawodach narciarskich, zwłaszcza takich, w których umiejętności zjazdowe decydowały o wyniku. Zdarzało się jednak, że zawody sportowe określał w pogardliwy sposób. W jednej z notatek prasowych napisał, że: „stanowią rodzaj dorocznego paroksyzmu febrzy”<sup>36</sup>, w innym miejscu, że: „Publiczności widowiska

<sup>32</sup> Oprócz wymienionych już w tekście polskich organizacji narciarskich, do 1914 r. powstały jeszcze: Sekcja Narciarska Akademickiego Związku Sportowego (1909), Tatrzańskie Towarzystwo Narciarzy w Krakowie (1910), Sekcja Narciarska Akademickiego Klubu Turystycznego (1910) i mniejsze, opisane przez Z. Pręgowskiego – Z. Pręgowski, *Dzieje narciarstwa...*, s. 309–456.

<sup>33</sup> Tamże, s. 457–467.

<sup>34</sup> Tamże, s. 429.

<sup>35</sup> Z. Korosadowicz, *Historyka Sekcji Narciarskiej Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego*, [w:] *Pamiętnik Jubileuszu Trzydziestolecia Sekcji Narciarskiej P.T.T., Zakopane 1937*, s. 20.

<sup>36</sup> Z. Pręgowski, *Dzieje...*, s. 433.

się podobają, trzeba jednak zgodzić się na to, iż w obliczu Tatr ośnieżonych rozgwar wyścigowy przypomina kramik z dewocjami w przedsionku świątyni<sup>37</sup>. Poglądy te rzutowały na jego działalność w SN TT. Dążył do wyeliminowania sportu z zakresu jej działalności. Konsekwencją tych poglądów były jego działania w kierunku zmian w statucie SN, co uzewnętrznił w kolejnej notce prasowej: „Od początku swego istnienia – jeszcze jako Zakopiański Oddz. Narciarzy – Sekcja zupełnie wyraźnie i stanowczo przyznała się do charakteru towarzystwa alpinistycznego, a zatem jako cel stawia sobie turystykę zimową w Tatrach, narciarstwo zaś, jako środek prowadzący do celu. Ze względu wszakże na mały jeszcze przed paru laty rozwój narciarstwa u nas ów piękny cel niekiedy na drugi plan musiał schodzić, ażeby dać miejsce boiskowemu narciarstwu – wyścigom czy czemuś podobnemu. Różnorodne pod względem stosunku swego do Tatr elementy, wchodzące w skład sekcji zniewalały do tego. Obecnie Sekcja zaznaczyła w statucie ów charakter swój taternicki i dokonała w osobistym składzie członków zamknięcia się [...]”<sup>38</sup>. Stwierdzenie to nie było do końca prawdziwe. Prawdą było, że wprowadzono do statutu zapis o posiadaniu przez członka czynnego umiejętności praktycznych jazdy na nartach, jego zdolności do samodzielnego poruszania się w terenie i znajomości Tatr w zimie, które podlegają regulaminowej ocenie. Prawdą jest jednak także, że ze statutu nie usunięto zapisu o możliwości urządzania zawodów narciarskich. Jednocześnie w zarządzie SN zasiadało dwóch znakomitych zawodników: Stanisław Zdyb i Henryk Bednarski<sup>39</sup>.

SN TT liczyła w końcu 1913 r. 133 osoby. Wielu członków SN pozytywnie odnosiło się do zawodów sportowych i uczestniczyło w nich z sukcesami. Zdaniem Pręgowskiego, Zaruski odczuwał w swoim środowisku coraz większe osamotnienie, broniąc swoich poglądów. Sportowy ruch narciarski zyskiwał coraz większą popularność, a on nie mógł tego powstrzymać. Pręgowski podsumował to zagadnienie następująco: „Bowiem zawodnictwo narciarskie więcej niż narciarstwo turystyczne pociągało młodzież, nad czym zresztą można ubolewać, ale faktu tego nie zmienimy. Bo jakby tam nie było, ale trzeba z żalem się zgodzić, iż nic tak setnie, niestety, do popularności sportu (w jakiegokolwiek jego postaci) się nie przyczynia, jak właśnie owe publiczne zawody, skoki, wyścigi, matche itp. widowiska”<sup>40</sup>.

Można przypuszczać, że Zaruski zrozumiał w końcu 1913 r., że nie uda mu się powstrzymać rozwoju sportu narciarskiego w swojej SN. Dlatego też chciał wyraźnego rozgraniczenia narciarskiej działalności turystycznej i sportowej. To

<sup>37</sup> Tamże.

<sup>38</sup> Tamże, s. 434.

<sup>39</sup> *Sprawozdanie SN PTT za czas od 1 stycznia do 31 grudnia 1913*, PTT 1914, t. 35, s. XXXIV.

<sup>40</sup> Tamże, s. 430.

jego stanowisko dobrze obrazuje stosunek do TTN z Krakowa, z którym prowadził polemiki w sprawie nazwy kojarzonej jego zdaniem z TT. W sprawozdaniu SN TT za 1913 r. napisano: „Sekcja nasza z żywą radością powitała postanowienie Tatrzańskiego Towarzystwa Narciarzy [wstąpienia do TT – przyp. aut.]. Naszym najgłębszym przekonaniem jest, iż połączenie się obu Towarzystw leży w interesie całego polskiego narciarstwa. W ten sposób nie tylko zostałyby usunięte wszelkie nieporozumienia, lecz po skupieniu się w jednym Towarzystwie i skoordynowaniu działania spodziewamy się jaknajlepszych rezultatów. Najbardziej celową formą połączenia się, zdaniem Sekcji, jest podział istniejącej Sekcji Narciarskiej na dwa autonomiczne, równorzędne koła: turystyczne i sportowe; w pierwszym znaleźliby się przeważnie członkowie Sekcji, w drugim przeważnie członkowie TTN”<sup>41</sup>. Dyskusja wokół nazwy TTN w swojej istocie była sporem o kierunki rozwoju polskiego narciarstwa. Była również pierwszą poważną dyskusją, odbywającą się wewnątrz polskiego środowiska narciarskiego, o wartości, jakich nośnikiem było narciarstwo.

Drugą wewnętrzną dyskusją, jaka przetoczyła się przez polskie środowisko narciarskie do 1914 r., była dyskusja na temat zimowego zagospodarowania Tatr i relacji narciarstwa do ochrony przyrody. Rozwinięto ją po zakończeniu I wojny światowej, a apogeum miało miejsce w latach 30. XX w., gdy rozpoczęto starania, a potem wybudowano kolejkę linową na Kasprowy Wierch. Spór ten również sprowadzał się do konfliktu wartości i znacznie głębiej podzielił później środowisko narciarskie<sup>42</sup>.

Po przeanalizowaniu dostępnych źródeł można stwierdzić, że zaprezentowane przez Fridtjofa Nansena w książce *Na nartach przez Grenlandię* idee padły na podatny grunt, jakim było polskie społeczeństwo końca XIX w. Pionierzy polskiego narciarstwa w pełni zaakceptowali wartości, jakie niesło uprawianie narciarstwa, i czynnie propagowali je. Wielokrotnie również cytowano słowa Nansena propagujące walory narciarstwa. Wierzone, że mogą one wpłynąć na „fizyczne odrodzenie narodu”. Dlatego też z uprawianiem narciarstwa wiązano wartości zdrowotne i kondycyjne, z jednej strony, oraz wartości wolicjonalne z drugiej (odwaga, silna wola, zdecydowanie). Te cechy narciarstwa pozwalały zwrócić uwagę na jego walory wychowawcze.

Od pierwszych prób polskich narciarzy dostrzeżono też, że jazda na nartach może być źródłem przyjemności. Przyjemność tę czerpano z dwóch źródeł. Pierwszym było przebywanie w zimowym środowisku gór i wrażenia estetyczne

<sup>41</sup> *Sprawozdanie SN PTT za czas od 1 stycznia do 31 grudnia 1913*, PTT 1914, t. 35, s. XXXI.

<sup>42</sup> Obszernie o konflikcie pomiędzy zwolennikami i przeciwnikami budowy kolejki na Kasprowy Wierch pisze L. Rak w pracy: *Narciarstwo a ochrona przyrody w Polsce 1919–1939*, [w:] *Humanistyczne aspekty sportu i turystyki*, red. Z. Dziubiński, Warszawa 2008, s. 427–434.

krajobrazu. Drugim, sama jazda na nartach i emocje związane z szybkością oraz panowaniem nad nartami.

Szybko też dostrzeżono użytkowe walory nart, pozwalające taternikom na realizowanie taternickich celów. To środowisko odegrało również znaczącą rolę w rozwoju polskiego narciarstwa, przyczyniając się znacznie do powstania pierwszych polskich organizacji narciarskich. Z tego środowiska wypłynęła też idea współzawodnictwa, chociaż o innym charakterze niż współzawodnictwo sportowe. To pojawiło się dopiero po powstaniu zorganizowanego narciarstwa. Każde z towarzystw narciarskich, które założono do 1914 r., deklarowało chęć organizowania zawodów sportowych. Widziano w nich walory przyciągające młodzież. Pojawienie się rywalizacji sportowej ujawniło jednak konflikt, który doprowadził do przeciwstawienia sobie motywów sportowych i turystycznych (ściślej taternickich). Ścieranie się poglądów doprowadziło do akceptacji obydwu form aktywności narciarskiej jako nośników swoistych dla siebie wartości.

Podobny konflikt wartości niesło upowszechnianie się narciarstwa i starcie idei korzyści, jakie daje jego uprawianie, z wymogami ochrony tatrzańskiej przyrody.

Podsumowując, można stwierdzić, że ewolucja motywów towarzyszących rozwojowi polskiego narciarstwa polegała na odkrywaniu jego kolejnych walorów. Te z kolei zależały od ewolucji sprzętu narciarskiego i dostosowywania środowiska naturalnego do potrzeb narciarzy. Motywy te wydają się być wspólne dla wszystkich narciarzy, bez względu na narodowość oraz miejsce jego uprawiania<sup>43</sup>.

Motywy uprawiania narciarstwa, jakie pojawiły się do 1914 r. w polskim narciarstwie, ukształtowały ten sport w sferze idei. Pozwoliły na uświadomienie wielopłaszczyznowego oddziaływania narciarstwa na szereg sfer aktywności człowieka. Odnajdujemy w nich wartości, jakie przypisywano tej formie aktywności fizycznej. Z tego powodu stały się trwałym elementem polskiej kultury fizycznej. Pozostały aktualne do dzisiaj, stanowiąc rdzeń nowoczesnego pojmowania współczesnego narciarstwa. Dlatego powinny być wciąż wykorzystywane do propagowania narciarstwa i kultury fizycznej.

---

<sup>43</sup> Do takich wniosków prowadzi porównanie motywów, jakimi kierowali się europejscy narciarze, opisane w pracy J. Allena, z opisanymi w tej pracy – E. John B. Allen, *The culture...*

## Summary

### **The Motives of Skiing among Polish Skiers up to 1914**

The aim of the paper was to describe the ideas of skiing values and to systematize motives which Polish skiers were influenced by up to 1914. There were both fitness and volitional values (courage, strong will, decisiveness) connected with skiing then. These features of skiing emphasized its educational values. It was also showed that skiing can be the source of pleasure connected with spending time in the mountains and enjoying its aesthetical values. The pleasure was seen also in emotions connected with speed and control over skis. The useful values of skis were quickly perceived by mountaineers, permitting them to realize climbing aims. Next, the idea of competitive skiing appeared. The popularization of the skiing brought also the conflicts of ideas between tourist skiers and competitive skiers, as well as, between skiers and protectors of nature. The motives of skiing which appeared up to 1914 among Polish skiers shaped this form of physical activity in field of idea. They allowed to understand the huge impact of skiing on many fields of human physical activities.

**Keywords:** winter sports, physical culture, theory of physical education.

## Bibliografia

### A. Źródła

#### I. Źródła drukowane

Statut Karpackiego Towarzystwa Narciarzy we Lwowie z 1907 r.

Statut Sekcji Narciarskiej Towarzystwa Tatrzańskiego w Zakopanem, Kraków 1912.

#### II. Źródła pisane

Statut Zakopiańskiego Oddziału Narciarzy Towarzystwa Tatrzańskiego (rękopis).

#### III. Prasa

„Pamiętniki Towarzystwa Tatrzańskiego” 1892, 1897, 1908, 1910, 1912, 1914.

„Taternik” 1909.

„Zima” 1934.

### B. Literatura

Allen E. John B., *The culture and sport of skiing*, Massachusetts 2007.

Grabowski H., *Co koniecznie trzeba wiedzieć o wychowaniu fizycznym*, Kraków 2000.

- Humanistyczne aspekty sportu i turystyki*, red. Z. Dziubiński, Warszawa 2008.
- Kordys R., *Narty i ich użycie*, Lwów 1908.
- Lipoński W., *Encyklopedia Sportów Świata*, Poznań 2001.
- O narciarstwie*, Kraków 1912.
- Pamiętnik Jubileuszu Trzydziestolecia Sekcji Narciarskiej P.T.T.*, Zakopane 1937.
- Pręgowski Z., *Dzieje narciarstwa polskiego do 1914 r.*, Warszawa 1994.
- Pręgowski Z., *Złota księga narciarstwa polskiego – Karpaty Wschodnie*, Warszawa 1992.
- Schnaider J., *Na nartach skandynawskich*, Kraków 1898.
- Studia i szkice z dziejów turystyki na Podkarpaciu*, red. S. Zaborniak, Krosno 2006.





Zdzisław Pawluczuk\*

## **Rola ruchu sokolskiego w powstaniu harcerstwa na ziemiach polskich**

### **Streszczenie**

Największe zasługi w zapoczątkowaniu skautingu na ziemiach polskich położyli ci zarzewiacy, którzy podjęli współpracę z Towarzystwem Gimnastycznym „Sokół” we Lwowie, a następnie w Krakowie. Działali w nim ludzie, którzy docenili znaczenie skautingu w odmłodzeniu ruchu sokolskiego, i dostrzegali w nim możliwość umocnienia koncepcji przygotowującej sokolstwo do potrzeb walki o niepodległą Polskę.

Rozprzestrzenienie skautingu na wszystkie ziemie polskie i ośrodki polonijne było zasługą zarzewiackich i sokolskich działaczy galicyjskich. Dzięki nim w Zlocie Skautowym w Birmingham w 1913 r. mogła uczestniczyć pod polską flagą 53-osobowa grupa skautów – przyszłych harcerzy.

**Słowa kluczowe:** Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół”, harcerstwo, Polska.

### **Wprowadzenie**

Jakie motywy skłoniły mnie do podjęcia tematu od dawna dostatecznie upublicznionego w dotychczasowej historiografii sokolskiej i harcerskiej? Źródłem odpowiedzi jest przekaz TVP z dnia 21 lutego 2008 r. Ukazał się wówczas obraz telewizyjny, a w nim przemawiający prezydent RP Lech Kaczyński, z jednej strony, oraz słuchający go goście, w tym głównie przedstawiciele i działacze

---

\* Dr hab. prof. nadzw. SAP Warszawa – Gdańsk.

związków harcerskich, z drugiej strony; działo się to w sali pałacowej. Prezydent w pierwszych słowach swego wystąpienia wyjaśnił, że celem dzisiejszego spotkania jest jubileusz stulecia powstania h a r c e r s t w a w Polsce. Zdziwiłem się. Przypomniałem sobie, że owszem może to być jubileusz stulecia skautingu, ale nie harcerstwa w Polsce. Jubileusz stulecia skautingu obchodzono na całym świecie 1 sierpnia 2007 r. W tym dniu, ale sto lat temu – 1 sierpnia 1907 r. – Robert Baden-Powell, znany bohater wojenny, zabrał 20 chłopców na prywatną wyspę Brownsea, na południu Anglii, na eksperymentalny 8-dniowy obóz w lesie, co następnie opisał w swojej książce *Scouting for Boys* – wydanej w Londynie w roku 1908<sup>1</sup>. Może w pałacu prezydenckim odbyła się spóźniona uroczystość stulecia skautingu?

Wiedziałem od lat szkolnych, kiedy byłem harcerzem, że uroczystości rocznicy powstania harcerstwa na ziemiach polskich zawsze były związane z majem 1911 r. Nie były więc tożsame z pojawieniem się skautingu w Anglii. Powyższą datę potwierdzają różne artykuły i opracowania monograficzne w latach do 1939 r., a także szersze prace badawcze podjęte w latach osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych XX wieku. Świadczyć o tym może konferencja naukowa z maja 1992 r. w Rogach koło Gorzowa Wlkp., w której uczestniczyłem. Była ona poświęcona „Dziejom harcerstwa na obczyźnie w latach 1912–1992”. Mieliśmy na niej także referaty, które dotyczyły ziem polskich. Wygłosili je: Dobiesław Dudek, „Ruch skautowy na terenie Galicji przed I wojną światową” i Bogdan Cimała, „Harcerstwo na Śląsku w okresie powstań śląskich i plebiscytu (1919–1921)”. Wzmianki o latach 1910–1912 jako początku ruchu skautingowego na ziemiach polskich zostały uwzględnione w referacie Marka Szczerbińskiego i Bernarda Woltmanna – „Stan i potrzeby badań dziejów harcerstwa na obczyźnie”. Całość materiałów z konferencji opublikowano w 1992 r.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Baden-Powell Robert Stephenson Smyth, ur. 1857, zm. 1941 w Kenii, brytyjski generał, w latach 1876–1910 służył w wojskach brytyjskich na terenie Azji i Afryki, uczestniczył w II wojnie burskiej 1899–1902, w 1907 r. założył angielskie Stowarzyszenie Skautów. W 1908 r. wydał swoją książkę o skautingu. W 1920 r. obwołano go Naczelnym Skautem świata, a w 1929 r. został parem Anglii; zob.: S. Zaborniak, *Harcerskie Kluby Sportowe Drugiej Rzeczypospolitej (1919–1939)*, [w:] *Z dziejów ruchu harcerskiego. Studia – Szkice – Materiały (1911–2006)*, red. E. Czop, Rzeszów 2006, s. 205.

<sup>2</sup> *Materiały z konferencji odbytej w dniach 29–30 maja 1992 r. w Rogach k. Gorzowa Wlkp.*, red. M. Szczerbiński, Gorzów Wlkp. 1992, s. 5–6 (*Zamiast wstępu*, s. 7–20, *Stan i potrzeby badań harcerstwa na obczyźnie*, s. 43–56 – M. Szczerbiński, B. Woltmann) oraz artykuły: D. Dudek i B. Cimała, dz. cyt. (pierwszy artykuł s. 43–48, drugi artykuł s. 49–56), a także: Kazimierz Koźniewski, *I zawsze krzyż oksydowany... Refleksje nad historią harcerstwa w Polsce*, Kraków 1990, s. 12–13. Zob. dla przykładu: *Do ogółu sokolego w sprawie udziału sokolstwa w ruchu skautowym*, „Przewodnik Gimnastyczny «Sokół»” (dalej: PGS) 1931, s. 79 i n.; *Ważniejsze daty rozwoju tajnego skautingu (harcerstwa) w Polsce*, PGS 1933, s. 156–158; *Ankieta o powsta-*

Pierwsze wzmianki o angielskim skautingu ukazały się w prasie polskiej dopiero w roku 1909 w tygodniku warszawskim „Świat”, w lwowskim dzienniku „Słowo Polskie” i w „Zarzewiu”. Głównym ich autorem był londyński korespondent Edmund Naganowski. On też dostarczył działaczom sokolskim książkę o skautingu, do przetłumaczenia na język polski; tego zadania dokonał Andrzej Małkowski z „Zarzewia” (wcześniej działał w „Sokole”)<sup>3</sup>.

W przemówieniu prezydenckim zostały wymienione organizacje, które były inicjatorami w tworzeniu harcerstwa w Polsce. Zaliczono do nich: Organizację Niezależnej Młodzieży Niepodległościowej „Zarzewie”, Ruch etyczny „Eleusis”, „Drużyny Bartoszwowe”, Polskie Drużyny Strzeleckie, piłsudczykowskie – Związek Walki Czynnej, Towarzystwo „Strzelec”, Związek Strzelecki i Polska Organizacja Wojskowa<sup>4</sup>.

Nie wszystkie z nich pełniły główną rolę. Zabrakło natomiast w przemówieniu prezydenckim najważniejszej organizacji – Towarzystwa Gimnastycznego

---

*niu harcerstwa polskiego*, tamże, s. 171; „Zarzewie” 1909–1920. *Wspomnienia i materiały*, Warszawa 1973; H. Bagiński, *U podstaw organizacji wojska polskiego 1908–1914*, Warszawa 1935; M. Szumski, *Wspomnienia z początków skautingu we Lwowie z lat 1910–1914*, „Niepodległość” 1976, t. IX; *Dzieje harcerstwa na obczyźnie w latach 1912–1992*.

<sup>3</sup> Andrzej Małkowski (1888–1919) – jeden z głównych twórców harcerstwa, przetłumaczył na j. polski i zaadaptował podręcznik Baden-Powella – książka została opublikowana w 1911 r., był pierwszym redaktorem „Skauta”, w 1914–1915 służył w Legionach Polskich, w 1916–1917 r. organizował harcerstwo w USA, w 1918–1919 służył w Armii Polskiej („Błękitnej”) we Francji, zginął, płynąc z misją do Odessy. Już w 1911 r. Małkowskiemu i kilku innym działaczom sokolskim zaproponowano przygotowanie nowego wydania książki o skautingu. Jednakże śmierć Małkowskiego w 1919 r. uniemożliwiła jego uczestniczenie w opracowaniu drugiego wydania, które ukazało się dopiero w 1938 r. pt. *Skauting dla chłopców. Wychowanie dobrego obywatela metodą puszczańską*, Warszawa 1938.

<sup>4</sup> Szerzej na temat „Zarzewia” zob.: H. Bagiński, *U podstaw organizacji...* (na s. 25 przedstawiony jest statut Okręgowej Organizacji Wojskowej); zob. także: „Zarzewie”, *Skauting i Polskie Drużyny Strzeleckie*, „Wiarus” 1934, nr 23. „Eleusis” – stowarzyszenie młodzieży, głównie akademickiej, propagujące mesjanistyczną poczworną abstynencję od alkoholu, tytoniu, hazardu i rozpusty. Wstrzeźliwość miała przyczynić się do odrodzenia Polski i ludzkości. Ruch elsów powstał ok. 1903 r. pod wpływem Wincentego Lutosławskiego – wybitnego filozofa idealisty i znawcy Platona; zob.: F.A. Marek, *ks. Norbert Bonczyk*, [w:] *Śląski Słownik Bibliograficzny*, Katowice 1979, t. I, s. 27; zob. również: B. Cimała, dz. cyt., s. 49–50 i D. Dudek, dz. cyt. O tych organizacjach pisze w swojej dysertacji doktorskiej również D. Dudek, zob.: „Kultura fizyczna w programach i działalności polskich organizacji paramilitarnych na terenie Galicji przed I wojną światową” (niepublikowana) AWF w Krakowie w 1988 r. W roku 2004 została opublikowana jego książka – *Józef Piłsudski wobec problemów kultury fizycznej (1910–1935)*, Kraków 2004, zob. tam: *Bibliografia*, s. 228–253. Ponadto: W. Kiedrzyńska, *Polskie organizacje wojskowe w przededniu pierwszej wojny światowej*, „Żołnierz Legionów i POW” 1939, nr 3–4, s. 53; *Działalność Drużyn Podhalańskich na Podhalu w latach 1912–1914*, „Wierchy” Wrocław – Kraków 1992, Tom 94, s. 121–130.

„Sokół” – bez której trudno byłoby urzeczywistnić na ziemiach polskich skauting, z którego zrodziło się polskie harcerstwo. W momencie powstania skautingu „Sokół” w Galicji był jedynym stowarzyszeniem, które miało za sobą 40 lat działalności, największy terytorialnie zasięg i skupiało młodzież, a przede wszystkim dorosłą społeczność męską i żeńską. „Sokół” dysponował zaangażowaną ideowo kadrami instruktorsko-nauczycielską, a także własną infrastrukturą techniczną. Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” było pierwszą organizacją, która w kilka lat po upadku powstania styczniowego, obok podstawowych zadań w zakresie wychowania fizycznego społeczeństwa polskiego, a wynikających z nazwy stowarzyszenia, przygotowywała swoich członków do walki o niepodległą Polskę pod hasłem „w zdrowym ciele – zdrowy duch”. Wydawałoby się, że tak dużo już napisano o ruchu sokolskim, iż wiedza o jego historii jest powszechna<sup>5</sup>. Okazuje się, że tak nie jest. Może wpływ na ten stan wiedzy ma sama nazwa – „gimnastyczne”? Nie lepiej jest również, jeśli chodzi o historię harcerstwa, o genezie którego pisze w jednym z rozdziałów swojej dysertacji doktorskiej w roku 1994 Jan Snopko. Jego praca: *Polskie Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” w Galicji 1867–1914*, ukazała się w roku 1997. Stwierdza w niej, że w okresie II Rzeczypospolitej toczono gorący spór o genezę ruchu skautowego w Polsce. W dyskusji tej partycypowali głównie działacze „Zarzewia” i „Sokoła”, jako że oba te środowiska uważały się za organizacje macierzyste harcerstwa. Zarzewiaci rodowód skautingu podnosił zwłaszcza Henryk Bagiński. Dowodził, że ruch ten zrodził się w środowisku młodzieży narodowo-niepodległościowej we Lwowie i stąd czerpał głównie wzorce ideowe. Inaczej wyglądała argumentacja działaczy sokolich. W tym miejscu cytuje wypowiedź jednego z najwybitniejszych działaczy ruchu sokolskiego i skautingu. Stwierdzał on, że „Sokół” był macierzystą organizacją skautingu i nikt do wielkiej wojny nie kwestionował tego<sup>6</sup>. Potwierdzenia tego stanu rzeczy znajdujemy w wielu innych przekazach źródłowych. Nawet krytyczny wobec sokolstwa Eugeniusz

<sup>5</sup> Zob.: M. Ponczek, *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” we współczesnej historiografii*, „Studia Historyczne” 1991, nr 1, s. 111–116; W. Moska, M. Gizowski, *Bibliografia enumeratywna historii polskiej kultury fizycznej 1985–1999*, Gdańsk 2000; Z. Pawluczuk, *Historiografia polskiego ruchu sokolskiego*, [w:] *120 lat Polskiego Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Krakowie*, Kraków 2005, s. 57–68. Od 1895 r. w zaborze austriackim mogły należeć do „Sokoła” kobiety i dziewczęta po ukończeniu 18 roku życia, zaś w zaborze pruskim dopiero od 1908 r. W roku 2001 opublikowano syntezę monograficzną polskiego ruchu sokolskiego pt.: *Zarys dziejów Sokolstwa Polskiego w latach 1867–1997*, red. E. Małolepszy i Z. Pawluczuk, Częstochowa 2001, ss. 298.

<sup>6</sup> J. Snopko, dz. cyt., s. 207 (monografia ta jest skróconą wersją dysertacji doktorskiej obronionej na Wydziale Historycznym UW w 1994 r.). Obok cytowanego Henryka Bagińskiego Jan Snopko cytuje działacza sokolskiego i harcerskiego Ignacego Kozielowskiego, o którym będzie mowa w dalszych częściach artykułu.

Piasecki – pisze Jan Snopko – przyznał w 1913 r., że harcerstwo polskie powstało pod znakiem Związku Towarzystw Gimnastycznych „Sokół”<sup>7</sup>. Dzień 22 maja 1911 r. – powołanie przez władze Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” we Lwowie dwóch drużyn skautowych i jednej żeńskiej – Kazimierz Koźniewski w swojej książce z 1990 r. o harcerstwie uznał za datę narodzin polskiego skautingu, a tym samym i harcerstwa<sup>8</sup>. Moim celem nie jest przedstawianie dziejów polskiego skautingu czy harcerstwa. Zostało to dobrze opisane przez wymienionych już badaczy i publicystów. Pragnę jedynie uwypuklić, zaakcentować to, co już opracowano na temat genezy skautingu w Polsce i jego roli w przekształcaniu się w harcerstwo, a przede wszystkim przypomnieć o znaczeniu w tej kwestii ruchu sokolskiego.

### Współdziałanie „Zarzewia” z „Sokołem”

Pierwsze na ziemiach polskich drużyny skautów powstały w ramach „Sokoła” w zaborze austriackim (Galicji). Już w listopadzie 1909 r. doszło do wspólnej konferencji z udziałem Mieczysława Neugebauera, Henryka Bagińskiego i Bolesława Biskupskiego z „Zarzewia” oraz Stanisława Biegi i Kazimierza Wyrzykowskiego z „Sokoła-Macierzy”. Przedyskutowano wówczas artykuły E.S. Naganowskiego w „Słowie Polskim” oraz zapoznano się ze skautową literaturą angielską, m.in. z podręcznikiem Baden-Powella *Scouting for Boys*. Na zakończenie podjęto decyzję o wejściu „zarzewiaków” do Grona Nauczycielskiego „Sokoła-Macierzy”, a także udzielenia z tej strony pełnej pomocy w przetłumaczeniu i opublikowaniu w języku polskim książki o skautingu oraz w wydaniu pisma „Skaut” i w organizowaniu drużyn skautowych<sup>9</sup>.

Ścisłe współdziałanie z ruchem sokolskim potwierdził I Zjazd Młodzieży Niepodległościowej „Zarzewia”, który odbył się we Lwowie w lutym 1910 r. W dyskusję zjazdową o idei wychowania fizycznego i obywatelskiego przez skauting bardzo dobrze wpisywał się artykuł Mieczysława Neugebauera (ps. S. Norwid) w „Zarzewiu” (1910, nr 2) pt. *W sprawie wychowania fizycznego*. W jego końcowej części m.in. czytamy: „Starsze społeczeństwo jest zaabsorbowane w szeregu prac. Rzucam tedy hasło: niech sama młodzież, bez przymusu i specjalnej zachęty, skupi się około sokolni, tworząc oddziały ćwiczebno-wycieczkowe. Ze szczupłych zaczątków możemy kiedyś dojść do takiej potęgi organiza-

<sup>7</sup> Zob. pismo: „Ruch” 1913, nr 9, s. 120 (wypowiedź E. Piaseckiego w cyt. książce J. Snopki, s. 208).

<sup>8</sup> Zob. K. Koźniewski, dz. cyt., s. 12–13.

<sup>9</sup> Art. *Ważniejsze daty...* (Chodzi tutaj o artykuły „Bi-bi” i „Bies” w „Słowie Polskim” 1909, nr 536–538 z 16.11.1909). W związku z powierzeniem Małkowskiemu tłumaczenia podręcznika o skautingu „Sokół” przejął na siebie sprawę opłacenia pobytu Małkowskiego w Londynie.

cji fizycznej młodzieży, jak skauting, który liczy około 100 000 członków, chłopców w wieku do 17 lat, a około 50 000 kierowników<sup>10</sup>. W czasie zjazdu Komisja Wychowania Fizycznego PZW urządziła dla komendantów „Oddziałów Ćwiczebnych” kurs informacyjny oraz zapowiedziała organizację wielodniowych skautowych kursów instruktorskich, na których Andrzej Małkowski miał wyłożyć treść książki Baden-Powella. Pierwszy taki kurs był przewidziany na wrzesień 1910 r.<sup>11</sup>.

Bardzo ważnym krokiem we współpracy obu organizacji w realizowaniu programu fizyczno-wojskowego i niepodległościowego było zawarcie umowy, która umożliwiała „zarzewiakom” tworzenie Drużyn Młodzieży Sokolej w „Sokole-Macierzy” we Lwowie i na prowincji w lokalnych gniazdach sokolich. W dniu 19 marca 1910 r. zarząd „Sokoła-Macierzy” zatwierdził powołanie, na razie tylko we Lwowie, jednej drużyny sokolej<sup>12</sup>. Podobne działania podjęli krakowscy sokole. Jednakże ich prace przygotowujące kurs instruktorów skautowych zostały czasowo zahamowane przez zbliżający się V Zlot Sokolów w Krakowie w lipcu 1910 r.<sup>13</sup>. Był on ściśle powiązany z obchodami pięćsetnej rocznicy zwycięstwa polsko-litewsko-ruskiego oręża nad krzyżakami pod Grunwaldem. Jego przebieg i głęboko patriotyczny charakter oraz liczny w nim udział sokolów nie tylko z Polski odbiły się szerokim echem pozytywnych zmian w kierunku odmłodzenia i ożywienia w działalności wielu gniazd, które coraz śmielej wprowadzały program wychowania fizyczno-wojskowego. Zlot Grunwaldzki w rzeczywistości więc ożywił ruch sokolski w zakresie rozwoju skautingu. Przyspieszył oficjalne zaangażowanie się całego Związku Polskich Gimnastycznych Towarzystw Sokolich w Cesarstwie Austriackim. Już 26 lutego 1911 r. przewodnictwo Związku Sokolego podjęło decyzję o wprowadzeniu skautingu w całym ruchu sokolskim na terenie Galicji oraz organizowaniu pod kierownictwem naczelnika Kazimierza Wyrzykowskiego skautowych kursów instruktorskich, w tym kursu w Brzuchowicach w pierwszej połowie 1911 r. Na nich właśnie Andrzej Małkowski omówił treść tłumaczonej przez siebie książki Baden-Powella. W dniu 21 maja tego roku władze sokole wspólnie z „zarzewiakami” powołały przy Związku Sokolim Naczelną Komendę Skautową, której szefem został K. Wyrzykowski, zaś jej członkami: Olga Drahonowska, Jerzy Grodyński,

<sup>10</sup> Cyt. w: *Ważniejsze daty...* W „Zarzewiu” 1910, nr 5 ukazał się art. Henryka Bagińskiego (ps. Józef Chłopski) pt. *Dlaczego powinniśmy czuwać nad sprawą wychowania fizycznego?*, zob. tamże.

<sup>11</sup> W kwietniu 1911 r. miał się odbyć następny kilkudniowy kurs instruktorski, tamże.

<sup>12</sup> H. Bagiński, *U podstaw organizacji...*, s. 66–67.

<sup>13</sup> Szerzej: *Pamiętnik V Zlotu Sokolstwa Polskiego w Krakowie w dniach 14–16 lipca 1910*, Lwów 1911, s. 132–133 i inne. Zob. także: J. Snopko, dz. cyt. (*Zlot Grunwaldzki 1910 roku i jego znaczenie*, s. 202–204).

Alojzy Horak, Franciszek Kapałka, Andrzej Małkowski i Czesław Pieniążkiewicz. Dzień później (22 maja) Andrzej Małkowski wydał rozkaz powołujący pierwsze trzy drużyny skautowe, dwie męskie i jedną żeńską. Właśnie dzień powołania tych drużyn został uznany za datę narodzin polskiego skautingu czyli harcerstwa<sup>14</sup>.

Wraz z powołaniem tych drużyn skautowych rozpoczął się szybki rozwój ruchu skautowego na terenie Galicji i na pozostałych częściach ziem polskich. We wrześniu 1911 r. Komisja Wychowania Fizycznego przy sztabie Organizacji Armii Polskiej „Zarzewia” wydała specjalny okólnik, który nakładał na komendantów „Oddziałów Ćwiczebnych” obowiązek tworzenia drużyn skautowych przy lokalnych gniazdach sokolich. Rozkazem rozwiązano z dniem 1 listopada tego roku wszystkie tajne „Oddziały Ćwiczebne”, a ich członków wcielono do Sokolich Drużyn Skautowych podporządkowanych Naczelnej Komendzie Skautowej. W tym też czasie, bo 15 października, ukazał się we Lwowie pierwszy numer pisma „Skaut”, którego głównym redaktorem był Andrzej Małkowski, a redaktorem zastępcą – Kazimierz Wyrzykowski. W tym numerze wydrukowano wiersz Ignacego Kozińskiego pt.: *Wszystko, co nasze*. Stał się on następnie hymnem harcerskim. W drugim numerze „Skauta” ukazała się treść ślubowania i 9 punktów prawa skautowego. Ogłoszono w nim konkurs na odznakę harcerską. Ostatecznie przyjęty został projekt ks. Kazimierza Lutosławskiego, a mianowicie krzyż harcerski wzorowany na orderze *Virtuti Militari*<sup>15</sup>.

Władze Związku Sokolskiego dążyły do jak najściślejszego powiązania skautingu z ruchem sokolskim. Przejawiło się to m.in. w przekształceniu w grudniu 1911 r. Naczelnej Komendy Skautowej w Związkowe Naczelnictwo Skautowe (ZNS). W skład ZNS, obok naczelnika K. Wyrzykowskiego, wchodził: Kazimierz Czarniak, S. Filasiewicz, Jerzy Grodyński, Franciszek Kapałka, Andrzej Małkowski, Leon Skoczylas i Tadeusz Strumiłło. Związek skautingu z sokolstwem podkreślił też I zjazd skautowy we Lwowie w dniach 24 i 25 marca 1912 r., na którym wyrażono przez uchwały przekonanie – że po pierwsze – „Sokół” jest jedyną instytucją, na gruncie której może się rozwijać pomyślnie i bez spaczenia

<sup>14</sup> Wśród trzech powołanych drużyn skautowych we Lwowie występowały: I Lwowska Drużyna Skautów im. Tadeusza Kościuszki z drużynowym Czesławem Pieniążkiewiczem na czele; II Lwowska Drużyna Skautów im. Jana Karola Chodkiewicza z drużynowym Franciszkiem Kapałką na czele i III Lwowska Drużyna Skautek im. Emilii Plater z drużynową Olgą Drohnową na czele. W internecie mamy informację, że we wrześniu 1910 r. w Krakowie uczniowie I Gimnazjum św. Anny założyli „Zastęp Kruków” z zastępowym Władysławem Smolarskim na czele. Z tego „Zastępu” naczelnik krakowskiego gniazda sokolego tworzy rok później (IX. 1911) Drużynę Skautów im. Kościuszki, zaś Zofia Langierówna zakłada w Krakowie pierwszy zastęp żeński, który następnie rozrasta się w Drużynę Skautek im. Klaudii z Działyskich Potockiej z drużynową Romą Wodniczko-Dediowej.

<sup>15</sup> Tamże, *Ważniejsze daty...*, s. 157.

organizacja skautingu; po drugie – skauting obejmuje nierozdzielnie kształcenie pod względem sprawności umysłowo-moralnej i fizycznej; po trzecie – należy wykluczyć wszelką myśl, że skauting polski może przetrwać się w organizację tylko fizycznego wychowania<sup>16</sup>.

Więzi organizacyjne między skautingiem a „Sokołem” – jak pisze Jan Snopko – podkreślały także regulaminy, opracowane przez zarząd Związku Sokolego. Pierwszy paragraf regulaminu organizacyjnego drużyn skautowych określał, że „Wydział Związku Polskich Gimnastycznych Towarzystw Sokolich sprawuje naczelną władzę i kierownictwo sokolich drużyn skautowych”. Głównym komendantem skautowym był naczelnik Związku Sokolego, a Związkowe Naczelnictwo Skautowe miało być sekcją związkowego grona nauczycielskiego. Drużyny w terenie podlegały zarządom miejscowych towarzystw sokolich lub – jeśli w danej miejscowości nie było „Sokoła” – bezpośrednio lwowskiemu ZNS<sup>17</sup>. Gniazda sokole udostępniały drużynom pomieszczenia na izby skautowe, zaś naczelnicy i nauczyciele gimnastyki byli zobowiązani do udzielania pomocy metodycznej i instruktażowej lub do prowadzenia drużyny skautowej. Przy zarządzie Związku Sokolego istniał tak zwany magazyn dostaw skautowych, pośredniczący w zaopatrzeniu drużyn i wpływający na ujednoczenie wyekwipowania i umundurowania skautów. Jednocześnie „Sokół” zabezpieczał skautów przed wrogim stosunkiem władz szkolnych i niechęcią rodziców. W okólniku do dyrektorów szkół średnich z 22 marca 1912 r. Rada Szkolna Krajowa zachęcała do popierania drużyn skautowych tworzonych przy gniazdach sokolich. Władze szkolne niechętnie natomiast patrzyły na przynależność uczniów do Związku i Drużyn Strzeleckich oraz do tak zwanego dzikiego skautingu, organizowanego poza ruchem sokolskim<sup>18</sup>.

W procesie unarodowienia skautingu i przystosowania tego ruchu do polskich warunków, w tym przede wszystkim polskiego nazewnictwa, główna rola przypadła Kazimierzowi Żórawskiemu i Andrzejowi Małkowskiemu, którzy w październiku i listopadzie 1910 r. wydawali dodatek do „Haseł Filareckich: ONC” pod znamionym tytułem „Harcerz”. W tym piśmie postulowaną organizację opisywano jako „drużyny harcownicze” i „harcerzy”. Szczególną jednak rolę w spolszczeniu w „harcerstwo” odegrali Eugeniusz Piasecki i Mieczysław Schreiber. Oni właśnie wydali w 1912 r. książkę pod tytułem *Harce młodzieży polskiej*<sup>19</sup>. Powiązali w niej zadania skautingu z polskimi tradycjami, wprowadzili polską terminologię, a program działalności harcerstwa nasycili elementami wy-

<sup>16</sup> M. Wolańczyk, *Macierz Sokola w 60-letnim rozwoju (1867–1927)*, Lwów 1927, s. 91.

<sup>17</sup> J. Snopko, dz. cyt., s. 211.

<sup>18</sup> Tamże. Zob. także: D. Dudek, *Ruch skautowy...*, s. 48.

<sup>19</sup> E. Piasecki, M. Schreiber, *Harce młodzieży polskiej*, Lwów 1912, Zob. także: „Ruch” 1913, nr 9, s. 120.



chowania fizycznego: ćwiczeniami i zabawami ruchowymi, wycieczkami i obozami leśnymi. Zastąpili oni określenie „skaut polski” terminem „h a r c e r z” [podkr. autora], zaś „patrol” w „zastęp”, „pluton” w „drużynę”, czy „hufiec” w „chorągiew” oraz zaproponowali używanie polskich stopni i funkcji.

Harcerstwo przyjęło wiele elementów obyczajowości i symboliki sokolskiej, jak: umundurowanie, zwrot „druh”, pozdrowienie „czołem” w „czuwaj”. Z kolei skauci ożywili ruch sokolski od wewnątrz i dostarczyli mu młodych, aktywnych członków. Janina Opieńska-Blauth, jedna z wybitnych działaczek skautingu, po latach pozytywnie oceniła mariaż tej organizacji z „Sokołem”<sup>20</sup>.

Przykładem współdziałania „zarzewiaków” i „sokołów” był zlot sokołów Okręgu Krakowskiego w dniu 19 października 1913 r. Był on poświęcony stułetniej rocznicy śmierci księcia Józefa Poniatowskiego. „Po ćwiczeniach sokolich, po ewolucjach oddziału konnego – pisał Edward Kubalski – ukazał on [zlot – Z.P.] nam już sporą ilość drużyn harcerskich. Przed trybuną na dawnym torze wyścigowym (później boisku „Wisły”) przedstawiono nam całe obozowe życie harcerskie z wciągnięciem sztandaru, ogniskiem, śpiewami, po czym zaś szereg ćwiczeń praktycznych, jak np. budowanie mostu. Harcerze zdobyli jednym rzutem przychylność i poparcie społeczeństwa”<sup>21</sup>.

W 1913 r. na terenie Galicji, Śląska Cieszyńskiego i Bukowiny istniało w ramach „Sokoła” 129 męskich drużyn skautowych skupiających około 5000 członków. Działało także kilkadziesiąt drużyn żeńskich, w których pracowało do tysiąca skautek<sup>22</sup>.

W zaborze pruskim narodziny harcerstwa miały zupełnie inny przebieg niż w zaborze austriackim; o wiele trudniejszy. Złożyło się na to kilka ważnych czynników. Jednym z nich były warunki polityczne, w których działały polskie organizacje. Nie wszystkie z nich mogły legalnie rozwijać się w zaborze pruskim. Nawet te – legalne – były narażone na prześladowania ze strony aparatu administracyjno-policyjnego. Dotyczyło to głównie ruchu sokolskiego, zorganizowanego w Związku Sokołów Polskich w Państwie Niemieckim (ZSPwPN). W 1911 r. objęła go z tej strony wzmożona fala restrykcyjna. Niemiecki aparat państwowy z władzami szkolnymi na czele robiły wszystko, by od niebezpiecznego wpływu „Sokoła” odseparować młodzież poniżej 18 lat, nakładając kary na zarządy i na kierowników oddziałów młodzieży sokolej. Stawiano wszelkie przeszkody w tworzeniu w gniazdach sokolich żeńskich sekcji czy oddziałów, mimo iż od 1908 r. ustawodawstwo pruskie zezwalało kobietom na członkostwo

<sup>20</sup> „Polskie harcerki w pierwszym dziesięcioleciu 1911–1921. Dokumenty, wspomnienia i życiorysy”, opr. J. Opieńska-Blauth, Biblioteka Ossolińskich, rękopis 15026/II, s. 16.

<sup>21</sup> E. Kubalski, *Z przeżyć i wspomnień sokolich*, Kraków 1997, s. 63.

<sup>22</sup> Za: K. Koźniewski, *I zawsze krzyż*, s. 50; J. Snopko, dz. cyt., s. 212. Zob.: *Odpowiedzi na ankietę o powstaniu harcerstwa polskiego. Skauting w Tarnopolszczyźnie*, PGS 1934, nr 7, s. 137–139.

w „Sokole”. Doszło do tego, że zarząd Związku zmuszony był myśleć nad tym, w jaki sposób zachować wpływ organizacji na dorastające pokolenie bez narażania gniazda na procesy sądowe i kary. Mimo wzmoczonych represji, ruch sokolski w zaborze pruskim i w Niemczech nie załamał się<sup>23</sup>.

Drugim ważnym czynnikiem było to, że ruch sokolski w zaborze pruskim rozwinął się w kilkanaście lat później niż w Galicji. Ponadto, obok „Sokoła”, wśród młodzieży działały tam inne tajne organizacje niepodległościowe i samokształceniowe, w dodatku bliskie ideowo i często nawiązujące do wileńskich „filaretów” i „filomatów”, jak np. Towarzystwo Tomasza Zana. Z towarzystwem tym, działającym w wielu szkołach średnich Pomorza i Wielkopolski, bliskie kontakty utrzymywali lwowscy „zarzewiacy”. Dzięki nim przedstawiciele TTZ z gimnazjów pomorskich i wielkopolskich począwszy od 1911 roku mogli uczestniczyć w kursach instruktorskich Lwowskiej Komendy Skautowej.

Tak więc istotną rolę na omawianym terenie odegrały TTZ w ściślejszym jednak powiązaniu z tamtejszym „Sokołem” i Związkowym Naczelnictwem Skautowym we Lwowie. W dniu 24 marca 1912 r. na Zjeździe Delegatów ZSPwPN podjęto uchwałę o przeniesieniu idei skautowej do szeregów sokolich<sup>24</sup>.

W dokumentacji centrali poznańskiej Sokolstwa znajdujemy też odtąd cały szereg notatek, świadczących o stałym zainteresowaniu skautingiem. W dniu 19 maja obradowano nad sprawą praktycznego zastosowania skautingu w warunkach zaborowych i rozbudzenia zamiłowania dla ćwiczeń fizycznych wśród mieszkańców – Polaków. „Postanowiono: a) zainicjować zjazd osób spoza «Sokoła», a sprzyjających wzrostowi zrozumienia dla ćwiczeń fizycznych; b) ogłosić spis podręczników do zabaw ruchowych dla młodzieży, ewentualnie wydać nowy podręcznik własnym nakładem; c) zwrócić się do Towarzystwa Dziennikarzy i Literatów z prośbą, by w prasie poświęcono więcej uwagi sprawom wychowania fizycznego; d) dowiedzieć się we Lwowie, czy nie moglibyśmy na pewien czas otrzymać instruktora skautingu”<sup>25</sup>.

W związku z tą uchwałą sprawy harcerstwa i kontakty między Sokołem a młodzieżą omawiano niejednokrotnie na posiedzeniach tajnej Obrony Narodowej, organizacji niższego stopnia Ligi Narodowej. Pod koniec sierpnia 1912 roku przybyli do siedziby „Sokoła” poznańskiego Tadeusz Strumiłło i Jerzy Grodyński ze Lwowa. Oni to przeprowadzili pierwszy kurs harcerski w siedzibie

<sup>23</sup> Szerzej o prześladowaniach polskich organizacji ze strony zaborczego aparatu administracyjnego piszą: Z. Zaleski, „Sokół” a Prusacy, „Sokół” R. XIV, nr 3, wydanie jubileuszowe z okazji 25 rocznicy pierwszego numeru „Sokoła”, Poznań 1926; T. Powidzki, *Sokół Wielkopolski w dążeniu do niepodległości. Z dziejów Związku Sokolów Polskich w Państwie Niemieckim*, Poznań 1934, s. 26 i n.

<sup>24</sup> T. Powidzki, dz. cyt., s. 39 (*Z przedwojennej prasy sokolej – Harcerstwo w ramach Sokolstwa*).

<sup>25</sup> Tamże.

ZSPwPN, a na jego zakończenie odbyła się we wrześniu pierwsza harcerska wycieczka kursantów do Babki, połączona z podchodami, grami orientacyjnymi i ogniskiem. O przebiegu kursu i o wycieczce mówiono na najbliższym posiedzeniu zarządu ZSPwPN w dniu 15 września 1912 r. Głównym referentem był wiceprezes i gorący sympatyk skautingu Ksawery Zakrzewski. Z jego inicjatywy utworzono 17 października 1912 r. pierwszą drużynę skautową przy gnieździe w Poznaniu. Następne drużyny skautowe w poznańskich gniazdach powstały na wiosnę 1913 r. za pośrednictwem TTZ i krakowskich „zarzewiaków” Zygmunta Karwackiego i Stanisława Długosza. Były to następujące drużyny: II Drużyna Skautowa „Piast” (z inicjatywy Cezarego Jindra i W. Wierzejewskiego – członków sokoła poznańskiego i uczestników kursu), III Drużyna Skautowa im. Stefana Czarnieckiego, IV Drużyna Skautowa im. Księcia Józefa Poniatowskiego. Przy pomocy już istniejących drużyn skautowych i sokołów powstały podobne drużyny w następujących miejscowościach Wielkopolski: Śrem, Kórnik, Pleszów, Gniezno, Ostrów Wielkopolski, Inowrocław, Bydgoszcz, Wałcz, Nakło. Poznań stał się głównym ośrodkiem ruchu skautowego w Wielkopolsce. Od 1912 r. działała w Poznaniu Komenda Skautowa pod kierownictwem Ksawerego Zakrzewskiego – wiceprezesa ZSPwPN<sup>26</sup>.

Na Pomorzu pierwsze drużyny skautowe powstały w 1912/1913 r. Ideę skautingu na ten teren przenieśli członkowie „Zarzewia” i Towarzystwa Tomasz Zana. To właśnie z inicjatywy członków tych organizacji powstały pierwsze drużyny skautowe na Pomorzu. Pierwszą taką drużynę w gimnazjum w Chojnicach w dniu 5 września 1911 r. utworzył Stefan Łukowicz z Dziemian (pow. Kościerzyna). W ślad za TTZ w Chojnicach poszły też inne towarzystwa młodzieży polsko-katolickiej i gniazda sokole na Pomorzu Nadwiślańskim, tworząc drużyny skautowe<sup>27</sup>. Z uwagi na represyjny stosunek władz pruskich tworzone drużyny skautowe musiały działać nielegalnie, a ich członkowie byli niejednokrotnie sądzeni i więzieni. Z niektórych akt tajnych policji pruskiej wynikało, że pierwsze drużyny skautowe na Pomorzu zakładali członkowie „Sokoła”, np. w Toruniu i Lubawie sokole na swoich zebraniach gniazd w maju 1912 r. podejmowali uchwały o zorganizowaniu młodzieży w drużyny skautowe wg zasad

<sup>26</sup> Tamże.

<sup>27</sup> Na Pomorzu już ok. 1840 r. tworzyły się tajne polskie organizacje samokształceniowe, w których uczono się języka polskiego, literatury ojczystej oraz pielęgnowano ideały narodowe. Te tajne organizacje nosiły często nazwy: „Mickiewicz”, „Zan”, „Koło Filomanów” czy „Koło Towarzystwa Tomasza Zana” (TTZ). Od 1905 r. działacz sokolski Bernard Chrzanowski organizował wycieczki wakacyjne również członków TTZ z Wielkopolski i Pomorza do Małopolski – Lwowa i Krakowa, gdzie młodzi turyści zapoznawali się z ruchem sokolskim i ruchem skautingowym; tamże.

Iwowskiego Sokoła oraz o abonowaniu pisma „Skaut”<sup>28</sup>. Mamy też informacje, że takie drużyny zorganizowały się w Starogardzie Gdańskim, Kartuzach, Wejherowie, Świeciu, Chełmnie, Grudziądzu i w Gdańsku. Były one prowadzone w oficjalnych ramach „Wandervögel” przez emisariuszy „Zarzewia”<sup>29</sup>.

Na Śląsku działały w szkołach średnich od 1886/1887 r. kółka ZMP („Zet”). Istniały one w Bytomiu, Gliwicach, Katowicach, Nysie, Opolu, Raciborzu, Rybniku i Strzelcach Opolskich. Na tym terenie od 1895 r. został zapoczątkowany ruch sokolski przez powstanie w Bytomiu Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół”. W tym też mieście znalazł siedzibę w 1901 r. VI okręg sokolski, który do 1914 r. zrzeszał gniazda sokole w Bytomiu, Katowicach, Siemianowicach, Rybniku, Roźdzeniu, Królewskiej Hucie, Mysłowicach, Gliwicach, Opolu, Radzionkowie, Raciborzu i in. Ruch ten łączył działalność gimnastyczno-sportową z pracą kulturalno-oświatową i nauką języka polskiego, literatury i historii polskiej. W związku z tym był on inwigilowany przez władze pruskie, a niektóre gniazda działały konspiracyjnie (Rybnik)<sup>30</sup>. Na obszarze Górnego Śląska działał od 1902 r. profesor Wszechnicy Jagiellońskiej Wincenty Lutosławski z Krakowa. Z jego inicjatywy również na tym terenie działania zaczęto organizować młodzież gimnazjalną w stowarzyszenia „Eleusis”. Członkowie tej organizacji, poza abstynencją od palenia papierosów i picia alkoholu, kształtowali pozytywne cechy charakteru, uczyli się historii i literatury polskiej. Jednakże i te organizacje były narażone na represje administracji pruskiej. Część z tych stowarzyszeń przetrwała, a ich członkowie w ramach towarzystw gimnastycznych „Sokół” i innych zrzeszeń polsko-katolickich podjęli inicjatywę popularyzowania idei skautingu oraz zakładali w latach 1911–1914 drużyny skautowe<sup>31</sup>.

W zaborze rosyjskim organizowanie drużyn skautowych mogło odbywać się tylko nielegalnie. Jedynie w latach 1905–1906 wystąpił krótki okres pewnej swobody politycznej, w czasie której utworzył się ruch sokoli. Pierwsze Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” powstało w Warszawie 5 grudnia 1905 r. W 1906 r. towarzystwa te zorganizowały się w większych miastach i okręgach przemysłowych, tworząc Związek Polskich Gimnastycznych Towarzystw So-

<sup>28</sup> Zentrales Staatsarchiv Merseburg (dalej: ZStM), rep. 77, sygn. 2.2.1. Nr 16776; *Sokół Lubawski 1896–1936*, Lubawa 1936, s. 18; Archiwum Państwowe w Toruniu (dalej: AP-T), zesp. Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół”, sygn. 8. Jest notatka, z której wynika, że w Toruniu drużyna skautowa powstała w roku 1914. Por. A. Bogucki, *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” na Pomorzu 1893–1939*, Bydgoszcz 1997, s. 99.

<sup>29</sup> Zob. szerzej: E. Cieślak, Cz. Biernat, *Dzieje Gdańska*, Gdańsk 1969, s. 439 i in.; K. Kubik, *Harcerstwo polskie w Wolnym Mieście Gdańsku*, „Rocznik Gdański” 1972, z. 1, Gdańsk 1973, s. 85–91; J. Gaj, *Główne nurty ideowe w ZHP*, Warszawa 1966, s. 21–58.

<sup>30</sup> Szerzej: B. Cimała, dz. cyt., s. 49–50.

<sup>31</sup> Tamże, Por.: J. Wojtyca, *Skauting polski w Galicji i na Śląsku Cieszyńskim w latach 1910–1919*, Kraków 2000.

kolskich w Królestwie Polskim (ZPGTSwKP). Jednakże już we wrześniu tego roku władze zaborcze wprowadziły zakaz jakiegokolwiek działalności, a następnie rozwiązały Związek. W tej sytuacji ruch sokolski przeszedł do konspiracji, przyjmując różne nazwy. Część młodzieży sokolskiej przeszła do powołanej 10 stycznia 1910 r. „Organizacji Wojskowej im. Waleriana Łukasińskiego” w Warszawie. Głównymi jej inicjatorami byli „zarzewiacy” lwowscy z Henrykiem Bagińskim na czele. Pierwsze „Oddziały Ćwiczebne” utworzył Kazimierz Kierzkowski w Zagłębiu Dąbrowskim, a we wrześniu tego roku zorganizowano w Warszawie Komendę Okręgową OW z Antonim Ostrowskim, Kopcińskim, Kościńskim i Moniuszko na czele. Pod jej kierunkiem „Oddziały Ćwiczebne” odbywały ćwiczenia w lasach Kabackich i Wawerskich<sup>32</sup>.

Od 15 marca 1911 r. „Oddziały Ćwiczebne” rozpoczęły swoją tajną działalność jako „Oddziały Ćwiczebne Skautowe” dla młodzieży szkół średnich i „Oddziały AP” – (Polskie Drużyny Strzeleckie). Utworzono je w większych miastach Królestwa Polskiego: w Łodzi, Zgierzu, Pabianicach, Piotrkowie, Lublinie, Siedlcach i Łomży. W listopadzie tego roku lwowska Komisja Wychowania Fizycznego Armii Polskiej (AP) zatwierdziła skład osobowy Komendy Okręgowej w Warszawie a „Oddziały Ćwiczebne Skautowe” przekształciła w „Drużyny Skautowe”, podporządkowując całość Związkowej Naczelnej Komendzie we Lwowie, do której dokooptowano zarzewiaków: Łebkowskiego, Gorczyńskiego i Pomerańskiego, a z sokołów z zaboru rosyjskiego: Czesława Jankowskiego Wincentego Lutosławskiego i Sicińskiego. Lwowiaczy zorganizowali dwa kursy instruktorskie dla 30 nauczycieli szkół średnich – członków komendy warszawskiej. We wrześniu 1912 r. oficjalnie już utworzono w Warszawie wspólną tajną komendę skautową podległą Związkowemu Naczelniectwu Skautowemu przy Związku Polskich Gimnastycznych Towarzystw Sokolich w Cesarstwie Austriackim<sup>33</sup>.

W składzie Związkowego Naczelniectwa Skautowego znalazło się wielu światłych i przedsiębiorczych instruktorów sokolich i pedagogów. Dzięki nim w ciągu kilku lat poprzedzających wybuch pierwszej wojny światowej nastąpił szybki rozwój skautingu na ziemiach polskich i na obczyźnie. Począwszy od roku 1911 ZNS zorganizowało wiele kursów skautowych, na których wykształcono dziesiątki kierowników pracy harcerskiej, wydano szereg podręczników metodycznych. W połowie 1914 r. do drużyn skautowych podległych ZNS należało około 8,3 tys. skautów i skautek<sup>34</sup>.

<sup>32</sup> Zob.: *Ważniejsze daty...*, 156–157.

<sup>33</sup> Tamże.

<sup>34</sup> Cyt. za: M. Szczerbiński, *Problemy skautingu na łamach Przewodnika Gimnastycznego „Sokol” (1912–1914)*, „Z najnowszej historii kultury fizycznej”, T. VI, „Prace Naukowe Letniej Szkoły Kultury Fizycznej”, red. L. Nowak, Gorzów Wlkp., 2004, s. 15–22.

Szybki rozwój skautingu na ziemiach polskich, obok pozytywnych następstw, miał też ujemne skutki. Spowodował duże zróżnicowanie organizacyjne i ideowe. Przyczyny tego stanu były różne. Tkwiły one przede wszystkim w samych poszczególnych polskich ugrupowaniach politycznych, które dążyły za wszelką cenę do podporządkowania sobie i swoim potrzebom organizacje młodzieżowe, eliminując z nich inaczej myślących członków czy działaczy. Jak wiemy, ruch sokolski u swego zarania bronił się przed takim zawłaszczeniem. Jednakże ta obrona zakończyła się niepowodzeniem i w kierownictwie tego ruchu znaleźli się endecy typu Romana Dmowskiego. Początkowo nie doceniali oni skautingu, z czasem zapragnęli go podporządkować. Separowali jednak skauting od pracy na polu przysposobienia wojskowego, systematycznie eliminując z władz skautowych zarzewiaków. Chcieli uczynić ze skautingu jedną jeszcze organizację wychowania fizycznego, moralnego i religijno-katolickiego. W związku z tym Komenda Naczelna Armii Polskiej powzięła myśl utworzenia podporządkowanej sobie organizacji skautowej. Faktycznie, część działaczy zarzewiackich w dniu 13 lipca 1911 r. zarejestrowała Związek „Polskie Drużyny Strzeleckie”. Podobnie organizacje piłsudczykowski zaczęły tworzyć własne Oddziały Skautowe Drużyn Strzeleckich, ale dopiero od roku 1914. Również działacze „Drużyn Bartoszewych” podjęli w tym kierunku działania, ale też w roku 1914<sup>35</sup>.

## Zakończenie

Niezależnie od różnych przyczyn zróżnicowania się ruchu skautowego, a tym samym harcerstwa (które nie wszystkie wymieniłem), największe zasługi w zapoczątkowaniu skautingu na ziemiach polskich położyli ci zarzewiacy, którzy podjęli współpracę z Towarzystwem Gimnastycznym „Sokół” we Lwowie, a następnie w Krakowie. Działali w nim ludzie, którzy docenili znaczenie skautingu w odmłodzeniu ruchu sokolskiego i umocnienia w nim koncepcji przygotowującej sokolstwo do potrzeb walki orężnej o niepodległą Polskę. Na zakończenie pragnę przytoczyć za Janem Snopko wypowiedź w tej kwestii wybitnego sokoła i skauta Ignacego Kozińskiego. „Jakikolwiek będą wypowiedziane twierdzenia o początkach skautingu – przekonywał Ignacy Koziński – to nic nie zmienia faktu, że «Sokół» dał skautowym drużynom z zapalem tworzonym przez młodzież w całym zaborze austriackim opiekę prawną wobec Rady Szkol-

---

<sup>35</sup> Zob.: B. Dudek, *Działalność Drużyn Bartoszewych na polu wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego w latach 1908–1914 na terenie Galicji*, [w:] *Działalność Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół”*, Rzeszów 1996, s. 67–78.

nej Krajowej [...], opiekę moralną wobec rodziców i władz kościelnych, opiekę ideową w postaci przystosowania systemu angielskiego do wymogów duszy polskiej i do warunków pracy w Polsce, i wreszcie opiekę materialną w postaci izb skautowych, sal do ćwiczeń, boisk, wyekwipowania, obozów letnich, kursów dla instruktorów organizacji i nade wszystko przez wydanie pierwszej pracy o skautingu Małkowskiego, przez wysłanie go na dalsze studia do Londynu oraz przez założenie i finansowanie czasopisma SKAUT (1911–1914) we Lwowie [...] Jeżeli skauting mógł powstać i rozwijać się jawnie [...] zawdzięcza to tylko i jedynie sokolstwu. Ono jest organizacją macierzystą skautingu i nikt do wielkiej wojny tego nie kwestionował”<sup>36</sup>.

Rozprzestrzenienie skautingu na wszystkie ziemie polskie i ośrodki polonijne było zasługą zarzewiackich i sokolskich działaczy galicyjskich. Dzięki nim w zlocie skautowym w Birmingham w roku 1913 mogła uczestniczyć pod polską flagą 53-osobowa grupa skautów – przyszłych harcerzy.

## Summary

### The Role of the “Sokol” Movement in Formation of Scouting in Poland

The highest merit for starting the scouting movement in Poland goes to the members of embers of the movement who entered into cooperation with the “Sokol” Gymnastics Society in Lviv, and then in Cracow. The people who started the embers appreciated the importance of the scouting movement in regenerating of the “Sokol” movement and strengthening the concept preparing the “Sokol” movement for the need of struggle for independent Poland.

The credit for spreading of the scouting movement to the entire Polish territory and to Polish centres abroad goes to the ember and “Sokol” activists from Galicia. It was due to their hard work that a group of 53 scouts – future “harcerze – Polish Scouts” could participate in the Scouting Rally in Birmingham in 1913.

**Keywords:** the “Sokol” Gymnastics Society, scouting, Poland.

---

<sup>36</sup> Cyt. za: J. Snopko, dz. cyt., s. 207. Zob. I. Koziulewski, *Wczoraj, dziś i jutro Sokolstwa*, Warszawa 1938, a także: M. Terech, *Wychowanie fizyczne w Polsce i rozwój sokolstwa*, PGS 1930, nr 3 i 4; *Leksykon harcerstwa*, praca pod red. O. Pietkiewicza, Warszawa 1988; W. Błażejewski, *Z dziejów harcerstwa polskiego (1910–1939)*, Warszawa 1985.

## Bibliografia

### A. Źródła

#### I. Źródła archiwalne

Archiwum Państwowe w Toruniu  
Centrales Staatsarchiv Merserburg

#### II. Źródła drukowane

J. Opieńska-Blauth, „Polskie harcerki w pierwszym dziesięcioleciu 1911–1921. Dokumenty, wspomnienia i życiorysy”.  
*Pamiętnik V Zlotu Sokolstwa Polskiego w Krakowie w dniach 14–6 lipca 1910*,  
Lwów 1911.  
„Zarzewie” 1909–1920. *Wspomnienia i materiały*, Warszawa 1973.

#### III. Prasa

„Przewodnik Gimnastyczny «Sokół»” 1924–1939  
„Słowo Polskie” 1909  
„Zarzewie” 1910

### B. Literatura

Bagiński H., *U podstaw organizacji wojska polskiego 1908–1914*, Warszawa 1935.  
Błażejowski W., *Z dziejów harcerstwa polskiego (1910–1939)*, Warszawa 1985.  
Bogucki A., *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” na Pomorzu 1893–1939*, Bydgoszcz 1997.  
Cieślak E., Biernat Cz., *Dzieje Gdańska*, Gdańsk 1969.  
Cimała B., *Harcerstwo na Śląsku w okresie powstań śląskich i plebiscytu (1919–1921)*, [w:] *Dzieje harcerstwa na obczyźnie w latach 1912–1992*, red. M. Szczerbiński, Gorzów Wlkp. 1992.  
Dudek D., „Kultura fizyczna w programach i działalności polskich organizacji paramilitarnych na terenie Galicji przed I wojną światową” (praca doktorska), AWF Kraków 1988.  
Dudek D., *Działalność Drużyn Bartoszewych na polu wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego w latach 1908–1914 na terenie Galicji*, [w:] *Działalność Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół”*, red. M. Mirkiewicz, Rzeszów 1996.  
Dudek D., *Józef Piłsudski wobec problemów kultury fizycznej (1910–1935)*, Kraków 2004.



- Dudek D., *Ruch skautowy na terenie Galicji przed I wojną światową*, [w:] *Dzieje harcerstwa na obczyźnie w latach 1912–1992*, red. M. Szczerbiński, Gorzów Wlkp. 1992.
- Gaj J., *Główne nurty ideowe w ZHP*, Warszawa 1966.
- Kozielewski I., *Wczoraj, dziś i jutro Sokolstwa*, Warszawa 1938.
- Kubalski E., *Z przeżyć i wspomnień sokolich*, Kraków 1997.
- Kubik K., *Harcerstwo polskie w Wolnym Mieście Gdańsku*, „Rocznik Gdański” 1972, z. 1, Gdańsk 1973.
- Leksykon harcerstwa*, red. O. Pietkiewicz, Warszawa 1988.
- Moska W., Gizowski M., *Bibliografia enumeratywna historii polskiej kultury fizycznej 1985–1999*, Gdańsk 2000.
- Pawluczuk Z., *100 lat Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Gdańsku (1894–1994)*, Gdańsk 1998.
- Pawluczuk Z., *Historiografia polskiego ruchu sokolskiego*, [w:] *120 lat Polskiego Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Krakowie*, Kraków 2005.
- Pawluczuk Z., *Zarys dziejów Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Gdańsku, na Kaszubach i Kociewiu w latach 1894–1939*, Gdańsk 1995.
- Piasecki E., Schreiber M., *Harce młodzieży polskiej*, Lwów 1912.
- Ponczek M., *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” we współczesnej historiografii*, „Studia Historyczne” 1997, nr 1.
- Powidzki T., *Sokół Wielkopolski w dążeniu do niepodległości. Z dziejów Związku Sokolów Polskich w Państwie Niemieckim*, Poznań 1934.
- Szczerbiński M., *Problemy skautingu na łamach Przewodnika Gimnastycznego „Sokół” (1912–1914)*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej*, t. VI, red. L. Nowak, Gorzów Wlkp. 2004.
- Szczerbiński M., Woltmann B., *Stan i potrzeby badań dziejów harcerstwa na obczyźnie*, [w:] *Dzieje harcerstwa na obczyźnie w latach 1912–1992*, red. M. Szczerbiński, Gorzów Wlkp. 1992.
- Szumski M., *Wspomnienia z początków skautingu we Lwowie z lat 1910–1914*, „Niepodległość” 1976, t. IX.
- Śląski Słownik Bibliograficzny*, t. I, Katowice 1979.
- Wojtycza J., *Skauting polski w Galicji i na Śląsku Cieszyńskim w latach 1910–1919*, Kraków 2000.
- Wolańczyk M., *Macierz Sokola w 60-letnim rozwoju (1867–1927)*, Lwów 1927.
- Z dziejów Towarzystw Gimnastycznych „Sokół”*, red. Z. Pawluczuk, Gdańsk 1996.
- Zaborniak S., *Harcerskie Kluby Sportowe Drugiej Rzeczypospolitej (1919–1939)*, [w:] *Z dziejów ruchu harcerskiego, Studia – Szkice – Materiały (1911–2006)*, red. E. Czop, Rzeszów 2006.
- Zarys dziejów Sokolstwa Polskiego w latach 1867–1997*, red. E. Małolepszy, Z. Pawluczuk, Częstochowa 2001.



Ireneusz Ciosek\*

## **Związki sportowe oraz komitety wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego a rozwój sportu klubowego w Kielcach w latach 1918–1939**

### **Streszczenie**

Artykuł pt. *Związki sportowe oraz komitety wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego a rozwój sportu klubowego w Kielcach w latach 1918–1939* jest próbą przedstawienia wpływu związków sportowych oraz komitetów wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego na działalność klubów sportowych na terenie Kielc w latach 1918–1939. Ukazuje również negatywne konsekwencje oddalenia władz okręgowych związków sportowych na rozwój wszystkich dyscyplin sportu, jakie były uprawiane w Kielcach w dwudziestoleciu międzywojennym.

**Słowa kluczowe:** sport, klub sportowy, związek sportowy, piłka nożna, lekkoatletyka, boks.

Niniejszy artykuł jest próbą przedstawienia uwarunkowań organizacyjnych, w tym roli związków sportowych oraz komitetów wychowania fizycznego (WF) i przysposobienia wojskowego (PW) w działalności klubów sportowych na terenie Kielc w latach 1918–1939. Zagadnienia związane z WF i sportem w Kielcach w dwudziestoleciu międzywojennym nie były dotychczas przedmiotem szczegółowych badań naukowych. Tematykę związaną z WF i sportem możemy spotkać w opracowaniach o charakterze monograficznym Józefa Grzywny, Ada-

---

\* Doktor, Instytut Nauk Politycznych, Wydział Zarządzania i Administracji, Uniwersytet Humanistyczno-Przyrodniczy im. Jana Kochanowskiego w Kielcach.

ma Massalskiego, Andrzeja Rembalskiego i Aleksandra Idzika. W pracach wymienionych autorów kultura fizyczna jest jednak potraktowana fragmentarycznie<sup>1</sup>. Dopiero w 2004 r. ukazała się praca o charakterze monograficznym dotycząca kultury fizycznej w Kielcach w dwudziestolecu międzywojennym<sup>2</sup>.

Główną podstawę źródłową niniejszego artykułu stanowiły źródła archiwalne zdeponowane w Archiwum Państwowym w Kielcach, jak również w Centralnym Archiwum Wojskowym w Warszawie. Ważnym uzupełnieniem bazy źródłowej była „Gazeta Kielecka”, na łamach której zamieszczano artykuły związane z kulturą fizyczną. Miały one w większości charakter kronikarski, ale również można spotkać artykuły publicystyczne, dotyczące problemów wychowania fizycznego i sportu<sup>3</sup>.

W okresie dwudziestolecia międzywojennego silnie rozwinął się sport klubowy. Z chwilą odzyskania niepodległości ludność zaczęła korzystać z wielu swobód, m.in. z możliwości nieskrępowanego zrzeszania się w organizacjach sportowych. Kluby sportowe powstawały przy organizacjach społecznych, przy instytucjach państwowych (wojsko, policja), przy zakładach przemysłowych, a także były podejmowane próby tworzenia ich przez samorząd terytorialny. W miejscowościach takich jak Kielce, które zaliczały się do mniejszych ośrodków, kluby sportowe liczyły przeważnie od kilkunastu do kilkudziesięciu członków (niekiedy ponad sto osób) i najczęściej rozwijały jedną, rzadziej kilka dyscyplin sportowych. Często kilkanaście i więcej procent ogólnej liczby członków klubów stanowili tzw. „członkowie wspierający”, którzy nie uprawiali czynnie sportu. Zjawiskiem powszechnym była krótka żywotność najmniejszych klubów sportowych<sup>4</sup>.

Już przed pierwszą wojną światową polski ruch sportowy, powstający i rozwijający się w trudnych warunkach ograniczeń i zakazów, a nawet represji ze strony zaborców, wypracował podstawowe formy działalności sportowej od sekcji sportowej poprzez klub do związku sportowego. W tym też okresie nastąpiło upowszechnienie podstawowych dyscyplin sportowych, wyodrębnienie się prasy

<sup>1</sup> J. Grzywna, *Oświata i kultura w powiecie kieleckim w latach 1918–1939*, Kielce 1977; A. Massalski, A. Rembalski, *Polskie Towarzystwo Krajoznawcze na Kielecczyźnie 1908–1950. Zarys dziejów*, Kielce 1983; A. Rembalski, *Kalendarium harcerstwa na Kielecczyźnie 1911–1981*, Kielce 1982; A. Idzik, *Czwarty Pułk Piechoty 1806–1966*, Londyn 1963.

<sup>2</sup> I. Ciosek, *Rola instytucji państwowych, samorządowych i organizacji społecznych w rozwoju wychowania fizycznego i sportu w Kielcach (1918–1939)*, Kielce 2004.

<sup>3</sup> Archiwum Państwowe w Kielcach (APK), Urząd Wojewódzki Kielecki I (UWK I), Starostwo Powiatowe Kieleckie (SPK), Akta miasta Kielc (AmK); Centralne Archiwum Wojskowe (CAW) w Warszawie.

<sup>4</sup> APK, AmK, sygn. 2633, k. 63, 64, 65; UWK I, sygn. 7910, k. 28; sygn. 7912, k. 38; W. Junosza, *Sport wśród snopów i sport wśród kominów*, „Stadion” 1929, nr 45, s. 4; R. Malczewski, *Trzy po trzy o sporcie*, Kraków 1938, s. 55–57.

sportowej, opracowane zostały pierwsze regulaminy, przepisy, jak również podręczniki, a nawet podstawy teoretyczne sportu. Z chwilą odzyskania niepodległości społecznym ruchem sportowym w kraju kierował Polski Komitet Igrzysk Olimpijskich (od 1919 r.) oraz Związek Polskich Związków Sportowych (od 1922 r.) koordynujący pracę branżowych związków sportowych. W rozwoju kultury fizycznej zasłużyły się także organizacje robotnicze, a zwłaszcza powołany w 1925 r. Związek Robotniczych Stowarzyszeń Sportowych oraz Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej Kobiet<sup>5</sup>.

Państwowe związki sportowe stworzyły w latach dwudziestych szereg okręgowych związków, którym podlegały podokręgi, a tym kluby sportowe określonej dyscypliny na danym terenie. Do zadań okręgowych związków należało pilnowanie przestrzegania przez poszczególne środowiska regulaminów i instrukcji dotyczących danej dyscypliny sportu, jak również organizowanie życia sportowego (rozgrywek, turniejów)<sup>6</sup>. Związki okręgowe miały za zadanie organizowanie szkoleń, tak dla zawodników, jak i sędziów, oraz prowadzenie propagandy danej dyscypliny sportowej na swoim terenie. Najmniejszą strukturą organizacyjną związków sportowych były podokręgi, które skupiały kluby sportowe. Kluby należące do określonego związku były zobligowane do jego utrzymania, jak również podporządkowywania się jego decyzjom. Władze poszczególnych związków okręgowych nie były zainteresowane powstawaniem nowych okręgów, ponieważ wiązałyby się to ze zmniejszeniem ich zasięgu oddziaływania, a tym samym uszczupliło ich wpływy finansowe. W Kielcach (stolicy województwa) przez cały okres międzywojenny nie było siedziby ani jednego związku okręgowego, co miało negatywny wpływ na rozwój sportu klubowego i poszczególnych dyscyplin sportowych w mieście. Dlatego też miejscowi działacze, przez całe dwudziestolecie międzywojenne, zabiegali o umiejscowienie lub stworzenie w Kielcach władz okręgowych dla najpopularniejszych dyscyplin sportowych, takich jak lekkoatletyka, piłka nożna czy boks<sup>7</sup>.

W tym okresie cechą charakterystyczną sportu klubowego w Kielcach, tak jak i w całym kraju, było zdominowanie go przez młodzież męską. Rozwój sportu kobiecego odbywał się znacznie wolniej. Powodów tego stanu rzeczy można się doszukiwać m.in. w fakcie dość konserwatywnych poglądów panujących wówczas na temat uprawiania sportu przez kobiety, jak również tym, że kobiety dysponowały stosunkowo mniejszym marginesem wolnego czasu dla tego ro-

<sup>5</sup> K. Hądzelek, R. Wroczyński, *Historia kultury fizycznej w Polsce*, Warszawa – Katowice 1974, s. 13, 16; G. Młodzianowski, *Genealogia społeczna i klasowe funkcje sportu w latach 1860–1928*, Warszawa 1970, s. 136, 137.

<sup>6</sup> S. Zaborniak, *Zarys początków działalności Polskiego Związku Lekkiej Atletyki (1919–1939)*, [w:] *Z dziejów kultury fizycznej w Polsce*, red. S. Zaborniak, Rzeszów 2005, s. 134–137.

<sup>7</sup> APK, AmK, sygn. 2632, k. 99; „Gazeta Kielecka” 1936, nr 45.

dzaju działalności. Ponadto mężczyźni uprawiali dyscypliny bardziej atrakcyjne, przyciągające widzów, takie jak: piłka nożna, boks, hokej, sporty motorowe itp., które skupiały większość widzów i dlatego były faworyzowane przez kluby. Mimo to w Kielcach prężnie działał Kobięcy Klub Strzelecki, który odnosił sukcesy na zawodach ogólnopolskich. W 1936 r. powstał pierwszy Kobięcy Klub Sportowy „Sprawność”, który niestety nie rozwinął szerszej działalności, ale był wydarzeniem godnym odnotowania, świadczącym o coraz większym zainteresowaniu sportem wśród ówczesnych kielczanek<sup>8</sup>.

Rozwój liczby klubów zahamowało w poważnym stopniu zarządzenie Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego z 1927 r. o *zakazie przynależności młodzieży szkolnej do klubów pozaszkolnych*. Ministerstwo, wydając to zarządzenie, kierowało się względami wychowawczymi. Odtąd młodzież szkolna mogła brać udział tylko w szkolnych i międzyszkolnych zawodach gimnastycznych i sportowych oraz organizowanych przez miejscowe komitety WF i PW świątach sportowych. Rozporządzenie to zamknęło drogę uzdolnionej sportowo młodzieży do dalszego rozwoju, która w szkolnych kołach sportowych nie mogła rozwinąć swych umiejętności. Problem ten szczególnie dotyczył takich miejscowości jak Kielce, które nie były rozwiniętym ośrodkiem przemysłowym i akademickim, co powodowało znaczny odpływ młodzieży z miasta<sup>9</sup>.

Z chwilą powołania w 1927 r. Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przynależności Wojskowej (PUWFiPW) zostały określone relacje między PUWFiPW (określonym jako organ urzędowy do opieki nad kulturą fizyczną) a Związkiem Polskich Związków Sportowych (ZPZS). W myśl powyższych ustaleń do kompetencji PUWFiPW należało m.in. kierownictwo i nadzór nad wszelkiego rodzaju pracami związanymi z WF i sportem. Głównym zadaniem Urzędu miało być upowszechnienie WF w społeczeństwie oraz przygotowanie młodzieży do służby wojskowej. Jeżeli chodzi o sport klubowy, to leżał on w zainteresowaniu Urzędu o tyle, o ile służył powyższemu celowi i tylko wtedy mógł liczyć na pomoc materialną z jego strony. Oznaczało to w praktyce kontrolę PUWFiPW nad klubami sportowymi, przy jednoczesnym zdystansowaniu się od udzielania im systematycznej pomocy materialnej<sup>10</sup>.

Powyższe poglądy były wyrazem tendencji ogólnokrajowych, lansowanych m.in. przez PUWFiPW, który nie tylko szukał sposobów podniesienia poziomu sportu, lecz także dążył do podporządkowania sobie ruchu klubowego w sensie

<sup>8</sup> APK, SPK, sygn. 2247, Sprawozdanie z działalności Związku Strzeleckiego, Związku Rezerwistów i Hufców Szkolnych na terenie powiatu kieleckiego 1933–1935, z dnia 12 marca 1935 r. (niepaginowane); „Gazeta Kielecka” 1936, nr 71.

<sup>9</sup> APK, UWK I, sygn. 7865, k. 97, 98; Z. Grot, J. Gaj, *Zarys dziejów kultury fizycznej w Wielkopolsce*, Warszawa – Poznań 1973, s. 251.

<sup>10</sup> APK, UWK I, sygn. 7845, k. 99.

organizacyjnym. Już w 1928 r. dyrektor PUWFiPW, pułkownik Juliusz Urlych, wyraził pogląd, że rozgrywki sportowe nie są celem samym w sobie, lecz powinny być podsumowaniem pracy klubów sportowych w dziedzinie WF. Dlatego też powinno się dążyć do łączenia małych klubów, a nie tworzenia nowych, które nie posiadały odpowiednich środków i warunków do prowadzenia działalności. W 1936 r. podobną opinię na temat sportu klubowego sformułował kolejny dyrektor PUWFiPW generał brygady J. Olszyna-Wilczyński, jednak kwestia ta została w sferze teorii do 1939 r.<sup>11</sup>

Z chwilą przejścia przez PUWFiPW kierownictwa nad akcją WF i ruchem sportowym podejmował on także działania mające na celu wyeliminowanie z ruchu sportowego wszelkiego rodzaju patologii, jak korupcja czy chuligaństwo, które coraz częściej towarzyszyły rozgrywkom sportowym. Według Urzędu sport miał kształtować szlachetne cechy charakteru i dlatego powinien być amatorski, oparty na bezinteresownej pracy działaczy społecznych. W 1929 r. PUWFiPW, oceniając obowiązujący do tej pory system nagradzania zwycięzców zawodów sportowych, stwierdził, że był on niezgodny z międzynarodowymi przepisami o sporcie amatorskim, zbyt kosztowny, rozrzutny, a nawet demoralizujący. Zdaniem Urzędu, co roku samorządy, związki, kluby i osoby prywatne wydawały w Polsce na nagrody setki tysięcy złotych, nie zwracając uwagi na inne potrzeby związane z uprawianiem sportu<sup>12</sup>.

PUWFiPW ustalił, w formie wytycznych, dla wszystkich organizacji i stowarzyszeń sportowych zasady mające obowiązywać przy przyznawaniu nagród. W pierwszej kolejności urząd zalecał zdecydowane obniżenie wartości przyznawanych nagród, różnicując je w zależności od rangi zawodów. Nie wolno było przeznaczać pieniędzy, biżuterii i innych kosztowności na nagrody, które winny być przechodnie i mieć charakter symboliczny. Urząd zaliczył jednocześnie do odpowiednich nagród: dyplomy, żetony, nagrody honorowe indywidualne i zespołowe. Określił jednocześnie ich wartość, i tak np. wartość dyplomu i żetonu nie mogła przekraczać 25 złotych, wartość nagrody honorowej indywidualnej 150 złotych, a nagrody honorowej zespołowej 400 złotych. Wyjątek stanowiły jedynie zawody ogólnokrajowe lub międzynarodowe, gdzie cena nagród była wyższa, ale zgodnie z przepisami międzynarodowymi. Wskazano również, że nagrody honorowe indywidualne i zespołowe mogą być przyznawane tylko na zawodach międzynarodowych, mistrzostwach kraju lub Wojska Polskiego. Ponadto powinny mieć one charakter nagród przechodnich. Na pozostałych zawodach nagrodami podstawowymi były żetony i dyplomy<sup>13</sup>.

<sup>11</sup> J. Olszyna-Wilczyński, *Wywiad*, „Wychowanie Fizyczne” 1936, nr 1–2, s. 3.

<sup>12</sup> APK, UWK I, sygn. 7847, k. 75.

<sup>13</sup> Tamże, k. 76, 77.

Kolejnym zjawiskiem, które rzutowało na rozwój sportu klubowego, były ekscesy chuligańskie, do których dochodziło przy okazji rozgrywanych zawodów piłkarskich czy bokserskich. Wypaczały one ideę sportowej rywalizacji i stanowiły zagrożenie dla porządku publicznego. W związku z nasilającymi się aktami chuligańskimi na meczach piłki nożnej w 1933 r. na terenie Kieleckiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej (KOZPN) władze okręgowe zwróciły się do Naczelnika Wydziału Bezpieczeństwa Publicznego Urzędu Wojewódzkiego w Kielcach o zapewnienie bezpieczeństwa na meczach piłkarskich. Szczególnie między drużynami polskimi i żydowskimi dochodziło do częstych scysji. Pewne wyobrażenie o panującej atmosferze na niektórych stadionach piłkarskich mogą dostarczyć wydarzenia, jakie miały miejsce w lipcu 1933 r. podczas meczu rozgrywanego w Ostrowcu między tamtejszym klubem „Rezerwa Unia” i „Makabi” Kielce. W 59 minucie wspomnianego meczu sędzia, „osłaniając się rewolwerem”, musiał uchodzić z boiska przed kibicami uzbrojonymi w noże, przy biernej postawie obecnej na stadionie policji. Prośby władz piłkarskich kierowane były niemal do wszystkich instytucji odpowiedzialnych za bezpieczeństwo i porządek publiczny. Jednak nie odnosiły one skutku, ponieważ policja tłumaczyła się brakami kadrowymi, a do zapewnienia porządku na stadionach niezbędne były, jej zdaniem, znaczne siły policyjne. Na powyższą opinię miały wpływ częste bójki, do jakich dochodziło podczas rozgrywanych meczów piłkarskich. Źle to świadczyło o poziomie ówczesnych kibiców piłkarskich, którzy prawdopodobnie skutecznie odstraszałał spokojniejszą widownię, ale również niekorzystnie, w świetle powyższych faktów, jawią się ówczesne służby odpowiedzialne za bezpieczeństwo i porządek publiczny<sup>14</sup>.

W 1936 r. Okręgowy Urząd WFiPW w Przemyślu, starając się przynajmniej w stopniu podstawowym zapewnić porządek i dyscyplinę na stadionach podczas zawodów sportowych, polecił wszystkim organizatorom powoływać na czas ich trwania straż porządkową. Do jej obowiązków należało: zapewnienie porządku na trybunach i przy kasach, pilnowanie czystości, odgrodenie publiczności od miejsca rozgrywania zawodów. Ponadto Okręgowy Urząd WFiPW zobowiązywał wszystkie okręgi, podokręgi i kluby sportowe, które zarządzały obiektami sportowymi, aby doprowadziły je do porządku, a szczególnie szatnie, umywalnie i inne urządzenia zgodnie z wymogami higieny. Zalecał również zadbanie o estetyczny wygląd obiektów poprzez wykonanie odpowiednich dekoracji. Okręgowy Urząd WFiPW w Przemyślu uzależniał przyznawanie w przyszłości subwencji od wykonania przez wymienione środowiska sportowe powyższych zaleceń<sup>15</sup>.

<sup>14</sup> APK, UWK I, sygn. 2921, k. 1, 3, 4, 5, 6.

<sup>15</sup> Tamże, sygn. 7843, k. 128.



Tak jak już wspomniano, w Kielcach przez cały okres międzywojenny nie było siedziby władz okręgowych ani jednej dyscypliny sportowej, co miało wpływ na rozwój ruchu klubowego w mieście. Najbardziej charakterystycznym przykładem negatywnych konsekwencji wypływających z tego stanu rzeczy był rozwój piłki nożnej na terenie miasta. Wraz ze wzrostem popularności futbolu rosła liczba drużyn i zawodników. Mecze piłkarskie przyciągały najliczniejszą widownię, która za możliwość oglądania meczów piłkarskich była gotowa kupować bilety. W dużym stopniu o atrakcyjności rozgrywek piłkarskich, jak również o ich sprawnym przebiegu decydowały związki okręgowe piłki nożnej. Dlatego też w 1928 r. na terenie województwa kieleckiego powstał KOZPN z siedzibą w Sosnowcu. Miał on za zadanie koordynowanie działalności klubów piłkarskich na terenie województwa pod względem organizacji rozgrywek, wyszkolenia, jak również zgodności ich poczynąń z obowiązującymi regulaminami i instrukcjami Polskiego Związku Piłki Nożnej (PZPN). Należy zaznaczyć, że lokalizacja siedziby KOZPN w Sosnowcu wynikała z tego, że Kielce nie należały do największych miast województwa<sup>16</sup>.

Kolejna zmiana organizacyjna nastąpiła w 1929 r., kiedy to Zarząd KOZPN, tym razem z siedzibą w Częstochowie, wystąpił do starosty częstochowskiego o zarejestrowanie powyższego związku, przedkładając jednocześnie jego statut. W myśl statutu, KOZPN z siedzibą w Częstochowie obejmował obszar województwa kieleckiego i był bezpośrednim członkiem PZPN, a w związku z tym posiadał prawa i obowiązki określone statutem PZPN oraz osobowość prawną. Działalność KOZPN miała na celu rozwój i podnoszenie poziomu piłki nożnej w swoim okręgu. Zamierzał to osiągnąć poprzez czuwanie nad zachowaniem prawidłowych relacji sportowych pomiędzy drużynami i zawodnikami, organizowanie zawodów o mistrzostwo okręgowe i pucharowe, utrzymywanie kontaktów sportowych z innymi okręgami, nadzór regulaminowy nad zawodami z udziałem drużyn należących do okręgu. Ponadto celem statutowym miało służyć współdziałanie z władzami w upowszechnianiu i popularyzowaniu piłki nożnej, subsydiowanie klubów oraz prowadzenie rejestru zawodników. KOZPN zastrzegł sobie również stosowanie wszelkich innych środków zgodnych ze statutem PZPN, niezbędnych do osiągnięcia powyższych celów. Mogły do niego należeć wszystkie kluby piłki nożnej oraz sekcje piłkarskie, które zadeklarowały przestrzeganie statutu i zarządzeń PZPN i KOZPN<sup>17</sup>.

Choć przynależność do PZPN była dobrowolna, to jednak jego władze monitorowały PUWFIPW o spowodowanie, aby drużyny piłkarskie, do tej pory niezrzeszone, wstępowały do niego pod groźbą ich rozwiązania. Wspomniana sytu-

<sup>16</sup> Tamże, sygn. 7871, k. 380.

<sup>17</sup> Tamże, sygn. 3195, k. 74, 76, 78, 82, 83, 95, 96, 102, 401.

acja miała miejsce w 1930 r., kiedy to KOZPN zwrócił się z prośbą o pomoc w celu zmuszenia szeregu klubów piłkarskich z wschodniej części województwa kieleckiego do wstąpienia do związku. PUWFiPW w odpowiedzi na powyższe prośby zwrócił PZPN uwagę, że nie może rozwiązywać klubów sportowych tylko dlatego, że nie chcą przystąpić do związku, sugerując jednocześnie władzom PZPN, aby raczej zachęcały, niż zmuszały wspomniane drużyny do wstępowania w jego struktury. Na tym przykładzie widać determinację władz PZPN i KOZPN do skupienia w swoich strukturach wszystkich klubów i sekcji piłkarskich na terenie województwa poprzez stosowanie nawet radykalnych środków. Mimo że PUWFiPW dążył do konsolidacji ruchu sportowego, to jednak w tym przypadku wykazał umiar i zdrowy rozsądek<sup>18</sup>.

W pierwszych latach funkcjonowania KOZPN w Częstochowie niejednokrotnie dochodziło do konfliktów między reprezentantami poszczególnych środowisk w KOZPN. Powodem nieporozumień były najczęściej sprawy związane z rozgrywkami mistrzowskimi, przydzielaniem subsydiów i organizacją szkoleń. Powyższa sytuacja była powodem niewypełniania przez KOZPN swoich zadań statutowych. W 1935 r. władze KOZPN podjęły radykalne decyzje celem uzdrowienia zaistniałej sytuacji. Rozwiązały wydział gier i dyscyplin KOZPN, wydział gier i dyscyplin podokręgu Zagłębia Dąbrowskiego oraz w całości podokręgi w Częstochowie i Kielcach. Tymczasowe kierownictwo podokręgu kieleckiego zostało powierzone pięcioosobowej kolegialnej komisji, której przewodził Władysław Michalski. Miała ona sprawować władzę do czasu zwołania walnego zgromadzenia. Decyzje podjęte przez KOZPN były przychylnie przyjęte przez opinię publiczną i zostały nazwane „sanacją” piłkarstwa na terenie Kielc<sup>19</sup>.

Mimo podejmowanych prób sytuacja panująca w KOZPN nie uległa poprawie, ponieważ górę brały partykularne interesy poszczególnych środowisk. Stało się to powodem rozwiązania w 1936 r. KOZPN w Częstochowie przez PZPN i utworzenia z podokręgu zagłębiowskiego i częstochowskiego jednego Zagłębiowskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej w Sosnowcu. Równocześnie kielecki podokręg piłki nożnej przydzielono do Krakowskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej (KrOZPN). Rok wcześniej radomski podokręg przydzielono do Warszawskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej (WOZPN). W ten sposób rozwój piłkarstwa na terenie województwa kieleckiego podporządkowano aż trzem ośrodkom: w Sosnowcu, Warszawie i Krakowie. Rodziło to różnego rodzaju komplikacje, np. mistrz kieleckiego podokręgu drużyna Wojskowego Klubu Sportowego Kielce musiała pokonywać kilkaset kilometrów, aby rozegrać mecz o mistrzostwo klasy „A”. Zaistniała sytuacja zmusiła kieleckich dzia-

<sup>18</sup> Tamże, sygn. 7880, k. 302, 303.

<sup>19</sup> „Gazeta Kielecka” 1935, nr 297.

łączy do podjęcia starań o utworzenie Centralnego Okręgowego Związku Piłki Nożnej (COZPN) składającego się z dwóch dotychczasowych podokręgów, kieleckiego i radomskiego. Inicjatywa wyszła ze środowiska kieleckiego, które doprowadziło do dyskusji nad projektem na obradach PZPN. Od zgody podokręgu radomskiego na powyższy projekt oraz głosów poszczególnych związków okręgowych w kraju zależało utworzenie COZPN. W celu przeprowadzenia pertraktacji z działaczami radomskimi i pozyskania przychylności innych środowisk wydelegowano Mieczysława Neusteina, który był przewodniczącym komisji rewizyjnej kieleckiego podokręgu, a zarazem delegatem na walne zgromadzenie PZPN. Wniosek o utworzenie COZPN został postawiony na walnym zebraniu PZPN w 1937 r., ale przepadł w głosowaniu – „za” głosowało 141 delegatów, a 178 „przeciw”. Powyższy wniosek zgłoszono ponownie na walnym zebraniu PZPN w 1938 r., ale również został odrzucony w głosowaniu<sup>20</sup>.

W styczniu 1938 r. walne zgromadzenie kieleckiego podokręgu KrOZPN dokonało wyboru władz. W skład zarządu kieleckiego podokręgu weszli: Tadeusz Piwoński – prezes, Mieczysław Pałasz – I wiceprezes, Stanisław Bucki – II wiceprezes, Antoni Łapiński – sekretarz, starszy sierżant Józef Herman – skarbnik, Zygmunt Czachorowski – kapitan sportowy, kapitan Julian Buchcik – członek zarządu. Zarząd kieleckiego podokręgu KrOZPN do najważniejszych swoich zadań zaliczył dotarcie do niezrzeszonych klubów piłkarskich działających na terenie podokręgu i włączenie ich do związku. Drugą ważną sprawą było ustalenie granic działalności podokręgu kieleckiego i zatwierdzenie ich przez PZPN<sup>21</sup>.

W 1938 r. na terenie kieleckiego podokręgu piłkę nożną uprawiało 300 zawodników. W celu uporządkowania spraw związanych z działalnością poszczególnych klubów władze podokręgu oceniły ich działalność i wykluczyły ze związku te drużyny, które nie przejawiały żadnej aktywności sportowej. W 1938 r. wykluczone zostały z listy członków PZPN drużyny piłkarskie Żydowskiego Towarzystwa Gimnastyczno-Sportowego „Makabi” i Żydowskiego Robotniczego Klubu Sportowego „Hapoel” w Kielcach. Jednocześnie przyjęto w poczet członków PZPN drużynę piłkarską Klubu Sportowego „Absolwent” w Kielcach. We wspomnianym okresie do kieleckiego podokręgu KOZPN należało: 6 zespołów klasy A, w tym dwie drużyny z Kielc, zespół Wojskowego Klubu Sportowego oraz drużyna Sekcji Sportowej Związku Strzeleckiego „Granat”; do klasy B należały 3 zespoły, w tym dwie drużyny z Kielc, Klubu Sportowego „Ludwików” oraz Klubu Sportowego „Absolwent”. Do głównych problemów, z jakimi musiały się borykać na co dzień kluby piłkarskie, można było zaliczyć niewy-

<sup>20</sup> APK, UWK I, sygn. 7847, k. 345; sygn. 7895, k. 146, 193, 194, 195; sygn. 7899, k. 16 „Gazeta Kielecka” 1937, nr 123; 1938, nr 4.

<sup>21</sup> APK, UWK I, sygn. 7895, k. 185, 186.

starczające fundusze, nieliczną kadre trenerską i brak boisk piłkarskich. Problemem był również coraz mniejszy napływ młodzieży do drużyn futbolowych. Do mankamentów należała również brutalna gra i niecenzuralne wyrażenia na stadionach piłkarskich, które zdaniem działaczy skutecznie odstraszały widzów i ewentualnych kandydatów na piłkarzy<sup>22</sup>.

Pod koniec 1938 r. rachunek przychodów i rozchodów kieleckiego podokręgu wynosił 2629,90 złotych, w tym koszty administracji pochłonęły sumę 730,03 złote. Członkowie byli mu winni z tytułu niezapłaconych składek 583,90 złotych. Do dłużników należeli wówczas: Robotnicze Stowarzyszenie Wychowania Fizycznego „Gwiazda” z zaległą sumą 60 złotych, Żydowski Robotniczy Klub Sportowy „Hapoel” z 64 złotymi do zapłacenia, Żydowski Klub Sportowy „Makabi” z 75 złotymi długu i Klub Sportowy „Granat” z sumą 5 złotych zaległych płatności<sup>23</sup>.

Najważniejszą komisją PZPN był wydział gier i dyscyplin sportowych oraz jego terenowe oddziały przy związkach okręgowych i podokręgach. Odpowiadały one praktycznie w całości za pracę sportową. W kieleckim podokręgu KrOZPN w 1938 r. na czele wspomnianej komisji stał Mieczysław Pałasz, a po jego wyjeździe z Kielc Władysław Michalski. Do zadań komisji należała m. in. weryfikacja piłkarzy uczestniczących w rozgrywkach o mistrzostwo podokręgu kieleckiego. W klasie „A” komisja zweryfikowała pozytywnie 30 zawodników, w klasie „B” 49 zawodników, a w klasie „C” ani jednego, juniorów 17, w sumie 96 zawodników. W omawianym okresie podokręg kielecki nałożył na kluby w nim zrzeszone 12 kar pieniężnych, na sumę 62 złotych. Komisja ukarała 12 zawodników, w tym dyskwalifikacją: 1-tygodniową 1 zawodnika, 2-tygodniową 1 zawodnika, 4-tygodniową 1 zawodnika, 6-tygodniową 2 zawodników i 2-miesięczną dyskwalifikacją 1 zawodnika oraz 2 zawodników upomnieniem, a czterech zawodników nagana<sup>24</sup>.

W lutym 1939 r. przewodniczący Wojewódzkiego Komitetu WFIPW w Kielcach, wojewoda Władysław Dziadosz skierował do PUWFIPW pismo, w którym prosił Urząd o poparcie wniosku mającego na celu utworzenie COZPN z siedzibą w Radomiu. Powyższą prośbę wojewoda kielecki argumentował tym, że wszystkie ówczesne władze poszczególnych dyscyplin sportu znajdowały się poza terenem województwa kieleckiego. I tak okręgowe władze znajdowały się m.in.: dla piłki nożnej, lekkoatletyki i narciarstwa w Krakowie, dla strzelectwa w Przemyślu, dla boks w Lublinie (od 1938 r. również w Krakowie), dla tenisa w Łodzi. Ten stan rzeczy, zdaniem wojewody kieleckiego, stwarzał poważne trudności organizacyjne w planowaniu i wspieraniu działalności sportowej na te-

<sup>22</sup> Tamże, k. 187; AmK, sygn. 2635, k. 4.

<sup>23</sup> APK, UWK I, sygn. 7895, k. 188, 189.

<sup>24</sup> Tamże, k. 190, 191, 192.

renie województwa i Kielc, ponieważ instytucje powołane w tym celu, jak Wojewódzki Komitet WF i PW nie miały należytego kontaktu z władzami okręgowymi poszczególnych dyscyplin sportu<sup>25</sup>.

Władze województwa kieleckiego w 1939 r. podjęły na forum instytucji centralnych (PUWFiPW) szeroką kampanię mającą na celu dokonanie reorganizacji strukturalnej władz poszczególnych dyscyplin sportowych, tak aby w obrębie województwa kieleckiego znalazły się siedziby władz okręgowych najważniejszych dyscyplin. Stworzenie COZPN miało być pierwszym krokiem na tej drodze. W tym celu pozyskano przychylność działaczy radomskich, bez akceptacji których realizacja powyższego przedsięwzięcia nie była możliwa (niemała w tym była zasługa wojewody, który zobowiązał starostę radomskiego do poparcia tej idei)<sup>26</sup>. Zdaniem Wojewódzkiego Komitetu WF i PW w Kielcach za utworzeniem COZPN w Radomiu przemawiało m.in.: korzystne położenie geograficzne, poparcie Okręgowego Urzędu WF i PW w Przemyśle i wszystkich zainteresowanych środowisk piłkarskich na terenie województwa; spełnienie wymaganych statutem PZPN liczby 18 organizacji deklarujących chęć przystąpienia do planowanego COZPN; dostateczna liczba działaczy sportowych i kadry sędziowskiej oraz olbrzymi entuzjazm lokalnych środowisk, którego nie wolno było zmarnować<sup>27</sup>.

Mimo poparcia PUWFiPW niechętnie powstawaniu nowych okręgów były władze PZPN, które uważały, że osłabi to materialnie i organizacyjnie już istniejące okręgi. Zdecydowanie protestowały władze Warszawskiego i Krakowskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej. Nielojalna postawa radomskich działaczy, którzy w ostatniej chwili wycofali się z wcześniejszych ustaleń, ostatecznie poгрzebała ideę powstania COZPN<sup>28</sup>.

Powyższy przykład problemów kieleckiego piłkarstwa wynikający z oddalenia władz okręgowych był charakterystyczny dla wszystkich gałęzi sportu, jakie były uprawiane w Kielcach. Z jednej strony miejscowe kluby sportowe borykały się z trudnościami wynikającymi z konieczności pokonywania dużych odległości celem rozgrywania spotkań, np. o mistrzostwo okręgu (tak jak podany powyżej przykład drużyny WKS, która musiała jeździć na spotkania z drużynami np. Podkarpackiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej, co wiązało się ze zmęczeniem zawodników i ponoszeniem przez klub niemałych kosztów podróży). Z drugiej strony miejscowi działacze nie mieli wpływu na kalendarze imprez sportowych rozgrywanych na terenie danego okręgu, jak również na plan szkoleń i politykę finansową władz okręgów. Poważnym utrudnieniem w pracy kieleckich

<sup>25</sup> APK, UWK I, sygn. 7847, k. 349, 350.

<sup>26</sup> Tamże, k. 354.

<sup>27</sup> Tamże, k. 347.

<sup>28</sup> Tamże, k. 346.

klubów był również brak koordynacji poczynań Wojewódzkiego i Miejskiego Komitetu WFiPW w Kielcach z władzami okręgowymi poszczególnych dyscyplin sportu. Powodowało to, że kluby kieleckie podlegały dwóm ośrodkom decyzyjnym, co powodowało często nakładanie się różnych przedsięwzięć m.in. terminarzy rozgrywek, planów szkoleniowych itp.<sup>29</sup> W 1938 r. zdecydowana większość dyscyplin sportowych, które były uprawiane na terenie ówczesnego województwa kieleckiego, swoje władze okręgowe miała w Krakowie, tak było z piłką nożną, lekkoatletyką, kolarstwem i boksem<sup>30</sup>.

## Summary

### **Sports Associations, Physical Education Committees and Military Education Committees and the Development of Club Sport in Kielce between 1918–1939**

The article called *Sports associations, Physical Education Committees, Military Education Committees and the development of club sport in Kielce between 1919–1939* is an attempt to present the influence of sports associations and Physical Education Committees and Military Education Committees on the activity of sports clubs in Kielce in the years 1918–1939. It also depicts how the withdrawal of authorities of local, sports associations affected negatively the development of all sports disciplines trained in Kielce in the period of time between the wars.

**Keywords:** sport, sports club, sports association, football, athletics, boxing.

## Bibliografia

### A. Źródła

#### I. Źródła archiwalne

Centralne Archiwum Wojskowe w Warszawie:

Zespół Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przystosowania Wojskowego

---

<sup>29</sup> Centralne Archiwum Wojskowe, Warszawa – Rembertów, Zespół Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przystosowania Wojskowego, Pismo PUWFiPW do Polskiego Związku Lekkoatletycznego, dotyczące reorganizacji związków i okręgów sportowych z dnia 10 czerwca 1937 r. (niepaginowane); APK, AmK, sygn. 2632, k. 99; „Gazeta Kielecka” 1935, nr 75; 1936, nr 45, 65; 1938, nr 16.

<sup>30</sup> „Gazeta Kielecka” 1938, nr 63.

Archiwum Państwowe w Kielcach, zespoły:

Urząd Wojewódzki Kielecki I (1919–1939), sygn. 2921, 3195, 7843, 7845, 7847, 7865, 7871, 7880, 7895, 7899, 7910, 7912

Starostwo Powiatowe Kieleckie, sygn. 2247

Akta miasta Kielc, sygn. 2632, 2633, 2635

## II. Prasa

„Gazeta Kielecka” 1935, 1936, 1937, 1938

„Wychowanie Fizyczne” 1936

„Stadion” 1929

## B. Literatura

Ciosek I., *Rola instytucji państwowych, samorządowych i organizacji społecznych w rozwoju wychowania fizycznego i sportu w Kielcach (1918–1939)*, Kielce 2004.

Grot Z., Gaj J., *Zarys dziejów kultury fizycznej w Wielkopolsce*, Warszawa – Poznań 1973.

Grzywna J., *Oświata i kultura w powiecie kieleckim w latach 1918–1939*, Kielce 1977.

Hądzelek K., Wroczyński R., *Historia kultury fizycznej w Polsce*, Warszawa – Katowice 1974.

Idzik I., *Czwarty Pułk Piechoty 1806–1966*, Londyn 1963.

Junosza W., *Sport wśród snopów i sport wśród kominów*, „Stadion” 1929, nr 45.

Malczewski R., *Trzy po trzy o sporcie*, Kraków 1938.

Massalski A., Rembalski A., *Polskie Towarzystwo Krajoznawcze na Kielecczyźnie 1908–1950. Zarys dziejów*, Kielce 1983.

Młodzianowski G., *Genealogia społeczna i klasowe funkcje sportu w latach 1860–1928*, Warszawa 1970.

Olszyna-Wilczyński J., wywiad, „Wychowanie Fizyczne” 1936.

Rembalski A., *Kalendarium harcerstwa na Kielecczyźnie 1911–1981*, Kielce 1982.

Zaborniak S., *Zarys początków działalności Polskiego Związku Lekkiej Atletyki (1919–1939)*, [w:] *Z dziejów kultury fizycznej w Polsce*, red. S. Zaborniak, Rzeszów 2005, s. 134–137.





Teresa Drozdek-Małołepsza\*

## Narciarstwo kobiet w Polsce w latach 1919–1939

### Streszczenie

W okresie międzywojennym nastąpił rozwój narciarstwa kobiet w Polsce. Sekcje kobiece prowadzono w klubach sportowych oraz towarzystwach społecznych, m.in. w Towarzystwie Gimnastycznym (TG) „Sokół” i Związku Strzeleckim. Kobiety uczestniczyły w kursach instruktorskich oraz współzawodnictwie sportowym. Do najlepszych narciarek okresu międzywojennego w Polsce należy zaliczyć: J. Loteckową, H. Marusarzównę, E. Michalewską-Ziętkiewicz, B. Staszal-Polankową, Z. Stopkównę. Nastąpiła ewolucja w stroju sportowym, jak również wzrosła popularność tej dziedziny sportu wśród kobiet.

**Słowa kluczowe:** kobiety, sport, narciarstwo, Polska, okres międzywojenny.

Celem pracy jest przedstawienie sportu narciarskiego kobiet w Polsce w latach 1919–1939. Polski Związek Narciarski (PZN) został założony w Zakopanem 28 grudnia 1919 r. Według stanu na 1932 r. w skład PZN wchodziły następujące okręgi: Grodzieński Okręgowy Związek Narciarski (OZN), Krakowsko-Śląski OZN, Krynicki OZN, Lwowski OZN, Podhalański OZN, Warszawski OZN, Wileński OZN<sup>1</sup>. W 1928 r. powołano Komisję Sportową Kobiet przy

---

\* Dr, adiunkt w Instytucie Kultury Fizycznej, Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie.

<sup>1</sup> Archiwum Państwowe w Katowicach (APK), Starostwo Powiatowe w Zawierciu 1927–1939 (SPZ), sygn. 756, Pismo Ministerstwa Spraw Wojskowych Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przystosowania Wojskowego z 11.10.1932 r., s. 135; Zob. S. Zaborniak, *Szkice z ewolucji kobiecego sportu na przestrzeni wieków*, [w:] *Wizerunek kobiety na przestrzeni wieków*, red. A. Pierścińska-Maruszewska, B. Bakalarz-Kowalska, T. Grudniewski, Ostrowiec Świętokrzyski 2009, s. 199–226.

PZN<sup>2</sup>. W poszczególnych ośrodkach narciarstwa komisja wyznaczyła referentki narciarstwa kobiecego, m.in. w Krakowie – dr Irenę Popielównę, we Lwowie – dr Janinę Dybowską, w Zakopanem – Hanne Schielową. W 1936 r. w PZN było zarejestrowanych 119 zawodniczek, natomiast w 1939 r. – 127<sup>3</sup>.

Narciarstwo uprawiały członkinie Związku Towarzystw Gimnastycznych (ZTG) „Sokół” w Polsce. W 1936 r. istniało 212 sekcji (oddziałów) narciarstwa kobiet, w 1937 r. – 228<sup>4</sup>.

Kobiety uczestniczyły w kursach narciarskich. Karpackie Towarzystwo Narciarzy we Lwowie planowało w okresie 28–31 grudnia 1924 r. przeprowadzenie kursu narciarskiego dla początkujących i dla kobiet w Sławsku<sup>5</sup>. W dniach od 23 grudnia 1927 r. do 5 stycznia 1928 r. odbył się w Zakopanem kurs narciarski dla nauczycielek, w którym uczestniczyło 30 osób<sup>6</sup>. W sezonie zimowym 1928/1929, z inicjatywy Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przystosowania Wojskowego (PUWFiPW) zorganizowano kursy narciarskie dla kobiet: w Zakopanem odbył się kurs dla studentek Państwowego Instytutu Wychowania Fizycznego (PIWF) w Warszawie (dla 50 osób); w Węgierskiej Górcie odbył się kurs dla studentek Studium Wychowania Fizycznego (SWF) przy Uniwersytecie Poznańskim (dla 35 osób)<sup>7</sup>. Ponadto, PUWFiPW wspólnie z Ministerstwem Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego (MWRiOP) planował kursy narciarskie dla nauczycielek wychowania fizycznego.

Państwowy Urząd WFiPW wspólnie z Okręgowymi Urzędami WFiPW przy Dowództwach Okręgów Korpusów (DOK) oraz MWRiOP w okresie zimowym 1931/1932 przeprowadził szereg kursów narciarskich dla nauczycielek szkół powszechnych oraz instruktorek wychowania fizycznego i przystosowania wojskowego<sup>8</sup>. Kursy narciarskie dla nauczycielek szkół powszechnych prowadzono w latach następnych<sup>9</sup>. W dniach od 1 do 11 marca 1935 r. Robotniczy Instytut Kultury i Oświaty im. S. Żeromskiego planował zorganizowanie kursu narciarskiego dla robotnic w Worochcie<sup>10</sup>.

<sup>2</sup> „Start” 1928 nr 21, s. 9; M. Rotkiewicz, *Rozwój sportu kobiet w Polsce okresu międzywojennego*, „Sport Wyczynowy” 1979, nr 3–4, s. 17.

<sup>3</sup> Rocznik Sportowy na rok 1937/1938, Warszawa [b.r.w.], s. 9; *Narciarstwo. Zarys encyklopedyczny*, red. G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, Warszawa 1957, s. 73.

<sup>4</sup> T. Drozdek-Małolepsza, *Udział kobiet Związku Towarzystw Gimnastycznych „Sokół” w zawodach sportowych w Polsce w latach 1919–1939*, [w:] *140 lat Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Polsce*, red. A. Łopata, Kraków 2007, s. 75.

<sup>5</sup> „Przegląd Sportowy” 1924, nr 50, s. 11.

<sup>6</sup> „Start” 1928, nr 4, s. 10.

<sup>7</sup> „Start” 1929, nr 2, s. 7.

<sup>8</sup> „Start” 1932, nr 4, s. 3–4.

<sup>9</sup> APK, SPZ, sygn. 756, Cel akcji narciarskiej dla kobiet, s. 144.

<sup>10</sup> „Sportowiec” 1935, nr 1, s. 2.

Ośrodek Wychowania Fizycznego w Lublinie w 1931 r. zorganizował w Kazimierzu Dolnym 2-tygodniowy kurs dla przodowniczek narciarskich – nauczycielek szkół powszechnych; 2-tygodniowy kurs przodowniczek narciarskich dla członkiń WF i PW<sup>11</sup>.

Jak czytamy w materiałach PUWFiPW, celem akcji narciarskiej dla kobiet w sezonie zimowym 1932/1933 było: „wyszkolenie nowego zastępu instruktorek i przodowniczek narciarskich, wydoskonalenie narciarek [doskonalenie narciarek], propaganda i rozpowszechnienie narciarstwa wśród kobiet i dzieci”<sup>12</sup>.

Przygotowanie kadry instruktorskiej kobiet miało się odbyć na kursach instruktorskich i kursach przodowniczek narciarskich, natomiast „powszechne wyszkolenie narciarskie na kursach: dochodzących wstępnych i doskonalących”. Kursy dla przodowniczek narciarskich w sezonie 1932/1933 miały zorganizować Okręgowe Urzędy WFiPW przy DOK: DOK nr II dla 15 uczestniczek z „terenu własnego”; DOK nr III dla 15 uczestniczek z „terenu własnego” i 5 uczestniczek z terenu DOK nr I; DOK nr V dla 15 uczestniczek z „terenu własnego” i 5 uczestniczek z terenu DOK nr VII i VIII; DOK nr VI i IX dla 15 uczestniczek z „terenu własnego”; DOK nr X dla 15 uczestniczek z „terenu własnego” i 5 uczestniczek z terenu DOK nr IV. W przypadku zgłoszenia się na kursy większej liczby kandydatek Kierownictwa Okręgowych Urzędów WFiPW mogły je przyjąć pod warunkiem pokrycia pełnej odpłatności za kurs. Celem kursu przodowniczek narciarskich było przygotowanie kandydatek na kurs instruktorek narciarskich. Wytyczne PUWFiPW uwzględniały narciarstwo oraz lekkoatletykę, pływanie, a także łyżwiarstwo i turystykę, jako te dziedziny, które „uwzględniano w pierwszym rzędzie” przy organizacji kursów przodowniczek poszczególnych gałęzi sportu.

Kursy dla instruktorek narciarskich w sezonie 1932/1933 miały zorganizować Okręgowe Urzędy WFiPW przy DOK: DOK nr V dla 20 uczestniczek z „terenu własnego”; DOK nr IX dla 20 uczestniczek z „terenu własnego” i z terenu DOK nr III; DOK nr X dla 20 uczestniczek z „terenu własnego” i z terenu DOK nr VI<sup>13</sup>. Celem kursów instruktorskich było przygotowanie instruktorek narciarskich do samodzielnej pracy w terenie. Warto podkreślić, iż uczestniczki kursów instruktorskich posiadały własny sprzęt narciarski.

Związek Harcerstwa Polskiego (ZHP) zorganizował w okresie od 27 grudnia 1930 r. do 6 stycznia 1931 r. kurs narciarski, w którym wzięło udział 28 harcerek<sup>14</sup>. Dziewczęta posiadały sprzęt narciarski z wytwórni nart Wagnera z Bielska.

<sup>11</sup> „Stadion”, 1931 nr 8, s.2.

<sup>12</sup> APK, SPZ, sygn. 756, Cel akcji narciarskiej dla kobiet, s. 143.

<sup>13</sup> Tamże, s. 144.

<sup>14</sup> „Start”, 1931 nr 4, s. 12.

Kurs narciarski dla młodzieży żeńskiej szkół średnich miał odbyć się w Rabce w dniach 28 grudnia 1933 r. – 8 stycznia 1934 r.<sup>15</sup> Organizatorem kursu było Koło Wychowawców Fizycznych z Warszawy. Opłata za kurs wynosiła 70 zł.

Kursy narciarskie organizowało Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej Kobiet (TKKFK)<sup>16</sup>.

Jak piszą C. Michalski i L. Rak: „Pierwszy obóz szkoleniowy dla kadry instruktorów odbył się w Zakopanem w dniach 27–31.12.1932 r. Wzięła w nim udział ogromna liczba uczestników. Zgłosiło się 381 osób, z czego przyjęto na obóz 349 osób. Jednakże zgłosiło się tylko 255 osób, w tym 31 kobiet. W grupie instruktorskiej było 186 mężczyzn i wszystkie panie. Z wynikiem pozytywnym ukończyło obóz 150 mężczyzn i 25 pań (67% mężczyzn i 81 % pań)”<sup>17</sup>.

Oprócz kursów instruktorskich w narciarstwie, dla kobiet organizowano również obozy wypoczynkowo-narciarskie. W okresie od 27 grudnia 1937 r. do 8 stycznia 1938 r. odbył się w Poroninie obóz wypoczynkowo-narciarski dla kobiet z Krakowa, pracujących w handlu i przemyśle<sup>18</sup>. Obóz przygotował Okręgowy Urząd WF w Krakowie oraz Zakład Ubezpieczeń Społecznych. Około 70 pracowników poświęcało 4 godziny dziennie jeździe na nartach. Kolejne obozy tego rodzaju miały odbyć się w Poroninie, w dniach 24 stycznia – 20 lutego 1938 r., oraz w okresie od 27 grudnia 1938 r. do 5 marca 1939 r.<sup>19</sup> Program obozów obejmował: narciarstwo, saneczkarstwo, wycieczki, naukę o Polsce, higienę i ratownictwo, pogadanki o wychowaniu fizycznym, pracę świetlicową.

Propagowaniem i upowszechnianiem sportu narciarskiego wśród kobiet zajmowała się instruktorka objazdowa wychowania fizycznego przy Okręgowym Urzędzie WFIPW<sup>20</sup>. Do jej zadań należało przeprowadzanie w miastach i większych osadach fabrycznych krótkich kursów propagandowych – 3-dniowych – także w zakresie narciarstwa. Jak czytamy w instrukcji: „Uczestniczki kursu nie należy przemęczać, gdyż to zniechęca, godziny zajęć dostosowywać do godzin wolnych od zajęć uczestniczek. [...] Po skończonym kursie uczestniczki należy skierować [...] do stowarzyszeń i klubów, gdzie wf. jest prowadzone bądź wyszukać miejscową nauczycielkę lub instruktorkę wf., która po-

<sup>15</sup> „Start” 1933, nr 24, s. 11.

<sup>16</sup> „Start” 1934, nr 22, s. 11.

<sup>17</sup> C. Michalski, L. Rak, *Teoria i praktyka treningu narciarskiego w latach 1919–1939*, [w:] *Narciarstwo polskie 1888–2008*, red. L. Rak, E. Małolepszy, Jasło 2009, s. 91.

<sup>18</sup> „Sport Polski” 1938, nr 5, s. 15.

<sup>19</sup> „Sport Polski” 1939, nr 2, s. 16; 1939, nr 3, s. 16.

<sup>20</sup> APK, SPZ, sygn. 756, Instrukcja dla instruktorki objazdowej wychowania fizycznego przy Okręgowym Urzędzie WFIPW, Warszawa 1933, s. 227.

czątkowo poprowadzi zespół jako nie stowarzyszony, spośród uczestniczek należy zanotować nadającą się kandydatkę na kurs wstępny<sup>21</sup>.

Elementem istotnym w rozwoju narciarstwa była dostępność sprzętu sportowego. Państwowy Urząd WFiPW oraz Towarzystwo Krzewienia Narciarstwa propagowało akcję „produkcji” sprzętu sportowego sposobem domowym pod hasłem „Narty dla każdego”. W 1932 r. wytworzono 3250 par nart, w 1934 r. – 5875<sup>22</sup>. Organizowano i upowszechniano kursy domowego wyrobu nart. Celem tych kursów było: „udostępnienie taniego sprzętu narciarskiego dla szerokich warstw przez krzewienie umiejętności wyrabiania nart własnoręcznie domowymi środkami<sup>23</sup>. Do wyrobu nart, zwłaszcza na terenach nizinnych, zalecano używanie oprócz jesionu, innych gatunków drzewa, m.in. akacji, brzozy i grabu. W programie kursów domowego wyrobu nart był punkt dotyczący wyrobu smarów<sup>24</sup>.

Program Mistrzostw Polski kobiet w narciarstwie w latach 1920–1933 przewidywał biegi narciarskie; w latach 1933–1934 bieg zjazdowy; w latach 1935–1939 rozegrano konkurencje narciarstwa alpejskiego – bieg zjazdowy, slalom oraz kombinację alpejską<sup>25</sup>. Biegi narciarskie przywrócono do programu Mistrzostw Polski dopiero w 1950 r.

Pierwsze Mistrzostwa Polski (MP) kobiet w narciarstwie zostały przeprowadzone w lutym 1920 r. w Zakopanem. W biegu kobiet na dystansie 10 km zwyciężyła Z. Hołubianka (Akademicki Związek Sportowy – AZS Kraków)<sup>26</sup>. W latach 1921–1922 i w 1925 r. mistrzynią Polski została Elżbieta Michalewska-Ziętkiewiczowa (Seksja Narciarska Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego – SNPTT Zakopane)<sup>27</sup>. Jak pisze M. Rotkiewicz, E. Michalewska-Ziętkiewiczowa „posiadała doskonałą technikę, wielką brawurę w jeździe oraz niezwykłą wytrzymałość. [...] Była pierwszą i jedyną kobietą w Polsce, która skakała z większych skoczni narciarskich, rywalizując z mężczyznami. W 1920 r. zajęła piąte miejsce w skokach narciarskich juniorów o mistrzostwo Polski na małej skoczni w Antałówce, a w 1922 r. na III Mistrzostwach Polski w Worochcie zwyciężyła w skokach seniorów II klasy<sup>28</sup>. Elżbieta Michalewska-Ziętkiewiczowa była obecna na I Igrzyskach Olimpijskich (IO) w Chamonix w 1924 r.<sup>29</sup> Nie została dopuszczona do startu w zawodach w konkurencjach mężczyzn. Zwyciężyła w mię-

<sup>21</sup> Tamże, s. 243.

<sup>22</sup> „Start” 1934, nr 1, s. 9; 1934, nr 23–24, s. 13.

<sup>23</sup> APK, SPZ, sygn. 756, Kursy domowego wyrobu nart, s. 138.

<sup>24</sup> Wyrobu smarów dokonywano według wskazówek zawartych w podręczniku *Sprzęt narciarski*.

<sup>25</sup> G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, dz. cyt., s. 719–721.

<sup>26</sup> B. Woltmann, J. Gaj, *Sport w Polsce 1919–1939*, Gorzów Wlkp. 1997, s. 83.

<sup>27</sup> M. Rotkiewicz, dz. cyt., s. 18; G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, dz. cyt., s. 719.

<sup>28</sup> Tamże.

<sup>29</sup> Z. Porada, *Starożytne i Nowożytne Igrzyska Olimpijskie*, Kraków [b.r.w.], s. 811.

dzynarodowych zawodach sportowych w narciarstwie biegowym, rozegranych we Francji i Włoszech, uczestniczyła w imprezach sportowych w Austrii, Czechosłowacji i Niemczech<sup>30</sup>.

W komunikacie Komisji Sportowej PZN ze stycznia i lutego 1924 r. ogłoszono listę zawodniczek sekcji narciarskich kobiet: SNPTT w Zakopanem – Hanna Schielowa i E. Ziętkiewiczowa; AZS Kraków – Maria Borkowska-Dunin, Wanda Dubieńska, Zofia Pacewiczowa i Irena Popielówna<sup>31</sup>; Lwowski Klub Sportowy (LKS) „Czarni” Lwów – Maria Kawecka; LKS „Pogoń” Lwów – Helena Bogucka, Irena Gwizdałówna i Stefania Langiewiczówna; AZS Warszawa – Wanda Denhof-Czarnocka i Irena Semadeniówna; Warszawski Klub Narciarski – Maria Muckówna, Irena Popielska i Eugenia Segedzianka<sup>32</sup>.

Mistrzynią Polski w biegu narciarskim kobiet w 1923 r. została H. Schielowa<sup>33</sup>. W dniu 18 lutego 1924 r. w Krynicy kobiety startowały w MP w biegu narciarskim na dystansie 8 km. Pierwsze miejsce zajęła W. Dubieńska, II – I. Gwizdałówna, III – M. Borkowska-Dunin<sup>34</sup>.

W kolejnych latach (1926–1928) mistrzostwo Polski w biegu narciarskim zdobyła Janina Loteczka (Karpackie Towarzystwo Narciarzy – KTN we Lwowie)<sup>35</sup>. J. Loteczka należała nie tylko do najlepszych zawodniczek w Polsce, ale także w Europie. W tym okresie zwyciężyła m.in. na zawodach międzynarodowych w Austrii i Francji<sup>36</sup>. Redakcja „Startu” uznała Loteczkową za „najlepszą narciarkę Europy” w sezonie 1926/1927<sup>37</sup>. Obok Loteczkiej i Ziętkiewiczowej, do najlepszych narciarek w Polsce w tym okresie należy zaliczyć:

<sup>30</sup> „Start” 1927, nr 1, s. 5; 1927, nr 3, s. 9. E. Michalewska-Ziętkiewiczowa w 1924 r. zwyciężyła w mistrzostwach Francji oraz na zawodach w Cortina d’Ampezzo. Karierę sportową rozpoczęła w 1912 r. W tym samym roku ukończyła w Zakopanem kurs narciarski – „jazdy alpejskiej” pod kierunkiem gen. M. Zaruskiego.

<sup>31</sup> „Przegląd Sportowy” 1924, nr 46, s. 15. Irena Popielówna oprócz narciarstwa uprawiała pływanie i wioślarstwo. W 1924 r. obroniła pracę doktorską, uzyskując stopień doktora prawa na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie.

<sup>32</sup> „Przegląd Sportowy” 1924, nr 5, s. 8–9.

<sup>33</sup> G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, dz. cyt., s. 719.

<sup>34</sup> „Przegląd Sportowy” 1924, nr 6, s. 7–9; „Strzelec” 1924, nr 5–6, s. 15. Jak podaje redakcja „Strzelca”, „Przeniesienie miejsca zawodów z Zakopanego do Krynicy wpłynęło bardzo dodatnio na wartość wyników przez usunięcie jednostronności trasy i upodobnienia jej do tras europejskich”.

<sup>35</sup> „Start” 1927, nr 1; G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, dz. cyt., s. 719–720. J. Loteczka za udział w obronie Lwowa otrzymała Krzyż Obrony Lwowa. Sport rozpoczęła uprawiać po zamążpójściu w 1922 r. W 1924 r. uczestniczyła w kursie narciarskim Stolpego w Zakopanem. Uprawiała również inne dyscypliny sportu: lekkoatletykę, kolarstwo, jazdę na motocyklu i tenis ziemny.

<sup>36</sup> „Start” 1927, nr 1, s. 5.

<sup>37</sup> Tamże.

H. Bogucką, W. Czarnocką, W. Dubieńską, I. Gwizdałównę, B. Staszal-Polankową, H. Schielową<sup>38</sup>.

Według redakcji „Startu”, „poziom naszego narciarstwa, a specjalnie kobiecego w porównaniu z zagranicą jest wysoki. Posiadaliśmy w roku ubiegłym [1926 r. – dopełnienie autorki] trzy zawodniczki bezkonkurencyjne w Europie. Jaki to piękny wzór do naśladowania dla naszych młodych narciarek i dla tych, które narciarkami być pragną<sup>39</sup>. W innym materiale, przedstawionym na łamach „Startu”, czytamy: „Narciarstwo polskie z roku na rok tężeje, rozrasta się żywiołowo. W pierwszym szeregu kroczą nasze narciarki, których triumfy ogląda cała Europa. Czy to będą niezwykle popisy «pani Eli» Ziętkiewiczowej w Luchon Superbagneres, czy zdobyte przez p. Lotecką mistrzostwa Francji, Austrii i Czech, czy też krajowe sukcesy fenomenalnej góralskiej dziewczyny, Staszal-Polankowej, wszędzie widzimy, że Polki w narciarstwie są niepokonane. Jedyne groźne konkurentki skandynawskie nie ukazują się na zawodach kontynentu, nie możemy więc ocenić ich klasy i porównać z naszymi «niezwycięzonymi»<sup>40</sup>.

W narciarstwie biegowym czołową zawodniczką Polski była Bronisława Staszal-Polankowa (TG „Sokół” Zakopane). Zwyciężyła ona w międzynarodowych zawodach, które odbyły się 7 lutego 1929 r. w Zakopanem<sup>41</sup>. W zawodach wystartowały 23 zawodniczki z pięciu państw: z Polski, Czechosłowacji, Szwajcarii, Węgier i Włoch. Bronisława Staszal-Polankowa została mistrzynią Polski w narciarstwie biegowym w 1929 i 1930 r.<sup>42</sup> Tytuł wicemistrzyni Polski (w 1930 r.) zdobyła Zofia Stopkówna (SNPTT). W kolejnych latach mistrzyniami Polski w narciarstwie biegowym zostały: w 1931 r. – B. Staszal-Polankowa (zawody zostały rozegrane w Wiśle, na dystansie 6300 m); w 1932 i 1933 r. – Z. Stopkówna<sup>43</sup>.

W 1931 r. MP w narciarstwie odbyły się w Wiśle. Tytuł wicemistrzowski w biegu narciarskim na dystansie 6 km wywalczyła Z. Stopkówna, III miejsce zajęła Giewontówna<sup>44</sup>. W zawodach wystartowało 19 zawodniczek, natomiast bieg ukończyło 17 narciarek. W taki sposób zawody kobiet przedstawiło czasopismo „Stadion”: „Bieg pań nie należał do specjalnych sensacji. Bronka wygrała «jak chciała». Także Stopkówna odbijała się wyraźnie od reszty. Nieźle wypadł debiut Grotowskiej, natomiast Loteczka oraz Lorenzówna (12-ta) nieco gorzej się spisały<sup>45</sup>.

<sup>38</sup> Tamże.

<sup>39</sup> „Start” 1927, nr 16, s. 2.

<sup>40</sup> „Start” 1927, nr 18, s. 11.

<sup>41</sup> „Start” 1929, nr 4, s. 6–8.

<sup>42</sup> „Sport Zimowy” 1931 nr 2, s. 6–9; 1931, nr 4, s. 8; „Start” 1930, nr 4, s. 8.

<sup>43</sup> „Start” 1935, nr 2, s. 9; „Rocznik Sportowy 1934”, Warszawa 1934, s. 221.

<sup>44</sup> „Stadion” 1931, nr 9, s. 11.

<sup>45</sup> „Stadion” 1931, nr 9, s. 11; „Start” 1931, nr 5, s. 9. Słabszy występ Loteckowej spowodowany był chorobą (gorączka).

W latach 1933–1935 tytuły mistrzyń Polski w narciarstwie alpejskim zdobyły: w biegu zjazdowym, w latach 1933–1935 – B. Staszal-Polankowa; w 1935 r. w slalomie kobiet – K. Bednarzówna (TG „Sokół”); w 1935 r. w kombinacji alpejskiej – Z. Stopkówna<sup>46</sup>.

Mistrzostwo Polski w 1936 r. w zjeździe zdobyła Helena Marusarzówna, II miejsce B. Staszal-Polankowa, III – Janina Czech, w 1937 r. – B. Staszal-Polankowa; natomiast w slalomie w 1936 r. B. Staszal-Polankowa, tytuł wicemistrzowski – H. Marusarzówna; w 1937 r. – H. Marusarzówna; w kombinacji alpejskiej w latach 1936–1937 – H. Marusarzówna<sup>47</sup>. W 1938 r. w zawodach (bieg zjazdowy, slalom, kombinacja alpejska) zwyciężyła H. Godl (Austria), natomiast z Polek najlepszą zawodniczką była H. Marusarzówna.

Mistrzostwa Polski w narciarstwie alpejskim rozegrano w marcu 1939 r. w Zakopanem<sup>48</sup>. W biegu zjazdowym wygrała H. Marusarzówna, wyprzedzając Zofię Stopkównę, Beckerównę, Musiolikównę i M. Marusarzównę. H. Marusarzówna zwyciężyła również w slalomie i kombinacji alpejskiej<sup>49</sup>.

Helena Marusarzówna zdobyła w okresie międzywojennym największą liczbę tytułów mistrzowskich – 10 (narciarstwo alpejskie – slalom, bieg zjazdowy, dwubój alpejski)<sup>50</sup>. Zawodniczka „Sokoła” – B. Staszal-Polankowa – wywalczyła 8 tytułów mistrzowskich w narciarstwie alpejskim i klasycznym; 3-krotnymi mistrzyniami Polski były: Janina Loteczka, E. Michalewska-Ziętkiewiczowa, Zofia Stopkówna.

W dniach od 11 do 19 lutego 1939 r. w Zakopanem odbyły się mistrzostwa świata w narciarstwie, na których wystartowały Polki. Spośród konkurencji alpejskich najlepiej zaprezentowały się w slalomie, gdzie Z. Stopkówna zajęła VIII miejsce, natomiast H. Marusarzówna – IX<sup>51</sup>. W innych konkurencjach, w kombinacji alpejskiej Z. Stopkówna była VIII, a H. Marusarzówna – XII;

<sup>46</sup> G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, dz. cyt., s. 720.

<sup>47</sup> „Rocznik Sportowy na rok 1937/1938”. Warszawa [b.r.w.], s. 76, 185; „Start” 1936, nr 7/8, s. 19; G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, dz. cyt., s. 720. Mistrzostwa Polski w 1936 r. odbyły się w Zakopanem. Trasa slalomu wynosiła 480 m, na której ustawiono 30 bramek.

<sup>48</sup> „Start. Wiadomości Sportowe” 1939, nr 23, s. 4.

<sup>49</sup> G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, dz. cyt., s. 721.

<sup>50</sup> B. Woltmann, J. Gaj, dz. cyt., s. 84.

<sup>51</sup> „Start. Wiadomości Sportowe” 1939, nr 15, s. 4; zob. też G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, dz. cyt., s. 724–735. Oficjalnie „Narciarskie mistrzostwa świata” rozgrywane były od 1937 r., natomiast pierwszych mistrzów świata wyłaniano od 1929 r., kiedy zawody odbyły się w Zakopanem. Konkurencje kobiece po raz pierwszy w ramach tych zawodów rozegrano w 1931 r. w Murren (Szwajcaria) – bieg zjazdowy i slalom; w latach 1932–1939 program zawodów składał się z biegu zjazdowego, slalomu i kombinacji alpejskiej. Na Igrzyskach Olimpijskich kobiecy po raz pierwszy rywalizowały w narciarstwie w Garmisch-Partenkirchen (Niemcy) w 1936 r. Rozegrano wówczas zawody w kombinacji alpejskiej.



w biegu zjazdowym – Z. Stopkówna zajęła XIX miejsce, H. Marusarzówna – XXI<sup>52</sup>. Najlepszą zawodniczką w narciarstwie alpejskim została Niemka – Christel Cranz (wygrała wszystkie konkurencje).

W międzynarodowych zawodach TG „Sokół”, które odbyły się w Zakopanem 12–13 stycznia 1929 r., wzięły udział sokolice z Polski i Czechosłowacji. W biegu kobiet na dystansie 6 km I miejsce zajęła B. Staszal-Polankowa<sup>53</sup>.

Oddział narciarski TG „Sokół” w Zakopanem planował organizację zawodów narciarskich w dniu 1–2 stycznia 1925 r.<sup>54</sup> W programie zawodów przewidziano bieg kobiet na dystansie 6 km. Zawody „Sokoła” w narciarstwie, w 1931 r. odbyły się w Makowie<sup>55</sup>. Zwyciężyła Staszal-Polankowa, wyprzedzając Lorentzównę i Ochotnicką. W zawodach narciarskich o Mistrzostwo ZTG „Sokół”, przeprowadzonych w lutym 1935 r., w biegu zjazdowym zwyciężyła Maria Brzozin-ka (Zakopane) przed Józefą Żakówną (Bielsko-Biała) i Marią Motykówną (Zakopane)<sup>56</sup>.

Wychowanie fizyczne i sport w Związku Strzeleckim w 1934 r. uprawiało 15 156 kobiet<sup>57</sup>. Do najbardziej popularnych dziedzin należały: lekkoatletyka, siatkówka, sporty wodne. Zimą we wszystkich oddziałach Związku Strzeleckiego prowadzona była gimnastyka oraz łyżwiarstwo i saneczkarstwo. Narciarstwo, ze względu na duży koszt sprzętu, należało do mniej popularnych. Ogółem (kobiety i mężczyźni) działalność prowadziło ponad 500 sekcji narciarskich<sup>58</sup>.

W międzynarodowych akademickich mistrzostwach Polski w narciarstwie w 1936 r., w biegu zjazdowym zwyciężyła Liliowska (Akademicki Zespół Sportowy – AZS – Kraków)<sup>59</sup>. Kolejne takie zawody zostały rozegrane w Krynicy w 1938 r. W biegu zjazdowym najlepszą okazała się Szczygłówna (Kraków), przed Martinsons (Łotwa) i Liliowską; w slalomie I miejsce przypadło Liliowskiej<sup>60</sup>.

Kobiety brały udział w Robotniczych Mistrzostwach Polski w narciarstwie. Bieg narciarski (w 1936 r.) na dystansie 8000 m wygrała Maria Sawicka (Warszawa)<sup>61</sup>. Zawody odbyły się w Siankach<sup>62</sup>.

W MP centrali Kolejowego Przynsposobienia Wojskowego (KPW) w 1936 r. w biegu narciarskim na dystansie 8 km najlepszą okazała się Ławrynowiczówna

<sup>52</sup> „Start. Wiadomości Sportowe” 1939, nr 15, s. 4.

<sup>53</sup> „Przewodnik Gimnastyczny «Sokół»” 1929, nr 3, s. 25–27.

<sup>54</sup> „Przegląd Sportowy” 1924, nr 51, s. 15.

<sup>55</sup> „Start” 1931, nr 4, s. 5.

<sup>56</sup> „Przewodnik Gimnastyczny «Sokół»” 1935, nr 2/3, s. 26–27.

<sup>57</sup> „Start” 1934, nr 1, s. 9.

<sup>58</sup> „Start” 1934, nr 16, s. 18.

<sup>59</sup> „Rocznik Sportowy na rok 1937/1938”, Warszawa [b.r.w.], s. 141.

<sup>60</sup> „Sport Polski” 1938, nr 2, s. 13.

<sup>61</sup> „Rocznik Sportowy na rok 1937/1938”, Warszawa [b.r.w.], s. 140.

<sup>62</sup> „Start” 1936, nr 7/8, s. 19.

(KPW „Ognisko” Wilno). W mistrzostwach narciarskich Poczтового Przysposobienia Wojskowego (PPW) w 1936 r., w biegu zjazdowym wygrała Skorukówna (Wilno)<sup>63</sup>.

W zawodach narciarskich Związku „Makkabi” w Polsce w 1936 r. I miejsce w biegu na dystansie 6 km zajęła Goldberżanka (Żydowskie Towarzystwo Gimnastyczno-Sportowe – ŻTGS – „Makkabi” Nowy Targ)<sup>64</sup>. Kobiety reprezentowały Związek Makkabi na Zimowych Makabiadach. W I Zimowej Makabiadzie, rozegranej w Zakopanem w 1933 r., złoty medal zdobyła L. Szwarcbard (bieg narciarski na dystansie 8 km) oraz sztafeta narciarska 3 x 5 km<sup>65</sup>.

W mistrzostwach Warszawy w narciarstwie biegowym, które odbyły się w styczniu 1931 r., zwyciężyła Jadwiga Grotowska, II miejsce zajęła Hanna Jabłczyńska, III – Maria Tryniszewska<sup>66</sup>. Wszystkie zawodniczki reprezentowały AZS Warszawa.

Mistrzostwa narciarskie Podhala odbyły się w dniach 31 stycznia – 2 lutego 1931 r. Bieg narciarski kobiet na dystansie 4 km wygrała B. Staszek-Polankowa, II miejsce – Stopkówna, III – Lorenzówna, IV – Szwarcbartówna, V – Wilżanka<sup>67</sup>. Mistrzostwo okręgu podhalańskiego w biegu zjazdowym w 1939 r. wygrała Bornećówna, wyprzedzając Ćwiertniakównę i Stopkównę<sup>68</sup>.

Jedną z najlepszych polskich lekkoatletek – Halina Konopacka-Matuszewska uczestniczyła w 1931 r. w zawodach narciarskich w Krynicy, zajmując III miejsce<sup>69</sup>.

W rozegranych w lutym 1924 r. zawodach narciarskich o mistrzostwo Lwowa, w biegu kobiet na dystansie 3,5 km zwyciężyła I. Gwizdałówna, wyprzedzając H. Bogucką i Zarugiewiczównę<sup>70</sup>. We Lwowie, w lutym 1932 r. bieg narciarski na dystansie 8 km wygrała Kostecka (Karpackie Towarzystwo Narciarskie – KTN), przed Gwizdałówną (reprezentowała „Czarnych” Lwów) i Kuranówną („Strzelec”); w dniu 13 marca 1932 r. pierwsze miejsce w biegu na dystansie 6 km zajęła H. Bogucka<sup>71</sup>.

Do najlepszych narciarek w konkurencjach biegowych na Wileńszczyźnie, na przełomie lat dwudziestych i trzydziestych XX w. należy zaliczyć: Batrze-

<sup>63</sup> Tamże, s. 146.

<sup>64</sup> Tamże, s. 147.

<sup>65</sup> J. Rokicki, P. Godlewski, *Zarys rozwoju sportu żydowskiego na ziemiach polskich*, [w:] *Z dziejów kultury fizycznej mniejszości narodowych w Polsce w XX wieku*, red. T. Jurek, Gorzów Wlkp. 2007, s. 58.

<sup>66</sup> „Start” 1931, nr 3, s. 8–9.

<sup>67</sup> „Stadion” 1931, nr 6, s. 15.

<sup>68</sup> „Sport Polski” 1939, nr 11, s. 13.

<sup>69</sup> „Start” 1931, nr 4, s. 5.

<sup>70</sup> „Przegląd Sportowy” 1924, nr 6, s. 10.

<sup>71</sup> „Stadion” 1932, nr 5, s. 12; 1932, nr 6, s. 15.

bównę, Etównę, Daukszanę (Akademicki Związek Sportowy – AZS – Wilno), Grabowicką, Kalinowską, Latwisównę, Mincerównę, Wasilewską, Wojciechowiczównę (AZS)<sup>72</sup>. Mistrzynią Wilna w biegu narciarskim, rozegranym w 1931 r. została Latwisówna, zaś II miejsce zajęła Grabowicka<sup>73</sup>. W Trokach odbyły się w 1932 r. zawody narciarskie na odznakę PZN. W biegu kobiet na dystansie 8 km – I miejsce przypadło Jackiewiczównie, natomiast w biegu dziewcząt na dystansie 4 km – Lenartowiczównie<sup>74</sup>.

W 1931 r. w Słonimie (woj. nowogródzkie) bieg na dystansie 8 km wygrała Łukowska, natomiast w Nowogródku w biegu na dystansie 9 km – Skąpska<sup>75</sup>. Staraniem Powiatowego Komitetu Wychowania Fizycznego i Przystosowania Wojskowego (PKWFiPW) w Brzeżanach (woj. tarnopolskie) urządzono zawody narciarskie. W biegu kobiet na dystansie 5 km najlepszą okazała się Jadwiga Mozerówna przed Karoliną Mazurkiewiczówną<sup>76</sup>.

Narciarskie mistrzostwo Żywca w 1931 r. w biegu na dystansie 8 km zdobyła Gruye, wyprzedzając Musialikównę<sup>77</sup>.

W narciarstwie kobiecym rozgrywano biegi drużynowe. W marcu 1931 r. w Zakopanym zwyciężył zespół SNPTT (Stopkówna, Fiszerowa, Szostakówna) przed drużyną „Wisły” (Wilżanka, Bochnikówna, Burnatówna)<sup>78</sup>. Poza konkursem wzięła udział E. Ziętkiewiczowa. Indywidualnie najlepszy wynik osiągnęła Stopkówna, II – Wilżanka, III – E. Ziętkiewiczowa<sup>79</sup>.

W 1932 r. na zakończenie kursu narciarskiego studentów Centralnego Instytutu Wychowania Fizycznego (CIWF), który odbył się w Krynicy, przeprowadzono bieg narciarski kobiet na dystansie 8 km. Wystartowało 35 zawodniczek, spośród których najlepszą okazała się Malcówna<sup>80</sup>.

W Zakopanem przeprowadzono międzyorganizacyjne zawody narciarskie przystosowania wojskowego (m.in. z udziałem Kolejowego PW, Poczтового PW, PW Leśników, Związku Strzeleckiego). W zawodach odbytych w 1939 r. w biegu zjazdowym zwyciężyła Musialikówna przed Petri i Białkiewiczówną<sup>81</sup>.

<sup>72</sup> „Stadion” 1931, nr 4, s. 7; 1931, nr 7, s. 2; 1931, nr 11, s. 12; 1932, nr 6, s. 15; H. Laskiewicz, *Kultura fizyczna na Wileńszczyźnie w latach 1900–1939. Zarys monograficzny dziejów*, Szczecin 1998, s. 142.

<sup>73</sup> „Start” 1931, nr 4, s. 5.

<sup>74</sup> „Stadion” 1932, nr 7, s. 12.

<sup>75</sup> „Stadion” 1931, nr 11, s. 12; 1931, nr 13, s. 14.

<sup>76</sup> „Stadion” 1932, nr 7, s. 10.

<sup>77</sup> „Stadion” 1931, nr 8, s. 2.

<sup>78</sup> „Stadion” 1931, nr 12, s. 12.

<sup>79</sup> „Start” 1931, nr 7, s. 9.

<sup>80</sup> „Stadion” 1932, nr 3, s. 15.

<sup>81</sup> „Sport Polski” 1939, nr 11, s. 13; 1939, nr 12, s. 4–5.

Kobiety uczestniczyły w próbach na zdobycie odznaki narciarskiej. Podczas zawodów narciarskich w Warszawie w styczniu 1931 r. 3 narciarki uzyskały odznakę srebrną, natomiast 10 – brązową<sup>82</sup>. Według stanu na dzień 1 stycznia 1937 r. sokolice posiadały 23 odznaki narciarskie (Dzielnica Krakowska – 9, Dzielnica Małopolska – 11, Dzielnica Wielkopolska – 3)<sup>83</sup>.

Zadaniem odznaki narciarskiej było: „budzić jak najszerze zainteresowanie do ćwiczeń na nartach; zachęcać młodzież do racjonalnego uprawiania sportu narciarskiego; utrzymać sprawność narciarską do jak najpóźniejszego wieku”<sup>84</sup>.

Na łamach prasy sportowej ukazywały się artykuły poświęcone narciarstwu, dotyczące innej tematyki niż organizacja kursów narciarskich oraz współzawodnictwa sportowego. W numerze 16 z 1927 r. czasopisma „Start” – poświęconego głównie kulturze fizycznej kobiet – czytamy: „Wartość narciarstwa jako sportu jest bardzo wielka. Uprawiamy go w idealnych warunkach higienicznych. Wpływ narciarstwa na ustrój fizyczny człowieka jest doskonale wszechstronny. Jak wiele radości i przyjemności daje sport ten swoim adeptom, wie o tym każdy, kto choć raz narty przypiął do butów lub choć raz patrzył na treningi narciarskie”<sup>85</sup>. Narciarstwo, wbrew ogólnej opinii, nie było „sportem specjalnie droгим, sportem jednostek wybranych”<sup>86</sup>.

Czasopisma sportowe propagowały pozycje książkowe z zakresu sportów zimowych, w tym również narciarstwa, m.in. W. Ziętkiewicza pt. *Jazda na nartach* i pt. *Sprzęt narciarski*<sup>87</sup>.

Popularyzującym i upowszechniającym narciarstwo kobiet był artykuł Antoniego Heinricha pt. *Kobieta jedzie na narty*<sup>88</sup>. Wskazano w nim na uwarunkowania tej dziedziny sportu, takie jak: sprawność fizyczna, odpowiedni sprzęt oraz fachowy instruktor. Poruszono problem stanu zdrowia (badania w poradni sportowej) oraz zaprawy do treningu narciarskiego (przynajmniej 1–2 razy w tygodniu, w okresie jesiennym należało uczestniczyć w zajęciach z gimnastyki oraz zalecano marsze i spacerzy)<sup>89</sup>.

W artykule *Przed laty 20 i dziś* ukazano ewolucję stroju narciarskiego kobiet<sup>90</sup>. W narciarskim stroju kobiecym „ewolucja nastąpiła bardzo szybko”. Na

<sup>82</sup> „Start” 1931, nr 3, s. 8–9.

<sup>83</sup> „Przewodnik Gimnastyczny «Sokół»” 1938, nr 3, s. 108.

<sup>84</sup> „Start” 1931, nr 24, s. 4.

<sup>85</sup> „Start” 1927, nr 16, s. 2.

<sup>86</sup> „Start” 1927, nr 18, s. 11. O powszechności narciarstwa świadczył fakt, iż było ono uprawiane w wielu regionach Polski, m.in. na Podhalu na nartach „własnej roboty” tę dyscyplinę sportu uprawiały dzieci i młodzież.

<sup>87</sup> „Start” 1934, nr 23–24, s. 11.

<sup>88</sup> „Start” 1934, nr 22, s. 2–3.

<sup>89</sup> Tamże.

<sup>90</sup> „Start” 1931, nr 5, s. 4–5.

początku lat trzydziestych XX w. zwracano uwagę na wygodę, higienę, a także elegancję. Na strój kobiet – narciarek składały się spodnie norweskie lub „pumpsy”, beret lub czapeczka z daszkiem, męska kurtka narciarska, serdak, kamizelka lub wiatrówka<sup>91</sup>. Narciarki faworyzowały brązowy kolor stroju<sup>92</sup>.

W latach 1919–1939 w Polsce starano się propagować i upowszechnić sport narciarski wśród kobiet. Dlatego też dość kontrowersyjny jest wniosek wysunięty w pracy pt. *Narciarstwo. Zarys encyklopedyczny*, iż narciarstwo było sportem „elitarnym i dostępnym jedynie dla zamożnej sfery ludności”<sup>93</sup>.

W okresie międzywojennym nastąpił rozwój narciarstwa kobiet w Polsce. Sekcje kobiece prowadzono w klubach sportowych oraz towarzystwach społecznych, m.in. w TG „Sokol” i Związku Strzeleckim. Kobiety uczestniczyły w kursach instruktorskich oraz współzawodnictwie sportowym. Do najlepszych narciarek okresu międzywojennego w Polsce należy zaliczyć: J. Loteckową, H. Marusarzównę, E. Michalewską-Ziętkiewicz, B. Staszal-Polankową, Z. Stopkównę. Nastąpiła ewolucja w stroju sportowym, jak również wzrosła popularność tej dziedziny sportu wśród kobiet.

## Summary

### Women’s Skiing in Poland in the Years 1919–1939

The interwar period was the time of development of women’s skiing in Poland. Women’s sections were organised in sports clubs and community associations, e.g. in “Sokol” Gymnastics Society and Riflemen’s Association. Women participated in training courses for instructors and sports competitions. The group of the best skiers of the interwar period included: J. Loteczko, H. Marusarz, E. Michalewska-Ziętkiewicz, B. Staszal-Polanko, Z. Stopka. There was also an evolution in sportswear and growing popularity of the sports discipline among women.

**Keywords:** women, sports, skiing, Poland, the interwar period.

---

<sup>91</sup> Tamże, s. 5.

<sup>92</sup> „Start” 1934, nr 1, s. 8.

<sup>93</sup> G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, dz. cyt., s. 74.

## Bibliografia

### A. Źródła

#### I. Źródła archiwalne

Archiwum Państwowe w Katowicach  
Starostwo Powiatowe w Zawierciu 1927–1939

#### II. Źródła drukowane

„Rocznik Sportowy 1934”. Warszawa 1934.  
„Rocznik Sportowy na rok 1937/1938”. Warszawa [b.r.w.].

#### III. Prasa

„Przegląd Sportowy” 1924–1939  
„Przewodnik Gimnastyczny «Sokół»” 1924–1939  
„Sport Polski” 1938–1939  
„Sport Zimowy” 1931  
„Sportowiec” 1935  
„Stadion” 1931–1932  
„Start” 1927–1936  
„Start. Wiadomości Sportowe” 1939

### B. Literatura

- Drozdek-Małolepsza T., *Udział kobiet Związku Towarzystw Gimnastycznych „Sokół” w zawodach sportowych w Polsce w latach 1919–1939*, [w:] *140 lat Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Polsce*, red. A. Łopata, Kraków 2007.
- Jurek T., *Kultura fizyczna mniejszości niemieckiej w Polsce w latach 1918–1939*, Gorzów Wlkp. – Poznań 2002.
- Laskiewicz H., *Kultura fizyczna na Wileńszczyźnie w latach 1900–1939. Zarys monograficzny dziejów*, Szczecin 1998.
- Małolepszy E., *Kultura fizyczna w działalności wiejskich organizacji młodzieżowych II Rzeczypospolitej*, Częstochowa 2004.
- Michalski C., Rak L., *Teoria i praktyka treningu narciarskiego w latach 1919–1939*, [w:] *Narciarstwo polskie 1888–2008*, red. L. Rak, E. Małolepszy, Jasło 2009.
- Narciarstwo. Zarys encyklopedyczny*, red. G. Młodzikowski, J.A. Ziemilski, Warszawa 1957.
- Ponczek M., *Rozwój kultury fizycznej w Zagłębiu Dąbrowskim w latach 1864–1939*, Katowice 1992.
- Porada Z., *Starożytnie i Nowożytnie Igrzyska Olimpijskie*, Kraków [b.r.w.].

- Rokicki J., Godlewski P., *Zarys rozwoju sportu żydowskiego na ziemiach polskich*, [w:] *Z dziejów kultury fizycznej mniejszości narodowych w Polsce w XX wieku*, red. T. Jurek, Gorzów Wlkp. 2007.
- Rotkiewicz M., *Rozwój sportu kobiet w Polsce okresu międzywojennego*, „Sport Wyczynowy” 1979, nr 3–4.
- Woltmann B., Gaj J., *Sport w Polsce 1919–1939*, Gorzów Wlkp. 1997.
- Zaborniak S., *Kultura fizyczna ludności ukraińskiej na ziemiach polskich (1868–1939)*, Rzeszów 2007.
- Zaborniak S., *Szkice z ewolucji kobiecego sportu na przestrzeni wieków*, [w:] *Wizerunek kobiety na przestrzeni wieków*, red. A. Pierścińska-Maruszewska, B. Bakalarz-Kowalska, T. Grudniewski, Ostrowiec Świętokrzyski 2009.
- Zarys dziejów Sokolstwa Polskiego w latach 1867–1997*, red. E. Małolepszy, Z. Pawluczuk, Częstochowa 2001.





Wiesław Pięta\*

## Tenis stołowy nową ofertą sportowo-rekreacyjną w Akademickim Związku Sportowym w Polsce w latach 1926–1939

### Streszczenie

W końcu drugiej dekady XX wieku nastąpił rozwój tej dyscypliny w Polsce. Początki tej gry są związane ze środowiskiem akademickim. Studenci polskich uczelni Alter i Grodnicki byli pierwszymi tenisistami stołowymi z kraju, którzy wystąpili w mistrzostwach świata (Praga – 1932). Nieoficjalnym mistrzem Wilna został już w 1926 roku tamtejszy AZS. Najpopularniejszym i najlepiej zorganizowanym klubem akademickim tamtych czasów było Żydowskie Akademickie Stowarzyszenie Sportowe z Warszawy. Zawodnicy AZS w badanym okresie zdobywali czołowe miejsca w mistrzostwach Poznania, Wilna, Warszawy. Działacze klubów AZS współtworzyli okręgowe związki pingpongowe w Warszawie, Lwowie, Poznaniu, Lublinie i w Wilnie. Popularyzowali tę dyscyplinę sportu poprzez organizację mistrzostw uczelnianych i międzyuczelnianych. Ping-pong był dyscypliną tanią i ogólnie dostępną, traktowaną jako gra rekreacyjna. Tenis stołowy spełnił swoje zadanie jako sposób na aktywną realizację czasu wolnego przez studentów. Absolwent Uniwersytetu Jagiellońskiego, doktor nauk prawnych Maksymilian Hornung podjął próbę powołania Polskiego Związku Tenisa Stołowego (1929).

**Słowa kluczowe:** historia kultury fizycznej, okres międzywojenny, tenis stołowy, Akademicki Związek Sportowy.

---

\* Dr, adiunkt w Studium Wychowania Fizycznego i Sportu, Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie.

## Wstęp

W latach dwudziestych ubiegłego stulecia w uczelnianych świetlicach pojawiły się stoły pingpongowe. Studenci zaczęli rekreacyjnie grywać w tę nową grę. Obecnie ta dyscyplina w Polsce ma prawie osiemdziesięcioletnią tradycję, znaczącą sukcesami sportowymi, i organizacyjną w Akademickim Związku Sportowym.

Tenis stołowy od czterdziestu pięciu lat jest obiektem moich zainteresowań (zawodnik, trener, działacz). W 1965 r. zdobyłem tytuł Mistrza Śląska Młodzików. Z AZS Gliwice zadebiutowałem w I lidze państwowej w 1970 r. Wraz z podjęciem studiów w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Częstochowie (1975) kontynuowałem grę w tamtejszym klubie uczelnianym AZS. W latach osiemdziesiątych XX wieku zająłem się szkoleniem młodzieży i kobiet. Z sekcją tą osiągnąłem znaczące sukcesy (medale w Indywidualnych i Drużynowych Mistrzostwach Polski, zdobycie Pucharu Polski, gra w pucharze Europy, brązowy medal w Akademickich Mistrzostwach Świata, Mistrzostwach Europy, Polski).

Kwerenda archiwalna prowadzona była od wielu lat i dotyczyła m.in. tenisa stołowego w Polsce ze szczególnym uwzględnieniem sportu akademickiego. Materiały archiwalne do tego opracowania uzyskałem przede wszystkim ze zbiorów Biblioteki Narodowej, Biblioteki Uniwersytetu Jagiellońskiego i Uniwersytetu Warszawskiego oraz zbiorów prywatnych. Przydatne w opracowaniu okazały się relacje ustne byłych zawodników, trenerów i działaczy AZS.

## 1. Geneza tenisa stołowego w Polsce

Pierwsza wzmianka o ping-pongu w Polsce pojawiła się w 1902 r. w dzienniku „Kurier Warszawski”<sup>1</sup>. Wówczas to za sprawą informacji ze świata przekazano następującą wiadomość: „[...] Ping-pong, nowa gra pokojowa w piłkę – tennis pokojowy, grany na stole – wynaleziony ma się rozumieć w Anglii, oczywiście wszelkich sportów, stał się nadzwyczaj modny w Paryżu. Jak przedtem „five o’clock tea”, tak obecnie ping-pong jest na porządku dziennym w sferach, mających dużo czasu i pieniędzy [...]”.

Oficjalna prezentacja tej gry nastąpiła w Łodzi w 1912 r. Inicjatorem jej był niemiecki fabrykant Georg Lewenstein (członek niemieckiego klubu sportowego „Newcastle” Łódź). Przedsiębiorca ten starał się zainteresować tą grą mieszkańców Łodzi. Wtedy uznawano tę grę za „zabawkę dziecinną” i ostatecznie została zapomniana. Tennis pokojowy (1912–1914) na dawnych ziemiach Polski po-

---

<sup>1</sup> „Kurier Warszawski” 1902, nr 17.

jawił się nagle i niespodziewanie (równocześnie z rozwojem przemysłu). Do budowy zakładów przemysłowych na tym terenie ściągano inżynierów i specjalistów z całej Europy. Warunki klimatyczne (deszczowe jesienne wieczory, długie zimy) sprzyjały rozwojowi nowej dyscypliny sportu. Szczególne zasługi w rozwoju tej gry mieli Brytyjczycy, którzy sprowadzili drewniane rakiety i celidowe piłeczki na dawne ziemie polskie. Znany badacz dziejów częstochowskiego przemysłu Aleksander Gąsiorski podaje, że w sali kantyny oficerskiej rosyjskiego 7 Pułku Strzeleckiego znajdującego się w koszarach Zawady w Częstochowie (dzisiejszy budynek Politechniki Częstochowskiej)<sup>2</sup> stał stół do ping-ponga.

Po I wojnie światowej zapomnianą grę przypomniał mieszkańcom Warszawy w 1922 r. trener piłkarski KS „Polonia” Kimpton. Ping-pong stał się grą uzupełniającą trening piłkarski w okresie zimowym. Do propagowania nowej dyscypliny sportowej w stolicy dołączył się również tenisista Kleinadl<sup>3</sup>. Jednak brak ogólnie dostępnego sprzętu sportowego (rakietek i piłeczek) nie sprzyjał rozwojowi tej gry. Kolejną próbę promocji tej dyscypliny sportu wiązano z przyjazdem do Łodzi węgierskiego trenera piłkarskiego Lajosa Czeizlera. W latach 1924–1926 chętnie grywali w ping-ponga piłkarze i działacze Łódzkiego Klubu Sportowego (ŁKS) Łódź. Ówczesny członek zarządu ŁKS, właściciel firmy kupieckiej – R. Kowalski sprowadził z Węgier piłeczki, rakiety i siatki. Krzewicielami ping-ponga w Łodzi byli członkowie zarządu ŁKS, Zygmunt Lange i Marian Jastrzębski<sup>4</sup>.

W stolicy wysiłek działaczy warszawskich został zakończony zorganizowaniem zawodów (1925) pomiędzy Polonią a Warszawianką (5:4). Dzięki Stefanowi Szmidtowi przeprowadzono pierwsze mistrzostwa Warszawy, w których zwyciężył Goldstein z Warszawianki<sup>5</sup>. W tym samym roku w Łodzi rozegrano wewnętrzne mistrzostwa ŁKS, a rok później indywidualne mistrzostwa Łodzi (wygrał je Lucjan Radomski). Natomiast we Lwowie (1926) w meczu pokazowym Hasmonia Lwów wygrała z Pogonią Lwów wynikiem 389:354<sup>6</sup>.

Zainteresowanie ping-pongiem w Polsce stale rosło. Na rynku wydawniczym pojawiło się wiele publikacji: *Ping-Pong (tennis pokojowy). Prawidła gry*. EMEF *Ping-Pong* (1926); *Zasady gry tennisu stołowego* (1927); opracowana i wydana przez redaktora „Kuriera Łódzkiego” – Władysława Kozielskiego *Gra w ping-pong* (1927) oraz R. Jodłowskiego – *Ping-Pong* (1936)<sup>7</sup>.

<sup>2</sup> A. Gąsiorski, „Tennis pokojowy w Częstochowie (do 1914 roku)”, dwustronicowy maszynopis w posiadaniu autora.

<sup>3</sup> „Kurier Łódzki” 1929, nr 53.

<sup>4</sup> Zbiory W. Pięty: Maszynopis A. Bogusza „Tenis stołowy w Łodzi do 1939 r.”

<sup>5</sup> W. Pięta, *Tenis stołowy wśród Żydów w Polsce (1924–1949)*, Częstochowa 2008.

<sup>6</sup> „Sport” Lwów, 1926 z dnia 6.01, s. 10.

<sup>7</sup> W. Kozielski, *Gra w ping-ponga*, Łódź 1927.

W 1927 r. w Częstochowie rozpoczęto produkcję piłeczek pingpongowych „First Lass Ball” (Fabryka celuloidowa Seweryna Landaua). Dziesięć lat później tą sferą gospodarczą zajmowali się wspomniany wcześniej Seweryn Landau oraz Posłaniec Lajb i Izydor Mitz<sup>8</sup>.

Pierwsze Okręgowe Związki Ping-Pongowe powstały w Krakowie (1928), Łodzi (1928), Lwowie (1931), Warszawie (1931), Katowicach (1932) i Zagłębiu Dąbrowskim (1933). Z inicjatywy KS „Ascola” (klub istniał przy Żydowskim Męskim Gimnazjum) podjęto jedną z pierwszych prób powołania Polskiego Związku Ping Pongowego. Wydarzenie to miało miejsce w Warszawie (24.01.1927 r.). Kolejną (nieudaną) inicjatywę zorganizowania ogólnopolskiego związku podjął działacz pochodzenia żydowskiego – Maksymilian Hornung w Łodzi (10.11.1929). Ostatecznie 1 listopada 1931 r. w Łodzi wybrano władze Polskiego Związku Tenisa Stołowego<sup>9</sup>. Pierwsze zawody drużynowego mistrza Polski przeprowadzono w Łodzi (1932 r.), a indywidualne we Lwowie (1933 r.). Mistrzostwa Polski w latach 1932–1939 zostały zdominowane przez Żydowskie Kluby Sportowe. W okresie międzywojennym najsłynniejszym polskim zawodnikiem okazał się były student Uniwersytetu w Lille (Francja) – Alojzy Ehrlich, trzykrotny indywidualny wicemistrz świata<sup>10</sup>.

## 2. Tenis stołowy w środowisku akademickim w II RP

W polskich uczelniach popularne były gry sportowe: piłka siatkowa, piłka koszykowa, hazena (zwana później piłką ręczną) oraz piłka nożna. AZS w tym okresie przyczynił się do powołania siedmiu polskich związków sportowych<sup>11</sup>.

Ping-pong w środowisku akademickim pojawił się w końcu lat dwudziestych XX wieku. W świetlicach uczelnianych grano dla zabawy i rekreacji, a zasady gry ustalano przy stole. Pionierskie wzmianki o rodowodzie akademickim tej dyscypliny pojawiły się we Lwowie. Pomysłodawcą i krzewicielem tej gry był Franciszek Rogowski, który z własnych oszczędności zakupił stół i rakietki do ping-ponga. Z jego też inicjatywy powołano sekcję<sup>12</sup>.

<sup>8</sup> *Księga Adresowa Polski z 1928*, Bydgoszcz 1928, *Przewodnik Gospodarczy 1938* (województw Kieleckiego, Krakowskiego i Śląskiego), Sosnowiec 1937. W. Pięta, *Z dziejów Akademickiego Związku Sportowego – tenis stołowy (1928–2008)*, Częstochowa 2010.

<sup>9</sup> R. Kulczycki, *Tenis stołowy w Polsce w latach 1919–1989*, Gorzów Wlkp.

<sup>10</sup> Składnica akt W. Pięty.

<sup>11</sup> R. Wryk, *Akademicki Związek Sportowy w Polsce*, Poznań 1990, s. 324.

<sup>12</sup> L. Pełst, „Zamiast uroczystości jubileuszowych z okazji 10-lecia we Lwowie ten, krótki opis dorobku sportowego ofiarując przyszłemu pokoleniu młodzieży akademickiej”, Lwów 1934.

Wówczas z zakupem sprzętu do tej dyscypliny sportu nie było już większych problemów. Przy Uniwersytecie Jana Kazimierza we Lwowie (ul. Akademicka 22) znajdował się sklep sportowy, w którym oferowano rakiетки drewniane, rakiетки z okładziną gumową, siatki, piłeczki oraz komplety pingpongowe<sup>13</sup>.

Międzynarodową drogę polskiego ping-ponga przecierali studenci już w latach dwudziestych XX w. Mistrz Warszawy – Goldstein w 1928 r. został zgłoszony do mistrzostw świata, jednak z przyczyn finansowych w nich nie wystąpił<sup>14</sup>. Drugie podejście do startu w mistrzostwach świata (1932) zakończono pomyślnie. Studenci: Alter (Uniwersytet Jana Kazimierza we Lwowie) i Grodnicki (Uniwersytet Stefana Batorego w Wilnie) zagraли w nich, jednak nie odnieśli znaczących sukcesów<sup>15</sup>. W 1933 roku na studia do Francji (Lille) udał się aktualny mistrz Polski – Alojzy Ehrlich<sup>16</sup> oraz bracia Simon i Hilles Pohoryles<sup>17</sup>. Wspomniani zawodnicy, mimo braku akceptacji Polskiego Związku Tenisa Stołowego, zadebiutowali w barwach Polski w mistrzostwach świata (1933) i zdobyli tam czwarte miejsce<sup>18</sup>.

Akademicki Związek Sportowy w tym okresie zaliczał się do najliczniejszych i najwzszechstronniejszych stowarzyszeń kultury fizycznej. Działalność AZS dotyczyła 18 sekcji sportowych, w tym i tenisa stołowego<sup>19</sup>. Prowadzono szkolenie sportowe w sekcjach tenisa stołowego w Warszawie, Lwowie, Wilnie, Poznaniu oraz w Lublinie i w Wolnym Mieście Gdańsku (działalność rekreacyjna). Ostatecznie, mimo licznych starań działaczy sportowych, dyscyplina ta nie zyskała na popularności i przegrała walkę o studentów, m.in. z lawn tenisem, a w szczególności z grami zespołowymi.

Jedną z przyczyn takiego stanu rzeczy był brak koncepcji szkoleniowych w Polskim Związku Tenisa Stołowego (w okresie międzywojennym nie zorganizowano żadnego kursu instruktora). Szczególnie ten problem odczuwano w sekcjach AZS.

<sup>13</sup> Przy Uniwersytecie mieścił się sklep „Maraton”, który prowadził znany polski sportowiec – Waclaw Kuchar.

<sup>14</sup> „Przegląd Sportowy” 1929, nr 81. W 1929 r. Goldstein studiował w Wiedniu.

<sup>15</sup> Zbiory W. Pięty. Polska wtedy nie była jeszcze członkiem ITTF (Międzynarodowej Federacji Tenisa Stołowego). Źródła ITTF odnotowały, że Alterowi nie przypisano państwa, natomiast Grodnickiego zaliczono do Czechosłowacji. Studenci sukcesów nie odnieśli.

<sup>16</sup> W. Pięta, *Table Tennis Among Jews in Poland (1924–1949)*, Częstochowa 2009.

<sup>17</sup> Tamże.

<sup>18</sup> „Raz Dwa Trzy” 1933, nr 50. Zob. Program VIII Mistrzostw Świata 1933–1934 z dnia 10.12.1933 r. „Przegląd Sportowy” 1933, nr 98. „Robotnik” 1933, nr 460.

<sup>19</sup> „Gazeta Polska” 1932, z 3 stycznia.

## 2.1. Ping-pong w środowisku akademickim Warszawy

W akademickich bursach i świetlicach Warszawy tenis stołowy zadomowił się w 1929 r. Jedną z pierwszych sekcji zaistniała przy Żydowskim Akademickim Stowarzyszeniu Sportowym (ŻASS)<sup>20</sup>. ŻASS rozgrywał mecze pokazowe, towarzyskie i mistrzowskie w reprezentacyjnej sali Einsteina w Żydowskim Domu Akademickim przy ul. Namiesnikowskiej 7<sup>21</sup>. Czołowymi zawodnikami AZS Warszawa byli Nauczyński i Krasiński. Pingpongiści trenowali w parku Skaryszewskim (Dom AZS)<sup>22</sup>.

Aktywny sportowo i organizacyjnie zespół ŻASS wygrał z reprezentacją Warszawy (5:2)<sup>23</sup> i reprezentacją klubów żydowskich (5:2). W meczach towarzyskich gra toczyła się ze zmiennym szczęściem. Odnotowano porażki z Hasmoną Warszawa (0:5) i Kadimachem (1:4), wygrane ze Skrą (7:0, 6:1), YMCA (5:2), Gwiazdą (5:2) oraz z ŻASS (porażki 2:5, 3:4)<sup>24</sup>. Barw warszawskiego AZS bronili: Gałkowski, Kozłowski, Małcużyński, Plejewski, Twardo, Siemiaszko<sup>25</sup>.

Ważnym wydarzeniem (1931) dla środowiska pingpongowego stolicy było powołanie Warszawskiego Okręgowego Związku Ping-Pongowego (WOZP-P). W zebraniu organizacyjnym uczestniczył przedstawiciel AZS Warszawa –Władysław Twardo<sup>26</sup>. Najlepszym klubem pingpongowym Warszawy był ŻASS. W latach 1931–1933 (w finale pokonał YMCE 6:1, a w 1932 m.in. AZS) zdobył on tytuł drużynowego mistrza stolicy<sup>27</sup>.

W latach trzydziestych XX w. wpływ na rozwój tej gry mieli studenci pochodzenia żydowskiego. Dzięki nim nastąpił wzrost popularności i atrakcyjności rozgrywek, co wpłynęło z kolei pozytywnie na przyrost liczby trenujących studentów (AZS i ŻASS). W 1932 r. w meczach pokazowych warszawski AZS przegrał z Gwiazdą w stosunku 2:5 (w tym meczu Gałkowski pokonał mistrza

<sup>20</sup> J. Rokicki, „Żydowski ruch sportowo-turystyczny na ziemiach polskich w I połowie XX w.” (maszynopis pracy doktorskiej znajdującej się w Uniwersytecie Warszawskim. ŻASS powołano w wyniku fuzji KS Ascola i Żydowskiego Akademickiego Stowarzyszenia Wychowania Fizycznego w 1928 roku.

<sup>21</sup> „Nasz Przegląd” 1930, nr 366.

<sup>22</sup> „Robotnik” 1930 z 22 stycznia.

<sup>23</sup> „Nasz Przegląd Sportowy” 1930, nr 48. Gazeta odnotowała, że ŻASS przygotował na to spotkanie 2 stoły pingpongowe. Rozegrano 7 pojedynków indywidualnych. W tym meczu wystąpili: Goldstein, Rozmaryn, Szwarcmann, Silberstein, Lapon, Górka, Goldenhar, Lotryngier.

<sup>24</sup> „Nasz Przegląd” 1930, nr 34, „Gazeta Polska” 1931 z 19 grudnia.

<sup>25</sup> „Kurier Łódzki” 1931, nr 24.

<sup>26</sup> „Gazeta Polska” z 12 listopada 1931 r.

<sup>27</sup> R. Gawkowski, „Kluby sportowe Warszawy w latach 1918–1939. Ich rola społeczna i kulturalna” (maszynopis pracy doktorskiej znajdującej się w Uniwersytecie Warszawskim), s. 457. „Raz Dwa Trzy” 1931, nr 29.

Warszawy Rundsteina)<sup>28</sup>. W pozostałych spotkaniach „akademy” wygrali z Makabi i ŻKS. W tym samym roku odbył się mecz pomiędzy reprezentacją klubów żydowskich (wystąpił w niej Lautner z ŻASS) a reprezentacją klubów warszawskich (z udziałem Gałkowskiego, Weremowicza i Kronenberga z AZS)<sup>29</sup>. W latach 1933–1935 AZS występował w klasie „B”. Wtedy tytuł mistrza tej klasy zdobył Hapoel Praga<sup>30</sup>. W mistrzostwach Warszawy ŻASS zdobył 5 miejsce (1934)<sup>31</sup>. W celu poprawy skuteczności działania Warszawski Okręgowy Związek Tenisa Stołowego na dzień 16 grudnia 1935 r. zwołał Walne Zgromadzenie swoich członków.

Z zarejestrowanych 28 klubów sportowych do wyborów zgłosiło się tylko 13 klubów (w tym zabrakło przedstawiciela AZS)<sup>32</sup>. W II połowie lat trzydziestych ŻASS i AZS Warszawa nie uczestniczyły już w rozgrywkach sportowych organizowanych przez WOZTS. Studenci uczelni warszawskich grali w ping-ponga jedynie dla rekreacji. Innych form współzawodnictwa w badanym okresie nie odnotowano. Do najlepszych pingpongistów tego okresu w AZS Warszawa należeli: Eryk Lipiński, Jan Małcużyński, Władysław Twardo, Stefan Pruszkowski, Gałkowski, Listkowski, Kronenberg, Młodzianowski i Czuba<sup>33</sup>.

## 2.2. Działalność sekcji pingpongowej w AZS Lwów

Dyscyplinę tę sprowadzono z Austro-Węgier do Lwowa przed I wojną światową<sup>34</sup>. Pierwszy publiczny mecz w ping-ponga rozegrano w styczniu 1926 r. w lwowskiej kawiarni „Rondo”<sup>35</sup>. Grano według przepisów ustalonych przed zawodami, rywalizowano w siedmioosobowych składach. W obecności 150 widzów Hasmonea pokonała Pogoń Lwów<sup>36</sup>.

W 1929 r. ping-pong został zaakceptowany przez studentów Lwowa. Po dwóch latach treningów akademicki zespół zgłoszono do rozgrywek prowadzonych przez Lwowski Okręgowy Związek Ping-Pongowy (LOZP-P) do klasy „C”. W 1932 r. AZS zdobył mistrzostwo „B” i awansował do klasy „A” (wtedy jako jedyna drużyna katolicka)<sup>37</sup>.

<sup>28</sup> „Przegląd Sportowy” 1932, nr 15.

<sup>29</sup> „Przegląd Sportowy” 1932, nr 18. Drużyny wystąpiły w siedmioosobowych składach.

<sup>30</sup> „Nowy Sportowiec” 1935, nr 12.

<sup>31</sup> W. Pięta, *Tenis stołowy wśród Żydów w Polsce w latach 1924–1949*, Częstochowa 2008.

<sup>32</sup> „Nowy Sportowiec” 1935, nr 34.

<sup>33</sup> R. Wryk, *Akademicki Związek Sportowy...*, s. 241.

<sup>34</sup> W. Pięta, *Tenis stołowy wśród Żydów w Polsce...*, s. 40.

<sup>35</sup> W. Pięta, *Tenis stołowy na Górnym Śląsku w latach 1929–2004*, Częstochowa 2005.

<sup>36</sup> „Sport”, Lwów z 6 stycznia 1926 r., s. 10.

<sup>37</sup> L. Pełst, „Zamiast uroczystości jubileuszowych z okazji 10-lecia...”, s. 12.

Sukcesy akademickich pingpongistów miały wpływ na organizację I Akademickich Mistrzostw Lwowa (AML). Pierwszym mistrzem został Józef Wrona. Wyróżniającymi się zawodnikami sekcji byli: Weyde, Jagiełło, Wysoczański, Engel, Perycz, Krodkiewicz, Jurkiewicz, Michniewicz i Sawicki<sup>38</sup>.

Studenci popularyzowali grę w środowisku akademickim poprzez spotkania towarzyskie z Jutrzną Lwów (5:1), Huraganem Lwów (5:1), Sokołem Lwów (5:3), Czarnymi Lwów (5:1), Kadimahem II (5:1) i Hasmonią Lwów (2:5)<sup>39</sup>. Sekcja pingpongowa zrzeszała także studentki, które rozgrywały na terenie miasta mecze pokazowe. W jednym z nich uległy Hasmonii Lwów 2:3 (dla AZS wygrały: Rozenkówna i Macurówna, a porażki poniosły: Skalska, Samborska i Przyszła-kówna)<sup>40</sup>.

W preliminarzu sekcji tenisa stołowego AZS na 1934 r. na działalność sportowo-organizacyjną przeznaczono 170 zł (w tym na inwestycje 70 zł i na wydatki sportowe 100 zł)<sup>41</sup>. W sezonie 1934/1935 AZS występował w klasie „B”, o pierwsze miejsce w tej klasie rywalizował z Czarnymi, Huraganem, KS Pockisk, Gladiatorom, Jutrnią, Strzelcem i RKS-em<sup>42</sup>. Po pierwszej rundzie klasy „B” AZS zdobył 10 punktów w 5 meczach i był na pierwszym miejscu<sup>43</sup>. Sekcja AZS Lwów miała swój oddział w Jarosławiu (kierownikiem sekcji był Kulczycki)<sup>44</sup>.

Osiągnięcie znaczących sukcesów sportowych przez studentów było niezwykle trudne. Przegrywali rywalizację w województwie z czołowymi klubami Polski: Hasmonia Lwów, Zenit Lwów, Gwiazda Lwów. Większość medali w mistrzostwach Lwowa przypadła: reprezentantowi Polski Lowenherzowi oraz Gallatowi (Hasmonia), Elmerowi (Gwiazda), Federowi i Reisslerowi (Zenit)<sup>45</sup>. W końcu lat trzydziestych ubiegłego wieku sekcja AZS zawiesiła działalność. Studentów zabrakło w finałach MP, które odbyły się we Lwowie (1939)<sup>46</sup>.

<sup>38</sup> Zbiory W. Pięty.

<sup>39</sup> „Przegląd Sportowy” 1931, nr 31.

<sup>40</sup> „Ilustrowany Telegram Sportowy” 1934, nr 30.

<sup>41</sup> Centralne Archiwum Wojskowe w Rembertowie k. Warszawy, akta Państwowego Urzędu Wychowawania Fizycznego i Przystosobienia, sygn. 300.65.145 (Inwentarz i konsumpcja, naprawianie stołu – 10 zł, piłeczki – 50 zł, rakiety – 10 zł. Wydatki sportowe: składka do związku – 20 zł, taksy za udział w mistrzostwach – 10 zł, koszty zgłoszeń – 5 zł, wpisowe i udział w zawodach – 15 zł, rezerwa – 20 zł. Opłaty za grę – 30 zł).

<sup>42</sup> „Ilustrowany Telegram Sportowy” 1934, nr 39. Za umieszczenie komunikatu o zawodach pingpongowych, redakcja pobierała 2 zł od organizatorów.

<sup>43</sup> „Ilustrowany Telegram Sportowy” 1934, nr 41.

<sup>44</sup> „Siedem Groszy” 1935, nr 354.

<sup>45</sup> „Przegląd Sportowy” 1936, nr 3.

<sup>46</sup> Zbiory W. Pięty. Zestawienie indywidualnych i drużynowych medalistów mistrzostw Polski w latach 1932–2008.



### 2.3. Rozwój tenisa stołowego w AZS Wilno

Na Uniwersytecie Stefana Batorego (USB) w Wilnie ping-pong pojawił się w latach dwudziestych XX w. W nieoficjalnych mistrzostwach Wilna (1926) zwyciężył AZS, który w finale pokonał Makkabi 7:2<sup>47</sup>. Miejscem treningów i rozgrywanych meczów była salka uniwersytecka USB, w którym stał jeden stół pingpongowy<sup>48</sup>.

Czołowym zespołem przełomu lat dwudziestych i trzydziestych ubiegłego wieku był Żydowski Akademicki Klub Sportowy (ŻAKS) Wilno. W tym czasie na Wileńszczyźnie pojawiło się wiele świetlic, które zapełniły się młodymi zawodnikami tenisa stołowego. Przyczyniło to się do rozwoju tej dyscypliny sportu w tym regionie Polski. W ostateczności doprowadziło to do powołania Wileńskiego Okręgowego Związku Tenisa Stołowego (dotychczas sprawami tej dyscypliny zajmował się Związek Tenisowy)<sup>49</sup>.

Pierwsze oficjalne mistrzostwa Wilna odbyły się w 1932 r. O medale rywalizowały cztery zespoły zakwalifikowane do klasy „A”: Ogniwo, Makkabi oraz ŻAKS i AZS<sup>50</sup>. Organizatorem tych zawodów był ŻAKS.

W sali stowarzyszenia studentów Żydów w Wilnie przy ul. Ludwisarskiej 1 przeprowadzono turniej pingpongowy. Wpisowe wynosiło 25 groszy. Zwyciężyli w nim zawodnicy ŻAKS<sup>51</sup>. Wileński Okręgowy Związek Tenisa Stołowego w 1933 r. zorganizował Mistrzostwa Okręgu, w którym wystartowało 22 zawodników, w tym 7 z ŻAKS i 2 z AZS. W następnym sezonie (1933) – Wileński OZTS zrzeszał tylko 6 klubów, w tym AZS, ŻAKS, ŻTGS, KPW „Ognisko”, SMP, KS „Wilja”<sup>52</sup>.

Z inicjatywy AZS Wilno zorganizowano I Międzykorporacyjne Mistrzostwa, w których wystartowały: Leonidania, Piłsudia, Polonia, Batoria, Vilmensia, Polesia, Śniadecja, Cresovia. Rywalizowano przez 7 dni, grano systemem każdy z każdym, w składzie trzech zawodników. Nagrodę przechodnią dziekana wydziału USB zdobyła Leonidania (Wołowski, Bułhak, Juniewicz), druga była Polonia, a trzecia Batoria.

Indywidualnie (z zakwalifikowanych trzech najlepszych z turnieju drużynowego) zwyciężył Wysocki z Vilmensji, na drugim miejscu zawody ukończył Sta-

<sup>47</sup> R. Wryk, *Akademicki Związek Sportowy 1908–1939*, Poznań 1990, s. 241.

<sup>48</sup> A. Gąsiorowski, *Polski ruch sportowy w Republice Litewskiej 1919–1940*, Olsztyn 2001, s. 105. Chętnych do gry było jak na lekarstwo. Zmienił się charakter tej dyscypliny; z gry świetlicowej stała się sportem wyczynowym.

<sup>49</sup> A. Gąsiorowski, *Polski ruch...*, s. 250.

<sup>50</sup> W. Pięta, *Tenis stołowy wśród Żydów w Polsce...* Mistrzem Wilna zostali zawodnicy Makkabi Lwów (drużynowo), Weksler (gra pojedyncza), Weksler/Chajkin (gra podwójna).

<sup>51</sup> „Kurier Wileńsko-Nowogrodzki” 1933, nr 347.

<sup>52</sup> „Rocznik Sportowy” 1934, Warszawa 1935.

chowicz (Piłsudia), trzeci był Kielkiewicz (Polonia)<sup>53</sup>. Mistrzostwa te cieszyły się dużym zainteresowaniem, startowało w nich 60 zawodników. Nagrody najlepszym studentom-pingpongistom USB wręczył prorektor prof. Józef Patkowski. Komisję sędziowską wówczas tworzyli: Stefan Tejchman i Henryk Mackiewicz. Sprzęt do tenisa stołowego (2 stoły, rakiетки i piłeczki) udostępnił AZS. W końcu lat trzydziestych ubiegłego stulecia zainteresowanie tenisem stołowym w Wilnie zmalało. Odbywały się jedynie zawody towarzyskie i międzyklubowe. Organizacji tych zawodów podejmował się jedynie Żydowski Akademicki Klub Sportowy<sup>54</sup>.

#### 2.4. Geneza ping-ponga w akademickim środowisku Poznania

W II połowie lat dwudziestych XX wieku studenci Uniwersytetu Adama Mickiewicza poznawali nową dyscyplinę sportu. Proste reguły gry w ping-ponga zostały zaakceptowane przez członków AZS, Katolickich Stowarzyszeń Młodzieży (KSM), Gimnazjalnych Kół Sportowych, Stowarzyszeń Młodzieży Polskiej (SMP), Kolejowych Przynsposobień Wojskowych (KPW), oddziałów harcerskich<sup>55</sup>. Mistrzostwa Poznania (1928–1933) zdominowali zawodnicy AZS Poznań, którzy sześciokrotnie zdobywali tytuły mistrza Poznania<sup>56</sup>. W stolicy Wielkopolski w szkołach pojawiły się stoły do tenisa stołowego. W 1933 r. Poznański Okręgowy Związek Tenisa Stołowego prowadził rozgrywki o mistrzostwo klasy „A” (występował w nich AZS) i klasy „B”. Wpisowe do rozgrywek wynosiły 2,5 zł. AZS był zobowiązany opłacić składkę członkowską na rzecz PZTS w wysokości 5 zł<sup>57</sup>.

W końcu 1933 r. w lokalu AZS (Zamek–Wartownia) odbyło się Nadzwyczajne zebranie POZTS<sup>58</sup>. Przyjęto statut i wybrano zarząd. POZTS miał siedzibę w Poznaniu przy ul. Bluszczowej 4. Sekretarzem wtedy był Wacław Westfal. Okręg zrzeszał 12 klubów: AZS, H. Ciegielski, YMCA, Bar-Kochba, Korona, SMP św. Łazarza, KPW, 24 Drużyna Harcerska, SMP Żabikowo, Klub Hokejowy Czarni, ZS „Zuchowaci”<sup>59</sup>.

<sup>53</sup> „Kurier Wileńsko-Nowogrodzki” 1935, nr 306, nr 315, nr 318.

<sup>54</sup> „Kurier Wileński” 1938, nr 320. Zawody odbywały się w hali ŻAKS przy ul. W. Pohulanki 14/19.

<sup>55</sup> L. Wilczyński, *Katolickie organizacje młodzieży męskiej w Wielkopolsce 1816–1939*, Toruń 2000. „Przegląd Sportowy” 1929, nr 8.

<sup>56</sup> R. Wryk, *Akademicki Związek Sportowy 1908–1939*, s. 241.

<sup>57</sup> „Nowy Kurier” 1933, nr 239.

<sup>58</sup> „Nowy Kurier” 1933, nr 255.

<sup>59</sup> „Rocznik Sportowy” 1934, Warszawa 1935.

Indywidualnie w Mistrzostwach Poznania (1933) zwyciężył Schuelte-Noelle przed Grześkowiakiem i Sommerem (wszyscy z AZS)<sup>60</sup>. W kolejnym sezonie rozgrywkowym (1934) tytuł mistrza zdobył H. Cegielski, wicemistrza AZS, trzeci był SMP „Wojciechowo”. Indywidualnie złoty medal wywalczył Grześkowiak z AZS, srebrny Nowak z PMT, brązowy Marciniak z HCP, czwarty był Schuelte-Noelle z AZS, a dziesiąty Sommer (AZS). Mistrzostwa te odbyły się w lokalu AZS (wpisowe wynosiło 0,75 groszy)<sup>61</sup>.

Mistrzostwa Poznania w 1935 r. zdobył – KPW, wicemistrzostwo – HCP, brąz – KSM „Łazarz”, na czwartym miejscu sklasyfikowano poznański AZS. Indywidualnie mistrzostwo wygrał były zawodnik AZS – Grześkowiak (KPW), drugi był Mikoś (KPW), a trzeci Lieput z KSM, na dziewiątym miejscu sklasyfikowano Hahna z AZS<sup>62</sup>. Przy organizacji Mistrzostw Polski w Poznaniu (1935) pomagali organizacyjnie azetesiacy. Szkoda, że w tych zawodach nie wystąpił żaden z zawodników AZS<sup>63</sup>. W latach 1935–1938 dominowali zawodnicy z KPW Poznań (Sikorski) i Związku Strzeleckiego „Zuchowaci” (Szablewski)<sup>64</sup>. Działalność sekcji tenisa stołowego w AZS została czasowo zawieszona.

W okresie międzywojennym sekcje tenisa stołowego istniały w AZS przy Katolickim Uniwersytecie Lubelskim (1937)<sup>65</sup> oraz w środowisku uczelnianym Krakowa i Wolnego Miasta Gdańsk.

## Zakończenie

Ping-pong wśród studentów stał się popularny na początku lat trzydziestych XX wieku. Potwierdzają to fakty w ilości organizowanych zawodów sportowych w tej dyscyplinie sportu (mistrzostwa uczelniane, spotkania towarzyskie). AZS współorganizował Okręgowe Związki Tenisa Stołowego, a ich działacze wybierano w skład zarządów tych organizacji. Kierownicy sekcji sportowych uczestniczyli w opracowaniu regulaminów, statutów związków pingpongowych. Studenci Uniwersytetu Lwowskiego i Wileńskiego należeli do pierwszych zawodników pochodzących z Polski, którzy wystartowali w mistrzostwach świata w Pradze (1932).

---

<sup>60</sup> Zbiory W. Pięty.

<sup>61</sup> „Nowy Kurier” 1934, nr 51.

<sup>62</sup> „Nowy Kurier” 1935, nr 35.

<sup>63</sup> Zbiory W. Pięty. „Nowy Kurier” 1935, nr 49.

<sup>64</sup> „Przegląd Sportowy” 1938, nr 14.

<sup>65</sup> S. Dobosz, *80 lat AZS Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego*, Lublin 2002, s. 4.

Tenis stołowy, nazywany często ping-pongiem, przegrał rywalizację z lawn tenisem. W środowisku studenckim funkcjonował on jako dyscyplina typowo rekreacyjną.

W opracowaniach dotyczących działalności AZS w Polsce – w badanym okresie – znajdują się jedynie opisy fragmentaryczne tej gry. Zbiory archiwalne są ubogie. Wartościowym materiałem źródłowym okazały się czasopisma: „Przegląd Sportowy”, „Sport”, „Ilustrowany Przegląd Sportowy”, „Akademicki Przegląd Sportowy”, „Sportowiec”, „Raz Dwa Trzy”, „Kurier Warszawski”, „Nasz Przegląd”, „Głos Robotniczy”, „Kurier Łódzki”, „Kurier Wileńsko-Nowogrodzki”, „Gazeta Polska”, „Robotnik”, „Siedem Groszy”.

Artykuł ten wzbogaca wiedzę o tej grze w Akademickim Związku Sportowym i jest zapowiedzią wydawniczą monografii „Z dziejów Akademickiego Związku Sportowego – tenis stołowy (1928–2008)”.

## Summary

### **Table Tennis as a New Sport & Recreational Offer in Academic Sport Association in Poland (1926–1939)**

In the end of the second decade of 20<sup>th</sup> century has begun a development of this discipline in Poland. The beginnings of this game are connected with students range. Students from Polish universities Alter and Grodnicki were the first table tennis players from the country who took part in the World Championship (Prague – 1932). An unofficial Vilnius's winner became a contemporary ASA in 1926. The most popular and the best organized students section from previous times was Jews Academic Sports Association from Warsaw. ASA players during the survey time were scoring medals in Championship in Poznań, Wilno and Warsaw. Activist of institutions ASA sections were setting up a regional table tennis in Warsaw, Lviv, Poznań, Lublin and Vilnius. They popularized this sport discipline by organization of collegiate and intercollegiate Championship Table Tennis was a cheap and easy available discipline, treated as a recreational game. Table tennis fulfilled its task as a manner of active realizations of free time by students. A graduate from Jagiellonian University, doctor of law studies Maksymilian Hornyng took up a trial to appointment of Polish Table Tennis Association.

**Keywords:** History. Table Tennis. Academic Sport Association.

## Bibliografia

### A. Źródła

#### I. Źródła archiwalne

Centralne Archiwum Wojskowe w Rembertowie k. Warszawy, Akta Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przystosowania Wojskowego, sygn. 300.65.145.

#### II. Źródła drukowane

Bogusz A., „Tenis stołowy w Łodzi do 1939” (maszynopis).

Gąsiorowski A., „Tennis pokojowy w Częstochowie do 1914 roku” (maszynopis).

Pięta W., Zestawienia statystyczne indywidualnych i drużynowych mistrzostw Polski (1932–2010).

*Przewodnik Gospodarczy 1938 (województw Kieleckiego, Krakowskiego i Śląskiego)*, Sosnowiec 1937.

„Rocznik Sportowy 1934”, Warszawa 1934.

#### III. Prasa

„Gazeta Polska”

„Ilustrowany Telegram Sportowy”

„Kurier Łódzki”

„Kurier Warszawski”

„Kurier Wileńsko-Nowogrodzki”

„Nasz Przegląd”

„Nasz Przegląd Sportowy”

„Nowy Kurier”

„Nowy Sportowiec”

„Przegląd Sportowy”

„Raz Dwa Trzy”

„Robotnik”

„Siedem Groszy”

„Sport” Lwów

### B. Literatura

#### I. Publikacje

Dobosz S., *80 lat AZS Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego*, Lublin 2002.

Gąsiorowski A., *Polski ruch sportowy w Republice Litewskiej 1919–1940*, Olsztyn 2001.

Kozielski W., *Gra w ping-ponga*, Łódź 1927.

- Kulczycki R., *Tenis stołowy w Polsce 1919–1989*, Gorzów Wlkp. 1998.
- Neumann W., *Księga Adresowa Polski z 1928*, Bydgoszcz 1928.
- Pełst L., *Zamiast uroczystości jubileuszowych z okazji 10-lecia we Lwowie ten, krótki opis dorobku sportowego ofiarowuję przyszłemu pokoleniu młodzieży akademickiej*, Lwów 1934.
- Pięta W., *Tenis stołowy na Górnym Śląsku w latach 1929–2004*, Częstochowa 2005.
- Pięta W., *Tenis stołowy wśród Żydów w Polsce (1924–1949)*, Częstochowa 2008.
- Pięta W., *Table Tennis among Jews In Poland (1924–1949)*, Częstochowa 2009.
- Pięta W., *Z dziejów Akademickiego Związku Sportowego – Tennis Stołowy (1928–2008)*, Łódź 2010.
- Wilczyński L., *Katolickie organizacje młodzieży męskiej w Wielkopolsce 1816–1939*, Poznań 990.
- Wryk R., *Akademicki Związek Sportowy w Polsce*, Poznań 1990.

## **II. Prace niepublikowane**

- Gawkowski R., „Warszawskie kluby sportowe latach 1918–1939. Ich rola społeczna i kulturalna” (praca doktorska), Uniwersytet Warszawski 2007.
- Rokicki J., „Żydowskie organizacje sportowe i turystyczne w Polsce w pierwszej połowie XX w.” (praca doktorska), Uniwersytet Warszawski 2005.

Maciej Baraniak\*

## Mistrzostwa Świata Międzynarodowej Federacji w Zakopanem w 1929 r. i 1939 r.

### Streszczenie

Celem artykułu jest przedstawienie Mistrzostw Świata Międzynarodowej Federacji (FIS) organizowanych w Zakopanem w okresie międzywojennym w latach 1929 i 1939. Autor opisuje przygotowania do mistrzostw, wskazuje na zachowane materialne ślady zawodów w postaci obiektów sportowych. Prezentuje wpływ, jaki wywarły mistrzostwa na rozwój polskiego narciarstwa, a także rozkwit Zakopanego i jego popularyzację na całym świecie. W artykule usystematyzowano przebieg poszczególnych konkurencji i osiągnięte rezultaty.

**Słowa kluczowe:** narciarstwo, FIS, Mistrzostwa Świata Międzynarodowej Federacji Narciarskiej FIS, Zakopane.

Zakopane dwukrotnie organizowało w latach międzywojennych międzynarodowe mistrzostwa świata federacji narciarskiej FIS. Celem niniejszego artykułu jest przybliżenie tych największych zawodów narciarskich organizowanych pod Giewontem w okresie międzywojennym: w 1929 roku na jubileusz 10-lecia Polskiego Związku Narciarskiego, oraz w 1939 r. na jego 20-lecie. Artykuł ma również na celu zwrócenie uwagi czytelnika na wpływ, jaki wywarły te wielkie imprezy na rozwój polskiego narciarstwa, a także rozkwit Zakopanego i jego popularyzację na całym świecie.

---

\* Doktorant w Zakładzie Historii i Organizacji Rekreacji, Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie.

Historia tych zawodów doczekała się szeregu różnych opracowań. Jednakże we wszystkich tych pracach interesująca nas problematyka nie znajduje pełnego odzwierciedlenia.

W latach siedemdziesiątych ukazały się dwie pozycje książkowe, stanowiące swego rodzaju kroniki sportowe<sup>1</sup>.

Opisując dotychczasowy stan badań nad zakopiańskimi mistrzostwami, należy wspomnieć na temat wydawnictw o charakterze jubileuszowym. Dotychczas ukazały się dwa tego typu opracowania, wydane z okazji pięćdziesiątej i sześćdziesiątej rocznicy powstania PZN<sup>2</sup>.

W 2009 roku pracę doktorską dotyczącą działalności PZN w latach 1919–1989 zrealizowano w poznańskiej AWF<sup>3</sup>.

Przytoczone opracowania, pomimo swej różnej przydatności, niewątpliwie przyczyniły się do pełniejszej realizacji zadania polegającego na kompletnym przedstawieniu Mistrzostw Świata Federacji FIS w roku 1929 i 1939.

Na X Kongresie FIS – Federation Internationale de Ski (Międzynarodowa Federacja Narciarska) w 1928 r. w St. Moritz uchwalono powierzyć Polsce i Zakopanemu organizację mistrzostw świata w 1929 roku<sup>4</sup>. Odbyły się one w dniach od 5 do 10 lutego. W Zakopanem zawiązał się komitet organizacyjny, na czele z prezesem Polskiego Związku Narciarskiego inż. Aleksandrem Bobkowskim<sup>5</sup>. Dzięki jego staraniom w FIS i osobistemu zaangażowaniu Zakopane stało się organizatorem wspomnianych mistrzostw świata.

Protectorat zawodów objął prezydent Rzeczypospolitej Ignacy Mościcki, przewodnictwo honorowe – marszałek Józef Piłsudski. W skład prezydium honorowego weszli ambasadorowie i pełnomocni posłowie państw reprezentowanych na zawodach<sup>6</sup>. W związku z FIS-em w 1929 r. dokonano szeregu prac budowlanych. Za najważniejsze uznano przebudowę skoczni na Krokwi. Wybudowano nowe trybuny wachlarzowe, mogące pomieścić dwa tysiące osób. Ponadto wzniesiono cztery trybuny dla gości specjalnych, wojskowych, prasy itp. Sama skocznia została dobrze przygotowana do zawodów: zmieniono jej profil, rozbieg oraz zeskok. Po przebudowie Zakopane otrzymało jedną z największych

<sup>1</sup> J. Kapeniak, *Tatrzańskie Diabły*, Warszawa 1973; L. Fischer, J. Kapeniak, J. Matzenauer, *Kronika śnieżnych tras*, Warszawa 1977.

<sup>2</sup> *50 lat Polskiego Związku Narciarskiego 1919–1969*, red. R. Wirszyl, Kraków 1969; *Polski Związek Narciarski 1979*, red. J. Wykrota, Warszawa 1979.

<sup>3</sup> R. Kołodziej, „Działalność Polskiego Związku narciarskiego w latach 1919–1989”. Praca doktorska, AWF Poznań 2009.

<sup>4</sup> R. Dutkova, *Zakopane, czterysta lat dziejów*, Kraków 1991, s. 102.

<sup>5</sup> Aleksander Bobkowski (ur. 05.01.1885 w Krakowie) inżynier, oficer, działacz narciarski. Założyciel i prezes PZN, inicjator budowy kolejki na Kasprowy Wierch, wyciągu saniowego w Kotle Gąsienicowym i kolejki na Gubałówkę. Założyciel i prezes Ligi Popierania Turystyki.

<sup>6</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1929, nr 3, s. 2.



skocznia na świecie, umożliwiającą skoki na odległość ponad 70 metrów. Dużą uwagę zwrócono na organizację łączności i transportu. Wybudowano dodatkowe rozmównice telefoniczne, do Zakopanego oddelegowano specjalny personel pocztowy, władający obcymi językami. Od 1 do 9 lutego kursował między Zakopanem a Warszawą specjalny pociąg nocny, podobne kursy uruchomiono pomiędzy Zakopanem a Poroninem<sup>7</sup>.

Jedną z największych sensacji zawodów był udział niezwykle silnej reprezentacji angielskiej, przybywającej do Zakopanego w liczbie dwunastu osób, w tym dwóch kobiet. Rekord klubowych zgłoszeń pobił niemiecki klub w Czechach, najsilniejszy zarówno pod względem ilościowym, jak i jakościowym w Europie Środkowej, wysyłając na zawody 36 osób. Imponujący rekord ustanowiła Czechosłowacja, wysyłając do Zakopanego 59 zawodników<sup>8</sup>. Polskie barwy reprezentowało 33 zawodników: Bronisław Czech, Władysław Czech, Zdzisław Motyka, Julian Motyka, Andrzej Krzeptowski I, Andrzej Krzeptowski II, Witkowski, Michalski, Skupień, Gaśienica, Schiele, Król, Cukier, Rozmus, Graca, Gaśienica Sieczka, Żytkowicz, Karol Szostak, Antoni Szostak Rajski, Mietelski, Kolesar, Bujak, oraz panie: Staszek-Polankowa, Stopka-Olesiak, Ziętkiewiczowa, Dubieńska, Gwizdała, Sawczak-Fischerowa, Bogucka, Landówna, Lorenc, Roj<sup>9</sup>.

Program zawodów obejmował następujące konkurencje: bieg na 50 km, bieg na 18 km, dwubój klasyczny, skoki. Niezależnie od konkurencji, które odbywały się w programie oficjalnym, podczas mistrzostw świata przeprowadzono nieoficjalnie kilka konkurencji; świadczyły one o pionierskiej roli Zakopanego i jego działaczy sportowych w światowym narciarstwie.

Po raz pierwszy na świecie w zawodach firmowanych przez FIS odbył się bieg zjazdowy mężczyzn (pierwszy raz w programie oficjalnym mistrzostw świata znalazł się dopiero w 1931 r. w Murren) i bieg zjazdowy kobiet. Tu warto dodać, że konkurencja biegowa kobiet została po raz pierwszy przeprowadzona oficjalnie na mistrzostwach świata i olimpiadzie w Oslo w 1952 r. Na zakończenie mistrzostw świata w programie nieoficjalnym odbył się również wojskowy bieg patrolowy na 28 km ze strzelaniem do 13 figur z odległości 200 m<sup>10</sup>.

### **Bieg na 50 km**

4 lutego w hotelu „Morskie Oko” odbyła się odprawa zawodników biegu na 50 km. Trasa biegu prowadziła z Wilcznika na zachód aż do wsi Witów, potem

<sup>7</sup> „Przegląd Sportowy” 1929, nr 3, s. 2.

<sup>8</sup> „Przegląd Sportowy” 1929, nr 5, s. 1.

<sup>9</sup> „Przegląd Sportowy” 1929, nr 6, s. 2.

<sup>10</sup> R. Dutkowska, *Zakopane...*, s. 103.

podbieg na Gubałówkę, dalej trasa biegła grzbietem Gubałówki ze zjazdem do Poronina, następnie podbieg do Murzasichla i przez Małe Ciche do drogi Oswalda Balzera i przez Jaszczurówkę do mety na Wilczniku.

5 lutego w biegu na 50 km wystartowało 32 zawodników: Czechosłowacy, Finowie, Jugosłowianie, Łotysze, Norwegowie, Szwajcarzy, Szwedzi, Węgrzy i Polacy. W polskiej ekipie biegli: Zdzisław Motyka, Julian Motyka, Krzeptowski II, Czech, Król, Witkowski, Michalski i Gąsienica. Na starcie zabrakło Józefa Bujaka, który został wycofany przez komisję lekarską z powodu żółtaczki, oraz jednego z najlepszych polskich długodystansowców, Stanisława Wilczyńskiego, z powodu złamania nogi.

Wyniki biegu na 50 km: 1. Knuutilla (Finlandia), 2. Saarinen (Finlandia), 3. Hanson (Szwecja). Polacy: 13. Motyka, 14. Krzeptowski II, 15. Czech.

### **Bieg zjazdowy mężczyzn**

6 lutego na stokach Kasprowego Wierchu rozegrano nieoficjalny bieg zjazdowy mężczyzn. Trasę biegu podzielono na dwa etapy. Pierwszy etap ze szczytu Kasprowej Góry na Halę Gąsienicową, drugi z Kopy Magury na Halę Olczyšką. Do startu zgłosiło się 31 zawodników. Tak relacjonował bieg zjazdowy Bronisław Czech:

Już po starcie pierwszych zawodników zorientowałem się, że warunki są ciężkie ze względu na łamliwą szeń i fałdy śnieżne. Liczyliśmy częste upadki, w ten sposób klasyfikując zawodników i orientując się w ich sprawności. Wiedząc z treningów, że najlepszym zjazdowcem jest Bracken, obserwowałem specjalnie jego zjazd na całej przestrzeni od przełęczy do Hali. Początkowo jechał pięknie i pewnie, biorąc skręty z pełną szybkością, nie wytrzymał jednak szusa w kotle, zmaglowało go przed drugim szusem na fałdach śnieżnych. Pozbierał się jednak szybko, kropiąc szusa dalej. Do tego czasu można sądzić, iż jedzie wspaniale, miał dopiero jeden upadek, gdy jego poprzednicy na tym samym odcinku padali po trzy, cztery i dziesięć razy. Kropnęło go jednak jeszcze raz, gdy mijał trzecią bramkę, przy wjeździe do żlebu. Dalej już jechał bez przeszkód. Po Brackenie jechało jeszcze kilku zawodników, aż wreszcie przyszła kolej na mnie.

Nie przypuszczałem, obserwując kolegów Polaków, którzy przede mną startowali, iż ustoję owego szusa przez kocioł, toteż w miejscu pierwszego upadku Brackena postanowiłem szczególnie uważać. Jechałem szeroko, jak tramwaj i nisko, puszczając szusa wprost na fałdy, nawiane w tym miejscu. Cudem udało mi się ustać. Jednak w dalszej jeździe z nadmiaru prędkości i... nieumiejętności wyjścia z szusa zaryłem w śnieg tuż przed trzecią bramką. Zbierałem się bardzo szybko, ale z samej emocji wydało mi się to wiekiem. Pozbierawszy się, wstawiłem narty w trasę jak w szyny i „bobowaniem” zawałałem dalej. Chwilę po tym, na mecie, gdy okazało się, że mam najlepszy czas, 18 sek. lepszy od Brackena, zostałem wezwany do Pana Prezydenta Rzeczypospolitej, który ze specjalnej trybuny przyglądał się zawodom. Pan Prezydent po krótkiej rozmowie pożegnał mnie życząc mi zwycięstwa w drugim etapie. Chwila ta utkwiała mi na zawsze w pamięci<sup>11</sup>.

<sup>11</sup> „Przegląd Sportowy” 1938, nr 103, s. 3.

Wyniki biegu zjazdowego mężczyzn: 1. Bronisław Czech, 2. Bracken (Anglia), 3. Lauener (Szwajcaria). Pozostali Polacy: 7. Andrzej Krzeptowski I, 9. Władysław Czech, 14. Suleja, 17. Walczak, 20. Bujak. Poza konkursem startowały dwie Angielki: Elliot i Berker, które zajęły 13 i 14 miejsca, co jak na kobiety było wynikiem znakomitym, przewyższającym czasy wszystkich najlepszych naszych zawodników, za wyjątkiem braci Czechów i Krzeptowskiego<sup>12</sup>.

### **Bieg kobiet na 6 km**

7 lutego rozegrano bieg pań na dystansie 6 km, który nie należał do oficjalnego programu zawodów. Start znajdował się na Gubałówce, następnie trasa wiodła przez Blachówkę do Sobiczkowej, a metę wyznaczono na Wilczniku. Bieg rozegrano przy dużym mrozie  $-27$  stopni. Wystartowały 23 zawodniczki, ukończyło konkurencje 21. Faworytką tego biegu była polska reprezentantka Bronisława Staszek-Polankowa, która przybyła do mety jako pierwsza z czasem 31,34 min, wyprzedzając drugą zawodniczkę – Czeszkę Belle Friendlander-Havlową o całe 3 minuty. Trzecie miejsce zajęła również reprezentantka Polski Elżbieta Ziętkiewicz<sup>13</sup>.

### **Bieg mężczyzn na 18 km**

8 lutego rozegrano bieg na 18 km. Trasa tego biegu prowadziła wzdłuż drogi do Białego, skręcała koło willi Cieszyńianki na Żywczańskie i prowadziła poniżej drogi „Pod Regle”, aż do wyjścia z Doliny Małej Łąki – następnie powracała do „Pod Regle”, dalej przez Kiry wzdłuż zbocza Gubałówki, przez Krzeptówki, Skibówki, Lipki, Żywczańskie na Wilcznik. Trasa płaska, urozmaicona różnymi przejściami przez młodnik, potoki. Warunki śniegowe były w tym dniu doskonałe, śnieg przemarznięty, we znaki dawała się niska temperatura:  $-27$  stopni<sup>14</sup>.

Wyniki biegu: 1. Saarinen (Finlandia), 2. Knuutila (Finlandia), 3. Bergstroem (Szwecja); Polacy: 13. Motyka, 19. Krzeptowski II, 22. Michalski, 23. Motyka, 24. Skupień<sup>15</sup>.

### **Wojskowy bieg patrolowy**

9 lutego rozegrano w programie nieoficjalnym wojskowy bieg patrolowy na dystansie 28 km ze strzelaniem do 13 figur z odległości 200 metrów. Trasa biegła z Wilcznika przez Lipki, Skibówki na Halę Miętusią, dalej przez Przysłop

<sup>12</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1929, nr 38, s. 12.

<sup>13</sup> „Przegląd Sportowy” 1929 nr 7, s. 1.

<sup>14</sup> Tamże, nr 39, s. 12.

<sup>15</sup> R. Dutkowa, *Zakopane...*, s. 102.

Miętusi do Doliny Małej Łąki, stąd drogą „Pod Regłami” przez Lipki do mety. W biegu wystartowało sześć patroli: czechosłowacki, fiński, francuski, jugosłowiański, polski i rumuński. Polskim patrolem wojskowym dowodził por. Artur Kasprzyk. Zawodami kierował z ramienia polskiej armii dowódca 21 dywizji gen. Przeździecki, który po starcie patroli skikjoringiem (narciarz ciągnięty za koniem) objeżdżał punkty kontrolne do Kościelisk. Patrole przybywające do mety witane były przez orkiestrę wojskową, która odgrywała hymn państwa, którego zawodnicy przekraczali w danym momencie linię mety. Uroczystość rozdania nagród odbyła się tego samego dnia w sali bankietowej „Morskie Oko”<sup>16</sup>. Zwyciężyła drużyna Finlandii przed Polską i Rumunią<sup>17</sup>.

### **Wielki konkurs skoków**

W ramach mistrzostw FIS rozegrano na Krokwi dwa konkursy: konkurs skoków do biegu złożonego (kombinacja norweska) i otwarty konkurs skoków. W konkursie do biegu złożonego zwyciężył Ruund, drugi był Johanson, a trzeci Vinjarengen – wszyscy trzej z Norwegi. Po podsumowaniu wyników skoków i biegu mistrzem kombinacji został Norweg Vinjarengen. Bronisław Czech uzyskał bardzo dobry wynik, zajmując w klasyfikacji biegu złożonego 4 miejsce.

W niedzielę 10 lutego 1929 r. rozegrano otwarty konkurs skoków. Konkurs odbył się przy publiczności liczącej około 10 tysięcy osób, panowały bardzo dobre warunki atmosferyczne, jedynie tęgi mróz (30-stopniowy) dawał się we znaki startującym. Konkurs odbywał się ze skróconego rozbiegu, na skoczni dominowali skoczkowie norwescy, aż sześciu dostało się do pierwszej dziesiątki. Na 57 zgłoszonych zawodników wystartowało 49, sklasyfikowano 41.

Wyniki otwartego konkursu skoków: 1. Ruud (Norwegia) 57 m, 2. Johansson (Norwegia) 56 m, 3. Klepppen (Norwegia) 54 m. Polacy: 10. Bronisław Czech, 17. Franciszek Cukier, 23. Wojciech Mietelski.

10 lutego na zakończenie „FIS-u” odbyło się w salach sanatorium Czerwonego Krzyża uroczyste ogłoszenie wyników i rozdanie nagród. Uroczystość otworzył przemówieniem prezes PZN płk Bobkowski, następnie zabrał głos prezes FIS płk Holmquist, który w swoim przemówieniu wyraził słowa uznania dla komitetu organizacyjnego i pogratulował polskiej drużynie dobrych osiągnięć. Po części oficjalnej rozpoczął się raut, na którym obecni byli przedstawiciele wszystkich organizacji narciarskich, generalicji, prasy zagranicznej i krajowej<sup>18</sup>.

<sup>16</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1929, nr 39, s. 12.

<sup>17</sup> R. Dutkova, *Zakopane...*, s. 103.

<sup>18</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1929, nr 43, s. 8.

### Mistrzostwa Świata FIS w 1939 r.

Najważniejszym zagadnieniem dla polskiej delegacji na kongresie FIS w Helsinkach dnia 22 lutego 1938 r. była sprawa przyznania Zakopanemu po raz drugi prawa organizacji narciarskich mistrzostw świata. Postulat Polski, podniesiony już w 1937 na posiedzeniu w Chamonix, został przedstawiony kongresowi do aprobaty. Duże wrażenie na uczestnikach kongresu wywarła mowa prezesa PZN ministra Aleksandra Bobkowskiego, w której przedstawił w bardzo dobrym świetle Zakopane i przekonał zebranych, jaką szansą dla Polski jest organizacja „FIS-u” w 1939 roku. Decyzją kongresu przyznano Zakopanemu organizację narciarskich mistrzostw świata w 1939 roku, lecz tym razem w konkurencjach klasycznych i zjazdowych<sup>19</sup>.

Po zawodach FIS w roku 1929 ugruntował się ostatecznie tytuł dla Zakopanego „zimowej stolicy Polski”. Następną przełomową datą dla Zakopanego był rok 1933. W tym roku uzyskuje ono prawa miejskie, a Ministerstwo Komunikacji, pod które podlega w owym czasie turystyka, przejmuje pieczę nad organizacją mistrzostw. Patronuje ono odtąd szerokiej akcji budowy nowych obiektów, pod kierownictwem wiceministra inż. Aleksandra Bobkowskiego, prezesa Polskiego Związku Narciarskiego i Ligi Popierania Turystyki. Nadchodzący termin międzynarodowych zawodów dyktował ostre tempo inwestycji. Dobra koniunktura gospodarcza po okresie kryzysu wybitnie sprzyjała sprawnemu ich przeprowadzeniu.

W tym czasie zaszły ważne zmiany w sprawach własnościowych w Tatrach. Władysław Zamoyski włączył swe dobra zakopiańskie do stworzonej wraz z matką Jadwigą i siostrą Marią Fundacji „Zakłady Kórnickie”, które następnie przekazał narodowi dla celów nauki, oświaty i kultury<sup>20</sup>.

20 grudnia 1938 r. oddano do użytku wyciąg saniowy w Kotle Goryczkowym, nową nartostradę przez Halę Gąsienicową i przełęcz Oblaz do Kuźnic, hotel turystyczny na Kalatówkach i drogę samochodową do niego, kolejkę widokową na Gubałówkę, stadion narciarski pod Krokwią, garaże Ligi Popierania Turystyki, stacje obsługi, kolejową stację postojową na Spyrkówce, mającą odciążać dworzec zakopiański. Unowocześniono i przebudowano ulice: Kościuszki, Zamoyskiego, Chałubińskiego.

Budowa obiektów postępowała w niezwykle szybkim czasie i na wysokim poziomie. Stawiano na europeizację Zakopanego. Powstałe z okazji „FIS-u” obiekty miały stanowić o nowym obliczu miasta<sup>21</sup>.

<sup>19</sup> „Przegląd Sportowy” 1938, nr 16, s. 2.

<sup>20</sup> Z.W. Paryscy, *Wielka Encyklopedia Tatrzańska*, Poronin 1995, s. 1389.

<sup>21</sup> „Turysta w Polsce” 1938, nr 2, s. 10, „Raz Dwa Trzy” 1939, nr 5, s. 15.

24 lipca 1935 roku zostało utworzone kierownictwo budowy kolejki linowej na Kasprowy Wierch, a 1 sierpnia rozpoczęto prace budowlane w terenie.

W okresie od sierpnia 1935 do lutego 1936 r. powstały trzy stacje kolejki linowej na Kasprowy Wierch, wzniesione według projektu małżeństwa inżynierów architektów Anny i Aleksandra Kodelskich. Głównym wykonawcą kolei była niemiecka firma Bleichert. Dolna stacja znajduje się w Kuźnicach na wysokości 1023 m n.p.m., pośrednia stacja znajduje się na Myślenickich Turniach na wysokości 1352 m n.p.m. i pełni podwójną rolę: jako pomieszczenie siłowni i punktu przesiadkowego. Końcowa stacja umieszczona pod wierzchołkiem Kasprowego Wierchu na wysokości 1959 m. n.p.m., łączy ze sobą wiele zadań: górnego dworca, punktu widokowego, restauracji, schroniska, dyżurki TOPR i placówki Straży Granicznej<sup>22</sup>.

W lipcu 1938 r. na polanie Kalatówki rozpoczęto budowę hotelu górskiego Tatrzańskiego Towarzystwa Narciarzy w Krakowie, które od roku 1912 posiadało tu drewniane schronisko (spalone podczas I wojny światowej). Inicjatywa wyszła od A. Bobkowskiego, ministerstwo bowiem wychodziło z założenia, że gospodarka turystyczna w górach powinna być prowadzona przez organizacje z nimi związane. W ciągu pięciu miesięcy „powstał wielki gmach o pięciu kondygnacjach. Celem było stworzenie samodzielnego ośrodka życia sportowego i towarzyskiego, połączonego z Kuźnicami linią autobusową. Fakt ten łącznie z dogodną konfiguracją terenu, która sprawia, że Kalatówki posiadają nie tylko doskonale tereny ćwiczebne dla narciarzy, lecz również i stok slalomowy (w Suchym Żlebie), jeden z najlepszych w Europie, na którym w tym sezonie będą rozegrane Mistrzostwa Świata, czyni z Kalatówek miejsce nadające się świetnie na powstanie w przyszłości samodzielnego ośrodka typu alpejskiego”<sup>23</sup>.

Kolejną inwestycją, która powstała z okazji „FIS-u”, jest kolej linowo-terenowa na Gubałówkę wraz z należącymi do niej budynkami obu stacji, restauracji i hotelu. Kompleks został wybudowany w ekspresowym tempie, w ciągu 168 dni. Gubałówka była trzecią kolejką górską w Polsce, po kolejce na Kasprowy Wierch i na Górę Parkową w Krynicy. Budowie patronowała Liga Popierania Turystyki. Dzięki tej inwestycji Zakopane uzyskało szybkie i wygodne połączenie z Pasmem Gubałowskim, zaś mieszkańcy okolicznych osiedli i wsi dogodne połączenie z Zakopanem. Górna stacja znajduje się na wysokości 1120 m n.p.m. Kompleks powstał według projektu architektów: Arseniusza, Szwemina i Stokowskiego<sup>24</sup>.

<sup>22</sup> J.Z., *Kolej Linowa na Kasprowy Wierch*, „Architektura i Budownictwo” 1936, nr 12, s. 390.

<sup>23</sup> TTN, „Jedziemy na FIS” 1939, nr 1, s. 1.

<sup>24</sup> S. Marzyński, *Nowe inwestycje turystyczne w Polsce*, „Architektura i Budownictwo” 1939, nr 4/5, s. 9–23.

Przebudowano po raz kolejny skocznnię na Krokwi. Zwiększono stromiznę rozbiegu do 35°, cofnięto próg o dwa i pół metra i podwyższono o 73 cm. Przebudowano zeskok przez oddalenie punktu krytycznego do 80 metrów. Gruntownie zmieniono wybieg, zmieniono usytuowanie wieży sędziowskiej, tak aby między oczami sędziów a skoczkiem była odległość pozwalająca na prawidłową ocenę stylu. Wybudowano domek dla zawodników oczekujących na start<sup>25</sup>.

6 listopada 1938 roku gościł w Zakopanem sekretarz generalny FIS Norweg Kieland. Przyjechał on celem inspekcji tras i obiektów przygotowanych na mistrzostwa świata. W towarzystwie kierowników poszczególnych konkurencji zwiedził nowe trasy zjazdowe FIS 1 i FIS 2 oraz teren slalomowy w Suchym Żlebie na Kalatówkach. Odwiedził również budowany hotel turystyczny na Kalatówkach. Wszystkie trasy i obiekty uzyskały pełną aprobatę sekretarza, który stwierdził, iż odpowiadają one w pełni wymogom regulaminu FIS<sup>26</sup>.

Wielkie otwarcie zawodów FIS odbyło się 11 lutego 1939 roku na stadionie PZN pod Krokwią. Otwarcia dokonał Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Ignacy Mościcki. Przemawiali: prezes Międzynarodowej Organizacji Narciarskiej FIS mjr. Oestgaard i prezes Polskiego Związku Narciarskiego Aleksander Bobkowski. Po przemówieniach odbyła się prezentacja poszczególnych ekip. Chorążym polskiej drużyny był Stanisław Marusarz<sup>27</sup>. W Zakopanem stanęło na starcie blisko 500 zawodników z 14 państw. Ponadto przybyło 200 dziennikarzy, a przebieg zawodów transmitowało 7 radiofonii europejskich. Niestety, tym razem nie dopisała pogoda. Wojsko pracowało w dzień i w nocy, wożąc z gór śnieg na trasy i skocznnię. Uroczystość otwarcia odbyła się w ulewnym deszczu, bieg zjazdowy kobiet i mężczyzn na trasie FIS 2 przy mglistej pogodzie, slalom w Suchym Żlebie na Kalatówkach w czasie szalejącej burzy śnieżnej, która zwała transparent na mecie, raniąc sędziego, bieg rozstawny 4 x 10 km na Gubałówce przy przymrozku, konkurs skoków po świeżym opadzie śniegu, uroczystość zamknięcia zawodów podczas szalejącej zawieruchy<sup>28</sup>.

Mistrzostwa świata odbyły się w dniach 11–19.02.1939 r. Rozegrano następujące konkurencje: bieg zjazdowy mężczyzn, bieg zjazdowy kobiet, slalom mężczyzn, slalom kobiet, kombinacja alpejska mężczyzn, kombinacja alpejska kobiet, bieg rozstawny 4 x 10 km, bieg na 18 km, dwubój klasyczny, bieg na 50 km, skoki. Poza konkursem odbył się wojskowy bieg patrolowy.

<sup>25</sup> „Przegląd Sportowy” 1938, nr 103, s. 7.

<sup>26</sup> „Przegląd Sportowy” 1938, nr 92, s. 2.

<sup>27</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1939, nr 44, s. 1; „Raz Dwa Trzy” 1939, nr 8, s. 2.

<sup>28</sup> L. Fiszer, *Z kart kroniki polskiego narciarstwa*, Kraków 1969, s. 25.

### Bieg zjazdowy

12 lutego 1939 r. na Kasprowym Wierchu rozegrano bieg zjazdowy pań i panów. Impreza zgromadziła tłumy kibiców, przybył także prezydent Ignacy Mościcki. Bieg zjazdowy odbył się na trasie FIS 2. Prowadziła ona z Kasprowego Wierchu na tzw. Wywierzyska, do mety na Kalatówkach. Długość trasy wynosiła 3600 metrów, przy różnicy wzniesień 800 m. Bieg zjazdowy pań odbył się na krótszej trasie, start znajdował się 400 metrów poniżej szczytu Kasprowego Wierchu. W zawodach wzięło udział 37 mężczyzn i 24 panie.

Wyniki biegu zjazdowego mężczyzn: 1. Lantoschner (Niemcy), 2. Jennewein (Niemcy), 3. Moltor (Szwajcaria).

Wyniki biegu zjazdowego kobiet: 1. Cranz (Niemcy), 2. Resch (Niemcy), 3. Gödl (Niemcy).

Polscy zawodnicy nie odegrali znaczącej roli w tej konkurencji. Najlepiej wypadł najstarszy reprezentant Bronisław Czech, który zajął 20. miejsce. Kolejne miejsca Polaków: 26. Karol Zając, 32. Marian Zając. Wśród kobiet najlepsze miejsce zajęła Zofia Stopkówna, plasując się na 19 pozycji, następnie Maria Marusarz na miejscu 21. i Jadwiga Bernetówna na pozycji 23. Polska reprezentacja osłabiona była brakiem faworytki, Heleny Marusarzówny, która odniosła kontuzję w trakcie treningów i nie mogła wziąć udziału w biegu<sup>29</sup>.

### Bieg sztafetowy 4 x 10 km

Pierwsza próba sił w konkurencji klasycznej natrafiła na zmienne warunki atmosferyczne. W ostatniej chwili zmieniono miejsce rozgrywania biegu ze stadionu narciarskiego pod Krokwią na północny stok Gubałówki, gdzie panowały lepsze warunki śniegowe. Na starcie stanęło 10 narodowych drużyn.

Wyniki biegu sztafetowego 4 x 10 km: 1. Finlandia, 2. Szwecja, 3. Włochy, 8. Polska w składzie: Karpiel, Matuszny, Orlewicz, Nowacki<sup>30</sup>.

### Slalom

Slalom odbył się w Suchym Żlebie nad Kalatówkami. Trasa slalomu miała długość 600 m, przy różnicy wzniesień 185 m. Wystartowało 36 zawodników, ukończyło 30. Na trasie znajdowało się 85 bramek. Organizatorzy czekali na decyzję wydziału zawodów FIS, który uznał początkowo, że trasa po ostatniej odwilży nie nadaje się do zawodów. Po kilkugodzinnym oczekiwaniu na decyzję

<sup>29</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1939, nr 45, s. 1; „Raz Dwa Trzy” 1939, nr 8, s. 5.

<sup>30</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1939, nr 48, s. 1.



wydział sportowy zgodził się na rozpoczęcie slalomu i wtedy rozpoczęła się szalona zadymka, która chwilami zupełnie zakrywała pole widzenia<sup>31</sup>.

Wyniki slalomu mężczyzn: 1. Rominger (Szwajcaria), 2. Jennewein (Niemcy), 3. Walch (Niemcy). Polacy: 15. Schindler, 16. Zając, 17. Czech.

Równocześnie obliczono wyniki kombinacji alpejskiej mężczyzn o mistrzostwo świata, które przedstawiały się następująco: 1. Jennewein (Niemcy), 2. Walch (Niemcy), 3. Romminger (Szwajcaria). Polacy: 15. Schindler, 16. Czech, 22. Zając.

W klasyfikacji drużynowej w kombinacji alpejskiej pierwsze miejsce zajęli Niemcy, przed Szwajcarami i Norwegami. Polska drużyna uplasowała się na 6. miejscu.

Wyniki slalomu kobiet: 1. Cranz (Niemcy), 2. Schand (Szwajcaria), 3. Nilson (Szwecja). Polki: 8. Stopkówna, 9. Marusarzówna.

Wyniki kombinacji alpejskiej kobiet: 1. Cranz (Niemcy), 2. Schand (Szwajcaria), 3. Resch (Niemcy). Polki: 8. Stopkówna, 12. Marusarzówna<sup>32</sup>.

### **Bieg na 18 km**

15 lutego odbył się bieg na 18 km. Trasa biegła północnymi stokami Gubałówki. Różnica wzniesień wynosiła 200 m. Konkurencja była bardzo duża, wystartowało 100 zawodników. Bieg na 18 kilometrów był biegiem łączonym, a więc zaliczany zarówno do klasyfikacji otwartej, jak i do kombinacji. Jednak w pierwszej dziesiątce nie znalazł się żaden kombinator, tylko sami biegacze specjaliści. Pierwszym kombinatorem w klasyfikacji był Makkinen (Finlandia), dopiero na miejscu 15.

Wynik biegu na 18 km: 1. Kurikkala (Finlandia), 2. Karppinen (Finlandia), 3. Pahlin (Szwecja). Polacy: 36. Matuszny, 38. Nowacki, 51. Zubek, 55. Marusarz<sup>33</sup>.

Wyniki biegu złożonego, w skład którego wchodził bieg na 18 km i skoki: 1. Brauer (Niemcy), Sellin (Szwecja), 3. Fosseide (Norwegia). Polacy: 4. Andrzej Marusarz, 7. Stanisław Marusarz, 8. Wnuk, 11. Woyna-Orlewicz<sup>34</sup>.

### **Bieg na 50 km**

Narciarski maraton na dystansie 50 km rozegrano 18 lutego na trasie ze startu na Gubałówce w stronę Furmanowej, przez Nowe Bystre do Dzianisza, by po obejściu Iwańskiego Wierchu przez Płazówkę i Butorową wrócić na metę. Powyższa trasa miała długość 25 km i zawodnicy musieli pokonać ją dwukrotnie. Do biegu wystartowało 50 zawodników, ukończyło 41. Faworyt biegu Norweg

<sup>31</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1939, nr 47, s. 1.

<sup>32</sup> Tamże; „Raz Dwa Trzy” 1939, nr 9, s. 4.

<sup>33</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1939, nr 48, s. 1.

<sup>34</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1939, nr 49, s. 1.

Bergendahl od pierwszego etapu znajdował się na prowadzeniu, niesamowitego Norwega zaciekle gonił Fin – Karppinen. Bergendahl miał kłopoty na trasie biegu z wiązaniem i wymienił nartę na inną. Przepisy zezwalały na wymianę narty tylko pod warunkiem jej złamania. Norweg narty nie złamał i Finowie mogli złożyć protest, który mógł wykluczyć fenomenalnego Norwega, jednak odstąpili od takiej możliwości i Bergendahl został mistrzem świata.

Wyniki biegu na 50 km: 1. Bergendahl (Norwegia), 2. Karppinen (Finlandia), 3. Gjösline (Norwegia). Polacy: 11. Zubek, 22. Fąfrowicz, 24. Marduła, 28. Krysiak. Bieg został zorganizowany perfekcyjnie. Polskie Radio prowadziło z trasy biegu transmisje do siedmiu krajów. Aparatura mieściła się w namiocie na Gubałówce. Na trasie biegu ustawiono 8 stałych punktów mikrofonowych, z których podawano na bieżąco relację z zawodów<sup>35</sup>.

### Otwarty konkurs skoków

Konkurs skoków odbył się 19 lutego 1939 roku. Na stadionie pod Krokwią zebrało się około 30 000 widzów. Stadion został na ten uroczysty dzień wspianiale udekorowany. Warunki śnieżne były jednak trudne, dlatego od wczesnego ranka rozpoczęto pod kierunkiem płk. Wagnera przygotowania skoczni. Do konkursu zgłoszono 68 zawodników, startowało 48, sklasyfikowano 30. Skocznia ze względu na świeżo spadły śnieg i zlodzony zeskok była dość trudna. Sędziowie orzekający zarządzili drugą serię skoków ze skróconego rozbiegu. Na starcie zebrała się elita najlepszych skoczków świata. Faworytami konkursu byli Norwegowie i Niemcy, którzy przyswoili sobie norweski styl skoków. Wśród Polaków największe nadzieje pokładano w skokach Stanisława Marusarza i młodego zakopiańczyka Jana Kuli. Kula na treningu przed oficjalnymi zawodami osiągnął odległość 85,5 metra, co było nowym nieoficjalnym rekordem Wielkiej Krokwi.

Wyniki konkursu skoków: 1. Bradl (Niemcy), 2. Round (Norwegia), 3. Kongsgaard (Norwegia). Polacy: 5. Stanisław Marusarz, 11. Kula, 15. Andrzej Marusarz<sup>36</sup>.

### Wojskowy bieg patrolowy

Piątek 17 lutego 1939 roku był dniem wolnym w ramach oficjalnego programu mistrzostw FIS. Dzień ten poświęcono na wojskowy bieg patrolowy ze strzelaniem, który nie był uznawany za oficjalną konkurencję FIS.

Do biegu zgłoszono 7 patroli: fiński, włoski, szwedzki, niemiecki, węgierski, polski i rumuński. Polski patrol przygotowywał się do startu na obozie trenin-

<sup>35</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1939, nr 51, s. 1; „Raz Dwa Trzy” 1939, nr 9, s. 15.

<sup>36</sup> „Ilustrowany Kurier Codzienny” 1939, nr 52, s. 1; „Raz Dwa Trzy” 1939, nr 9, s. 3.

gowym w Kirach, pod okiem austriackiego trenera Seppa Röhrla. Postać trenera Röhrla zapisała się na ciemnych kartach wojennej historii Zakopanego<sup>37</sup>.

Bieg odbył się na trasie pod Reglami. W pobliżu skoczni treningowej znajdowała się strzelnica, na której zawodnicy po przebiegnięciu 18,5 km oddawali po trzy strzały do kolorowych balonów.

Wyniki biegu patrolowego: 1. Niemcy (Gaum, Zangl, Schaumann, Speckbacher), 2. Szwecja (Hjukstrom, Hjukstron, Ostensson, Svelender), 3. Polska (Hamburger, Haratyk, Czeczor, Wawrzacz)<sup>38</sup>.

Zamknięcie zawodów FIS w 1939 r. w Zakopanem odbyło się na stadionie pod Krokwią w niedzielę 19 lutego. Przed trybuną honorową ustawione były pocztysztandarowe państw biorących udział w zawodach. Uroczystość rozpoczęła się od rozdania nagród dla zwycięzców konkursu skoków i biegu na 50 km. Zawody zamykał przemówieniem prezes FIS mjr Oestgaard i min. Aleksander Bobkowski<sup>39</sup>.

Organizacja narciarskich mistrzostw świata odegrała dużą rolę w historii Zakopanego i polskiego narciarstwa. Dzięki mobilizacji grupy fanatyków narciarstwa powstały liczne obiekty sportowe, funkcjonujące do dnia dzisiejszego. Od przeszło 70. lat nie udało się wybudować w Tatrach stacji narciarskiej na miarę Kasprowego Wierchu czy też Gubałówki.

Bardzo duży postęp w narciarstwie, a w szczególności rozwój dyscyplin zjazdowych, notuje się w latach 1930–1939. W tych latach starty zakopiańczyków w zawodach międzynarodowych liczy się już w setkach. Udział w mistrzostwach licznej rzeszy dziennikarzy spowodował rozpropagowanie Zakopanego w kraju i zagranicą. Niewiele jest takich miast na świecie, gdzie tyle razy spotykali się najlepsi sportowcy z całego świata: norweskie Oslo, szwedzkie Fallun, fińskie Lahtii, austriacki Innsbruck i polskie Zakopane.

---

<sup>37</sup> Sepp Röhl – obywatel Austrii. Przybył do Zakopanego w 1937 na zaproszenie PZN, by wziąć udział w slalomie specjalnym, rok później został zaangażowany w charakterze instruktora narciarskiego. W sezonie letnim pracował w Warszawie jako instruktor tenisa. W październiku 1939 powrócił do Zakopanego jako pracownik Gestapo. Posiadając dużą wiedzę na temat środowiska narciarskiego, przyczynił się do aresztowań wielu znanych działaczy i sportowców.

<sup>38</sup> „Raz Dwa Trzy” 1939, nr 9, s. 14.

<sup>39</sup> „Przegląd Sportowy” 1939, nr 52, s. 1.

## Summary

### **World Championships of the International Federation (FIS) in Zakopane, in the Years 1929 and 1939**

The aim of the article is to present the World Championships of the International Federation (FIS) organized in Zakopane in the period between the two world wars, in the years 1929 and 1939. The author describes the preparations for the championships, points out some sport buildings, which survived till the present times, as the material evidence of the competitions. He also shows the influence of the championships upon the development of Polish skiing, as well as the development of Zakopane and its popularization all over the world. The particular sport contests and the achieved results were systematized in the article.

**Keywords:** skiing, FIS, World Championships of the International Federation (FIS), Zakopane.

## Bibliografia

### A. Źródła

#### I. Prasa

„Ilustrowany Kurier Codzienny”, Kraków 1929–1939

„Przegląd Sportowy”, Kraków 1929–1939

„Raz Dwa Trzy”, Kraków 1939

„Turysta w Polsce”, Kraków 1938

#### B. Literatura

Dutkova R., *Zakopane, czterysta lat dziejów*, Kraków 1991.

Fiszer L., Kapeniak J., Matzenauer M., *Kronika śnieżnych tras*, Warszawa 1977.

Fiszer L., *Z kart kroniki polskiego narciarstwa*, Kraków 1969.

Marzyński S., *Nowe inwestycje turystyczne w Polsce*, „Architektura i Budownictwo” nr 4/5, s. 9–23, Warszawa 1939.

Paryscy Z.W., *Wielka Encyklopedia Tatrzańska*, Poronin 1995.

Wirszyl R., *50 lat Polskiego Związku Narciarskiego 1919–1969*, Kraków 1969.

Wykrota J., *Polski Związek Narciarski 1979*, Warszawa 1979.

Z.J., *Kolej linowa na Kasprowy Wierch*, „Architektura i Budownictwo” nr 12, s. 390, Warszawa 1936.

#### Prace niepublikowane

Kołodziej R., „Działalność Polskiego Związku Narciarskiego w latach 1919–1989”, AWF Poznań 2009.

Daniel Bakota\*

## **Stan badań nad dziejami ruchu sportowego w województwie częstochowskim w latach 1975–1998**

### **Streszczenie**

W niniejszym artykule przedstawiono stan badań nad dziejami ruchu sportowego w województwie częstochowskim w latach 1975–1998. Omówione opracowania monograficzne, rozprawy i artykuły, które publikowano w pracach zbiorowych, ukazywały historię sportu na terenie województwa częstochowskiego. Publikacje te, powstałe dzięki historykom kultury fizycznej, najczęściej dotyczyły genezy i działalności Akademickiego Związku Sportowego, Szkolnego Związku Sportowego, Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół”, jak również klubów sportowych. Były to opracowania w większości dotyczące dziejów organizacji i towarzystw sportowych oraz społecznych z terenu Częstochowy.

**Słowa kluczowe:** kluby sportowe, sport w województwie częstochowskim, stan badań.

### **I**

Celem pracy jest przedstawienie stanu badań nad dziejami ruchu sportowego w województwie częstochowskim w latach 1975–1998.

Powstanie województwa częstochowskiego, zgodnie z ustawą sejmową 1 czerwca 1975 r., zainicjowało nowy etap dziejów Częstochowy i regionu. Województwo częstochowskie znalazło się wówczas, w wyniku decyzji władz cen-

---

\* Mgr, asystent w Instytucie Kultury Fizycznej Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie.

tralnych, wśród 49 nowo utworzonych województw w kraju. W jego skład weszło 10 miast, 7 zespolonych miast i gmin oraz 51 gmin<sup>1</sup>.

Dla działalności sportowej były to jednak czasy borykania się z problemami finansowymi, wynikającymi z ograniczonej pomocy państwa, jak również z prywatyzacji zakładów pracy (po roku 1989), które rezygnowały z dofinansowywania zakładowych klubów sportowych. Przeobrażenia ustrojowe narastające w szybkim tempie od 1989 r. bardzo negatywnie wpłynęły na stan sportu masowego i wyczynowego.

W latach 1990–1994 zanotowano około 80-procentowy spadek nakładów finansowych na kulturę fizyczną i sport, zaniechano wielu inwestycji sportowych, nastąpiła likwidacja klubów i sekcji sportowych, jak również ograniczono kadrowo liczbę pracujących z dziećmi i młodzieżą trenerów i instruktorów<sup>2</sup>.

## II

Problematykę dziejów kultury fizycznej w Polsce w II połowie XX w., w tym również sportu jako jednej z form uczestnictwa w kulturze fizycznej, podejmowano m.in. w publikacjach Jerzego Gaja, Kajetana Hądzelka, Mirosława Ponczka, Leonarda Szymańskiego i Bernarda Woltmanna<sup>3</sup>.

Stan badań dotyczący dziejów kultury fizycznej (sportu) w Polsce w latach 1975–1998 należy ocenić jako niezadowalający. Problematyka kultury fizycznej (sportu) w jednostkach administracyjnych (województwach) w latach 1975–1998 podejmowana była głównie w dysertacjach doktorskich. Z tego zakresu zakończono przewody doktorskie Renaty Golanko, Juliana Jaroszewskiego, Jarosława

<sup>1</sup> A. Laskowski, *Organizacja i układ administracyjny województw*, „Ziemia Częstochowska”, t. XII: *Województwo częstochowskie. Szkice monograficzne w rozwoju społeczno-gospodarczym*, red. M. Stańczyk, Częstochowa 1978, s. 22–28.

<sup>2</sup> J. Gaj, P. Pieczyński, R. Urban, *Sport w Polsce w okresie transformacji ustrojowej*, [w:] *Zarys historii sportu w Polsce 1867–1997*, red. J. Gaj, B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 1999, s. 206.

<sup>3</sup> M.in. J. Gaj, *Wychowanie fizyczne i sport w Polsce Ludowej*, Warszawa 1987; J. Gaj, K. Hądzelek, *Dzieje kultury fizycznej w Polsce w XIX i XX wieku*, Poznań 1991; J. Gaj, K. Hądzelek, *Dzieje kultury fizycznej w Polsce*, Poznań 1997; *Sport w województwie gorzowskim w latach 1975–1990*, red. J. Gaj, B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 1993; *Zarys historii sportu w Polsce 1867–1997*, red. J. Gaj, B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 1999; M. Ponczek, *Kultura fizyczna a Kościół rzymskokatolicki w Polsce po II wojnie światowej*, Katowice 2003; L. Szymański, *Kultura fizyczna i turystyka w polityce Polski Ludowej 1944–1989*, Wrocław 2004; L. Szymański, *Parlament Polski wobec problemów kultury fizycznej 1944–1980*, Wrocław 1990; L. Szymański, *Sejm lat osiemdziesiątych wobec problemów kultury fizycznej w Polsce*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. V, red. B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 2002, s. 313–329; L. Szymański, *Ze studiów nad modelem kultury fizycznej w Polsce Ludowej 1944–1980*, Wrocław 1984.

Jaszczura-Nowickiego, Pawła Króla, Pawła Świdra i Krzysztofa Warchoła<sup>4</sup>. Ponadto z zakresu powyższej tematyki otwarto następujące przewody doktorskie: Dariusz Grzyb – „Rozwój kultury fizycznej w województwie nowosądeckim w latach 1975–1998”; Lesław Lassota – „Rozwój kultury fizycznej w województwie zamojskim w latach 1975–1989”; Iwona Pezdan-Śliż – „Rozwój kultury fizycznej w województwie rzeszowskim w latach 1975–1998”.

Na ziemi częstochowskiej badania naukowe nad historią ruchu sportowego, a szczególnie nad dziejami sportu szkolnego w Częstochowie, prowadzili Eligiusz Małolepszy i Juliusz Sętowski. W publikacji pt. *Działalność Szkolnego Związku Sportowego w Częstochowie w latach 1953–2003* przedstawili m.in. uwarunkowania prawno-organizacyjne i finansowe działalności Szkolnego Związku Sportowego w Częstochowie, współzawodnictwo sportowe uczniów szkół podstawowych i średnich, sukcesy sportowców szkół częstochowskich na arenie wojewódzkiej i ogólnopolskiej oraz sukcesy kadry oświatowej w koszykówce, piłce nożnej, piłce siatkowej, tenisie stołowym i innych dyscyplinach. W opracowaniu tym zamieszczono również biogramy osób związanych ze sportem szkolnym w Częstochowie<sup>5</sup>.

Na temat sportu szkolnego ukazała się także praca Renaty Krystek, stanowiąca przyczynek do przedstawienia działalności Szkolnego Związku Sportowego w Częstochowie w latach 1989–1998<sup>6</sup>.

Problematyka sportu szkolnego, szczególnie w okresie transformacji ustrojowej, znalazła miejsce w artykule Eligiusza Małolepszego pt. *Kultura fizyczna w województwie częstochowskim w latach 1989–1998 (na przykładzie wybranych gmin)*. Zamieszczone w nim informacje dotyczyły stanu bazy sportowej i rywalizacji uczniów w następujących gminach województwa częstochowskiego: Blachownia, Kłomnice, Poraj, Przyrów, Radków, Secemin i Szczekociny<sup>7</sup>.

<sup>4</sup> R. Golanko, *Kultura fizyczna w województwie białkopodlaskim w latach 1975–1995*, AWF Poznań 1999; J. Jaroszewski, *Kultura fizyczna na Ziemi Kaliskiej w latach 1892–1998*, AWF Poznań 2008; J. Jaszczur-Nowicki, *Infrastruktura sportowa województwa elbląskiego w latach 1975–1995*, AWF Gdańsk 1997; P. Król, *Kultura fizyczna w województwie tarnobrzesckim w latach 1975–1998*, AWF Poznań 2004; P. Świder, *Kultura fizyczna w województwie krośnieńskim w latach 1975–1998*, ZWKF Gorzów Wlkp. 2007; K. Warchoń, *Kultura fizyczna w województwie przemyskim w latach 1975–1998*, AWF Warszawa 2000.

<sup>5</sup> *Działalność Szkolnego Związku Sportowego w Częstochowie w latach 1953–2003*, red. E. Małolepszy, J. Sętowski, Częstochowa 2006.

<sup>6</sup> R. Krystek, *Sport szkolny w działalności Szkolnego Związku Sportowego w Częstochowie w latach 1989–1998. Materiały do wykorzystania przez nauczycieli wychowania fizycznego*, Częstochowa 2001.

<sup>7</sup> E. Małolepszy, *Kultura fizyczna w województwie częstochowskim w latach 1989–1998 (na przykładzie wybranych gmin)*, „Studia Humanistyczne”, nr 2, Kraków 2002, s. 41–49.

Rywalizacja sportowa na szczeblu szkolnym ukazana została również w opublikowanej w 2009 r. pracy Artura Kity pt. *Uczniowski Klub Sportowy „Gol” Częstochowa. Geneza i rozwój kobiecej drużyny piłkarskiej (1996–2008)*. Autor oprócz zmagania sportowych zaprezentował w monografii genezę częstochowskiego klubu piłki nożnej kobiet, jego uwarunkowania organizacyjne i finansowe oraz bazę sportową. Najwięcej uwagi poświęcił jednak działalności sportowej klubu<sup>8</sup>.

Treści dotyczące współzawodnictwa sportowego i sukcesów uczniów zawarto w monografiach szkół podstawowych i średnich<sup>9</sup> oraz w informatorze o Gimnazjum i Liceum im. Henryka Sienkiewicza w Częstochowie<sup>10</sup>. Ponadto informacje, dotyczące klas i szkół sportowych oraz szkół mistrzostwa sportowego na terenie Polski, zamieszczono w artykule Bożeny Maksimowskiej<sup>11</sup>. Należy również zwrócić uwagę, iż w jednym z informatorów wydanych z okazji organizacji VII Ogólnopolskiej Spartakiady Młodzieży w Częstochowie zaprezentowano w sposób rzetelny szczegółowy program zawodów w takich dyscyplinach, jak: akrobatyka sportowa, boks, gimnastyka artystyczna, gimnastyka sportowa, judo, koszykówka, piłka siatkowa, podnoszenie ciężarów, szermierka, tenis stołowy oraz zapasy w stylu klasycznym i wolnym<sup>12</sup>.

Istotny wkład do stanu badań nad dziejami ruchu sportowego w województwie częstochowskim w latach 1975–1998 wniosły rozprawy i opracowania monograficzne klubów sportowych.

<sup>8</sup> A. Kita, *Uczniowski Klub Sportowy „Gol” Częstochowa. Geneza i rozwój kobiecej drużyny piłkarskiej (1996–2008)*, Częstochowa 2009.

<sup>9</sup> K. Albrycht i inni, *10 lat VIII Liceum Ogólnokształcącego Samorządowego w Częstochowie 1994–2004*, Częstochowa 2004; N. Giersztof, M. Kaczmarek, *Monografia SP 39 im. M. Konopnickiej w Częstochowie 1965–2005*, Częstochowa 2005; *Czterdzieści dwa lata Czterdziestej Drugiej: Szkoła Podstawowa nr 42 im. Jana Brzechwy w Częstochowie 1966–2008*, red. J. Górecki, J. Sętowski, Częstochowa 2008; I. Kociołek, U. Zaleska, *Z tradycją w XXI wiek. Monografia Gimnazjum i Liceum im. Juliusza Słowackiego w Częstochowie*, Częstochowa 2007; J. Kołodziejski, *II Liceum Ogólnokształcące im. Romualda Traugutta w Częstochowie w latach 1920–2000*, Częstochowa 2000; J. Kołodziejski, *85 lat Gimnazjum i Liceum im. Romualda Traugutta w Częstochowie 1920–2005*, Częstochowa 2005; *Monografia (1949–2004) V Liceum Ogólnokształcącego im. Adama Mickiewicza w Częstochowie*, Częstochowa 2004; *80 lat Zespołu Szkół im. Jana Kochanowskiego w Częstochowie*, Częstochowa 2002; *50 lat Zespołu Szkół Ekonomicznych w Częstochowie*, Częstochowa 2001; *IV Liceum Ogólnokształcące im. Henryka Sienkiewicza w Częstochowie 1862–2007. Szkoła, nauczyciele, wychowankowie. Monografia*, red. J. Sętowski, Częstochowa 2007; *XXX-lecie Zespołu Szkół im. C.K. Norwida. Monografia szkoły*, Częstochowa 1995; S. Zatoński, *Pół wieku Szkoły Rolniczej w Złotym Potoku 1948–1998*, Złoty Potok 1998.

<sup>10</sup> *Informator o Gimnazjum i Liceum im. H. Sienkiewicza*, Częstochowa 1995.

<sup>11</sup> B. Maksimowska, *Klasy i szkoły sportowe oraz szkoły mistrzostwa sportowego w Polsce*, „Kultura Fizyczna”, z. III, red. J. Rodziewicz-Gruhn, E. Małolepszy, Częstochowa 2000, s. 67–82.

<sup>12</sup> *VII Ogólnopolska Spartakiada Młodzieży. Informator*, Częstochowa 1980.



W książce pt. *Akademicki Związek Sportowy w Częstochowie w latach 1945–2000* Wiesław Pięta przedstawił w sposób syntetyczny działalność Klubu Uczelnianego Akademickiego Związku Sportowego Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Częstochowie (KU AZS WSP) i Klubu Uczelnianego Akademickiego Związku Sportowego Politechniki Częstochowskiej (KU AZS PCz). Ponadto zaprezentował działalność częstochowskich klubów AZS, które powstały w latach 1995–1998 (KU AZS Wyższej Szkoły Zarządzania, KU AZS Wyższej Szkoły Języków Obcych, KU AZS Centrum Języków Europejskich, KU AZS Wyższego Seminarium Duchownego oraz klubów środowiskowych AZS Piłki Siatkowej i Strzelectwa Sportowego). W pracy tej odniósł się również do bazy materialnej, pracy organizacyjnej, szkoleniowej i wyników sportowych<sup>13</sup>. Publikacja ta powstała na bazie jego własnej rozprawy doktorskiej pt. *Rozwój sportu akademickiego w Częstochowie w latach 1945–1998*<sup>14</sup>. Wiesław Pięta był jednym z pierwszych, który zajął się problematyką Akademickiego Związku Sportowego w Częstochowie. Napisał kilka publikacji na temat tej organizacji i działających w niej sekcji<sup>15</sup>.

W 2001 r. opublikowana została praca zbiorowa pod red. Andrzeja Nowakowskiego pt. *Wybrane zagadnienia z organizacji i historii Akademickiego Związku Sportowego. Na 55-lecie AZS w Częstochowie (1945–2000)*<sup>16</sup>.

Ponadto wiele informacji, wyłącznie na temat sekcji piłki siatkowej mężczyzn w Akademickim Związku Sportowym w Częstochowie, można znaleźć

<sup>13</sup> W. Pięta, *Akademicki Związek Sportowy w Częstochowie w latach 1945–2000*, Częstochowa 2007.

<sup>14</sup> W. Pięta, *Rozwój sportu akademickiego w Częstochowie w latach 1945–1998*. (praca doktorska), AWF Katowice 2002.

<sup>15</sup> W. Pięta, *Akademicki Związek Sportowy w Częstochowie w Trzeciej Rzeczypospolitej (1989–2000)*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. V, red. B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 2002, s. 507–514; W. Pięta, *Wychowanie fizyczne i sport w Uczelni Pedagogicznej Częstochowy w latach 1971–1996*, „Kultura Fizyczna”, z. I, red. J. Rodziewicz-Gruhn, E. Małolepszy, Częstochowa 1997, s. 63–80; W. Pięta, *Piłka nożna w częstochowskim AZS*, [w:] *Nauczyciel – Szkoła – Język – Kultura. Księga dedykowana Jubileuszowo Profesorowi Władysławowi Szlufikowi*, red. U. Ordon, S. Podobiński, Częstochowa 2000, s. 401–406; W. Pięta, *Powstanie i dorobek AZS Politechniki Częstochowskiej (1974–2000)*, [w:] *Z dziejów kultury fizycznej w Polsce Południowej*, red. A. Nowakowski, Wadowice 2001, s. 52–64; W. Pięta, *Kronika osiągnięć sportowych studentów Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Częstochowie w latach 1973–1993*, Częstochowa 1993; W. Pięta, P. Pięta, B. Pięta, *Księga Jubileuszowa AZS Częstochowa*, Częstochowa 2000; S. Kupczyk, W. Pięta, *X lat Klubu Uczelnianego AZS Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Częstochowie*, Częstochowa 1983; *25-lecie Akademickiego Związku Sportowego: księga pamiątkowa*, red. W. Pięta, S. Podobiński, Częstochowa 1998.

<sup>16</sup> *Wybrane zagadnienia z organizacji i historii Akademickiego Związku Sportowego. Na 55-lecie AZS w Częstochowie (1945–2000)*, red. A. Nowakowski, Częstochowa 2001.

w opracowaniu Krzysztofa Mecnera pt. *80 lat polskiej siatkówki. Od przebijanki do ligi światowej*. Opracowanie zawiera m.in. wszystkie mecze reprezentacji Polski w latach 1948–2001, w których udział brali również zawodnicy z Częstochowy, tabele ligowe oraz składy zwycięskich drużyn w mistrzostwach Polski<sup>17</sup>. Tematykę siatkówki podjął także Tomasz Grzybowski w artykule pt. *Polskie drużyny piłki siatkowej w europejskich rozgrywkach pucharowych w latach 1989–2000*. Zamieścił w nim informacje dotyczące udziału siatkarzy AZS Częstochowa w Pucharze Europy Mistrzów Klubowych, w Pucharze Konfederacji i w Lidze Mistrzów<sup>18</sup>.

Oprócz publikacji dotyczących genezy i działalności Akademickiego Związku Sportowego w Częstochowie ukazało się m.in. opracowanie Janusza Wróbla i Marka Wójcika zatytułowane *Monografia. 70 lat Częstochowskiego Klubu Sportowego „Budowlani”*, w którym zaprezentowano historię klubu, działalność sekcji pływackiej (1979–1990), sekcji trójboju nowoczesnego (1984–1990) i sekcji lekkoatletycznej (1965–1992). Ponadto zamieszczono zestawienie wyników sportowych pływaków w latach 1980–1989, biorących udział m.in. w Ogólnopolskich Spartakiadach Młodzieży, Ogólnopolskich Zawodach w Pływaniu Juniorów Młodszych czy Halowych Mistrzostwach Polski Juniorów Młodszych; zestawienie trenerów i instruktorów lekkoatletyki pracujących w klubie w latach 1965–1992; zestawienie rekordów Polski ustanowionych przez zawodników klubu CKS „Budowlani”, jak również informacje o osiągnięciach indywidualnych i zespołowych w lekkoatletyce w latach 1965–1992<sup>19</sup>.

Problematyka dziejów ruchu sportowego w województwie częstochowskim znalazła miejsce w opracowaniu Andrzeja Tajchmana pt. *Diamentowy Jubileusz Aeroklubu Częstochowskiego 1945–2005. Kalendarium sześćdziesięciolecia*. W publikacji tej, której nadano formę kalendarium, zawarto wiele nazwisk osób, które uczestniczyły w licznych przedsięwzięciach organizacyjnych, szkoleniowych, jak również sportowych Aeroklubu Częstochowskiego. W opracowaniu zamieszczono biogramy osób najbardziej zasłużonych dla częstochowskiego sportu lotniczego, m.in. Janusza Darochy, Mieczysława Foltyńskiego, Mariana Kaziroda, Jerzego Lutkowskiego, Zbigniewa Mądryckiego, Andrzeja Osowskiego, Jerzego Ostrowskiego, Henryka Sięgi, Włodzimierza Skalika, Andrzeja Tajchmana i Józefa Trzepizura. Publikacja ta stanowi doskonały fundament do opra-

<sup>17</sup> K. Mecner, *80 lat polskiej siatkówki. Od przebijanki do ligi światowej*, Warszawa 2002.

<sup>18</sup> T. Grzybowski, *Polskie drużyny piłki siatkowej w europejskich rozgrywkach pucharowych w latach 1989–2000*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. V, red. B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 2002, s. 483–489.

<sup>19</sup> J. Wróbel, M. Wójcik, *Monografia. 70 lat Częstochowskiego Klubu Sportowego „Budowlani”*, Częstochowa 1992.

cowania w przyszłości innych wydawnictw jubileuszowych, np. historii aeroklubu, albumu czy też zbioru wspomnień<sup>20</sup>. Należy również zwrócić uwagę, iż w 1988 r. Aeroklub Częstochowski zorganizował na lotnisku w Rudnikach Mistrzostwa Państw Socjalistycznych w lataniu precyzyjnym. Z tej okazji wydano informator ze szczegółowym programem tychże zawodów<sup>21</sup>.

Cennych informacji na temat historii sportu w Częstochowie w latach 1975–1998, szczególnie sportu żużlowego, dostarczyła publikacja Marka Soczyka pt. *Sześćdziesiąt lat w lidze polskiej minęło. Częstochowski Klub Motocyklowy (CKM) „Włókniarz” 1946–2008*. Autor zamieścił w niej historię klubu; wyniki Memoriałów im. Bronisława Idzikowskiego i Marka Czernego; wykaz rekordów osiągniętych na torze w Częstochowie; wykaz prezesów CKM „Włókniarz”; wykaz zawodników, którzy startowali w barwach CKM „Włókniarz”, jak również biogramy wybranych zawodników, którzy w latach 1975–1998 reprezentowali barwy częstochowskiego „Włókniarza”, m.in. Dariusza Biedy, Mirosława Błaszaka, Jerzego Bożyka, Marka Cieślaka, Sławomira Drabika, Jacka Gierzyńskiego, Czesława Goszczyńskiego, Józefa Jarmuły, Andrzeja Jurczyńskiego, Józefa Kalfa, Jerzego Kowalczyka, Zygmunta Nocunia, Rafała Osumka, Artura Pietrzyka, Roberta Przygódzkiego, Andrzeja Puczyńskiego, Dariusza Rachwalika, Włodzimierza Tomaszewskiego, Sebastiana Ułamka, Zenona Urbańca i Lecha Zaparta<sup>22</sup>.

Krótki wątek historyczny częstochowskiego sportu, dotyczący genezy i rozwoju taekwon-do w Częstochowie, jak również sukcesy odnoszone przez zawodników tej dyscypliny, przedstawił w swych pracach Jacek Wąsik<sup>23</sup>.

Istotny wkład do stanu badań nad dziejami ruchu sportowego w województwie częstochowskim w latach 1975–1998 wniosły monografie klubów utożsamianych przede wszystkim z piłką nożną, pomimo ich wielosekcyjności.

Na terenie Częstochowy istniały 3 takie kluby, na temat których wydano opracowania monograficzne: Robotniczy Klub Sportowy „Raków” Częstochowa, Międzyzakładowy Robotniczy Klub Sportowy „Skra” Częstochowa i Klub Ogólno-Sportowy „Victoria” Częstochowa.

W publikacjach dotyczących Robotniczego Klubu Sportowego „Raków” Częstochowa przedstawiono bogatą historię klubu, jego sukcesy oraz działalność

<sup>20</sup> A. Tajchman, *Diamentowy Jubileusz Aeroklubu Częstochowskiego 1945–2005. Kalendarium sześćdziesięciolecia*, Częstochowa 2005.

<sup>21</sup> *IV Samolotowe Mistrzostwa Państw Socjalistycznych: Częstochowa 26 czerwca – 3 lipca 1988*, Częstochowa 1988.

<sup>22</sup> M. Soczyk, *Sześćdziesiąt lat w lidze polskiej minęło. Częstochowski Klub Motocyklowy (CKM) „Włókniarz” 1946–2008*, Częstochowa 2009.

<sup>23</sup> J. Wąsik, *Informator Taekwon-do*, Częstochowa 2000; J. Wąsik, *Taekwon-do dla początkujących*, Częstochowa 2001.

sekcji bokserskiej, brydża sportowego, koszykówki, lekkoatletycznej, piłki nożnej, piłki ręcznej, piłki siatkowej, szachów, tenisa stołowego i tenisa ziemnego. Zamieszczono też biogramy zawodników i działaczy tworzących historię klubu<sup>24</sup>.

W 1981 r., z okazji 55-lecia istnienia, wydano publikację dotyczącą Międzyzakładowego Robotniczego Klubu Sportowego „Skra” Częstochowa. Zaprezentowano w niej rys historyczny klubu, jego osiągnięcia, jak również działalność istniejących w nim sekcji, tj. bokserskiej, brydża sportowego, kolarskiej, koszykówki, lekkoatletycznej, piłki nożnej, piłki ręcznej, piłki siatkowej, pływackiej, szachów, szermierczej i tenisa stołowego<sup>25</sup>.

Innym klubem wielosekcyjnym, który doczekał się opracowań monograficznych, był założony w 1922 r. Klub Ogólno-Sportowy „Victoria” Częstochowa. Pomimo iż na ogół jest utożsamiany z sekcją piłki nożnej, specjalizował się również w sekcjach: bokserskiej, hokeja na lodzie, kolarskiej, koszykówki, lekkoatletycznej, piłki ręcznej, piłki siatkowej, pływackiej, podnoszenia ciężarów, szachów, tenisa stołowego oraz tenisa ziemnego<sup>26</sup>.

Podobnych opracowań monograficznych doczekały się kluby spoza Częstochowy, należące do województwa częstochowskiego.

W publikacji Michała Pawełczyka pt. *Dzieje lublinieckiej „Sparty” 1936–1986*, oprócz historii klubu, przedstawiono działalność sekcji sportowych funkcjonujących w klubie, m.in. bokserskiej, brydża sportowego, gimnastyki, piłki nożnej, piłki ręcznej, piłki siatkowej, podnoszenia ciężarów, szachów, szermierczej, tenisa stołowego oraz warcabów. Ponadto celem tej pracy było ukazanie sportowców i działaczy społecznych, którzy służyli temu klubowi<sup>27</sup>.

Monografię poświęcono również genezie i działalności Ludowego Klubu Sportowego „Zawisza” Pajęczno. Na początku swego istnienia klub prowadził sekcję kolarską, lekkoatletyczną, piłki nożnej, piłki siatkowej, strzelecką, szachów, szermierczą i tenisa stołowego. Jednak sekcją, która nieprzerwanie prowadziła i nadal prowadzi swoją działalność – jest sekcja piłki nożnej. Należy zwrócić uwagę, iż drugą sekcją, która działa od momentu powstania do dnia dzisiejszego, z wyjątkiem lat 1986–1990, jest sekcja piłki siatkowej<sup>28</sup>.

<sup>24</sup> 70 lat RKS „Raków” Częstochowa, Częstochowa 1991; 75 lat RKS „Raków” Częstochowa, Częstochowa 1997.

<sup>25</sup> 55 lat MRKS „Skra” Częstochowa 1926–1981, Częstochowa 1981.

<sup>26</sup> R. Kuczera, *Victoria Częstochowa 1922–2004. Historia Klubu*, Częstochowa 2004; Z. Pietraszek, *75 lat KS „Victoria” Częstochowa*, Częstochowa 1997; *Victoria Częstochowa 1922–2007*. Jednodniówka wydana na 85-lecie klubu.

<sup>27</sup> M. Pawełczyk, *Dzieje lublinieckiej „Sparty” 1936–1986*, Lubliniec 1986.

<sup>28</sup> M. Kamiński, *Monografia MLKS „Zawisza” Pajęczno*, Łódź 1991.

W 2003 r. została opublikowana praca Edwarda Czyży pt. *50-lecie Klubu Sportowego „Jedność” w Boronowie*. Autor przedstawił w niej rys historyczny klubu oraz zaprezentował działalność istniejących w nim sekcji sportowych, m.in. lekkoatletycznej, piłki nożnej, podnoszenia ciężarów, szachów i tenisa stołowego. W monografii, oprócz zestawienia wyników i tabel, wymieniono również najbardziej utytułowanych zawodników i działaczy, którzy tworzyli historię klubu „Jedność” Boronów<sup>29</sup>.

Klubem z bogatymi tradycjami był Klub Sportowy „Pogoń” Blachownia. W publikacjach, które ukazały się z okazji okrągłych rocznic jego działalności, można znaleźć treści odnoszące się do historii klubu, jak również prowadzonych w nim sekcji, m.in. koszykówki, lekkoatletycznej, piłki nożnej, piłki siatkowej, szachów i tenisa stołowego. W opracowaniach tych zamieszczono też informacje dotyczące działalności sekcji badmintona w Młodzieżowym Klubie Sportowym „Dwójka” w latach 1988–2003<sup>30</sup>. Ponadto w 2008 r. w ukazała się praca Mieczysława Szkody, Krzysztofa Imiołka i Rafała Ziółka na temat historii obiektów sportowych na terenie Blachowni<sup>31</sup>.

Opracowania monograficzne doczekał się również Ludowy Klub Sportowy „Śląsk” Koszęcin. W publikacji Józefa Kochanka pt. *Ludowy Zespół [Klub] Sportowy [LZS, LKS] „Śląsk” Koszęcin. Lata 1948–2008* zamieszczono treści dotyczące genezy i działalności klubu, z uwzględnieniem podziału na sekcje, tj. jeździecką, kolarską, piłki nożnej, piłki ręcznej, piłki siatkowej, podnoszenia ciężarów, skata sportowego (gra karciana), szachów, szermierczą i tenisa stołowego. Ponadto przedstawiono zestawienie prezesów i działaczy sprawujących funkcję w Zarządzie klubu w latach 1948–2008 oraz listę trenerów<sup>32</sup>.

Ponadto problematyka sportu klubowego w wybranych gminach województwa częstochowskiego w okresie transformacji ustrojowej (1989–1998) poruszona została w artykule Eligiusza Małolepszego<sup>33</sup>.

<sup>29</sup> E. Czyż, *50-lecie Klubu Sportowego „Jedność” w Boronowie*, Boronów 2003.

<sup>30</sup> M. Szkoda, *70 lat KS „Pogoń” Blachownia (1924–1994)*, Blachownia 1994; K. Imiołek, M. Kwaśnicki, Z. Ostrowski, M. Szkoda, *Jubileusz 80-lecia KS „Pogoń” Blachownia 1924–2004*, Blachownia 2004; R. Ziółek, *85 lat KS „Pogoń” Blachownia. Kolejne 5 lat historii*, Blachownia 2009.

<sup>31</sup> M. Szkoda, K. Imiołek, R. Ziółek, *Historia obiektów sportowych w Blachowni*, Blachownia 2008.

<sup>32</sup> J. Kochanek, *Ludowy Zespół [Klub] Sportowy [LZS, LKS] „Śląsk” Koszęcin. Lata 1948–2008. Monografia*, Koszęcin 2008.

<sup>33</sup> E. Małolepszy, *Kultura fizyczna w województwie częstochowskim w latach 1989–1998 (na przykładzie wybranych gmin)*, „Studia Humanistyczne”, nr 2, Kraków 2002, s. 41–49.

Treści dotyczące m.in. klubów sportowych z terenu Częstochowy, Częstochowskiego Okręgowego Związku Żeglarskiego, Międzyklubowego Ośrodka Żeglarskiego w Poraju i Stadionu Miejskiego przy ul. Olsztyńskiej – można znaleźć w publikacjach Bogdana Snocha<sup>34</sup>.

Badania naukowe nad dziejami Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” (TG „Sokół”) na ziemi częstochowskiej prowadziła Teresa Drozdek-Małolepsza. W 2009 r., pod jej redakcją, ukazała się publikacja pt. *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” w Częstochowie w latach 1906–2006*<sup>35</sup>. W jednym z rozdziałów książki, autorstwa Eligiusza Małolepszego i Wacława Baczyńskiego, zatytułowanym *Reaktywowanie i działalność Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Częstochowie w latach 1992–2006* zamieszczono informacje na temat prowadzonych przez gniazdo sekcji, m.in. gier sportowych (przede wszystkim powstałej w 1995 r. sekcji koszykówki), gimnastyczno-akrobatycznej, turystyki i krajoznawstwa. W omawianym okresie przedstawiono także działalność kulturalno-oświatową TG „Sokół” w Częstochowie<sup>36</sup>.

Problematyka dziejów ruchu sportowego niestety nie znalazła miejsca w opublikowanych opracowaniach monograficznych gmin województwa częstochowskiego, tj. Kłomnic, Mykanowa, Secemina i Żytna<sup>37</sup>. Wyjątek stanowi publikacja Józefy Wiśniewskiej pt. *Dzieje Miasta i Gminy Koziegłowy*, w której autorka zamieściła informacje na temat prowadzonej sekcji kolarskiej w Ludowym Zespole Sportowym Koziegłowy, który w 1983 r. zmienił nazwę na Ludowy Klub Sportowy „Błękitni” Koziegłowy<sup>38</sup>. Drugim takim opracowaniem jest monografia wsi Strzebiń, autorstwa Józefa Kochanka, w której zawarto treści dotyczące Ludowego Klubu Sportowego „Victoria” Strzebiń<sup>39</sup>. Natomiast trzecią monografią, w której kilkanaście wersów poświęcono działalności Ludowego Klubu

<sup>34</sup> B. Snoch, *Mała Encyklopedia Częstochowy*, Częstochowa 2002; B. Snoch, *Mały Leksykon Częstochowy*, Częstochowa 1995.

<sup>35</sup> T. Drozdek-Małolepsza, *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” w Częstochowie w latach 1906–2006*, Częstochowa 2009.

<sup>36</sup> E. Małolepszy, W. Baczyński, *Reaktywowanie i działalność Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Częstochowie w latach 1992–2006*, [w:] *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” w Częstochowie w latach 1906–2006*, red. T. Drozdek-Małolepsza, Częstochowa 2009, s. 55–72; zob. też: E. Małolepszy, W. Baczyński, *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” na Ziemi Częstochowskiej w latach 1906–1993. Zarys dziejów*, Częstochowa 1994.

<sup>37</sup> M. Antoniewicz, *Gmina Mykanów*, Mykanów 1999; E. Biłos, E. Klimas, *Secemin. Dziedzictwo kulturowe Gminy*, Secemin 2004; *Dawniej i dziś – wędrówka po śladach lokalnej kultury i historii*, red. K. Wójcik, R. Kępa, Garnek 2004; A.J. Zakrzewski, J. Związek, *Żytno (1198–1998)*, Żytno 1998.

<sup>38</sup> J. Wiśniewska, *Dzieje Miasta i Gminy Koziegłowy*, Katowice 1996.

<sup>39</sup> J. Kochanek, *Monografia sołectwa Strzebiń*, Strzebiń 2004.

Sportowego „Lot” Konopiska, jest publikacja Barbary Herby pt. *Dzieje Konopisk i okolic*<sup>40</sup>.

Dzieje ruchu sportowego w województwie częstochowskim w latach 1975–1998 były wielokrotnie poruszane w pracach niepublikowanych. Były to prace licencjackie i magisterskie.

Geneza i działalność klubów sportowych, jak również rozwój piłki nożnej i siatkowej, na terenie województwa częstochowskiego to tematyka przewodnia większości tych rozpraw<sup>41</sup>.

<sup>40</sup> B. Herba, *Dzieje Konopisk i okolic*, Konopiska 2004.

<sup>41</sup> S. Bekus, „Działalność Ludowego Zespołu Sportowego «Orkan» Rzerzęczyce w latach 1936–1996” (praca licencjacka), WSP Częstochowa 1998; M. Ciura, „Działalność sekcji tenisa stołowego AZS WSP Częstochowa w latach 1973–1989” (praca licencjacka), WSP Częstochowa 1998; K. Dugacz, „Geneza i działalność Zakładowego Klubu Sportowego «Motor» Praszka do 2002 roku” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2004; T. Dzierżyk, „Piłka nożna w województwie częstochowskim w latach 1975–1995. Zarys dziejów” (praca magisterska), WSP Częstochowa 1998; P. Gazda, „Zarys dziejów Ludowych Zespołów Sportowych w województwie częstochowskim w latach 1975–1989” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2000; M. Halikiewicz, „Działalność Częstochowskiego Klubu Motocyklowego «Włókniarz» Częstochowa w latach 1950–1996” (praca magisterska), WSP Częstochowa 1997; N. Janusz, „Piłka nożna w województwie częstochowskim w latach 1989–1998” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2001; D. Jagusiak, „Piłka siatkowa w województwie częstochowskim w latach 1975–1989” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2000; A. Kamasińska, „Działalność Klubu Sportowego «Częstochowianka» w latach 1936–2002” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2004; K. Kierach, „Geneza i działalność Ludowego Klubu Sportowego «Naprzód» Ostrowy do 2002 roku” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2003; G. Kokott, „Historia i rozwój sekcji piłki nożnej RKS «Raków» Częstochowa w latach 1961–1996” (praca licencjacka), AWF Warszawa 1997; D. Konieczny, „85-lecie Klubu Sportowego «Raków» Częstochowa” (praca magisterska), AJD Częstochowa 2006; M. Kowalczyk, „Historia Klubu Sportowego «Victoria 1922» Częstochowa w latach 1922–1990” (praca magisterska), WSP Częstochowa 1995; B. Kowalski, „Geneza i działalność Gminnego Ludowego Klubu Sportowego «LOT» Konopiska do 2002 roku” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2004; O. Krzyżanowski, „Działalność Akademickiego Związku Sportowego w Częstochowie w latach 1989–2001” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2002; R. Kuczera, „Monografia sekcji piłki nożnej Klubu Sportowego Victoria Częstochowa w latach 1922–1993” (praca magisterska), AWF Biała Podlaska 1993; A. Leśniewski, „Geneza i działalność LKS «Zawisza» Pajęczno do 1989 roku” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2000; B. Mielczarek, „Rozwój sekcji piłki nożnej w MOKSiR «Znicz» Kłobuck w latach 1989–1998” (praca licencjacka), WSP Częstochowa 1999; P. Podwysocki, „80 lat sekcji piłki nożnej w Robotniczym Klubie Sportowym «Raków» Częstochowa 1921–2001” (praca magisterska), UŚ Katowice 2001; B. Rydzek, „Działalność Aeroklubu Częstochowskiego w latach 1945–1995” (praca licencjacka), WSP Częstochowa 1997; P. Skuza, „Działalność Klubu Sportowego «Skra» w Częstochowie w latach 1926–1990” (praca magisterska), WSP Częstochowa 1995; P. Tomaszewski, „Powstanie i rozwój ruchu sportowego w Częstochowie. 70 lat RKS «Raków» Częstochowa” (praca magisterska), WSP Częstochowa 1993.

Pozostałe prace dotyczyły m.in. rozwoju wychowania fizycznego i sportu w konkretnych gminach województwa częstochowskiego<sup>42</sup> oraz udziału kobiet w częstochowskim sporcie<sup>43</sup>.

Ponadto w jednej z prac promocyjnych przedstawiono przebieg kariery sportowej znakomitego żużlowca – Marka Cieślaka<sup>44</sup>.

### III

Przedstawiony stan badań odnosi się do dziejów ruchu sportowego w województwie częstochowskim w latach 1975–1998. W tym zakresie opracowano genezę i działalność Akademickiego Związku Sportowego w Częstochowie, ukazano zarys problematyki dotyczącej sportu szkolnego, genezy i działalności klubów sportowych oraz Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Częstochowie. Opracowania te w większości dotyczą dziejów klubów sportowych, a także organizacji i towarzystw sportowych i społecznych z terenu Częstochowy. Nie wiele wydano publikacji odnoszących się do zagadnienia sportu w pozostałych miastach i gminach województwa częstochowskiego. Największy wkład w rozwój tych badań wnieśli historycy kultury fizycznej, dzięki którym powstały opracowania monograficzne, rozprawy i artykuły zamieszczone w pracach zbiorowych.

Przedstawiony stan badań wskazuje na konieczność podjęcia działań zmierzających do napisania monograficznej pracy przedstawiającej dzieje sportu w województwie częstochowskim w latach 1975–1998.

---

<sup>42</sup> S. Bekus, „Kultura fizyczna w gminie Kłomnice w latach 1989–1998” (praca magisterska), WSP Częstochowa 1999; D. Burza, „Wychowanie fizyczne i sport w gminie Dąbrowa Zielona” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2004; I. Klimas, „Wychowanie fizyczne i sport w gminach Radków i Secemin w latach 1989–1998” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2000; I. Klimas, „Wychowanie fizyczne i sport gminy Secemin w latach 1989–1996” (praca licencjacka), WSP Częstochowa 1998; K. Królak, „Wychowanie fizyczne i sport na terenie gminy Poraj w latach 1989–1998” (praca licencjacka), WSP Częstochowa 2000; B. Mielczarek, „Wychowanie fizyczne i sport w Kłobucku w latach 1945–1999” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2002; S. Nowak, „Wychowanie fizyczne i sport w gminie Janów w okresie transformacji ustrojowej w latach 1989–1998” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2001; K. Rogozik, „Kultura fizyczna w gminie Blachownia w latach 1989–1998” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2000.

<sup>43</sup> K. Budzowska, „Sport kobiet w Częstochowie w latach 1989–1997 na łamach prasy lokalnej” (praca licencjacka), WSP Częstochowa 1998; K. Kluszevska, „Ruch sportowy kobiet w Częstochowie w latach 1989–1998” (praca magisterska), WSP Częstochowa 2000.

<sup>44</sup> A. Cierpień, „Przebieg kariery sportowej Marka Cieślaka” (praca licencjacka), WSP Częstochowa 1998.



## Summary

### State of Research on the History of Sports Movement in the Province of Częstochowskie in Years 1975–1998

This article presents the state of research on the history of sports movement in the province of częstochowskie in years 1975–1998. Monographs, dissertations and articles included, which were published in joint publications, presented the history of sport on the territory of the province of częstochowskie. The publications, made owing to the historians of physical education, most often concerned the origin and activity of Students' Sports Association, School Sports Association, Gymnastic Association "Sokół", as well as of sports clubs. They were mostly studies on the history of sports and social organizations and associations on the territory of Częstochowa.

**Keywords:** sports clubs, sport in the province of częstochowskie, state of research.

## Bibliografia

### A. Źródła drukowane

*IV Samolotowe Mistrzostwa Państw Socjalistycznych: Częstochowa 26 czerwca – 3 lipca 1988*, Częstochowa 1988.

*Informator o Gimnazjum i Liceum im. H. Sienkiewicza*, Częstochowa 1995.

*VII Ogólnopolska Spartakiada Młodzieży. Informator*, Częstochowa 1980.

*Victoria Częstochowa 1922–2007*. Jednodniówka wydana na 85-lecie klubu.

### B. Literatura

#### I. Publikacje

*50 lat Zespołu Szkół Ekonomicznych w Częstochowie*, Częstochowa 2001.

*55 lat MRKS „Skra” Częstochowa 1926–1981*, Częstochowa 1981.

*70 lat RKS Raków Częstochowa*, Częstochowa 1991.

*75 lat RKS Raków Częstochowa*, Częstochowa 1997.

*80 lat Zespołu Szkół im. Jana Kochanowskiego w Częstochowie*, Częstochowa 2002.

Albrycht K. i inni, *10 lat VIII Liceum Ogólnokształcącego Samorządowego w Częstochowie 1994–2004*, Częstochowa 2004.

Antoniewicz M., *Gmina Mykanów*, Mykanów 1999.

Biłos E., Klimas E., *Secemin. Dziedzictwo kulturowe Gminy*, Secemin 2004.

- Czterdzieści dwa lata Czterdziestej Drugiej: Szkoła Podstawowa nr 42 im. Jana Brzechwy w Częstochowie 1966–2008*, red. J. Górecki, J. Sętowski, Częstochowa 2008.
- Czyż E., *50-lecie Klubu Sportowego „Jedność” w Boronowie*, Boronów 2003.
- Dawniej i dziś – wędrówka po śladach lokalnej kultury i historii*, red. K. Wójcik, R. Kępa, Garnek 2004.
- Działalność Szkolnego Związku Sportowego w Częstochowie w latach 1953–2003*, red. E. Małolepszy, J. Sętowski, Częstochowa 2006.
- Gaj J., Hądzelek K., *Dzieje kultury fizycznej w Polsce w XIX i XX wieku*, Poznań 1991.
- Gaj J., Hądzelek K., *Dzieje kultury fizycznej w Polsce*, Poznań 1997.
- Gaj J., Pieczyński P., Urban R., *Sport w Polsce w okresie transformacji ustrojowej*, [w:] *Zarys historii sportu w Polsce 1867–1997*, red. J. Gaj, B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 1999.
- Gaj J., *Wychowanie fizyczne i sport w Polsce Ludowej*, Warszawa 1987.
- Giersztof N., Kaczmarska M., *Monografia SP 39 im. M. Konopnickiej w Częstochowie 1965–2005*, Częstochowa 2005.
- Grzybowski T., *Polskie drużyny piłki siatkowej w europejskich rozgrywkach pucharowych w latach 1989–2000*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. V, red. B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 2002.
- Herba B., *Dzieje Konopisk i okolic*, Konopiska 2004.
- Imiołek K. i inni, *Jubileusz 80-lecia KS „Pogoń” Blachownia 1924–2004*, Blachownia 2004.
- Kamiński M., *Monografia MLKS „Zawisza” Pajęczno*, Łódź 1991.
- Kita A., *Uczniowski Klub Sportowy „Gol” Częstochowa. Geneza i rozwój kobiecej drużyny piłkarskiej (1996–2008)*, Częstochowa 2009.
- Kochanek J., *Ludowy Zespół [Klub] Sportowy [LZS. LKS] „Śląsk” Koszęcin. Lata 1948–2008. Monografia*, Koszęcin 2008.
- Kochanek J., *Monografia sołectwa Strzebiń*, Strzebiń 2004.
- Kołodziejki J., *85 lat Gimnazjum i Liceum im. Romualda Traugutta w Częstochowie 1920–2005*, Częstochowa 2005.
- Kołodziejki J., *II Liceum Ogólnokształcące im. Romualda Traugutta w Częstochowie w latach 1920–2000*, Częstochowa 2000.
- Krystek R., *Sport szkolny w działalności Szkolnego Związku Sportowego w Częstochowie w latach 1989–1998. Materiały do wykorzystania przez nauczycieli wychowania fizycznego*, Częstochowa 2001.
- Kuczera R., *Victoria Częstochowa 1922–2004. Historia Klubu*, Częstochowa 2004.
- „Kultura Fizyczna”, z. I, red. J. Rodziewicz-Gruhn, E. Małolepszy, Częstochowa 1997.

- „Kultura Fizyczna”, z. III, red. J. Rodziewicz-Gruhn, E. Małolepszy, Częstochowa 2000.
- Kupczyk S., Pięta W., *X lat Klubu Uczelnianego AZS Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Częstochowie*, Częstochowa 1983.
- Laskowski A., *Organizacja i układ administracyjny województw*, „Ziemia Częstochowska”, t. XII: *Województwo częstochowskie. Szkice monograficzne w rozwoju społeczno-gospodarczym*, red. M. Stańczyk, Częstochowa 1978, s. 22–28.
- Maksimowska B., *Klasy i szkoły sportowe oraz szkoły mistrzostwa sportowego w Polsce*, „Kultura Fizyczna”, z. III, red. J. Rodziewicz-Gruhn, E. Małolepszy, Częstochowa 2000.
- Małolepszy E., Baczyński W., *Reaktywowanie i działalność Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Częstochowie w latach 1992–2006*, [w:] *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” w Częstochowie w latach 1906–2006*, red. T. Drozdek-Małolepsza, Częstochowa 2009.
- Małolepszy E., Baczyński W., *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” na Ziemi Częstochowskiej w latach 1906–1993. Zarys dziejów*, Częstochowa 1994.
- Małolepszy E., *Kultura fizyczna w województwie częstochowskim w latach 1989–1998 (na przykładzie wybranych gmin)*, „Studia Humanistyczne”, nr 2, Kraków 2002.
- Mecner K., *80 lat polskiej siatkówki. Od przebijanki do ligi światowej*, Warszawa 2002.
- Monografia (1949–2004) V Liceum Ogólnokształcącego im. Adama Mickiewicza w Częstochowie*, Częstochowa 2004.
- Nauczyciel – Szkoła – Język – Kultura. Księga dedykowana Jubileuszowo Profesorowi Władysławowi Szlufikowi*, red. U. Ordon, S. Podobiński, Częstochowa 2000.
- Pawelczyk M., *Dzieje lublinieckiej „Sparty” 1936–1986*, Lubliniec 1986.
- Pietraszek Z., *75 lat KS „Victoria” Częstochowa*, Częstochowa 1997.
- Pięta W., *Akademicki Związek Sportowy w Częstochowie w latach 1945–2000*, Częstochowa 2007.
- Pięta W., *Akademicki Związek Sportowy w Częstochowie w Trzeciej Rzeczypospolitej (1989–2000)*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. V, red. B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 2002.
- Pięta W., *Kronika osiągnięć sportowych studentów Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Częstochowie w latach 1973–1993*, Częstochowa 1993.
- Pięta W., Pięta P., Pięta B., *Księga Jubileuszowa AZS Częstochowa*, Częstochowa 2000.

- Pięta W., *Piłka nożna w częstochowskim AZS*, [w:] *Nauczyciel – Szkoła – Język – Kultura. Księga dedykowana Jubileuszowo Profesorowi Władysławowi Szlufikowi*, red. U. Ordon, S. Podobiński, Częstochowa 2000.
- Pięta W., Podobiński S., *25-lecie Akademickiego Związku Sportowego: księga pamiątkowa*, Częstochowa 1998.
- Pięta W., *Powstanie i dorobek AZS Politechniki Częstochowskiej (1974–2000)*, [w:] *Z dziejów kultury fizycznej w Polsce Południowej*, red. A. Nowakowski, Wadowice 2001.
- Pięta W., *Tenis stołowy na Górnym Śląsku w latach 1929–2004*, Częstochowa 2005.
- Pięta W., *Wychowanie fizyczne i sport w Uczelni Pedagogicznej Częstochowy w latach 1971–1996*, „Kultura Fizyczna”, z. I, red. J. Rodziewicz-Gruhn, E. Małolepszy, Częstochowa 1997, s. 63–80.
- Ponczek M., *Kultura fizyczna a Kościół Rzymskokatolicki w Polsce po II wojnie światowej*, Katowice 2003.
- Sętowski J., *IV Liceum Ogólnokształcące im. Henryka Sienkiewicza w Częstochowie 1862–2007. Szkoła, nauczyciele, wychowankowie. Monografia*, Częstochowa 2007.
- Snoch B., *Mała Encyklopedia Częstochowy*, Częstochowa 2002.
- Snoch B., *Mały Leksykon Częstochowy*, Częstochowa 1995.
- Soczyk M., *Sześćdziesiąt lat w lidze polskiej minęło. Częstochowski Klub Motocyklowy „Włókniarz” 1946–2008*, Częstochowa 2009.
- Sport w województwie gorzowskim w latach 1975–1990*, red. J. Gaj, B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 1993
- Szkoda M., *70 lat KS „Pogoń” Blachownia (1924–1994)*, Blachownia 1994.
- Szkoda M., Imiołek K., Ziółek R., *Historia obiektów sportowych w Blachowni*, Blachownia 2008.
- Szymański L., *Kultura fizyczna i turystyka w polityce Polski Ludowej 1944–1989*, Wrocław 2004.
- Szymański L., *Parlament Polski wobec problemów kultury fizycznej 1944–1980*, Wrocław 1990.
- Szymański L., *Sejm lat osiemdziesiątych wobec problemów kultury fizycznej w Polsce*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. V, red. B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 2002.
- Szymański L., *Ze studiów nad modelem kultury fizycznej w Polsce Ludowej 1944–1980*, Wrocław 1984.
- Tajchman A., *Diaamentowy Jubileusz Aeroklubu Częstochowskiego 1945–2005. Kalendarium sześćdziesięciolecia*, Częstochowa 2005.
- Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” w Częstochowie w latach 1906–2006*, red. T. Drozdek-Małolepsza, Częstochowa 2009.

- Trzydziestolecie AZS WSP Częstochowa*, Częstochowa 2003.
- Wąsik J., *Informator Taekwon-do*, Częstochowa 2000.
- Wąsik J., *Taekwon-do dla początkujących*, Częstochowa 2001.
- Wiśniewska J., *Dzieje Miasta i Gminy Kozięglowy*, Katowice 1996.
- Wróbel J., Wójcik M., *Monografia 70 lat Częstochowskiego Klubu Sportowego „Budowlani”*, Częstochowa 1992.
- Wybrane zagadnienia z organizacji i historii Akademickiego Związku Sportowego. Na 55-lecie AZS w Częstochowie (1945–2000)*, red. A. Nowakowski, Częstochowa 2001.
- XXX-lecie Zespołu Szkół im. C.K. Norwida. Monografia szkoły*, Częstochowa 1995.
- Z dziejów kultury fizycznej w Polsce Południowej*, red. A. Nowakowski, Wadowice 2001.
- Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. V, red. B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 2002.
- Zakrzewski A.J., Związek J., *Żytno (1198–1998)*, Żytno 1998.
- Zarys historii sportu w Polsce (1867–1997)*, red. J. Gaj, B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 1999.
- Zatoński S., *Pół wieku Szkoły Rolniczej w Złotym Potoku 1948–1998*, Złoty Potok 1998.
- „Ziemia Częstochowska”, t. XII: *Województwo częstochowskie. Szkice monograficzne w rozwoju społeczno-gospodarczym*, red. M. Stańczyk, Częstochowa 1978.
- Ziółek R., *85 lat KS „Pogoń” Blachownia. Kolejne 5 lat historii*, Blachownia 2009.

## II. Prace niepublikowane

### a) prace doktorskie

- Golanko R., „Kultura fizyczna w województwie białkopodlaskim w latach 1975–1995”, AWF Poznań 1999.
- Jaroszewski J., „Kultura fizyczna na Ziemi Kaliskiej w latach 1892–1998”, AWF Poznań 2008.
- Jaszczur-Nowicki J., „Infrastruktura sportowa województwa elbląskiego w latach 1975–1995”, AWF Gdańsk 1997.
- Król P., „Kultura fizyczna w województwie tarnobrzeskim w latach 1975–1998”, AWF Poznań 2004.
- Pięta W., „Rozwój sportu akademickiego w Częstochowie w latach 1945–1998”, AWF Katowice 2002.
- Świder P., „Kultura fizyczna w województwie krośnieńskim w latach 1975–1998”, ZWKF Gorzów Wlkp. 2007.

Warchoł K., „Kultura fizyczna w województwie przemyskim w latach 1975–1998”, AWF Warszawa 2000.

b) prace magisterskie

Burza D., „Wychowanie fizyczne i sport w gminie Dąbrowa Zielona”, WSP Częstochowa 2004.

Dugacz K., „Geneza i działalność Zakładowego Klubu Sportowego «Motor» Praszka do 2002 roku”, WSP Częstochowa 2004.

Dzierżyk T., „Piłka nożna w województwie częstochowskim w latach 1975–1995. Zarys dziejów”, WSP Częstochowa 1998.

Gazda P., „Zarys dziejów Ludowych Zespołów Sportowych w województwie częstochowskim w latach 1975–1989”, WSP Częstochowa 2000.

Halkiewicz M., „Działalność Częstochowskiego Klubu Motocyklowego «Włókniarz» Częstochowa w latach 1950–1996”, WSP Częstochowa 1997.

Janusz N., „Piłka nożna w województwie częstochowskim w latach 1989–1998”, WSP Częstochowa 2001.

Jagusiak D., „Piłka siatkowa w województwie częstochowskim w latach 1975–1989”, WSP Częstochowa 2000.

Kamasińska A., „Działalność Klubu Sportowego «Częstochowianka» w latach 1936–2002”, WSP Częstochowa 2004.

Kierach K., „Geneza i działalność Ludowego Klubu Sportowego «Naprzód» Ostrowy do 2002 roku”, WSP Częstochowa 2003.

Klimas I., „Wychowanie fizyczne i sport w gminach Radków i Secemin w latach 1989–1998”, WSP Częstochowa 2000.

Kluszevska K., „Ruch sportowy kobiet w Częstochowie w latach 1989–1998”, WSP Częstochowa 2000.

Konieczny D., „85-lecie Klubu Sportowego «Raków» Częstochowa”, AJD Częstochowa 2006.

Kowalczyk M., „Historia Klubu Sportowego «Victoria 1922» Częstochowa w latach 1922–1990”, WSP Częstochowa 1995.

Kowalski B., „Geneza i działalność Gminnego Ludowego Klubu Sportowego «LOT» Konopiska do 2002 roku”, WSP Częstochowa 2004.

Krzyżanowski O., „Działalność Akademickiego Związku Sportowego w Częstochowie w latach 1989–2001”, WSP Częstochowa 2002.

Kuczera R., „Monografia sekcji piłki nożnej Klubu Sportowego Victoria Częstochowa w latach 1922–1993”, AWF Biała Podlaska 1993.

Leśniewski A., „Geneza i działalność LKS «Zawisza» Pajęczno do 1989 roku”, WSP Częstochowa 2000.

Mielczarek B., „Wychowanie fizyczne i sport w Kłobucku w latach 1945–1999”, WSP Częstochowa 2002.

- Nowak S., „Wychowanie fizyczne i sport w gminie Janów w okresie transformacji ustrojowej w latach 1989–1998”, WSP Częstochowa 2001.
- Podwysocki P., „80 lat sekcji piłki nożnej w Robotniczym Klubie Sportowym «Raków» Częstochowa 1921–2001”, UŚ Katowice 2001.
- Skuza P., „Działalność Klubu Sportowego «Skra» w Częstochowie w latach 1926–1990”, WSP Częstochowa 1995.
- Tomaszewski P., „Powstanie i rozwój ruchu sportowego w Częstochowie. 70 lat RKS «Raków» Częstochowa”, WSP Częstochowa 1993.

c) prace licencjackie

- Bekus S., „Działalność Ludowego Zespołu Sportowego «Orkan» Rzerzeczyce w latach 1936–1996”, WSP Częstochowa 1998.
- Budzowska K., „Sport kobiet w Częstochowie w latach 1989–1997 na łamach prasy lokalnej”, WSP Częstochowa 1998.
- Cierpiał A., „Przebieg kariery sportowej Marka Cieślaka”, WSP Częstochowa 1998.
- Ciura M., „Działalność sekcji tenisa stołowego AZS WSP Częstochowa w latach 1973–1989”, WSP Częstochowa 1998.
- Klimas I., „Wychowanie fizyczne i sport gminy Secemin w latach 1989–1996”, WSP Częstochowa 1998.
- Kokott G., „Historia i rozwój sekcji piłki nożnej RKS «Raków» Częstochowa w latach 1961–1996”, AWF Warszawa 1997.
- Mielczarek B., „Rozwój sekcji piłki nożnej w MOKSiR «Znicz» Kłobuck w latach 1989–1998”, WSP Częstochowa 1999.
- Rydzek B., „Działalność Aeroklubu Częstochowskiego w latach 1945–1995”, WSP Częstochowa 1997.





Eligiusz Małolepszy\*

## **Rola Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w rozwoju kultury fizycznej i turystyki w środowisku wiejskim w Polsce w latach 1989–2008**

### **Streszczenie**

Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe (LZS) wniosło największy wkład w rozwój kultury fizycznej i turystyki w środowiskach małomiasteczkowych i wiejskich w Polsce w latach 1989–2008. Najtrudniejszym okresem w działalności Zrzeszenia LZS były lata 1989–1994/1995, kiedy to liczba ogniw i członków zmniejszyła się o około 30%. Początek okresu transformacji ustrojowej skutkowało zmniejszeniem nakładów finansowych na działalność Zrzeszenia LZS. Nastąpiło zmniejszenie kadry etatowej Zrzeszenia.

Sportowcy Zrzeszenia LZS prezentowali wysoki poziom sportowy, efektem czego były liczne sukcesy sportowe na arenie ogólnopolskiej i międzynarodowej. Turystyka była dziedziną w zakresie aktywności fizycznej podejmowaną przez Zrzeszenie LZS. Zrzeszenie LZS organizowało imprezy turystyczne o charakterze międzynarodowym, ogólnopolskim i regionalnym.

**Słowa kluczowe:** sport, turystyka, Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe.

Celem pracy jest przedstawienie roli Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe (LZS) w rozwoju kultury fizycznej i turystyki w środowisku wiejskim w Polsce w latach 1989–2008. Do przygotowania pracy wykorzystano następujące źródła: sprawozdania z działalności Zrzeszenia LZS za lata 1991–2008, sprawozdania

---

\* Dr hab. prof. AJD, prorektor ds. nauczania i wychowania, Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie.

z działalności Wojewódzkich Zrzeszeń LZS, prasa wiejskich organizacji młodzieżowych oraz literatura przedmiotu.

Genezy kultury fizycznej i turystyki wśród ludności wiejskiej należy upatrywać w powstaniu Kół Młodzieży Wiejskiej (KMW). Pierwsze KMW powołano w 1912 r. w Wólce Mławskiej (ziemia płocka)<sup>1</sup>. W 1918 r. przy KMW istniało 16 zespołów wychowania fizycznego, które liczyły 318 osób<sup>2</sup>. W okresie międzywojennym, na polu kultury fizycznej i turystyki w Polsce prowadziły działalność następujące wiejskie organizacje młodzieżowe: Centralny Związek Młodzieży Wiejskiej (CZMW), CZMW „Siew”, Centralny Związek Młodej Wsi, Związek Młodzieży Ludowej (ZML) i sekcja wiejska Związku Młodej Polski, Związek Młodzieży Wiejskiej Rzeczypospolitej Polskiej (ZMW RP) „Wici”, Małopolski Związek Młodzieży przy Małopolskim Towarzystwie Rolniczym (MZM przy MTR), Wołyński ZMW, Wielkopolski ZMW<sup>3</sup>.

W początkach lat dwudziestych XX w. znajdujemy informacje dotyczące tworzenia przy KMW pierwszych Ludowych Klubów Sportowych (LKS). Przy pomocy Związku Polskich Związków Sportowych (ZPZS) i staraniem CZMW został utworzony w 1922 r. Nadwieprzański LKS<sup>4</sup>. Nadwieprzański LKS składał się z członków KMW w Rykach. Przewidywano wstąpienie do LKS sekcji sportowych przy KMW w Dąbiu, Niwie Babickiej, Rossoszycach i Sarnach<sup>5</sup>. Nadwieprzański LKS był członkiem ZPZS. Projektowano utworzenie dwóch dalszych LKS. Pierwszy z nich obejmowałby sekcje sportowe KMW w Drażgowie, Sobieszynie i Ułężu, drugi natomiast sekcje sportowe KMW w Bobrownikach, Dęblinie i Steżycy<sup>6</sup>. 3 czerwca 1922 r. miały zostać rozegrane „Ludowe Zawody Sportowe”, składające się z konkurencji lekkoatletycznych i pływackich.

Ludowe Zespoły Sportowe na szeroką skalę rozwinęły się w Polsce po 1945 r. Z inicjatywy Głównego Komitetu Kultury Fizycznej w kwietniu 1952 r. utworzono Zrzeszenie LZS<sup>7</sup>. Zrzeszenie LZS, jak pisze J. Gaj, „zostało poddane opiece Powszechnej Organizacji «Służba Polsce»”<sup>8</sup>. W 1955 r. uzyskało samodzielność po likwidacji Powszechnej Organizacji „Służba Polsce”. Zrzeszenie LZS wniosło (do 1989 r.) znaczący wkład w rozwój kultury fizycznej i turystyki w Polsce. Sportowcy LZS osiągnęli znaczące sukcesy w sporcie kwalifikowanym,

<sup>1</sup> „Drużyna” 1919, nr 47–48, s. 5; E. Małolepszy, *Kultura fizyczna w działalności wiejskich organizacji młodzieżowych II Rzeczypospolitej*, Częstochowa 2004, s. 20.

<sup>2</sup> „Drużyna” 1919, nr 47–48, s. 8.

<sup>3</sup> E. Małolepszy, dz. cyt., s. 181–182.

<sup>4</sup> „Siew” 1923, nr 16, s. 13.

<sup>5</sup> Tamże.

<sup>6</sup> Tamże.

<sup>7</sup> J. Gaj, K. Hądzelek, *Dzieje kultury fizycznej w Polsce*, Poznań 1997, s. 242.

<sup>8</sup> Tamże.

zdobywając medale na Igrzyskach Olimpijskich, mistrzostwach świata i Europy. Zrzeszenie LZS propagowało i upowszechniało na wsi aktywność fizyczną poprzez masowe imprezy sportowe, rekreacyjne i turystyczne<sup>9</sup>.

Największy udział w rozwoju i upowszechnianiu kultury fizycznej i turystyki oraz organizowaniu i przeprowadzaniu masowych imprez aktywności fizycznej w Polsce w środowiskach wiejskich po 1989 r. pełniło Zrzeszenie LZS. Według statutu, „Celem Zrzeszenia LZS jest wszechstronne krzewienie kultury fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem problematyki środowiska wiejskiego poprzez: upowszechnianie i rozwijanie rekreacji ruchowej, sportu, turystyki oraz innych form aktywnego wypoczynku, ze szczególnym uwzględnieniem dzieci, młodzieży i niepełnosprawnych, jak również tworzenie warunków w tym zakresie w oparciu o pomoc Władz państwowych i samorządowych; współudział w dbałości o zdrowie, rozwój fizyczny i duchowy młodzieży; czynny udział w kulturalnym, gospodarczym i społecznym rozwoju życia kraju; uczestniczenie w ochronie przyrody, krajobrazu, zabytków kultury i naturalnego środowiska człowieka”<sup>10</sup>. W II połowie lat siedemdziesiątych XX w. (1978 r.) Zrzeszenie LZS liczyło 17 393 ogniwa i 988 406 członków<sup>11</sup>.

Na posiedzeniu Rady Głównej Zrzeszenia LZS w dniu 14 grudnia 1991 r. dokonano wyboru Prezydium, w skład którego weszli: Wacław Hurko – przewodniczący, Marian Starownik – wiceprzewodniczący, Helena Koziej – sekretarz, Adam Daszkowski – sekretarz, Adam Tukaj – skarbnik, Tadeusz Chrystowicz, Michał Garbaczewski, Jerzy Kryjom, Ryszard Litwińczuk, Joanna Łubińska, Józef Maciejczak, Michał Marszałkowski i Ireneusz Paliński – członkowie<sup>12</sup>.

W pierwszych latach okresu transformacji ustrojowej nastąpił regres w liczbie ogniw i członków Zrzeszenia LZS, szczególnie widoczny w latach 1989–1994. W 1989 r. działały 14 693 ogniwa podstawowe, które liczyły 744 922 członków, w 1990 r. – 12 914 ogniw (634 902 członków), w 1991 r. 11 743 ogniwa (566 342 członków), w 1992 r. 9 355 ogniw (444 263 członków), w 1993 r. 8 344 ogniwa (393 989 członków), w 1994 r. 7 824 ogniwa (363 870 członków)<sup>13</sup>. W 1995 r. nastąpił wzrost liczby ogniw – 8 410 (395 723 członków).

<sup>9</sup> Zob. S. Drażdzewski, *Ludowe Zespoły Sportowe. Zarys dziejów 1946–1964*, Warszawa 1967; S. Drażdzewski, *Ludowe Zespoły Sportowe*, Warszawa 1974; S. Drażdzewski, *Upowszechnienie kultury fizycznej wśród młodzieży i dorosłych mieszkańców wsi w latach 1944–1972*, Warszawa 1978.

<sup>10</sup> Statut Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe, zatwierdzony 19.05.2000 r., s. 2.

<sup>11</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 96–97.

<sup>12</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 13.

<sup>13</sup> Tamże, s. 96–97.

W latach 1991–1995 najbardziej zmniejszyła się liczba członków w byłych województwach: śląskie – 81,5%, radomskie – 80,9%, częstochowskie – 65,9%, szczecińskie – 55,5%, siedleckie – 47,1%, gorzowskie i koszalińskie – 45,8%, natomiast zwiększyła się w następujących województwach: łódzkim – 17,2%, opolskim – 15,9%, kaliskim – 4,7%, gdańskim – 3,3%, nowosądeckim – 3,0%, przemyskim – 1,1%, białostockim – 0,2%<sup>14</sup>. W zakresie regresu liczby członków Zrzeszenia LZS największy był spadek liczby kobiet. W 1991 r. liczba kobiet wynosiła 107 266, natomiast w 1995 r. – 61 805 (zmniejszenie o 42,4%).

Dotacje UKFiT przeznaczone na działalność Zrzeszenia LZS w kolejnych latach wynosiły: w 1991 r. – 446 072 zł, w 1992 r. – 306 400 zł, w 1993 r. – 493 000 zł, w 1994 r. – 789 755 zł, w 1995 r. – 1 053 000 zł, w 1996 r. – 1 782 880 zł, w 1997 r. – 13 017 550 zł, w 1998 r. – 13 923 810 zł, w 1999 r. – 13 503 500 zł<sup>15</sup>.

Przyczyn zmniejszenia liczby ogniw i członków należy doszukiwać się w zmianie finansowania kultury fizycznej, jak również pogarszającej się sytuacji materialnej mieszkańców wsi. Szczególnie niekorzystnym elementem była likwidacja stanowisk inspektorów Wojewódzkiego Zrzeszenia LZS ds. gmin. Osoby te wspierały organizacyjnie i merytorycznie działalność ogniw i rad gminnych LZS<sup>16</sup>.

W okresie następnym (II połowa lat dziewięćdziesiątych XX w.) stan liczebny Zrzeszenia LZS utrzymywał się na tym samym poziomie; w 1996 r. 8331 ogniw (380 492 członków), w 1997 r. 8516 ogniw (361 932 członków), w 1998 r. 8813 ogniw (357 576 członków), w 1999 r. 8612 ogniw (335 559 członków), w 2000 r. 8339 ogniw (285 453 członków)<sup>17</sup>.

**Tabela nr 1.** Liczba ogniw, członków, imprez sportowych oraz uczestników imprez sportowych Zrzeszenia LZS w latach 2001–2008

Rok	Liczba ogniw	Liczba członków	Liczba imprez sportowych	Liczba uczestników imprez sportowych
2001	8193	277 057	122 491	4 800 000
2002	8079	274 302	120 047	4 646 787
2003	8215	280 170	115 830	4 850 713
2004	8116	280 457	132 465	5 452 739
2005	8051	278 446	134 224	5 472 912

<sup>14</sup> Tamże, s. 7–8. W latach 1991–1995 stan osobowy Zrzeszenia LZS zmniejszył się o 28,9%.

<sup>15</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 77; Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999. XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS, Warszawa 2000, s. 75.

<sup>16</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 6–7.

<sup>17</sup> Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999. XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS, Warszawa 2000, s. 6; Statystyka 2000. Zestawienie zbiorcze, materiały Rady Głównej Zrzeszenia LZS w Warszawie.

Tabela nr 1. Liczba ogniw... (cd.)

Rok	Liczba ogniw	Liczba członków	Liczba imprez sportowych	Liczba uczestników imprez sportowych
2006	8352	276 842	137 667	5 621 016
2007	8265	276 849	125 141	5 448 474
2008	8282	284 958	129 404	5 584 097

Źródło: XV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia. Sprawozdanie z działalności za lata 2000–2003, Warszawa 2004, s. 51. XVI Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Sprawozdanie z działalności za lata 2004–2007, Warszawa 2008, s. 73; Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe. Dane statystyczne 2007–2008. Porównanie, b. pag.

W zakresie upowszechnienia „masowej kultury fizycznej” Zrzeszenie LZS organizowało w latach 1991–1999 średnio rocznie około 140 tysięcy imprez sportowych. W I dekadzie XXI w. w dalszym ciągu utrzymywała się stabilizacja w zakresie liczby ogniw, członków, imprez sportowych oraz uczestników imprez sportowych Zrzeszenia LZS (Tab. 1). Najbardziej powszechnymi i popularnymi imprezami sportowymi w ramach „masowej kultury fizycznej” były: Ogólnopolski Turniej Szachowy „O Złotą Wieżę”, Ogólnopolski Turniej Piłkarska Kadra Czeka, Ogólnopolskie Masowe Biegi Przełajowe Zrzeszenia LZS.

Ważne znaczenie Zrzeszenie LZS przywiązywało do działalności w szkołach rolniczych. Z inicjatywy Zrzeszenia LZS, w latach parzystych organizowano Mistrzostwa Polski Szkół Rolniczych, w latach nieparzystych Ogólnopolskie Igrzyska LZS Młodzieży Szkół Rolniczych<sup>18</sup>. Młodzież szkół rolniczych współzawodniczyła m.in. w biegach przełajowych, grach sportowych, lekkoatletyce, pływaniu, podnoszeniu ciężarów, tenisie stołowym i zapasach. Na początku XXI w. zrezygnowano z rozgrywania Mistrzostw Polski Szkół Rolniczych, natomiast od 2003 r. Ogólnopolskie Igrzyska LZS Młodzieży Szkolnej zorganizowano w „nowej formule – dopuszczając do startu wszystkie szkoły, w których działały LZS”<sup>19</sup>. W Ogólnopolskich Igrzyskach LZS Szkół Rolniczych do najlepszych należy zaliczyć następujące szkoły: Zespół Szkół Rolniczych (ZSR) Białystok, ZSR CKP Bujny (łódzkie), ZSR Dobryszycy (łódzkie), ZSR Kaczki Średnie (wielkopolskie), ZSR CKP Karolewo (warmińsko-mazurskie), ZSR Marianowo (podlaskie), ZSR Milicz (dolnośląskie), ZSR Powodowo (wielkopolskie), ZSR Pszczyna (śląskie) ZSMR Pyrzyce (zachodniopomorskie), ZSA Skórcz (pomorskie), ZSR Słubice (lubuskie), ZSMR CKP Stargard (zachodniopomorskie), ZSR

<sup>18</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 26–35. Igrzyska LZS Młodzieży Szkół Rolniczych rozgrywano od 1965 r.

<sup>19</sup> XV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia. Sprawozdanie z działalności za lata 2000–2003, Warszawa 2004, s. 21–24.

Suwałki (podlaskie), ZS CKU Szprotawa (lubuskie), ZSR Środa Wlkp. (wielkopolskie), ZSR Trzcinica (podkarpackie)<sup>20</sup>.

Zrzeszenie LZS prowadziło przygotowanie kadr w celu prowadzenia działalności rekreacyjno-sportowej. W latach 1991–1995 zrealizowano 21 kursów, które ukończyło 649 osób<sup>21</sup>. Część ogólną kursu instruktora ukończyły 354 osoby; części specjalistyczne: z lekkoatletyki – 79 osób, piłki nożnej – 101, podnoszenia ciężarów – 11, rekreacji fizycznej – 38, tenisa stołowego – 66. Jak czytamy w sprawozdaniu Zrzeszenia LZS za lata 1991–1995: „W minionym okresie nie występuje zupełnie zjawisko powszechne do 1989 roku uczestnictwa w kursach instruktorskich pracowników różnego rodzaju zakładów pracy, zlokalizowanych na wsi, a tym samym urlopowania na podwyższanie lub zdobywanie kwalifikacji”<sup>22</sup>. W II połowie lat dziewięćdziesiątych XX w. zorganizowano 18 kursów, w których uczestniczyło 660 osób. Część ogólną instruktora sportu ukończyło 355 osób, części specjalistyczne: z koszykówki – 22, z lekkoatletyki – 52, piłki nożnej – 94, piłki siatkowej – 31, podnoszenia ciężarów – 20, tenisa stołowego – 63, zapasów – 23. W kursach uczestniczyli głównie nauczyciele, chcący uzyskać dodatkowe uprawnienia, oraz starsi zawodnicy, by podjąć pracę szkoleniową w swoich sekcjach<sup>23</sup>.

Rada Główna Zrzeszenia LZS przygotowywała społeczne kadry organizatorów, sędziów i działaczy sportu i rekreacji. W latach 1996–1998 kursy ukończyło 11 820 osób. W okresie 2004–2007 odbyły się 63 kursy, które ukończyło 2396 osób<sup>24</sup>. Wykładowcami na kursach dla organizatorów, jak czytamy w sprawozdaniu z działalności Zrzeszenia LZS za lata 2004–2007, „byli społeczni i etatowi prezesi Rad Wojewódzkich ZLZS, członkowie prezydium i pracownicy Rady Głównej KZ LZS, działacze samorządowi gmin i powiatów, instruktorzy i trenerzy oraz działacze Zrzeszenia LZS, którzy w sposób praktyczny przekazywali wiedzę wyniesioną z własnych doświadczeń oraz pełnionej funkcji zawodowej

<sup>20</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 26–35; Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999. XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS, Warszawa 2000, s. 31–34; XV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia. Sprawozdanie z działalności za lata 2000–2003, Warszawa 2004, s. 21–24; XVI Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Sprawozdanie z działalności za lata 2004–2007, Warszawa 2008, s. 28–30.

<sup>21</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 36.

<sup>22</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 36–37.

<sup>23</sup> Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999. XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS, Warszawa 2000, s. 36–37.

<sup>24</sup> XVI Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Sprawozdanie z działalności za lata 2004–2007, Warszawa 2008, s. 57–58.

i społecznej<sup>25</sup>. Animatorzy i organizatorzy wnieśli ogromny wkład w organizację i przeprowadzenie tysięcy imprez sportowych i rekreacyjnych.

W sporcie kwalifikowanym w systemie sportu młodzieżowego – w klasyfikacji za lata 1991–1995 – najlepsze wyniki osiągnęli sportowcy Zrzeszenia LZS z województw: ciechanowskiego, bielskiego (Bielsko-Biała), elbląskiego, szczecińskiego, poznańskiego, gorzowskiego, opolskiego, słupskiego i zamojskiego<sup>26</sup>.

W II połowie lat dziewięćdziesiątych XX w. nastąpił wzrost liczby klubów Zrzeszenia LZS, w których prowadzono szkolenie sportowe: w 1996 r. szkolenie sportowe realizowano w 1009 klubach, w 1997 r. – w 1789 klubach, w 1998 r. – w 2178 klubach. W 1999 r. szkolenie sportowe prowadzono w 2346 klubach, w których zarejestrowano około 15 000 sekcji prowadzących szkolenie w różnych dyscyplinach sportu<sup>27</sup>. Najwięcej prowadzono sekcji piłki nożnej (ponad 6000), tenisa stołowego (ponad 2000), lekkoatletyki (około 1200) i piłki siatkowej (około 1200).

W 2000 r. Zrzeszenie LZS liczyło 15 063 sekcji sportowych, w których ćwiczyło 255 032 sportowców (w tym 38 511 kobiet i 172 986 młodzieży do lat 18). Zorganizowano 129 714 imprez sportowych (w których uczestniczyło 5 153 608 osób)<sup>28</sup>. Wśród województw (w nowym podziale administracyjnym) najwięcej sekcji sportowych posiadały: dolnośląskie – 1614, lubelskie – 1205, małopolskie – 1069, podlaskie – 1504, wielkopolskie – 1853<sup>29</sup>.

W I dekadzie XXI w. niezwykle pozytywny w działalności Zrzeszenia LZS był wzrost liczby klubów prowadzących szkolenie sportowe: w 2001 r. – 2772 klubów, w 2002 r. – 2786, w 2003 r. – 3342, w 2004 r. – 3506, w 2005 r. – 3806, w 2006 r. – 4225, w 2007 r. – 4271<sup>30</sup>. Pod koniec pierwszej dekady XXI w. w porównaniu do 2001 r. liczba klubów zwiększyła się o ponad  $\frac{1}{3}$ .

W 2008 r. najwięcej sekcji sportowych Zrzeszenia LZS prowadziło działalność w województwach: lubelskim (1811), świętokrzyskim (1598), wielkopolskim (1562), podlaskim (1249), łódzkim (1038), małopolskim (1018); najmniej w województwach: lubuskim (316), opolskim (413), śląskim (470)<sup>31</sup>.

<sup>25</sup> Tamże, s. 57.

<sup>26</sup> Udział klubów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w systemie sportu młodzieżowego. Suplement do Sprawozdania na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 30.

<sup>27</sup> Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999. XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS, Warszawa 2000, s. 37.

<sup>28</sup> Statystyka 2000. Zestawienie zbiorcze, materiały Rady Głównej Zrzeszenia LZS w Warszawie.

<sup>29</sup> Tamże.

<sup>30</sup> XV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia. Sprawozdanie z działalności za lata 2000–2003, Warszawa 2004, s. 52; XVI Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Sprawozdanie z działalności za lata 2004–2007, Warszawa 2008, s. 74–75.

<sup>31</sup> Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe. Dane statystyczne 2007–2008. Porównanie, b. pag.

Zrzeszenie LZS prowadziło Ośrodki Szkolenia Sportowego Młodzieży (OSSM) Zrzeszenia LZS<sup>32</sup>. Szkolenie sportowców realizowano m.in. w następujących dyscyplinach: badminton, kolarstwo, lekkoatletyka, łucznictwo, narciarstwo klasyczne, podnoszenie ciężarów, zapasy kobiet i mężczyzn. W latach 2004–2007 liczba sekcji i sportowców objętych szkoleniem sportowym w ramach OSSM Zrzeszenia LZS wykazywała tendencje spadkowe. W 2004 r. objętych dofinansowaniem było 85 sekcji i 641 sportowców; w 2005 r. – 83 sekcje i 601 sportowców; w 2006 r. – 68 sekcji i 546 sportowców; w 2007 r. – 68 sekcji i 562 sportowców. Ośrodki były prowadzone we wszystkich 16 województwach.

Od 1997 r. Zrzeszenie LZS jest wspierane dodatkowymi środkami z budżetu państwa na dofinansowanie tzw. Wiodących Ludowych Klubów Sportowych (WLKS). Liczba WLKS stopniowo się powiększała: w 1997 r. wynosiła 74 kluby (w 12 dyscyplinach sportu); w 1999 r. – 126 klubów (w 16 dyscyplinach), w 2002 r. – 110 klubów (w 23 dyscyplinach), w 2005 r. – 150 klubów (w 26 dyscyplinach), w 2006 r. – 94 (w 12 dyscyplinach). Dotacja z budżetu państwa na cel działalności WLKS wykazywała tendencję spadkową, w 2000 r. wynosiła 2 900 000 PLN, w 2002 r. – 1 820 000 PLN, w 2004 r. – 1 980 000 PLN, w 2005 r. – 1 545 000 PLN, w 2006 r. – 850 000 PLN, w 2007 r. – 1 054 830 PLN<sup>33</sup>. W ramach WLKS umożliwiono sportowcom udział w zawodach i obozach sportowych, opłacanie kadry trenerskiej oraz doposażenie infrastruktury sportowej.

**Tabela nr 2.** Liczba sklasyfikowanych klubów w systemie sportu młodzieżowego w latach 1998–2008

Rok	Liczba sklasyfikowanych klubów w systemie sportu młodzieżowego	Liczba sklasyfikowanych klubów Zrzeszenia LZS w systemie sportu młodzieżowego
1998	2016	364
1999	2029	482
2000	2065	432
2001	2233	437
2002	2390	452
2003	2599	541
2004	2698	554
2005	2827	613
2006	2889	620
2007	2944	593
2008	3009	614

Źródło: Liczba sklasyfikowanych klubów w systemie sportu młodzieżowego (1990–2008), b. pag.

<sup>32</sup> XVI Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Sprawozdanie z działalności za lata 2004–2007, Warszawa 2008, s. 36–37.

<sup>33</sup> XV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia. Sprawozdanie z działalności za lata 2000–2003, Warszawa 2004, s. 30–31; XVI Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Sprawozdanie z działalności za lata 2004–2007, Warszawa 2008, s. 34–35.



Rokrocznie organizowane były Mistrzostwa Polski Zrzeszenia LZS. Współzawodnictwo sportowe obejmowało następujące dyscypliny sportowe: jeździectwo, kolarstwo, lekkoatletykę, łucznictwo, narciarstwo klasyczne, podnoszenie ciężarów, tenis stołowy, warcaby stołowe, zapasy. Znaczący był udział Zrzeszenia LZS w systemie sportu młodzieżowego (Tab. 2). Procentowy wskaźnik udziału klubów LZS w systemie sportu młodzieżowego wahał się w granicach 20% (od 19,71% w 2004 do 20,41% w 2007 r.).

Sportowcy Zrzeszenia LZS reprezentowali Polskę na arenie międzynarodowej, uczestniczyli w Igrzyskach Olimpijskich, Mistrzostwach Świata, Mistrzostwach Europy. Największe sukcesy odnosili w następujących dyscyplinach: podnoszenie ciężarów, łucznictwo, zapasy, jeździectwo, tenis stołowy, narciarstwo, lekkoatletyka, badminton, kolarstwo.

Na Igrzyskach Olimpijskich (IO) w Barcelonie (1992 r.) wystąpiło 5 reprezentantów Zrzeszenia LZS, natomiast na IO w Atlancie (1996 r.) Polskę reprezentowało 11 sportowców Zrzeszenia LZS. Na IO w Atlancie sportowcy LZS zdobyli jeden medal (Katarzyna Klata – Mazowsze Teresin – zdobyła brązowy medal w łucznictwie w konkurencji drużynowej) oraz punktowane miejsca: Dariusz Jabłoński (Gryf Chełm) uplasował się na 8 miejscu w zapasach w stylu klasycznym, Dariusz Osuch (Światowid Myszków) zajął 8 miejsce w podnoszeniu ciężarów<sup>34</sup>.

Jak czytamy w sprawozdaniu z działalności LZS za lata 1996–1999, „[...] zawodnicy Zrzeszenia LZS w latach 1996–1999, startując w reprezentacji Polski na najważniejszych imprezach mistrzowskich, plasowali się 442 razy w finałowych ósemkach. Zdobyli 198 medali, w tym 74 złote, 60 srebrnych i 64 brązowe”<sup>35</sup>. W klasyfikacji 100 najlepszych klubów sportowych w Polsce za rok 2000, biorących udział w sporcie młodzieżowym, znalazły się następujące kluby Zrzeszenia LZS: Agros Zamość (18 miejsce), Pacyfik Toruń (21), WLKS Siedlice (26), Podlasie Białystok (28), Błękitni Osowa Sień (35), Cement-Gryf Chełm (51), Łuczniczka Żywiec (60), Agros Żary (75), Gwda Piła (76), Technik Głubczyce (81), LUKS Spręcograf Olsztyn (85), MKS Lewart Lubartów (95)<sup>36</sup>.

<sup>34</sup> Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999. XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS, Warszawa 2000, s. 64.

<sup>35</sup> Tamże, s. 65.

<sup>36</sup> Udział Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w systemie sportu młodzieżowego w 2000 roku, Warszawa grudzień 2000, s. 3–5. Ponadto miejsca w przedziale od 101 do 200 zajęły kolejne kluby Zrzeszenia LZS; Stella Kielce (101), Orkan Wielkopolska (104), KTC Konin (109), AKS Białogard (110), Wisła w Wiśle (117), Melafir Czarny Bór (129), Lubusz Słubice (136), Dragon Janów (146), Piast Człuchów (148), Unia Hrubieszów (151), Mazovia Ciechanów (153), UKS Hubal Białystok (161), Ziemia Darłowska (163), LKS Optex Opoczno (171), Orzeł Namysłów (173), Platan Borkowice (176), Gryf Szczecin (177), Medyk Łomża (178), LUKS Bu-

W latach 2000–2008 do najlepszych sportowców Zrzeszenia LZS należy zaliczyć m.in.: Pawła Czapiewskiego („Lubusz” Słubice, lekkoatletyka), Rafała Dobrowolskiego („Stella” Kielce, łucznictwo), Dariusza Jabłońskiego („Cement – Gryf” Chełm, zapasy), Bartosza Kizierowskiego („Delfin” Połaniec, pływanie), Aleksandrę Kleinowską (WLKS Siedlce, podnoszenie ciężarów), Adama Małysza („Wisła – Ustronianka”, narciarstwo), Piotra Piątka („Łucznik” Żywiec, łucznictwo), Monikę Rogien („Orlęta” Trzciel, zapasy), Justynę Smosarską („Mazovia” Ciechanów, podnoszenie ciężarów), Krystynę Zabawską („Podlasie” Białystok, lekkoatletyka).

Okres transformacji ustrojowej spowodował zmniejszenie udziału Zrzeszenia LZS w turystyce wiejskiej<sup>37</sup>. W okresie lat 1991–1998 liczba sekcji turystycznych w Zrzeszeniu LZS zmniejszyła się prawie czterokrotnie, natomiast liczba członków pięciokrotnie (Tab. 3). W 1995 r. w 7 Wojewódzkich Zrzeszeniach (WZ) LZS nie było zarejestrowanej żadnej sekcji turystycznej: białskopodlaskie, chełmskie, legnickie, opolskie, radomskie, słupeckie, tarnobrzeskie<sup>38</sup>. Najwięcej sekcji turystycznych w 1996 r. istniało w województwie bielskim (153), gdańskim (157), lubelskim (135) i piotrkowskim (114)<sup>39</sup>. Największy regres liczby członków w latach 1996–1997 nastąpił w WZ LZS w województwie bielskim (z 8277 członków do 1373 członków), koszalińskim (z 1903 do 333), sieradzkim (z 3029 do 364), wrocławskim (z 822 do 97), zielonogórskim (z 1266 do 60); wzrost nastąpił w województwach: kaliskim (z 937 do 1410), olsztyńskim (ze 197 do 538) i tarnowskim (z 1212 do 1371)<sup>40</sup>.

**Tabela nr 3.** Liczba sekcji i członków sekcji turystycznych w działalności Zrzeszenia LZS w latach 1991–2003

Rok	Liczba sekcji	Liczba członków
1991	3835	12 4592
1992	2511	77 316
1993	2163	66 515
1994	1902	57 629
1995	1912	57 534

dokar Orнета (181), Sokół Szczyrk (186), WEL Lidzbark Welski (191), ZKS Koszalin (193), Pomorze Stargard (197), Szczyt Boguszów (198).

<sup>37</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 61–71; XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS. Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999, Warszawa 2000, s. 66.

<sup>38</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 63.

<sup>39</sup> XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS. Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999, Warszawa 2000, s. 66.

<sup>40</sup> Tamże.

**Tabela nr 3.** Liczba sekcji i członków... (cd.)

Rok	Liczba sekcji	Liczba członków
1996	1835	57 392
1997	1135	23 109
1998	1088	.
1999	.	.
2000	1089	16 994
2001	1032	16 941
2002	1101	18 559
2003	1117	17 766

Źródło: Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 62–63; XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS. Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999, Warszawa 2000, s. 66. XV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia. Sprawozdanie z działalności za lata 2000–2003, Warszawa 2004, s. 44.

Na przełomie XX i XXI wieku nastąpiło zmniejszenie dotacji państwa na działalność turystyczną Zrzeszenia LZS. W 2000 r. była to kwota o  $\frac{2}{3}$  mniejsza niż w 1999 r., natomiast w 2003 r. nastąpiła kolejna redukcja o 30%<sup>41</sup>. W latach 2000–2003 nastąpiła stabilizacja liczby sekcji turystycznych oraz liczby członków. Najwięcej sekcji turystycznych w 2003 r. działało w województwie lubelskim (304), podlaskim (208), wielkopolskim (140); najmniej sekcji turystycznych przypadało na województwa: lubuskie (8), podkarpackie (13), mazowieckie (20). Warto podkreślić, iż w województwie opolskim nie było zarejestrowanej żadnej sekcji turystycznej.

Spadek sekcji turystycznych oraz członków spowodował zmniejszenie liczby imprez turystycznych oraz ich uczestników. Uwaga ta odnosi się głównie do okresu lat 1991–1993 oraz do przełomu XX i XXI w. (Tab. 4) W I dekadzie XXI w. nastąpił niewielki wzrost liczby imprez turystycznych oraz ich uczestników (za wyjątkiem 2007 r.).

**Tabela nr 4.** Liczba imprez turystycznych i ich uczestników w latach 1991–2008.

Rok	Liczba imprez turystycznych	Liczba uczestników imprez turystycznych
1991	26 457	954 880
1992	16 164	630 556
1993	13 216	502 646
1994	11 519	504 515
1995	10 790	452 510
1996	10 910	516 807

<sup>41</sup> XV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia. Sprawozdanie z działalności za lata 2000–2003, Warszawa 2004, s. 43.

Tabela nr 4. Liczba imprez turystycznych... (cd.)

Rok	Liczba imprez turystycznych	Liczba uczestników imprez turystycznych
1997	9 811	415 481
1998	9 748	455 384
1999	.	.
2000	6 034	283 181
2001	5 885	261 868
2002	6 482	277 273
2003	6 556	267 865
2004	7 526	300 277
2005	8 584	349 134
2006	8 329	333 270
2007	8 036	253 659
2008	7 917	355 970

Źródło: Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 64; XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS. Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999, Warszawa 2000, s. 66; XV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia. Sprawozdanie z działalności za lata 2000–2003, Warszawa 2004, s. 45; XVI Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Sprawozdanie z działalności za lata 2004–2007, Warszawa 2008, s. 73; Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe. Dane statystyczne 2007–2008. Porównanie, b. pag.

Ogromną rolę w działalności na rzecz turystyki odgrywali instruktorzy i organizatorzy tej dziedziny aktywności. W latach 1991–1994 zmniejszył się stan kadry instruktorskiej z 419 do 304 i kadry organizatorów z 5237 do 3591<sup>42</sup>. W okresie II połowy lat dziewięćdziesiątych XX w. (1996–1999) na 56 kursach przeszkolono 2112 organizatorów różnych dziedzin turystyki kwalifikowanej oraz na 1 kursie 34 instruktorów turystyki kajakowej. W I dekadzie XXI wieku liczba kursów organizatorów turystyki i osób w nim uczestniczących uległa zmniejszeniu. W latach 2000–2003 zorganizowano 23 kursy, które ukończyło 824 osoby, natomiast w latach 2004–2007 odbyły się 22 kursy, które ukończyły 583 osoby.

W działalności turystycznej Zrzeszenie LZS koncentrowało się głównie na turystyce kwalifikowanej z szerokim programem krajoznawczym i patriotycznym. Zasadniczą formą była organizacja rajdów, spływów, wycieczek, zlotów, trwających od 2 do 3 dni<sup>43</sup>. Jak czytamy w sprawozdaniu Zrzeszenia LZS za lata 2004–2007, „podstawową część wśród uczestników imprez stanowi młodzież

<sup>42</sup> Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996, s. 69.

<sup>43</sup> XVI Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Sprawozdanie z działalności za lata 2004–2007, Warszawa 2008, s. 61.

szkolna, do której najbardziej trafia oferta turystyczna możliwa do zrealizowania w okresie weekendowym. [...] Takie właśnie imprezy cieszą się największą frekwencją”<sup>44</sup>.

Zrzeszenie LZS organizowało imprezy turystyczne o charakterze międzynarodowym (np. Polsko-Niemiecki Rowerowy Rajd Turystyczny „Dobrego Sąsiedztwa”), ogólnopolskim i regionalnym. Wśród imprez turystycznych o charakterze ogólnopolskim należy wymienić m.in.: Ogólnopolski Zlot Turystów Wiejskich na Lubelszczyźnie, Ogólnopolski Zlot Organizatorów Turystyki, Ogólnopolski Pieszy Zlot Ekologiczny w Borach Tucholskich.

Zrzeszenie LZS wniosło największy wkład w rozwój kultury fizycznej i turystyki w środowiskach małomiasteczkowych i wiejskich w Polsce w latach 1989–2008. Najtrudniejszym okresem w działalności Zrzeszenia LZS były lata 1989–1994/1995, kiedy to liczba ogniw i członków zmniejszyła się o około 30%. Początek okresu transformacji ustrojowej skutkowało zmniejszeniem nakładów finansowych na działalność Zrzeszenia LZS. Nastąpiło zmniejszenie kadry etatowej Zrzeszenia LZS.

W okresie II połowy lat dziewięćdziesiątych XX w. oraz w I dekadzie XXI w. nastąpiła względna stabilizacja w zakresie liczby ogniw i członków. Liczba imprez rekreacyjnych i sportowych na rzecz upowszechnienia kultury fizycznej utrzymywała się, mimo licznych trudności, na podobnym poziomie. W tym samym okresie nastąpił znaczący postęp w zwiększeniu liczby klubów sportowych Zrzeszenia LZS prowadzących szkolenie sportowe. Ważnym elementem było powołanie WLKS oraz OSSM Zrzeszenia LZS. Sportowcy Zrzeszenia LZS prezentowali wysoki poziom sportowy, efektem czego były liczne sukcesy sportowe na arenie ogólnopolskiej i międzynarodowej.

Turystyka była drugą obok kultury fizycznej dziedziną w zakresie aktywności fizycznej podejmowaną przez Zrzeszenie LZS. Regres liczby sekcji turystycznych i ich członków był jeszcze bardziej dotkliwy niż ogniw i liczby członków Zrzeszenia LZS. Taka sytuacja miała miejsce w ostatniej dekadzie XX w. Następnie uległa stabilizacji, a nawet niewielkiemu wzrostowi. Organizacja kształciła na własne potrzeby kadrę instruktorów i organizatorów turystyki. Zrzeszenie LZS organizowało imprezy turystyczne o charakterze międzynarodowym, ogólnopolskim i regionalnym.

---

<sup>44</sup> Tamże, s. 61–62.

## Summary

### **The Role of Popular Sports Teams in the Development of Physical Culture and Tourism in Rural Environment in Poland in the Years 1989–2008**

Popular Sports Team Association (LZS) made the largest contribution to the development of physical culture and tourism in small town and rural environments in Poland in the years 1989–2008. The most difficult period in the activity of the LZS Association were the years 1989–1994/1995, when the number of teams and members fell by 30%. The beginning of the period of political and economic transformation resulted in lower financial contributions to the activities of the LZS Association. The number of regular staff of the Association decreased.

Sportsmen and sportswomen associated in Popular Sports Teams displayed high degree of sports skills, which resulted in numerous successful sports achievements in home and international events. Tourism was a field of physical activity popularised by the LZS Association. The Association organised numerous international, all-Poland and regional tourist events.

**Keywords:** sports, tourism, Popular Sports Team Association.

## Bibliografia

### A. Źródła:

#### I. Źródła drukowane

Kultura fizyczna w latach 1990–1998, Warszawa 1999.

Liczba sklasyfikowanych klubów w systemie sportu młodzieżowego (1990–2008).

Program działalności Krajowego Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe na lata 2008 – 2011. XVI Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Warszawa 17.05.2008.

Sprawozdanie na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995. Warszawa 1996.

Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe. Dane statystyczne 2007–2008. Porównanie.

XIV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia LZS. Sprawozdanie z działalności za lata 1996–1999. Warszawa 2000.

XV Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia. Sprawozdanie z działalności za lata 2000–2003. Warszawa 2004.

XVI Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Sprawozdanie z działalności za lata 2004–2007, Warszawa 17.05.2008.

- Statut Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe, zatwierdzony 19.05.2000 r.  
Statut Wojewódzkiego Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe. Opole 1996.  
Statystyka 2000. Zestawienie zbiorcze, materiały Rady Głównej Zrzeszenia LZS w Warszawie.  
Udział klubów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w systemie sportu młodzieżowego. Suplement do Sprawozdania na XIII Krajowy Zjazd Delegatów Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe za lata 1991–1995, Warszawa 1996.  
Udział Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w systemie sportu młodzieżowego w 2005 roku. Warszawa – grudzień 2005.  
Udział Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w systemie sportu młodzieżowego w 2008 roku. Warszawa – grudzień 2008.  
Udział Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w systemie sportu młodzieżowego w 2009 roku. Warszawa – grudzień 2009.  
Wstępne wyniki LZS we współzawodnictwie młodzieżowym w 2007 r. Warszawa, grudzień 2007.

## II. Prasa

- „Drużyna” (Warszawa) 1919  
„Siew” (Warszawa) 1923

## B. Literatura

- Drażdzewski S., *Ludowe Zespoły Sportowe*, Warszawa 1974.  
Drażdzewski S., *Ludowe Zespoły Sportowe. Zarys dziejów 1946–1964*, Warszawa 1967.  
Drażdzewski S., *Upowszechnienie kultury fizycznej wśród młodzieży i dorosłych mieszkańców wsi w latach 1944–1972*, Warszawa 1978.  
Drzewiecki J., *Ludowe Zespoły Sportowe na ziemi lubuskiej w okresie transformacji ustrojowej (1989–2000)*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. VI, red. L. Nowak, Gorzów Wlkp. 2004.  
Gaj J., Godlewski P., *Sport polski w okresie przemian ustrojowych lat 1989–1996*. [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. IV, red. B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 2000.  
Gaj J., Hądzelek K., *Dzieje kultury fizycznej w Polsce*, Poznań 1997.  
Gaj J., Pieczyński P., Urban R., *Sport w Polsce w okresie transformacji ustrojowej*, [w:] *Zarys historii sportu w Polsce 1867–1997*, red. J. Gaj, B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 1999.  
Gaj J., *Rozwój sportu w Polsce Ludowej*, [w:] *Zarys historii sportu w Polsce 1867–1997*, red. J. Gaj, B. Woltmann, Gorzów Wlkp. 1999.

- Jaczynowski L., *Przyszkolne sale gimnastyczne*, [w:] *Instytucjonalne warunki sprzyjające aktywności ruchowej ludności w miejscu jej zamieszkania*, red. L. Jaczynowski, Warszawa 1999.
- Jaczynowski L., Zyśko J., *Przekształcenia w systemie organizacyjnym kultury fizycznej w Polsce w dobie transformacji ustrojowej*, „Kultura Fizyczna” 1994, nr 11–12.
- Jaworski Z., *Kadry kultury fizycznej*, [w:] *Organizacja kultury fizycznej. Ogólne uwarunkowania*, t. 1, red. L. Jaczynowski, Warszawa 1999.
- Małolepszy E., *Kultura fizyczna dzieci i młodzieży w środowisku wiejskim w Polsce w latach 1989–2001*, [w:] „Socialia 2002”, *materiały z Międzynarodowej Konferencji Naukowej w Hradec Kralove*, Hradec Kralove 2002.
- Małolepszy E., *Kultura fizyczna i turystyka na wsi w Polsce w latach 1989–2008. Zarys problematyki*, [w:] *Społeczno-Edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu. Sprawność fizyczna dzieci i młodzieży*, t. II, red. J. Chełmecki, Warszawa 2009.
- Małolepszy E., *Kultura fizyczna w działalności wiejskich organizacji młodzieżowych II Rzeczypospolitej*, Częstochowa 2004.
- Małolepszy E., *Kultura fizyczna w województwie częstochowskim w latach 1989–1998 (na przykładzie wybranych gmin)*, „Studia Humanistyczne”, nr 2, red. J. Zdebski, Kraków 2002.
- Małolepszy E., *Z dziejów organizacji i zarządzania kulturą fizyczną w Polsce w latach 1918–1998*, „Kultura Fizyczna”, z. IV, red. J. Rodziwicz-Gruhn, E. Małolepszy, Częstochowa 2001.
- Pastwa M., *Finansowanie kultury fizycznej i sportu z budżetów gmin*, [w:] *Instytucjonalne warunki sprzyjające aktywności ruchowej ludności w miejscu jej zamieszkania*, red. L. Jaczynowski, Warszawa 1999.
- Rosiński S., *Sport w działalności Ludowych Zespołów Sportowych na Opolszczyźnie w latach 1946–2006*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. VIII, red. L. Nowak, Gorzów Wlkp. 2008.
- Ustawa z dnia 18 stycznia 1996 r. o kulturze fizycznej*, „Sport Wyczynowy” 1996, nr 1–2.
- Wanat S., *Kadry w kulturze fizycznej*, [w:] *Instytucjonalne warunki sprzyjające aktywności ruchowej ludności w miejscu jej zamieszkania*, red. L. Jaczynowski, Warszawa 1999.



Artur Kita\*

## **Geneza i działalność Uczniowskiego Klubu Sportowego „Gol” Częstochowa w latach 1996–2008 (zarys problematyki)**

### **Streszczenie**

Artykuł omawia zarys problematyki związany z prowadzeniem kobiecej drużyny piłki nożnej UKS „Gol” Częstochowa. Autor przedstawia genezę powstania klubu, problemy natury prawno-organizacyjnej, bazę sportową, aktyw społeczny, zarys działalności sportowej oraz najważniejsze sukcesy. Wymieniono najważniejszych i najbardziej zasłużonych trenerów i działaczy. Dużą uwagę poświęcono sprawom finansowania klubu i jego sponsorom. Artykuł napisany jest w układzie mieszanym, rzeczowo-chronologicznym.

**Słowa kluczowe:** drużyna, futbol kobiecy, „Gol”, stowarzyszenie, UKS.

Celem pracy jest przedstawienie rozwoju Uczniowskiego Klubu Sportowego (UKS) „Gol” Częstochowa. Obejmuje ona jego genezę, omawia sposób finansowania, infrastrukturę sportową, aktyw społeczny i kadre trenerską oraz najważniejsze sukcesy. Próbuje odpowiedzieć na pytanie, czy działalność klubu wpłynęła na zwiększenie wydatków na jego utrzymanie, rozbudowę infrastruktury oraz rozwój piłki nożnej kobiet w środowisku miejskim.

---

\* Autor jest nauczycielem historii i wychowania fizycznego w Szkole Podstawowej nr 14 w Częstochowie oraz studentem studiów III stopnia na kierunku historii w Akademii im. Jana Długosza; zajmuje się historią kultury fizycznej.

Historia piłkarstwa kobiecego w Polsce nie została jeszcze opracowana. Istnieją nieliczne prace o kobiecych drużynach piłkarskich<sup>1</sup>. Najwięcej wiadomości dostarczają obecnie strony internetowe poświęcone futbolowi kobiecemu<sup>2</sup>. To wszystko jest niewystarczające do bliższego poznania tej dyscypliny sportowej. W związku z powyższym zachodzi potrzeba uzupełnienia wiedzy z podanej problematyki. Dotyczy to w szczególności okręgu częstochowskiego, który może pochwalić się w tej dziedzinie licznymi sukcesami.

Uczniowski Klub Sportowy „Gol” Częstochowa założony został wiosną 1996 roku<sup>3</sup>. Pomysł utworzenia drużyny piłkarskiej narodził się wśród pasjonatów tej dyscypliny w dzielnicach Częstochowy – Aniołów i Wyczerpy. Dzięki współpracy częstochowskich szkół podstawowych nr 24, 25, 51 oraz szkół w Rędzinach i Jaskrowie zawiązano grupę ludzi zdecydowanych na założenie UKS. W ten sposób przejęto od miejscowego klubu „Błękitni” Aniołów rolę organizowania turniejów piłkarskich dla dzieci i młodzieży. Występy „Błękitnych” w II lidze kobiet w latach 1989–1991 miały także duże znaczenie przy zakładaniu sekcji piłkarskiej dziewcząt. Działalność prowadzono przy Szkole Podstawowej nr 24. Podstawowym celem statutowym była organizacja pozalekcyjnych zajęć sportowych w celu wszechstronnego rozwoju sprawności fizycznej uczniów<sup>4</sup>.

Na początku zorganizowano zebrania, na których ustalono zasady funkcjonowania klubu, opracowano statut, a także sposób naboru młodzieży. Ustalono, w jakich rozgrywkach młodzież może uczestniczyć oraz rozwiązano kwestie finansowe. Pierwsze zebranie odbyło się 12 stycznia 1996 roku. Wzięło w nim

<sup>1</sup> P. Pieczyński, *Piłka nożna kobiet w Gorzowie Wielkopolskim w latach 1984–1995*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, Wrocław 1996, t. II; Z. Szafkowski, *Zespołowe gry sportowe na Pomorzu Szczecińskim w latach 1945–1996*, Myślibórz 1996; Z. Szafkowski, *20 lat piłki nożnej kobiet w Gorzowie Wielkopolskim*, Gorzów Wlkp. 2005; J. Bergier, *Piłka nożna kobiet jako nowe wydarzenie sportowe*, „Trener” 2005, nr 2; L. Borska, *Piłka nożna kobiet*, „Trener” 2005, nr 2; *Piłka nożna kobiet*, red. J. Bergier, Biała Podlaska 2006 (praca zbiorowa); R. Buryta, R. Stefanik, *Piłka nożna kobiet na Pomorzu Zachodnim w latach 1957–2006*, [w:] *Piłka nożna na Pomorzu Zachodnim w latach 1945–2006*, red. J. Eider, Szczecin 2006; M. Miłoś, *Medale dziewcząt z „Checzy” Gdynia*, [w:] *Z kart historii młodzieżowej piłki nożnej na Pomorzu (1920–2005)*, red. W. Wika, Gdańsk 2006; R. Stefanik, *Piłka nożna kobiet w Szczecinie w świetle prasy w latach 1957–2005*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, Gorzów Wlkp 2006, t. VII; J. Bergier, P. Krawczak, *Zainteresowanie dziewcząt piłką nożną*, [w:] *Spoleczne i kulturowe wartości sportu*, red. J. Kosiewicz, Warszawa 2007; M. Ordylowski, Z. Schwarzer, L. Szymański, *50 lat wrocławskiego sportu 1945–1995*, Wrocław 2007; A. Kita, *Uczniowski Klub Sportowy „Gol” Częstochowa. Geneza i rozwój kobiecej drużyny piłkarskiej (1996–2008)*, Częstochowa 2009.

<sup>2</sup> <http://www.kobiecapiłka.pl>; <http://www.90minut.pl>.

<sup>3</sup> Kronika UKS „Gol”.

<sup>4</sup> „Gazeta Częstochowska” 1998, nr 43; Kronika UKS „Gol”; Relacja Władysława Popczyka; Statut UKS „Gol”.

udział trzynastu osób. Ostatnie spotkanie założycielskie miało miejsce 18 marca tego samego roku. Tym razem obecnych było 47 osób, w tym 16 to założyciele UKS „Gol” Częstochowa. Uczestnikami zebrania byli także uczniowie szkół podstawowych – przyszli zawodnicy nowego klubu<sup>5</sup>.

Poprzez głosowanie dokonano wyboru władz. Przewodniczącym został Roman Kubik, sekretarzem Włodzimierz Seifryd, a członkami zarządu: Andrzej Bednarek, Leokadia Kulesza i Wiesław Pająk. Powołano Komisję Rewizyjną w składzie: Marek Szczęsny – przewodniczący, Robert Szczypior i Waław Szewczykowski<sup>6</sup>. Władze wybierano co dwa lata. Ustalono również źródła dochodów, którymi były składki członkowskie, darowizny, dotacje sponsorów i inne wpływy. Siedziba klubu mieściła się przy ulicy Warszawskiej 347, a zajęcia drużyny odbywały się na boisku „Błękitnych” Aniołów<sup>7</sup>.

Władze UKS „Gol” wystąpiły 19 marca 1996 roku do Wydziału Kultury i Spraw Społecznych Urzędu Wojewódzkiego w Częstochowie z wnioskiem o zarejestrowanie. Dyrektor wydziału – mgr inż. Zbigniew Ludwin – z upoważnienia wojewody częstochowskiego, wpisał 25 marca 1996 roku na podstawie ustawy z dnia 3 lipca 1984 roku o kulturze fizycznej Uczniowski Klub Sportowy „Gol”, jako stowarzyszenie do rejestru stowarzyszeń kultury fizycznej i ich związków pod numerem 229. UKS „Gol” został ósmym zarejestrowanym w Częstochowie Uczniowskim Klubem Sportowym, pierwszym z sekcją piłki nożnej<sup>8</sup>. W tym samym dniu wystosowano poparte przez trenera koordynatora Częstochowskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej (CzOZPN) – mgr. Zbigniewa Ormańczyka – pismo do Polskiego Związku Piłki Nożnej (PZPN) z prośbą o pomoc i dofinansowanie sekcji chłopców i dziewcząt. Opiekunom dziewcząt i chłopców zależało przede wszystkim na bramkach o wymiarach 2 metry na 5 metrów, których nie było na boisku w Aniołowie. Takie bramki były wymagane przy organizacji turniejów mini piłki nożnej.

Dzięki przychylności Urzędu Miasta, prezydenta miasta Częstochowy Tadeusza Wrony i dyrektorów Zespołu Szkół im. gen. W. Andersa mieszczącego się przy ulicy Legionów – Doroty Makowskiej i Tadeusza Perkowskiego udało się zorganizować dla klubu „bazę” wraz z zapleczem sportowym. Zaplecze boiska „Błękitnych” Aniołów nie spełniało wymogów rozgrywek nie tylko I, ale także II ligi. Na nowym miejscu również natrafiono na trudności. Dużo zajęć jakie miała młodzież uczęszczająca do ww. szkoły, powodowało na początku konflikty dotyczące czasu trwania i godziny rozpoczynania treningów nowej drużyny.

<sup>5</sup> Kronika UKS „Gol”.

<sup>6</sup> Protokół z zebrania założycielskiego Uczniowskiego Klubu Sportowego „Gol” w Częstochowie z dnia 18 marca 1996 roku.

<sup>7</sup> Statut Uczniowskiego Klubu Sportowego „Gol” Częstochowa, rozdział VII § 29 i 30.

<sup>8</sup> Ogólnopolski spis powstałych UKS-ów, s. 18, rok 1996.

Stan zaplecza sportowego także budził sporo kontrowersji. Zawodniczki musiały często przebierać się na workach z wapnem znajdujących się w pomieszczeniu przeznaczonym dla nich jako szatnia. Dzięki pomocy Władysława Pietruszki, właściciela zaprzyjaźnionego z zespołem Zakładu Budowlanego „Wiecha” z Wrzosowej, oraz Waldemara Leśniewicza – prezesa firmy Hydro-Montex, udało się wyremontować szatnię. Zmieniono wymienniki ciepła, przebudowano sieć zasilającą, położono kafelki, ustawiono ścianki działowe, wyremontowano prysznicę, wstawiono nowe umywalki i drzwi. Koszt inwestycji wyniósł przeszło 30 000 zł<sup>9</sup>.

Przez pierwszych kilka lat zajęcia odbywały się w innych zaprzyjaźnionych szkołach, przede wszystkim w okresie zimowym. Ponieważ powstawały nowe Uczniowskie Kluby Sportowe, nawiązano z nimi współpracę i organizowano szereg turniejów dla chłopców i dziewcząt. Bardzo często zdarzało się, że turnieje odbywały się dwa razy w tygodniu.

W momencie przygotowywania drużyny do rozgrywek drugoligowych nawiązano współpracę z okolicznymi klubami. Piłkarki zaczęły rozgrywać regularne mecze z trampkarzami i juniorami m.in. „Lotnika” Kościelec, „Znicza” Kłobuck, „Orła” Babienicy, „Pogoni” Błachownia, „Pogoni” Kamyk i „Gromu” Miedźno. Często zawody organizowano w celach reklamowych. Nieocenionym sprzymierzeńcem UKS „Gol” był w tym zakresie burmistrz Kłobucka – Krzysztof Nowak, który za każdym razem w razie potrzeby umożliwiał na boisku miejscowego „Znicza” rozgrywanie meczów towarzyskich<sup>10</sup>. Turnieje halowe, oprócz szkół, rozgrywane były w hali Polonia, a poza Częstochową – w Koniecpolu. Od 2004 roku klub miał do dyspozycji halę przy Zespole Szkół (ZS) im. gen. W. Andersa na ul. Legionów, halę Polonia, a od 2008 roku halę sportową w Akademickim Centrum Sportowym (ACS), mieszczącym się przy Akademii im. J. Długosza w Częstochowie (AJD)<sup>11</sup>.

Ponieważ boisko „Błękitnych” Aniołów nie spełniało wymogów regulaminu rozgrywek drugiej ligi kobiet, poszukano innego, na którym drużyna mogła rozgrywać swoje oficjalne mecze. Podpisano umowę na wynajem boiska z prezesem Klubu Sportowego (KS) „Victoria” Częstochowa. Po awansie do I ligi w pierwszym sezonie rozgrywano mecze na zmianę, na KS „Victoria” i na boisku „Lotnika” w Kościelcu. W kolejnym sezonie, już w Ekstraklasie, udało się przenieść zawody na stadion KS „Raków”. Piłkarki miały od tej pory bardzo dobre warunki do gry, doskonałe zaplecze sportowe i możliwość trenowania na bocznych boiskach byłego pierwszoligowca<sup>12</sup>.

<sup>9</sup> Relacja Włodzimierza Seifryda.

<sup>10</sup> Tamże.

<sup>11</sup> Tamże.

<sup>12</sup> Tamże.

Pomimo pomocy udzielanej przez wielu ludzi, dochody związane z prowadzeniem drużyny były ciągle niewystarczające. Aby podołać utrzymaniu kilku kategorii wiekowych oraz zespołu grającego w rozgrywkach ligi futsalu, prezes klubu poszukiwał kolejnych źródeł dochodów. Stąd próby uzyskania dofinansowania z Urzędu Miasta. Do prezydenta Częstochowy wystosowano w tej sprawie, w ciągu kilku lat, wiele listów i próśb. I tak np. w 2008 roku otrzymano na cele treningowe na obiektach Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji (MOSiR) kwotę 9000 zł<sup>13</sup>. W kwietniu tego roku wystosowano kolejną prośbę do prezydenta miasta Tadeusza Wrony o pomoc i wsparcie finansowe, gdyż powyższa kwota okazała się zbyt mała, aby przeprowadzić remont płyty boiska ZS im. gen. Andersa, która była w fatalnym stanie i treningi na niej narażały piłkarki na kontuzje. Celem oszczędności prowadzono zajęcia właśnie tylko na tym boisku<sup>14</sup>.

W początkowym etapie budowania drużyny największą pomoc uzyskano od rodziców zawodników i zawodniczek. Kupowali sprzęt sportowy i organizowali transport, wożąc dzieci na mecze nawet do odległych o kilkadziesiąt kilometrów miejscowości. Pieniądze otrzymano także z Urzędu Miasta (UM) i od marszałka województwa śląskiego (po reformie administracyjnej). W 1997 roku UM Częstochowy przekazał dofinansowanie w wysokości 500 zł. Nie były to duże pieniądze, co najwyżej wystarczały na zapłacenie kilku rachunków za wodę i prąd. Dobre wyniki sportowe i sukcesy odnoszone przez klub przyczyniły się do zdobycia nagród w postaci strojów piłkarskich, dresów i kurtek. O buty chłopcy i dziewczęta musieli zadbać sami<sup>15</sup>.

Pierwszym sponsorem klubu została w 1998 roku firma Print Cycero. Dyrektor firmy, Andrzej Kula zakupił stroje piłkarskie dla drużyny trampkarzy młodszych i dla sekcji piłki nożnej dziewcząt. Na koszulkach UKS „Gol” pojawiło się logo firmy – Drukarnia Print Cycero<sup>16</sup>. Od 2000 roku drużynie pomagała także Wyższa Szkoła Zarządzania z Częstochowy oraz wydawnictwo Technopol<sup>17</sup>. Rok wcześniej rozwiązano sekcję piłki nożnej chłopców<sup>18</sup>.

Kiedy większość zawodniczek ukończyła wiek uprawniający je do występów w rozgrywkach zespołu do lat 16 (U-16), pojawił się problem, co zrobić z nimi dalej. Na początku proponowano niektórym z nich przejście do kobiecych drużyn występujących w rozgrywkach I i II ligi. Z czasem postanowiono zgłosić klub do rozgrywek II ligi, co nastąpiło w 2001 roku<sup>19</sup>. Decyzję podjęto po pod-

<sup>13</sup> Umowa nr ST. 3023-2-9/08.

<sup>14</sup> List do Prezydenta Miasta Częstochowy Tadeusza Wrony z dnia 15.04.2008 roku.

<sup>15</sup> Relacja Włodzimierza Seifryda.

<sup>16</sup> „Gazeta Częstochowska” 1998, nr 8; Kronika UKS „Gol”; Kronika Władysława Popczyka.

<sup>17</sup> „Gazeta Częstochowska” 2000, nr 8.

<sup>18</sup> Kronika UKS „Gol”; Kronika Władysława Popczyka.

<sup>19</sup> Kronika UKS „Gol”.

pisaniu umów z nowymi sponsorami. Pomagać drużynie postanowiła miejscowa firma PSS Społem, której logo pojawiło się na koszulkach zawodniczek, i Powszechny Zakład Ubezpieczeń (PZU), który przekazywał pieniądze na zakup sprzętu rehabilitacyjnego<sup>20</sup>. Ponieważ wydatki na prowadzenie drużyny były duże, prezes i trener W. Seifryd nie ustawał w poszukiwaniu innych źródeł przychodów. Udało się nawiązać kontakt z właścicielem Odlewni Żeliwa z Kłobucka Wiesławem Kulejem, który włączył się w pomaganie piłkarkom, a także z Huta Szklą działającą przy Hucie Częstochowa.

Pasja prezesa, trenerów i zawodniczek została zauważona w rodzinnej miejscowości. Łatwiej było znaleźć tym samym kolejnych sponsorów. W 2003 roku została nim Częstochowska Huta Stali, która zagwarantowała UKS „Gol” pokrycie wszystkich kosztów związanych z funkcjonowaniem drużyny. Zakupiono nowe stroje sportowe, finansowano wyjazdy na mecze ligowe i towarzyskie. Waldemar Borkowski – prezes spółki Stal Serwis działającej przy Hucie – zakupił dresy<sup>21</sup>. Zapewniono piłkarkom po raz pierwszy stypendium. Dobre warunki stworzone przez nowego sponsora pozwoliły myśleć o walce o najwyższe cele – I ligę. W czerwcu 2004 roku „świętowano” awans do najwyższej klasy rozgrywkowej.

W 2006 roku głównym sponsorem została ISD Huta Częstochowa, która przyczyniła się do zajęcia przez zespół II miejsca w Ekstralidze<sup>22</sup>. Rok później rolę tę przejęła ISD Polska, właściciel Huty, a w kolejnym roku dołączyła Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie. Od sezonu 2008/09 zespół ma już nową nazwę ISD – AJD „Gol” Częstochowa.

Dochody klubu to wpływy przede wszystkim od sponsorów, ale także z reklam, dotacja z budżetu miasta Częstochowy, z LZS, MENiS oraz wolontariatu. Wydatki to koszty udziału w zawodach sportowych, a więc organizacja meczy mistrzowskich jako gospodarz, mecze wyjazdowe, sparingowe, wynajęcie sal treningowych oraz zgrupowania sportowe, zakup sprzętu, koszty wynajmu obiektów sportowych, stypendia i nagrody, premie za awans do I ligi oraz remonty pomieszczeń (inwestycje), zwroty kosztów podróży dla niektórych zawodniczek, transfery, opieka medyczna, odnowa biologiczna, opłacenie internatu, koszty administracyjne i usługi księgowe<sup>23</sup>. Ponieważ zespół brał udział

<sup>20</sup> Sprawozdanie z działalności klubu za rok 2007 i 2008.

<sup>21</sup> Relacja Włodzimierza Seifryda.

<sup>22</sup> „Gol” zajął drugie miejsce w lidze, ale ponieważ mistrz Polski AZS Wrocław zrezygnował z gry w Pucharach, jego miejsce zajęła drużyna z Częstochowy. W 2006 roku wprowadzono nazwę Ekstraklasa, która stała się najwyższą klasą rozgrywkową piłki nożnej kobiet (przyp. – autor).

<sup>23</sup> Sprawozdanie rzeczowo-finansowe dotyczące działalności statutowej stowarzyszenia za rok 2007; Koszty utrzymania klubu za rok 2005 i 2006.

w 2007 roku w rozgrywkach Pucharu UEFA, automatycznie wzrosły koszty prowadzenia drużyny. Transport i pobyt na turnieju w Austrii – był to wydatek rzędu 25 000 złotych. Przelot samolotem i transport autokarem z i na lotnisko musiał pokryć klub. Pozostała część wydatków, w tym pobyt, została sfinansowana przez UEFA za pośrednictwem PZPN. Na turniej pojechało 25 osób. Wszystkie pozostałe koszty i sposób finansowania zostały uzgodnione z Konstantym Litwinowem – prezesem ISD Huta Częstochowa<sup>24</sup>.

Drużynie pomagali i współpracowali z nią, oprócz głównego sponsora ISD Huta Częstochowa, także: prezydent miasta Częstochowy Tadeusz Wrona, Waldemar Leśniewicz – prezes firmy Hydro-Montex, Stanisław Pietruszka – właściciel Zakładu Budowlanego „Wiecha” z Wrzosowej, PZU Życie S.A., Wiesław Kulej z Odlewni Żeliwa w Kłobucku, Marek Popiołek z Deliete, prezes PPHU Ehazet Krzysztof Bociąga z Katowic, Marek Wojtasik z PSS Społem, Bogusław Puch prezes Śródmiejskiej Spółdzielni Mieszkaniowej oraz Radio Katowice, Miejska Telewizja „Orion”, „Dziennik Zachodni”, „Życie Częstochowy” i „Gazeta Wyborcza”<sup>25</sup>.

Szczególnie istotną sprawą było nawiązanie współpracy z Akademią im. Jana Długosza reprezentowaną przez rektora – dr. hab. inż. Zygmunta Bąka. Uczelnia zobowiązała się do nieodpłatnego udostępniania na czas treningu oraz rozgrywania meczów ligi futsalu hali sportowej oraz sali do ćwiczeń siłowych Akademickiego Centrum Sportowego. Udostępniono drużynie dwa miejsca noclegowe w hotelu wchodzącym w skład ACS i zobowiązano się do udzielania pomocy socjalnej dla studentek – zawodniczek, zgodnie z regulaminem AJD. Uzyskano tym samym niezbędne zaplecze socjalno-techniczne<sup>26</sup>.

Trenerzy regularnie opracowywali plany przygotowań zespołu do rozgrywek w okresie letnim i zimowym. W tym zakresie m.in. nieocenioną radą służył trener Gothard Kokott, były szkoleniowiec m.in. pierwszoligowego „Rakowa” Częstochowa i drugoligowej „Zawiszy” Bydgoszcz, współtwórca futsalu w Częstochowie. Pomagał w sprawach szkoleniowych, uzgadniane z nim były kierunki działań, plany treningów, w jakich ilościach i jakie treningi prowadzić.

Wyjazdy na obozy to nie tylko okres występów w I i II lidze. Już od początku istnienia klubu prezes i sponsorzy zapewnili zawodniczkom możliwość rozwoju swoich umiejętności w ośrodkach sportowych zaopatrzonych w odpowiednią bazę treningową. Pierwszym z nich został Ośrodek Sportu i Rekreacji w Koniecpolu. Piłkarki wyjeżdżały tam dwa razy w roku, latem mając możliwość korzystania z odkrytego basenu miejskiego. Dwa razy drużyna spędzała kilkana-

<sup>24</sup> List do Pana Marcina Cioka ISD Polska.

<sup>25</sup> Pismo: Sponsorzy klubu w roku 2007.

<sup>26</sup> Pismo do ISD Huta Częstochowa z dnia 06.11.2008 roku.

ście dni na obozach w Siemoradzu koło Skoczowa. Po rozpoczęciu gry w II lidze, oprócz Koniecpola, zaczęto organizować wyjazdy do Lublińca, gdzie na stadionie miejscowej Sparty znajdowała się bardzo dobra baza treningowa. Jeden raz zespół do lat 19 pojechał na obóz do Ośrodka Sportowego w Gorzowie Wielkopolskim. Po awansie do Ekstraklasy pojawiły się warunki do organizowania obozów przygotowawczych także w innych miejscowościach. Na obozy letnie wyjeżdżano do Poraja, Sianożęt, Kolbuszowej, a zimowe organizowane były w Istebnej, Jarmątówku i Wiśle<sup>27</sup>.

Ciekawe były zasady ich finansowania. Na początku były organizowane w tym samym czasie co obozy kadry. Dziewczynom grającym w kadrze koszt obozu pokrywany był z budżetu reprezentacji, więc nie trzeba było za nie płacić. Trenowały w tym czasie z kadrą, która czasami rozgrywała mecze sparingowe z klubem. A ponieważ zostawały jeszcze w ośrodkach wolne miejsca, udawało się negocjować niższe ceny. Zadowolony był klub i kierownik ośrodka. W innym przypadku, kiedy sponsorów nie było stać na pokrycie całości kosztów wyjazdu i pobytu zespołu samodzielnie, kluby dogadywały się między sobą i organizowały wspólnie obozy w tym samym czasie i w tym samym ośrodku, co znowu znacznie obniżało koszty. Korzyści sportowe były olbrzymie – możliwość rozgrywania sparingów i wymiany doświadczeń. Czasami na obozach przebywało ze sobą od trzech do sześciu drużyn<sup>28</sup>.

Na obozie np. w Lublińcu w 2000 roku zajęcia prowadzone były wspólnie z zespołami UKS „Gwiazda” Lubliniec, UKS „Olimpijczyk” Częstochowa i UKS „11” Częstochowa. Współpraca z opiekunami tych drużyn pozwoliła na obniżenie kosztów pobytu w ośrodku sportowym. Piłkarki wspólnie trenowały i rozgrywały pomiędzy sobą mecze towarzyskie<sup>29</sup>.

Pierwszymi trenerami UKS „Gol” byli: Ireneusz Jura, Władysław Popczyk i Włodzimierz Seifryd. W prowadzeniu zajęć pomagali także: Piotr Juszczak i Marian Przybylski<sup>30</sup>. W 1998 roku do zespołu dołączył Włodzimierz Bodziachowski. Jednak człowiekiem, który podejmował najważniejsze decyzje, był Włodzimierz Seifryd. Po kilku miesiącach, wobec rezygnacji Romana Kubika, przejął funkcję prezesa klubu.

W latach 2006–2008 zajęcia sportowe prowadzili: trenerzy Zbigniew Ormańczyk i Jacek Tomalski oraz instruktorzy Włodzimierz Bodziachowski, Leszek Kielbusiewicz, Wojciech Mastalerz i Włodzimierz Seifryd. Obiekty sportowe, na których odbywały się treningi, to boiska: KS „Raków” Częstochowa, MKS „Arena” Częstochowa, KS „Czarni” Sucha Góra, ZS im. gen. W. Andersa

<sup>27</sup> Relacja Włodzimierza Seifryda.

<sup>28</sup> Tamże.

<sup>29</sup> „Gazeta Częstochowska” 2000, nr 8; Kronika Władysława Popczyka.

<sup>30</sup> Kronika UKS „Gol”.



oraz sale gimnastyczne: Hala „Polonia”, ZS im. gen. W. Andersa, „Raków” Częstochowa i Gimnazjum w Kłobucku. Współpracowano także z gimnazjami w Praszce, Miedźnie i Pińczowie.

Ważnym elementem działalności klubu była współpraca ze specjalistami od odnowy biologicznej, którymi byli masażyści: Wojciech Trószczyński oraz Zbigniew Olczyk. Kontuzje i wszelkie urazy leczono w klinice w Piekarach Śląskich u znanych chirurgów: Ryszarda Faltusa i Andrzej Jasińskiego, specjalistów od ortopedii i traumatologii. W rehabilitacji pomagał doktor Jerzy Wielkoszyński.

W sierpniu 2004 roku utworzono stowarzyszenie Ludowy Uczniowski Klub Sportowy (LUKS) „Gol”, które umożliwiło drużynie uczestniczenie w rozgrywkach organizowanych przez zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe (LZS). Siedziba klubu mieściła się w Zespole Szkół (ZS) im. gen. W. Andersa przy ulicy Legionów. W 2007 roku LUKS liczył 87 członków. W tym czasie działała w nim jedna sekcja piłkarska podzielona na sześć kategorii wiekowych: juniorki – 23 zawodniczki, grupa młodszą (szkółka) – 22, juniorki młodsze – 26, młodziczki – 30, seniorki (Ekstraklasa) – 21, seniorki (II liga) – 24<sup>31</sup>.

W skład zarządu w 2007 roku wchodził: Włodzimierz Seifryd – prezes, Zenon Chrzęstek – wiceprezes, Halina Winczo – skarbnik, Łukasz Seifryd – sekretarz, Karolina Suliga – członek zarządu<sup>32</sup>. Rok później na walnym zebraniu prezesem ponownie wybrany został Włodzimierz Seifryd, a wiceprezesem jego syn – Łukasz. Funkcję skarbnika przejął Adrian Frymus, sekretarza – Włodzimierz Bodziachowski, a członkiem zarządu została ponownie Karolina Suliga<sup>33</sup>.

Klub z Częstochowy odnosił sukcesy już od pierwszego roku działalności. Najpierw awansował do finału I Turnieju Mini Piłki Nożnej im. Marka Wielguśa. W 1997 roku drużyna wygrała turniej „SuperGol”, który rozgrywany był pod patronatem Zbigniewa Bońka. W nagrodę wyjechała na tygodniowe wakacje do Włoch. Kolejne lata przyniosły sukcesy w postaci awansu do finałów III, IV i V Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży, która była jednocześnie finałem Mistrzostw Polski junierek w piłce nożnej kobiet. Zajęła tam dwa razy czwarte i raz piąte miejsce. W 2001 roku zespół zadebiutował w rozgrywkach II ligi kobiet i już w pierwszym sezonie zagrał w barażach o awans do I ligi. Cel ten udało się osiągnąć w 2004 roku. W tym samym roku i w roku następnym juniorki UKS „Gol” zostały złotymi medalistkami Ogólnopolskich Igrzysk Ludowych Zespołów Sportowych. Sezon 2005/2006 i 2006/2007 przyniósł klubowi dwukrotny tytuł Halowego Mistrza Polski (HMP) senierek, Halowego Wicemistrza

<sup>31</sup> Ankieta dotycząca działalności klubu w 2007 roku, [w:] Sprawozdanie merytoryczne i finansowe za 2007 rok.

<sup>32</sup> Tamże.

<sup>33</sup> Protokół z walnego zebrania LUKS „Gol” Częstochowa z dnia 24.09.2008 roku.

Polski juniorek starszych oraz wicemistrzostwo w Ekstraklasie. Ten ostatni sukces pozwolił drużynie na udział w europejskich pucharach. W 2008 roku UKS „Gol” został pierwszym mistrzem Polski w rozgrywkach futsalu oraz osiągnął kolejne sukcesy w HMP – brązowe medale juniorek starszych i senierek. Oprócz ww. zespół zdobył wiele nagród, pucharów i medali w innych rozgrywkach na trawie i w hali. Kilka zawodniczek powoływanych było do reprezentacji Polski we wszystkich kategoriach wiekowych, m.in. Karolina Bochra, Karolina Klabis, Kamila Kmiecik, Marta Mika, Justyna Przybylska, Marta Stobba i Agnieszka Winczo<sup>34</sup>.

UKS „Gol” Częstochowa przeszedł przez wszystkie szczeble rozwoju sportowego. Na początku sekcja piłki nożnej kobiet posiadała dwie drużyny: do lat 11 i do lat 13. Po czterech latach utworzono zespół do lat 16, a w 2001 roku juniorek starszych (do lat 19) i senierek. W latach 2006–2008 klub posiadał sześć sekcji piłkarskich. Przez te dwa lata grało w „Gol”-u około 150 zawodniczek, podczas gdy w pierwszych latach liczba ta nigdy nie przekraczała 40.

Rozwój był możliwy dzięki zainteresowaniu władz miejskich oraz prywatnych firm. W 1996 roku suma dotacji z budżetu miasta wyniosła 500 zł., a już dziesięć lat później 12 000 zł. Jak widać, w latach 1996–2008 nastąpił znaczny wzrost nakładów finansowych. Jednakże suma ta byłaby niewystarczająca na utrzymanie klubu, gdyby nie sponsorzy, którzy przekazywali na działalność drużyny dużo większe sumy pieniędzy. Umożliwiło to również rozbudowanie bazy sportowej. A warunki do jej rozwoju były trudniejsze niż w innych miastach ze względu na brak własnego boiska. Działacze UKS „Gol” wyremontowali budynki należące do klubu „Błękitni” Aniołów, z boiska którego korzystali przez wiele lat, oraz całe zaplecze sportowe ZS im. gen. W. Andersa. Od chwili podpisania umowy sponsorskiej z AJD klub ma możliwość nieodpłatnego korzystania z bazy sportowej ACS. Przyczyniły się do tego sukcesy osiągnięte przez piłkarki.

Rozwój infrastruktury sportowej oraz pozyskanie sponsorów i zwiększenie nakładów finansowych z budżetu państwa było możliwe dzięki rozwojowi sportowemu klubu. Drużyna stała się „wizytówką” miasta, a zainteresowanie mediów przełożyło się również na zainteresowanie kibiców. Popularyzacja tej dyscypliny przez działaczy „Gola” przyczyniła się do utworzenia w mieście innych drużyn piłki nożnej kobiet. W szczególności nauczyciele w szkołach zaczęli częściej angażować młode dziewczyny w turniejach piłkarskich. Omawiany w pracy okres jest jednym z ważniejszych dla rozwoju futbolu kobiecego w Częstochowie.

---

<sup>34</sup> Kronika Joanny Skaszczyk; Kronika UKS „Gol”; Sprawozdanie z działalności klubu za rok 2007 i 2008.

## Summary

### **The Origins and the Legal-Organizational Structure of the Student's Sports Club „Gol” Częstochowa (1996–2008): A Delineation of the Major Issues**

The following paper outlines several issues connected with the management of the women's soccer team „UKS Gol” from Częstochowa. The author acquaints the reader with the soccer club's origins, legal and organizational problems, sports facilities, the outline of the club's sports activity and major accomplishments. The most important and the most estimable coaches and executives are also named. Special emphasis is put on a discussion of the club's funding and its sponsors. The paper is written in the mixed, thematic-chronological, order.

**Keywords:** women' soccer, association, team, coach, chairman, sponsor, funds, accomplishments.

## Bibliografia

### A. Źródła

#### I. Źródła archiwalne:

Składnica akt Władysława Popczyka w Częstochowie.

Składnica akt Włodzimierza Seifryda w Częstochowie.

Składnica akt Joanny Skaszczyk w Częstochowie.

#### II. Źródła drukowane:

Ankieta dotycząca działalności klubu UKS „Gol” Częstochowa z 2007 roku.

Protokół z walnego zebrania LUKS „Gol” Częstochowa z dnia 24.09.2008 roku.

Protokół z zebrania założycielskiego Uczniowskiego Klubu Sportowego „Gol” w Częstochowie z dnia 18 marca 1996 roku.

Sprawozdania z działalności klubu za lata 2004, 2005, 2006, 2007, 2008.

Sprawozdanie rzeczowo-finansowe klubu w 2007 roku, [w:] Sprawozdanie merytoryczne i finansowe za 2007 rok.

Harmonogram zajęć treningowych w sezonie 2007/2008.

Koszty utrzymania klubu za rok 2005 i 2006 – sprawozdanie (brak daty).

Kronika Władysława Popczyka.

Kronika Joanny Skaszczyk.

Kronika UKS „Gol” Częstochowa.

List do Pana Marcina Cioka ISD Częstochowa (brak daty).

List do Prezydenta Miasta Częstochowy Tadeusza Wrony z dnia 15.04.2008 roku.

Pismo do ISD Huta Częstochowa z dnia 06.11.2008 roku.

Pismo do Pana Dariusza Żmudzińskiego Zakład Elektroenergetyczny H.Cz. Elsen z dnia 03.07.2007 roku.

Pismo do UM Częstochowa Wydział Sportu i Turystyki z dnia 21.09.2007 roku.

Pismo: Sponsorzy klubu w roku 2007 dotyczące działalności statutowej stowarzyszenia za rok 2007.

Statut LUKS „Gol” Częstochowa.

Statut UKS „Gol” Częstochowa.

Umowa nr ST. 3023-2-9/08 z UM Cz-wa Wydział Sportu i Turystyki.

Umowa Nr ST. 3023-2-11/07 z UM Cz-wa Wydział Sportu i Turystyki.

### III. Prasa:

„Gazeta Częstochowska” 1998–2000.

### IV. Relacje:

Relacja Władysława Popczyka.

Relacja Włodzimierza Seifryda.

### V. Źródła internetowe:

<http://www.kobiecapilka.pl>.

<http://www.90minut.pl>.

## B. Literatura

Bergier J., Krawczak P., *Zainteresowanie dziewcząt piłką nożną*, [w:] *Spoleczne i kulturowe wartości sportu*, red. J. Kosiewicz, Warszawa 2007.

Bergier J., *Piłka nożna kobiet jako nowe wydarzenie sportowe*, „Trener” 2005, nr 2.

Borska L., *Piłka nożna kobiet*, „Trener” 2005, nr 2.

Buryta R., Stefanik R., *Piłka nożna kobiet na Pomorzu Zachodnim w latach 1957–2006*, [w:] *Piłka nożna na Pomorzu Zachodnim w latach 1945–2006*, red. J. Eider, Szczecin 2006.

Miłosz M., *Medale dziewcząt z „Checzy” Gdynia*, [w:] *Z kart historii młodzieżowej piłki nożnej na Pomorzu (1920–2005)*, red. W. Wika, Gdańsk 2006.

Ordyłowski M., Schwarzer Z., Szymański L., *50 lat wrocławskiego sportu 1945–1995*, Wrocław 2007.

Pieczynski P., *Piłka nożna kobiet w Gorzowie Wielkopolskim w latach 1984–1995*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. II, Wrocław 1996.

*Piłka nożna kobiet*, red. J. Bergier, Biała Podlaska 2006.

Stefanik R., *Piłka nożna kobiet w Szczecinie w świetle prasy w latach 1957–2005*, [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. VII, Gorzów Wlkp 2006.

Szafkowski Z., *20 lat piłki nożnej kobiet w Gorzowie Wielkopolskim*, Gorzów Wielkopolski 2005.

Szafkowski Z., *Zespołowe gry sportowe na Pomorzu Szczecińskim w latach 1945–1996*, Myślibórz 1996.



## **CZĘŚĆ II**

### **PROBLEMY ROZWOJU I ZDROWIA**





Ryszard Asienkiewicz\*

Grażyna Biczysko\*\*

Józef Tatarczuk\*\*\*

## **Charakterystyka porównawcza zróżnicowania morfologicznego i typologicznego młodzieży akademickiej w Polsce (na przykładzie studentów i studentek wychowania fizycznego)**

### **Streszczenie**

Praca przedstawia charakterystykę porównawczą rozwoju fizycznego młodzieży rozpoczynającej kształcenie na kierunku wychowanie fizyczne w różnych środowiskach akademickich Polski (Poznaniu, Bydgoszczy, Rzeszowie, Łodzi, Gdańsku, Katowicach i Zielonej Górze).

Materiał stanowią wyniki badań antropometrycznych 792 studentów i 806 studentek I roku wychowania fizycznego, które posłużyły do wyliczenia wskaźników proporcji ciała oraz typologii.

Analiza wyników jednoznacznie wskazuje, że przebieg rozwoju biologicznego zespołów studentów wywodzących się z różnych grup społecznych, żyjących w odmiennych warunkach środowiskowych nie jest jednakowy. Dodatkowo, na zmianę struktury somatycznej studentów i studentek wychowania fizycznego wpływają ćwiczenia fizyczne wynikające z realizacji programu studiów oraz uprawianych dyscyplin sportowych.

**Słowa kluczowe:** młodzież akademicka, rozwój fizyczny, charakterystyka porównawcza.

---

\* Dr hab., prof. Uniwersytetu Zielonogórskiego, kierownik Katedry Wychowania Fizycznego UZ.

\*\* Dr, Katedra Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Zielonogórskiego.

\*\*\* Dr hab., prof. Uniwersytetu Zielonogórskiego, Katedra Wychowania Fizycznego UZ.

## Wstęp

Badania rozwoju fizycznego młodzieży akademickiej w Polsce mają już ponad stuletnią tradycję i sięgają historią końca XIX wieku. Pierwsze obserwacje młodzieży zakwalifikowanej do odbywania zajęć z wychowania fizycznego w Uniwersytecie Jagiellońskim prowadził Ludwik Bierkowski [23]. Natomiast pierwsze oceny stanu zdrowia i higieny osobistej studentów Uniwersytetu Warszawskiego przedstawił Kowalski [16]. Z kolei pierwszą charakterystykę porównawczą dotyczącą rozwoju fizycznego studentów warszawskich i zagranicznych opublikował Dąbrowski [8]. W okresie międzywojennym XX wieku Stojanowski, prowadząc badania rozwoju fizycznego i motorycznego wśród studentów i studentek Uniwersytetu Poznańskiego, przedstawił typy sprawności fizycznej w odniesieniu do typów rasowych [28, 29]. Badania nad zróżnicowaniem społecznym, zawodowym i antropologicznym młodzieży szkół akademickich we Lwowie prowadził w roku akademickim 1937/1938 Wokroj [37, 38].

Lata powojenne ubiegłego wieku charakteryzują się dynamicznym rozwojem szkolnictwa wyższego na skutek wyodrębnienia z uniwersytetów samodzielnych uczelni wyższych. W tym też okresie wprowadzono na studiach obowiązkowe zajęcia z wychowania fizycznego oraz utworzono międzywydziałowe studia wychowania fizycznego, które prowadziły badania cech somatycznych i sprawności fizycznej młodzieży akademickiej.

Nowe kierunki badań nad rozwojem fizycznym i motorycznym młodzieży akademickiej wytyczyły prace wykonane przez Gilewicza [24, 25], Milicer i współpracowników [22] oraz na zlecenie Ministerstwa Szkolnictwa Wyższego [9, 17]. Odnotowano zmianę zakresu antropologicznych obserwacji z kwestii doboru rasowego na zagadnienia selekcji somatycznej młodzieży z różnych szkół i kierunków studiów. Wyniki badań Drozdowskiego [12] ukazały istotę selekcji somatycznej oraz zmiany, jakie zachodzą w czasie studiów, głównie wychowania fizycznego. W kolejnych latach pojawiają się pierwsze prace dotyczące środowiskowego zróżnicowania cech morfologicznych i sprawności fizycznej młodzieży akademickiej oraz wyniki badań longitudinalnych [między innymi 26, 10, 11, 3, 4, 31, 34, 40].

Młodzież rekrutująca się z różnych środowisk na poszczególne kierunki studiów wykazuje różnice w swych składach społecznych, a wyniki badań stanowią mogą prognozę w zakresie efektów pracy zawodowej po ukończeniu edukacji.

Każda uczelnia, w zależności od profilu nauczania, stawia przed studentami określone wymagania. Szczególnie ostro zaznaczają się procesy selekcyjne w zespołach studentów i studentek wychowania fizycznego. Intensywne zajęcia mające charakter obowiązkowych ćwiczeń sportowych, wynikające z realizacji

kierunku studiów, a także osobiste uprawianie wybranej dyscypliny sportu przez młodzież stanowią ważny czynnik wpływający na zmianę ich budowy ciała.

Celem pracy jest charakterystyka porównawcza rozwoju somatycznego młodzieży rozpoczynającej kształcenie na kierunku wychowanie fizyczne w różnych środowiskach akademickich Polski.

## Material i metody

Material stanowią wyniki badań antropometrycznych studentów i studentek I roku wychowania fizycznego, przeprowadzonych przez R. Asienkiewicza i J. Tatarczuka w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Zielonej Górze, Akademii Pedagogicznej w Bydgoszczy, w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Rzeszowie; M Beckera i H. Stolarczyka w Uniwersytecie Łódzkim; pracowników Katedry Antropologii i Biometrii poznańskiej AWF; A. Malinowskiego w AWF w Gdańsku i J. Śliżyńskiego w AWF w Katowicach. Łącznie analizą objęto 1598 osób (w tym 792 mężczyzn i 806 kobiet).

Na podstawie wykonanych techniką martinowską [20] pomiarów wysokości ciała (B-v), położenia punktów B-sst, B-a, B-daIII, długości kończyn dolnych (B-sy), szerokości barków (a-a), szerokości bioder (ic-ic), szerokości i głębokości klatki piersiowej (thl-thl i xi-ths), szerokości nadgarstka (cr-cu), szerokości nasady dalszej kości ramiennej i kości udowej (cl-cm i epl-epm), obwodów ramienia w spoczynku i napięciu, uda, podudzia, grubości fałdów skórno-tłuszczowych na brzuchu, biodrze, ramieniu, pod dolnym kątem łopatki i podudziu oraz masy ciała – wyliczono długości tułowia (sst-sy) i kończyny górnej (a-daIII), a także następujące wskaźniki proporcji ciała [18]:

- tułowia  $(sst-sy : B-v) \times 100$ ,
- barków  $(a-a : sst-sy) \times 100$ ,
- miednicy  $(ic-ic : a-a) \times 100$ ,
- klatki piersiowej  $(xi-ths : thl-thl) \times 100$ ,
- Rohrera  $(\text{masa ciała w g} : B-v \text{ 3 w cm}) \times 100$ ,
- długości kończyny górnej  $(a-daIII : B-v) \times 100$ ,
- długości kończyny dolnej  $(a-a : B-v) \times 100$ ,
- międzykończynowy  $(a-daIII : B-v) \times 100$ ,
- barkowo-wzrostowy  $(a-a : B-v) \times 100$ ,
- biodrowo-wzrostowy  $(ic-ic : B-v) \times 100$ .

Zebrany material opracowano podstawowymi metodami statystycznymi [14]. Charakterystykę porównawczą przeciętnych cech somatycznych i wskaźników proporcji ciała analizowanych zespołów odniesiono do kandydatów na studia AWF w Poznaniu. Strukturę somatyczną badanych zespołów męskich określono

typologią Adama Wankego [35], a żeńskich Ewy Kolasy [15]. Wyniki analiz przedstawiają tabele 1–8.

## Wyniki badań i dyskusja

Tabele 1–2 ukazują wyraźne zróżnicowanie badanych zespołów męskich i żeńskich w zakresie badanych cech.

Jak wynika z tabeli 1, przeciętnie najwyższym zespołem są studenci wychowania fizycznego z Zielonej Góry ( $M=182,21$  cm), następnie z Poznania i Łodzi (odpowiednio  $M=178,58$  cm i  $178,1$  cm), a najniższym młodzież z Katowic ( $M=177,39$  cm) i Rzeszowa ( $M=177,66$  cm).

Studentów Uniwersytetu Zielonogórskiego – relatywnie do zespołów z AWF w Poznaniu, WSP w Rzeszowie, UŁ w Łodzi, AWF w Gdańsku i AWF w Katowicach – charakteryzują wyższe przeciętne długości tułowia, długości kończyn górnych, szerokości bioder, szerokości nasad kostnych (wyznaczonych pomiarami cr-cu, cl-cm, epl-epm), obwodu podudzia, grubości fałdu skórno-tłuszczowego pod dolnym kątem łopatki oraz masy ciała, a najmniejsze w przypadku obwodu ramienia (w spoczynku i napięciu), grubości fałdu skórno-tłuszczowego na biodrze i podudziu. Zespół studentów Uniwersytetu Łódzkiego wyróżniają na tle porównywalnych środowisk najwyższe średnie długości kończyn dolnych, szerokości barków i klatki piersiowej oraz największe obwody ramienia (w spoczynku) i uda. Przeciętnie najgrubszą podściółką tłuszczową na brzuchu, biodrze, ramieniu i podudziu cechują się studenci wychowania fizycznego w Rzeszowie, a najmniejszą z Akademii Wychowania Fizycznego z Katowic i Poznania.

Różnice statystycznie istotne (badane testem t-Studenta) między zespołami odnotowano w wysokości i masie ciała, długości tułowia, długości kończyn dolnych, szerokości barków, bioder, klatki piersiowej, głębokości klatki piersiowej, obwodach ramienia w spoczynku, obwodach uda, grubościach fałdów skórno-tłuszczowych na brzuchu i pod łopatką (tab. 3).

Porównawczo (tab. 2), przeciętnie, najwyższe są studentki wychowania fizycznego w Uniwersytecie Zielonogórskim ( $M=167,41$  cm), następnie poznańskiej AWF ( $M=167,00$  cm), a najniższe studium w katowickiej AWF ( $M=165,34$  cm). Porównawczo do innych środowisk akademickich Polski, studentki z Zielonej Góry wyróżniają wyższe przeciętne szerokości bioder i głębokości klatki piersiowej, szerokości nasad kostnych (łokciowej i nadgarstkowej), obwodu ramienia w napięciu oraz masy ciała, natomiast najmniejsze grubości podściółki tłuszczowej. Zespół studentek z Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach charakteryzują wyższe przeciętne długości kończyn dolnych, szerokości kolanowej, a także grubości fałdów skórno-tłuszczowych na biodrze i ramieniu. Stu-

dentki z Łodzi wyróżniają na tle analizowanych zespołów przeciętnie najdłuższe kończyny górne, szersze barki i klatka piersiowa, większe spoczynkowe obwody ramienia i podudzia oraz największa masa ciała. Najmniejszą podściółką tłuszczową charakteryzują się studiujące wychowanie fizyczne w Uniwersytecie Zielonogórskim.

Różnice statystycznie znamienne między porównywalnymi zespołami kobiet stwierdzono w wysokości ciała, długościach tułowia, kończyn dolnych, szerokościach barków, bioder, klatki piersiowej, głębokości klatki piersiowej, w obwodach ramienia, uda, grubości fałdu skórno-tłuszczowego pod dolnym kątem łopatki oraz masie ciała (tab. 4).

W tabelach 5–6 zestawiono przeciętne wskaźników proporcji ciała porównywanych zespołów. Kandydatów na studia do poznańskiej AWF charakteryzują wyższe przeciętne wskaźników długości kończyn dolnych i barkowo-wzrostowego, a mniejsze wartości wskaźników: miednicy, Rohrera, międzykończynowego i biodrowo-wzrostowego (tab. 5). Przeciętnie dłuższy tułów i kończyny górne w stosunku do wysokości ciała, bardziej wysklepiona klatka piersiowa oraz dłuższe kończyny górne względem kończyn dolnych charakteryzują studentów wychowania fizycznego z Rzeszowa. Różnice statystycznie istotne między średnimi odnotowano we wskaźnikach tułowia, barków, miednicy, długości kończyn dolnych, międzykończynowym, barkowo-wzrostowym i biodrowo-wzrostowym. Największą tęgością budowy na tle porównawczym wyróżniają się studenci Uniwersytetu Łódzkiego, a najsmuklejsi są studenci Uniwersytetu Zielonogórskiego i kandydaci na studia do poznańskiej AWF.

Kandydatki na studia wychowania fizycznego w Poznaniu, w porównaniu do pozostałych zespołów, wyróżniają przeciętnie dłuższe kończyny dolne w stosunku do wysokości ciała, węższa miednica względem szerokości barków, krótsze kończyny górne względem długości kończyn dolnych oraz węższe biodra w stosunku do wysokości ciała (tab. 6). Większe wartości wskaźników tułowia, miednicy, długości kończyny górnej, międzykończynowego cechują zespół studentek z Rzeszowa. Najbardziej tęgą budową ciała charakteryzuje się zespół studentek wychowania fizycznego z Łodzi, a najsmuklejszą z Rzeszowa. Odnotowano (za wyjątkiem wskaźnika długości kończyny górnej) różnice statystycznie istotne między przeciętnymi wskaźników proporcji ciała porównywanych zespołów.

Przedstawione składy procentowe elementów somatycznych (tab. 7) dla zespołów mężczyzn ukazują wyraźną przewagę elementu atletycznego V (za wyjątkiem studentów z Rzeszowa i Zielonej Góry), przedstawiciele którego cechują się krótkim tułowiem, szerokimi barkami, wąską miednicą, płaską klatką piersiową i dużą masą ciała w stosunku do wysokości ciała. Na drugim miejscu jest typ leptosomiczny I. Reprezentujący go studenci charakteryzują się smukłą syl-

wetką, stosunkowo długim tułowiem, wąskimi barkami, średnio szeroką miednicą, płaską klatką piersiową oraz małą masą ciała w stosunku do jego wysokości. Udział pozostałych elementów (A, H) cechuje mniejsze zróżnicowanie. Najmniejszy udział w strukturze somatycznej analizowanych zespołów ma element H.

Wśród studentek zdecydowanie przeważa w budowie ciała element leptosomiczny I (za wyjątkiem zespołu z Łodzi).

Formułę somatyczną VIHA reprezentują zespoły studentów z AWF w Gdańsku oraz kandydaci na studia do poznańskiej AWF, VHIA zespoły z Gorzowa Wielkopolskiego i Radomia, a IVAH studenci z Rzeszowa i Zielonej Góry (tab. 8).

Studentki wychowania fizycznego w radomskiej WSI udziałem w budowie dwóch pierwszych elementów (IY), najbardziej podobne są do zespołu z Gorzowa Wielkopolskiego i kandydatek na studia AWF w Poznaniu (tab. 7). Formułę somatyczną IYHA reprezentują zespoły z Poznania, Radomia i Zielonej Góry, od której zdecydowanie odbiega zespół studentek z Łodzi (z pierwszoplanowym elementem A, którego typy charakteryzują się długim tułowiem w stosunku do wysokości ciała, wąskimi barkami względem długości tułowia i szerokością miednicą w stosunku do wysokości ciała).

Przedstawiona analiza wyników jednoznacznie wskazuje, że przebieg rozwoju biologicznego zespołów studentów wywodzących się z różnych grup społecznych, żyjących w odmiennych warunkach środowiskowych, nie jest jednokowy. Dodatkowo, na zmianę struktury somatycznej studentów i studentek wychowania fizycznego wpływają ćwiczenia fizyczne wynikające z realizacji programu studiów oraz uprawianych dyscyplin sportowych. Reakcja analizowanych cech na ten sam zespół bodźców jest różna w zespołach obu płci będąca wynikiem odmiennej ich ekosensytywności.

## Stwierdzenia

1. Przedstawiona analiza poziomu rozwoju fizycznego studentów i studentek wychowania fizycznego wybranych środowisk akademickich Polski ukazuje podobieństwa i różnice. Przeciętnie najwyższe i najsmuklejsze są zespoły z Uniwersytetu Zielonogórskiego i Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu.

2. Różnice statystycznie istotne między porównywanymi zespołami męskimi odnotowano w wysokości i masie ciała, długości tułowia, długości kończyn dolnych, szerokości barków, bioder, klatki piersiowej, głębokości klatki piersiowej, obwodach ramienia (w spoczynku), uda oraz grubościach fałdów skórno-tłuszczowych na brzuchu i pod łopatką. W przypadku zespołów kobiet, różnice statystycznie znamienne odnotowano w wysokości i masie ciała, długości tułowia, długości kończyn dolnych, szerokościach barków, bioder, klatki piersiowej, głę-

bokości klatki piersiowej, obwodach ramienia (w spoczynku), uda oraz grubości podściółki tłuszczowej pod dolnym kątem łopatki.

3. Porównawczo, wyższe wartości wskaźników proporcji ciała (tułowia, klatki piersiowej, długości kończyny górnej i międzykończynowego) odnotowano w zespołach studentów z Rzeszowa oraz z Poznania (barków, długości kończyny dolnej, barkowo-wzrostowego), a mniejsze w zespołach z Zielonej Góry (Rohrera, długości kończyny dolnej i barkowo-wzrostowym), Łodzi (tułowia i klatki piersiowej), Poznania (miednicy, międzykończynowy i biodrowo-wzrostowy). Największe różnice między zespołami mężczyzn, odnotowano we wskaźnikach barków, miednicy, międzykończynowym, które są statystycznie istotne, a najmniejsze we wskaźniku Rohrera i długości kończyny górnej.

4. Wśród studentek porównywanych uczelni, przeciętnie wyższe wartości wskaźników tułowia, miednicy, długości kończyny górnej, międzykończynowego charakteryzują zespół z Rzeszowa, natomiast barków i Rohrera studentki z Łodzi, tułowia i klatki piersiowej z Gdańska, barkowo-wzrostowego i biodrowo-wzrostowego z Zielonej Góry. Największe dystanse między porównywanymi zespołami odnotowano w przypadku wskaźników barków, miednicy i Rohrera, które są statystycznie istotne, a najmniejsze w długości kończyny górnej.

4. W budowie ciała zespołów studentów wychowania fizycznego przeważa element atletyczny V, a wśród studentek element leptosomiczny I.

5. Formuła somatyczna VIHA charakteryzuje zespoły studentów z AWF w Gdańsku oraz kandydatów na studia do poznańskiej AWF, VHIA zespoły z Gorzowa Wielkopolskiego i Radomia, a IVAH studentów z Rzeszowa i Zielonej Góry.

6. Zespoły studentek z Poznania, Radomia i Zielonej Góry charakteryzuje formuła somatyczna IYHA, od której zdecydowanie odbiega zespół studentek z Łodzi (z pierwszoplanowym elementem A).

**Tab. 1.** Charakterystyka somatometryczna studentów wychowania fizycznego

(1) – AWF Poznań [27, 36]; (2) – WSP Rzeszów (kierunek wf) [1, 33]; (3) – UZ Zielona Góra (kierunek wf) [5]; (4) – UŁ Łódź (kierunek wf) [7];  
 (5) – AWF Gdańsk [19]; (6) – AWF Katowice [30].

Cecha	AWF Poznań (n = 472) 1991–1995		WSP Rzeszów (n = 48) 1999/2000		UZ Zielona Góra (n = 45) 2004/2005		UŁ Łódź (n = 41) 1988		AWF Gdańsk (n = 95) 1986/1987		AWF Katowice (n = 91) 1991	
	M	s	M	s	M	s	M	s	M	s	M	s
B-v	178,58	6,82	177,66	6,48	182,21	7,91	178,1	6,48	177,9	6,03	177,39	5,79
B-sst	—	—	145,02	5,60	—	—	145,1	5,61	145,2	5,68	—	—
B-a	—	—	146,89	6,02	—	—	146,6	6,24	145,8	5,60	—	—
B-sy	86,32	3,93	88,75	4,54	90,72	4,80	92,0	4,23	91,3	4,12	90,90	4,64
B-da III	—	—	68,29	3,97	—	—	67,9	3,46	67,7	3,33	—	—
sst-sy	53,57	3,25	56,27	3,61	57,11	3,17	53,9	—	53,9	—	53,83	3,16
a-da III	—	—	78,60	4,73	79,62	4,07	78,7	—	78,1	—	79,21	5,19
a-a	41,12	2,24	39,71	1,83	41,14	1,63	41,4	1,96	40,8	1,94	40,67	1,86
ic-ic	27,40	1,68	27,76	1,34	29,37	2,15	28,4	1,88	27,9	3,10	28,27	1,86
thl-thl	28,45	2,43	27,02	1,67	29,04	1,45	30,2	2,08	29,2	2,15	29,50	1,43
xi-ths	19,57	1,61	18,71	1,51	20,01	2,14	20,4	1,44	20,3	1,91	20,48	1,94
cr-cu	—	—	54,56	3,12	55,11	3,30	—	—	—	—	—	—
cl-cm	—	—	68,25	3,28	68,38	3,94	—	—	—	—	70,20	4,5
epl-epm	—	—	94,04	7,00	95,44	4,73	—	—	—	—	99,30	5,2
Obwód ramienia (w spoczynku)	28,64	2,63	28,22	2,37	28,13	2,37	29,6	1,53	28,8	3,41	28,82	1,78
Obwód ramienia (w napięciu)	—	—	32,68	2,65	32,32	2,74	—	—	—	—	—	—
Obwód uda	55,98	4,04	54,50	3,72	55,84	3,49	56,0	2,67	55,0	2,69	54,13	3,13
Obwód podudzia	—	—	37,51	2,33	37,73	2,31	37,6	2,26	37,4	1,91	37,32	2,10
Fałd na brzuchu	8,80	4,56	12,88	4,31	11,53	2,53	—	—	—	—	—	—
Fałd na biodrze	—	—	9,69	3,16	8,76	1,98	—	—	—	—	9,41	—
Fałd na ramieniu	—	—	12,83	2,97	11,71	2,48	—	—	—	—	7,59	—
Fałd pod łopatką	10,43	3,19	13,93	3,61	13,93	2,43	—	—	—	—	10,41	—
Fałd na podudziu	—	—	7,44	1,54	6,16	1,11	—	—	—	—	—	—
Masa ciała	72,89	9,02	72,30	8,39	77,35	8,78	76,6	8,19	73,0	7,13	72,33	5,97



**Tab. 2.** Charakterystyka somatometryczna studentek wychowania fizycznego

(1) – AWF Poznań [27, 36]; (2) – WSP Rzeszów (kierunek wf) [1, 33]; (3) – UZ Zielona Góra (kierunek wf) [5]; (4) – UŁ Łódź (kierunek wf) [7]; (5) – AWF Gdańsk [19]; (6) – AWF Katowice [30].

Cecha	AWF Poznań (n = 542) 1991–1995		WSP Rzeszów (n = 38) 1999/2000		UZ Zielona Góra (n = 14) 2004/2005		UŁ Łódź (n = 17) 1988		AWF Gdańsk (n = 125) 1986/1987		AWF Katowice (n = 70) 1991	
	M	s	M	s	M	s	M	s	M	s	M	s
B-v	167,00	6,19	166,17	6,90	167,41	4,97	166,6	5,61	166,6	6,23	165,34	5,80
B-sst	—	—	135,53	6,32	—	—	135,9	4,98	136,0	5,57	—	—
B-a	—	—	136,92	6,70	—	—	137,2	5,82	134,1	5,88	—	—
B-sy	80,84	4,25	83,96	4,70	85,71	3,97	85,4	4,16	85,4	4,49	86,05	4,72
B-da III	—	—	64,30	3,54	—	—	63,8	4,77	64,4	3,48	—	—
sst-sy	50,17	4,06	51,57	3,42	50,04	2,55	50,5	—	50,6	—	49,10	3,23
a-da III	—	—	72,62	4,58	72,67	5,46	73,4	—	69,7	—	71,49	5,86
a-a	36,52	1,64	35,12	1,77	36,81	1,44	37,7	1,35	36,5	1,95	36,42	1,66
ic-ic	26,22	2,03	27,16	1,57	28,24	1,44	27,8	1,52	27,6	1,46	27,53	1,65
thl-thl	24,94	1,60	23,70	1,44	26,31	1,20	26,4	1,17	23,5	1,53	25,36	1,49
xi-ths	17,38	1,52	16,63	1,41	18,31	0,98	18,2	1,39	17,5	1,32	17,68	1,79
cr-cu	—	—	47,37	2,33	48,86	2,88	—	—	—	—	—	—
cl-cm	—	—	57,03	3,12	60,29	2,73	—	—	—	—	60,20	5,7
epl-epm	—	—	86,29	4,30	87,21	4,30	—	—	—	—	90,60	5,2
Obwód ramienia (w spoczynku)	24,42	2,00	23,07	1,36	24,90	1,99	25,8	2,17	25,8	1,75	25,49	2,00
Obwód ramienia (w napięciu)	—	—	25,83	1,78	27,36	2,09	—	—	—	—	—	—
Obwód uda	53,88	3,94	50,95	3,28	53,25	3,14	56,4	4,32	56,6	3,37	53,12	4,03
Obwód podudzia	—	—	34,28	3,03	35,43	2,10	36,0	3,58	35,6	2,04	35,34	2,35
Fałd na brzuchu	11,69	5,16	11,71	3,21	11,36	2,17	—	—	—	—	—	—
Fałd na biodrze	—	—	9,58	3,07	8,07	1,59	—	—	—	—	10,94	—
Fałd na ramieniu	—	—	11,24	2,11	9,57	1,65	—	—	—	—	12,60	—
Fałd pod łopatką	12,82	4,87	10,87	2,24	9,14	1,88	—	—	—	—	12,09	—
Fałd na podudziu	—	—	8,79	2,55	6,00	1,04	—	—	—	—	—	—
Masa ciała	58,62	7,46	53,62	5,52	60,06	5,14	63,3	7,68	59,6	5,95	58,82	7,00

**Tab. 3.** Zestawienie wielkości i istotności różnic między przeciętnymi badanymi cech w zespołach studentów

(1) – AWF Poznań [27, 36]; (2) – WSP Rzeszów (kierunek wf) [1, 33]; (3) – UZ Zielona Góra (kierunek wf) [5]; (4) – UŁ Łódź (kierunek wf) [7]; (5) – AWF Gdańsk [19]; (6) – AWF Katowice [30].

Cecha	1-2 d	1-3 d	1-4 d	1-5 d	1-6 d
B-v [cm]	0,92	-3,63**	0,48	0,68	1,19
sst-sy [cm]	-2,70**	-3,54**	-0,33	-0,33	-0,26
B-sy [cm]	-2,43**	4,40**	-5,68**	-4,98**	-4,58**
a-da III [cm]	—	—	—	—	—
a-a [cm]	1,41**	-0,02	-0,28	0,32	0,45
ic-ic [cm]	-0,36	-1,97**	-1,00**	-0,50*	-0,87**
thl-thl [cm]	1,43**	-0,59	-1,75**	-0,75**	-1,05**
xi-ths [cm]	0,86**	-0,44	-0,47	-0,73**	-0,91**
cr-cu [mm]	—	—	—	—	—
cl-cm [mm]	—	—	—	—	—
epl-epm [mm]	—	—	—	—	—
Obwód ramienia (w spoczynku) [cm]	0,42	0,51	-0,96*	-0,16	-0,18
Obwód ramienia (w napięciu) [cm]	—	—	—	—	—
Obwód uda [cm]	1,48*	0,14	-0,02	0,98*	1,85**
Obwód podudzia [cm]	—	—	—	—	—
Fałd na brzuchu [mm]	-4,08**	-2,73**	—	—	—
Fałd na biodrze [mm]	—	—	—	—	—
Fałd na ramieniu [mm]	—	—	—	—	—
Fałd pod łopatką [mm]	-3,50**	3,50**	—	—	0,02
Fałd na podudziu [mm]	—	—	—	—	—
Masa ciała [kg]	0,59	4,46**	-3,71*	-0,11	0,56

\* – poziom istotności przy 0,05; \*\* – poziom istotności przy 0,01

**Tab. 4.** Zestawienie wielkości i istotności różnic między przeciętnymi badanymi cech w zespołach studentek wychowania fizycznego

(1) – AWF Poznań [27, 36]; (2) – WSP Rzeszów (kierunek wf) [1, 33]; (3) – UZ Zielona Góra (kierunek wf) [5]; (4) – UŁ Łódź (kierunek wf) [7]; (5) – AWF Gdańsk [19]; (6) – AWF Katowice [30].

Cecha	1-2 d	1-3 d	1-4 d	1-5 d	1-6 d
B-v [cm]	0,83	-0,41	0,40	0,40	1,66*
sst-sy [cm]	-1,40*	0,13	-0,33	-0,43	1,07*
B-sy [cm]	-3,12**	-4,87**	-4,56**	-4,56**	-5,21**
a-da III [cm]	—	—	—	—	—
a-a [cm]	1,40**	-0,29	-1,18**	0,02	0,10
ic-ic [cm]	-0,94**	-2,02**	-1,58**	-1,38**	-1,31**
thl-thl [cm]	1,24**	-1,37**	-1,46**	1,44**	-0,42*
xi-ths [cm]	0,75**	-0,93*	-0,82*	-0,12	-0,30
cr-cu [mm]	—	—	—	—	—
cl-cm [mm]	—	—	—	—	—
epl-epm [mm]	—	—	—	—	—
Obwód ramienia (w spoczynku) [cm]	1,35**	-0,48	-1,38**	1,38**	-1,07**
Obwód ramienia (w napięciu) [cm]	—	—	—	—	—
Obwód uda [cm]	2,93**	0,63	-2,52*	-2,72**	0,76
Obwód podudzia [cm]	—	—	—	—	—
Fałd na brzuchu [mm]	-0,02	0,33	—	—	—
Fałd na biodrze [mm]	—	—	—	—	—
Fałd na ramieniu [mm]	—	—	—	—	—
Fałd pod łopatką [mm]	1,95*	3,68**	—	—	—
Fałd na podudziu [mm]	—	—	—	—	—
Masa ciała [kg]	5,00**	-1,44	-4,68*	-0,98	-0,20

\* – poziom istotności przy 0,05; \*\* – poziom istotności przy 0,01

**Tab. 5.** Charakterystyka liczbowa wskaźników proporcji ciała studentów wychowania fizycznego

(1) – AWF Poznań, Sakowska, Wawrzyniak 1991–1995; (2) – UR Rzeszów (kierunek wf), Asienkiewicz, Tatarczuk 1999/2000; (3) – UZ Zielona Góra (kierunek wf), Asienkiewicz 2004/2005; (4) – UŁ Łódź (kierunek wf), Becker 1988; (5) – AWF Gdańsk, Malinowski, Stolarczyk 1986/1987; (6) – AWF Katowice, Ślężyński 1991.

Wskaźnik	Poznań AWF (n = 472) (1)		Rzeszów Kierunek wf (n = 48) (2)		Zielona Góra Kierunek wf (n = 45) (3)		UŁ Łódź Kierunek wf (n = 41) (4)		Gdańsk AWF (n = 95) (5)		Katowice AWF (n = 91) (6)		Wielkość i istotność różnic między przeciętnymi				
	M	s	M	s	M	s	M	s	M	s	M	s	1–2	1–3	1–4	1–5	1–6
													d	d	d	d	d
Tułowia	30,00	1,46	31,67	1,70	31,34	1,01	29,8	1,03	30,3	1,6	30,36	1,67	-1,67**	-1,34**	0,20	-0,30	0,36*
Barków	76,96	5,27	70,84	5,29	72,17	3,61	78,0	3,91	75,6	4,2	75,79	5,46	6,12**	4,79**	-1,04	1,36*	1,17
Miednicy	67,04	7,77	70,03	4,18	71,41	4,60	68,8	4,54	68,3	5,6	69,58	4,56	-2,99**	-4,37**	-1,76	-1,26	-2,54**
Klatki piersiowej	69,10	6,94	69,52	7,21	69,00	7,30	67,7	4,81	69,3	5,7	69,52	6,88	-0,42	0,10	1,40	-0,20	-0,42
Rohrera	1,28	0,13	1,29	0,12	1,28	0,12	1,35	—	1,21	-	1,30	0,12	-0,01	0	-0,07	0,07	-0,02
Długości k. górnej	44,12	1,55	44,24	1,39	43,70	1,16	—	—	—	—	—	—	-0,12	0,42	—	—	—
Długości k. dolnej	51,65	1,55	49,95	1,69	49,78	1,05	—	—	—	—	—	—	1,70**	1,87**	—	—	—
Międzykończynowy	85,48	3,64	88,67	4,17	87,81	2,45	—	—	—	—	87,22	5,29	3,19**	-2,33**	—	—	-1,74**
Barkowo-wzrostowy	23,03	1,07	22,36	1,00	22,60	0,95	—	—	—	—	—	—	0,67**	0,43**	—	—	—
Biodrowo-wzrostowy	15,34	0,77	15,63	0,75	16,13	1,08	—	—	—	—	—	—	-0,29*	-0,79**	—	—	—

\* – poziom istotności przy 0,05; \*\* – poziom istotności przy 0,01

**Tab. 6.** Charakterystyka liczbowa wskaźników proporcji ciała studentek wychowania fizycznego

(1) – AWF Poznań, Sakowska, Wawrzyniak 1991–1995; (2) – UR Rzeszów (kierunek wf), Asienkiewicz, Tatarczuk 1999/2000; (3) – UZ Zielona Góra (kierunek wf), Asienkiewicz 2004/2005; (4) – UŁ Łódź (kierunek wf), Becker 1988; (5) – AWF Gdańsk, Malinowski, Stolarczyk 1986/1987; (6) – AWF Katowice, Ślężyński 1991.

Wskaźnik	Poznań AWF (n = 542) (1)		Rzeszów Kierunek wf (n = 38) (2)		Zielona Góra Kierunek wf (n = 14) (3)		UŁ Łódź Kierunek wf (n = 17) (4)		Gdańsk AWF (n = 125) (5)		Katowice AWF (n = 70) (6)		Wielkość i istotność różnic między przeciętnymi				
	M	s	M	s	M	s	M	s	M	s	M	s	d	d	d	d	d
	Tułowia	30,04	2,05	31,03	1,39	29,90	1,37	30,3	1,26	30,1	2,1	29,71	1,97	-0,99**	0,14	-0,26	-0,06
Barków	73,14	5,32	68,27	4,18	73,70	4,24	74,9	5,05	72,4	4,5	74,44	5,18	4,87**	-0,56	-1,76	0,74	-1,30
Miednicy	71,83	5,06	77,42	4,44	76,77	3,87	73,6	3,89	75,5	5,9	75,67	4,74	-5,59**	-4,94**	-1,77	-3,67**	-3,84**
Klatki piersiowej	69,83	6,10	70,33	6,34	69,69	4,66	69,0	5,24	74,7	5,8	69,79	7,26	-0,50	0,14	0,83	-4,87**	0,04
Rohrera	1,26	0,14	1,17	0,11	1,28	0,13	1,37	—	1,29	—	1,30	0,10	0,09**	-0,02	-0,11**	-0,03	-0,04*
Długości k. górnej	43,66	2,16	43,69	1,05	43,40	2,80	—	—	—	—	—	—	-0,03	0,26	—	—	—
Długości k. dolnej	51,59	1,85	50,52	1,55	51,19	1,63	—	—	—	—	—	—	1,07**	0,40	—	—	—
Międzykończynowy	84,75	5,30	86,56	3,38	84,78	5,13	—	—	—	—	83,22	8,71	-1,81*	-0,03	—	—	1,58*
Barkowo-wzrostowy	21,88	0,86	21,14	0,84	21,99	0,67	—	—	—	—	—	—	0,74**	-0,11	—	—	—
Biodrowo-wzrostowy	15,70	1,10	16,35	0,77	16,86	0,65	—	—	—	—	—	—	-0,65**	-1,16**	—	—	—

\* – poziom istotności przy 0,05; \*\* – poziom istotności przy 0,01

**Tab. 7.** Charakterystyka porównawcza struktury somatycznej analizowanych zespołów studentów wychowania fizycznego

Zespół	Elementy somatyczne [%]				Wzór strukturalny	Autor
	I	A	V	H		
AWF Poznań	34,74	13,70	36,09	15,48	VIHA	Drozdowski, Riegerova [1995]
AWF Gdańsk	20,9	9,6	52,6	16,9	VIHA	Malinowski, Stolarczyk [1992]
UŁ Łódź Kierunek WF	28,50	20,70	32,30	18,50	VIAH	Becker, Stolarczyk [1992]
AWF Gorzów Wielkopolski	28,48	13,54	36,72	21,25	VHIA	Wojtowicz [1991]
WSP Rzeszów Kierunek WF	60,00	13,61	17,52	8,87	IVAH	Tatarczuk [2002]
UZ Zielona Góra Kierunek WF	42,50	19,37	21,87	16,25	IVAH	Asienkiewicz [2004/2005]
WSI Radom Kierunek WF	9,9	5,1	73,0	12,0	VHIA	Michalska-Wichan, Malinowski [1999]

**Tab. 8.** Charakterystyka porównawcza struktury somatycznej analizowanych zespołów studentek wychowania fizycznego

Zespół	Elementy somatyczne [%]				Wzór strukturalny	Autor
	I	A	Y	H		
AWF Poznań	45,35	9,91	33,89	10,85	IYHA	Drozdowski, Riegerova [1995]
AWF Gorzów Wielkopolski	53,72	10,92	25,67	9,98	IYAH	Wojtowicz [1991]
AWF Gdańsk	72,04	8,44	12,00	7,51	IYAH	Malinowski, Stolarczyk [1992]
WSI Radom Kierunek WF	44,8	8,3	35,6	11,1	IYHA	Michalska-Wichan, Malinowski [1999]
UŁ Łódź Kierunek WF	21,50	30,20	18,80	29,50	AHIY	Becker, Stolarczyk [1992]
UZ Zielona Góra Kierunek WF	65,41	8,65	16,85	9,09	IYHA	Asienkiewicz [badania własne]
WSP Rzeszów Kierunek WF	74,80	10,25	8,44	6,51	IAYH	Tatarczuk [2002]

## Summary

### **Comparative Description of Morphological and Typological Diversity of University Students in Poland (Exemplified by Physical Education Students)**

The paper is the comparative description of the physical development of young people starting university courses of Physical Education in various academic towns in Poland (Poznań, Bydgoszcz, Rzeszów, Łódź, Gdańsk, Katowice and Zielona Góra).

It presents the results of anthropometric studies conducted among 792 male students and 806 female students of physical education (year 1). The results were used to calculate the indices of body proportions and typology.

The result analysis shows that the biological development of students coming from various social groups and living in different environmental conditions is not identical. In addition to that, physical exercise done as part of the students' university courses as well as sports the students do also affect their somatic structures.

**Key words:** university students, physical development, comparative description.

## Literatura

- [1] Asienkiewicz R., Tatarczuk J. (2000): *Typological characteristic of First-Year Students at the Pedagogic University in Rzeszów*. [in:] *Role of Social – Humanitarian Sciences in the System of University Education*. Lithuanian University of Agriculture Institute of Science and Studies of Rural Culture. Kowno, s. 279–284.
- [2] Asienkiewicz R., Tatarczuk J. (2000): *Motor efficiency as related to somatic constitution in students at WSP University in Zielona Góra*. [w:] *Interdyscyplinarne zagadnienia aktywności rekreacyjnej, sportowej i turystycznej końca XX wieku*. (red.) I. Kielbasiewicz-Drozdowska, M. Marcinkowski, W. Siwiński. WSO w Poznaniu, s. 328–335.
- [3] Asienkiewicz R. (2002): *Charakterystyka porównawcza budowy somatycznej studentów i studentek kierunków pedagogicznych na przykładzie rzeszowskiej i zielonogórskiej WSP*. [w:] *Ontogeneza i promocja zdrowia w aspekcie medycyny, antropologii i wychowania fizycznego*. (red.) A. Malinowski, J. Tatarczuk, R. Asienkiewicz. Uniwersytet Zielonogórski, s. 133–138, Zielona Góra.
- [4] Asienkiewicz R. (2004): *Comparative characteristics of somatic build of students of Pedagogical Academy in Bydgoszcz*. Sport and Society (ed.) J. Kosiewicz, K. Obodyński Podkarpackie Scientific Society of Physical

- Culture in Rzeszów. European Association for Sociology of Sport. University of Rzeszów. Rzeszów, s. 191–202.
- [5] Asienkiewicz R. (2006): *Rozwój fizyczny studentów i studentek III roku Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Zielonogórskiego*. [w:] *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*. Uniwersytet Szczeciński, Polskie Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej. Szczecin, t. 10, część pierwsza, s. 230–234.
- [6] Asienkiewicz R. (2006): *Charakterystyka porównawcza budowy ciała studentów wychowania fizycznego*. *Przegląd Naukowy Kultury Fizycznej Uniwersytetu Rzeszowskiego*, 2, s. 141–145.
- [7] Becker M., Stolarczyk H. (1992): *Stan rozwoju fizycznego studentów Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie, Filia w Łodzi*. [w:] *Biologia populacji ludzkich i prądziejowych*. WSP Słupsk, s. 21–27.
- [8] Dąbrowski M. (1900): *Młodzież uniwersytecka nasza a zagraniczna na tle rozwoju fizycznego*. *Przegląd Gimnastyczny*, 10.
- [9] Demel M., Pilicz S. (1966): *Rozwój i sprawność młodzieży akademickiej. Przekroje porównawcze 1954–1964*. *Kultura Fizyczna*, Warszawa, 8–9, s. 261–264.
- [10] Drozdowski S. (1976): *Zmienność wydolności studentów wychowania fizycznego w cyklu czteroletnich studiów*. *Roczniki Naukowe*, z. 25. AWF Poznań.
- [11] Drozdowski S. (1980): *Rytm wybranych cech sprawności fizycznej w czasie czteroletnich studiów wychowania fizycznego*. AWF Poznań.
- [12] Drozdowski Z. (1964): *Morfologiczne podstawy procesów selekcyjnych w Wyższej Szkole Wychowania Fizycznego w Poznaniu na tle selekcji sportowej*. *Monografie WSWF w Poznaniu*, nr 1.
- [13] Drozdowski Z., Riegerova J. (1995): *Studenci wychowania fizycznego z Ołomuńca i Poznania w świetle typologii Adama Wankego*. *Wychowanie Fizyczne i Sport*, nr 2, t. XXXIX, s. 25–30.
- [14] Guilford J.P. (1960): *Podstawowe metody statystyczne w psychologii i pedagogice*. Warszawa.
- [15] Kolasa E. (1969): *Typy somatyczne kobiet*. *Materiały i Prace Antropologiczne*, nr 77, PAN Wrocław, s. 207–240.
- [16] Kowalski Z. (1898): *Stan zdrowia i warunki higieniczne studentów Uniwersytetu Warszawskiego w świetle cyfr*. *Zdrowie*, 14, 157, s. 501–511.
- [17] Makutynowicz C. (1989): *Poziom sprawności fizycznej młodzieży akademickiej w roku akademickim 1986/1987*. Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego, Departament Wychowania i Spraw Studenckich. Warszawa.
- [18] Malinowski A., Bożiłow W. (1997): *Podstawy antropometrii. Metody, techniki, normy*. PWN, Warszawa – Łódź.



- [19] Malinowski A., Stolarczyk H. (1992): *Ocena budowy somatycznej studentów Akademii Wychowania Fizycznego w Gdańsku*. [w:] *Biologia populacji ludzkich i prądziejowych*. WSP Słupsk, s. 283–292.
- [20] Martin R., Saller K. (1957): *Lehrbuch der Anthropologie in systematischer Darstellung mit besonderer Berücksichtigung der anthropologischen methoden*. G. Visser. Verlag Stuttgart.
- [21] Michalska-Wichan J., Malinowski A. (1999): *Budowa somatyczna studentów wychowania fizycznego radomskiej WSI*. Prace Naukowe WSP w Częstochowie, Seria: Kultura Fizyczna, z. II, s. 169–178.
- [22] Milicer H., Skibińska A., Skład M. (1974): *Trend sekularny wielkości i proporcji ciała młodzieży akademickiej*. Wychowanie Fizyczne i Sport, 4, s. 63–71.
- [23] Oszastr H. (1964): *Stan wychowania fizycznego w Uniwersytecie Jagiellońskim w pierwszej połowie XIX w.* Roczniki Naukowe WSWF w Krakowie, 2, s. 77–147.
- [24] Pilicz S. (1981): *Zmiany sprawności i rozwoju fizycznego młodzieży akademickiej*. Materiały I Kongresu Naukowego Kultury Fizycznej i Sportu. Poznań, s. 181–185.
- [25] Pilicz S. (1988): *Zmiany sekularne w rozwoju fizycznym i sprawności ruchowej studentów polskich*. Wychowanie Fizyczne i Sport, 4, s. 3–12.
- [26] Pilikiewicz M. (1974): *Spoleczno-demograficzna charakterystyka studentów Wyższej Szkoły Nauczycielskiej w Kielcach z lat 1969/70–1972/73*. WSP Kielce.
- [27] Sakowska U. (1998): *Doniesienie z badan wielkości, proporcji i skladu ciała kandydatów na studia wychowania fizycznego*. [w:] *Człowiek wczoraj, dziś, jutro*. Wydawnictwo UMCS, Lublin, s. 129–132.
- [28] Stojanowski K. (1927): *Typy sprawności fizycznej a typy rasowe*. Wychowanie Fizyczne, 8, 11, s. 265–266.
- [29] Stojanowski K. (1931): *Skład rasowy studentek i studentów Studium Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Poznańskiego*. Wychowanie Fizyczne i Sport, Warszawa, 12, 2, s. 49–56.
- [30] Ślężyński J. (1991): *Cechy somatyczne, sprawność fizyczna i gibkość kręgosłupa studentów. Z warsztatów badawczych*. AWF Warszawa.
- [31] Tatarczuk J. (1993): *Okresowa zmienność wybranych cech morfologicznych i motorycznych studentek*. WSP, Zielona Góra.
- [32] Tatarczuk J. (2001): *Charakterystyka porównawcza wielkości, proporcji i skladu ciała młodzieży WSP w Rzeszowie na tle studiujących wychowanie fizyczne*. [w:] *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*. Uniwersytet Szczeciński, Polskie Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej. Szczecin, t. 6, s. 87–94.

- [33] Tatarczuk J. (2002): *Charakterystyka porównawcza struktury somatycznej i typologicznej słuchaczy I roku kierunków pedagogicznych i wychowania fizycznego Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Rzeszowie*. [w:] *Ontogeneza i promocja zdrowia w aspekcie medycyny, antropologii i wychowania fizycznego*. (red.) Malinowski A., Tatarczuk J., Asienkiewicz R. Uniwersytet Zielonogórski. Zielona Góra, s. 369–373.
- [34] Tatarczuk J. (2006): *Biospołeczne uwarunkowania rozwoju somatycznego i sprawność motoryczna wybranych grup młodzieży akademickiej*. Uniwersytet Zielonogórski. Zielona Góra.
- [35] Wanke A. (1954): *Zagadnienie typów somatycznych*. *Przegląd Antropologiczny*, t. XX, s. 64–104.
- [36] Wawrzyniak G. (1997): *Normy wybranych cech somatycznych kandydatów na studia wychowania fizycznego*. AWF Poznań.
- [37] Wokroj F. (1947): *Badania nad zróżnicowaniem społecznym, zawodowym i antropologicznym młodzieży szkół akademickich we Lwowie, narodowości polskiej w roku akademickim 1937/1938*. *Sprawozdania Polskiej Akademii Umiejętności*, 48, 6, s. 268–272.
- [38] Wokroj F. (1948): *Antropologiczne zróżnicowanie młodzieży szkół akademickich miasta Lwowa w roku akademickim 1937/1938*. *Przegląd Antropologiczny*, 15, s. 1–50.
- [39] Wojtowicz M. (1991): *Tendencja przemian struktury somatycznej kandydatów na studia wychowania fizycznego z Gorzowa Wielkopolskiego*. [w:] *Antropologia i jej miejsce wśród nauk o człowieku*. UAM w Poznaniu, Seria: Antropologia, nr 13, s. 221–229.
- [40] Ziółkowska-Łajp E. (1999): *Studia tendencji przemian cech morfologicznych. Uwarunkowania i skutki w świetle badań wieloletnich*. AWF Poznań.

Joanna Rodziewicz-Gruhn\*

## **Wpływ czynników społeczno-ekonomicznych na zróżnicowanie cech somatycznych i proporcji ciała u studentek pochodzących ze środowiska wiejskiego**

### **Streszczenie**

Celem pracy jest ocena wpływu poziomu wykształcenia rodziców i wielkości rodziny na uzyskany w okresie dorastania poziom cech morfologicznych i zróżnicowanie proporcji ciała studentek AJD pochodzących ze środowiska wiejskiego. Badania realizowano w latach 1998–2007 wśród studentek I roku AJD (do 2004 roku WSP), które urodziły się w dekadzie 1979–1988. Ogółem zbadano 896 kobiet ze środowiska wiejskiego. Dokonano pomiarów antropometrycznych 15 cech somatycznych, następnie wyliczono następujące wskaźniki proporcji ciała: długości tułowia, barkowo-wzrostowy, biodrowo-wzrostowy, długości kończyny górnej, długości kończyny dolnej, międzykończynowy, długości tułowia, szerokości barków, biodrowo-barkowy, klatki piersiowej, BMI, Queteleta, Rohrera, smukłości, obwodu klatki piersiowej Pigneta II, tęgości Škerljia. Materiał opracowano statystycznie. Zróżnicowanie środowiskowe analizowanych cech somatycznych przedstawiono graficznie w postaci wartości unormowanych na średnią i odchylenia standardowego ogółu badanych kobiet.

Z przeprowadzonej analizy wynika, że poziom wykształcenia rodziców i dieta w niewielkim stopniu różnicują analizowane cechy i wskaźniki proporcji ciała badanych studentek AJD w Częstochowie, pochodzących ze środowiska wiejskiego.

**Słowa kluczowe:** cechy morfologiczne, studentki, uwarunkowania środowiskowe.

---

\* Dr nauk przyrodniczych, zastępca dyrektora Instytutu Kultury Fizycznej Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie.

## Wstęp

Poziom rozwoju biologicznego jest zdeterminowany genetycznie i modyfikowany przez warunki ekologiczne i społeczno-ekonomiczne, w jakich dokonuje się proces wzrastania jednostki. Sytuację społeczno-ekonomiczną badanych ocenia się poprzez łatwo dostępne i rzetelne cechy środowiskowe, o których wiadomo, że wpływają na rozwój, dojrzewanie, sprawność fizyczną. W badaniach antropologicznych cechy te noszą nazwę zmiennych społecznych, a do najczęściej stosowanych należą: wielkość zamieszkiwanej aglomeracji – duże miasto, małe miasto, wieś, liczba dzieci w rodzinie, wykształcenie badanego lub jego rodziców, zawód rodziców lub rodzaj wykonywanej pracy, warunki mieszkaniowe, sytuacja rodzinna.

W badaniach studentek z Częstochowy rozpoczynających studia w latach 1987–1992 stratyfikacja społeczna wyznaczona poziomem wykształcenia rodziców wywierała istotny wpływ na poziom rozwoju: wysokości ciała, długości kończyn górnych i dolnych oraz tułowia [6]. Wartości wyżej wymienionych cech były zdecydowanie najwyższe u córek, których rodzice mieli wykształcenie wyższe. Z kolei takie wymiary, jak: masa ciała, szerokość bioder, głębokość bioder – były wyższe w grupie, której rodzice posiadali wykształcenie zawodowe [6]. Kolejne badania dotyczyły studentek kierunku Pedagogika, które rozpoczęły studia w latach 2001–2002, i wykazały one, że poziom wykształcenia ojca i matki w niewielkim stopniu różnicował średnie wartości cech somatycznych studentek. Odnotowane różnice międzygrupowe nie przekroczyły 0,5 odchylenia standardowego. Studentki – córki matek z wykształceniem zawodowym charakteryzowały się mniejszymi wymiarami wysokościowo-długościowymi, masą ciała, szerszymi barkami i biodrami oraz głębszą klatką piersiową w porównaniu do tych, których matki miały wykształcenie wyższe. W przypadku oceny wpływu wykształcenia ojca również można było zauważyć różnice między wymiarami ciała studentek, których ojcowie mieli wykształcenie wyższe i średnie, w relacji do studentek, których ojcowie posiadali wykształcenie zawodowe [7, 8, 9]. Wyżej przytoczone prace dotyczyły ogółu badanych studentek, niezależnie od zamieszkiwanej aglomeracji do momentu rozpoczęcia studiów.

Bardzo obszerne badania dotyczące rozwarstwienia społecznego dziewcząt w wieku 9–18 lat, pochodzących ze środowiska wiejskiego, zostały zainicjowane przez Łaską-Mierzejewską w 1967 roku i były kolejno powtarzane w 1977, w 1987 i 2001 roku [3]. Na podstawie uzyskanych wyników stwierdzono, że „[...] nierówności społeczne pomiędzy wyróżnionymi grupami populacji wiejskiej w okresie 1967–2001 były na tyle duże, że wywierały biologiczne skutki w postaci wieku menarche oraz w wysokości i masy ciała dziewcząt” [3]. Badania dotyczące młodzieży studiującej pochodzącej ze środowiska wiejskiego –

w tym zakresie: wpływu modyfikatorów społecznych na zróżnicowanie cech budowy – były podejmowane bardzo rzadko [2].

Celem pracy jest ocena wpływu poziomu wykształcenia rodziców i wielkości rodziny na uzyskany w okresie dorastania poziom cech morfologicznych i zróżnicowanie proporcji ciała studentek AJD pochodzących ze środowiska wiejskiego.

## Material i metody

Badania realizowano w okresie 1998–2007 wśród studentek I roku AJD, które urodziły się w latach 1978–1988. Ogółem zbadano 896 kobiet ze środowiska wiejskiego i stanowi to 31,1% ogółu badanych w tym czasie studentek. Średni wiek badanych kobiet wynosił  $x = 20,4 \pm 0,97$  lat.

Dokonano pomiarów antropometrycznych: B-v B-sst, B-sy, B-a, B-da, a-a, ic-ic, thl-thl, xi-ths. Wszystkie pomiary wykonano według przyjętej w Polsce techniki Martina [6]. Analizie poddano następujące wymiary ciała: wysokość ciała (B-v), masę ciała, długość: głowy z szyją (v-sst), tułowia (sst-sy), kończyn: dolnych (B-sy) i górnych (a-da), szerokości: barków (a-a), bioder (ic-ic), szerokości klatki piersiowej (thl-thl) i głębokości klatki piersiowej (xi-ths) oraz obwody klatki piersiowej w spoczynku i uda. Proces różnicowania oceniono na podstawie następujących wskaźników proporcji ciała: długości tułowia, barkowo-wzrostowego, biodrowo-wzrostowego, długości kończyny górnej, długości kończyny dolnej, międzykończynowego, długości tułowia, szerokości barków, biodrowo-barkowego, klatki piersiowej, BMI, Queteleta, Rohrera, smukłości, obwodu klatki piersiowej Pigneta II, tęgości Škerljia.

Z danych zawartych w kwestionariuszu wybrano dane dotyczące: wykształcenia ojca i matki, liczby dzieci w rodzinie. W charakterystyce poziomu wykształcenia rodziców przyjęto następujące kategorie (oddzielnie dla matek i ojców): podstawowe, zawodowe, średnie, wyższe. Dzietność w rodzinie rozpatrywano w kategoriach: 1, 2–3, 4 i więcej dzieci.

Zebrany materiał został opracowany standardowymi metodami statystycznymi. Dla każdej cechy wyliczono średnią arytmetyczną, średnie odchylenie standardowe, oraz poddano zakres zmienności (min–max). Zróżnicowanie środowiskowe analizowanych cech somatycznych przedstawiono graficznie w postaci wartości unormowanych na średnią i odchylenie standardowe ogółu badanych kobiet.

## Wyniki badań

W tabelach 1 i 2 przedstawiono charakterystyki liczbowe cech i wskaźników proporcji ciała studentek AJD w Częstochowie pochodzących ze środowiska wiejskiego.

Wykształcenie rodziców badanych studentek rozpatrywano w kategoriach: wyższe, średnie, zawodowe i podstawowe. Wyższe wykształcenie posiadało tylko 10,2% matek i 6,1% ojców, średnie 54,0% matek i 34,9% ojców, zawodowe 29,8% matek i 53,7% ojców i podstawowe 6,0% matek i 5,3% ojców. Wynika z powyższego, że wśród studentek ze środowiska wiejskiego przeważały córki matek z wykształceniem średnim i ojców z wykształceniem zawodowym. Blisko dwukrotnie więcej matek w stosunku do ojców posiadało wykształcenie wyższe. Rozkład procentowy podstawowego wykształcenia matek i ojców studentek był zbliżony.

Z przeprowadzonej analizy wynika, że poziom wykształcenia ojca i matki w niewielkim stopniu różnicuje średnie wartości cech somatycznych studentek ze środowiska wiejskiego, bowiem różnice międzygrupowe dla większości cech nie przekraczały 0,2 odchylenia standardowego (ryc. 1, ryc. 2). Można jedynie zauważyć, że najniższe wartości dla większości cech somatycznych uzyskały studentki, których matka i ojciec posiadali wykształcenie podstawowe.

Studentki, których matki miały wyższe wykształcenie, charakteryzowały się najbardziej wysklepioną klatką piersiową, posiadały najniższe wartości wskaźników wagowo-wzrostowych (BMI, Rohrera, Queteleta), najdłuższe kończyny dolne w stosunku do wysokości oraz najwęższe barki. Charakteryzowały się one najslabszą budową i były najsmuklejsze (ryc. 4). W przypadku wyższego wykształcenia ojca takich tendencji nie zaobserwowano. Można jednak zauważyć, że kobiety, których ojcowie mieli wykształcenie podstawowe, ważyły mniej i posiadały szersze barki i biodra w stosunku do wysokości (ryc. 5).

Struktura dzietności w rodzinach badanych studentek przedstawiała się następująco: 76,8% pochodziło z rodzin 2–3 dzieci, 15,2% z ognisk domowych 4 i więcej dzieci, a 8% było jedynaczkami.

Można zauważyć, że jedynaczki charakteryzowały się istotnie większymi wymiarami poprzecznymi i obwodami klatki piersiowej od kobiet posiadających rodzeństwo (ryc. 3).

U jedynaczek odnotowano najwyższe wartości wskaźników: BMI, Rohrera, barkowego, barkowo-wysokościowego i tęgości Škerljia. Wynika z tego, że jedynaczki w porównaniu do rówieśniczek posiadających rodzeństwo charakteryzowały się mocniejszą budową ciała (ryc. 6).

## Dyskusja

Badane kobiety charakteryzują się nieco wyższymi średnimi arytmetycznymi omawianych cech od odnotowanych wartości dla studentek pedagogiki z aglomeracji wiejskich, badanych w 1998 roku [7, 8]. Studentki AJD są wyższe i posiadają dłuższe kończyny dolne, szersze biodra i większy obwód klatki od rówieśniczek z Akademii Świętokrzyskiej [2, 5]. Z przeprowadzonej analizy wynika, że wykształcenie rodziców nieznacznie różnicuje poziom ocenianych cech somatycznych u obecnie badanych studentek AJD pochodzących ze środowiska wiejskiego. Można jedynie zauważyć tendencje do bardziej krępej budowy ciała u kobiet, których rodzice posiadali wykształcenie podstawowe i zawodowe. Podobne zależności odnotowali Jopkiewicz i Przychodni w badaniach studentek kieleckiej WSP pochodzących ze środowiska wiejskiego [2].

Zdaniem wielu autorów istnieje ścisła zależność między liczbą dzieci w rodzinie a ostateczną wielkością cech morfologicznych [1, 2, 36]. Asienkiewicz [1] analizując wpływ dzietności rodziny na rozwój wysokości i masy ciała u studentek Uniwersytetu Zielonogórskiego, stwierdził, że najwyższe i najcięższe były jedynaczki, a najniższymi parametrami morfologicznymi charakteryzowały się studentki żyjące w rodzinach wielodzietnych i stwierdzone różnice były statystycznie istotne. Uzyskane wyniki nie potwierdzają w pełni wyżej wymienionych zależności, wręcz przeciwnie – jedynaczki mieszkające w środowisku wiejskim były najniższe, posiadały najwyższe średnie wskaźników wagowo-wzrostowych (Rohrera, Queteleta i BMI). Jopkiewicz i Przychodni [2] komentując uzyskane wyniki dotyczące badanych przez nich studentek, stwierdzili, że „środowisko wiejskie jest głównym czynnikiem kształtującym ich rozwój, stąd też poziom wykształcenia rodziców i dzietność w niewielkim stopniu różnicowały dziewczęta względem omawianych cech”.

Reasumując, można powiedzieć, że obserwowane różnice w średnich arytmetycznych omawianych cech somatycznych i proporcji ciała kobiet rozpoczynających studia cechuje mniejsze zróżnicowanie środowiskowe niż postrzegane różnice u dzieci i młodzieży w niższych kategoriach wieku. Może to się wiązać z faktem, iż młodzież ze środowiska wiejskiego podejmująca studia poza miejscem zamieszkania jest w pewnym stopniu grupą wyselekcjonowaną pod względem społecznym i materialnym i jej warunki bytowe prawdopodobnie nie odbiegają od przeciętnych warunków, jakie posiada młodzież zamieszkująca do momentu podjęcia studiów środowisko miejskie.

## Wnioski

W wyniku przeprowadzonej analizy można sformułować następujące wnioski:

1. Kobiety studiujące w Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie, pochodzące ze środowiska wiejskiego charakteryzują się w większości badanych cech nieco wyższymi średnimi arytmetycznymi porównywanych cech w stosunku do studentek z Kielc.
2. Poziom wykształcenia ojca i matki i dzietność w niewielkim stopniu różnicują średnie wartości cech somatycznych studentek AJD pochodzących ze środowiska wiejskiego.

## Summary

### **The Impact of Socio-economic Factors on the Diversity of Somatic Features and Body Proportions of Students with Rural Background**

The objective of the study is to evaluate the effect of the educational status of parents and family size on the level of morphological traits achieved in the adolescence period as well as on differentiated body proportions of female students of Jan Długosz University (JDU) in Częstochowa originating from rural environment. The study was conducted in the years 1998–2007 amongst I year female students of Jan Długosz University in Częstochowa (until 2004 – the Higher Pedagogical School), who were born in the decade of 1979–1988. In total, the survey covered 896 women from rural areas and involved: anthropometric measurements of 15 somatic traits, and calculations of the following body proportion indices: trunk length index, shoulder-height index, hip-height index, upper extremity length index, lower extremity length index, inter-extremities index, shoulder width index, hip-to-shoulder index, chest index, BMI, Quetelet index, Rohrer index, slenderness index, Pignet II index of chest circumference, and Škerlji obesity index. Results obtained were elaborated statistically. The environmental diversity of the analyzed somatic traits was illustrated graphically in the form of values standardized into mean values and standard deviation of the whole population of women examined. Analyses conducted in the study demonstrated that the educational status of parents and the number of children in a family differentiated the analyzed traits and body proportion indices of the female students of JDU in Częstochowa originating from rural areas only to a little extent.

**Keywords:** morphological traits, female students, environmental determinants.



## Piśmiennictwo

- [1] Asienkiewicz R., *Charakterystyka morfologiczna młodzieży Uniwersytetu Zielonogórskiego w świetle uwarunkowań środowiskowych*. Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Seria: Kultura Fizyczna, 2007; VII: 71–81.
- [2] Jopkiewicz A., Przychodni A., *Poziom rozwoju fizycznego studentów Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Kielcach a sytuacja społeczna rodziny i miejsce zamieszkania*. Roczn. Nauk. Instytutu Wychowania Fizycznego i Sportu w Białej Podlaskiej, 1999; VI, Supl. 1: 51–58.
- [3] Łaska-Mierzejewska T., Olszewska E., *Antropologiczna ocena zmian rozwarstwienia społecznego populacji wiejskiej w Polsce, w okresie 1967–2001. Badania dziewcząt*, Studia i Monografie AWF w Warszawie, Warszawa, 2003; 147–151.
- [4] Malinowski A., Bożilow W., *Podstawy antropometrii*. PWN, Warszawa – Łódź 1997.
- [5] Przychodni A., *Charakterystyka społeczna i antropologiczna studentów I roku Akademii Świętokrzyskiej*, [w:] Zagórski J., Skład M. (red): *Uwarunkowania rozwoju dzieci i młodzieży wiejskiej*. Instytut Medycyny Wsi, Lublin, 2003; 186–195.
- [6] Rodziewicz-Gruhn J., Pyzik M., *Charakterystyka cech somatycznych studentek WSP w Częstochowie w aspekcie czynników społeczno-ekonomicznych*, [w:] Rodziewicz-Gruhn J., Pyzik M. (red): *Problemy rozwoju zdrowia, edukacji prozdrowotnej i ekologicznej*, Wyd. WSP Częstochowa, 1995/96; 159–170.
- [7] Rodziewicz-Gruhn J., Pyzik M., *Wysokość ciała i wiek pierwszej miesiączki studentek w Częstochowie*, [w:] Rodziewicz-Gruhn J., Wojtyna J., (red): *Uwarunkowania rozwoju, sprawności i zdrowia*. WSP Częstochowa, 1999; 127–132.
- [8] Rodziewicz-Gruhn J., *Stan rozwoju fizycznego studentek pedagogiki WSP w Częstochowie w świetle badań realizowanych w 1998 roku*, Prace Naukowe WSP w Częstochowie. Seria: Kultura Fizyczna, z. III, WSP. Częstochowa, 2000, 111–115.
- [9] Rodziewicz-Gruhn J., *Zróżnicowania morfologiczne i nawyki żywieniowe kobiet rozpoczynających studia w aspekcie uwarunkowań społecznych*. [w:] Górniak K. (red): *Korektywa i kompensacja zaburzeń w rozwoju dzieci i młodzieży*. t. I, AWF Biała Podlaska, 2005; t. 1: 110–119.

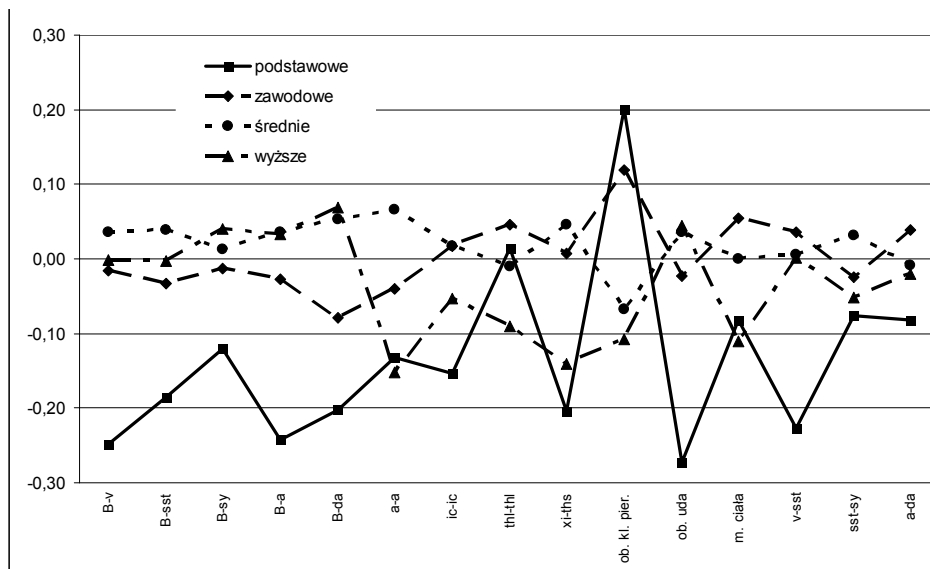
## Aneks

**Tabela 1.** Charakterystyka cech somatycznych badanych studentek AJD w Częstochowie pochodzących ze środowiska wiejskiego

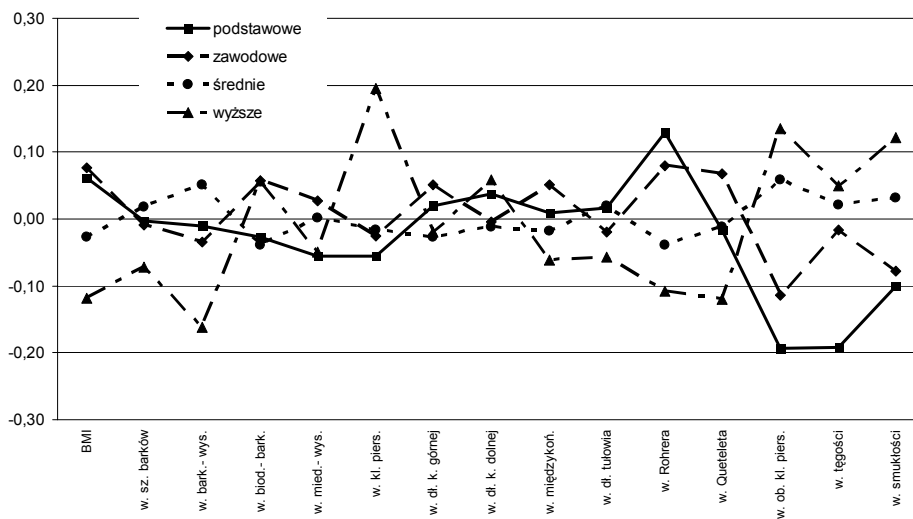
cecha	x	SD	maks.	min.
B-v	1644,36	±62,16	1877	1485
B-sst	1348,25	±55,56	1556	1196
B-sy	876,65	±48,76	1035	747
B-a	1355,28	±57,68	1560	1195
B-da	637,76	±36,77	769	536
a-a	361,64	±22,09	460	310
ic-ic	285,42	±25,25	380	220
thl-thl	261,11	±19,78	361	212
ix-ths	185,25	±20,19	250	138
obwód kl. piersiowej	772,17	±68,81	1030	650
obwód uda	549,85	±50,98	750	430
masa ciała	57,51	±7,97	90	36
v-sst	296,12	±17,05	344	231
sst-sy	471,60	±32,09	569	416
a-da	717,53	±37,22	798	584

**Tabela 2.** Charakterystyka wskaźników proporcji ciała badanych studentek AJD w Częstochowie pochodzących ze środowiska wiejskiego

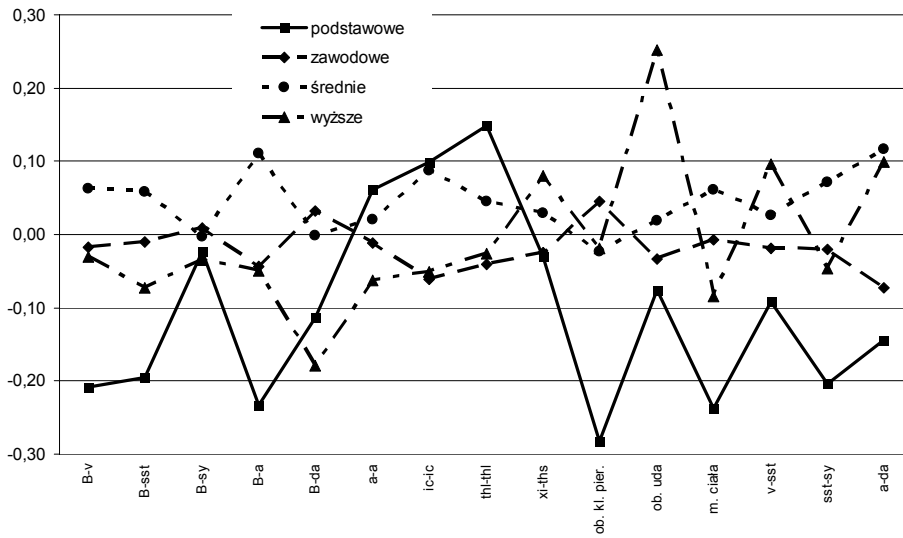
wskaźnik	x	SD	maks.	min.
BMI	21,25	±2,57	31,98	15,06
wsk. szerokości barków	76,96	±6,14	101,10	59,05
wsk. barkowo-wysokościowy	22,00	±1,24	27,54	17,59
wsk. biodrowo-barkowy	79,08	±7,06	103,54	62,05
wsk. miedniczno-wysokościowy	17,36	±1,45	22,74	13,41
wsk. klatki piersiowej	71,10	±7,28	95,83	43,06
wsk. długości kończyny górnej	43,63	±1,56	51,80	38,10
wsk. długości kończyny dolnej	53,30	±1,86	58,46	47,00
wsk. międzykończynowy	81,95	±3,80	100,39	70,26
wsk. długości tułowia	28,69	±1,72	35,23	25,20
wsk. Rohrera	1,29	±0,17	2,05	0,83
wsk. Queteleta	349,35	±43,36	524,39	235,64
wsk. obwodu klatki piersiowej	29,71	±12,16	61,30	-17,00
wsk. tęgości Škerljia	33,47	±3,14	46,60	26,85
wsk. smukłości	42,74	±1,76	49,46	36,52



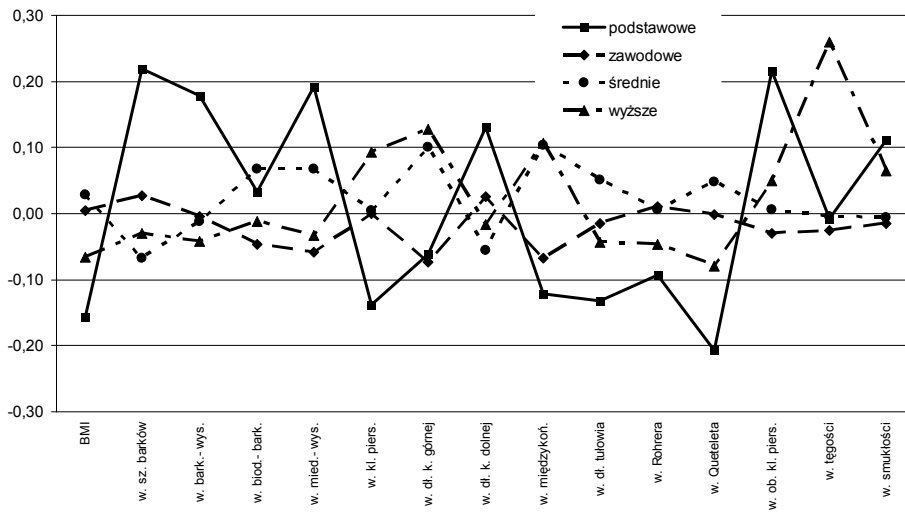
Ryc. 1. Unormowane wartości cech somatycznych ze względu na wykształcenie matki



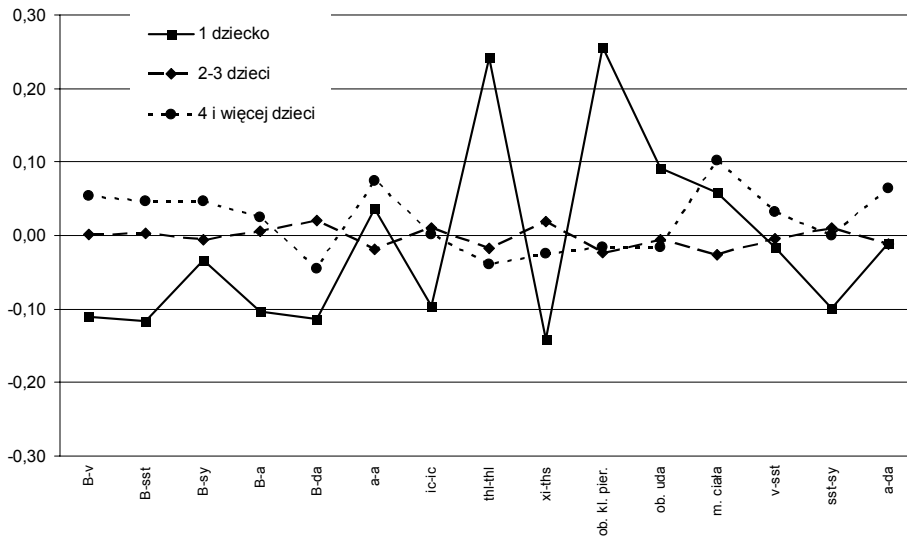
Ryc. 2. Unormowane wartości wskaźników proporcji ciała ze względu na wykształcenie matki



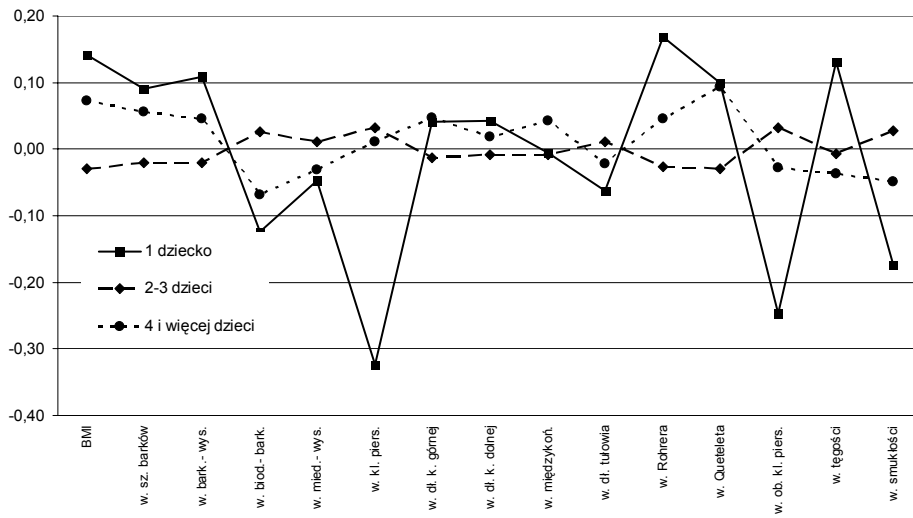
Ryc. 3. Unormowane wartości cech somatycznych ze względu na wykształcenie ojca



Ryc. 4. Unormowane wartości wskaźników proporcji ciała ze względu na wykształcenie ojca



Ryc. 5. Unormowane wartości cech somatycznych ze względu na dietność rodziny



Ryc. 6. Unormowane wartości wskaźników proporcji ciała ze względu na dietność rodziny



Krzysztof Mizera\*

Wiesław Pilis\*\*

## **Zdrowie oraz fizjologiczne podstawy starości i fizycznego treningu rekreacyjnego**

### **Streszczenie**

W prezentowanej pracy omówione zostały najważniejsze korzyści dla ludzi starszych, płynące z uprawiania aktywności fizycznej. Zdefiniowano określenie „zdrowie”, posługując się licznymi teoriami. Zaprezentowano również współzależność stosowanej diety i spożywanych odżywek ze stanem zdrowia i brakiem fizycznej aktywności. W dalszej części pracy scharakteryzowano różnice fizjologiczne między kobietami i mężczyznami w kontekście somatycznym i osiągniętych wyników sportowych. Następnie opisano zmiany fizjologiczne pojawiające się w następstwie starzenia się człowieka, połączone z ograniczeniem aktywności fizycznej. Określono także istotę promocji zdrowia i znaczenie stylu życia. W ostatniej części pracy scharakteryzowano aktywność fizyczną jako styl życia i rekomendowany sposób spędzania czasu wolnego przez starszych ludzi.

**Słowa kluczowe:** zdrowie, starość, aktywność fizyczna.

### **Wstęp**

Aktywność ruchowa odgrywa istotną rolę w rozwoju i funkcjonowaniu ludzi i warunkowana jest ich rozwojem fizycznym, motorycznym, psychicznym i kulturowym. Najczęściej określana jest jako praca mięśni szkieletowych, charakte-

---

\* Mgr, asystent w Instytucie Kultury Fizycznej Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie.

\*\* Prof. dr hab., Instytut Kultury Fizycznej Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie.

ryzująca się ponadspoczynkowym wydatkiem energetycznym, i jest ona ważna w każdej fazie ontogenezy. Zastanawiający jest stosunek dużej części społeczeństwa do własnej aktywności ruchowej, bowiem człowiek dzięki różnym udogodnieniom cywilizacyjnym, takim jak m.in. samochód, komputer, telefon itd., ową aktywność podejmuje coraz rzadziej. Skutki braku ruchu wpływają negatywnie tak na somatyczną, jak i mentalną część organizmu. W związku z powyższym aktywność fizyczna stanowi niezwykle ważny aspekt w życiu codziennym, szczególnie ludzi będących w starszym wieku. Minimalizacja, a nawet brak aktywnego fizycznie trybu życia u ludzi starszych ma najczęściej podłoże ograniczeń somatycznych, psychologicznych i środowiskowych [1]. Ważne zatem, by osoby te dla polepszenia swojego stanu zdrowia przeciwdziałały tym barierom i chętniej podejmowały ćwiczenia ruchowe. Powszechnie wiadomo, że systematyczne wysiłki fizyczne mają istotne znaczenie dla zachowania dobrego samopoczucia i prawidłowego stanu zdrowia, a także utrzymania wysokiej sprawności i wydolności fizycznej. Co więcej, badania potwierdzają, że odpowiednio dobrane wysiłki fizyczne ograniczają skutki tzw. chorób cywilizacyjnych, m.in. cukrzyca, otyłość, wielu chorób układu krążenia, jak również zaburzeń gospodarki lipidowej i wielu innych chorób [2]. Ponadto, odpowiednie ćwiczenia fizyczne znacząco zmniejszają ryzyko złamań kości, będących następstwem osteoporozy, która wraz z wiekiem może się nasilać [3]. Niekorzystne jest zaniechanie ćwiczeń, które prowadzi do hipokinezy, polegającej na dysproporcji pomiędzy zwiększającym się obciążeniem układu nerwowego, a zmniejszającym się obciążeniem układu ruchowego oraz prowadzącej do zaburzeń w zakresie układów: sercowo-naczyniowego, trawiennego czy nerwowego. Może to prowadzić do przedwczesnego zniedołężnienia organizmu. Co ciekawe, grupa badaczy [4] wykazała, że często osoby powyżej 65 roku życia nie są w stanie wykonywać zwyczajnych, wymagających minimalnego wysiłku fizycznego czynności ruchowych, co może wynikać głównie ze zbyt małej aktywności ruchowej we wcześniejszych etapach życia jednostki.

Aby podejmowana aktywność fizyczna przyniosła pozytywne efekty, a nie pogorszyła zdrowia, musi ona być odpowiednio i indywidualnie dopasowana dla każdego osobnika. W indywidualnym programie treningu zdrowotnego należy uwzględnić ogólną zasadę dawkowania ćwiczeń, preferencyjny wzorzec kultury somatycznej oraz tolerancję na ćwiczenia przez organizmy poszczególnych osób. Ludzie chcący uprawiać treningi zdrowotne powinni przejść badania lekarskie i specjalne testy kwalifikujące po to, aby zapobiec niekorzystnym zmianom towarzyszącym nasilonej aktywności ruchowej. Ważnym elementem jest również urozmaicenie form i metod treningowych, gdyż jednostajnie prowadzony trening szybko może spowodować znużenie i w konsekwencji – zniechęcenie do kontynuowania ćwiczeń.



Podjęcie w Polsce wszelakich sportowo-rekreacyjnych form aktywności fizycznej nie jest zbyt popularne. Znacznie bardziej rozwinięte jest natomiast w krajach Europy zachodniej i północnej, a także w Stanach Zjednoczonych [5]. W skandynawskich fitness klubach sale treningowe do godzin popołudniowych wypełnione są przeważnie emerytami i rencistami, którzy – oprócz pracy nad kondycją i siłą – mają okazję spotkać się ze znajomymi, porozmawiać na różne tematy, nawiązać nowe znajomości, a nawet rozładować stresy. Świadczy to o fakcie, że aktywność ruchowa przyczynia się nie tylko do poprawy zdrowia, ale mocno oddziałuje też na aspekt psychologiczny i społeczny, co dla części osób uczęszczających do fitness klubów może mieć decydujące w ich życiu znaczenie. Ludzie nieaktywni fizycznie powinni zdawać sobie sprawę, że wachlarz korzyści wynikających z uprawiania rozmaitych form rekreacji ruchowej jest znacznie większy, niż sądzą, a ćwiczenia fizyczne często po pewnym czasie stają się dla nich już nie tylko wysiłkiem, ale stylem życia.

## Definicje zdrowia

Według WHO zdrowie to stan pełnej fizycznej, psychicznej i społecznej pomyślności oraz dobrego samopoczucia, a nie tylko braku choroby, defektów fizycznych czy niedomagań. Słońska i Misiura [6] zdrowie rozumieją jako dynamiczną zdolność człowieka do osiągania maksymalnych możliwości fizycznych, psychicznych i społecznych, i jako umiejętność reagowania na wyzwania środowiska. Traktując zdrowie jako wartość dynamiczną, należy o nie zabiegać i działania te traktować jako inwestycję tak, by zachować pełną sprawność i poczucie radości życia przez długie lata [7]. Działania te mają szansę powodzenia tylko wtedy, gdy są czynione świadomie i z zaangażowaniem [8], a o stanie zdrowia w określonym momencie można wnioskować na podstawie wielu zmiennych, między innymi: wskaźników somatycznych, hematologicznych, krążeniowych, oddechowych, wydolności fizycznej, siły mięśniowej itp. Zdrowie warunkują czynniki, które Karski [9] oszacował następująco:

1. Stan opieki medycznej – w ok. 10%.
2. Zespół czynników genetycznych – w ok. 15%.
3. Jakość środowiska fizycznego i społecznego, w którym człowiek żyje i pracuje – w ok. 25%.
4. Styl życia – w około 50%.

Zestawienie to wskazuje, że styl życia odgrywa najistotniejsze znaczenie w zachowaniu zdrowia i świadomie możemy go kształtować jako prozdrowotny lub antyzdrowotny, a wynika on z zachowań jednostki płynących z wiedzy, poglądów, przekonań, temperamentu, kompetencji i doświadczeń osobnika na te-

mat zdrowia własnego i społeczeństwa [10]. Zachowania prozdrowotne to: odpowiednia aktywność fizyczna, właściwe żywienie, unikanie sytuacji konfliktowych i stresowych, przestrzeganie podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny. Do zachowań antyzdrowotnych zaliczyć należy: uzależnienia, palenie tytoniu, nadużywanie alkoholu, brak kontroli stanu zdrowia. Wymienione powyżej zachowania prozdrowotne mogą stać się antyzdrowotnymi wtedy, gdy ich unikamy, a antyzdrowotne prozdrowotnymi, gdy z nich zrezygnujemy. Zachowania te rzutują na stan zdrowia i należy sądzić, że w znaczącej części populacji polskiej dominują zachowania i postawy antyzdrowotne, gdyż prowadzone od 2002 roku badania o nazwie „PolSCREEN” wskazują, że aż 70% dorosłych Polaków ma nadciśnienie tętnicze, 43% nadwagę, a 30% otyłość, 48% zgonów w 2000 roku w Polsce spowodowane było chorobami układu sercowo-naczyniowego [11]. Model żywienia w Polsce nadal odbiega od zalecanego przez WHO [12]. Należy położyć większy nacisk na konsumpcję warzyw i owoców, gdyż te wpływają redukująco na stężenie we krwi cholesterolu, glukozy i ciśnienia tętniczego i zmniejszają ryzyko występowania raka przewodu pokarmowego. Omawiając dietę człowieka, zwraca się uwagę na używki. Do nich należy między innymi kawa, która – według Salazar-Martinez i wsp. [13] – może obniżyć ryzyko występowania cukrzycy, kamieni żółciowych i choroby Parkinsona. Negatywne działanie kawy przejawia się w wypłukiwaniu wapnia i magnezu z kości, wzmożeniu wydzielania soku żołądkowego, nadmiernej pobudliwości, podnoszeniu ciśnienia tętniczego [14], czy zwiększeniu prawdopodobieństwa powstawania raka pęcherza moczowego.

Kolejnym czynnikiem antyzdrowotnego stylu życia jest palenie tytoniu, które nasila liczbę zgonów o 42% w grupie mężczyzn i o 11% w grupie kobiet w średnim wieku [15]. Nałóg ten wzmacnia występowanie miażdżycy (o 90%), udaru mózgu i choroby wieńcowej (15–17 razy), nadciśnienia tętniczego, choroby Buergera, impotencji, niepłodności, nowotworów: płuca, przetyku, krtani, gardła, czy nawet narządów nieekspozowanych na bezpośredni kontakt z dymem, takich jak: nerki, trzustka, żołądek, pęcherz moczowy, zatoki przynosowe, szyjka macicy, krew.

Alkohol to kolejny antyzdrowotny produkt spożywczy, powodujący nowotwory, marskość wątroby, nadciśnienie tętnicze, zmiany psychiczne, zapalenie trzustki, a w dużych ilościach nasila on choroby serca i układu krążenia [16]. Małe dawki alkoholu obniżają ryzyko wystąpienia choroby niedokrwiennej serca, ale pomimo tego faktu nie zaleca się jego spożywania ze względu chociażby na zwiększoną możliwość uszkodzeń zdrowotnych, czy tworzenia się uzależnienia.

Podobny efekt jak alkohol wywierają środki odurzające, w tym narkotyki, głównie poprzez tworzenie uzależnień, prowadzących do powstawania zmian w układzie nerwowym i wyniszczających organizm, łącznie ze zwiększoną śmier-

telnością. Ich zażywanie prowadzi do obniżenia masy ciała, infekcji skóry, stanów zapalnych naczyń krwionośnych, uszkodzeń wątroby, gruźlicy, grzybiczy, nadciśnienia tętniczego [17].

Badania amerykańskie wskazują, że niekorzystne tendencje w zagrożeniu tymi schorzeniami i podatnościami można odwrócić zmianą stylu życia, tj. zaniechaniem palenia tytoniu, regularnymi ćwiczeniami fizycznymi i kontrolą masy ciała oraz spożywanej diety [18]. Sprawdzając masę ciała, trzeba odnosić ją do tzw. należnych wartości, kontrolować obwód pasa, zawartość tkanki tłuszczowej i wyliczać wskaźnik BMI, lecz jego wartości interpretować ostrożnie. Klasycznie wyznaczane wartości tego wskaźnika  $25 \text{ kg/m}^2$  są zalecane jako granice fizjologicznie dla osób szczupłych i zdrowych. Wartości poniżej  $30 \text{ kg/m}^2$  wskazują na występowanie nadwagi, a powyżej tej granicy na otyłość. Nie można tych granicznych wartości wprowadzać jako bezwzględnie obowiązujących norm dla każdej populacji, np. dla sportowców trenujących sporty siłowe, gdyż ci ze względu na dużą hipertrofię mięśniową mogą osiągać BMI nawet powyżej  $30 \text{ kg/m}^2$ , przy zawartości tkanki tłuszczowej poniżej 20%.

## Fizjologiczne i kliniczne skutki hipokinezji

Ograniczenie aktywności ruchowej manifestuje się w zakresie lokalnego upośledzenia funkcji, bądź pogorszenia ogólnego stanu zdrowia. Najczęściej zmiany patologiczne obserwuje się w następujących narządach: stawy (ograniczenie ruchomości, przykurcze, atrofia), mięśnie (atrofia), kości (osteoporoza, złamania, atrofia struktur stawowych), serce (tachykardia, zmniejszona objętość wyrzutowa, pojemność minutowa i rezerwa pojemności minutowej serca), układ krążenia (zmniejszona objętość krwi i zwiększona jej lepkość, zwiększona krzepliwość krwi, zmniejszona reakcja ortostatyczna), układ pokarmowy (anoreksja, zatwardzenia, niedożywienia), układ moczowy (częste infekcje, nasilona kamica nerkowa), skóra (zmiany skórne wraz z odleżynami), czy zmiany psychiczne (zwiększona agresja, irytacja, niepokój, lęki, depresja, zaburzenia snu i koncentracji uwagi) [19]. Dużą uwagę należy poświęcić zmniejszaniu się siły mięśni w warunkach ograniczonej aktywności ruchowej, która może mieć istotny wpływ na lokomocję człowieka. Ponadto okazuje się też, że przy zmniejszaniu się siły mięśniowej w warunkach hipodynamii, zwiększa się szybkość skracania mięśnia, co nieco kompensuje występowanie negatywnych skutków lokomocyjnych. Ważną zmianą ogólnoustrojową przy ograniczeniu aktywności ruchowej jest upośledzenie tolerancji glukozy i wrażliwości insulinowej [20], prowadzące do powstawania zmian miażdżycowych i nadciśnienia tętniczego krwi. Zmiany te wraz z niekorzystnymi zmianami profilu lipidowego krwi u ludzi starszych nie

są wynikiem ich wieku, a ograniczenia aktywności ruchowej. Istotne jest ponadto zmniejszenie odporności organizmu, poprzez ograniczenie bakteriobójczych właściwości skóry, zmniejszenie stężenia lizozymu w ślinie, czy upośledzenie zdolności fagocytarnej granulocytów obojętnochłonnych [19]. Z punktu widzenia sprawności lokomocyjnej organizmu istotnym jest zmniejszenie się maksymalnego poboru tlenu przy ograniczeniu aktywności ruchowej, głównie dzięki zmniejszeniu zdolności jego transportu do mięśni. Redukcja ta postępuje w tempie 0,9% w ciągu 30 dni pozostawania w łóżku. Trwająca dłużej hipodynamia prowadzi do coraz cięższych upośledzeń funkcji organizmu.

### **Różnice fizjologiczne między kobietami a mężczyznami**

Wzrost zainteresowania kobiet sportem stał się okazją do obserwacji adaptacji ich organizmów na różne obciążenia fizyczne [21]. Początkowo kobiety podejmowały treningi w dyscyplinach sportu o krótkim czasie trwania, a stopniowo podjęły się również tak ciężkich konkurencji sportowych, jak: boks, zapasy, podnoszenie ciężarów czy bieg maratoński, bez większej urazowości ciała, jaka występuje u mężczyzn. Nadal istotnym czynnikiem w planowaniu i podejmowaniu zarówno treningu sportowego, jak i treningu zdrowotnego, jest dostosowanie intensywności i czasu trwania wysiłku oddzielnie do możliwości kobiet i mężczyzn. W ten sposób można nadal obserwować różnice w procesie adaptacji kobiet i mężczyzn do pracy fizycznej. Istnieje bowiem różnica płciowa co do możliwości i aspiracji w zakresie adaptacji, chęci i potrzeb wykonywania wysiłków fizycznych. Potwierdza to szereg wyników sportowych uzyskanych podczas zawodów najwyższej rangi przez zawodowych sportowców. Okazuje się, iż kobiety osiągają gorsze rezultaty od mężczyzn w większości dyscyplin sportowych, w których o wygranej decyduje szybkość, wytrzymałość, czy też siła. Np. rekord świata (czerwiec 2008) w biegu na 100 m mężczyźni wynosi 9,74 s, a kobiet – 10,49 s. Rekord świata w biegu na 200 m wśród mężczyzn to 19,30 s, podczas gdy u płci przeciwnej jest to 21,34 s. W biegu na 1500 m rekord świata mężczyzn to 3:26,00 s, a kobiet – 3:50,46 s. W rzucie młotem mężczyźni rekord ten wynosi 86,74 m, podczas gdy najlepszy wynik kobiet to 78,61 m. Rekord w skoku w dal osiągnięty przez mężczyzn wynosi 8,95 m, a przez kobiety 7,52 m. W konkurencjach siłowych jest podobnie. Rekord świata w podnoszeniu ciężarów (w dwuboju) mężczyzn wających 69 kg wynosi 357 kg, podczas gdy rekord świata kobiet o tej samej masie ciała stanowi 276 kg itd.

Przeciętna budowa anatomiczna kobiet różni się od budowy mężczyzn niezależnie od tego, czy do czynienia mamy z zawodowymi sportowcami, czy osobami niemającymi nic wspólnego z regularną aktywnością fizyczną. Okazuje

się, iż dorosłe kobiety są średnio o 7–8% (8–10 cm) niższe i o 25–30% (12–18 kg) lżejsze od mężczyzn. Co ciekawe, do okresu dojrzewania, czyli do ok. 13–14 roku życia różnice w ich budowie są niezauważalne. Oddziaływanie hormonów w tych latach jest bardzo zróżnicowane, co pozwala dziewczętom osiągać lepsze od chłopców wyniki sportowe w młodym wieku. Badania dowodzą, iż w okresie dojrzewania masa mięśniowa zarówno dziewcząt, jak i chłopców jest podobna, dopiero w późniejszych latach u kobiet stabilizuje się ona, a u mężczyzn nadal wzrasta. Dysproporcje płciowe w składzie ciała zaczynają być wyraźniejsze w okresie dojrzewania. Dzieje się tak m.in. za sprawą działania żeńskich hormonów płciowych, takich jak estrogen i progesteron. Ten pierwszy istotnie wpływa na wzrost organizmu, poszerzenie miednicy, rozwój piersi oraz nasilenie odkładania tłuszczu, szczególnie w okolicy bioder i ud. U kobiet obserwuje się większą zawartość tłuszczu w organizmie, wszak wynosi ona u nich ok. 22–25%, podczas gdy u mężczyzn oscyluje w granicach 15–17%. Masa mięśniowa u kobiet w wieku 20–24 lat stanowi ok. 36% masy ciała, natomiast u mężczyzn w tym wieku jest to ok. 45%. Warto wiedzieć też, że kobiety cechuje mniejsza masa kości i stanowi ok. 12% masy ciała, podczas gdy u mężczyzn jest to ok. 15% [22]. Panie charakteryzują się również mniejszą wytrzymałością więzadeł oraz stawów, za to ich mięśnie są bardziej rozciągliwe.

Cechy te uwarunkowane są genetycznie i determinują fakt, iż – niestety – w większości dyscyplin sportowych kobiety nie są w stanie osiągnąć lepszych lub choćby zbliżonych wyników sportowych osiągniętych przez mężczyzn.

Przyczyn tego stanu można poszukiwać w anatomicznych, jak i funkcjonalnych odmiennościach organizmu kobiet i mężczyzn. W wysiłkach wytrzymałościowych taką determinantą różnicującą płciowo ludzi jest maksymalne pobieranie tlenu (VO<sub>2</sub>max).

Według Astranda [23] u studentek wychowania fizycznego wielkość ta wynosi 2,6 l/min, a dla studentów 4,1 l/min. Stanowi to różnicę 30–50%, a przy uwzględnieniu masy ciała różnicę około 20%, a jeszcze mniejszą, bo 5–11%, gdy uwzględnimy beztłuszczową masę ciała. Ponadto sprawność układu krążenia i struktura mięśni szkieletowych – jako anatomiczne uwarunkowania w budowie układu ruchu – będą głównymi determinantami możliwości wydolnościowych i wytrzymałościowych człowieka. Oczywiście pod wpływem regularnego treningu funkcjonalne możliwości mogą znacząco zwiększyć się, chociaż VO<sub>2</sub>max może wzrosnąć tylko o 25%. W siłowych dyscyplinach sportu kobiety uzyskują mniejsze efekty głównie dzięki mniejszej masie ciała i niekorzystnej strukturze mięśni szkieletowych.

Współczesne kobiety, chcąc połączyć macierzyństwo z sukcesami zawodowymi, muszą pokonywać coraz większe obciążenia psychofizyczne [24]. Kobiety uprawiając określone formy ruchu, spełniają podwójną rolę, tj. dbają o własne

zdrowie i przekazują wzory zachowań prozdrowotnych własnym dzieciom [25]. Kobiety w mniejszym stopniu niż mężczyźni dostrzegają zależności własnego stanu zdrowia od nasilonej aktywności ruchowej i w mniejszym stopniu wykazują również znajomość negatywnych skutków hypodynamii [26], co świadczy o niskim poziomie świadomości w zakresie znaczenia aktywności ruchowej dla stanu zdrowia człowieka. Częstym czynnikiem aktywizującym kobiety do ruchu jest aktywność ruchowa ich dziecka oraz konieczność wykonania określonych zajęć rodzinno-domowych, które raczej nie zwiększają wydolności fizycznej, a są czynnikiem permanentnego zmęczenia. Postawa taka prowadzi do niskiej wydolności fizycznej kobiet, która nawet niewielkimi bodźcami ruchowymi może być zwiększona.

### **Zmiany fizjologiczne w następstwie starzenia się i braku aktywności fizycznej**

Osoby charakteryzujące się prowadzeniem niehigienicznego trybu życia, tj. niepracujące fizycznie lub nieuprawiające żadnej sportowo-rekreacyjnej formy aktywności ruchowej, stosujące niezdrową dietę, palące tytoń itd., przejawiają tendencję do niskiej wydolności fizycznej, mniejszej adaptacji do trudów życia codziennego i gorszego stanu zdrowia. Ponadto, w miarę postępującej starości, pojawiają się w organizmie zmiany fizjologiczne i patofizjologiczne, które obniżają sprawność i wydolność fizyczną i mogą nawet wywołać niepełnosprawność różnego stopnia. Średnio do 45 roku życia spoczynkowa przemiana materii, masa tkanki tłuszczowej, mięśniowej i wody, szczupłej masy ciała oraz gęstość kości utrzymują się na określonym poziomie, a powyżej tej granicy wiekowej dochodzi do istotnych, negatywnych zmian inwolucyjnych [27]. Sądzi się, że proces starzenia szczególnie dotyka mięśnie szkieletowe. Zarówno u mężczyzn, jak i u kobiet w wieku 65–78 lat zmniejsza się istotnie siła kończyn dolnych i górnych w porównaniu do ludzi będących w wieku 45–54 lat, przy czym tempo tego obniżania się jest większe u mężczyzn. Zakres tych zmian jest jednak bardziej rozległy. Ludzie ci przejawiają zmniejszony maksymalny pobór tlenu, jak również zmniejszającą się od ok. 25 roku życia o ok. 20 ml/rok pojemność życiową płuc, przez co obniża się zdolność do wykonywania wysiłków fizycznych. Obniża się stosunek naczyń włosowatych do włókien mięśniowych (kapilaryzacja), co wpływa na zmniejszony przepływ krwi przez mięśnie. U starzejących się osób obserwuje się zmniejszenie maksymalnej objętości wyrzutowej i pojemności minutowej serca na skutek pogorszenia się stanu funkcjonalnego mięśnia sercowego [28]. Mniejsza maksymalna objętość wyrzutowa jest spowodowana wzrostem obwodu oporowego naczyniowego, zaś zmniejszona częstość skur-

czów serca jest następstwem zmian elektrofizjologicznych i morfologicznych. Może pojawiać się w tych warunkach również zjawisko tachykardii, tj. zwiększenia spoczynkowej akcji serca. Jest to zjawisko również niekorzystne i może być wskaźnikiem ciężkich zmian patologicznych w układzie krążenia. Ponadto serce osób starszych charakteryzuje się słabszym ukrwieniem, mniejszą kurczliwością, mniejszą odpowiedzią inotropową serca na katecholaminy, zmniejszoną elastycznością komórek, a co się z tym wiąże, mniejszym wypełnieniem końcowo-rozkurczowym komórek, do tego występuje wzrost obciążenia następczego wywołanego większym oporem łożyska naczyniowego. U sedentarnych starszych osób zmniejsza się nadto podstawowa przemiana materii (PPM) [29], a także spoczynkowa przemiana materii [30]. Jest to związane ze zmniejszeniem masy mięśni szkieletowych, które będąc tkanką aktywną metabolicznie, mają duży wpływ na wielkość poboru tlenu, a tym samym na nasilenie PPM. Obserwowano też u starzejących się ludzi redukcję liczby włókien mięśniowych IIA i IIX (włókien siłowo-szybkościowych) [31] oraz wielkości jednostek motorycznych, pociągając za sobą obniżenie siły i mocy skurczu [32]. Innym niekorzystnym efektem procesu starzenia jest obniżenie potencjału tlenowego ich mięśni. Powyższe potwierdza redukcja maksymalnej aktywności syntazy cytrynianowej, dehydrogenazy bursztynianu i dehydrogenazy CoA u ludzi w wieku 57 do 74 lata w porównaniu do ludzi znacząco młodszych [33]. Zauważono też, że znacznie większa ilość resyntezy ATP u ludzi starszych podczas przemian wysiłkowych pochodzi z metabolizmu węglowodanowego, przez co stężenie mleczanu we krwi przy tym samym obciążeniu względnym jest u nich wyższe niż u dzieci i młodzieży. W związku z tym metabolizm lipidów ulega spowolnieniu u osób starszych. Dodatkowo występuje sztywnienie tkanki łącznej, powodujące zmniejszenie elastyczności torebek stawowych, co znacznie przyczynia się do ograniczenia ruchomości stawów i jest widoczne już od ok. 30 roku życia. Oprócz tego zmniejsza się gęstość kości (zmniejszenie zawartości składników mineralnych), co zwiększa ryzyko złamań. Ludzie w starszym wieku prezentują pogorszoną termoregulację, co znacznie przyczynia się do trudniejszego utrzymania ciepłoty ciała. Okazuje się, iż starsze osoby mają wyższą temperaturę ciała i większą częstość skurczów serca podczas wysiłku wykonywanego w gorącym środowisku. Przyczyną tego stanu jest mniejsza wydolność mechanizmu parowania, a do tego mniejsza niż u osób młodych zawartość wody w ustroju, zredukowany mechanizm pragnienia, mniejsze zdolności do oszczędzania wody z powodu mniejszej aktywności hormonu antydiuretycznego oraz znaczne wahania w okołodobowych zmianach temperatury ciała [34]. Wszystko to stwarza duże niebezpieczeństwo odwodnienia organizmu. Należy też wspomnieć o zaburzeniach w mechanizmach regulacji nerwowej i hormonalnej, utrudniającej utrzymanie homeostazy.

Wszystkie te zmiany fizjologiczne powodują redukcję wydolności fizycznej osób starszych, jednakże proces ten zaczyna się już we wcześniejszych fazach ontogenezy. Według Wilmore'a i Costilla [28] wydolność po osiągnięciu swojego maksimum w wieku ok. 25 lat, obniża się wraz z wiekiem 0,8-1% w skali roku. U osób aktywnych, w wieku 25 lat maksymalny pobór tlenu ( $VO_{2max}$ ) wynosił  $50 \text{ ml} \cdot \text{kg}^{-1} \cdot \text{min}^{-1}$ , a u osób w wieku 75 lat wynosił on już  $30 \text{ ml} \cdot \text{kg}^{-1} \cdot \text{min}^{-1}$ . U osób nieaktywnych  $VO_{2max}$  w wieku 75 lat wynosił jedynie ok.  $15 \text{ ml} \cdot \text{kg}^{-1} \cdot \text{min}^{-1}$ , natomiast u sportowców, będących w podobnym wieku, sięgał on wartości aż  $45 \text{ ml} \cdot \text{kg}^{-1} \cdot \text{min}^{-1}$ .

Przykłady te wyraźnie wskazują, że ludzie aktywni fizycznie mogą nie tylko poprawić swoje zdrowie, poprzez lepsze funkcjonowanie układu krążenia i oddechania [35], czy zwiększenie gęstości kości, ale również wpłynąć na utrzymanie na wysokim poziomie wydolności fizycznej, pozwalającej swobodnie uprawiać trening zdrowotny w VI–VII dekadzie życia, a nawet znacznie później [36].

## Promocja zdrowia i zmiana stylu życia

Jednym z najskuteczniejszych narzędzi promocji zdrowia, pomocnych w osiągnięciu jej celów, są programy prozdrowotne kierowane zarówno do ludzi młodych, jak i starszych. Te kierowane do młodzieży koncentrują się przede wszystkim na zmianie stylu życia, głównie zaniechaniu zachowań antyzdrowotnych opisywanych wcześniej, będących czynnikami ryzyka różnorodnych schorzeń [37]. Okazuje się, że wpływ stylu życia na zapadalność na choroby cywilizacyjne i przedwczesną śmierć jest większy niż wszystkich pozostałych czynników łącznie.

Zdrowy styl życia jest bardzo ważny na każdym jego etapie, a dla osób starszych, nawet nieuprawiających do tej pory sportu czy rekreacyjnych form aktywności fizycznej i prowadzących niezdrowy tryb życia, ma ono szczególne znaczenie. Samo pojęcie „styl życia” jest jedną z podstawowych kategorii społecznych pozwalających opisać sposób życia ludzi, ich zachowania, normy, obyczaje, kulturę. Prozdrowotny styl życia, według specjalistów od zdrowia publicznego, to takie działania jednostek, które służą utrzymaniu i polepszaniu stanu swojego zdrowia i zapobieganiu chorobom. Na działania charakterystyczne dla tego stylu życia składają się minimum cztery podstawowe czynniki: właściwe odżywianie, unikanie alkoholu i nikotyny, systematyczna aktywność fizyczna, unikanie permanentnego stresu wiążące się z zachowaniem proporcji pracy do wypoczynku.

Zatem wdrożenie przez osobę starszą aktywności fizycznej, zdrowej diety, rzucenie palenia tytoniu, ograniczenie ilości wypijanego alkoholu, a także rozsądne zażywanie leków mogą przyczynić się do zapobiegania rozwojowi róż-



nych chorób, wydłużenia życia, a także podniesienia jego jakości [38]. Nie można aktywności ruchowej traktować jako „świętecznego” dodatku do życia, lecz jako normalne zachowanie życiowe, autentyczną potrzebę i wewnętrzny nakaz. Ruch w formie treningu holistycznego stanowi więc powrót do naturalnych funkcji organizmu. Rozwija on bowiem człowieka w bio-psycho-społecznym wymiarze, przynosi przyjemność i zadowolenie, podnosi poczucie własnej wartości, kształtuje twórcze postawy i uczy racjonalniej żyć. Staje się więc elementem kultury, także zawodowej [39].

Aktywność fizyczna musi być poparta szczególnie stosowaniem zdrowej diety i niepaleniem tytoniu, którego osoba starsza, w porównaniu do osób młodych i w średnim wieku, często nie postrzega już jako zachowania szkodliwego dla zdrowia [40]. Okazuje się, iż u osób, które zaniechały nałogu nikotynowego, w ciągu 5 lat od rezygnacji z palenia papierosów obserwuje się obniżenie ryzyka udaru mózgu do takiego poziomu, jak u osób, które nigdy nie paliły. Ponadto, substancje chemiczne zawarte w dymie nikotynowym mogą wchodzić w interakcje ze stosowanymi lekami.

Programy promocji zdrowia przeznaczone dla osób będących w późniejszych fazach ontogenezy znacząco wpływać mogą na zmianę zachowań antyzdrowotnych. Można wyróżnić 3 grupy programów zdrowotnych:

- a) programy w zakresie zachowania i poprawy samokontroli zdrowia (w sensie dbałości o własne zdrowie),
- b) programy ukierunkowane na tworzenie się więzi społecznych,
- c) programy dotyczące zachowania i zwiększenia ogólnej sprawności fizycznej i psychicznej (wydolności funkcjonalnej) [41].

Należy jednak wyraźnie zaznaczyć, iż powyższa klasyfikacja jest umowna, ponieważ wymienione kierunki działania współzależą i nakładają się wzajemnie. Istnieją też programy łączące wszystkie wyżej wymienione kierunki działania.

Program edukacyjny Kerse i wsp. [42], realizowany przez lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej u pacjentów w wieku 65 lat i więcej, przyczynił się do zwiększenia ich aktywności fizycznej (czas przeznaczany na marsz wydłużył się u nich średnio o 44 minuty/tydzień). Poprawie uległ też subiektywnie postrzegany stan ich zdrowia. Według badaczy, gdyby aktywność fizyczna była utrzymywana przez uczestników programu na tym wyższym poziomie przez kolejnych 5 lat, mogłoby dojść do redukcji umieralności w tej grupie aż o 22%. Jednakże u osób starszych zmiana stylu życia, diety i pozbycie się nałogów nie jest łatwa, gdyż cechuje ich fatalizm w postrzeganiu problemów zdrowotnych. Osoby te uważają, iż kłopoty ze zdrowiem są naturalną konsekwencją procesu starzenia się i nie mają oni na to wpływu. U ludzi, którzy mają taką świadomość zdrowotną, jest znacznie mniejsza szansa zmiany stylu życia w porównaniu do tych osób, które mają poczucie wpływu własnych zachowań na stan zdrowia [43].

Warto zaznaczyć, iż nieumiejętnie realizowane programy ukierunkowane na zmianę stylu życia mogą być postrzegane przez osoby starsze jako próba narzucania im pewnych zachowań. Jeśli osoba starsza nie będzie posiadała subiektywnego przekonania i poczucia, że zmiana zachowania antyzdrowotnego wyjdzie jej na dobre, próba zmiany trybu życia „na siłę” może przynieść więcej szkód niż korzyści. Patterson wykazał, że nawet porada lekarska sugerująca wprowadzenie diety niskocholesterolowej i niskokalorycznej u 80-lątka czerpiącego przyjemność z dotychczasowego sposobu odżywiania się nie przyniesie pożądanych skutków [44]. Wprawdzie doprowadzi ona zapewne do poprawy obiektywnych wskaźników stanu jego zdrowia (np. spadku masy ciała oraz poziomu cholesterolu we krwi), ale jest mało prawdopodobne, by doprowadziła do znacznego wydłużenia życia, a istnieje wręcz duże ryzyko pogorszenia się jakości jego życia. Wobec tego niezwykle istotne jest oszacowanie stosunku pomiędzy rozmiarami ryzyka wynikającego z kontynuowania zachowania antyzdrowotnego, a korzyściami płynącymi z utrzymywania satysfakcjonującej człowieka starszego jakości jego życia, bowiem zmiana zachowania u osoby czerpiącej z niego przyjemność może wpłynąć negatywnie na jakość jej życia lub też, gdy jest narzucona, a przez to ogranicza możliwość wyboru i poczucie kontroli, może przyczynić się do pogorszenia stanu zdrowia.

### **Styl życia a aktywność fizyczna w czasie wolnym**

Sposób wykorzystania czasu wolnego jest jednym z czynników determinujących styl życia człowieka. Liczne publikacje zwracają uwagę na jego efektywne wykorzystanie, co wpływać może na jakość życia człowieka, nazywaną czasem stylem życia. Jego odzwierciedleniem mogą być somatyczne uwarunkowania, których prostym wyrazicielem jest wskaźnik BMI. Ostrowska [45] postrzega istotny związek BMI ze stylem życia oraz ze sposobem wykorzystania czasu wolnego, odnosząc to do aktywności fizycznej umiarkowanej i intensywnej. Zdefiniowanie aktywności fizycznej dotyczy każdej formy ruchu ciała związanej z aktywnością mięśni szkieletowych, stymulujących wydatek energetyczny organizmu ponad wyższy poziom niż metabolizm spoczynkowy. Aktywność fizyczna utożsamiana jest z codzienną aktywnością ruchową, tj. pracą zawodową, obowiązkami domowymi i przydomowymi, sportem rozumianym w sensie wychynowym i rekreacyjnym i innymi formami ćwiczeń, wykonywanymi w czasie wolnym i poza nim. Do realizacji określonych form aktywności fizycznej w czasie wolnym wymagany jest określony poziom wydolności fizycznej, a ten został jasno zdefiniowany przez wielu fizjologów, w tym przez Kozłowskiego i Nazar [46]. Aktywność fizyczną rozpatrywać można w rozbiciu na poszczególne jej formy

lub ujmować ją jako formę całościową, bo taka istotna jest dla człowieka jako czynnik profilaktyki zdrowotnej. Różne są kryteria co do minimalnego poziomu aktywności fizycznej dla człowieka współczesnego, który spełniałby wymogi czynnika profilaktyki zdrowotnej. Pate i wsp. [47] wyrażają pogląd, iż dzienna 30-minutowa całkowita aktywność fizyczna o umiarkowanej intensywności jest dla człowieka wystarczająca, niezależnie od fazy rozwoju ontogenetycznego. Inne zalecenia tej samej grupy autorów wskazują, że ten 30-minutowy czas aktywności fizycznej może być podzielony na interwały nie krótsze niż 10 minut, ale tak, by łączna dzienna dawka ruchu nie wynosiła mniej niż 30 minut. Gdy intensywność pracy zostanie podwyższona, może to być okres 20–60 minut wysiłku realizowanego nie rzadziej niż 3 razy w tygodniu. Heyward [48] uważa, że aktywnym trzeba być każdego dnia, przynajmniej 30 min dziennie, np. pełniąc codzienne obowiązki domowe, nie unikając sporadycznych, nawet najbardziej intensywnych zadań ruchowych. Ćwiczenia o średniej intensywności jako rekreacyjne – siłowe, powinny być uprawiane 2–3 razy w tygodniu, a aerobowe i rozciągające formy ruchu 3–5 razy w tygodniu. W zależności od potrzeb zaleca się, by intensywność tę indywidualnie modyfikować. Jako umiarkowaną aktywność ruchową autorzy zalecają taki wysiłek, przy którym osoba zdrowa może wykonywać go tak, by nastąpiło lekkie przyspieszenie oddechu i częstości skurczów serca. Są to bardzo proste i praktyczne mierniki oceny intensywności takich form aktywności ruchowej, jak: marszobiegi, jazda na rowerze, pływanie, poruszanie się po terenie o różnym stopniu nachylenia, czy wykonywanie podstawowych prac przydomowych. Jako intensywną aktywność fizyczną rozumie się taką, przy której oddech i akcja serca nasilają się znacznie, ale rozmowa podczas jej trwania nie jest jeszcze utrudniona, i może to być bieg, jazda na rowerze z różną prędkością, wchodzenie po schodach w szybkim tempie, różne formy pracy statycznej [49]. Inne jeszcze ujęcie aktywności fizycznej mogące wpłynąć na polepszenie zdrowia rekomendowane jest przez Dietary Guidelines for Americans [50]. Odrzucając typową aktywność fizyczną wykonywaną w pracy i w domu, w zaleceniach tych wskazuje się na co najmniej 30-minutową aktywność fizyczną, wykonywaną przez większość dni tygodnia, dopuszczając przy tym dzielenie jej na 10-minutowe seanse. Kryteria te są bardziej ostre dla dzieci i młodzieży krajów wysoko rozwiniętych, zagrożonych otyłością, i kształtują się na poziomie 60-minutowej całkowitej aktywności dziennej, wykonywanej przez większość dni tygodnia. Ludzie dotknięci już otyłością bądź nadwagą powinni czas trwania aktywności fizycznej wydłużać stosownie do indywidualnych potrzeb.

Poziom aktywności fizycznej człowieka uzależniony jest od uwarunkowań biologicznych, społecznych i psychologicznych. Do tej pierwszej grupy zaliczyć można wiek i płeć człowieka, wszak wraz ze wzrostem wieku aktywność fizyczna ulega ograniczeniu i różnice te są widoczne również pomiędzy kobietami

a mężczyznami w tym, że mężczyźni wykonują dłużej trwające wysiłki. Jako społeczne determinanty limitujące podejmowanie aktywności fizycznej autor ten wymienia ogólny brak czasu, czynnik ekonomiczny, dostępność do obiektów rekreacyjnych i sportowych, czy klimat, w którym człowiek żyje. Istotnym jest środowisko społeczne, a więc status społeczny rodziny i wykształcenie, nastawienie środowiska pozarodzinnego do aktywności ruchowej oraz autorytety mogące stymulować człowieka do jej uprawiania. Telama i Yang [51] uważają, że kontakty z aktywnością fizyczną, najlepiej we wczesnych fazach życia, są czynnikiem stymulującym jej uprawianie przez pozostałe jego okresy. Zwrócić należy uwagę na miejsce realizacji aktywności fizycznej, a najlepszymi wydają się być obszary przyrodniczo cenne, takie jak parki krajobrazowe, rezerваты przyrody czy parki narodowe. Ich naturalny czynnik estetyczny działa dopingująco na ludzi aktywnych ruchowo, zwiększając efektywność treningu. Ograniczeniem w jej realizacji są nakazy korzystania tylko z określonych obszarów, tj. miejsc biwakowych i szlaków turystycznych, i zakazy dowolnego poruszania się. Istotnym jest również wpływ przeszłości sportowej na aktywność fizyczną w późniejszych fazach ontogenezy, ciągnący się często do końca życia. Odczuwa się brak badań, które wskazywałyby, jaka część byłych sportowców wyczynowych aktywnych jest fizycznie w późniejszych latach, po zakończeniu kariery sportowej. Wśród psychologicznych determinantów podejmowania aktywności ruchowej istotna jest motywacja i nastawienie do jej skutecznej realizacji. Największą motywację do aktywności ruchowej mają sportowcy wyczynowi i ludzie pracujący fizycznie zarobkowo. Jednak w późniejszym wieku możliwości wysiłkowe człowieka stają się z różnych względów ograniczone, człowiek doznaje niepowodzeń życiowych, również w pracy zawodowej, i motywacja ta może się znacząco zmniejszyć [52]. Konieczne zatem jest jej odbudowywanie i znajdowanie takich bodźców, które skutecznie by ją przywracały.

W niektórych sytuacjach potrzebnym i zasadnym jest dokładne zmierzenie aktywności ruchowej człowieka, czy wręcz grupy ludzi. Najlepiej mierzyć ją ilością wykonanej pracy fizycznej, tj. przeniesionego ciężaru, długością pokonanego dystansu itd. Miernik taki dawno już przyjęto w sporcie wyczynowym i ten bezpośrednio mówi o poziomie mistrzostwa sportowego. W rekreacji ruchowej ocenę poziomu aktywności fizycznej najprościej wyrazić można ilością wykonanych kroków podczas marszu, a ta forma wysiłku fizycznego szczególnie prosta może być wykonana również przez ludzi w starszym wieku, tym bardziej, że postęp techniczny wprowadził takie urządzenia jak krokomierze czy czujniki ruchu. Inne wskaźniki, np. wielkość maksymalnego poboru tlenu przez organizm, czy położenie progu przemian beztlenowych, są uznane za skuteczne mierniki wydolności fizycznej, ale nie w każdym wypadku korelują z wielkością wysiłku fizycznego. Stosunkowo wcześniej w ergonomii i sporcie wyczynowym zaob-

serwowano, że wielkość wydatku energetycznego koresponduje z ilością wykonanej pracy fizycznej. Pomiar ten, chociaż jest dokładny, przedstawia pewne techniczne trudności do wykonania. Wielkość tego wydatku wyrazić można w kilokaloriach, kilodżulach czy MET w jednostce czasu. Można je odnosić do masy ciała i wyrażać w jednostkach względnych. Uzyskane rezultaty są różne i determinuje je wiek, płeć, temperatura otoczenia, wielkość wykonanej pracy itp. [53]. Jednakże poziom częstości skurczów serca, chociaż mniej dokładny, łatwy jest do zmierzenia i ma znaczącą wartość rokowniczą w tym zakresie, głównie w wysiłkach typu dynamicznego. Intensywność wysiłków statycznych jest trudniejsza do oceny, bowiem przy tego rodzaju pracy z punktu widzenia kinematyki nie można mówić o wykonywaniu pracy fizycznej, chociaż wydatek energetyczny jest poniesiony, stąd też intensywność tych wysiłków w przybliżeniu ocenia się jako relatywne obciążenie w stosunku do maksymalnych możliwości wysiłkowych.

Poziom aktywności fizycznej jako jeden z czynników determinujących zdrowy styl życia korespondować może z innymi zmiennymi, które rzutują na jego długość i stan funkcjonalny człowieka. Powszechne wprowadzenie do życia codziennego udogodnień technicznych, takich jak: samochód, telewizor, pralka, czy komputer, wydają się skutecznie konkurować z poziomem aktywności ruchowej [54]. Urządzenia te inspirujące ludzi do szybszego pokonywania odległości, mniejszego wydatku energetycznego przy pracach codziennych, czy szybkiej obserwacji różnych dziedzin życia poprzez media masowego przekazu, skutecznie zajmują im czas, sprowadzając do wielogodzinnego, sedentarnego trybu życia. Rozwój technik produkcji żywności i powszechna dostępność do niej, przetworzonej tak, by czynnik zapachowy i smakowy był dominującym w ich spożywaniu, doprowadza coraz większą grupę ludzi do nadwagi i otyłości [55]. Zwiększająca się w tych warunkach masa ciała jest czynnikiem antymotywacyjnym do podejmowania aktywności ruchowej, bowiem jest ona trudniejsza do wykonania, a obciążenie organizmu czasem na tyle duże, że może być uszkadzającym określone narządy. Już pod wpływem tych czynników zanotować można znaczący przyrost chorób cywilizacyjnych, na które w starszym wieku organizm wykazuje większą podatność.

O stylu życia stanowiąc mogą również używki, jakie człowiek spożywa, a są to: alkohol, narkotyki, nikotyna, kofeina. Mają one ograniczający wpływ na motywację do podejmowania aktywności fizycznej, i tak dym tytoniowy w pierwszym rzędzie ogranicza możliwości wentylacyjne organizmu, co szybko przekłada się na pojawienie się kardiologicznych czynników limitujących aktywność fizyczną. W konsekwencji tych początkowych stanów patologicznych dochodzić może do ciężkich uszkodzeń ciała, takich jak nadciśnienie tętnicze krwi, zawał mięśnia sercowego, wylew krwi z obszarów naczyniowych, czy choroby nowo-

tworowe. Wydawałoby się, że wiedza w tym zakresie jest tak rozpowszechniona, a prozdrowotne postawy ludzi na tyle ukształtowane, iż zniwelują oni przyjmowanie tej używki. Jednak zaobserwować można, że nawet sportowcy wyczynowi nie są od niej wolni, więc przypuszczać należy, że i ludzie starsi, wykazujący mniejszą motywację do aktywności fizycznej mogą również być związani z nadużywaniem nikotyny. Przeprowadzane badania na populacji 9000 Szkotów w wieku 16–74 lat wykazały, że mogą istnieć związki intensywności palenia papierosów i wskaźnika BMI. Ich wprost proporcjonalne zależności pojawiły się w grupie tych osób w starszym wieku. Nie wspomina się jednak w tych badaniach o poziomie aktywności fizycznej badanych osób [56]. Podobnie rozpowszechniona jest konsumpcja alkoholu i sport wyczynowy również nie jest od niej wolny, podobnie jak nie są od tego nałogu wolni ludzie w różnych fazach ontogenezy. Westerterp i wsp. [57] stwierdzili, że u ludzi starszych wraz ze wzrostem aktywności ruchowej wzrastało spożycie alkoholu. Jego nasiloną konsumpcja wywołuje uzależnienie w każdej fazie ontogenezy, a gdy spożywany on jest przez ludzi starszych, konsekwencje zdrowotne mogą być poważniejsze. Z kolei umiarkowane jego spożycie nie wydaje się być znacząco szkodliwe, a wskaźnik BMI nie zmieniał się po takim spożyciu istotnie. O ile przyjmujemy wzrost otyłości organizmu jako zagrożenie chorobami krążenia, a małe lub umiarkowane dawki spożywanego alkoholu niepowodujące przyrostu tkanki tłuszczowej, a działające protekcyjne w stosunku do układu krążeniowego, to rzeczywiście wskazać można, że alkohol w takich dawkach nie zagraża pojawieniu się tych chorób. Natomiast badania, które wykonał Troisi i wsp. [58] wskazują na związek otłuszczenia organizmu i konsumpcji alkoholu. W tych warunkach prawdopodobieństwo pojawienia się chorób krążeniowych u ludzi starszych jest większe, tym bardziej że wraz z wiekiem masa tkanki tłuszczowej ulega zwiększeniu. Kolejną używką, jaką jest kofeina może też rzutować na aktywność fizyczną człowieka. Kofeina jako jeden ze stymulatorów układu adrenergicznego nasila proces lipolizy w organizmie i powinna być czynnikiem obniżającym wskaźnik BMI, tym bardziej że wzmacnia ogólną aktywność ruchową organizmu. Przeciw temu rozumowaniu przeczą wyniki prac Wu i wsp. [59], którzy badali dwie grupy ludzi spożywających duże ilości kawy kofeinowej i bezkofeinowej. Pojawiające się w tych warunkach istotne obniżenie wskaźnika BMI, równe w obydwu grupach, autorzy nie wyjaśnili do końca. Wskazali, że przyczyną tegoż obniżenia nie była kofeina zawarta w kawie.

## Summary

### Health and Physiological Basis of Aging and Physical Recreational Training

In this paper the influence of physical activity on the older people were described. Word "health" was defined according to numerous theories. The relationships between kind of applied diet as well as food supplements and state of health or physical inactivity were also presented. Further, sex difference in somatic and achieved sport results were characterized. Subsequently, physiological changes as a aging effect were correlated with physical inactivity. Essence of health promotion and life style were also presented. In the last part of the paper physical activity as a health protective factor and recommended kind of spending free time in a style of life, for older people was characterized.

**Keywords:** health, old age, physical activity.

### Piśmiennictwo:

- [1] Walsh K., Roberts J., Bennett G., *Mobility in old age*. Gerodontology. 1999, 16 (2): 69–74.
- [2] Drygas W., *Trening zdrowotny: bilans pięćdziesięciu lat. Czy znamy odpowiedzi na najważniejsze pytania?* Medicina Sportiva, 2003 nr 7, (suppl. 1) s. 9–14.
- [3] Bijlsma J.W., Knahr K., *Strategies for the prevention and management of osteoarthritis of the hip and knee*. Best Pract Res Clin Rheumatol. 2007, 21(1): 59–76.
- [4] Jackson A.S., Beard E.F., Wier L.T., Ross R.M., Stuteville J.E., Blair S.N., *Changes in aerobic power of men, ages 25–70-yr*. Med. Sci. Sports Exerc. 1995, 1: 113–120.
- [5] Kruger J., Carlson S.A., Buchner D., *How active are older Americans?* Prev Chronic Dis. 2007, 4 (3): A53.
- [6] Słońska Z., Misiuna M., *Promocja zdrowia. Słownik podstawowych terminów*. Warszawa. Agencja Promo-Lider, 2000.
- [7] Woynarowska B., *Zdrowie, edukacja do zdrowia, promocja zdrowia*. [w:] *Biologiczne i medyczne podstawy rozwoju i wychowania*. Część II. (red.) Jaczewski A. WSiP, Warszawa 1998, s. 106–139.
- [8] Demel M., *Pedagogika zdrowia*. [w:] *Pedagogika ogólna i subdyscypliny*. (red.) Turowski L. Warszawa 1999.
- [9] Karski J.B., *Promocja zdrowia w perspektywie ostatniej dekady XX wieku*. [w:] *Antropologia a medycyna i promocja zdrowia*. (red.) Malinowski A.,

- Stolarczyk H., Lorkiewicz U. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego. Łódź 2000, s. 301–319.
- [10] Sęk H., *Zdrowie behawioralne*. [w:] *Psychologia. Podręcznik akademicki. Tom 3. Jednostka a społeczeństwo i elementy psychologii stosowanej* (red.) J. Strelau. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Gdańsk 2005, s. 533–553.
- [11] Cieśliński A., *Badania populacyjne XXI wieku. Wykład na VIII Międzynarodowym Kongresie Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego w Warszawie*, Warszawa 2004.
- [12] Rywik S., *Epidemiologia otyłości na podstawie 17-letnich badań populacji Warszawa w średnim wieku – badanie Pol-Monica-Bis*. *Med. Metab.*, 2002, VI, 4, s. 16–17.
- [13] Salazar-Martinez E., Willett W.C., Ascherio A., Manson J.E. i wsp., *Coffee consumption and risk for type 2 diabetes mellitus*. *Ann Intern Med.* 2004, 140 (10): s.1–8.
- [14] Kosicka T., Kara-Perz H., Głuszek J., *Kawa – zagrożenie czy ochrona*. *Przewodnik Lekarski*, 2004, 9, s. 78–83.
- [15] Pupek-Musialik D., *Otyłość jako problem medyczny i społeczny*. *Terapia*. 2002, nr 1, z. 1: s. 115–121.
- [16] Rehm J., Gmel G., Sempos C.T., Hunt S.C., *Alcohol-Related Morbidity and Mortality*. *Epidemiology in Alcohol Research*. 2003, Vol. 27. No. 1: s. 39–51.
- [17] Habrat B., Chmielewska K., Baran-Furga H., *Stan zdrowia osób uzależnionych od opiatów przed i po roku leczenia w programie metadonowym*. *Przegląd Lekarski*. 2001, 58, 4, s. 245–248.
- [18] Mosca L., Appel L.J., Benjamin E.J., Berra K., Chandra-Strobos N., Fabunmi R.P., Grady D., Haan C.K., Hayes S.N., Judelson D.R., *American Heart Association's evidence-based guidelines for cardiovascular disease prevention in women*. *Circulation*. 2004; 109; s. 672–693.
- [19] Greenleaf J.E., *Fatalne skutki długotrwałego unieruchomienia w pozycji leżącej*. *Laboratory for Human Environmental Physiology, NASA, Ames Research Center, Moffett Field, California, USA, Medicina Sportiva*, 2001, Vol. 5: 205–228.
- [20] Langfort J., Ploug T., Ihlemann J., Holm C., Galbo H., *Stimulation of hormone-sensitive lipase activity by contractions in rat skeletal muscle*. *Biochem J.* 2000, 1; 351 (Pt 1): 207–14.
- [21] Gamberala F., Strindberg L., Wahlberg I., *Female work capacity during the menstrual cycle. Physiological and psychological reactions*. *Scand. J Work Environ. Health* 1: 120–127, 1975.
- [22] Jaskólski A., Jaskólska A., *Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka*, Warszawa 2006, s. 361–362.



- [23] Astrand P.O., *Experimental studies of physical working capacity in relation to sex and age*. E. Munksgaard. Copenhagen 1952, s. 118–121.
- [24] Worach-Kardas H., *Fazy życia zawodowego i rodzinnego*. IWZZ, Warszawa 1988.
- [25] Nowak M., *Aktywność ruchowa kobiet a aktywność ruchowa ich dzieci*. [w:] *Kobieta kreatorką aktywności ruchowej w rodzinie*. (red.) Żukowska Z., PSSK, Warszawa 1998, s. 81–91.
- [26] Nowak M., *Przyczyny braku aktywności ruchowej kobiet*. [w:] *Sport w życiu kobiety*. (red.) Żukowska Z. PSSK, Warszawa 1995, s. 56–63.
- [27] Riggs B.L., Wahner H.W., Dunn W.L., Mazess R.B., Offord K.P., Melton L.J., *Differential changes in bone mineral density of the appendicular and axial skeleton with aging*. J Clin. Invest. 1981, 67: 328–335.
- [28] Wilmore J., Costill D.L., *Physiology of Sport and Exercise*. Human Kinetics, Champaign, 2004.
- [29] Plowman A.A., Smith D.L., *Exercise Physiology of Health, Fitness and Performance*. Cummings, San Francisco, 2003.
- [30] Rogers M.A., Evans W.J., *Changes in skeletal muscle with aging: Effects of exercise training*. Exerc. Sport Sci. Rev. 20: 64–102. Ed. J. Holloszy. Williams & Wilkins. Baltimore, 1993.
- [31] Fleg J.L., Lakata E.G., *Role of muscle loss in the age-associated reduction in  $VO_2$ max*. J. Appl. Physiol. 1988, 65: 1147–1151.
- [32] Lawson T., Ansved T., *Effects of aging on the motor unit*. Prog. Neurobiol. 1995, 45: 397–458.
- [33] Meredith C.N., Zackin M.J., Frontera W.R., and Evans W.J., *Peripheral effects of endurance training in young and old subjects*. J of Appl. Physiology, 1989, 66: 2844–2849.
- [34] Weinert D., Waterhouse J., *The circadian rhythm of core temperature: effects of physical activity and aging*. Physiol Behav. 2007, 90 (2–3): 246–256.
- [35] Delagardelle C., Feiereisen P., *Strength training for patients with chronic heart failure*. Eur J Medicophys. 2005, 41 (1): 57–65.
- [36] Angevaren M., Aufdemkampe G., Verhaar H., Aleman A., Vanhees L., *Physical activity and enhanced fitness to improve cognitive function in older people without known cognitive impairment*. Cochrane Database Syst Rev. 2008, (2): CD005381.
- [37] Grębowski R., *Promocja zdrowia ludzi starych w środowisku naturalnym*. Zdrowie Publiczne, 2002, 103: 335–40.
- [38] Damush T.M., Stump T.E., Saporito A., Clark D.O., *Predictors of older primary care patients' participation in a submaximal exercise test and a supervised, low-impact exercise class*. Prev. Med. 2001, 33: 485–494.

- [39] Mynarski W., *Wartości ciała jako motywy aktywności fizycznej człowieka*. [w:] *Badawcze podejście do sztuk i sportów walki*. Wyd. Szkoły Policji, Katowice, 2004.
- [40] Vetter N. J., Ford D., *Smoking prevention among people aged 60 and over: a randomized controlled trial*. *Age and Ageing*, 1990, 19: 164–68.
- [41] Szczerbińska K., *Problemy opieki zdrowotnej nad ludźmi w wieku podeszłym*. [w:] Czupryna A. i wsp. (red.) *Zdrowie Publiczne, wybrane zagadnienia*, Tom II. Uniwersyteckie Wydawnictwo Medyczne Vesalius, Kraków, 2001, 415–46.
- [42] Kerse N.M. i wsp., *Improving the health behaviours of elderly people: randomised controlled trial of a general practice education programme*. *British Medical Journal*, 1999, 319: 683–87.
- [43] Jones D., *Health maintenance for frail elderly people*. [w:] Deteles R. i wsp. (red.) *Oxford Textbook of Public Health, The Practice of Public Health*, volume 3, third edition. Oxford University Press, Oxford, 1997, 1477–93.
- [44] Paterson D.H., Jones G.R., Rice C.L., *Ageing and physical activity: evidence to develop exercise recommendations for older adults*. *Can J Public Health*. 2007, 98 (Suppl 2): 69–108.
- [45] Ostrowska A., *Prozdrowotne style życia*. [w:] Domański H., Rychard A. (red.) *Elementy nowego ładu*, Warszawa, 1997.
- [46] Kozłowski S., Nazar K. (red.), *Wprowadzenie do fizjologii klinicznej*. Wyd. Lek. PZWL, Warszawa, 1999.
- [47] Pate R.R., Pratt M., Blair S.N., Haskell W.L., Macera C.A., Bouchard C. i inni, *Physical activity and public health. A recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine*. *JAMA*. 1995, 1; 273 (5): 402–7.
- [48] Heyward V.H., *Advanced Fitness Assessment and Exercise Prescription*. Hum. Kim Publ. Champaign. (wyd. 4). 2002.
- [49] U.S. Department of Health and Human Services. *Physical activity and health: a report of the Surgeon General*. Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 1996.
- [50] *Dietary Guidelines for Americans*. Department of Health and Human Services (HHS) and the Department of Agriculture (USDA). Chapter 4 Physical Activity. 11 AM, January 12, 2005.
- [51] Telama R., Yang X., Viikari J., Valimaki I., Wanne O., *Physical activity from childhood to adulthood: a 21-year tracking study*. *Am J Prev Med*. 2005, 28 (3), s. 267–73.
- [52] Łuszczynska A., *Zmiana zachowań zdrowotnych. Dlaczego dobre chęci nie wystarczają?* Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Gdańsk, 2004.

- 
- [53] Ronikier A., *Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji*. COS, Warszawa 2008.
- [54] Patric K., Norman G.J., Calfas K.J., Sallis J.F., Zabinski M.F., Rupp J., Cella J., *Activity, and Sedentary Behaviors as Risk Factors for Overweight in Adolescence*. Arch Pediatr Adolesc Med. 2004; 158: 385–390.
- [55] Lowry R., Wechsler H., Galuska D.A., Fulton J.E., Kann L., *Television viewing and its associations with overweight, sedentary lifestyle, and insufficient consumption of fruits and vegetables among US high school students: differences by race, ethnicity, and gender*. J. Sch. Health. 2002, 72 (10): 413–21.
- [56] Akbartabartoori M., Lean M.E., Hankey C.R., *Relationships between cigarette smoking, body size and body shape*. Int. J. Obes. (Lond.). 2005, 29 (2): s. 236–43.
- [57] Westertarp K.R., Meijer E.P., Goris A.H., Kester A.D., *Alcohol energy intake and habitual physical activity in older adults*. Br. J. Nutr. 2004, 91 (1): s. 149–52.
- [58] Troisi R.J., Heinold J.W., Vokonas P.S., Weiss S.T., *Cigarette smoking, dietary intake, and physical activity: effects on body fat distribution – the Normative Aging Study*. Am. J. Clin. Nutr. 1991, 53(5): 1104–11.
- [59] Wu T., Willett W.C., Hankinson S.E., Giovannucci E., *Caffeinated coffee, decaffeinated coffee, and caffeine in relation to plasma C-Peptide levels, a marker of insulin secretion, in U.S. Women*. Diabetes Care. 2005; 28: 1390–1396.



Anna Pilis\*

Karol Pilis\*\*

Wiesław Pilis\*\*\*

## Rola turystyki w życiu ludzi starszych

### Streszczenie

W pierwszym rozdziale pracy umiejscowiono tematykę człowieka starszego w środowisku, w którym żyje, i scharakteryzowano walory środowiska naturalnego. Przedstawiono też główne czynniki bioklimatyczne, które mogą poprawić adaptację człowieka do naturalnego środowiska. Zasugerowano też, że takie cechy motoryczne człowieka, jak: siła, wytrzymałość, szybkość, gibkość czy koordynacja mięśniowa, rozwinięte do określonego poziomu, są pomocne w uprawianiu różnych form turystyki. W pracy scharakteryzowano następujące jej formy: spacer i marsze, turystykę górską, kolarską, wodną i narciarską, oraz przypomniano zasady bezpieczeństwa, wymogi fizjologiczne organizmu oraz zalecenia dla ludzi starszych podczas ich uprawiania. Rekapitułując, stwierdzono, że człowiek starszy powinien być aktywny fizycznie. Pomijany w literaturze protekcyjny dla jego zdrowia wpływ turystyki należy propagować, głównie poprzez czynną formę tej aktywności ludzi w późniejszych fazach ontogenezy.

**Słowa kluczowe:** starsi ludzie, zdrowie, turystyka.

---

\* Wydział Zarządzania Politechniki Częstochowskiej.

\*\* Mgr, Instytut Kultury Fizycznej Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie.

\*\*\* Prof. dr hab., Państwowa Medyczna Wyższa Szkoła Zawodowa w Opolu.

## Wstęp

Pod pojęciem aktywności fizycznej rozumie się obciążenie fizyczne organizmu, któremu poddawany jest człowiek w życiu codziennym (podczas pracy zawodowej, prac domowych, ogrodowych, w sporcie, w rekreacji i w innych sytuacjach). Może to być aktywność spontaniczna lub zaplanowana, np. w postaci treningów, i powinna osiągać dla każdego człowieka indywidualnie optymalny poziom intensywności [1]. Zalecany dla osób dorosłych poziom aktywności fizycznej to co najmniej 30 minut wysiłku fizycznego, przez większość dni tygodnia [2]. Takich zaleceń nie można postawić dla ludzi w starszym wieku ze względu na często występujące procesy inwolucyjne i chorobowe. Stąd też zwrócenie uwagi na zainteresowanie ludzi starszych różnymi formami turystyki może być stosowne do utrzymania ich sprawności fizycznej oraz stanu zdrowia, i aktywność ta może być wykonywane spontanicznie w okresach dobrego samopoczucia. Przy ocenie tempa procesu starzenia się oprócz wieku kalendarzowego należy uwzględnić tzw. wiek biologiczny, sprawność umysłową i sytuację społeczno-materialną osoby. Przy tak różnorodnej obserwacji można stwierdzić, że istnieją w pełni sprawni ludzie ponad osiemdziesięcioletni i ludzie pięćdziesięcioletni, u których proces starzenia doprowadził do istotnych zmian inwolucyjnych. Stąd dopasowanie intensywności i rodzaju uprawianej turystyki dla grupy ludzi starszych jest trudne, i należy też stosować zasadę, by najmniej sprawni podolali stawianemu zadaniu. Problem starości staje się we współczesnym świecie istotny, gdyż przyrasta liczba ludzi starych (powyżej 65 roku życia), i w latach 90. XX wieku dotyczył on około 400 milionów osób, a rokowania na rok 2025 mówią o 987 milionach osób [3].

## Człowiek w starszym wieku a turystyczne środowisko naturalne

Sprawność motoryczna zdrowego człowieka zależy głównie od jego własnej aktywności ruchowej (fazy rozwoju, w której była zapoczątkowana i długości, oraz intensywności jej kontynuowania), jak również od uwarunkowań genetycznych danej osoby [4]. Czasami łączy się aktywność ruchową człowieka z czasem wolnym i stąd ludzie starsi po 60 roku życia, mniej sprawni już fizycznie i umysłowo, a jeszcze pracujący – czasu wolnego mają mało lub wcale i stąd nie uprawiają aktywności fizycznej, czując się niejako usprawiedliwionymi. Tymczasem z powodów zdrowotnych aktywność fizyczna nie może być wolnym wyborem, a jest systematyczną powinnością człowieka. Dla zapobieżenia tym inwolucyjnym zjawiskom stosuje się ćwiczenia ruchowe gimnastyczne, lekkoatletyczne, pływackie czy związane z innymi dyscyplinami sportowymi. Nie-

liczne są wzmianki o próbach polepszania lub podtrzymania sprawności motorycznej poprzez uprawianie określonych dyscyplin turystycznych [5]. O ile tak się dzieje, to jest to przeważnie uczestnictwo okazjonalne, podejmowane podczas wypoczynku urlopowego czy weekendowego. Poważnym czynnikiem ograniczającym udział ludzi starszych w tym typie aktywności ruchowej jest brak dostępu do obiektów turystycznych, ich dalekie położenie od miejsca zamieszkania, czy ograniczenia ekonomiczne.

W pierwotnej działalności turystów celem głównym jej uprawiania było osiągnięcie założonego celu, odległego o znaczącą odległość, a aktywność ruchowa była nasiloną wyjątkowo, gdyż poruszano się pieszo, na nartach czy wozach konnych. Obecnie często turystykę uprawia się z niewielkim zaangażowaniem sił fizycznych, bądź też uprawia się ją po to, aby wymusić aktywność ruchową dla celów zdrowotnych.

W badaniach wpływu turystyki na sprawność motoryczną uwzględnia się stymulujące działanie środowiska zewnętrznego, wspomagającego trening zdrowotny turysty. Deja [6] w swych badaniach wskazała, że turyści kwalifikowani w większym stopniu niż turyści masowi doceniają biowalory lasu, przez co silniej stymulują swój rozwój zdrowotny i w ten sposób przyspieszają proces regeneracji sił, tak istotny w późniejszych latach życia człowieka.

Wśród czynników klimatyczno-środowiskowych działających protekcyjnie na zdrowie człowieka najczęściej wymienia się: słońce, las, śnieg, morze, zbiorniki wodne i jeziora, góry, obecność udomowionych i dzikich zwierząt w pobliżu człowieka itp., a więc naturalne uwarunkowania, w które człowiek – jako istota biologiczna – jest nierozdzielnie wpleciony. Dlatego też poniżej przedstawiono biologiczne własności tych środowiskowych uwarunkowań.

**Słońce** – poprzez swoje promieniowanie regeneruje psychofizycznie, hartując, wspólnie z wiatrem, organizmy człowieka i zwierząt mu towarzyszących, przez co usprawniane są jego procesy termoregulacyjne, co działa profilaktycznie również na zwiększenie odporności. Pod wpływem słońca usprawniana jest gospodarka wapniowa i metabolizm żelaza oraz wzmacnia się wytwarzanie witaminy D w skórze. Z kąpiei słonecznych turyści mogą korzystać w Polsce nawet przez cały rok, chociaż z różną intensywnością. Większe nasłonecznienie w nieodległych krajach basenu Morza Śródziemnego jest konkurencyjną pokusą dla polskich, a głównie skandynawskich turystów, stosunkowo zamożnych, ale cierpiących na brak słońca, co szczególnie w porze zimowej jest częstą przyczyną depresji starczych.

**Obszary leśne** – wytwarzają specyficzny mikroklimat z ograniczeniem dostępności słońca, siły wiatru, burz i zamieci śnieżnych oraz optymalizacją wilgotność powietrza, wpływając także na jego zjonizowanie, redukcję zanieczyszczeń cząsteczkowo-materiałowych i chemicznych, jak też powodują wzrost za-

wartości w powietrzu tlenu, ozonu, olejków eterycznych i bakteriobójczych fitoncydów. Las łagodzi też dobowe wahania temperatury. W ten sposób tworzy się specyficzny bioklimat ze szczególnymi cechami fizyko-chemicznymi, tonizująco i regenerująco wpływającymi na organizm ludzki, dający poczucie ciszy, bezpieczeństwa oraz komfortu psychicznego i fizycznego dla współczesnego człowieka. Obszary te są stosunkowo bezpiecznym siedliskiem dzięki zwierzy-ny, co jest dodatkową atrakcją turystyczną. Jednocześnie w tym naturalnym środowisku turysta musi mieć poczucie wysokiej odpowiedzialności za jego nienaruszony stan. Celem ochrony wyjątkowo cennych obszarów naturalnych, a w tym znaczących połąci lasów, tworzy się współcześnie parki narodowe, rezerваты przyrody czy parki krajobrazowe.

**Opady śniegu i deszczu.** Śnieg pokrywający ziemię powoduje odbijanie się promieni słonecznych (co w niektórych zaśnieżonych, dobrze nasłonecznionych obszarach prowadzić może nawet do ślepoty słonecznej) i zwiększa widzialność, nawet nocą, przez co częściowo niweluje dobowy brak światła występujący podczas krótkich dni zimowych. Podczas dnia intensywność światła słonecznego w ośnieżonym środowisku znacznie się zwiększa i wrażenia estetyczne potęgują się. Opady śnieżne również polepszają warunki środowiskowe, oczyszczając powietrze z zanieczyszczeń mechanicznych i gazowych oraz bakterii. Padający śnieg wspólnie z wiatrem i mrozem hartują wszechstronnie organizm, a pokonywanie dystansu przez człowieka przy dużej pokrywie śnieżnej łączy się ze zwiększonym wydatkiem energetycznym, co dodatkowo zwiększa wydolność fizyczną człowieka. Wbrew temu, że podczas zimy rośnie ilość infekcji bakteryjno-wirusowych, szczególnie u dzieci i osób starszych, pora zimowa może być dobrym okresem do poprawy zdrowia i kondycji ogólnej człowieka. Opady deszczu są mniejszą atrakcją dla turysty, gdyż człowiek musi się przed nimi chronić, albowiem wiążą się one z ewentualnym przeziębieniem. W dni zimowe prowadzą one do gołoledzi i zagrożeń potłuczeniami i złamaniami, a w upalne dni letnie mogą one przynosić ochłodę i zwiększyć wilgotność suchego powietrza. W dni upalne, kiedy przebywanie ludzi starszych na słońcu zwiększa możliwość powstawania udarów cieplnych czy wylewów krwi, opady deszczu mogą być dla nich szczególnie zbawienne.

**Morze i obszary nadmorskie** – to miejsca w których człowiek czuje się komfortowo ze względu na optymalne ciśnienie atmosferyczne tych obszarów. Może tu korzystać z kąpeli morskich i wpływu środowiska nadmorskiego klimatu. Kąpiele wodne o różnej temperaturze w zależności od pory roku, ze względu na podobną osmotyczność tej wody z płynami ustrojowymi człowieka, hartują i regenerują go. Wpływ nadmorskich wiatrów z rozproszoną w powietrzu bryzą morską, zawierającą jod, ozon, tlen, brom i wiele elektrolitów, czyni powietrze wilgotnym i fizjologicznie przydatnym dla organizmu. Wpływa ono



lecniczo i profilaktycznie na gruczoł tarczycowy, schorzenia płucne i górnych dróg oddechowych.

**Góry i tereny górzyste** – ze względu na swoje ukształtowanie, wysokość, nasłonecznienie, nawietrzenie, rzeźbę i zalesienie mogą na niewielkiej przestrzeni zawierać liczne odmiany mikroklimatu. Zaleca się, by ludzie starsi nie jeździli w góry powyżej 800 m n.p.m., gdyż okres adaptacji do tych warunków jest tym dłuższy, im teren jest wyżej położony, i może trwać do 7 lub więcej dni. Występujące tu obniżone ciśnienie atmosferyczne i niskie ciśnienie parcjalne tlenu wymuszają specyficzne, obciążające zmiany krążeniowe i oddechowe w organizmie, wraz z osłabieniem ogólnym, utratą apetytu czy bezsennością, nadmierną potliwością itp. Jest to rodzaj specyficznej ekspozycji organizmu na częściowe niedotlenienie, które po pozytywnej aklimatyzacji może przynieść poprawę wydolności człowieka. Jednak ludzie starsi i ze schorzeniami krążeniowymi czy oddechowymi muszą zdecydowanie unikać takich warunków, które zagrażają ich życiu. Wystarczy nadmienić, że miasto Zakopane leżące około 950 m n.p.m. może już być miejscem dyskomfortu dla tych ludzi.

**Jeziora, rzeki i zbiorniki wodne** – są źródłem wilgoci dla otaczającego środowiska, głównie w upalne dni, jak również miejscem ochłodzenia bezpośredniego ciała. Trzeba przy tym zachować nadzwyczajne środki ostrożności, by nie doszło do utonięć czy innych niekorzystnych zdarzeń. Turyści mogą kąpać się bezpośrednio, ale tylko przy odpowiedniej temperaturze wody (najlepiej powyżej 20 stopni Celsjusza), bądź uprawiać turystykę wodną w różnych odmianach. Obowiązują ich przy tym najwyższe środki bezpieczeństwa, jak również wysoka świadomość ekologiczna w zakresie niezanieczyszczania wód słodkich.

**Obecność zwierząt dzikich i udomowionych** – to nieodłączny atrybut wielu podróży i turystów, którzy przez obecność tych zwierząt widzą urozmaicenie krajobrazu przyrodniczego. W przypadku ludzi starszych i samotnych zwierzę domowe, szczególnie pies, może być nieodłącznym towarzyszem turystycznym, traktowanym jak najbliższy członek rodziny. Taka obecność pozwala ludziom zwalczać negatywne zjawisko samotności. Mogą jednak występować tu dodatkowe trudności, gdyż na niektórych szlakach zabrania się zwierzętom wstępu.

Poza tymi naturalnymi czynnikami ważne dla stanu zdrowia człowieka starszego jest jego środowisko społeczne. W tym zakresie związek turystyki z krajoznawstwem sprawia, że jest ona również nośnikiem kulturotwórczym, który szczególnie szacunkiem cieszy się u ludzi starszych. Uwzględniając, że jedną z funkcji turystyki jest działalność wychowawcza, ludzie starsi sprawujący w wielu wypadkach rodzinną opiekę nad wnuczkami, znając zdrowotne walory turystyki, mogą mieć dodatkową motywację do uprawiania jej wraz z nimi i czują się przy tym przydatnymi społecznie. Istotną rolę w zakresie roli człowieka

starszego w środowisku społecznym odgrywają wszelkie organizacje społeczne, kulturalne, sportowo-rekreacyjne i inne, w których ludzie mogą aktywnie działać.

Izolacja od środowiska naturalnego jest działaniem antyzdrowotnym, bowiem człowiek jest istotą biologiczną i do swego rozwoju wymaga stymulacji przez naturalne czynniki otaczającego środowiska. Deprywacja od tego środowiska – spotykana w dużych aglomeracjach miejskich, manifestująca się ciągłym poruszaniem się po utwardzonym podłożu, koncentracją szkodliwych dla zdrowia czynników w wodzie, pożywieniu i powietrzu, itp. – prowadzi do zaniku orientacji czasowo-przestrzennej, obniżenia sprawności lokomocyjnej, utrwalania się wad postawy, redukcji doznań wzrokowych, słuchowych czy węchowych, jak również obniżenia stopnia zahartowania organizmu na warunki klimatyczne. Aleksandrowicz [7] nazywa je czynnikami degradotwórczymi, które mogą obrócić się przeciw człowiekowi. W takich ekologicznie niekorzystnych warunkach osłabiony organizm człowieka w starszym wieku ma mniejsze szanse przetrwania niż człowiek młodszy. Stąd też ludzie starsi powinni mieć rozwiniętą świadomość, że ich odporność na zagrożenia cywilizacyjne, jak i naturalne, takie jak chociażby przeziębienia – jest obniżona i powinni unikać ryzykownych zachowań z nimi związanych. W większości wypadków człowiek starszy zagrożeniom tym nie podoła i zwalczanie ich skutków powinno leżeć w zakresie powinności polityki zdrowotnej państwa. Nasiloną pogoń za postępem technologicznym może więc w globalnym rozliczeniu nie być dla społeczeństwa korzystna, gdyż skutki leczenia są znacząco droższe niż profilaktyka zdrowotna, a do takich niewątpliwie należy turystyka, która jest czynnikiem ochrony zdrowia nie tylko ludzi w starszym wieku.

### **Znaczenie turystyki dla zdrowia człowieka starszego**

Ludzie starsi i chorzy największe zainteresowanie wykazują uprawianiem turystyki zdrowotnej, która ma za zadanie odnowę sił dzięki aktywnemu wypoczynkowi fizycznemu i psychicznemu. Podstawowymi motywami do uprawiania tego rodzaju turystyki:

1. Odnowa sił między innymi przez racjonalny tryb życia w miejscowości turystycznej.
2. Spędzenie zalecanego przez lekarza okresu w odpowiedniej miejscowości turystycznej i w porze roku, tak aby przemęczenie bądź objawy chorobowe ustąpiły lub uległy zminimalizowaniu.
3. Aktywny charakter wypoczynku dostosowany musi być do indywidualnych możliwości turysty.

Aby cele te zrealizować, turyści mogą uprawiać inne rodzaje aktywności ruchowej w ramach turystyki weekendowej, uzdrowiskowej, kwalifikowanej czy innej. O efektywności turystyki zdrowotnej decyduje sam zainteresowany, jak i państwo, które w ramach społecznej polityki zdrowotnej powinno mieć na względzie promowanie tej formy profilaktyki i rehabilitacji zdrowotnej. Uprawianie turystyki górskiej, wysokogórskiej, kolarstwa górskiego czy lotniarstwa w tej grupie turystów jest stosunkowo rzadkie, gdyż pojawiać się mogą dolegliwości i nasilona ilość wypadków przy jej uprawianiu. Mogą to być najczęściej bóle głowy, trudności z oddychaniem, nagłe przyspieszenie częstości skurczów serca, utrata przytomności, zmęczenie, ostre uszkodzenie ciała czy nawet śmierć [8].

Do uszkodzeń tych dochodzi najczęściej podczas sportów uprawianych na śniegu, podczas wypraw wysokogórskich, trampingu, upadków z pojazdów lub zwierząt, a za przyczynę ich powstawania uważa się nieostrożność człowieka, brak przygotowania człowieka lub sprzętu, zły stan zdrowia czy przemęczenie [9].

Istotnym zatem wydaje się współdziałanie organizacji turystycznych i ośrodków służby zdrowia, celem roztoczenia opieki nad turystami. Turystyka jest dziedziną życia, w której przeciętnie występuje znacząca ilość wypadków, bowiem organizowane są liczne „dzikie” imprezy, często z nadużywaniem alkoholu i bez podstawowego zabezpieczenia medycznego [10]. Rozwój motoryzacji również może być czynnikiem wpływającym na wzrost wypadków w turystyce, gdyż organizuje się imprezy związane z szybkim przemieszczaniem się uczestników lub wręcz wyścigami w terenie. Wskazuje się przy tym, że uciążliwe warunki klimatyczne mogą tendencje te nasilać. Aby zapewnić bezpieczeństwo turystów w Polsce wydano szereg aktów prawnych w tym zakresie i powołano do życia organizacje, niosące pomoc bezpośrednio poszkodowanym ofiarom wypadków turystycznych, takie jak Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (GOPR) czy Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (WOPR). Coraz więcej towarzystw ubezpieczeniowych oferuje również swoje produkty skierowane do turystów w różnym wieku.

Ludzie starsi i chorzy preferują lub mają zalecane głównie spacerowanie czy wycieczki piesze, bez ekstremalnych obciążeń. Stosowane obciążenia submaksymalne, jakie przychodzi im pokonać podczas wycieczek, w bliskim kontakcie z przyrodą okazują się być subiektywnie mniej uciążliwe niż wysiłki wykonywane podczas ćwiczeń gimnastycznych o mniejszej intensywności. Deklarowanie przez ludzi starszych spaceru, marszu czy wycieczki pieszej jako najbardziej lubianej formy aktywności ruchowej wskazuje, że jest to najwłaściwsza dla nich forma ruchu, aktywująca ich do dalszego uczestnictwa w turystyce. Możliwość wybrania tras wycieczek i indywidualne dopasowanie intensywności wysiłku do własnych możliwości dodatkowo dopinguje ludzi starszych do pieszych form turystycznych. Za najlepszy okres do rozbudzenia zainteresowań tą formą aktyw-

ności ruchowej u ludzi jeszcze niezmotywowanych uznaje się pobyty wczasowe ludzi starszych [11]. Dłuższe rajdy zalecane są wprawnym piechurom, którzy podporządkować się muszą do wymagań organizatora. Wypoczynek turystyczny tych osób może być o wiele efektywniejszy, gdy jest powtarzany wielokrotnie ze stosowną intensywnością. Inną dostępną formą turystyki osób starszych może być turystyka rowerowa, wodna (kajaki, żaglówki). Zaletą tego typu aktywności, poza ruchem fizycznym, jest fakt przebywania na tle natury, gdzie środowisko – poprzez takie czynniki naturalne, jak: promieniowanie słoneczne, oddziaływanie wodolecznicze, jonizujące oddziaływanie powietrza czy estetyczne uwarunkowania – wpływa dodatkowo na zmysły człowieka i stymuluje go psychicznie. Grupa osób starszych wypowiada się nawet, że formy terenowej aktywności turystycznej, takie jak spacer, przejażdżki rowerowe, turystyka wodna, są dla nich znacznie atrakcyjniejsze niż takie formy rekreacji ruchowej, jak popularna piłka nożna czy inne społecznie akceptowane rodzaje sportów.

Zapadalność na choroby cywilizacyjne spowodowana hipokinezą ma tendencje wzrostowe w związku dużym postępem technicznym i rozwijającą się mechanizacją, motoryzacją, automatyzacją i komputeryzacją życia codziennego i postępującą deprivacją człowieka od intensywnych wysiłków fizycznych. Tego niekorzystnego obrazu dopełniają zagrożenia ekologiczne i brak stymulacji człowieka do naturalnych zachowań prozdrowotnych. Zagrożeniom tym mają zapobiegać lub niwelować je w różnym stopniu rozmaite formy aktywności ruchowej, a w tym turystyka aktywna. Tę zwiększoną aktywność ruchową rekomendują gerontolodzy, poprzez zajęcia o charakterze użytkowym lub poprzez ćwiczenia ruchowe, które mogą spełniać warunek minimalnej aktywności fizycznej dla danego człowieka. Mają one za zadanie również walkę z lenistwem ruchowym, które dotyczyć może ludzi w późniejszym wieku, jak i ludzi chorych. W przypadku tych dwóch grup osób problem czasu wolnego może nie mieć tak istotnego znaczenia, jak u osób pracujących czy uczących się. Innym czynnikiem, który odciągać może od aktywności ruchowej, jest pojawiająca się świadomość osób starszych lub chorych, podpowiadająca im, że wobec swojego upośledzenia lub leciwego wieku nie mogą lub nie muszą być aktywni fizycznie. Wielu z nich uważa, że sport, rekreacja czy turystyka są zarezerwowane dla ludzi młodych i zdrowych. Tylko ta część społeczeństwa, która pozytywnie przeszła proces rehabilitacji ruchowej, może mieć zakorzenioną świadomość, że hipokineza jest szkodliwa dla zdrowia, a aktywność ruchowa może konkurować ze specyfikami farmaceutycznymi, a w wielu wypadkach być niezastąpioną. Turystyka aktywna nie musi być uprawiana codziennie, ale gdy rozbudzi się nawyk do aktywności ruchowej ludzi starszych, to ci mogą uprawiać turystykę podczas weekendów, wakacji czy urlopów, a w międzyczasie stosować inne zastępcze formy ruchowe, chociażby tylko codzienną mieszkaniową gimnastykę poranną.

Wykonywanie chociażby jeden raz w tygodniu nasilonych aktywnych form turystycznej aktywności ruchowej nie jest w stanie zapewnić dla człowieka minimalnej zdrowotnie dawki ruchu. Stąd też równoległe z formami turystycznymi należy operować pojęciem rekreacji. Jednak turystyczne formy aktywności ruchowej są bardziej atrakcyjne niż aktywność rekreacyjna uprawiana w mieszkaniu, sali gimnastycznej czy na boisku sportowym. Oddziaływanie naturalnej siły wiatru, woni drzew, widoku zwierząt, przypadkowo znalezionych owoców runa leśnego, grzybów itp., czyni z turystyki aktywnej niepowtarzalną formę wrażeń estetycznych odbieranych przez zmysły człowieka. Dowodem na to mogą być ludzie wrażliwi na piękno, a więc artyści, którzy uwiedzeni pięknem natury organizują czasami swe sesje artystyczne w niepowtarzalnych sceneriach pleneru, gdzie co prawda nie uprawiają aktywności ruchowej, lecz upajają się wrażeniami estetycznymi. Nie można sądzić, że ta estetyczna właściwość przypisana jest wyłącznie ludziom starszym, a młodzież pozbawiona jest tych naturalnych inspiracji. Wśród ludzi dorosłych turystyka aktywna cieszy się mniejszą popularnością niż turystyka masowa. Turystyka masowa uprawiana chętniej przez ludzi starszych jest dla nich atrakcyjniejsza niż ta sama forma ruchowa prezentowana w formie rekreacji. Dla przykładu można podać fakt, że chociaż wysiłek psychofizyczny jest podobny podczas przejażdżki rowerowej po terenach zurbanizowanych, to bez porównania większe walory atrakcyjności, odprężenia, wypoczynku i zaangażowania w wykonywaną formę aktywności daje przejażdżka rowerowa duktem leśnym, naturalnym szlakiem rowerowym czy chociażby drogą polną z pejzażem pól uprawnych. Podobnie rzecz się ma przy aktywności ruchowej kajakowej, którą uprawiać można na warszawskim odcinku Wisły, poznańskiej Malcie, podczas urokliwych spływów rzeką Brdą, Drawą, Dunajcem czy prawie nieuczęszczanym odcinkiem Warty przez obszar Parku Narodowego „Ujście Warty”, wpadającej w tym miejscu do Odry. Chcąc zachęcić czytelnika i zmotywować do dalszego uprawiania turystyki kwalifikowanej, tym razem w postaci biegów narciarskich, należy uzmysłwić sobie niezapomniane wrażenia samotnych rajdów, czy w towarzystwie osób najbliższych, kontynuowanych nieprzetartymi szlakami wśród lasów i pól, rajdów połączonych z obserwacją zagadkowych śladów dzikiej zwierzyny układających się w rozmaite wzory na śniegu, mówiące o sposobie ich zachowania. Obraz lasów i pojedynczych drzew, przytłoczonych wielkimi zwałami śniegu, i jałowców chylących się łukowato do ziemi, tworzących z zaspami śnieżnymi rodzaj szałasów, w których osłonić się może turysta przed smagającym wiatrem, czyni te wyprawy bogatymi i nieporównywalnymi pod względem estetycznym, hartującym, uczącym czy kreującym możliwość przetrwania człowieka w warunkach ekstremalnych, w stosunku do rekreacyjnego biegu na warszawskich Polach Mokotowskich czy w Lasku Bielańskim albo po Lotnisku Muchowieckim w Katowicach, czy innych tere-

nach rekreacyjnych polskich aglomeracji. Inne wartości niesie uczestnictwo w rekreacyjnych imprezach sportowych opartych o współzawodnictwo, np. w narciarskim biegu jakuszyckim czy beskidzkich biegach narciarskich. Podobne obserwacje stymulujące do wszechstronnego rozwoju człowieka wygenerować można przez porównanie żeglarskich przygód na okolicznych akwenach, np. zbiornikach Pogorii na Górnym Śląsku – w stosunku do wypraw żeglarskich Wielkimi Jeziorami Mazurskimi, z pieczeniem ryb, całonocnym śpiewaniem szant czy mieszkaniem na jachtach. Te sceny naturalnych zachowań turysty kwalifikowanego w porównaniu do okolicznych form rekreacyjnych kolarskich, kajakarskich, narciarskich, żeglarskich czy innych – wskazują na przewagę tych naturalnych form, które usprawniają człowieka wszechstronnie.

Te inspirujące formy turystyki aktywnej czy usportowionej pozwalają przełamać występujące stereotypy, głównie u ludzi starszych, do wysiłków zachowawczych o umiarkowanej intensywności. Racjonalnym wydaje się, aby również w wieku starszym przy doborze obciążeń wysiłkowych kierowano się obiektywnymi wskaźnikami oceny intensywności wysiłku fizycznego, np. graniczną dla danego wieku częstością skurczów serca, która dla 20-letniej osoby wynosi około 200 skurczów na minutę, a dla 80-letniego człowieka około 140 skurczów na minutę. W stosunku do tych granicznych wartości dobierana jest intensywność pracy, jaką osoba przez dłuższy czas na szlaku turystycznym jest w stanie utrzymać. Praktyczne w tym zakresie postępowanie opisano w pracy Kozdroń [11], w której obok częstości skurczów serca do oceny intensywności wysiłku fizycznego wykorzystywano subiektywną skalę oceny ciężkości pracy wg Borga. Łącznie podczas 14-dniowego obozu turystyki kwalifikowanej, w którym uczestniczyły 33 kobiety w wieku 65–84 lat, pokonano dystans 159 km, co czyniło odległość ok. 11 km/dzień/osobę. Intensywność tych ćwiczeń mierzona częstością skurczów serca wahała się w granicach 90–110 skurczów/min. Wydaje się, że dla lepszej efektywności treningu powinna ona być wyższa. Podczas tego obozu dzienny program aktywności fizycznej był następujący: gimnastyka poranna (25 min), turystyka aktywna (2 godz. 30 min), gimnastyka w plenerze (60 min), spacer wieczorny (60 min). Uczestniczki najbardziej lubiły spacer (100%), gimnastykę (78,5%), kajakarstwo (50%), gry rekreacyjne (35,7%), jazdę rowerową (28,5%), pływanie (17,8%), piłkę siatkową (10,7%).

Turystyka aktywna uprawiana może być przez grupy o podobnych zainteresowaniach zawodowych, religijnych, społecznych, sportowych, naukowych, sąsiedzkich czy innych. Taka organizacja zajęć ma w sobie element integracyjny, co w społecznym wymiarze wzmacnia więzi, a poprzez niepospolite na co dzień trudy na szlaku buduje dodatkowe relacje grupowe. Nadto uczestnictwo w turystyce aktywnej przełamuje bariery społeczne do ogólnego przystosowania i adaptacji jednostki. Jednak turystyka aktywna jako wszechstronna aktywność ru-

chowa nie może zastępować rehabilitacji ruchowej czy korekcji wad postawy, gdyż te mają wypracowane swoje kliniczne metody postępowania.

Zwrócić należy uwagę na sezonowość uprawiania różnych form turystyki w warunkach naturalnych. Dobrze jest, gdy aktywny turysta posiada umiejętność uprawiania kilku sezonowych odmiennych form turystyki, które mogłyby go inspirować do aktywności ruchowej przez cały rok. W przypadku ludzi starszych czy chorych może to być utrudnione, gdyż ludzie ci, często posiadający obniżoną odporność na infekcje, muszą znacznie ograniczać swoją aktywność ruchową podczas chłodniejszych pór roku. W szerokości geograficznej Polski naturalnym jest, że aktywność ruchowa człowieka jest nasiloną w okresie letnim, a zredukowana podczas zimy. Stąd też oferta turystyczna powinna ten okoloroczny cykl aktywności ruchowej człowieka uwzględniać.

### **Wymagania stawiane przed turystą w starszym wieku**

Przed podjęciem działalności turystycznej przez człowieka w starszym wieku należy zapoznać się z jego sprawnością motoryczną, typem osobowości, zainteresowaniami, sytuacją zdrowotną czy sytuacją materialną i uwarunkowaniami społecznymi, w jakich człowiek ten żyje.

W zakresie siły mięśniowej w wieku starszym pojawiają się istotne zmiany inwolucyjne ze względu na zmniejszanie się masy mięśniowej i zanikanie jednostek motorycznych typu szybkiego. Przeciętnie przyjmuje się, że pomiędzy 30. a 90. rokiem życia zmniejsza się ona o 50%. Trafnie opisał to Bourliere [12], który już w latach 60. XX wieku zauważył, że siła uścisku dłoniowego zaczyna zmniejszać się już po 30. roku życia, nie znając podówczas faktów mówiących o zanikaniu włókien szybkokurczliwych w tych fazach ontogenezy człowieka. Wykonywanie wysiłków siłowych przez ludzi starszych, chociaż niezbędne do podtrzymania siły mięśniowej, musi być precyzyjnie kontrolowane ze względu na możliwość mechanicznego uszkodzenia struktur aparatu ruchu i ze względu na to, że ćwiczenia siłowe w istotny sposób podwyższają ciśnienie tętnicze krwi podczas ich wykonywania. Szczególnie trudna sytuacja jest wtedy, gdy występuje istotne obniżenie siły mięśniowej, objawiające się niemożliwością wykonywania codziennych czynności życiowych, lub pojawia się drastyczne ograniczenie w układzie ruchu, wynikające z osłabienia mięśni, i choć zachodzi możliwość zwiększenia siły mięśniowej za pomocą odpowiedniego treningu – człowiek cierpi na nadciśnienie tętnicze. Wówczas wyjątkowo szybko pojawia się nasiloną reakcją presyjną w układzie krążenia, a każde podwyższenie tętniczego ciśnienia skurczowego krwi powyżej 200 mmHg jest już niebezpieczne. Żeby do takich sytuacji nie dopuszczać, człowiek już od wieku średniego powinien dbać

o zachowanie dostatecznego poziomu siły mięśniowej (stosować treningi siłowe lub pracować fizycznie), jak również stosować znaczącą dawkę treningu wytrzymałościowego, który ma istotne znaczenie protekcyjne przeciwko podwyższaniu się spoczynkowego ciśnienia tętniczego krwi. Ogólna poprawa siły organizmu ma miejsce wtedy, kiedy wykonuje się ćwiczenia siłowe przy zaangażowaniu dużych grup mięśniowych, tj. prostowników i zginaczy ud, mięśni grzbietu, mięśni brzucha, mięśni obręczy barkowej i klatki piersiowej. Pobudzanie małych grup mięśniowych treningiem siłowym u ludzi w starszym wieku jest mniej istotne, niepotrzebne, a nawet ryzykowne ze względu na to, że reakcja presyjna również w tych ćwiczeniach jest podwyższona w podobnym stopniu jak przy trenowaniu dużych grup mięśniowych. Stąd też generalną zasadą wydaje się być, ażeby u ludzi starszych trenować duże grupy mięśniowe poprzez ćwiczenia siłowe o mniejszej intensywności. Nie można w przypadku tej grupy stosować zasady obowiązującej w sporcie wyczynowym, w którym mierzy się maksymalną wartości siły w danym ćwiczeniu wykonywanym z jednym powtórzeniem, a względnie niższe obciążenia odnosi się w stosunku do tego rekordowego osiągnięcia (1 RM). Gdyby u człowieka starszego dokonać pomiaru maksymalnych rezultatów siłowych w danym ćwiczeniu, w większości wypadków można by sprowokować sytuację zagrażającą życiu lub zdrowiu. Stąd też, wydaje się być słusznym, aby stosować zasadę wykonywania kilku lub kilkunastu powtórzeń z danym obciążeniem i po pewnym okresie obciążenie to zwiększać, przy zachowaniu tej samej ilości powtórzeń. Zawsze należy jednak kontrolować ciśnienie tętnicze krwi, tak w spoczynku, jak i po zakończeniu takiego wysiłku, a o ile to możliwe – w trakcie jego trwania, oraz reagować na subiektywne odczucia ćwiczącego.

Trening wytrzymałościowy dla ludzi w wieku starszym wydaje się być podstawowym, gdyż udowodniono wieloaspektowość pozytywnego oddziaływania tej formy aktywności ruchowej na organizm człowieka. Jego intensywność określa się w jednostkach względnych w stosunku do maksymalnego pobierania tlenu lub maksymalnej częstości skurczów serca dla danego wieku. Zaleca się dla ludzi niewytrenowanych, aby intensywność treningu wytrzymałościowego, o długim czasie trwania podczas danych ćwiczeń, utrzymywana była na poziomie obciążeń występujących przy progu przemian beztlenowych. Jest to intensywność około 50% maksymalnego pobierania tlenu przez organizm. Taka intensywność jest optymalną co do tempa utleniania tłuszczowych substratów energetycznych, które w podwyższonym stężeniu występują w osoczu krwi ludzi starszych. Nieomal powszechnym jest fakt występowania podwyższonego stężenia wolnych kwasów tłuszczowych, cholesterolu całkowitego i frakcji cholesterolu LDL u ludzi starszych, a taka intensywność wysiłku redukuje ich stężenie. Przekroczenie tej intensywności nasila utylizację węglowodanów w orga-



nizmie. Aby osiągnąć obniżenie stężenia ciał tłuszczowych w osoczu krwi, trening o intensywności około 50% maksymalnego pobierania tlenu należy wykonywać kilkakrotnie w ciągu tygodnia, najlepiej codziennie przez okres pół godziny do godziny, przy czym nie musi to być jednostajny wysiłek, ale zaleca się żeby interwały czasowe pracy nie były krótsze niż 10 min. Nie należy utożsamiać jednocześnie codziennych obowiązków, np. noszenia zakupów, z treningiem wytrzymałościowym, gdyż ten rodzaj wysiłku wykonywany jest znacząco poniżej intensywności pracy, przy której występuje próg przemian beztlenowych, a utlenianie substratów tłuszczowych jest dalece mniej intensywne. Forma wykonywania wysiłku wytrzymałościowego ma już drugorzędowe znaczenie, ważne przy tym jest, aby podczas jego wykonywania zaangażowane było jak najwięcej mięśni szkieletowych, gdyż w takiej sytuacji wydatek energetyczny organizmu nasilony jest bardziej, a utleniania biologiczne są intensywniejsze i obciążenie układu krążenia jest również znaczne. To przesądza o przewadze treningu wytrzymałościowego nad innymi formami pracy fizycznej u ludzi starszych, który najczęściej wykonują oni w postaci spacerów. Jednak intensywność spacerowa dla każdego wieku jest zbyt niska. Aby wywołać optymalnie korzystne efekty dla organizmu, zaleca się bardziej intensywną aktywność ruchową, np. „nordic walking”, względnie marszobiegi, jazdę na rowerze po różnym terenie czy wiosłowanie w bezpiecznych warunkach.

Przy ogólnym spojrzeniu na problem starości wydawałoby się, że szybkość jest nieistotną cechą sprawności fizycznej w tej fazie życia. Chcąc jednak funkcjonować społecznie, człowiek starszy musi wykazać się wystarczającym czasem reakcji psychomotorycznej przy prowadzeniu samochodu czy obsłudze urządzeń mechanicznych. Chcąc zwiększyć intensywność przy ćwiczeniach siłowych czy wytrzymałościowych, trzeba czasem wykonywać ruchy szybciej. Potrzebny zatem jest odpowiedni poziom szybkości związany z aktywizacją włókien szybko kurczliwych. Ludzie starsi nie powinni wykonywać krótko trwających ćwiczeń o maksymalnej lub prawie maksymalnej szybkości, gdyż mogą one być niebezpieczne ze względu na uszkodzenia mechaniczne aparatu ruchu. Jednak ludzie ci mogą w odpowiednim programie treningowym wykonywać ćwiczenia o stopniowo narastającej intensywności, z zaangażowaniem jednostek neuromotorycznych wolno kurczliwych, poprzez zwiększanie tej intensywności do średniej, podczas której zaangażowane są jednostki „neuromotoryczne pośrednie”. Następnie zwiększając jeszcze intensywność pracy, nawet ludzie starsi osiągać mogą szybkie tempo wykonywania ćwiczeń, podczas których angażują się jednostki neuromotoryczne szybko kurczliwe, i w ten sposób szybkość jako cecha motoryczna może być podtrzymywana. Udowodniono, badając osoby w wieku 30–80 lat, że szybkość wykonywania ruchów w późnych fazach życia jest tym większa, im dłużej ludzie uprawiali sport wyczynowy [13].

W zakresie gibkości w miarę upływu czasu obserwuje się zmiany inwolucyjne, a dotyczą one głównie stawów barkowych, kręgosłupa, stawów skokowych i biodrowych. Brak treningu tej cechy manifestuje się coraz mniejszym zakresem ruchomości stawów, co może mieć negatywne konsekwencje nawet przy prostych czynnościach życia codziennego, takich jak: ubieranie się, mycie, sprzątanie, chodzenie na zakupy. Nie należy zapominać również o tym, że chcąc utrzymać odpowiedni poziom siły, należy wykonywać stosowane w tym zakresie ćwiczenia, które jednak mają tę negatywną stronę, że prowadzą do przykurczów mięśniowych i ograniczenia ruchomości w stawach. Należy więc równolegle z ćwiczeniami siłowymi wykonywać ćwiczenia rozciągające jako opozycyjne do nich. Istotnym w obecnym czasie jest również fakt, że i ludzie starzy spędzają znaczącą ilość czasu przy komputerze, osłabiając mięśnie karku, co manifestuje się bólami kręgosłupa w tym odcinku, wskutek naruszania tarcz międzykręgowych, i pojawiającym się w kończynach górnych promieniującym bólem. Brak treningu siły mięśni brzucha i grzbietu w odcinku lędźwiowym manifestuje się bólami lędźwiowymi i promieniującymi bólami w kończynach dolnych. Należy więc na zmianę ćwiczyć i rozciągać mięśnie brzucha i grzbietu tak, aby zapewnić stabilność i jednocześnie ruchomość tego newralgicznego odcinka kręgosłupa. Prosty testami oceny gibkości są pomiary ruchomości w odpowiednich stawach, przy pomocy specjalnie skonstruowanych kątomierzy, lub proste testy czynnościowe, np. gibkości kręgosłupa mierzonej dotknięciem palcami rąk lub dłońmi do podłoża, przy opadzie tułowia do przodu. Testy takie należy wykonywać po uprzednio dobrze przeprowadzonej rozgrzewce ze względu na niższą elastyczność mięśni i więzadeł u ludzi starych. Kuta [14] zauważył, że pomimo prowadzenia treningów w zakresie utrzymania gibkości u ludzi po 80 roku życia trening ten nie jest już efektywny i ruchomość pogarsza się istotnie.

Nawet przy dobrze rozwiniętej sile, wytrzymałości, szybkości i gibkości dobrą lokomocję w życiu codziennym, w pracy, rekreacji czy sporcie można zademonstrować wtedy, gdy człowiek dysponuje odpowiednią koordynacją ruchową, która również w wieku starszym ulega ograniczeniu, ze względu na zaniki komórek nerwowych i gorsze własności elastyczne w układzie ruchowym. Widać to nawet w tak prostych aktach ruchowych, jak chód osoby starszej, który jest wolniejszy, charakteryzuje się niższym podnoszeniem kolan i tendencją do szurania stopami po podłożu. Występuje też znaczące ograniczenie równowagi [15], co skutkować może niebezpiecznymi zachowaniami w życiu człowieka starszego, takimi jak potknięcia czy upadki. Dlatego też należy koordynację ruchową ćwiczyć tak, żeby pobudzać jak największą ilość receptorów, a w tym głównie receptorów czucia głębokiego (proprioceptory), receptorów wzroku i słuchu. Dobra koordynacja poprawia płynność ruchów, przez co przy ich wykonywaniu angażuje się mniej energii do wykonania danego zadania ruchowego,

gdyż poprawia się technika tego aktu. Czynić to należy poprzez takie ćwiczenia, które wykonywane są przez obydwie połowy ciała, o wzrastającym stopniu trudności i w zmieniających się warunkach. W tym zakresie ćwiczenia rekreacyjne i niektóre ćwiczenia sportowe pełnią ważną rolę, a kilkuminutowe wykonywanie ich w ciągu dnia może poprawiać koordynację ruchową i jakość życia.

### **Zasady i formy uprawiania turystyki przez ludzi w starszym wieku**

Turystyka może być formą aktywności ruchowej, która przyczynić się może do poprawy stanu zdrowia ćwiczących wtedy tylko, gdy obciążenie wysiłkiem organizmu będzie dobrane indywidualnie do ćwiczącego. Szczegółowe zasady takiej aktywności fizycznej ludzi w starszym wieku można odnieść do tych, jakie sformułował Lang [16].

1. Aktywność fizyczna, jako czynnik protekcyjny przed arteriosklerozą, powinna być podejmowana w jak najmłodszym wieku.
2. Najlepsza sytuacja jest wtedy, gdy aktywność fizyczną prowadzi się od czasów młodości do późnej starości. Gdy występują dłuższe w tym zakresie przerwy lub rozpoczynają ją osoby starsze, musi ona być poprzedzona gruntownymi badaniami lekarskimi.
3. Gdy podczas wysiłku pojawiły się dolegliwości lub niepokojące objawy, należy zasięgnąć konsultacji lekarskiej.
4. Obciążenia wysiłkiem fizycznym należy dozować od małych do dużych, tak by stopniowo zwiększać wydolność fizyczną.
5. Do uprawiania aktywnej turystyki należy przygotowywać się stopniowo. Nie należy uprawiać intensywnych ćwiczeń bez przygotowania fizycznego.
6. Należy dostatecznie opanować technikę wykonywania ćwiczeń, do takiego stopnia, by nie spowodować uszkodzeń ciała.
7. Ludziom starszym nie zaleca się spania w namiotach, szczególnie w polskich warunkach klimatycznych o stosunkowo niskiej temperaturze otoczenia.
8. W przypadku intensywnego wysiłku i utraty znaczącej ilości wody należy spożywać dostateczne jej ilości, ponieważ starszy organizm zawiera mniej tego składnika.
9. Nie wykonywać intensywnych wysiłków w ekstremalnych sytuacjach, np. w górach, podczas nurkowania i pływania, czy podczas uprawiania sportów lotniarskich, gdyż możliwości krążeniowo-oddechowe starszego organizmu są ograniczone w stosunku do możliwości ludzi młodych.
10. Nie dźwigać przedmiotów o dużej masie, np. rowerów, kajaków, ciężkich plecaków, gdyż grozi to uszkodzeniem aparatu ruchu.

11. Stosować dłuższe, odpowiednie do wieku okresy wypoczynku, ze względu na wolniejsze możliwości regeneracyjne organizmu starszego.

Spacery, przechadzki, marsze i turystyka piesza – mogą być realizowane nawet w miejscu zamieszkania. Spełniają one wtedy mniejszą rolę wypoczynkową, gdyż realizowane są w środowisku wielkomiejskim w natężonym hałasie, przy poruszaniu się po twardej nawierzchni i przy zanieczyszczeniu powietrza. Spełniać mogą one jednak swoją codzienną rolę antyhipokinetyczną, pod warunkiem, że wykonane będą w wystarczającym limicie ilościowym. Zaleca się, aby dziennie człowiek wykonał 10 000 kroków, niezależnie od celu, jaki realizuje. Dobrze jest, jeżeli wysiłek ten wykonany jest jednorazowo i w zwalnym tempie, tj. 90–140 kroków/min, co pozwala pokonać dystans 5,6–6,4 km/godz. W celu oceny aktualnych możliwości marszowych człowieka starszego zalecanym jest oszacowanie aktualnych możliwości zainteresowanego, np. testem marszowym Coopera, w którym można zmierzyć czas przejścia dystansu o długości 4,8 km po płaskim terenie w lekkim stroju i sklasyfikować te możliwości w danej grupie wiekowej [17]. Jako bardzo złą sprawność marszową u mężczyzny w wieku 50–59 lat uznaje się, gdy dystans ten pokonają w czasie powyżej 55 minut, a kobiety ponad 57 minut. W wieku powyżej 60 lat wartości te wynoszą odpowiednio 60 i 63 minuty. Natomiast jako bardzo dobrą sprawność marszową w młodszej grupie uznaje się czas dla mężczyzn poniżej 39 minut, a dla kobiet poniżej 42 minut. W starszej grupie wiekowej ten limit czasowy dla mężczyzn wynosi poniżej 41 minut, a dla kobiet poniżej 45 minut.

Wycieczki i wędrowki turystyczne muszą być wykonywane w odpowiednim stroju, stosownym do pogody, tak aby organizm nie ulegał przegrzaniu bądź nadmiernemu wychłodzeniu, gdyż trwać one mogą wiele godzin. Istotnym warunkiem jest, aby turyści dysponowali stosownym obuwiem. Łobożewicz [18] zaleca przestrzeganie następujących zasad podczas uprawiania turystyki pieszej:

1. Podczas aktywności turystycznej należy łączyć wysiłek fizyczny z zainteresowaniami krajoznawczymi, zbieraniem grzybów czy jagód bądź ziół, fotografowaniem czy inną aktywnością, która może wzmacniać zainteresowania turystyczne.
2. Jednodniowe wycieczki winny odbywać się na dystansach nie dłuższych niż 20 km; dłuższe dystanse są ryzykowne ze względu na narażenia zdrowotne.
3. Trzeba zabierać ze sobą napoje i posiłki stosownie do planowanej długości marszu.
4. Ludzie starsi nie powinni nosić ciężkich plecaków, tj. mężczyźni do 5 kg, a kobiety do 3 kg.

Posiadając odpowiednią sprawność fizyczną i przestrzegając wymienionych powyżej zasad, człowiek w starszym wieku może w celach zdrowotnych przystąpić lub kontynuować następujące rodzaje turystyki aktywnej.

**Turystyka góraska** – stwierdza się, że pobyty w górach na wysokości do 2000 m n.p.m. wpływają korzystnie na samopoczucie ludzi zdrowych. Niezwykle skuteczną metodą poprawy wydolności fizycznej jest trening wytrzymałościowy w górach. Wpływ niedoboru tlenu na organizm, na wysokości do 1000 m n.p.m., jest nieznaczny, a istotne zmiany występują jedynie wtedy, gdy zastosuje się duże obciążenia treningowe. Na wysokości do 2500 m n.p.m. niekorzystne zmiany w organizmie pojawiają się już przy obciążeniach umiarkowanych, a w spoczynku nie są zauważalne. Jednak znaczący wpływ hipoksji na organizm w spoczynku pojawia się już na wysokości przekraczającej 2500 m n.p.m.

Wpływ klimatu górskiego na organizm warunkowany jest: obniżonym ciśnieniem atmosferycznym i parcjalnym ciśnieniem tlenu, dużymi wahaniami temperatury powietrza oraz wilgotności, wysoką jonizacją powietrza, a także zwiększonym promieniowaniem słonecznym oraz towarzyszącym wysiłkowi fizycznemu odwodnieniem. Zarejestrowano, że na poziomie morza, na szerokości 45° przy temperaturze 0°C ciśnienie atmosferyczne wynosi 760 mmHg (1013 hPa). Na wysokości 1000 metrów n.p.m. ciśnienie to zmniejsza się o 12%, na 2000 m – o 22%, na 3000 m – o 31%, na 5000 m – o 50% [19].

Wzrost wydolności fizycznej w tych warunkach możliwy jest dzięki zwiększeniu maksymalnego pobierania tlenu i zwiększeniu kapilarnego krążenia krwi w mięśniach szkieletowych i innych narządach, np. mięśniu sercowym [20].

Pomimo tak trudnych warunków Lang [16] nie widzi przeciwwskazań do uprawiania turystyki wysokogórskiej przez ludzi starszych, o ile pozwala na to ich stan zdrowia. Kozłowski i Nazar [21] przestrzegają jednak przed wykonywaniem tak samo dozowanego wysiłku fizycznego na poziomie 90 m n.p.m. (Warszawa), jak i na wysokości 950 m n.p.m. (Zakopane). Sytuacja ta pokazuje wyraźne niekorzystne objawy, manifestujące się niedotlenieniem mięśnia sercowego z redukcją objętości minutowej serca u ludzi z niewydolnością wieńcową przy wykonywaniu tej pracy w warunkach wyższego położenia nad poziomem morza. Należy ponadto zdać sobie sprawę z tego, że dłuższe pobyty w górach wymagają kilkudniowego lub kilkunastodniowego okresu aklimatyzacji, który u ludzi starszych może przebiegać bardzo ciężko. W miarę postępu aklimatyzacji na wysokościach powyżej 4000 m zwiększa się zdolność organizmu do wykonywania wysiłków o submaksymalnej intensywności, jednak wielkość  $VO_2max$  jest obniżona i nie powraca do poziomu rejestrowanego na wysokości morza [22]. Przy wysokościach poniżej 2500 m  $VO_2max$  wraca po 1–2 tygodniach do wcześniejszego poziomu [23].

Mając na uwadze te trudne uwarunkowania, zaleca się przy uprawianiu turystyki górskiej przez osoby starsze, aby przestrzegać następujących zasad:

1. Przed rozpoczęciem tej formy turystyki zasięgnąć porady lekarskiej, by wyeliminować istnienie przeciwwskazań zdrowotnych.

2. Przed właściwym wyjściem w góry poprawić kondycję na nizinach.
3. Dozować stosownie do możliwości indywidualnych intensywność i czas trwania wysiłku na szlaku oraz stosować odpowiednio długie przerwy regeneracyjne.
4. Nie wyruszać na szlak samotnie.
5. Stosować wygodną odzież i obuwie i zabierać ze sobą odzież przeciwdeszczową.
6. Zabierać ze sobą napoje i pokarmy.

**Wycieczki i wędrówki kolarskie oraz turystyka kolarska** – ludzie w starszym wieku powinni jeździć na rowerach drogami i szlakami o małym natężeniu ruchu drogowego, gdyż to podwyższa znacząco ich bezpieczeństwo. Trasa przejażdżki powinna być tak zaplanowana, by w razie awarii roweru można było wrócić środkami komunikacji. Intensywność i czas trwania przejażdżki należy dostosować do indywidualnych możliwości człowieka. Przeciwwskazaniami zdrowotnymi do uprawiania tej formy aktywności są schorzenia układu krążeniowego i oddechowego, a ponadto zaburzenia równowagi ciała, schorzenia kręgosłupa czy hemoroidy. Uprawianie turystyki rowerowej w warunkach klimatycznych Polski możliwe jest w każdej porze roku, lecz zimą ludzie starsi ze względu na niską temperaturę i możliwość poślizgnięcia się powinni jej unikać. Doskonałą formą zastępczą w tej porze roku może być jazda na cykloergometrze, który ustawiony nawet w warunkach pokojowych stwarza komfortowe warunki do rekreacji ruchowej i zwiększania wydolności fizycznej. Treningi i testy cykloergometryczne stosowane są ponadto bardzo często w klinikach, szpitalach i przychodniach kardiologicznych, pulmonologicznych i rehabilitacyjnych [21]. Cykloergometr i rower są to urządzenia, na których można precyzyjnie dozować obciążenia fizyczne i prowadzić skuteczny trening wytrzymałościowy – rekreacyjny, rehabilitacyjny i sportowy. Korzyści dobrze dozowanego wysiłku i treningu wytrzymałościowego w każdym wieku, a w tym i starszym, są wielokierunkowe. Działa on ochraniająco na układ krążenia, usprawnia układ oddechowy, aktywizuje mięśnie szkieletowe i układ kostno-stawowy, także działa antynowotworowo [24]. Ponadto zasięg odległości, jaki można osiągnąć z użyciem roweru, predysponuje nawet ludzi starszych na aktywnego zwiedzania obiektów turystycznych, nieosiągalnych przy pieszym poruszaniu, a nawet przy korzystaniu ze zbiorowych środków komunikacji. Fakt ten może być mobilizujący do dalszego rozwoju turystycznego.

**Turystyka wodna (żeglarska, kajakowa i wioślarska)** – pomimo że znany jest dobroczynny wpływ wody na organizm ludzki, to uprawianie turystyki wodnej przez ludzi starszych jest kontrowersyjne. W pierwszym rzędzie istotnymi są warunki bezpieczeństwa związane z możliwością utonięcia. Zaleca się

zatem posiadanie umiejętności pływania, jednak nabywanie jej przez ludzi w starszym wieku jest już utrudnione. Kolejnym przeciwwskazaniem do uprawiania tej formy turystyki jest szybka możliwość wychłodzenia organizmu w środowisku wodnym, gdyż oddawanie ciepła w tym środowisku następuje około 25 razy szybciej niż w powietrzu. Dulac i wsp. wykazali, że podczas pływania na długich dystansach często zdarza się, że pływacy są zmuszeni zrezygnować z kontynuowania wysiłku na skutek wychłodzenia ciała (hipotermii) [25]. W takich przypadkach temperatura wody wynosi zwykle 18–20°C.

Adaptacja organizmu do niskich temperatur postępuje stopniowo z nasileniem procesów produkcji i oszczędzania ciepła. Obserwuje się w tych warunkach intensywny przepływ krwi w tkankach obwodowych, co zmniejsza ryzyko uszkodzenia ciała. Następujące na skutek długiego przebywania w warunkach zimna obniżenie temperatury wewnętrznej ciała oraz temperatury mięśni poniżej poziomu optymalnego, powoduje istotne zmniejszenia  $VO_2\max$ , objętości wyrzutowej serca, częstości skurczów serca i ekonomizacji pracy, co znacząco obniża zdolności wysiłkowe organizmu człowieka. Bergh i wsp. wykazali [26], że dobrze wytrenowani mężczyźni, u których obniżono temperaturę wewnętrzną ciała o 1°C, charakteryzowali się zmniejszeniem  $VO_2\max$  o 5–6%, częstości skurczów serca – o 8 uderzeń/min, i spadkiem zdolności do wysiłku podczas długotrwałej pracy o charakterze tlenowym o 20%. Poza tym uważa się, że turystyki wodnej nie powinni uprawiać ludzie z przewlekłymi chorobami układu oddechowego, chorobami reumatycznymi i skórными, chorobami uszu, zatok, żyłakami czy hemoroidami. Uprawianie turystyki żeglarskiej, kajakowej czy wioślarskiej wymaga odpowiedniego wyszkolenia technicznego, jak i dobrania odpowiednich załóg, gdyż może to decydować o powodzeniu i bezpieczeństwie tej formy aktywności ruchowej. Stąd też problemy te w przypadku ludzi starszych mogą być na tyle duże, że tylko nielicznych stać jest na uprawianie tej formy ruchu, tym bardziej, że ze względów zdrowotnych można zastosować dużo łatwiej inną formę aktywności ruchowej.

**Turystyka narciarska** – uprawianie tej formy turystyki przez ludzi starszych jest sporadyczne, gdyż pora zimowa sprzyjająca licznym przeziębieniom powoduje, że ludzie starsi w tej porze roku są mało aktywni fizycznie i większość czasu pozostają w mieszkaniu. Część ludzi starszych decyduje się jednak na uprawianie narciarstwa zjazdowego bądź śladowego. Narciarstwo zjazdowe jako bardziej kontuzjogenne, powoduje więcej emocji i – zawierając w sobie elementy wysiłku statycznego – może być nieodpowiednią formą ruchu ze względu na możliwość występowania obrażeń mechanicznych ciała, jak i niekorzystne obciążenia układu krążenia [27]. Stąd też jako bardziej łagodną formę aktywności ruchowej dla ludzi starszych zaleca się narciarstwo śladowe i biegowe, które wszechstronnie fizycznie aktywizują organizm i są dobrą formą har-

towania ciała. Zaleca się je nawet osobom z uszkodzeniami ortopedycznymi, gdyż łagodna forma kroku bez fazy uderzenia o podłoże, które w tym wypadku dodatkowo jest miękkie, nie powoduje takich dolegliwości, jakie występują przy chodzie lub biegu na twardym podłożu. Aktywność ta zwiększająca istotnie wydatek energetyczny, szczególnie w pogórkowatym i górzystym terenie, działa protekcyjnie na układ sercowo-naczyniowy. Szczególną uwagę należy zwrócić na strój dostosowany do warunków klimatycznych i nie uprawiać tej formy narciarstwa w temperaturach poniżej 0°C.

Poza tym ludzie w starszym wieku mogą uprawiać inne formy turystyki, np. autokarową, kampingową czy motorową, jednak te zawierają w sobie mniejszą dawkę aktywności ruchowej i przez to posiadają mniejszą wartość przyczyniającą się do poprawy bądź utrzymania dobrego stanu zdrowia. Dla ludzi w późnych etapach starości najbardziej odpowiednimi są wczasy geriatryczne.

## **Zakończenie**

Powyższa praca i przytoczone w niej badania potwierdzają istotne znaczenie aktywności ruchowej oraz treningu zdrowotnego ludzi w starszym wieku. Promocja zdrowego stylu życia, będąca składową profilaktyki zdrowotnej, edukacji zdrowotnej i ochrony zdrowia, coraz szerzej wykorzystuje kulturę fizyczną jako efektora swoich działań [28]. Turystyka funkcjonująca w ramach szeroko pojętej kultury fizycznej wydaje się być wyjątkowo efektywnym narzędziem w szerzeniu promocji zdrowia wśród ludzi starszego wieku, ze względu na dowolność stosowania form i intensywności wysiłkowych. Jest to element zdrowego stylu życia, który w około 50% warunkuje stan zdrowia człowieka [29]. Korzyści zdrowotnych, płynących z regularnego podejmowania aktywności fizycznej, jest wiele, pod warunkiem, że człowiek dysponuje dostateczną sprawnością fizyczną. Gdy jest ona upośledzona, musi on poddać się zabiegom rehabilitacji ruchowej (fizjoterapii), a następnie wybrać dostępną dla niego formę turystyki, której regularne uprawianie polepszy jego sprawność fizyczną i w ten sposób może przeciwdziałać skutkom chorób cywilizacyjnych, takich jak np.: otyłość, cukrzyca, choroby układu krążenia, osteoporoza, a nawet niektóre nowotwory. Regularne treningi powodujące poprawę funkcjonowania m.in. układu nerwowego, oddechowego, czy wzrost siły mięśniowej, wpływają nader korzystnie na codzienne funkcjonowanie organizmu. Dodatkowo mogą przyczynić się do wydłużenia życia poprzez opóźnianie procesu starzenia się ustroju. Regularny wysiłek fizyczny obniża także ryzyko umieralności ogólnej wśród osób będących w późniejszych fazach ontogenezy.



Aktywność ruchowa niesie ze sobą także liczne korzyści psychofizyczne, gdyż obniża ona stan napięć depresyjnych oraz lękowych, a także wpływa na poprawę samopoczucia i czerpanie radości z życia. Dla osoby w starszym wieku, która poprzez treningi fizyczne poprawia swoje zdrowie, wykonywanie nawet codziennych czynności życiowych staje się znacznie łatwiejsze, a przez to przyjemniejsze. Osoby te często odnajdują w sobie na nowo motywację i chęci do uprawiania rekreacji ruchowej, zaczynają wierzyć we własne możliwości i siły. Oprócz wyżej wymienionych zalet nie do przecenienia wydaje się być psychologiczny aspekt łączenia czy też integrowania się ludzi poprzez wspólne pasje do uprawiania wybranej formy turystyki aktywnej.

Poza aktywnością fizyczną turystyka oferuje istotne biowalory środowiska naturalnego (słońce, woda, wiatr, różne rodzaje klimatu itp.) wpływające w inny sposób na stan zdrowia starszego turysty. Te czynniki sprzęgnięte umiejętnie ze sobą tworzyć mogą warunki do budowania znacznego potencjału zdrowotnego wątłego już zdrowia ludzi starszych. Istotną rolę w rozwoju profilaktycznych zdrowotnie działań turystycznych należy przypisać inicjatywie społecznej, nauce i zorganizowanym działaniom państwa.

## Summary

### **The Role of Tourism in Older Peoples' Lives**

In the first chapter of the paper old people was located in their life environment and a trait of his natural environment were characterized. The main bioclimatic factors which could improve adaptation of old people to natural environment were also presented. Moreover, it was suggested, that such people motor property as: strength, endurance, quickness, flexibility and coordination developed to definite level could be helpful in practise various form of tourism. Some of them were characterized in the paper, eg. walking and marching, mountain, bicycle, water and skiing tourism. The safety rules, physiological requirement and recommendation suggested for old people during active tourism were also described.

To summarise, this paper provides evidence that old man should be physically active. Ignore in literature protective influence of tourism on this people health should be mainly promote by their physical activity.

**Keywords:** old people, health, tourism.

## Bibliografia

- [1] Drabik J. (1995): *Aktywność fizyczna w edukacji zdrowotnej społeczeństwa*. Część I. AWF Gdańsk.
- [2] Pate R.R., Pratt M., Blair S.N., Haskell W.L., Macera C.A., Bouchard C., Buchner D., Ettinger W., Heath G.W., King A.C., Kriska A., Leon A.S., Marcus B.H., Morris J., Paffenbarger R.S., Patric K., Pollack M.L., Rippe J.M., Sallis J., Wilmore J.H. (1995): *Physical activity and public health. A recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College and Sports Medicine*. JAMA, 273, 402–407.
- [3] Polskie Towarzystwo Gerontologiczne – Światowy Rok Ludzi Starych. (1993): *Sztuka starzenia się*. 11–12.
- [4] Humen Wł. (1964): *Wiek, wykształcenie i zawód a formy rekreacji fizycznej u dorosłych*. Roczniki Naukowe AWF Warszawa, t 4.
- [5] Merski J. (2002): *Wpływ uprawiania turystyki kwalifikowanej przez ludzi dorosłych na ich sprawność motoryczną*. AWF Poznań.
- [6] Deja W. (1991): *Ekologiczne uwarunkowania aktywności ruchowej ludzi dorosłych*. Monografie, nr 301, AWF Poznań.
- [7] Aleksandrowicz J. (1973): *Środowisko przyrodnicze a zdrowie ludzkie*. [w:] *Ochrona przyrodniczego środowiska człowieka*, PWN, Warszawa, s. 633.
- [8] Becher S., Kupper T. (2003): *Riske in mountaineering and trekking*. Versicherungsmedizin. 55 (3), 136–140.
- [9] Bentley T., Page S., Walker L. (2004): *The safety experience of New Zealand and adventure tourism operators*. J. Travel Med., 11 (5), 280–286.
- [10] Collon I. (1985): *The role in tourism in alcohol-related highway fatalities*. Int. J. Addict, 20, (4), 577–582.
- [11] Kozdroń E. (1998): *Rola turystyki aktywnej w życiu ludzi starszych*. *Turystyka aktywna, Turystyka kwalifikowana*. (red. T. Łobożewicz i R. Kogut). I Ogólnopolska Konferencja Naukowo-Metodyczna. Hawa, 23–24 października, 139–144.
- [12] Bourliere F. (1963): *Principes et Methodes de cesure de l'age biologique chez homme*. Bull. Societe Anthropologie de Paris. T. 4, XI serie, 561–583.
- [13] Osipow I.T., Protasowa M.W. (1972): *Wlijanije mnogoletnich zaniatij fizycznej kulturoj na niekotoryje pokaziateli dvagalietnoj funkcji ljudej sredniego i starszego wozrosta*. Teor. Prak. Fiz. Kult., 2, s. 45–48.
- [14] Kuta I. (1971): *Kloubni Pohyblivost ve stari a vliv telesne vyhovoy*. Teor. a Prace Tel. Vyhov. Praha, 19, s. 375–379.
- [15] Meusel H. (1982): *Sport Spiel Gymnastik in der zweiten Lebenshälfte. Ziele – Trainind – Unterricht – Organization*. Liempert. Bad Hamburg, 1982.

- [16] Lang E. (1974): *Welches Körperliche Training its im Alter angebracht und vertretbar?* Zeitschrift für Bäder und Klimaheilkunde. Studgard, s. 230–234.
- [17] Cooper K.H. (1970): *Bewegungstraining Praktische Anleitung zur Steigerung der Leistungstähigkeit.* Frankfurt, Fischer.
- [18] Łobożewicz T. (2000): *Turystyka i rekreacja ludzi niepełnosprawnych.* WSE. Warszawa, s. 236.
- [19] Bułatowa M.M., Płatanow W.N. (1996): *Trening w różnych warunkach geoklimatycznych i pogodowych.* Biblioteka Trenera, Warszawa.
- [20] Terrados N., Melichna J., Sylven J. i inni. (1988): *Effects of training at simulated altitude on performance and muscle metabolic capacity in competitive road cyclists.* Eur. J. Appl. Physiol. 57, 203–209.
- [21] Kozłowski S., Nazar K. (Red.) (1999): *Wprowadzenie do fizjologii klinicznej.* Wyd. Lek. PZWL, Warszawa, s. 418, s. 502.
- [22] Saltin B., Grover R.F., Blomquist C., Hartley L.H., Johnson R.L. (1968): *Maximal oxygen uptake and cardiac output after 2 weeks at 4,300m.* J. Appl. Physiol. 25: 400–409.
- [23] Mariburl H., Schobersberger W., Humpeler E., Hasibeder W., Fisher W., Raas E. (1986): *Beneficial effects of exercising at moderate altitude on red cell oxygen transport and on exercise performance.* Pflug Archiv. 406: 594–599.
- [24] Carter S.L., Rennie C.D., Hamilton S.J., Tarnopolsky S.A. (2001): *Changes in skeletal muscle in males and females following endurance training.* Can. J. Physiol. Pharmacol. 79, 386–392.
- [25] Dulac S., Quirion A., DeCarufel D., LeBlanc J., Jobin M., Côte J. (1987): *Metabolic and hormonal responses to long-distance swimming in cold water.* Int. J. Sports Med. 8(5): 352–356.
- [26] Bergh U., Ekblom B. (1979): *Physical performance and peak aerobic power at different body temperatures.* J. Appl. Physiol. 46, 5 885–889.
- [27] Humphreys P.W., Lind A.R. (1963): *The blood flow through active and inactive muscle of the forearm during sustained handgrip.* Concrations. J. Physiol. 166, 120.
- [28] Downie R., Tannahil C., Tannahil A. (1996): *Heath promotion, Models and Values.* Oxford University Press. 60.
- [29] Karski J.B. (2000): *Promocja zdrowia w perspektywie ostatniej dekady XX wieku.* [w:] *Antropologia a medycyna i promocja zdrowia.* (red.) Malinowski A., Stolarczyk H., Lorkiewicz U. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego. s. 301–319.



N.E. Własenka\*

## Реализация активизирующей функции в управлении физическим воспитанием дошкольников

*В статье рассматриваются основные направления и условия реализации активизирующей функции в управлении физическим воспитанием дошкольников.*

В контексте современных научных исследований Ю.К. Итина, Ю.А. Коржневского, С.А. Ищенко, В.Н. Уварова, О.А. Барабаш и др. педагогическое управление представляет собой совокупность объективно необходимых и устойчиво повторяющихся видов деятельности – управленческих функций. В теоретических источниках отсутствует единство мнений о составе и классификации функций управления. Тем не менее, большинство специалистов считают вполне оправданным деление этих функций на общие и специальные [1, 2, 3].

Под *общими функциями управления* педагогическим процессом принято считать следующие: целеполагание, планирование, организация, регулирование, педагогический контроль, педагогический анализ. Непосредственно в управлении физическим воспитанием дошкольников специальных функций нами не выявлено. Вместе с тем, многолетняя практика в дошкольном учреждении показала, что в процессе управления наряду с общими функциями, имеют место и *специфические*, отражающие закономерности физического воспитания и развития детей дошкольного возраста. На наш взгляд, одной из таких функций является **активизирующая**.

---

\* Белорусский Государственный Педагогический Университет имени Максима Танка, Минск.

Под активизацией понимают «усиление, оживление деятельности, побуждение к решительным действиям» или «мобилизация интеллекта, воли, нравственных сил учащихся» [4, с. 16]. Активизирующая функция предполагает, во-первых – оживление и мобилизацию деятельности педагога и детей; во-вторых – создание условий, способствующих заинтересованности дошкольников в физкультурных занятиях; в-третьих – выбор соответствующих организационных форм, методов и приемов физического воспитания.

Исходя из этого, реализация активизирующей функции представлена нами двумя основными блоками:

*1-ый блок* – активизация процесса обучения;

*2-ой блок* – повышение активности ребенка в процессе обучения.

Выделенные блоки предусматривают осуществление указанных направлений (рисунок 1).



**Рисунок 1.** Реализация активизирующей функции в управлении физическим воспитанием дошкольников

Активизация процесса обучения может быть достигнута путем оптимизации организационных форм, методов и средств физического воспитания, обеспечивающих высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества дошкольников. Активная работа педагога, которую он проводит в процессе подготовки к занятию и на занятии, нужна для мобилизации

активности каждого ребенка и группы в целом. В первом блоке определены основные направления активизации процесса обучения.

**Организационное направление.** Для организационного направления характерны следующие условия:

— *Обстановка занятия и поведение педагога.* Оформление зала, эстетика внешнего вида педагога и детей, яркое физкультурное оборудование, доброжелательная атмосфера настраивают занимающихся на деловой лад. Задача руководителя физического воспитания – заинтересовывать дошкольников, внушить к себе симпатию, овладеть их вниманием. В поведении педагога очень важны демократичный стиль общения, краткость и четкость команд, личный пример в выполнении движений. На внешний облик руководителя физического воспитания оказывает влияние культура его внешнего вида – осанка, походка, одежда, а также выразительность движений, мимики, жестов. Для успешной педагогической деятельности большое значение имеет уравновешенность нервной системы учителя, способность к саморегуляции настроения и эмоциональных состояний, психологический настрой на предстоящее общение с детьми.

— *Разнообразие форм, средств и методов обучения.* П.Ф. Лесгафт не раз подчеркивал, что «всякое однообразное действие, ограниченное малым числом деятельностных органов, сильно утомляет ребенка, делает занятия скучными и монотонными» [5, с. 286]. Е.А. Аркин, также считал разнообразие важным условием физического воспитания, отмечая, что «разнообразие делает движения не только более приятными, но и менее утомительными так как усилия тратятся на работу различных групп мышц и для отдельных мышц происходит чередование труда и отдыха, движения и покоя» [6, с. 31]. В этой связи, педагогу на этапе планирования следует продумывать разные формы проведения занятий (сюжетные, игровые, учебно-тренировочные, тематические и др.), а также использовать всевозможные способы организации детей на занятиях (фронтальные, поточные, подгрупповые и др.), включать в содержание разнообразные, вариативные и часто меняющиеся физические упражнения, регулярно проводить физкультурно-оздоровительные мероприятия на воздухе и т.д. В целях активизации процесса обучения, наряду с традиционными формами занятий физическими упражнениями следует применять и нетрадиционные. Например, такие как ритмическая гимнастика, стэп-аэробика, фитбол-гимнастика, занятия на тренажерах, спортивные танцы, игровой сретчинг и др.

**Эмоциональное направление.** К основным условиям этого направления относятся:

- *Создание положительного эмоционального фона на занятиях.* Он возникает уже с момента ожидания занятий и существует на всем его протяжении. При этом эмоциональный настрой может меняться по ходу занятия в зависимости от самочувствия детей, проявляемого ими интереса к физическому упражнению. Отношения педагога и детей, основанные на доверии, взаимном уважении, авторитете учителя, сотрудничестве, любви, доброжелательности создают благоприятный психологический микроклимат в группе. Значительно увеличивает желание дошкольников осваивать новые виды движений способность взрослого к импровизации, его умение общаться с воспитанниками, настраивать их как на выполнение упражнений, так и на преодоление трудностей, приводя тем самым к достижению успеха. Повышению эмоционального фона способствует также использование музыкального сопровождения, которое стимулирует интерес к занятиям, наполняя жизнь детей радостными переживаниями. При помощи музыкального сопровождения руководитель физического воспитания управляет вниманием дошкольников, определяет темп и ритм, выразительность и согласованность движений, повышает качество их выполнения.
- *Применение игрового и соревновательного методов.* Игровой метод наиболее специфичный и эмоционально-эффективный в работе с дошкольниками. Игровая деятельность, в какой бы форме она не выражалась, всегда радует ребенка, является действенным средством его разностороннего развития. Активные движения, обусловленные содержанием игры, вызывают у детей положительные эмоции, усиливают все физиологические процессы. Разнообразие игр по содержанию и организации детей позволяет подбирать их с учетом времени года, условий проведения, возраста детей, их подготовленности. Игровой метод создает возможности для комплексного развития двигательных навыков, воспитания физических качеств, совершенствования двигательных способностей, формирует умение дошкольников быстро решать внезапно возникающие задачи. Соревновательный метод применяется в работе с детьми дошкольного возраста в относительно элементарных формах. Соревнования воспитывают в детях целеустремленность, настойчивость, волевые качества, вызывают сильный эмоциональный отклик. Этот метод педагогически оправдывает себя при условии развитой психической устойчивости личности ребенка к победам и неудачам, дает наибольший педагогический эффект при предварительной разносторонней подготовке воспитанников [7, с. 204]. Поэтому применение соревновательного метода требует определенной меры и места на физкультурных занятиях.



Важным условием любого педагогического процесса является *стимулирование активности личности в организуемой деятельности*. Успех в любом обучении зависит от степени активности ученика. В теории физического воспитания, как и в педагогике в целом, активность рассматривается с двух сторон: активность как черта ребенка (двигательная активность), и активность, как характеристика его познавательной деятельности (познавательная активность). Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка, основой индивидуального развития и жизнеобеспечения его организма. Познавательная активность отражает свойство личности ребенка, которое проявляется в положительном отношении к содержанию и процессу обучения, к эффективному овладению знаниями и способами деятельности за оптимальное время, в мобилизации нравственно-волевых усилий на достижение учебно-познавательной цели [4, с. 17]. Во втором блоке реализации активизирующей функции определены основные направления, повышения двигательной и познавательной активности дошкольников в процессе обучения.

***Потребностно-мотивационное направление.*** Воспитание активности личности в педагогическом процессе происходит тогда, когда она побуждается не инструкциями, а сформированными внутренними мотивами. Это возможно при развитии потребностно-мотивационной сферы личности дошкольника. Потребность как понятие означает психологическое переживание человеком необходимости в том, чего ему недостает. Недостаток знаний и опыта для решения возникшей двигательной задачи вызывает у ребенка стремление и потребность в ее решении, выработке необходимых умений и навыков. Важными условиями потребностно-мотивационно направления являются:

— *Формирование интересов и мотивов двигательной активности.* Интерес к содержанию разучиваемых физических упражнений или к игре сопровождается у детей эмоциональным подъемом, побуждает проявить активность и добиться желаемого результата. В младших группах интерес является спутником самого процесса выполнения упражнений, вызывающего удовольствие от успешного решения простейших двигательных задач. В старших группах интерес детей повышается в самостоятельной двигательной деятельности, сознательном преодолении трудностей, стимулирующих работу мысли и активность действий. Задача педагога – формировать и развивать устойчивые интересы детей к физкультурным занятиям, а также интересы, в наибольшей мере соответствующие индивидуальным особенностям, возможностям и способностям дошкольников. Наряду с интересом важной

побудительной силой активности ребенка являются мотивы. Мотив – это осознанная причина активности человека, направленной на достижение цели [8, с. 169]. Мотивы формируются под влиянием возникающих у человека потребностей (биологических, духовных, социальных, материальных). Мотивы посещения физкультурных занятий у дошкольников могут быть разными: общение, получение удовольствия от движений, самоутверждение, выполнение обязанностей и др. Очевидно, что воздействуя на потребностно-мотивационную сферу личности, педагог управляет поведением ребенка, повышая его активность в двигательной деятельности.

- *Использование активных методов обучения.* Метод проблемного обучения и метод творческих заданий активизируют сознание ребенка, исключая механическое заучивание упражнений. Метод проблемного обучения в физическом воспитании дошкольников заключается в создании перед детьми проблемных ситуаций, их осознании, принятии и самостоятельном разрешении под руководством педагога. Существенная особенность этого метода состоит в том, что решение ребенком посильных проблем в подвижных играх и упражнениях рождает веру в свои силы, развивает умственные способности, приучает мыслить самостоятельно, делает обучение более интересным и увлекательным. Активное обучение дошкольника создает предпосылки для творчества. Метод творческих заданий способствует осуществлению, как творческих замыслов, так и ранее накопленного двигательного опыта. Двигательная и интеллектуальная активность детей на занятии, подвижные игры творческой направленности, самостоятельное выполнение игровых и имитационных упражнений, формируют у дошкольников творческое воображение. Следует отметить, что применение рассмотренных методов требует тактичного поведения педагога, наблюдающего и корректирующего деятельность детей, направляющего и поощряющего их творческие поиски.

***Стимулирующее направление.*** Реализации этого направления способствуют следующие условия:

- *Стимулирующая педагогическая оценка в процессе занятий физическими упражнениями.* Педагогическая оценка оказывает глубокое и разностороннее воздействие на развитие личности отдельного ребенка и всего коллектива, ориентирует дошкольника в результатах его деятельности, стимулирует дальнейшие действия. Педагогическую оценку можно условно разделить на воспитывающую (регулирующую поведение детей) и обучающую (определяющее качество выполнения движений) [9, с. 134]. Позитивно оценивая поведение детей, педагог

может решить вопросы предотвращения нарушений дисциплины, добиться улучшения качества выполнения движений, повысить их активность на занятии. Оценка обучающего характера наиболее результативна тогда, когда дается по ходу выполнения упражнения или сразу после него. Воздействие такой оценки возрастает, если она индивидуализирована. Заметно повышает активность ребенка, превосходящая положительная оценка, выражающая надежду на воспитанника, вселяющая уверенность в его собственные силы. Замечено, что опытные руководители физического воспитания реже оценивают дисциплинарные проявления дошкольников и чаще – спонтанные и стимулированные педагогом их творческие проявления. Вместе с тем, отрицательная оценка двигательных действий или поведения детей не только не устраняет недостатки, но и негативно сказывается на становлении и активности личности. Подобного рода оценочные воздействия тормозят развитие самоконтроля, снижают самооценку, повышают агрессивность, ведут к снижению активности ребенка, утрате интереса к занятиям.

- *Формирование позитивной самооценки дошкольника в процессе занятий физическими упражнениями.* Самооценка играет большую роль в стимулировании активности личности дошкольника, повышая веру в свои силы, дает возможность достигнуть более высокой степени в развитии и достижениях. Формирование позитивной самооценки дошкольника происходит на основе оценки педагога, а также на основе оценки ребенком результатов собственной деятельности. Отмечается, что ребенок с высокой самооценкой чувствует себя уверенно, смелее, активнее проявляет интересы, способности, ставит перед собой более высокие цели, чем тот, кто при прочих равных условиях отличается низкой самооценкой. [10, с. 163]. Педагог способствует формированию положительной самооценки на физкультурных занятиях, помогая ребенку преодолеть чувство страха и неуверенности в себе в освоении новых упражнений, достичь успеха в совместной со сверстниками двигательной деятельности. Важно иметь в виду, что самооценка детей взаимосвязана с самооценкой самого педагога. Высокая самооценка чаще наблюдается у тех детей, которые воспитываются педагогами, высоко оценивающими себя. Как говорил К.Д. Ушинский – личность воспитывается личностью.

Таким образом, реализация активизирующей функции в управлении физическим воспитанием дошкольников придаст деятельности педагога целенаправленность и динамичность, будет способствовать приобретению умений и навыков творческого управления, позволит стимулировать

познавательную и двигательную активность воспитанников, создаст необходимые условия для формирования у них здоровых потребностей, интересов и мотивов.

## Summary

### **Realization of Activating Function in Managing in the Sphere of Physical Education of the Children of Pre-school Age**

The article studies the main ways and conditions of realization of activating function in managing in the sphere of physical education of the children of pre-school age.

## Литература

- [1] Ищенко С.А. (2002): *Функции управления международным спортивным движением*: <http://lib.sportedu.ru/Press/ТРФК/2004N6/p41-43.htm>
- [2] Неверковича С.Д. (2006): *Педагогика физической культуры и спорта: учеб. для студентов вузов*. – Москва: Физ. культура, – 518 с.
- [3] Итин Ю.К. (2001): *Оптимизация управления качеством образовательного процесса в высшей школе: дис. ... д-ра наук: 13.00.08*. – Москва – 266 л.
- [4] Рапацевич Е.С. (2005): *Педагогика: Большая современная энциклопедия*. – Минск, «Современное слово», – 720 с.
- [5] Лесгафт, П. (1888): *Руководство по физическому образованию детей школьного возраста*. – СПб: б.,и. – 329 с.
- [6] Аркин Е.А. (1946): *Физическое воспитание в детском саду*. – Москва, Наркомпрос РСФСР, – 51 с.
- [7] Глазырина Л.Д. (2009): *Физическое воспитание и развитие ребенка*. – Минск: БГПУ, – 292 с.
- [8] Кожухова Н. Н. и др. (2002): *Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях*. – М.: Изд. центр „Академия”, – 315 с.
- [9] Г.Н. Пономарев и др. (2007): *Физическое воспитание и развитие дошкольников*. – Москва : Академия, – 219 с.
- [10] Панько, Е.А. (2006): *Воспитатель дошкольного учреждения*. – 2-е изд., – Минск.: Зорны верасень, – 264 с.

S.I. Nevdakh\*

## **The Methodical Maintenance of Independent Work in the Supplementary Professional Educational System**

### **Summary**

This article reveals the methodic foundations of the organization of independent work in the supplementary professional educational system. The independent work is regarded as one of the compulsory parts of learning process. The author describes the types of independent work, conditions and stages of its organization, principles of its implementation, its methodic and service maintenance. The following types of independent work are presented: studying separate questions, themes, sections, not considered at the lessons and lectures; preparing for assistance to the teacher/lecturer; drawing up a plan; taking a test; writing a review, an annotation, a thesis, a synopsis, an abstract, a thematic report, an essay, a project, a course paper and a diploma paper and others.

**Key words:** the supplementary professional educational system, independent work in the supplementary professional educational system, the methodical maintenance of the independent work

Modern education situation is characterized by reconsidering the meaning of the education, its functions and its growing role in the life of an individual and society in general. The introduction of the new content, new programs in the system of supplementary professional education brings on the necessity for the

---

\* Head of the Department for Pedagogy and Psychology in Continuous Education The Educational Institution "The Belarusian State Pedagogical University named after Maxim Tank", The Institute for Refresher Training and Retraining of Education Specialists.

teacher's reorientation, the development of their highest pedagogical and human culture level common to all mankind. Therefore it is rather important to take into account the educational level that has already been reached by postgraduate students, their professional interests and their independent working skills [7].

Postgraduate students' independent work is a compulsory part and important condition for providing the quality of pedagogical process in the system of education specialists' retraining. Consequently, the independent work is aimed at providing the individual-oriented approach to education, which is one of its main tasks.

The independent work in the supplementary professional educational system implies well-planned students' activities, based on the conscious individual-team work which includes a systematic management of personal and professional knowledge skills, ways of their expression and acquisition, a close connection between learning and research work, improves the effectiveness of professors' and teachers' methodic work.

As part of learning process, independent work promotes:

- the deeper studies of theoretical material and acquisition of new knowledge
- accumulation and consolidation of the experience of solving professional practical problems
- mastering the necessary skills in working independently and acquiring the intellectual work culture [2]. In this connection, the independent work is a compulsory component of realization of pedagogical process organization model in which the learning process prevails over the teaching one.

In the supplementary professional educational system independent work should be regarded as the level of educational effectiveness defined not by the level of learning skills but by the ability to acquire new knowledge independently, to use changing knowledge and newly-acquired knowledge in order to set up and solve arising problems and tasks; to realize and formulate the ways of postgraduate students' actions [3].

There are two types of independent work: in-class and out-of-class activities. In-class independent work is to be held under the supervision of a teacher according to the schedule, out-of-class independent work is to be done beyond the schedule. Out-of-class activities are divided into compulsory (studying topics and the content of the program, preparing for seminars, practical and laboratory works, writing reports, course and diploma papers) and additional ones (a deeper study of the material with regard for students' personal needs and interests) [2].

The arrangement of the independent work has to meet general requirements for providing its effectiveness and to take into account the type of learners (full-time students or postgraduate students), the form of learning (full-time or correspondence), the type of specialization, and the specific features of the definite courses. The general requirements include: rational division between the volume

of out-of-class and in-class activities; efficiently-organized methodical work; providing students with learning and methodic materials; control and assessment of students' independent work [1; 4].

There are three main stages in preparation and maintaining the independent work:

Stage 1 – *preparatory* – stipulates thinking out all logical system of organization of independent work, includes formulating the program modules for study, preparation of learning and methodic materials, diagnosing the level of students' preparation.

Stage 2 – *organizational* – proposes the determination of the aims of students' individual and team activities, holding introduction tutorials, the determination of terms and forms of students' advancement on a certain number of the program modules.

Stage 3 – *attending, control and assessment* – ensures tutoring, control and evaluation of students' success in their independent work.

One of the principles of organizing students' independent work is its compulsory planning. The independent work is to be planned in accordance with the hours required by the educational standards (study of the topics and units of the program, given for independent work), as well as with the time necessary for preparing for seminar, practical and laboratory works, writing reports, projects, course and diploma papers. Tasks for independent work of postgraduate students must be interconnected, mutually correlated, logically flow from one into the other, thus they must present a system, oriented on the solution of the primary tasks of the pedagogical process [10, p. 7].

In the scholastic process of the retraining course different types of task are formed on the base of material of scientifically-methodical publications [6; 8; 9], normative documents [5] with due regard for experience of the functioning of the Institute for Refresher Training and Retraining of Education Specialists. The tasks are the following: studying separate questions, themes, sections, not considered at the lessons and lectures; preparing for assistance to the teacher/lecturer; drawing up a plan; taking a test; writing a review, an annotation, a thesis, a synopsis, an abstract, a thematic report, an essay, a project, a course paper and a diploma paper and others.

These are some general recommendations on the execution of the above-mentioned types of task for postgraduates' independent work. The first two are used when preparing for lectures, the others when preparing for seminars and lessons.

**Studying separate questions, themes, sections not considered at the lessons**, but related to the content of the course is one of the tasks for independent work in preparing for the lectures. Questions, themes, sections for independent work are suggested by the teacher/lecturer of a separate discipline. The execu-

tion of this type of task is aimed at making the learners get new information and deepen their knowledge. The results of their study can be presented in the form of a synopsis, an abstract, a report, etc.

**Preparing for assistance to the lecturer** involves a learner's independent study and his following presentation at the lesson of any question of the lecture material, except the introductory and conclusion. Questions for assistance are developed by the lecturer of a scholastic discipline and are offered for discussion among the students. Material for assistance is beforehand given by the student to the lecturer for familiarization and revision. When having difficulties the students can apply for consultation to the lecturer. This type of task allows the student to adopt deeper the material of the studied discipline, systematize the acquired knowledge, gain new knowledge and develop some skills in methods of teaching a certain course.

Performing the tasks for independent work in the process of preparation for seminars and practical lessons is directed at reaching the following goals: deepening, systematization and concrete defining of theoretical knowledge acquired by the student at the lectures; shaping the skills of interpretation and argumentation; production of one's own standpoints towards the understudy; teaching to use the theoretical knowledge in the process of solving practical problems; improvement of the skills to work with first-hand sources; writing plans, theses, synopses, abstracts, annotations, etc.

**Drawing up a plan** presents the execution of the skeletal record (the written verbal registration) of the collection of short worded thoughts-headlines. By the form of the division and record plans can be *simple* and *complex*. The simple plan is a list of points; the complex plan has sub-points to a part or to all main points. The plan of a generalized type reflects the content of the text and is used for recovering in memories the read material, helps to schedule the records.

**Taking a test** expects a written performing of the certain tasks. It is intended for undertaking the current qualification of the students on a determined scholastic discipline. The tests are planned in accordance with curriculums of the re-training course. The tests are conducted upon the completion of a lecture course or its main part. *In-class tests* are conducted according to timetables, *out-of-class tests* are executed by the students in the mid-term period. The test can be differentiated, contain the tasks of the different level which students execute at the option.

**Writing a review** involves preparing a critical written or spoken review about a product of one's activity. In reviews the objective views of the author must be reflected and their unrolled scientifically motivated merit attitude to the leading ideas of the reviewed source must be presented. Writing a review requires the preliminary analysis of the material, a careful study and proper writing



of a review. The review includes: interpretation of the author's views on the key questions of the problem under investigation; the interpretation of the reviewer's attitude to the problem under investigation; the critical estimation of the ideas, conclusions, proofs stated by the author; the findings of the reviewer.

**Writing an annotation** is a short record of the general content of a literary source. It is used in the process of making the list of the used sources under initial familiarization with literature. In annotations the main problems, reflected in the text, opinions, estimations, findings of the author must be fixed. The simple annotation can be formulated even at first-looks through the book, the complex annotation – only after attentive reading.

**Writing a thesis** is executed by means of recoding some positions, reflecting the essence of the text, and the ideas and findings of the author. The short theses can be formed by separations and estimations of the most important positions, generalizing the main content of the text. In unfolded theses these positions are complemented by the main thoughts in the main parts of the text and their estimation. Usually theses are formed in accordance with the plan, but include a vastly greater volume of information. The theses can be presented in the manner of abstract synopsis. For this it is recommended to use the following verbs: (the author)... *analyses, expresses* (the opinion), *proves, states, defines, notes, recommends* and others.

**Writing a synopsis** presents a logically bounded, short record of information, in which the main positions of the firsthand material are presented, which assists for more full assimilation of the material and accustoms to its consequent and clear interpretation. Writing a synopsis can comprise writing plans, extracts, quotations, theses, individual discourses. There are four types of writing a synopsis: *planned, textual, free, and thematic*. The planned synopsis is a consequent interpretation of the read made on the base of the beforehand formed plan. Each question of the plan corresponds to the certain portion of the synopsis. The textual synopsis consists of quotations and fragments of the original text, bound with each other as a chain logical transition. The textual synopsis is reasonable to use at studying the material requiring a benchmark analysis of the standpoints expressed by several authors on the cause of one subject. The free synopsis expects the independent wording of the main positions kept in the literary source and run on the base of the deep comprehension of the material. The thematic synopsis allows all-round studying the problem, analyzing different approaches to one and the same question with the use of several sources.

In a synopsis the main principle positions of the source, the new that the author contributes into the cause, the main methodological positions of the work, arguments, stages, proofs and findings must be reflected. At writing a synopsis it is recommended to leave some margin for contributing some necessary revision,

for expressing one's attitude to the presented material; for selecting the most important, reflecting the internal relationships in the stated material. When writing a synopsis, parts of the text and words which do not carry significant information, are not to be included, unfolded turns of the text are to be changed for more laconic ones.

**Writing an abstract** expects performing the written interpretation of the content of the group of recommended scientific, methodical sources. The abstracts are executed on a separate discipline in accordance with curriculums and schedules of the scholastic process. In an abstract the student must consecutively state its content in a rather packed and clear way and send its content in a greatly compressed and as far as possible a generalized form.

**Writing a thematic report** presents a student's spoken or written interpretation of the main content of the scholastic material on the problem coordinated by the teacher. In a report the information received at the preceding lessons is rendered as concrete and deep. At preparing a thematic report it is recommended to begin with the study of the synopsis of the lecture. Then different standpoints on the problem in scientific literature are analyzed and matched, and the plan of the report is formed. On its purpose the report can be of different types: *a report on the main question, a complimentary report, co-report*. Accordingly to the purpose reports have different structures. Those who give a co-report or a complimentary report must as far as possible avoid the repetitions and correct the plan of their report.

**Writing an essay** is a task of creative nature, requiring defining the author's standpoint on some subjects or phenomena, voiced in a free form. The important peculiarity of the given type of work is concluded in that the students can express their independent judgments on pedagogical facts, events which happened in their private lives, in a free form. They give their own interpretation, argumentation of their position on one or another problem. The essay does not require the plan, but in it there can be found the introduction and conclusion. It is obligatory to have in it a list of the used sources.

**Writing a project** is a task for independent work, specially organized by the teacher and executed by the student. It is a complex of actions, directed at the solution of the problem, having scientifically-practical value and requiring using the mastered knowledge and skills. In the process of performing the project students search for the necessary information; plan their activity working in team or individually; solve some practical problems on the project; generalize the results of their work; prepare and present the report.

**Writing a course paper** is provided by curriculums of all specializations of the refresher course on one of the disciplines. This type of task is aimed at systematization, consolidation and broadening the student's theoretical and practical

knowledge on the studied discipline; at using their knowledge in solving concrete scientific and practical problems. The themes of a course paper reflect the actual problems in modern science and pedagogical practical activity; can be elaborated with due regard for the professional interest and request of the students. The students can choose different levels of thematic complexity of a course paper and after defending their course paper they receive a differentiated mark. A course paper can be a basement for the further scientific research including a diploma paper.

**Writing a diploma paper** is permitted for the students, who showed the abilities in research work, instead of doing the state final exam. Working on a diploma paper is aimed at systematization and consolidation of the knowledge received in the process of learning. The diploma paper should reflect a student's level of erudition, his methodical grounding and management of his professional skills. The theme of a diploma paper must be actual and urgent. It must correspond to the up-to-date state and prospects of the science and practice.

The detailed recommendations on the execution of a course and diploma papers are provided in apart published handbooks [2; 5; 8; 11].

Another principle of maintaining graduate students' independent work is a full organizational-methodical and service provision which includes textbooks, handbooks and methodic materials on subjects, tasks for independent work and methodic recommendations on fulfilling them, didactic materials, tasks for current and thematic self-control, visual aids, special technical equipment. Methodic and service provision should be available for students to work independently both in class and out of class.

Methodic maintenance of students' independent work is advisable to be worked out as teaching-methodic complexes which are widely used nowadays in the supplementary professional educational system. The up-to-day teaching-methodic complex has a number of functions:

- to unite different didactic means in a whole, so as to follow the education and up-bringing aims and tasks;
- to fix and ensure the requirements for the contents of the studied course, for the postgraduates' knowledge, required by the educational standard;
- to function as a device for the systematic-methodic maintenance of the learning process in a certain course;
- to promote the development of students' self-dependence and creativity.

All above-mentioned functions prove that the up-to-day teaching-methodic complex is not only a source of information but a program of students' cognitive activities.

The control of independent work is accomplished by the teacher. The forms of the control can be the following: an oral presentation, discussion, an essay,

a report, an analytical report, a defense of a pedagogical project, a critical article, compiling stimulating materials, a test, a colloquy, an exam. The periodicity should be chosen by the teacher: daily or weekly, on topics, units and modules.

To sum up, the most important purpose of the independent work is to prepare graduate students for further self-education in the chosen professional field, to teach them problem-solving skills and to promote their competitive skills necessary for the development of their professional competence.

## Резюме

В данной статье раскрываются методические основы организации самостоятельной работы в системе дополнительного профессионального образования. Самостоятельная работа является одним из обязательных видов учебной деятельности. Рассматриваются виды самостоятельной работы, условия и этапы ее организации, принципы реализации, методическое и сервисное обеспечение. Представлены виды заданий для самостоятельной работы слушателей: изучение отдельных вопросов, тем, разделов, не рассматриваемых на занятиях; подготовка к ассистированию преподавателю; составление плана; контрольная работа; составление рецензии; составление аннотации; составление тезисов; ведение конспекта; подготовка реферата; подготовка тематического сообщения; написание эссе; выполнение проекта, выполнение курсовой и дипломной работ и др.

## Literature

- [1] Богоявленская А.Е. (2002): *Педагогическое руководство самостоятельной работой и развитием познавательной самостоятельности студентов: Учеб. пособие.* – Тверь: Твер. гос. ун-т, 2002. – 106 с.
- [2] Важник О.Н., Невдах С.И. и др. (2008): *В помощь слушателям Института повышения квалификации и переподготовки кадров: справочник.* – Минск: БГПУ, 2008.– 52 с.
- [3] Жук А.И. (2003): *Активные методы обучения в системе повышения квалификации педагогов: Учеб.-метод. пособие / А.А. Жук, Н.Н. Кошель.* – Минск: Аверсэв, 2003. – 336 с.
- [4] Жук О.Л. (2005): *Педагогические основы самостоятельной работы студентов: Пособие для преподавателей и студентов.* – Минск: РИВШ, 2005. – 112 с.

- 
- [5] *Инструкция об аттестации слушателей учреждений (их подразделений), обеспечивающих повышение квалификации и переподготовку кадров* // Постановление Министерства образования Республики Беларусь «Об утверждении Инструкции об аттестации слушателей учреждений (их подразделений), обеспечивающих повышение квалификации и переподготовку кадров» № 90 от 22.09.2006. – Мн., 2006.
- [6] Лобанов А.П. (2005): *Управляемая самостоятельная работа студентов в контексте инновационных технологий* / А.П. Лобанов, Н.В. Дроздова. – Минск: РИВШ, 2005. – 107 с.
- [7] Невдах С.И. (2006): *Развитие культурологической компетенции студентов педагогического вуза // НОМО LUDENS как отражение национальной культуры и социального варьирования языка: Материалы междунар. науч.-практ. конф., 19-20 апреля 2006 г.* – СПб.: Изд-во «Осипов», – 2006. – С. 105–106.
- [8] Невдах С.И. и др. (2008): *Самостоятельная работа слушателей факультета переподготовки специалистов образования: Методические рекомендации.* – Минск: БГПУ, 2008. – 40 с.
- [9] Сергеенкова В.В. (2004): *Управляемая самостоятельная работа студентов. Модульно-рейтинговая и рейтинговая системы.* – Минск: РИВШ, 2004. – 132 с.
- [10] Цыркун И.И. (2001): *Методические рекомендации по рациональной организации самостоятельной работы студентов.* – Минск: БГПУ, 2001. – 15 с.
- [11] Чечет В.В. (2003): *О научном аппарате психолого-педагогических исследований: Методические рекомендации.* – Минск: БГПУ, 2003. – 36 с.



## **CZEŚĆ III**

LUDZIE NAUKI.

OŚRODKI NAUKOWO-DYDAKTYCZNE





Ryszard Asienkiewicz\*

## Wspomnienie o Profesorze Zbigniewie Drozdowskim w 80 rocznicę urodzin

### Streszczenie

Autor pracy przedstawia sylwetkę Mistrza i Nauczyciela poznańskiej Akademii Wychowania Fizycznego. Współtwórcę polskiej antropologii fizycznej. Człowieka skromnego, oddanego zmysłami i sercem nauce.

**Słowa kluczowe:** twórczość naukowa, dydaktyczna i organizacyjna.



**Fot. 1.** Profesor Zbigniew Drozdowski (25.01.1930–21.09.2004)

Profesor Zbigniew Kazimierz Drozdowski urodził się 25 stycznia 1930 roku w Sierakowie Wielkopolskim. Świadectwo dojrzałości uzyskał w Liceum Ogólnokształcącym w Międzychodzie w 1949 roku. Studia w zakresie antropologii

---

\* Dr hab., prof. Uniwersytetu Zielonogórskiego, kierownik Katedry Wychowania Fizycznego UZ.

odbył w Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu na Wydziale Matematyczno-Przyrodniczym, uzyskując w 1952 roku magisterium z filozofii w zakresie antropologii. W tym uniwersytecie, w 1960 roku doktoryzował się na podstawie dysertacji „Wahania dobowe wzrostu i wagi uczestników obozów szkoleniowych Wyższej Szkoły Wychowania Fizycznego w Poznaniu”. Również w tej samej uczelni habilitował się w 1964 roku na podstawie rozprawy „Morfologiczne podstawy procesów selekcyjnych w Wyższej Szkole Wychowania Fizycznego w Poznaniu na tle sekcji sportowej”. W 1971 roku uzyskał tytuł naukowy profesora nadzwyczajnego, a w 1988 profesora zwyczajnego.

W latach 1950–1952 Zbigniew Drozdowski jako student był asystentem-wolontariuszem w Zakładzie Antropologii Uniwersytetu Poznańskiego. W arkanie antropologii wprowadził Go twórca „polskiej szkoły antropologicznej” prof. Jan Czekanowski, natomiast z zagadnieniami biologii rozwojowej i porównawczej człowieka zapoznał prof. Michał Ćwirko-Godycki. Po ukończeniu studiów, w 1952 roku rozpoczął pracę w Wyższej Szkole Wychowania Fizycznego (późniejszej Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego) w Poznaniu na stanowisku starszego asystenta, przechodząc następnie wszystkie stopnie awansu naukowego, do profesora zwyczajnego włącznie.

Profesor Zbigniew Drozdowski pełnił przez 17 lat zaszczytne funkcje akademickie, począwszy od prodziekana, poprzez dziekana, prorektora i rektora. Przez 34 lata kierował Katedrą Antropologii i Biometrii na Wydziale Wychowania Fizycznego AWF w Poznaniu. Na Zamiejscowym Wydziale Wychowania Fizycznego w Gorzowie Wielkopolskim zorganizował i opiekował się przez 29 lat Pracownią Antropologii i Biometrii. W Uniwersytecie Szczecińskim przez 8 lat kierował Zakładem Antropologii. Rozległe obowiązki uczelniane godził Profesor z zaszczytnymi funkcjami o zasięgu ogólnopolskim: w latach 1971–2004 był członkiem, a następnie przewodniczącym Komitetu Antropologii PAN (1975–1987); był członkiem Rady Głównej Nauki i Szkolnictwa Wyższego i Techniki; członkiem i zastępcą przewodniczącego Rady Głównej Nauki i Szkolnictwa Wyższego; członkiem i przewodniczącym Rady Wyższego Szkolnictwa Kultury Fizycznej; przewodniczącym Komitetu Nauk o Kulturze Fizycznej PAN; przez trzy kadencje był członkiem Centralnej Komisji ds. Tytułu Naukowego i Stopni Naukowych; członkiem licznych towarzystw naukowych (między innymi European Anthropological Association, Polskiego Towarzystwa Antropologicznego, Polskiego Towarzystwa Naukowego Kultury Fizycznej, Polskiego Towarzystwa Biometrycznego, Association of Sport Kinetics, International Academy of Integrative Anthropology), rad redakcyjnych („Wychowanie Fizyczne i Sport”, „Biology of Sport”), komitetów wydawniczych i naukowych („Przegląd Antropologiczny”, „Studies in Physical Anthropology”). W latach 1975–1992 kierował polityką wydawniczą AWF w Poznaniu, pełniąc funkcję

Przewodniczącego Komitetu Wydawniczego Uczelni. Wszystkie te zadania wypełniał Profesor Drozdowski z największą ofiarnością, a przy tym nigdy nie szczędził czasu studentom, doktorantom i młodszym kolegom.

Dorobek naukowy Profesora Zbigniewa Drozdowskiego obejmuje 540 publikacji, z których większość stanowią prace oryginalne (w tym 28 pozycji książkowych o charakterze monograficznym). Prace dotyczą antropologii sportowej, w tym szczególnie morfofunkcjonalnych uwarunkowań i skutków ludzkiej aktywności, biologicznych skutków procesów zachodzących w ludzkiej populacji, chronobiologicznych podstaw aktywności człowieka oraz biologicznych skutków transformacji społeczno-ekonomicznej dokonującej się w krajach Europy Środkowej. Jak pisze prof. Antoni Janusz, najcenniejszą cechą twórczości naukowej Profesora Drozdowskiego jest jej syntetyczny charakter. Skupiał swoje zainteresowania przez 50 lat na zagadnieniach wiążących antropologię z kulturą fizyczną, począwszy od czasów współpracy z Janem Czekanowskim i Michałem Ćwirko-Godyckim (1998).

Profesor Zbigniew Drozdowski prowadził wieloaspektowe badania naukowe, w wyniku których powstają koncepcje i teorie stosowania nauk antropologicznych w zakresie wychowania fizycznego. Upowszechnił w naukach o kulturze fizycznej antropometrię (*Antropometria w wychowaniu fizycznym*), co stało się impulsem rozwijania technik pomiarowych motoryczności człowieka, jako biologicznej właściwości ludzkiego organizmu, stwarzając narzędzia kontroli morfofunkcjonalnych skutków zmiennej aktywności ruchowej człowieka. Następnie, poprzez badania morfofunkcjonalnych uwarunkowań i skutków aktywności ruchowej człowieka powstają takie syntetyczne opracowania jak *Antropologia sportowa. Morfologiczne podstawy wychowania fizycznego i sportu*, *Antropologia a rehabilitacja ruchowa*, *Rytm biologiczny w wychowaniu fizycznym i sporcie*, *Wstęp do teorii wyników sportowego*, z których większość doczekała się wielu wydań.

Praca dydaktyczna była tym obszarem, na którym Profesor Drozdowski najchętniej, najpełniej i najskuteczniej urzeczywistniał swoje dzieło budowy antropologii sportowej we wszystkich jej aspektach, w ramach studiów wychowania fizycznego, turystyki i rekreacji oraz rehabilitacji. Podkreślić należy Jego szczególne osiągnięcia dotyczące autorskich programów dydaktycznych związanych z potrzebami kultury fizycznej (2003).

Profesor Zbigniew Drozdowski w swojej działalności wniósł ogromny wkład w kształcenie absolwentów poznańskiej AWF, licznej kadry nauczycieli akademickich, doktorów, doktorów habilitowanych i profesorów. Ogromną popularnością cieszyły się seminaria doktorskie (858 posiedzeń, które pierwsze prowadził w 1964 roku zrazem z prof. Ćwirko-Godyckim, a ostatnie 10.09.2004 roku), wokół których skupiał Profesor grono swoich uczniów, doktorantów

z różnych ośrodków akademickich Polski, przyszłych pracowników naukowych, czynnych nauczycieli wychowania fizycznego, trenerów oraz zainteresowanych tematyką antropologii sportowej. Stworzył Profesor własną szkołę kształcenia kadry naukowej znanej w Polsce i poza jej granicami. Dla swych najbliższych współpracowników był nie tylko zwierzchnikiem i nauczycielem, ale także przyjacielem, kolegą i wychowawcą. Profesor Zbigniew Drozdowski wypromował 92 doktorów (pierwszym był prof. Eugeniusz Wachowski 23.04.1967 roku, a ostatnim dr Ewa Rębacz 22.04. 2004 roku). Autor prezentowanego wspomnienia był 81 wypromowanym przez Profesora doktorem w zakresie nauk o kulturze fizycznej. Z grona Jego doktorantów – 10 się habilitowało, a 11 zdobyło tytuł naukowy (2004).

Za całokształt osiągnięć naukowych, dydaktycznych i organizacyjnych Profesor Zbigniew Drozdowski został dwukrotnie uhonorowany najwyższą godnością akademicką – tytułem doktora honoris causa przez Senat wrocławskiej AWF 22.11.1998 roku i 15.04.2003 przez Senat Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu.

Promotor, Prof. Wiesław Osiński w laudacji dla Profesora Zbigniewa Kazimierza Drozdowskiego z okazji wręczenia dyplomu doktora honoris causa poznańskiej AWF pisał: „Myślę, że Profesora Zbigniewa Drozdowskiego można i trzeba postrzegać jako dziedzica światłej myśli tych największych uczonych, którzy jeszcze u progu XX wieku w sposób odważny, gorliwy i niestrudzony dowodzili potrzeby tworzenia akademickiego kształcenia i rozwoju badań naukowych na rzecz wprawdzie wychowania fizycznego, a później rehabilitacji ruchowej, sportu, rekreacji i turystyki. Jest Pan, Panie Profesorze, niewątpliwie dzisiaj wielkim autorytetem, jako człowiek nauki, oryginalny i wszechstronny myśliciel, ogarniający różne dziedziny na poziomie najważniejszych uogólnień w naukach o kulturze fizycznej. Podziwiamy Pana, Panie Profesorze, jako znawcę, badacza i współtwórcę polskiej antropologii fizycznej, czynnego w różnych jej obszarach, zatroskanego o etyczne podstawy nauki, świadomego stojących przed cywilizacją i kulturą wyzwań i zagrożeń u początku XXI wieku. W pracy największymi wartościami były dla Profesora: akademicka tradycja, powaga i etos uczelni wyższej. *Honos habet onus*, zaszczyt pociąga za sobą obowiązki – zdaje się myśleć i mówić zawsze Profesor” (2003).

W środowisku antropologicznym i kultury fizycznej Profesor Zbigniew Drozdowski postrzegany jest z szacunkiem i uznaniem za Jego pracowitość, rzetelność, obiektywizm, takt, a nade wszystko za ogromną życzliwość i skromność osobistą.

## **Summary**

### **In Memory of Professor Zbigniew Drozdowski on His 80<sup>th</sup> Birthday**

The author presents the profile of the Master and Teacher of the Academy of Physical Education in Poznań, the co-founder of Polish physical anthropology, a modest man who dedicated his life to science.

**Keywords:** scientific educational and organisational activity.

## **Piśmiennictwo**

- [1] Janusz A.: Doktorat honoris causa AWF we Wrocławiu dla profesora Zbigniewa Drozdowskiego. *Anthropological Review*. Vol. 61, pp. 117–118. Poznań 1998.
- [2] Zbigniew Kazimierz Drozdowski doktor honoris causa Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu. AWF, Poznań 2003.
- [3] Ziółkowska-Łajp E.: Zbigniew Drozdowski (1930–2004). *European Anthropological Association. Newsletter* 2004, nr 74, p. 25.



Ewa Skorupka\*  
Ryszard Asienkiewicz\*\*  
Grażyna Biczysko\*\*\*

## **Działalność naukowa, dydaktyczna i organizacyjna Katedry Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Zielonogórskiego w latach 1999–2009**

### **Streszczenie**

Praca przedstawia osiągnięcia pracowników Katedry Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Zielonogórskiego w latach 1999–2009 w działalności naukowej, dydaktycznej i organizacyjnej. Jest również podziękowaniem współtwórców Katedry, władz uczelni i miasta oraz środowisku sportowemu.

**Słowa kluczowe:** historia, osiągnięcia.

W dniu 25.09.2009 roku odbyło się zebranie pracowników Katedry Wychowania Fizycznego, które stało się okazją do podsumowania działalności jednostki w 10 rocznicę jej istnienia. Jednocześnie złożono podziękowania za zaangażowanie w powołanie, rozwój i kierowanie KWF prof. UZ dr. hab. Józefowi Tarczukowi.

KWF została powołana Uchwałą Senatu Wyższej Szkoły Pedagogicznej im. Tadeusza Kotarbińskiego w dniu 1 lutego 1999 roku jako jednostka naukowo-dydaktyczna w obrębie Wydziału Nauk Pedagogicznych i Społecznych. Po-

---

\* Dr, Katedra Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Zielonogórskiego.

\*\* Dr hab., prof. Uniwersytetu Zielonogórskiego, kierownik Katedry Wychowania Fizycznego UZ.

\*\*\* Dr, Katedra Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Zielonogórskiego.

wstała ona na bazie tradycji kształcenia studentów WSP w zakresie wychowania fizycznego jako drugiego kierunku, a także ścisłej współpracy ze środowiskiem sportowym miasta oraz tradycji sportu akademickiego w Zielonej Górze. Istotny wkład w powołanie i rozwój KWF wniósł ówczesny kierownik Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Wyższej Szkoły Pedagogicznej dr Józef Tatarczuk i jego współpracownicy.

W pierwszych latach funkcjonowania Katedry Wychowania Fizycznego zatrudnionych było czterech etatowych pracowników naukowo-dydaktycznych: dwóch profesorów zwyczajnych – prof. dr hab. Leonard Szymański (pierwszy kierownik KWF) i prof. dr hab. Andrzej Malinowski, dwóch adiunktów oraz pracownicy Studium Wychowania Fizycznego i Sportu oraz Wydziału Nauk Pedagogicznych i Społecznych. Po przejściu na emeryturę prof. L. Szymańskiego, od 2002 roku do 2009 roku funkcję kierownika pełnił prof. UZ dr hab. Józef Tatarczuk, którą przekazał prof. UZ dr. hab. Ryszardowi Asienkiewiczowi.

Od 2007 roku (uchwała Senatu nr 70 z 1 marca 2006 roku) KWF działa w nowych strukturach, kształcąc na kierunku Wychowanie Fizyczne na poziomie licencjackim. Obecnie zatrudnionych jest czterech dr. hab., prof. UZ (Ryszard Asienkiewicz, Piotr Godlewski, Józef Tatarczuk, Anatol Skrypko), 6 doktorów (Grażyna Biczysko, Ewa Skorupka, Michał Bajdziński, Andrzej Mroczkowski, Marek Rokita, Sylwia Baran), 6 pracowników Studium Wychowania Fizycznego i Sportu oraz 25 pracowników Wydziału Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu i 2 pracowników Wydziału Nauk Biologicznych Uniwersytetu Zielonogórskiego.

Pierwsze lata działalności Katedry Wychowania Fizycznego to tworzenie zespołu naukowo-dydaktycznego, nawiązywanie współpracy naukowej z ośrodkami akademickimi w Polsce i poza granicami, wspieranie doktorów do uzyskania samodzielności naukowej w dziedzinie nauk o kulturze fizycznej, zabezpieczanie obiektów sportowych, a także pozyskiwanie przychylności władz miasta, które skutecznie realizował pierwszy kierownik – profesor Leonard Szymański.

Z działalnością Katedry Wychowania Fizycznego, od pierwszych dni jej funkcjonowania, związany był – i niezmiernie zaangażowany – profesor Józef Tatarczuk, który kontynuował zamierzenia poprzedniego kierownika oraz rozwijał dalszą współpracę naukową, dydaktyczną i organizacyjną. Jego zasługą są systematyczne, coroczne badania somatometryczne i sprawności motorycznej młodzieży akademickiej Uniwersytetu Zielonogórskiego oraz innych uczelni w Polsce, w których uczestniczyli profesor Ryszard Asienkiewicz i doktor Artur Wandycz (obecnie reprezentujący Wydział Nauk Biologicznych UZ).

Nieoceniony wkład naukowy, dydaktyczny i organizacyjny w rozwój Katedry Wychowania Fizycznego wniósł prof. zw. dr hab. Andrzej Malinowski, który za namową rektora Wyższej Szkoły Pedagogicznej prof. zw. dr. hab. Hieronima



Szczegóły (orędownika akademickiego kształcenia wychowania fizycznego) przeniósł się z Uniwersytetu Łódzkiego do Zielonej Góry w 1998 roku. Siedmioletni czas pracy Profesora w Zielonej Górze był inspiracją do podjęcia wraz z zespołem pracowników Katedry wieloaspektowych badań naukowych dzieci i młodzieży Ziemi Lubuskiej, których pokłosiem jest monografia *Dziecko Lubuskie* (Wydawnictwo UZ 2005). W 2003 roku ukazała się autorska monografia Profesora *Ontogeneza żuchwy ludzkiej*, a następnie w 2004 r. *Auksologia. Rozwój osobniczy człowieka w ujęciu biomedycznym* (Wydawnictwo UZ). Z inicjatywy profesora Malinowskiego, KWF zrealizowała grant KBN (A. Malinowski, R. Asienkiewicz) „Rozwój szkieletu i proporcji ciała człowieka w okresie płodowym”. Monografia ukazała się pod tym samym tytułem w Uniwersytecie Zielonogórskim w 2006 roku. Największym osiągnięciem naukowym zespołu (A. Malinowski, J. Tatarczuk, R. Asienkiewicz) było uzyskanie przez dwóch pracowników KWF habilitacji (Uniwersytet im. M.W. Łomonosowa w Moskwie, w 2002 i 2003 roku) oraz wydanie książki *Antropologia dla pedagogów* w 2008 roku (Wydawnictwo UZ). Wspólnie z zespołem pracowników Katedry zorganizowana została Międzynarodowa Konferencja Naukowa „Ontogeneza i promocja zdrowia w aspekcie medycyny, antropologii i wychowania fizycznego” w 2000 roku, której pomysłodawcą był profesor Andrzej Malinowski (w tym roku jest organizowana kolejna, pod tym samym tytułem). W dydaktyce, wspólnie z R. Asienkiewiczem, opracował *Schematy do ćwiczeń z anatomii funkcjonalnej człowieka* (cztery wydania: 2000, 2002, 2007, 2010).

W dziejach Katedry były również trudne chwile, zwłaszcza w pierwszych latach funkcjonowania Uniwersytetu Zielonogórskiego, kiedy kierunek Wychowanie Fizyczne nie otrzymał akredytacji Państwowej Komisji. Katedra przetrwała dzięki przychylności ówczesnych władz miasta – Pani Prezydent Bożeny Ronowicz, władz samorządowych, klubów sportowych, a także życzliwości Wydziału Nauk Pedagogicznych (studenci kształcili się w KWF w ramach animacji społeczno-kulturalnej w zakresie: animacja imprez sportowych i rekreacyjnych). Odrodzenie dydaktyki wychowania fizycznego pojawiło się po wyborze na stanowisko rektora prof. zw. dr. hab. Czesława Osekwskiego w 2005 roku.

Główne kierunki badań naukowych i prac rozwojowych realizowanych w Katedrze Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Zielonogórskiego dotyczą:

1. Społecznych i środowiskowych uwarunkowań rozwoju fizycznego i motorycznego dzieci i młodzieży szkolnej Ziemi Lubuskiej.
2. Badania tendencji zmian cech morfofunkcjonalnych dzieci i młodzieży województwa lubuskiego.
3. Badań z zakresu biomechaniki człowieka.
4. Społeczno-środowiskowych uwarunkowań rozwoju biologicznego noworodków Ziemi Lubuskiej.

5. Sprawności motorycznej i zachowań zdrowotnych – pozytywnych i negatywnych – uczniów województwa lubuskiego.
6. Badań z zakresu historii kultury fizycznej.
7. Zachowań prozdrowotnych i stylu życia młodzieży akademickiej Uniwersytetu Zielonogórskiego.
8. Sprawności motorycznej młodzieży akademickiej w ujęciu rytmów sezonowych.
9. Zmian składu ciała młodzieży akademickiej w ujęciu rytmów sezonowych.
10. Społecznych i środowiskowych uwarunkowań kształtowania się postawy ciała dzieci.

Dziesięcioletnia działalność KWF zaowocowała 350 publikacjami (w tym 14 monografii, 100 rozdziałów w wydawnictwach zwartych, 60 artykułów w czasopiśmie, 56 publikacji recenzowanych w wydawnictwach ciągłych, 115 materiałów pokonferencyjnych i 5 prac zbiorowych), licznym udziałem pracowników w konferencjach naukowych, zdobyciem grantu. Do priorytetów związanych z rozwojem kierunku Wychowanie Fizyczne należy zaliczyć uruchomienie II stopnia kształcenia (studia magisterskie uzupełniające) oraz promowanie adiunktów KWF do uzyskania doktora habilitowanego z zakresu nauk o kulturze fizycznej.



Od lewej: dr Michał Bajdziński, prof. UZ dr hab. Ryszard Asienkiewicz, prof. UZ dr hab. Piotr Godlewski, dr Grażyna Biczysko, prof. UZ dr hab. Józef Tatarczuk, dr Marek Rokita, dr Ewa Skorupka, dr Barbara Nieścieruk-Szafrńska, dr Andrzej Mroczkowski, prof. UZ dr hab. Anatol Skrypko

**Wybrane publikacje Katedry Wychowania Fizycznego:****2002**

- Asienkiewicz R., (2002): *Somatic typology of Zielona Góras children*. [w:] *Diagnostika povyboveho systemu. Metody vysetreni, primarni prevence, prostredky pohybove terapie*. Univerzita Palackeho v Olomouci, 7–9.
- Asienkiewicz R., (2002): *Using man components method in auxological research (a study of Zielona Góra's children) children*. [w:] *Diagnostika povyboveho systemu. Metody vysetreni, primarni prevence, prostredky pohybove terapie*. Univerzita Palackeho v Olomouci, 10–13.
- Malinowski A., Tatarczuk J., Asienkiewicz R. (2002): *Ontogeneza i promocja zdrowia w aspekcie medycyny, antropologii i wychowania fizycznego*. Praca zbiorowa pod redakcją. Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra.

**2003**

- Asienkiewicz R. (2003): *Budowa somatyczna studentów i studentek zielonogórskiej WSP na tle środowisk akademickich Polski*. [w:] *Przegląd Naukowy Kultury Fizycznej Uniwersytetu Rzeszowskiego*, z. 1–2, tom VI, 46–53, Rzeszów.
- Asienkiewicz R. (2003): *Factors determining birth weight and length of newborns in Zielona Góra*. [w:] *Biokulturowe uwarunkowania rozwoju, sprawności i zdrowia*. (red.) J. Rodziewicz-Gruhn. WSP w Częstochowie, 23–31.
- Asienkiewicz R. (2003): *Społeczne uwarunkowania poziomu rozwoju fizycznego i motorycznego młodzieży Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Zielonej Górze*. [w:] *Przegląd Naukowy Kultury Fizycznej Uniwersytetu Rzeszowskiego*, z. 1–2, tom VI, 18–23, Rzeszów.
- Asienkiewicz R. (2003): *Zróżnicowanie typologiczne młodzieży zielonogórskiej WSP w świetle metody Heath-Carter*. *Przegląd Naukowy Kultury Fizycznej Uniwersytetu Rzeszowskiego*, z. 3–4, 233–243.
- Asienkiewicz R. (2003): *Соматотипологическая характеристика польской студенческой молодежи (на примере студентов и студенток Зеленогорской Высшей Педагогической Школы)*. *Антропология на пороге III тысячелетия*. Том 2, 592–607 Москва.
- Malinowski A. (2003): *Ontogeneza zuchwy ludzkiej*. Monografia Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra.
- Tatarczuk J. (2003): *Okresowa zmienność wybranych cech morfologicznych i motorycznych studentek WSP*. Wyższa Szkoła Pedagogiczna, Zielona Góra.

## 2004

- Asienkiewicz D., Asienkiewicz R. (2004): *Secular trend of weight and length in Polish newborns (as found in a population of Zielona Góra's newborns)*. Ceska Antropologie, nr 54, 23–25. Olomouc.
- Asienkiewicz R. (2004): *Charaktrystyka typologiczna studentów I roku WSP w Rzeszowie w świetle metody Heath-Carter (ujęcie relatywne)*. [w:] *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, Sectio D, Medicina*. Vol., LIX, Suppl., XIV, Nr 1, 21–25, Lublin.
- Asienkiewicz R. (2004): *Comparative characteristics of somatic build of students of Pedagogical Academy in Bydgoszcz*. [w:] *Sport and Society* (Ed.) J. Kosiewicz, K. Obodyński. Podkarpackie Scientific Society of Physical Culture in Rzeszów. European Association for Sociology of Sport. University of Rzeszów, 191–202.
- Asienkiewicz R. (2004): *Survey of ontogenetic studies on children and teenagers in Poland*. [w:] *Sport and Society* (Ed.) J. Kosiewicz, K. Obodyński. Podkarpackie Scientific Society of Physical Culture in Rzeszów. European Association for Sociology of Sport. University of Rzeszów, 203–218.
- Asienkiewicz R. (2004): *Wykorzystanie metody diagraficznej przy określeniu typu sprawności fizycznej*. [w:] *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, Sectio D, Medicina*. Vol., LIX, Suppl., XIV, Nr 1, 15–20, Lublin.
- Asienkiewicz R., Asienkiewicz D. (2004): *Development and biological standards for Zielona Góra's newborns*. Ceska Antropologie, nr 54, 30–32. Olomouc.
- Asienkiewicz R., Malinowski A., Tatarczuk J., Wandycz A. (2004): *Physical condition of postgraduate students*. Ceska Antropologie, nr 54, 26–29. Olomouc.
- Asienkiewicz R., Tatarczuk J., (2004): *Charakterystyka somatotypologiczna piłkarzy ręcznych (na przykładzie uczestników XXI AMP WSP I FU)*. [w:] *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*. (red.) D. Umiastowska. Uniwersytet Szczeciński, t. 8, 197–202, Szczecin.
- Malinowski A. (2004): *Auksologia. Rozwój osobniczy człowieka w ujęciu biomedycznym*. Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra.
- Malinowski A., Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Wandycz A. (2004): *Characteristics of physical development and body components of a population of postgraduate students-with relation to selected factors*. Ceska Antropologie, nr 54, 109–111. Olomouc
- Malinowski A., Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Wandycz A. (2004): *Charakterystyka somatotypologiczna słuchaczy i słuchaczek studiów podyplomowych w zakresie wychowania fizycznego, w świetle wybranych czynników*. *Przegląd Naukowy Kultury Fizycznej Uniwersytetu Rzeszowskiego*, zeszyt 3–4, tom VII, 189–204.

Tatarczuk J. (2004): *Metodyka wychowania fizycznego. Zagadnienia wybrane*. Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra.

Tatarczuk J., Malinowski A., Asienkiewicz R., Wandycz A. (2004): *Comparative characteristics of somatic profiles and typological structures of post-graduate men students of physical education*. *Ceska Antropologie*, nr 54, 192–194. Olomouc.

## 2005

Asienkiewicz R. (2005): *Akceleracja rozwoju biologicznego noworodków zielonogórskich urodzonych w latach 1986 i 1996*. [w:] *Korekta i kompensacja zaburzeń w rozwoju fizycznym dzieci i młodzieży*. (red.) K. Górniak. Tom I, 176–182. Biała Podlaska.

Asienkiewicz R. (2005): *Spoleczno-środowiskowe uwarunkowania rozwoju biologicznego i motorycznego 15-letnich chłopców i dziewcząt wybranych miast zielonogórskich*. [w:] *Korekta i kompensacja zaburzeń w rozwoju fizycznym dzieci i młodzieży*. (red.) K. Górniak. Tom I, 166–175. Biała Podlaska.

Asienkiewicz R. (2005): *Z badań związków cech somatycznych i sprawności motorycznej dzieci Zielonej Góry*. *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie*. Seria: Kultura Fizyczna. (red.) J. Rodziewicz-Gruhn i E. Małolepszy, z. VI, 119–127.

Kopecky M., Asienkiewicz R. (2005): *Comparison of dynamics of development of physical height, mass and explosive power capacity of lower limbs in boys from the Olomouc region and Zielona Góra*. *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie*. Seria: Kultura Fizyczna. (red.) J. Rodziewicz-Gruhn i E. Małolepszy, z. VI, 129–136.

Malinowski A., Asienkiewicz R. (2005): *Środowiskowe i społeczne uwarunkowania rozwoju fizycznego dzieci szkolnych w okresie pokwitania (na przykładzie chłopców i dziewcząt z Pabianic i Ksawerowa)*. [w:] *Korekta i kompensacja zaburzeń w rozwoju fizycznym dzieci i młodzieży*. (red.) K. Górniak. Tom I, 144–160. Biała Podlaska.

Malinowski A., Asienkiewicz R., Gawryś E. (2005): *Standardy rozwoju biologicznego niemowląt z Poniatowej*. [w:] *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, Sectio D, Medicina*. Vol., LX, Suppl., XVI, Nr 3, 359–364, Lublin.

Malinowski A., Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Stula A., Wandycz A. (2005): *Dziecko Lubuskie*. Monografia Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra.

**2006**

- Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Malinowski A., Wandycz A. (2006): *Charakterystyka porównawcza rozwoju fizycznego dzieci wiejskich województwa lubuskiego i białskopodlaskiego*. [w:] *Uwarunkowania rozwoju dzieci i młodzieży wiejskiej*. (red.) J. Saczuk. ZWWF w Białej Podlaskiej, 100–106.
- Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Wandycz A. (2006): *Body components and morphological features of female students of the Zielonogórski University related to their physical fitness. Movement and Health*. (Ed.) Z. Borysiuk. Opole University of Technology, 63–71.
- Asienkiewicz R., Wandycz A., Stasiak S. (2006): *Spoleczno-środowiskowe uwarunkowania rozwoju biologicznego noworodków sulechowskich*. [w:] *Uwarunkowania rozwoju dzieci i młodzieży wiejskiej*. (red.) J. Saczuk. ZWWF w Białej Podlaskiej, 107–119.
- Malinowski A. (2006): *Rozwój szkieletu i proporcji ciała człowieka w okresie płodowym*. Praca pod redakcją naukową. Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra.
- Malinowski A., Asienkiewicz R. (2010): *Anatomia funkcjonalna człowieka. Schematy do ćwiczeń*. Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra.
- Malinowski A., Asienkiewicz R., Tatarczuk J. (2006): *Typology of women students at Uniwersytet Zielonogorski by means of Health-Carter method*. *Ceska Antropologie*, nr 56, 89–91. Olomouc.
- Malinowski A., Nowak O., Młodziejowski B., Asienkiewicz R. (2006): *Rozwój kości długich kończyn człowieka w życiu płodowym*. [w:] *Rozwój szkieletu i proporcji ciała człowieka w okresie płodowym*. (red.) Andrzej Malinowski. Uniwersytet Zielonogórski, 81–117.
- Tatarczuk J. (2006): *Biospołeczne uwarunkowania rozwoju somatycznego i sprawność motoryczna wybranych grup młodzieży akademickiej*. Monografia Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra.

**2007**

- Asienkiewicz R. (2007): *Ontogenetyczna zmienność rozwoju fizycznego i motorycznego chłopców i dziewcząt w wieku 5–14 lat (na przykładzie populacji dzieci Zielonej Góry)*. Monografia Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra.
- Asienkiewicz R., Tatarczuk J. (2007): *Morphological characteristics and typological profiles of male and female students at Pedagogic Universities*. *Medicina Sportiva* 11 (Supp. 4): 79–89.

- Asienkiewicz R., Tatarczuk J. (2007): *Trend sekularny cech somatycznych i zdolności motorycznych młodzieży akademickiej Zielonej Góry*. Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Ekonomicznej w Warszawie 3 (47), 145–157.
- Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Fechner K. (2007): *Charakterystyka somatyczna pracowników „Zakładu Gedia Poland” w aspekcie wybranych czynników społeczno-bytowych*. [w:] *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, Sectio D, Medicina*. Vol., LXII, Suppl., XVIII, Nr 1, 80–84, Lublin.
- Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Wandycz A. (2007): *Motor fitness of soldiers as affected by socio-environmental factors*. [w:] *Biosocial effects of military service as a basis for further improvement of future physical education and sports programmes*. (Ed.) M. Sokołowski. AWF, Poznań, 15–20.
- Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Wandycz A. (2007): *Normy wskaźnika wagowo-wzrostowego populacji dzieci i młodzieży Ziemi Lubuskiej*. Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Seria: Kultura Fizyczna. (red.) J. Rodziewicz-Gruhn i E. Małolepszy, z. VII, 81–87.
- Malinowski A., Asienkiewicz R. (2007): *Anatomia funkcjonalna człowieka. Schematy do ćwiczeń*. Uniwersytet Zielonogórski. Zielona Góra.
- Mroczkowski A. (2007): *Pedagogiczne aspekty uprawiania aikido przez dzieci*. Rocznik Naukowy Ido – Ruch dla Kultury. Vol. 7, s. 103–107.
- Mroczkowski A. (2007): *The change of pelvis placement at children under influence of aikido training*. Archives of Budo, nr 3, s. 1–6.
- Mroczkowski A. (2007): *Wpływ sił rotujących kręgi na powstawanie patologicznych krzywizn kręgosłupa*. Fizjoterapia Polska, vol. 7 nr 1, 80–86.
- Mroczkowski A. (2009): *Wpływ ustawienia miednicy na zmiany postawy ciała*. Fizjoterapia Polska, vol. 9 nr 3, s. 258–265.
- Skorupka E., Asienkiewicz R. (2007): *Zachowania zdrowotne dzieci w wieku wczesnoszkolnym wpływające na kształtowanie się postawy ciała Zielonogórskiego*. [w:] *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, Sectio D, Medicina*. Vol., LXII, Suppl., XVIII, Nr 7, 260–264, Lublin.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R., Wandycz A. (2007): *Correlation between selected motor abilities, physiological parameters, and the selected somatic features in university students*. *Medicina Sportiva* 11 (Supp.4): 71–78.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R., Wandycz A. (2007): *Wiek menarche w zależności od warunków środowiskowych i wybranych czynników społecznych*. [w:] *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*. (red.) D. Umiastowska. Uniwersytet Szczeciński, PTNKF, t. 11, część druga, 123–128, Szczecin.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R., Wandycz A. (2007): *Współzależność pomiędzy wybranymi parametrami somatycznymi i zdolnościami motorycznymi wśród studentów Uniwersytetu Zielonogórskiego*. [w:] *Annales Universitatis Ma-*

- riae Curie-Skłodowska, Sectio D, Medicina. Vol., LXII, Suppl., XVIII, Nr 6, 328–332, Lublin.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R., Wandycz A. (2007): *Związki korelacyjne pomiędzy cechami morfologicznymi i wybranymi komponentami ciała a sprawnością fizyczną młodzieży akademickiej Uniwersytetu Zielonogórskiego*. Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Ekonomicznej w Warszawie 3 (47), 173–189. *Fizjoterapia Polska*. 2009, vol. 9 nr 3, s. 258–265.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R., Wandycz A. (2008): *Charakterystyka wskaźnika smukłości populacji dzieci i młodzieży Ziemi Lubuskiej w wieku 7–18 lat*. [w:] *Dobrostan w różnych fazach życia*. (red.) G. Olchowiak. Wydawnictwo NeuroCentrum w Lublinie, 131–151.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R., Wandycz A. (2008): *Relations between motor abilities and selected environmental and social factors*. [w:] *Societal and environmental Health and wellness risks*. (ed.) H. Karakuła. Wydawnictwo NeuroCentrum w Lublinie, 355–367.
- Tatarczuk J., Skorupka E. (2008): *Children's health awareness among parents and the body posture parameters of young school-children*. [w:] *Wellness in different phases of life*. (red.) G. Olchowiak. Wydaw. NeuroCentrum, Lublin, 195–208.
- Wandycz A., Asienkiewicz R., Kordel I. (2008): *Poziom rozwoju fizycznego młodzieży akademickiej Uniwersytetu Zielonogórskiego w świetle wybranych czynników społeczno-bytowych (na przykładzie studentów niestacjonarnych)*. [w:] *Dobrostan w różnych fazach życia*. (red.) G. Olchowiak. Wydawnictwo NeuroCentrum w Lublinie, 153–164.
- Wandycz A., Asienkiewicz R., Skorupka E., Kordel I., Józwiak P. (2008): *Środowiskowe uwarunkowania wieku menarche zielonogórskich gimnazjalistek*. [w:] *Dobrostan w różnych fazach życia*. (red.) G. Olchowiak. Wydawnictwo NeuroCentrum w Lublinie, 165–174.

## 2008

- Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Kordel I. (2008): *Charakterystyka typologiczna studentów I roku Pedagogiki w świetle metody Heath-Carter (na przykładzie rzeszowskiej WSP)*. [w:] *Zdrowie młodzieży akademickiej: osiągnięcia teorii i praktyki kultury fizycznej we współczesnym życiu*. Mińsk, 44–49.
- Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Śliwa-Olszewska M. (2008): *Rozwój fizyczny i motoryczny dzieci wolsztyńskich w wieku 7–9 lat*. [w:] *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*. (red.) D. Umiastowska. Uniwersytet Szczeciński, PTNKF, t. 12, 349–358, Szczecin.



- Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Wandycz A. (2008): *Typological description of first-year men students at Wyższa Szkoła Pedagogiczna of Rzeszów – using Heath-Carter method*. *Ceska Antropologie* 58/2, 12–14. Olomouc.
- Godlewski P. (2008): *Igrzyska olimpijskie w dokumentach KC PZPR (pion ideologiczno-propagandowy i administracyjno-społeczny)*. [w:] *Społeczno-edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu. Wychowanie fizyczne i sport dzieci wiejskich i w małych miastach*. (red.) J. Chełmecki, tom. II, Warszawa, 171–184.
- Godlewski P. (2008): *Nadzór polityczny nad prasą sportową w Polsce (1945–1956)*. [w:] *Magia sportu i słowa*. (red.) A. Dobrowolska, M. Szczerbiński, G. Wieczorek. Tom studiów dedykowany redaktorowi Bogdanowi Tomaszewskiemu. Gorzów Wlkp., 153–169.
- Godlewski P. (2008): *Niebezpieczeństwo podróżowania (w dawnych czasach)*. [w:] *W kręgu humanistycznej refleksji nad turystyką kulturową*. (red.) M. Kazimierczak. Poznań, 112–130.
- Godlewski P. (2008): *O miejscu badań historii sportu w nauce*. [w:] *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*. (red.) L. Nowak. Gorzów Wlkp, tom VIII, 12–17.
- Malinowski A., Tatarczuk J., Asienkiewicz R. (2008): *Antropologia dla pedagogów*. Monografia Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R. (2008): *Sprawność motoryczna i wydolność fizjologiczna studentek Uniwersytetu Zielonogórskiego w ujęciu rytmu menstruacyjnego*. [w:] *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*. (red.) D. Umia-stowska. Uniwersytet Szczeciński, PTNKF, t. 12, 374–380, Szczecin.

## 2009

- Asienkiewicz R., Skorupka E., Tatarczuk J., Wandycz A., Bajer T. (2009): *Somatic features of conscript soldiers as affected by certain social and environmental factors*. [w:] *Contemporary tasks, problems and perspectives of physical education in the army*. (Ed.) M. Sokołowski. Polish Scientific Physical Education, Association Section of Physical Education in the Army. Warszawa, 269–278.
- Godlewski P. (2009): *Problem amatorstwa państwowego w sporcie w okresie PRL*. [w:] *Społeczno-edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu*. (red.) J. Chełmecki. Warszawa, 234–246.
- Godlewski P. (2009): *Proces upolitycznienia sportu w PRL*. [w:] *Z dziejów sportu i turystyki*. (red.) T. Jurek, K. Obodyński, S. Zabornia. Rzeszów, 149–162.
- Godlewski P. (2009): *Upolitycznienie sportu*. [w:] *Sport i polityka w dwudziestowiecznych państwach totalitarnych i autorytarnych. Sport w służbie PRL*.

- (red.) T. Gąsowski, S. Bielanski. *Studia z Historii XX wieku*, tom VII. Uniwersytet Jagielloński, 28–48.
- Mroczkowski A. (2009): *The use of biomechanics in teaching aikido*. [w:] *Human Movement*, vol. 10, nr 1, 31–34.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R. (2009): *Charakterystyka porównawcza cech somatometrycznych, proporcji ciała, wielkości otluszczenia i wieku menarche młodzieży akademickiej bylej Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Rzeszowie na tle uczelni w Polsce*. [w:] *Problemy kultury fizycznej i zdrowotnej w ujęciu holistyczno-humanistycznym*. (red.) W. Cynarski, W. Bajorek. Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów, 176–193.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R., Wandycz A. (2009): *Charakterystyka wybranych cech morfologicznych oraz ich związki korelacyjne ze zdolnościami motorycznymi studentek*. [w:] *Akademicka kultura fizyczna na przełomie wieków*. Tom III. *Sprawność fizyczna*. (red.) E. Zadarko, Z. Barabasz. Uniwersytet Rzeszowski, Rzeszów, 39–60.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R., Wandycz A. (2009): *Examples of correlation between motor abilities and selected morphological parameters in students at University of Zielona Góra*. [w:] *Somatic development, physical fitness and health status of rural children and adolescents*. (ed.) H. Popławska. Faculty of Physical Education in Biała Podlaska, 141–160.
- Tatarczuk J., Asienkiewicz R., Wandycz A., Sułkowski B. (2009): *Z badań związków parametrów morfologicznych z wybranymi zdolnościami motorycznymi w grupie studentek*. [w:] *Dobrostan i powodzenie*. (red.) K. Turowski. Wydawnictwo NeuroCentrum w Lublinie, 393–427.

## Summary

### **Scientific Educational and Organisational Activity of Physical Education Department, University of Zielona Góra between 1999 and 2009**

The paper presents the scientific, educational and organisational achievements of the employees of Physical Education Department, University of Zielona Góra. It is also acknowledgement to the founders of the Department, university authorities, town authorities and sports environment.

**Keywords:** history, achievements.

# **CZĘŚĆ IV**

**VARIA**



Norbert Urbainsky\*  
Małgorzata Woltmann-Żebrowska\*\*

## Über psycho-physiologische Wechselbeziehungen von Musik und Bewegung

### Zusammenfassung

Der Artikel schildert die gegenseitigen Wechselwirkungen im Bereich der Musik und der Bewegung, ihre Einflüsse auf die Motorik und Bewegungskoordination, wie auch auf einige Organe des menschlichen Organismus, vor allem auf die Hirnrinde und das Hörapparat.

**Hauptworte:** Musik, Körpererziehung, Sport, Bewegung

Schon in den 20er Jahren des letzten Jahrhunderts begann man nach den psycho-physiologischen Grundlagen zu fragen, die das Problem der Wechselbeziehungen von Musik und Bewegung durch die Neurowissenschaften beleuchten sollten.

Während in den letzten 50 Jahren die Sportwissenschaften auf dem Gebiet der Motorik große Fortschritte gemacht haben, fanden bisher neurowissenschaftliche Studien in der Musikwissenschaft und Musikpädagogik nur eine geringe Resonanz und vereinzelte Ansätze (Kwasnicowa, Z. 1952, Teichert, J. 1954, Hohler, V. 1955, Spickowa, M. 1955, Prochazka, Z. 1956, Herold, W. 1956, Urbainsky, N. 1957)<sup>1</sup>.

---

\* Prof. dr, prof. w Instytucie Badań Zdrowia, Porad Zdrowia i Prewencji, Bochum.

\*\* Dr, adiunkt w Zakładzie Pedagogiki Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu.

<sup>1</sup> Z. Kwasnicowa, *Programm der Bewegungen mit Musik und des Volkstanzes für die Hochschule für Körperkultur*, Warschau 1955 und über die gegenseitige Abhängigkeit von Musik und Be-

Die Schwierigkeiten solcher Untersuchungen sind das Problem, die Wechselbeziehungen von Musik und Bewegung als eine Einheit zu erforschen und darzustellen. Da das Wirken der Einzelreaktionen untereinander vom Gesamtsystem abhängig ist, sollten nicht nur die Einzeltätigkeiten, z.B. die des COR-Tischen Organs, des Rückenmarks oder des Cortex aufgezeigt werden, sondern die Verbundenheit aller einzelnen Reaktionen und Systeme untereinander.

Die engen Beziehungen zwischen Musik und Bewegung hatten bisher einen mehr oberflächlichen Charakter bei der Beschreibung aller Phänomene. Sie lassen sich aus der wesensverwandten Struktur ihrer Elemente erklären. Man spricht nicht nur von körperlicher, sondern auch von musikalischer Bewegung. Solche Erscheinungen in der Musik wie Tempo, Rhythmus, Dynamik, Formgebung, Harmonik u.a. spiegeln sich auch in der körperlichen Bewegung wider (Komauer, B. 1952, Truslit, A. 1950)<sup>2</sup>.

In den 80er und 90er Jahren des letzten Jahrhunderts sind zusätzliche Untersuchungen als Forschungsschwerpunkte zum Musikhören dazugekommen. Als Messverfahren werden zunächst die Elektroenzephalographie (EEG) eingesetzt. Heute mißt man Gehirnprozesse beim Musikhören und weitere musikalische Aktivitäten zur Ermittlung funktioneller und struktureller Veränderungen im Gehirn, die mit Musikhören verbunden sind, mit neuen, verbesserten Apparaten; meistens sind das Kombinationen von Messverfahren<sup>3</sup>.

Interessant sind zunächst Fragestellungen zu klären, die eine Dominanz einer oder beider Gehirnhälften, bzw. die Lokalisierung von Gehirnaktivitäten, Auswirkungen auf Wachheits- und Aufmerksamkeitszustände, emotionale Reaktionen, Unterschiede zwischen Musikern und Nichtmusikern, Sportlern und Gelegenheitssportlern, nachweisen. Weiter könnte die Aufschlüsselung musikspezi-

---

wegung, Warschau 1952; Z. Prochazka, *Laufende Untersuchungen am Institut für Körperkultur und Sport in Prag* 1956; M. Spickowa, *Über die Aufgaben der Musik und der Bewegung in der Rhythmik*, „Telesne Vychova Mladeze“ 1955, Heft 5; V. Hohler, *Die Musikbegleitung bei gymnastischen Übungen*, „Teorie a Praxe Telesne Vychova a Sportu“ 1955, Heft 8; J. Teichert, *Die Verwendung von Musik in der Gymnastik*, „Theorie und Praxis der Körperkultur“ 1954, Heft 8; W. Herold, *Verwendung und Gestaltung von Musik zu gymnastischen Grundformen*, „Gymnastik und Turnen“ 1956, Heft 6; N. Urbainsky, *Psycho-physiologische Wechselbeziehungen von Musik und Bewegung*, unveröffentl. Dipl.-Arbeit, Weimar 1957.

<sup>2</sup> B. Komauer, *Die Beziehungen zwischen Musik und Bewegung*, „Leibesübungen und Leibeserziehung“, Heft 6, Wien 1952; A. Truslit, *Musik und Bewegung*, „Schweizerische Musikzeitung“, Heft 1, Zürich 1950.

<sup>3</sup> Gehirnaktivitäten werden gemessen durch:

- Verfahren zur Erfassung von magnetischen und elektrischen Feldern, die durch neuronale Aktivitäten entstanden sind (MEG u. EEG)
- Verfahren zur Registrierung des lokalen Blutflusses, der durch neuronale Erregungszustände ausgelöst wird (PET (Positronen-Emissions-Tomographie) u. MRT (Magnetresonanztomographie), bzw. fMRT (funktionelle Magnetresonanztomographie)).

fischer Teilaspekte (z.B. Melodie, Rhythmus, Dynamik, Harmonie, Formen), sowie musikalische Lernvorgänge, auch in Verbindung mit Bewegungen und ihrer Strukturen, bei Forschungen eine Rolle spielen.

Teilergebnisse sind bei Musikern und Nichtmusikern bei durchgeführten Studien vorhanden, die darauf hinweisen, dass bei Musikern (auf Grund ihrer langjährigen musikalischen Tätigkeiten) eine Vergrößerung des Großhirnareals erfolgt ist, das für das Aufnehmen von Tönen verantwortlich ist (Pantev et. al. 1998)<sup>4</sup>.

Weitere Annahmen, die noch weiter gehen in der Bestimmung lokaler Cortexregionen, zeigen ein nicht einheitliches Verständnis dieser Fragestellungen: Sie beinhalten, dass das Hören von Musik bei Musikern mehr in der linken Gehirnhälfte stattfindet und sich vorwiegend analytisch vollziehe, während die Wahrnehmung von Musik bei Nichtmusikern meistens in der rechten Gehirnhälfte lokalisiert wird und mehr emotional bestimmt sei (Damasio/Damasio 1977, Hirshkowitz et al. 1978, Peretz/Babai 1992, Messerli et al. 1995, Vollmer-Haase et al. 1998)<sup>5</sup>.

Wie wird Musik im Gehirn aufgenommen und verarbeitet? Bei der Übermittlung und Leitung nervaler Erregungen sind hauptsächlich die Nervenzellen mit ihren Fortsätzen beteiligt, einschließlich der Glia und der mesodermalen Zellen. Man nimmt an, dass die Nervenfasern am meisten beansprucht werden, während die Zellkörper bei der Erregung sich wohl nicht anders verhalten als die Dendriten und Neuriten (Axone). Jede lebende Zelle besitzt die Fähigkeit, die durch Reize hervorgerufenen Veränderungen auf andere Zellabschnitte weiterzuleiten. Für die Aufnahme der Reize sind normalerweise typisch gebaute Organe (Rezeptoren) verantwortlich. Weiter werden alle nervalen Tätigkeiten auch von elektrischen Erscheinungen begleitet. Die Neurone werden wahrscheinlich außer ihrer Hauptaufgabe, der Erregungsvermittlung, keine andere Aufgabe haben; wenigstens tritt diese Funktion im physiologischen Versuch auffällig hervor.

---

<sup>4</sup> Ch. Pantev et al., *Increased Auditory Cortical Representation in Musicians*, „Nature“ 1992, s. 811–814.

<sup>5</sup> A.R. Damasio, H. Damasio, *Musical Faculty and Cerebral Dominance*, [in:] *Music and the Brain*. Hrsg.: Macdonald Critchley und Henson, R.A. London: Heinemann, W., s. 141–155 (1977); M. Hirshkowitz et al., *EEG Alpha Asymmetry in Musicians and Non-Musicians: A Study of Hemispheric Specialization*, „Neuropsychology“ 16, s. 125–128 (1978); I. Peretz, M. Babai, *The Role of Contour and Intervals in the Recognition of Melody Parts: Evidence from Cerebral Asymmetries in Musicians*, [in:] EEG-EMG-Zeitschrift in: „Neuropsychologia“ 30, s. 277–292 (1992); P. Messerli et al., *Hemispheric Dominance for Melody Recognition in Musicians*, „Neuropsychologia“ 33, s. 395–405 (1995); J. Vollmer-Haase et al., *Hemispheric Dominance in the Processing of J.S. Bach Fugues: A Transcranial Doppler Sonographie (TDC) Study with Musicians*, „Neuropsychologia“ 38, s. 857–867 (1998).

Häufig wird in der psychologischen Literatur der Rezeptor gleich Sinnesorgan gesetzt. Bei einer Sinnesempfindung handelt es sich immer um ein psychisch bewußtes Erlebnis, während es doch auch Erregungen der so genannten visceralen Rezeptoren gibt, die sich unterhalb einer Bewußtseinssphäre abspielen. Auf der anderen Seite werden aber auch die Rezeptorfunktionen bei Sinnesempfindungen nicht voll ausgelastet. Die Sinnesempfindungen sind also nicht die unmittelbaren Folgen einer Rezeptortätigkeit. Es ließe sich vielleicht klären, inwieweit ein Rezeptorreiz eine Sinnesempfindung hervorruft, wenn der *vorherige* Zustand des Zentralnervensystems, vielleicht sogar der des gesamten Organismus, berücksichtigt würde.

Im allgemeinen unterscheidet man zwischen Exterorezeptoren und Interorezeptoren, je nachdem, wo dieselben lokalisiert sind; ob auf der Oberfläche des Organismus oder ob sie Rezeptoren der Gefäße, der inneren Organe und Skelettmuskeln sind. Die akustischen Rezeptoren rechnet man zu den Exterorezeptoren, während die kinästhetischen zu den Interorezeptoren zählen. Von allen Rezeptoren führen afferente nervale Fasern ins Körperinnere bzw. zum Zentralnervensystem. Dass eine Erregung, die einen gewissen Weg zurückgelegt hat nicht zum Rezeptor zurückfließt, liegt wohl an der absoluten Refraktärphase<sup>6</sup>. Man nimmt an, dass in jeder ableitenden Nervenfasern eine Impulsserie entsteht, da die Nervenendigungen jedes Rezeptors gleichfalls Impulse aussenden. Die Frequenz dieser Impulse ist umso höher, je mehr Nervenendigungen durch einen Reiz erregt werden. Die Weiterleitung dieser Reize und die Vervollständigung dieser Funktionen nennt man Analysator. PAWLOW bezeichnet als Analysator die funktionelle Einheit von Nerven-elementen, die einer bestimmten höchsten Form der Analyse und Synthese der Umweltreize, die des äußeren und inneren Milieus, zugrunde liegt.

Der Analysator besteht aus drei Abschnitten; dem peripheren Teil (Rezeptor), dem afferenten Zweig (einschließlich der Nervenzellen der medulla spinalis, der medulla oblongata und des Zwischenhirns) und dem corticalen oder dem zentralen Teil, in dem sich die höhere Analyse und Synthese vollzieht (Projektor). Nach der Art der Rezeptoren werden auch ihre Analysatoren benannt (Höranalysator, Sehanalysator, Bewegungsanalysator u.a.). Der Analysator ist also nicht nur für die Aufnahme einzelner Reize verantwortlich, sondern auch für die Weiterleitung und Verarbeitung derselben, sowie für die Lokalisierung und Wechselwirkung eines Erregungsprozesses im Zentralnervensystem. Versuche über die biologischen Vorgänge der Rezeptoren sagen noch nichts über die Funktion der Analysatoren aus, über den Vorgang der Bewegung und des

---

<sup>6</sup> Wenn durch ein Neuron gerade eine Erregung fließt, dann ist es selbst unerregbar.



Hörens. Erst durch die einzelnen Wechselbeziehungen im Cortex kommt eine Funktion zustande.

## **Über den Gehöranalysator**

Eine wesentliche Rolle bei der Ausführung von Bewegungsgewohnheiten spielt neben dem Sehorgan vor allem das Hörorgan. Das Einwirken der Musik auf den Gehöranalysator ist nicht zuletzt auf einen „komplexen Analysator“ – bei der Ausprägung des „rhythmischen Gefühls“ – zurückzuführen. Das CORTISCHE Organ ist dabei der wichtigste Träger rezeptorischer Funktionen im Ohr. Dort sind die peripheren Fortsätze bipolarer Ganglienzellen des Ganglion spirale cochleae, die Nervenfasern der Sinneszellen des CORTISCHEN Organs. An der Wurzel der Lamina spiralis ossea ist dieses Ganglion zu finden, während im Modiolus die zentralen Fortsätze zum Nervus cochlearis zusammengefasst werden.

Neue Untersuchungsergebnisse zeigen (Max Planck Institute of Cognitive Neuroscience, 2001)<sup>7</sup>, dass jede periphere Nervenfasern mehrere innere und äußere Haarzellen innerviert, auf der anderen Seite versorgt aber auch mehr als eine Nervenfasern die einzelnen Haarzellen. Es ist deshalb sehr wahrscheinlich, dass den nächstgelegenen Ganglionabschnitten nicht unbedingt die Innervationsquellen der Haarzellen zuzuschreiben sind.

Treffen nun longitudinale Luftschwingungen zwischen 16 und 20 000 Hz als adäquate Reize auf die Rezeptoren des CORTISCHEN Organs, so erfahren die den Reizen zugrunde liegenden physikalischen Vorgänge, bevor sie auf die Rezeptoren treffen, bestimmte Umwandlungen. Es werden also wahrscheinlich nicht die Luftschwingungen selbst sein, sondern die durch Luftschwingungen veranlaßte Gewebsveränderungen im CORTISCHEN Organ, die die Gehörrezeptoren in Tätigkeit versetzen. Die Schallwellen gelangen nur bis zum Trommelfell. Die Eigenschwingungen des Trommelfells gelangen dann über die Gehörknöchelchen zur Endolymphe, so dass man annehmen muß, dass die Haarzellen des CORTISCHEN Organs durch die Schwingungen der Endolymphe gereizt werden. Es könnte aber auch sein, dass die Sinneshaare nicht durch die Schwingungen der Endolymphe gereizt werden, sondern dass sie zunächst die Membrana tectoria oder die Basilarmembran bewegt und dass dadurch die Haarzellen gereizt werden.

Im Folgenden werden die Hörbahnen beschrieben: Wie schon erwähnt, laufen zunächst alle afferenten Fasern durch die Interzellularräume (NUELSCHER

---

<sup>7</sup> Max Planck Institute of Cognitive Neuroscience, Leipzig 2001: „Spiegelbild der Sprache – Neurokognition von Musik“.

Raum und Tunnel) des CORTI'schen Organs, weiter durch die Lamina spiralis ossea zu den Ganglienzellen des Ganglion spirale. Von dort aus suchen sich die zentralen Fortsätze der bipolaren Ganglienzellen den Weg zum Modiolus, wo sie sich sammeln und ihn als Nervus cochlearis verlassen. Die Fasern, die nun in der Nähe der Basis liegen, verlaufen verhältnismäßig gradlinig; während die Fasern, die basalwärts zu finden sind, spiralförmig weitergehen – aber in entgegengesetzter Richtung. Die Fasern des Nervus cochlearis, die zentralwärts liegen, bilden mit dem Nervus vestibularis den VIII. Hirnnerv, der nun senkrecht in das Mittelhirn eindringt. Die Nerven des Nervus cochlearis werden hier geteilt, und zwar endigt ein Teil in der Nervensubstanz des Nucleus cochlearis, der andere im Nucleus cochlearis ventralis.

Die Fasern der sekundären Hörbahn verlaufen in zwei verschiedene Richtungen; die Fasern aus dem dorsalen Nervenkerne laufen dorsalwärts bis zur Mittellinie des Corpus restiforme und stoßen dann zu den Fasern des Lemniscus lateralis der anderen Seite, während die Fasern des ventralen Kernes über die Mittellinie hinweggehen und mit den Fasern der anderen Seite den Trapezoidkörper bilden. Die Fasern laufen nun weiter vom Corpus quadrigeminum caudale des Mittelhirns zum Corpus geniculatum mediale des Zwischenhirns. Das Corpus geniculatum kann man auch als primäres subcorticales Hörzentrum bezeichnen. Genauso wie das Corpus geniculatum laterale ist es ein Thalamusteil und eigentlich ein Vorsprung des Pulvinars. Es besitzt einen dorsalen und ventralen Kern, der eine großzellig, der andere kleinzellig. Die zentralwärts strebenden Hörfasern enden im medialen Kniehöcker, die alle aus dem unteren Vierhügel und den lateralen Schleifen stammen. Den letzten Teil der zentralen Hörbahn nennt man Hörstrahlung, der im inneren Kniehöcker beginnt und in den HESCHI'schen Querwindungen des Temporallappens endigt.

## **Die psychisch-subjektive Seite des Hörvorgangs**

### **Die Gehörempfindung**

Nachdem der Analysator als der anatomisch-physiologische Apparat des Gehörs beschrieben wurde, muß auch auf die psychischen Prozesse eingegangen werden und zwar auf den einfachsten Prozeß, die Empfindung. Die Empfindungen geben uns Aufschluß über alle unsere Kenntnisse der Welt und sind die Grundlagen für andere, höhere Erkenntnisprozesse, die Wahrnehmungen und Vorstellungen. Sie geben uns Auskunft über bestimmte Eigenschaften unserer Umwelt und sind die Quelle der Kenntnisse über Vorgänge und Veränderungen im eigenen Körper. Alle Empfindungen sind von der Leistung des Nervensystems abhängig, von der Arbeitsfähigkeit der Rezeptoren, der afferenten Fasern

und den jeweilig verantwortlichen Großhirnabschnitten. Wird ein Teil dieses Analysators zerstört, so fallen die entsprechenden Empfindungen aus.

Außer den Empfindungen, die die Eigenschaften einzelner Erscheinungen und Dinge außerhalb von uns widerspiegeln, gibt es noch Empfindungen, die uns über die eigene Bewegung und über den Zustand der inneren Organe aufklären. Die Gehörsempfindung zählt man zur ersten Gruppe. Den psychischen Inhalt der Gehörsempfindung geben in erster Linie die Tonstärke, die Tonhöhe und das Timbre (Klangfarbe). Zur Tonstärke wäre zu sagen, dass sie abhängig von der Amplitude der Schwingung ist, die Tonhöhe wiederum ist auf die Anzahl der Schwingungen in der Sekunde angewiesen (Frequenz), während das Timbre die Widerspiegelung der Schwingungsform darstellt.

Aber nicht alle Reize, die auf die Gehörrezeptoren treffen, rufen Empfindungen hervor<sup>8</sup>.

Um eine Empfindung entstehen zu lassen, muß eine bestimmte Intensität des Reizes vorhanden sein. Wir haben es hier bei unserem Beispiel mit einer Minimalintensität eines Reizes, der gerade noch eine Empfindung liefert, zu tun (absolute Empfindungsschwelle). Treten einige Zeit lang genügend starke Reizerreger auf, die auf das Gehör wirken, so kommt es zu einer gewissen Abnahme der Reizempfindlichkeit; fehlen aber diese Reizerreger oder sind sie sehr schwach, dann vergrößert sich die Reizempfindlichkeit (Adaption). Die Adaption der Gehörsempfindungen ist unbedeutend, wenn ein Ton längere Zeit anhält, die Empfindung aber nicht aufhört. Allerdings gibt es bei der Aufnahme gewisser Reize einen Umstand, der der Adaption sehr ähnelt: Man gewöhnt sich z.B. sehr bald an das Rauschen eines Baches und „hört“ ihn später nicht mehr, oder an die Musik des Radios und „hört“ sie auch später nicht mehr.

Bei diesem Beispiel handelt es sich nicht um das Schwächerwerden der Empfindung, sondern um eine Richtungsänderung der Aufmerksamkeit. Richten wir dieselbe dem Reizobjekt wieder zu, so wird der Reiz maximal wieder erfaßt.

Werden an das entsprechende Sinnesorgan keine Anforderungen gestellt, nimmt die Reizempfindlichkeit ab; umgekehrt nimmt die Reizempfindlichkeit zu, wenn man also das Gehör „trainiert“: d.h. nur im Prozeß des Gebrauchs, wird z.B. ein musikalisches Gehör ausgebildet. Nicht nur bei Musikern trifft man eine bemerkenswerte Feinheit des Gehörs an, sondern auch bei Blinden, die besondere Unterschiede der Reizerreger wahrnehmen.

---

<sup>8</sup> Z.B. das Ticken einer Armbanduhr wird aus größerer Entfernung nicht mehr wahrgenommen. Töne mit einer sehr hohen Frequenz, die Hunde noch hören können, kann der Mensch nicht hören.

### **Die Gehörswahrnehmung und – vorstellung**

Bei dem psychischen Prozeß der Wahrnehmung handelt es sich um einen Übergang von der Empfindung zum *Denken*; ein Prozeß, der einen wesentlichen Beitrag zum Problem „Musik und Bewegung“ leistet. Die Wahrnehmung kommt also dem Denken näher, da sie gegenüber der Empfindung die Umwelt besser (manchmal vollständiger) widerspiegelt. Sie ist ein psychischer Prozeß, der ein kompliziertes Abbild der Gegenstände und Erscheinungen der objektiven Welt darstellt und nicht nur einzelne Eigenschaften und Besonderheiten widerspiegelt.

Die Wahrnehmung entsteht also auf Grund einzelner Empfindungen, die wiederum durch die Einwirkung bestimmter Reizerreger auf unsere Sinnesorgane entsteht, wobei eine ganze Anzahl von diesen Reizen über der Empfindungsschwelle liegt.

Bei der Physiologie der Wahrnehmung ist es notwendig, die Rolle der Analyse und Synthese zu beachten. Diese Zergliederung bestimmter äußerer Agenzien in Einheiten, versetzt jedes Individuum in die Lage, auf die feinsten Einwirkungen der Umwelt zu reagieren. Die Vereinigung, das Zusammensetzen der einzelnen Elemente zu Komplexen, veranlaßt den Mensch und auch das Tier, sich bei seinem Verhalten von besonderen Merkmalen leiten zu lassen.

Man unterscheidet zwei Formen der Analyse: die niedrige Form, die sich an der Peripherie des Analysators vollzieht und die höhere Analyse, die eine Funktion des cerebrospinalen Nervensystems darstellt. Als den physiologischen Mechanismus der höheren Form der Analyse wird die differenzierende Hemmung angesehen. Die Differenzierung wirkt am besten, wenn ähnliche, nicht gefestigte Reize gegenübergestellt werden und nicht durch einförmige Wiederholung ein und desselben Reizes. Die höhere Form der Synthese ist genauso wie die höhere Form der Analyse mit der Tätigkeit der Großhirnhemisphäre verbunden. Bei der Synthese handelt es sich in der Hauptsache um die Bildung von Nervenverbindungen zwischen den einzelnen entstandenen Erregungszentren, die durch die verschiedenen Teile des komplexen Reizes hervorgerufen wurden und den beständigen Zusammenhang der Gegenstände und Erscheinungen der Materie widerspiegeln. Wir haben es hier also mit einem bedingten Reflex zu tun, da bei der Einwirkung einer Reihe von Reizerregern die Antwortreaktion nicht von der Eigenart des einzelnen Reizerregers abhängt, sondern von der Eigenart ihres Verhältnisses. Die Bildung solcher Reflexe gibt uns die Möglichkeit, bestimmte Melodien zu erkennen, unabhängig von der absoluten Tonhöhe und Lautstärke.

Bei der psychisch-subjektiven Seite der Gehörswahrnehmung ist weiter zu erwähnen, dass die Heraushebung des Objekts von großer Bedeutung ist, die sich in den meisten Fällen reibungslos vollzieht. Dieser Herausstellung des Objekts liegen bestimmte Gruppierungen von Tönen zugrunde. Es ist auch verständlich, dass die frühere Erfahrung des Menschen eine wesentliche Rolle

spielt und dadurch der Inhalt der Wahrnehmung größer ist als der Inhalt der vorhandenen Empfindung.

Natürlich werden die Wahrnehmungen auch von bestimmten Wünschen und Gefühlen beeinflusst. Man kann die Menschen folglich in objektive und subjektive Wahrnehmungstypen einteilen: die einen, die bei der Wahrnehmung auf die Genauigkeit großen Wert legen und die anderen, die ihrer Einbildungskraft und ihren Mutmaßungen freien Raum lassen. Dieser Prozeß der individuellen Entwicklung ist natürlich nicht von dem System der zeitweiligen Verbindungen zu trennen, die die Begründung ihrer Gesetzmäßigkeiten in der Dynamik komplizierter Erregungen finden.

Eine besondere Art des psychischen Prozesses bildet die *V o r s t e l l u n g*, die Abbilder von Gegenständen und Erscheinungen (z.B. Musik) widerspiegelt, die man im gegebenen Augenblick und ohne eine dafür verantwortliche Empfindung *nicht* wahrnimmt. Die Vorstellungen teilt man im allgemeinen nach den Arten der Empfindungen ein, genauso wie die Wahrnehmungen. Bei den Gehörsvorstellungen versuchen wir uns irgendeinen Ton, ein Musikmotiv oder ein Musikthema vorzustellen; man bemüht sich in Gedanken Akkorde, Lieder und ganze Musikstücke zu „hören“. Diese Art der Fähigkeit, sich die Musik vorzustellen, die ein wesentlicher Faktor bei der Ausführung von Bewegungsgewohnheiten ist, nennt man „Inneres Gehör“.

Es ist aber nicht so, dass sich die Vorstellungen nicht von den Wahrnehmungen unterscheiden; gewöhnlich verliert die Vorstellung gegenüber der Wahrnehmung an Deutlichkeit, was wiederum bei den einzelnen Menschen noch verschieden ist. Einem Musiker wird das „Innere Hören“ nicht so schwer fallen, wie einem Menschen, der mit der Musik wenig in Berührung kam und außerdem noch relativ unmusikalisch ist<sup>9</sup>. Deshalb kommen, neben der Fähigkeit, die akustisch-musikalischen Verhältnisse zu erkennen, auch die Beziehungen zwischen Tonhöhe und Tonqualität, Tonstärke und Klangfarbe, Tonart und Rhythmus herzustellen, die Fähigkeit hinzu, deutliche Gehörsvorstellungen zu haben, die man im allgemeinen auch zum musikalischen Gehör zählt. Außerdem haben die Vorstellungen einen fragmentarischen Charakter, da sie die Merkmale und Besonderheiten der Objekte nicht mit peinlicher Genauigkeit widerspiegeln. Sie müssen schon hoch entwickelt sein, wie z.B. bei den Gehörsvorstellungen eines Komponisten, um verhältnismäßig stabil und beständig zu erscheinen. Natürlich können die Vorstellungen im gegebenen Augenblick durch Wahrnehmungen gestützt werden (z.B. bei Musikern, die sich eine Melodie besser vorstellen können, wenn sie auf die Klaviatur oder auf das Griffbrett eines Streichinstruments sehen, oder sogar einem Tänzer zuschauen).

---

<sup>9</sup> Vgl. a.a.O.

Vorstellungen sind aber niemals mit Wahrnehmungen identisch; sie können sie höchstens bis zu einem gewissen Grade ersetzen, da sie kein absolutes Abbild der Wirklichkeit sind, sondern im Grunde genommen eine Verallgemeinerung der Dinge und Erscheinungen der objektiven Welt.

### **Die Rolle des Vestibularapparates bei Bewegungsgewohnheiten**

Neben dem Gehörorgan hat der Vestibularapparat an der Ausführung von Bewegungsgewohnheiten einen wesentlichen Anteil. Schon aus der Tatsache, dass die Bogengänge dieses Organs nicht nur auf Bewegungsreize, sondern auch auf Schallreize reagieren, könnte man schließen, dass durch diese physiologische Anlage schon allein eine Verbindung zwischen Ton und Bewegung besteht.

Nicht nur die Besonderheit, dass der Gehöranalysator und Vestibularanalysator morphologisch eng nebeneinanderliegen, sondern dass die beiden Organe auch phylogenetisch in näherer Beziehung stehen (ursprünglich wahrscheinlich ein Organ bildeten), läßt vermuten, dass auch vom anatomischen Bau her eine Verbindung zwischen Gehörsempfindungen und Bewegungsakten vorhanden sein müßte.

Eindeutig konnte bis heute festgestellt werden, dass der Vestibularapparat mit der Aussendung von Impulsen zur Regelung des Muskeltonus betraut ist. Natürlich haben nebenbei auch vestibuläre Reize Beziehungen zu Sinnesempfindungen; das zeigen z.B. Erscheinungen des Schwindels und des gestörten Gleichgewichts nach Vestibularreizen. Da aber im Gegensatz zu echten Sinnesorganen keine vestibulären tertiären ableitenden Faserbahnen in dichteren Bündeln vorhanden sind, die in bestimmten sensorischen Arealen des Cortex endigen, kann man nicht von „primären Sinnesempfindungen“ sprechen.

Zunächst gehen alle diese Empfindungen auf das veränderte Muskelgleichgewicht zurück, welches dann erst wieder neue Empfindungen hervorruft. Der Vestibularapparat ist also in erster Linie ein Rezeptionsorgan, das je nach seiner Lage im Raum Impulse zu verschiedenen quergestreiften Muskeln entsendet. Änderungen der Raumlage bewirken Änderungen der Tonusverteilung, und diese sind es, die als „Raumempfindung“ ins Bewußtsein dringen. Was die Beziehungen der Utriculus- und Sacculus musculae zu umschriebenen Extremitätenmuskeln anbelangt, so kann man den Einfluß des Utriculus auf die Tonusverteilungen quergestreifter Muskeln klären. Es scheint, als ob jede Utriculus muscula den Tonus der gleichseitigen Arm- und Beinmuskeln beeinflusst, da nach einer einseitigen Labyrinth – bzw. Utriculusläsion der Muskeltonus der gleichseitigen Extremitäten abnimmt.

Die Praxis hat gezeigt, dass die Funktion des Vestibularapparates unter dem Einfluß gymnastischer, tänzerischer und sportlicher Tätigkeiten wesentlich verbessert werden kann. In diesem Zusammenhang hat man in den entsprechenden Abschnitten des zentralen Nervensystems eine Konzentration der Erregung konstatiert, bei gleichzeitigem Abnehmen der vegetativen und somatischen Reflexe, die bei der Erregung des Vestibularanalysators entstehen. Ist die Stabilität des Organismus gegenüber dem spezifischen Reiz des Vestibularapparates höher, dann sind meistens die vegetativen und somatischen (motorischen und sensorischen) Reflexe nicht so gut ausgeprägt.

In diesem Zusammenhang muß auch der kinästhetische Sinn erwähnt werden, der noch feiner reagiert und die Wahrnehmung der Stellung der Glieder, des Kopfes und des Rumpfes vermittelt und damit einen wesentlichen Beitrag für die Koordination von Bewegungen, die der Sehnen, der Muskeln und Knochen, der Bänder und Gelenke zu einem zweckmäßigen Ganzen vereinigt, wodurch erst die Stellung der Gelenke, die Dehnung der Muskeln usw. bewußt werden.

Es ist festzustellen, dass der kinästhetische Sinn den Vestibularapparat gut ergänzt, da die Kenntnis über die Stellung der Gelenke und Muskeln uns in die Lage versetzt, die Muskelkontraktionen zu beurteilen und dadurch wieder bei Bewegungsfertigkeiten nur das erforderliche Mindestmaß an Kontraktionen zu verbrauchen.

## **Hörstrahlung und Zusammenwirken der gesamten Hirnrinde**

Wie schon erwähnt, bildet die Hörstrahlung den letzten Abschnitt der Hörleitung, die ausgeht vom Corpus geniculatum internum und in der corticalen Hörsphäre des Gyrus temporalis transversus magnus endet. Die größte Ausdehnung hat sie erst in der HESCHLschen Windung, weil diese im Verhältnis zum inneren Kniehöcker einen größeren Durchmesser besitzt. Dieser fächerförmigen Entfaltung hat die Hörstrahlung auch den Namen „Hörmarklamelle“ zu verdanken.

Die Hörstrahlung breitet sich nicht – wie man bisher annahm – auf mehrere Abschnitte des Schläfenlappens aus, sondern sie beschränkt sich im wesentlichen auf die vordere Querwindung. Sie tritt auch nicht in medio-lateraler Richtung in die temporale Querwindung, sondern die Projektionsfasern lokalisieren sich in paralleler Anordnung gleichzeitig von vorn unten her in den Markraum der HESCHLschen Windung. In der Regel bleibt der caudale Abhang der temporalen Querwindung von Projektionsfasern frei. In diesem Zusammenhang ist noch zu bemerken, dass die vordere temporale Querwindung noch längere Assoziationssysteme mit dem Schläfenpol, mit dem Fuß der dritten Stirnwindung, der Insel, der hinteren Zentralwindung und der hinteren Querwindung unterhält.

Wie anfangs schon erwähnt, sind genaue Lokalisierungen der Musikaufnahmen im rechten und linken Schläfenlappen nicht objektiv zu beschreiben. Es wurde auch die Annahme formuliert, dass für ein „ganzheitliches Hören“ die rechte Gehirnhälfte zuständig ist und für analytisches Hören die linke Gehirnsphäre (Schubert et al. 2000).

Auch eine andere Beschreibung sei möglich: Die Grobstruktur der Musik werde zunächst in der rechten Gehirnhemisphäre herausgearbeitet, dann erst erfolge eine mehr in Einzelheiten gehende Analyse in der linken Gehirnhälfte (Altenmüller 2002).

Zur Frage der Lokalisation wurde festgestellt, dass fast alle Gehirnregionen, die in der linken Hemisphäre für die Sprache zuständig sind, auf der rechten Seite – gleichermaßen spiegelbildlich – bei der Wahrnehmung von Musik erregt werden. Das gilt vornehmlich sowohl für das dem Broca-Areal entsprechende Areal in der vorderen rechten Gehirnhälfte als auch für die dem Wernicke-Areal gegenüberliegende rechte Gehirnregion im Schläfenlappen. Darüber hinaus haben weitere Forschungsarbeiten der Leipziger Forschungsgruppe gezeigt<sup>10</sup>, dass bei der Wahrnehmung von Musik diejenigen Regionen in der linken Gehirnhälfte, die für die Sprache stehen, erregt sind – nur nicht so stark wie in den rechtsseitigen Arealen. Das zeigt, dass die übliche Annahme der Lokalisation von linker Gehirnhemisphäre für Sprache und rechter Gehirnhemisphäre für Musik nicht weiter aufrecht zu erhalten ist, und dass Sprache und Musik möglicherweise ähnlich verarbeitet werden (Petsche 1994). Es wird noch sehr viel Zeit vergehen bis eine präzise Lokalisation der Musik- und Sprachareale erforscht ist, eine Forschung, die in den 40er Jahren des letzten Jahrhunderts begann und noch nicht abgeschlossen ist (Bailey et al. 1943; Sugar et al. 1948).

## **Die Umsetzung in motorische Bewegungen**

Als motorisches Rindenfeld wird in der Hauptsache der Gyrus praecentralis angesehen, der in zwei architektonisch verschiedene Felder (Area 4 und 6) zerfällt und eine somatotopische Gliederung aufweist. Diese Gliederung ist so angeordnet, dass jede Körperhälfte, wenn man sie auf den Kopf stellen würde, der vorderen Zentralwindung entspricht. Der untere Teil der Zentralwindung ist für Kopf- und Halsmuskeln, der mittlere Teil für die oberen Extremitäten und der obere Teil der Zentralwindung für die Rumpf- und Beinmuskeln verantwortlich. Hier entstehen also die willkürlichen Bewegungsimpulse, die über die Pyramidenbahn abgeleitet werden.

---

<sup>10</sup> S.a.a.O.



Weitere motorische Bezirke in der Großhirnrinde sind: die an die vordere Zentralwindung grenzende obere und mittlere Stirnwindung, die hintere Zentralwindung und der obere Scheitellappen bis zum Sulcus parietooccipitalis. Die von hier ausgehenden Impulse werden nicht über die Pyramidenbahn direkt zu den motorischen Wurzelzellen des Rückenmarkes abgeleitet, sondern ziehen durch subcorticale Zentren (Pallidum, Thalamus, Substantia nigra, Nucleus ruber und Brückenkerne).

Neben dem „Pyramidenfeld“ und der Areae extrapyramidales sind in der Großhirnrinde noch untergeordnete sekundäre motorische Zentren zu finden, die bestimmte Erinnerungsbilder für Bewegungsgewohnheiten festhalten („kinästhetische Erinnerungsbilder“ oder Bewegungsentwürfe). Zu der Faserverbindung der praecentralen motorischen Zentren ist zu sagen, dass sie sehr vielseitig ist. Die motorischen Felder bekommen sowohl durch intercorticale afferente Fasern von anderen Arealen wie auch durch afferente Fasern von subcorticalen Zentren Impulse. Neben den thalamocorticalen Fasern und den afferenten Fasern aus subcorticalen Zentren, sind die intercorticalen afferenten Fasern von großer Wichtigkeit. Die Tatsache, dass die primäre Hörrinde die Felder 21 und 22, insbesondere aber Area 8 innerviert, zeigt deutlich, dass zwischen diesen Abschnitten der Großhirnrinde vielseitige Assoziationsmöglichkeiten vorhanden sind. Für unser Thema ist die Verbindung der Hörrinde mit dem motorischen Feld 8 hervorzuheben. Schon Pawlow behauptete „[...] die kinästhetischen Rindenzellen können mit allen Zellen der Rinde, sowohl den Vertretern aller äußeren Einwirkungen als auch aller möglichen inneren Prozesse des Organismus in Verbindung gebracht werden, und sie stehen auch tatsächlich in Verbindung“<sup>11</sup>.

Bei der Ausführung von Bewegungsfertigkeiten ist in der Hauptsache die quergestreifte Muskulatur des Skelettes beteiligt. Diese kann ihre Arbeit nur dann ausführen, wenn gewisse Körperorgane (Effektoren) durch nervale Erregungen in Tätigkeit versetzt werden. Im allgemeinen teilt man die Effektoren in Entereffektoren und Extereffektoren ein, wobei es sich bei den letzteren hauptsächlich um die Muskelgruppen der Extremitäten, des Rumpfes und des Halses handelt.

Jeder quergestreifte Muskel besitzt eine Eigenerregbarkeit; der Impuls muß also von der motorischen Endplatte auf den Muskel übertragen werden. Im allgemeinen ist man der Auffassung, dass die Endplatte eine Sonderform der Synapse bildet, da durch Anbringung von Reiz- und Ableitelektroden ähnliche elektro-chemiko-physiologische Erscheinungen auftreten wie in der Neurosynapse. Die Endplatte teilt einen Reiz, den sie von den motorischen Zentren des Cortex

---

<sup>11</sup> Zitiert bei A.N. Krestownikow – Sportärztetagung in Leipzig, 1953.

zugeleitet bekommt über die Pyramidenbahn durch das Gehirn, das Rückenmark und die motorischen Vorderhörner zu dem entsprechenden efferenten Nerv mit.

## Über Bewegungskoordination

In der sportpädagogischen Praxis und beim Erlernen eines Musikinstrumentes, sowie bei der Ausführung tänzerischer Bewegungen u.a.m. bezieht sich der Koordinationsbegriff auf Bewegungsphasen oder Teilhandlungen, um eine geordnete Verbindung zwischen dem Zentralnervensystem und der Muskulatur zu erreichen.

Bewegungsphasen liegen im Bewegungsrhythmus vor, wenn z.B. beim Tanzen (Arme, Beine, Rumpf, Kopf) oder beim Orgelspiel (Finger, Arme, Beine) die Teilbewegungen miteinander koordinieren. Zu den kinematisch bedingten Freiheitsgraden<sup>12</sup> kommt zum koordinierenden motorischen Akt noch ein weiterer Faktor hinzu, der die Bewegung und deren Steuerbarkeit noch komplizierter macht: die Elastizität der Muskeln, Sehnen und Bänder.

Für die motorische Koordination sind hauptsächlich fünf Analysatoren verantwortlich: der kinästhetische, der taktile, der statico-dynamische (Vestibularapparat), der optische und der akustische Analysator. Der kinästhetische und der statico-dynamische Analysator werden zum inneren Regelkreis, die drei anderen Analysatoren zum äußeren Regelkreis der Motorik gezählt. Im inneren Kreis verläuft der Informationsweg ausschließlich innerhalb des Organismus, während beim äußeren Kreis auch teilweise außerhalb der Informationswege dominiert. Je nach Bewegungsablauf und Bewegungsstruktur haben die fünf Analysatoren sehr unterschiedliche Anteile an den Informationen.

Bei der führenden Rolle des Bewegungsanalysators verringert sich nicht die Bedeutung der anderen Analysatoren. Die Forschungen haben gezeigt, dass die Ausführung einer komplizierten Bewegungsaktion – in Verbindung mit Musik – das Vorhandensein einer optimalen Erregbarkeit *a l l e r* Analysatoren nötig macht und dass sich im Verlauf dieser Aktion der bedingten Reflexe ein „komplexer“ Analysator bildet. Diesen komplizierten, komplexen Analysator kann man nicht von dem Mechanismus der Bewegungsfertigkeiten trennen, denn er stellt den afferenten Abschnitt des dynamischen Stereotyps dar.

Aus dem bisher Gesagten geht hervor, wie kompliziert und vielschichtig Bewegungskoordinationen sind, wenn sehr verschiedene Nervenzentren zusam-

---

<sup>12</sup> Beim motorischen Akt muß eine große Anzahl von Freiheitsgraden beherrscht werden. Für die Ganzkörperbewegung werden 240 Freiheitsgrade benötigt, die aus den Freiheitsgraden des Gelenksystems resultieren. Allein für die Armbewegung ergeben sich 30 Freiheitsgrade.

menwirken. Aus der Bewegungslehre ist uns bekannt (Meinel / Schnabel 2004), dass die Bewegungskoordination als Regulation der Bewegungstätigkeit viele Stufen durchläuft, da außer den eng umrissenen Organen und anatomischen Strukturen auch andere Faktoren eine Rolle spielen: Handlungsziele, Programmierung, Antizipation, Steuerung-Regelung (efferente Impulsgebung), motorisches Gedächtnis, Rückmeldung, Afferenzsynthese, Korrektur und äußere und innere Einflüsse.

Daraus kann man schließen, dass die Bewegung nach Musik bestimmte Analysatoren bevorzugt, die dann durch ihre Wechselbeziehungen an der Entstehung des „rhythmischen Gefühls“ maßgeblich beteiligt sind.

### **Schlußbemerkungen**

Die hier besprochenen Ablaufbedingungen der Wechselbeziehungen von Musik und Bewegung können als objektive Mindestbedingungen bezeichnet werden. Dieser Versuch einer psycho-physiologischen Begründung der Bewegung nach Musik läßt noch viele Fragen offen. Man könnte z.B. untersuchen, welche Bewegungs-vorstellungen bzw. Bewegungsbilder beim Hören von Musik sich bilden. Außerdem müßte man die Bedeutung der Musik beim Erlernen der Bewegungsfertigkeiten berücksichtigen und die Entwicklung des Konzentrationsvermögens untersuchen, die bei bestimmten Altersstufen der Menschen eine große Rolle spielen. Weiter wäre zu klären, ob der körperliche Rhythmus angeboren und der Takt erlernbar ist.

Weitere Untersuchungen der funktionellen Kernspintomographie müssen ergeben, dass Melodie- und Harmoniewahrnehmungen objektiv in der rechten Hemisphäre stattfinden, die genaue Analyse der Zeitstruktur, einschließlich des Rhythmus, in der linken Hemisphäre (Max-Planck-Institute 2001).

Eines scheint sicher, dass die Musikwahrnehmung im Wesentlichen genetisch gesteuerte Fertigkeiten des Menschen ist: alle gesunden Menschen können Musik wahrnehmen und reagieren auf die wichtigsten Eigenschaften der Musik mit bestimmten psychischen und motorischen Reaktionen.

Trotzdem bleiben noch viele Fragen offen. Als **Fazit** sei deshalb zu konstatieren, dass die Forschungsergebnisse der Anatomie und Physiologie der höheren Nerventätigkeit seit etwa 1928 bis heute, also seit ca. 80 Jahren, ihre Gültigkeit nicht verloren haben. Alle Wissenschaftler, die auf diesem Gebiet geforscht haben und in kleinen Schritten sehr viele Teilergebnisse erzielten, sind nicht vergessen; ihre Ergebnisse sind heute noch gültig und können als Grundlage für weitere Forschungen dienen.

## Streszczenie

### O wzajemnych psycho-fizjologicznych związkach muzyki i ruchu

Artykuł ukazuje wzajemne oddziaływanie na siebie muzyki i różnych form ruchu, ich wpływ na motorykę i koordynację ruchową człowieka, a także na niektóre organy ludzkiego organizmu, w tym przede wszystkim na korę mózgową i aparat słuchu.

**Słowa kluczowe:** muzyka, wychowanie fizyczne, sport, ruch

## Summary

### The Mutual Psycho-physiological Relationship of music and movement

The article presents the mutual interaction of music and various forms of movement, their effects on motility of human and physical coordination, and also some organs of the human body, including in particular the cerebral cortex and the hearing aid.

**Keywords:** music, physical education, sport, exercise

## Literaturnachweis

- Altenmüller E. (2002), *Musik im Kopf*, [in:] Gehirn und Geist.
- Altenmüller E. et al. (2000), *Neuronale Grundlagen der Verarbeitung musikalischer Zeitstrukturen*, [in:] Rhythmus.
- Bailey, Bonin, Garol, Mc Gulloch (1943), *Functional Organization of the Temporal Lobe of Monkey and Chimpanzee*, J. Neurophysiol. 6.
- Blischke K., Munzert J. (2003), *Antizipation und Automatisierung*, [in:] Mechlin H. / Munzert J. (Hrsg.), *Handbuch Bewegungswissenschaft – Bewegungslehre*.
- Gottschick J. (1955), *Die Leistung des Nervensystems*.
- Hirshkowitz M. et al. (1978), *EEG Alpha Asymmetry in Musicians and Non-Musicians*, [in:] *A Study of Hemispheric Specialization*, [in:] Neuropsychologia 3.
- Komauer B. (1952/6), *Die Beziehungen zwischen Musik und Bewegung*, [in:] Leibesübungen und Leibeserziehung.
- Krestownikow A.N. (1953), *Physiologie der Körperübungen*.
- Langelüdde A. (1928), *Rhythmus und Takt bei Gesunden und Geisteskranken*, [in:] Zeitschrift für die gesamte Neurologie und Psychiatrie, Bd. 113.

- Lotze M. et al. (2003), *The Musicians' Brain: Functional Imaging of Amateurs and Professionals during Performance and Imagery*, [in:] *Neuroimage* 20.
- Max Planck Institute of Cognitive Neuroscience (2001, Presseinformation), *Harmonie im Hirn – jeder ist musikalisch*.
- Meinel K., Schnabel G. (2004), *Bewegungslehre – Sportmotorik*.
- Pawlow I.P. (1953), *Sämtl. Werke*, Bd. II/2.
- Peretz I., Babai M. (1992), *The Role of Contour and Intervals in the Recognition of Melody Parts: Evidence from Cerebral Asymmetries in Musicians*, [in:] *Neuropsychologia* 30.
- Petsche M. (1994), *The EEG While Listening to Music*, [in:] *EEG-EMG-Zeitschrift*.
- Schürmann K. et al. (2003), *Musik und Emotion, Hemisphärenasymmetrie bei affektiver Verarbeitung auditiver Reize*.
- Sugar, French, Chasid (1948), *Cortico-Cortical Connection of the Superior Surface of the Temporal Operculum in the Monkey*, [in:] *Neuropsycholog. II*.
- Truslit A. (1950/1), *Musik und Bewegung*, [in:] *Schweiz. Musikzeitung*.
- Vingerhoets G. et al. (2003), *Cerebral Hemodynamics During Discrimination of Prosodic and Semantic Emotion in Speech Studied by Transcranial Doppler Ultrasonography*, in: *Neuropsychology* 1.



## **RECENZJE, DYSKUSJE, POLEMIKI**





Ewa Roszkowska\*

## O alpinizmie europejskim w latach 1919–1939<sup>1</sup>

Czytając tekst Dobiesława Dudka, miejscami bardzo krytyczny (choć okraszony kurtuazyjnymi zwrotami, w rodzaju: „ciekawa lektura”, „doskonały rozdział”, „sukces Autorki”, czy też „Autorka słusznie twierdzi”), odnosi się wrażenie, że jest on nie tyle recenzją mojej książki, co raczej prezentacją poglądów na różne kwestie, niekoniecznie związane z jej tematyką. Zresztą takie chyba było założenie Autora, co już poniekąd odzwierciedla dosyć swobodnie sformułowany tytuł: *O alpinizmie słów kilka napisanych na kanwie monografii autorstwa Ewy Roszkowskiej...*. Dlatego szkoda, że w artykule D. Dudka więcej jest różnych dywagacji niż merytorycznego ustosunkowania się do mojego opracowania, dotyczącego alpinizmu europejskiego w okresie międzywojennym. Do kwestii niezwiązanych bezpośrednio z tematyką mojej książki, a które wystąpiły w artykule D. Dudka, nie będę się tutaj odnosić. Są to bowiem jego refleksje, okraszone dłuższymi cytatami, na temat szeroko pojętej teorii sportu, czy też historii sportu na ziemiach polskich.

Już na samym wstępie Autor podważa moje stwierdzenie: „Termin alpinizm wymaga wyjaśnienia, ponieważ *nawet aktualnie występuje w różnych, często nie oddających istoty rzeczy znaczeniach*”. D. Dudek uważa, że nie wie, co miałam na myśli, pisząc ten fragment, „ale to pewne [wszystkie podkr. – ER], że współcześnie termin alpinizm ma jednoznaczne znaczenie. Oznacza on – kontynuuje – jedną z wielu koncesjonowanych przez państwo polskie

---

\* Dr, adiunkt w Zakładzie Alpinizmu i Turystyki Kwalifikowanej Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie.

<sup>1</sup> Odpowiedź na artykuł Dobiesława Dudka: *O alpinizmie słów kilka napisanych na kanwie monografii autorstwa Ewy Roszkowskiej pt. „Alpinizm europejski 1919–1939. Ludzie – tendencje – osiągnięcia”*, Kraków 2007, „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Seria: Kultura Fizyczna”, t. 8, red. J. Rodziewicz-Gruhn, E. Małolepszy, Częstochowa 2009, ss. 287–297.

dziedzin sportu, w skład której wchodzi cztery dyscypliny sportu: *wspinaczka wysokogórska*, *wspinaczka sportowa*, *alpinizm jaskiniowy*, *narcciarstwo wysokogórskie*. Polskim alpinizmem kieruje Polski Związek Alpinizmu, który uzyskał zezwolenie i wyłączność na skutek koncesji wydanej przez Ministerstwo Sportu i Turystyki”.

Już ten fragment wskazuje, że Autor przechodzi obok problemu opisywanego w książce. Na podstawie niepełnych i niespójnych wiadomości dokonuje on własnej konstrukcji wizji alpinizmu, opartej w dodatku o powierzchownie potraktowany jego aktualny stan prawny w Polsce, który przecież nie jest przedmiotem recenzowanej pracy. Jest to oczywiste nadużycie metodologiczne. Nie powinno się bowiem zapisów prawnych w jakiejś dyscyplinie jednego państwa przenosić na działalność prowadzoną zgoła w innych czasach i w innych krajach. Jak wyglądała sytuacja polityczna, społeczna, w tym i prawna alpinizmu zachodnioeuropejskiego lat 1919–1939, przedstawia rozdział II mojej książki. Nie zmienia to jednak faktu, że od początku dziejów alpinizmu można było uprawiać alpinizm nie będąc członkiem żadnej społeczności alpinistycznej. Nie ma i nigdy też nie było obowiązku przynależności do organizacji wspinaczkowych. Być może właśnie ta wolność, możliwość ucieczki od sformalizowanego życia była i jest tym, co przyciąga w góry. Jest się alpinistą albo się nim nie jest. To tkwi w człowieku i żadne regulacje prawne nie mają na to wpływu. Piszę zresztą o tym na łamach książki.

Oczywiście wolno mieć D. Dudkowi swój własny pogląd na to zagadnienie, niemniej jednak rzeczywistość społeczna jest bardziej złożona niż by się to mogło wydawać. Po pierwsze, współcześnie – nie mówiąc już o przeszłości – funkcjonują różne definicje alpinizmu. Stąd też nie można z całą odpowiedzialnością stwierdzić, że istnieje jakaś jedna i ponadczasowa, powszechnie zaakceptowana jej wersja. Tym bardziej może budzić wątpliwość, dlaczego miałyby akurat obowiązywać w świecie, czy chociażby tylko w Europie, polskie i w dodatku urzędowe rozumienie alpinizmu, które się ukształtowało jeszcze w czasach realnego socjalizmu. Stąd uważam, że Autor – polemizując ze mną – dosyć opacznie powołuje się na tę właśnie wykładnię alpinizmu, zakorzenioną w systemie Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej. W czasach PRL, rzecz jasna, również działalność alpinistyczna, podobnie jak inne formy aktywności obywateli, musiała być „koncesjonowana, zmonopolizowana i skodyfikowana”. Prezentowane więc w tej kwestii przez Autora stanowisko jest daleko idącym uproszczeniem oraz przejawem podejścia ahistorycznego.

Po drugie, skoro już D. Dudek poruszył zagadnienie roli Polskiego Związku Alpinizmu, to należy zaznaczyć, że w aktualnym statucie tego Związku nie ma mowy o kierowaniu przez tę organizację „polskim alpinizmem”. Natomiast klu-

czowy jest tam zapis: „Celem PZA jest rozwijanie polskiego alpinizmu, przez który rozumie się wszelkie sporty wymagające umiejętności wspinaczkowych”.

Już abstrahując od bezzasadności wyjaśnień struktury prawnej polskiego alpinizmu przełomu XX i XXI wieku, a więc czasowo i merytorycznie niezwiązanych z tematyką książki, trzeba wyraźnie podkreślić, że wykładnią do interpretacji istoty jakiegoś zagadnienia nie może być wyłącznie jego stan prawny, gdyż nie oddaje on sedna sprawy. Przykładowo, gdzie w świetle prezentowanego przez Recenzenta *Rozporządzenia w sprawie wykazu dyscyplin i dziedzin sportu...* umieścić chociażby takie formy alpinizmu, jak: wspinaczka halowa, skałkowa, solowa, zimowa, *dry tooling*?

W tym kontekście musi budzić zdziwienie stawiany mi zarzut, że popełniłam w swej książce „oczywisty ahistorycyzm”, podając autorską definicję alpinizmu, z „pozycji roku 2007”. Rzecz jasna, co nie trudno chyba zrozumieć, miałam obowiązek tak postąpić, aby na wstępie zarysować zagadnienie, którym się będę w tej książce zajmować. Natomiast na kolejnych jej stronach przedstawiam, jak ewoluowało pojęcie „alpinizmu” od najdawniejszych do współczesnych czasów. Pozostaje więc dla mnie tajemnicą, na jakiej podstawie Autor uważa, że jakoby wyposażam „alpinizm w przymioty, których ludzie okresu międzywojennego mogli nie znać, albo mu [ich – E.R.] nie przypisywali, a w końcu, być może, że nie mogli przewidzieć ewolucji alpinizmu w tak określone [...] – przeze mnie – zjawisko”.

Każdy przecież Czytelnik mojej książki może się przekonać, że pisząc na temat historii alpinizmu, omawiam nie tylko proces doskonalenia się technik i sprzętu, ale także przedstawiam, jak kształtowały się poglądy na wspinaczkę górską, a więc opisuję te zagadnienia w ujęciu historycznym (rozwojowym), a nie statycznym i bynajmniej nie z „pozycji roku 2007”, który z wielu powodów nie mógł być dla mnie punktem odniesienia<sup>2</sup>. Moje stanowisko w tej kwestii jasno określłam już we wstępie do książki: „Alpinizm jest bezsprzecznie jedną z dziedzin społecznego życia człowieka, która adekwatnie do poziomu rozwoju cywilizacyjnego i obowiązujących systemów wartości (religii, akceptowanej społecznie ideologii, etyki) ulega ciągłym przemianom, kultywując jednocześnie wcześniejsze dokonania i tradycje”<sup>3</sup>.

Ponadto wyjaśniając, że w podanym sposobie pojmowania alpinizmu zawarte są dwie jego zasadnicze części składowe, tj. „aktywność fizyczna – niezbędna do pokonania terenu wspinaczkowego i w tym zakresie niebudząca wątpliwości oraz zależność kulturowa – wyrażana celami i motywami jego uprawiania, z któ-

<sup>2</sup> Chociażby np. z tego powodu, że książkę oddano do recenzji wydawniczych w marcu 2005 r.

<sup>3</sup> E. Roszkowska, *Alpinizm europejski 1919–1939. Ludzie – tendencje – osiągnięcia*, Kraków 2007, s. 7.

rej wynikają różne systemy poglądów ideologicznych, a także sposoby oceniania alpinizmu przez społeczeństwo”<sup>4</sup>, bynajmniej nie postrzegam alpinizmu wyłącznie przez pryzmat aktywności fizycznej i nie „odzieram” go z jego uwarunkowań mentalnych, co przypisuje mi Recenzent.

To, że alpinizm angażuje wszystkie sfery ludzkiego „ja” i to niejednokrotnie w skrajnym wymiarze, niespotykanym na co dzień, jest poza dyskusją. Wiedział o tym Albert Frederic Mummery. Wiedzieli też polscy taternicy początku XX w. Zygmunt Klemensiewicz, określając taternika, wśród jego przymiotów wymienił „motywy bezinteresowne”, które poddał dalszej analizie. Wskazał m.in. na „dążności odkrywcze (które w jego czasach nie odgrywały już decydującej roli), „awanturniczość”, „momenty moralne”, przez które rozumiał „żądze zmierzania sił własnych z trudnościami i niebezpieczeństwami i odniesieniem zwycięstwa tak nad tym wrogiem zewnętrznym, jak i nad przyrodzonym tchórzostwem”. Wreszcie „fizjologiczną wprost potrzebę walki, wypływającą z prastarych instynktów rodzaju ludzkiego [...]. Łączy się z tem rozkoszne uczucie, jakiego doznajemy przy zatrudnianiu pełni władz fizycznych i umysłowych [...], które u większości ludzi, niepotrzebne naczodzień [sic], marnieją. Wszystkie te motywy, o których tu mówiliśmy, mają coś wspólnego: jest to pierwiastek ruchu, dążenia, napięcia, ten wiecznie młody agens wszelkiego życia”<sup>5</sup>.

Podobnie sprawę tę pojmowali alpiniści zachodnioeuropejscy w okresie międzywojennym. Uważano, że „duchowe przeżywanie wspinaczki jest tak mocno (wręcz przyczynowo) związane z jej czysto sportową, cielesną stroną, że nawet wspinacz, którego przeżycia duchowe są największe, nie zaprzeczy, że do tego przeżycia doszedł tylko poprzez sportowe przeprowadzenie wspinaczki. Tak więc możliwa jest wspinaczka, jako zajęcie czysto cielesno-sportowe bez duchowego zaangażowania się, jednakże niemożliwe jest wyłącznie zaangażowanie duchowe bez tego cielesnego czynnika”<sup>6</sup>.

Doświadczeniem każdej trudnej wspinaczki, a o takich mówi książka, są uczucia strachu, skrajnego wyczerpania fizycznego i psychicznego, wątpienia, głodu, pragnienia itp., i trzeba to zaakceptować. Właśnie ze względu na ogromny wysiłek fizyczny i psychiczny zwykło się określać alpinizm jako „sztukę cierpienia”<sup>7</sup>. Jak twierdzi Wojciech Kurtyka, jeden z najwybitniejszych alpinstów świata, ważne jest sformułowanie przyjmujące naturalną obecność tego umysłowego komponentu, ale nieplasujące go na pierwszym miejscu! W stanach skrajnego wyczerpania i zagrożenia działanie alpinstów „przestaje przypominać

<sup>4</sup> Tamże, s. 8.

<sup>5</sup> Z. Klemensiewicz, *Zasady taternictwa*, Lwów 1913, s. 10–12.

<sup>6</sup> G. Langes, *Wetterleuchten*, „Der Bergsteiger” 1935/36, s. 567–568.

<sup>7</sup> W. Kurtyka, *Ścieżka góry*, „Bularz” 1988, s. 38–43.

jakikolwiek tok logicznego rozumowania. Upodabnia się raczej do spontanicznych odruchów zwierzęcia, w których znowu wiedzie nas intuicja i instynkt”<sup>8</sup>.

W alpinizmie duchowość zawsze dopełniała się z fizycznością. Powyższych kwestii nie neguję również w zaproponowanej definicji, a tym bardziej nie „kładę szczególnego nacisku na pierwiastek aktywności ruchowej człowieka w górach”. W oparciu o analizę tekstów źródłowych informuję jedynie, że wysiłek fizyczny wkładany w przejście drogi nigdy nie był powodem do dyskusji. Wszelkie spory, jakie od dziesiątek lat toczą się na łamach prasy wspinaczkowej, dotyczą mentalnej strony aktu wspinaczkowego. Źródłem ich jest przekraczanie granic ludzkich możliwości we wspinaczce i związana z tym zmiana poglądów na temat sposobów pokonywania kolejnych barier. Jest to uwarunkowane stanem rozwoju alpinizmu, poziomem wiedzy dyskutantów oraz szerszych, ogólnokulturowych okoliczności.

Nie rozumiem też potrzeby „nowatorskiego” odczytywania sentencji Alberta Frederica Mummeryego mówiącej, że „istotą sportu alpinistycznego nie jest wejście na szczyt, lecz walka z trudnościami”. Każdy interesujący się historią alpinizmu wie, że wiek XIX był w Alpach poszukiwaniem możliwości wejścia na dziewicze wierzchołki, najpierw najwybitniejsze, z czasem drugorzędne. Stając w obliczu wyczerpywania się listy niezdojrzanych szczytów (ówczesnych „problemów” alpinistycznych), Mummery (jak wielu innych) twierdził, że aby alpinizm mógł się dalej rozwijać, musi obrać drogę trudności, tzn. wchodzenia na zdobyte już wierzchołki innymi, trudniejszymi od istniejących, trasami. Poszukiwanie takich możliwości stało się autonomiczną motywacją alpinizmu, odróżniającą go od eksploracji naukowej czy działalności turystycznej. Skierowanie motywacji do uprawiania alpinizmu na „mierzenie się z trudnościami” terenu wspinaczkowego, własną słabością itd., spowodowało, że sformułowanie to przyjęto za *credo* alpinizmu sportowego. Wyjaśniam to już we wstępie, pisząc: „ideałem stawał się alpinizm uprawiany nie ze względów naukowych, artystycznych, estetycznych, lecz z potrzeb autotelicznych: z chęci zmagania się z trudnościami terenu wspinaczkowego i zmanifestowania pierwszeństwa zwycięstwa (a więc rywalizacji z drugim człowiekiem)”<sup>9</sup>.

Powszechnie wiadomo też, że alpinizm sportowy narodził się w II połowie XIX w. i był „dziełem” Brytyjczyków. Dziwi mnie, że D. Dudek nie dostrzegł tej informacji w podrozdziale *Instytucjonalizacja alpinizmu*, któremu w swojej wypowiedzi poświęca nieco miejsca. Można to było również wywnioskować,

<sup>8</sup> Tamże, s. 42.

<sup>9</sup> E. Roszkowska, *Alpinizm europejski...*, s. 9.

czytając jedynie spis treści mojej książki<sup>10</sup>. Pozwoliłoby to uniknąć przekonania, jakoby według moich ustaleń alpinizm sportowy powstał w okresie dwudziestolecia międzywojennego.

Wspomniany wcześniej A.F. Mummery był jednym z przedstawicieli początkowej fazy rozwoju alpinizmu sportowego i jednym z najwybitniejszych ówczesnych wspinaczy skalnych. Mimo poważnych, jak na ówczesne czasy, dokonań wspinaczkowych w Alpach, miał problem z przyjęciem go do grona członków Alpine Club (AC). Na drodze do tego stanęła mu właśnie rywalizacja. Po wytyczeniu nowej drogi na Matterhorn (granią Zmutt) postanowił zgłosić swój akces do AC. Jego podanie odrzucono z powodów ideowych – uznano, że „ukradł” drogę Williamowi Penhallowi. Inaczej mówiąc, nie zaakceptowano przyznania się do mentalnych pobudek przejścia, tj. do rywalizacji z drugim zespołem. Członkostwo w AC uzyskał Mummery dopiero w 1888 r., kiedy tak naprawdę miał przerwę we wspinaczkach alpejskich<sup>11</sup>. Swoją filozofię alpinizmu zawarł w książce *My Climbs in the Alps and Caucasus*, a ściślej w rozdziale *The Pleasures and Penalties of Mountaineering*<sup>12</sup>. Tam właśnie scharakteryzował cechy swoiste alpinizmu sportowego, którego najbardziej lakonicznym wyrazem jest przytoczony cytat.

Co istotne, sformułowanie to jest wciąż obowiązujące. Nie można mówić o wyczynie w alpinizmie bez określenia trudności. Trudność – jak trafnie dowodzi Piotr Korczak, jeden z najlepszych współczesnych wspinaczy polskich, *notabene* historyk z wykształcenia – „stała się kluczową jakością dla drogi w momencie, gdy ich wytyczanie w górach oderwało się na dobre od sensu eksploracyjnego. Stało się to na etapie rozwiązań ścianowych [a więc właśnie w okresie międzywojennym – ER], chociaż już znacznie wcześniej wejścia na niektóre wierzchołki były uznawane za trudne – w kontekście innych – łatwych. Trudność jest jedynym pojęciem z kręgu około wspinaczkowych, które nie poddało się historycznej precesji czy interpretacji z prostego powodu – trudność (drogi wspinaczkowej) to po prostu trudność techniczna. [...] Trudność techniczna oczywiście jest bardziej skomplikowana niż konstytuujące ją dwa słowa. Zawiera miarę wysiłku czysto fizycznego, tak koncepcyjnego – polegającego na właściwym odczytaniu drogi (tzn. składających się na nią ruchów), jak i trudność techniczną *sensu stricto* – wymóg zastosowania takich, a nie innych technik wspinania [...].

<sup>10</sup> Zob. E. Roszkowska, *Alpinizm europejski...*, Rozdział I podrozdział 2: *Od alpinizmu klasycznego do alpinizmu sportowego* (s. 26–38) i podrozdział 3: *Przeobrażenia alpinizmu sportowego* (s. 38–45).

<sup>11</sup> W. Unsworth, *Hold the Heights*, London 1994, s. 117–127.

<sup>12</sup> A.F. Mummery, *My Climbs in the Alps and Caucasus*, 1<sup>st</sup> UK edition, Near Fine 1895, 360 s.

Wniosek ten wydaje się być na pozór obrazoburczy, zwłaszcza w kontekście wysiłku mentalnego, jaki trzeba włożyć we wspinanie. Zdaniem niektórych, ów czysty wysiłek mentalny definiuje tzw. trudności psychiczne, a one mogą stanowić co najmniej równorzędną miarę oceny wartości przejścia. To oczywisty fałsz wynikający z braku refleksji nad tym, co uprawiamy. [...] Wniosek, który się narzuca: trudności psychiczne nigdy nie istnieją w sposób autonomiczny! Istnieją one jedynie w oparciu o trudności techniczne, tym samym do nich się sprowadzają, a jedynym, co je czyni, jest kontekst sytuacyjny (tzn. nasze *stricte* techniczne i fizyczne możliwości plus asekuracja – tzn. jej brak)<sup>13</sup>.

Jakże to twierdzenie jest w swej wymowie podobne do rozumowania alpinistów okresu międzywojennego! Kwestie dróg wspinaczkowych i ich trudności wyjaśniane są na wielu stronach książki, nawet w tych rozdziałach, co do których Recenzent nie wnosi „zastrzeżeń”.

D. Dudek zajął się też oceną wykorzystanych przeze mnie zasobów „archiwalnych”, stwierdzając: „Chwała Autorce, że przeprowadziła kwerendę w wiedeńskim archiwum. Ale to tylko jedno archiwum. Nie zostały przecież zbadać archiwa innych krajów alpejskich, w tym pionierów alpinizmu – Anglików”, co „musi budzić niedosyt”.

Skoncentrowanie uwagi w cytowanym fragmencie jedynie na źródłach aktowych, a pominięcie innych typów źródeł przeze mnie wykorzystanych, sugeruje, że baza źródłowa, na której opiera się moja książka, jest wyjątkowo wąska. Nie wiem dlaczego Autor nie dostrzega, że w szerokim stopniu spożytkowałam różnorodne źródła opisowe (w języku niemieckim, francuskim, włoskim i angielskim) oraz ikonograficzne, w tym również prasę, a także opracowania. Wykorzystane w mojej książce materiały wykazałam w bibliografii załącznikowej, która liczy ponad 30 stron (!)<sup>14</sup>. Nie miejsce tu, aby szerzej się rozpisywać na temat podstaw źródłowych tej publikacji. Są one przecież ewidentne i łatwe do sprawdzenia, dlatego więc wszystkich zainteresowanych odsyłam do mojej książki, a zwłaszcza do wstępu i bibliografii, gdzie przedstawiam i omawiam literaturę<sup>15</sup>.

Czyniony mi przez D. Dudka zarzut, że przejrzałam „tylko jedno archiwum”, byłby może uzasadniony, gdybym się np. zajmowała nowożytną historią gospodarczą czy polityczną. Wówczas rzeczywiście kwerendy w archiwach byłyby nieodzowne, ponieważ z akt urzędowych można w tych dziedzinach uzyskać wiele istotnych informacji. Natomiast alpinizm, którego dziejami

<sup>13</sup> P. Korczak, *Przeciw tradycji*, „A Zero”, Biuletyn Informacyjny KW Warszawa, 2009, nr 16, s. 31–32.

<sup>14</sup> E. Roszkowska, *Alpinizm europejski...*, s. 323–354.

<sup>15</sup> Tamże, zwłaszcza s. 11–15 i 323–354.

się zajęłam, to zgoła inny przejaw aktywności społecznej, funkcjonujący, jak wiadomo, poza strukturami państwowymi, w związku z tym pozostawiający po sobie stosunkowo niewielki ślad w dokumentach urzędowych, nie licząc spraw związanych z procedurą zatwierdzania statutów organizacji, które, z chwilą uprawomocnienia, były z reguły publikowane. Wyjątkiem jest tutaj alpinizm niemiecki w okresie III Rzeszy i poniekąd włoski, w czasach faszystowskiej dyktatury Mussoliniego. W tym okresie w czasopiśmie specjalistycznych wydawanych przez poszczególne związki publikowane były urzędowe dokumenty, statuty, regulaminy, rozporządzenia partii faszystowskich, dotyczące funkcjonowania alpinizmu<sup>16</sup>. Zresztą relacje między państwem totalitarnym a alpinizmem są opracowane w licznych publikacjach naukowych oraz w edycjach źródłowych, żeby tylko wymienić prace H. Zebhausera<sup>17</sup>, R. Amstädtera<sup>18</sup>, K. Ziaka<sup>19</sup> i G.P. Mottiego<sup>20</sup>, z których szeroko korzystałam.

Specyfika alpinizmu zawsze polegała na tym, że z reguły wiedza o różnych jego przejawach była dosyć szybko upowszechniana w prasie fachowej, przewodnikach i innych publikacjach. Wynika to z różnych przyczyn i motywów. Wydaje się, że istotną rolę w tej kwestii odgrywał (i odgrywa) spektakularny charakter „wyczynów” alpinistycznych oraz rywalizacja w świecie wspinaczkowym, a co za tym idzie – chęć przedstawienia swoich osiągnięć, dzielenie się doświadczeniami oraz ocena dróg wspinaczkowych innych alpinistów, ponadto dyskusje o ideologii, sprzęcie i technikach. Stąd też właśnie źródła opisowe (przede wszystkim artykuły prasowe, relacje, wspomnienia, pamiętniki, wywiady, biografie) stanowią podstawowe źródło do badań nad historią alpinizmu. Przystępując do zbierania materiałów do książki miałam tego świadomość. Dlatego – udając się do wiedeńskich archiwów – specjalnie nie liczyłam na odnalezienie jakichś ważnych dokumentów urzędowych, co raczej spodziewałam się natrafić na spuścizny aktowe klubów i osób związanych z alpinizmem. Gwoli wyjaśnienia muszę też zaznaczyć, że przeprowadziłam kwerendę w dwóch ar-

<sup>16</sup> Zob. np. „Rivista Mensile”, „Österreichische Alpenzeitung”, „Der Bergsteiger” z okresu międzywojennego.

<sup>17</sup> H. Zebhauser, *Alpinismus im Hitlerstaat. Gedanken, Erinnerungen, Dokumente*, München 1998; i in.

<sup>18</sup> R. Amstädter, *Gesellschaftsgeschichte des Alpinismus. Die kulturelle, ökonomische und politische Dimension des Alpinismus. Die alpine Vereinigungen Österreichs und Deutschland im Kontext der Sportgeschichte* (dysertacja), Wien 1995, czy jego szerszej, już opublikowanej pracy *Der Alpinismus. Kultur – Organisation – Politik*, Wien 1996.

<sup>19</sup> K. Ziak, *Der Mensch und die Berge, Eine Weltgeschichte des Alpinismus*, Salzburg 1956 i późniejsze wydania.

<sup>20</sup> G.P. Motti, *La storia dell'Alpinismo*, t. 1 i 2, Torino 1994.



chiwach wiedeńskich<sup>21</sup>, a nie – tylko w jednym – jak napisał D. Dudek. Ponadto przejrzałam zbiory archiwalne: Österreichische Nationalbibliothek, gdzie znajduje się spuścizna po zasłużonych alpinistach (rękopisy różnych tekstów, wspomnienia, fotografie), archiwalia kilku sekcji Clubu Alpino Italiano we Włoszech, zbiory École Nationale de Ski et d'Alpinisme w Chamonix (Francja). Część materiału pozyskałam również z wywiadów i rozmów przeprowadzonych z przedstawicielami austriackich, niemieckich, włoskich i francuskich środowisk wspinaczkowych. Cenne są zwłaszcza materiały otrzymane od jednego z najwybitniejszych alpinistów okresu międzywojennego Włocha Riccardo Cassina, czy informacje pozyskane w toku rozmów z Carlo Andrichem i Carlo Detassisem (spokrewnieni z Alvisie i Giovannim Andrichami oraz Bruno Detassisem), a także prywatny rękopis dotyczący alpinizmu omawianego okresu autorstwa Giorgio Mocolina z Clubu Alpino Italiano. Ponadto, źródłem informacji były również filmy dokumentalne z serii „Land der Berge” zrealizowane przez ÖRF, pt. *Die weisse Spine. Geschichte der Erstbegehung der Eiger Nordwand*; *Dr. Joseph Braunstein – Komponist und Bergsteiger*; *Das Leben von Heinrich Harrer*, a także autorstwa Hansa Zella pt. *Der Gratwanderer – Hans Ertl* produkcji Dega Film & Thun Film we współpracy z Bayerische Rundfunk i ÖRF, czy film Martina Schliesslera nakręcony dla Südwestfunk Baden-Baden pt. *Zwischen Fels und Eis*. Wszystkie te materiały przechowywane są aktualnie w moim prywatnym archiwum. Przy okazji informuję, że w przypadku mojego opracowania prowadzenie kwerendy w archiwach brytyjskich miało się z celem. W okresie międzywojennym alpinizm brytyjski nie odgrywał istotnej roli w rozwoju alpinizmu na terenie Alp.

Równie zaskakująca dla mnie jest sugestia Recenzenta, aby tytuł książki zawęzić do alpinizmu niemieckiego. Stawiam zatem pytanie, co z alpinizmem włoskim (który na zasadzie sprzężenia zwrotnego oddziaływał na ewolucję alpinizmu niemieckiego w omawianych latach), a po trosze także francuskim i szwajcarskim, którym poświęcam sporo miejsca w swojej pracy?

Całkowitym natomiast nieporozumieniem jest zarzut braku analizy statutów organizacji alpejskich z II połowy XIX w. O procesie powstawania pierwszych towarzystw górskich wspominałam w rozdziale I. Jest to rozdział wprowadzający w całość pracy, przedstawiający na przestrzeni wieków stosunek człowieka do gór, moment narodzin alpinizmu i jego przeobrażenia do zakończenia I wojny światowej. Nieuzasadnione byłoby zatem analizowanie, w zaledwie kilkustronicowym podrozdziale zatytułowanym *Instytucjonalizacja alpinizmu*, statutów

<sup>21</sup> Mowa o Österreichisches Staatsarchiv, w skład którego wchodzi kilka archiwów (dla potrzeb książki przejrzałam zbiory przechowywane w Allgemeines Verwaltungsarchiv, Kriegsarchiv, wykorzystałam to, co znalazłam w Allgemeines Verwaltungsarchiv) oraz archiwum Österreichisches Touristenklub.

pierwszych organizacji górskich, bo nie one stanowią problem badawczy książki. Przy okazji muszę zauważyć, że o uwarunkowaniach procesu organizowania się alpinizmu piszę w osobnym artykule, jak można sądzić z tekstu *O alpinizmie słów kilka...*, nieznanym D. Dudkowi, mimo że informuję o tym w mojej książce na s. 36 (w przypisie 71)<sup>22</sup>. Właśnie dla potrzeb tego artykułu przeanalizowałam statuty wszystkich organizacji alpejskich o charakterze ogólnopaństwowym. Po co zatem powtarzać coś, co jest już znane zainteresowanym od wielu lat? Autor przypisuje mi również twierdzenie, jakoby w „pierwszych statutach europejskich Alpin Clubów [sic] były zapisy dotyczące sportowych celów”. Nic takiego nie wynika z podrozdziału *Instytucjonalizacja alpinizmu* ani też z żadnych innych moich publikacji. Mogę jedynie przypuszczać, że pogląd taki D. Dudek zbudował na podstawie przywołanego przeze mnie cytatu z pracy G. Młodzikowskiego. Tymczasem, kto tylko się wczyta w ten fragment, bez trudu zauważy, że przytoczone słowa: „kontakt towarzyski, wymiana doświadczeń i podsyćanie wzajemnej rywalizacji” odnoszą się do angielskiego Alpine Clubu<sup>23</sup>. Cele i zadania, jakie stawiały sobie towarzystwa górskie powstałe w krajach alpejskich z wielu powodów były zgoła inne<sup>24</sup>. Muszę również podkreślić, że wszelkie porównania działalności jakichkolwiek organizacji alpinistycznych opierałam na analizie nie tylko ich statutów, ale też sprawozdań z posiedzeń i walnych zebrań, korespondencji, czy wspomnień członków zarządów.

W tym miejscu nasuwa się też nieodparcie uwaga, że Recenzent, wyciągając z kontekstu niektóre moje zdania lub wręcz tylko ich części, formułuje na ich podstawie własne konstrukcje myślowe, które mi następnie przypisuje, a potem z nimi polemizuje. Przykładem są chociażby uwagi na temat Clubu Alpino Italiano, wraz z konkluzją: „jeżeli cele statutowe Towarzystwa Tatrzańskiego były zbieżne z celami statutowymi CAI, to CAI nie był organizacją sportową, ponieważ w chwili założenia Towarzystwo Tatrzańskie też nie było organizacją sportową, gdyż w swoim statucie nie miało żadnych zapisków o realizacji celów sportowych!!!”.

D. Dudek stawia mi zarzut, że nie zapoznałam się z kolekcjami sprzętu alpinistycznego w zbiorach muzealnych i prywatnych. Tutaj widocznie zapomniał, że dla powstania tego typu książki najważniejsze jest przede wszystkim zgroma-

<sup>22</sup> Mowa o artykule: E. Kuczaj-Jasińska [Roszkowska], *Spoleczne i kulturowe uwarunkowania genezy organizacji alpinistycznych w Europie Zachodniej*, [w:] *125 lat TT-PTT-PTTK. Geneza i rozwój turystyki górskiej na ziemiach polskich – refleksje rocznicowe*. Materiały z sympozjum pod red. W.A. Wójcika, Kraków 1998, s. 9–30.

<sup>23</sup> Nawiasem mówiąc, Młodzikowski pisząc zacytowany przeze mnie fragment, bazował na uznanym opracowaniu Karla Ziaka, *Der Mensch und die Berge. Eine Weltgeschichte des Alpinismus*, Salzburg – Stuttgart 1956.

<sup>24</sup> Zob. E. Kuczaj-Jasińska [Roszkowska], *Spoleczne i kulturowe uwarunkowania...*

dzenie różnego typu źródeł pisanych o alpinizmie, a nie wyszukiwanie jakichś przedmiotów, jakby tu chodziło o zebranie eksponatów na wystawę o tej tematyce. Tego typu źródła materialne można by oczywiście wykorzystać pomocniczo, gdyby inne, daleko ważniejsze, nie istniały.

Nawiasem mówiąc, zamieszczone przeze mnie w książce rysunki, ryciny, schematy, fotografie ówczesnego wyposażenia alpinisty stanowiły podstawę do wykonywania w owych czasach poszczególnych akcesoriów w warsztatach ślusarskich czy nawet w zwykłych kuźniach. Paradoksalnie, właśnie publikowany materiał ilustracyjny był wielokrotnie pierwowzorem dla sprzętu produkowanego w późniejszych latach, zwłaszcza w krajach niealpejskich.

Na jedną rzecz muszę jeszcze zwrócić uwagę. O przydatności i słusznej koncepcji, według której dany element wyposażenia alpinisty został wykonany, świadczy jego praktyczne zastosowanie. Nie można o tym dowiedzieć się, oglądając eksponaty muzealne, a nawet je fotografując<sup>25</sup>. Trzeba odszukać i przestudiować opisy dróg, opinie fachowców oraz, czego może dokonać tylko alpinista, osobiście powtórzyć drogi wówczas wytyczone. W przypadku alpinizmu międzywojennego one właśnie są najlepszym bezpośrednim źródłem informacji nie tylko o używanym sprzęcie, bowiem znaczna jego część nadal tkwi w ścianach alpejskich, ale też o sposobie i miejscach jego zastosowania. To najcenniejsze, bezpośrednie źródło informacji wykorzystałam, o czym zresztą informuję we wstępie. W ciągu 26 lat swojej działalności alpinistycznej nie tylko osobiście powtórzyłam większość najtrudniejszych dróg opisanych w książce, ale też wiele innych, wytyczonych w Alpach i innych górach zarówno przed, jak i po okresie międzywojennym. Mogę więc porównać ówczesne drogi zarówno pod względem technicznym, technologicznym, a nawet estetycznym. Co więcej, dane mi było, jak niewielu osobom zajmującym się historią alpinizmu, obejrzeć (i dotknąć, a nieraz nawet zaasekurować się) oryginalne wyposażenie dróg powstałych w latach 1919–1939, niebędące w posiadaniu muzeów, czy prywatnych kolekcjonerów, gdyż sprzęt ten nadal jest w miejscach, w których zostawili go twórcy dróg (zwłaszcza w tych najtrudniejszych). Natomiast to, co jest w muzeach czy prywatnych zbiorach, to niejednokrotnie pojedyncze, często uszkodzone egzemplarze.

Nie twierdzę, że w Polsce, a tym bardziej w krajach alpejskich nie ma prywatnej osoby posiadającej jakiś unikatowy przedmiot wspinaczkowy z lat międzywojennych. Jednakże, jak wynika z mojej dotychczasowej wiedzy opartej na informacjach o zbiorach przechowywanych w muzeach austriackich, włoskich,

<sup>25</sup> Przykładowo, zamieszczona w pracy fotografia pierwszego buta typu vibram jest cenniejsza niż zdeformowany, o zniszczonym spodzie oryginał, przechowywany w muzeum, gdyż jedynie na niej widać dokładnie, jak wyprofilowana została gumowa podeszwa (*notabene* w swoim kształcie niezmiennym do czasów współczesnych).

niemieckich i francuskich, zawartych w specjalistycznej literaturze, czy wynikającej z prywatnych kontaktów ze środowiskami alpinistycznymi krajów alpejskich (nie mówiąc już o polskich), a także osobistej korespondencji z alpinistami, pierwsze modele opisywanego sprzętu nie zachowały się.

Niemniej jednak sprawdziłam adres wskazany w recenzji. Nie ukrywam też zaskoczenia, że nie wiedziałam o zainteresowaniach kolekcjonerskich tejże Osoby. Z przeprowadzonej z Nią rozmowy wynika, że w swoich zbiorach posiada przede wszystkim sprzęt narciarski, a alpinistyczny stanowią jedynie kute raki i czekany, które bynajmniej nie są zachodnioeuropejskimi pierwowzorami z okresu międzywojennego.

Recenzent, co już wcześniej wykazałam, wrywa fragmenty zdań z kontekstu, budując punkt zaczepienia dla własnych uzasadnień. Przykładowo, nie wnosi uwag do treści rozdziału V, poświęconego kształtowaniu się metod nauczania i doskonalenia umiejętności wspinaczkowych w alpinizmie lat 1919–1939, ale na podstawie podsumowania tegoż rozdziału kreśli następującą uwagę: „Chociaż w jednym wypadku nie mogę się zgodzić do końca z autorką [...], która pisze, że «[...] dopiero w latach trzydziestych XX w. nastąpiło odejście od alpinizmu traktowanego jako czynność spontaniczna, mająca służyć przede wszystkim zabawie, przyjemności. Alpinizm zaczęto traktować jako sport wspinaczkowy»<sup>26</sup> – i tu D. Dudek urywa, aby na podstawie „pośrednich obserwacji” postawić tezę, że w „Europie musiało to nastąpić znacznie wcześniej”. Przy okazji też przedstawia swoją wiedzę o terminologii stosowanej w polskiej turystyce i taternictwie przełomu XIX i XX w. Sens mojej wypowiedzi tkwi właśnie w tym nieprzytoczonym przez niego fragmencie tekstu, który kładzie nacisk na nowość okresu międzywojennego, a brzmi on: „co spowodowało świadome dążenie do perfekcyjnego opanowania technik alpinistycznych oraz podjęcie zrationalizowanego treningu. W procesie kształtowania się form nauczania wspinaczki pojawiło się nauczanie oparte o system wzajemnej czasowej relacji między kursantem i instruktorem, w toku którego instruktor kierując działalnością swojego podopiecznego, umożliwiał mu osiągnięcie określonych wyników. Szkoły wspinania opierały swoją działalność o konkretny program nauczania, doskonalony wraz z nabieranym doświadczeniem”<sup>27</sup>. Chodziło o to, aby podkreślić jakościową różnicę między sposobami i celami nauczania alpinizmu do wybuchu I oraz w latach 1919–1939. Mniej więcej do 1918 r. proces uczenia się techniki wspinania był indywidualną sprawą alpinisty. Najczęściej robił to dorywczo, w momencie przyjazdu w góry, albo w ogóle, jeżeli wynajmował przewodnika lub pokonywał łatwe pod względem trudności drogi. Nie istniały też zorganizowane

<sup>26</sup> E. Roszkowska, *Alpinizm europejski...*, s. 251.

<sup>27</sup> Tamże.

szkoły wspinaczkowe, nie mówiąc już o kształceniu instruktorów. Są to nowości okresu międzywojennego.

Na temat „usportowienia” alpinizmu piszę w wielu miejscach książki, a zwłaszcza w rozdziale VI i w zakończeniu. Nie podlega zresztą dyskusji, że przed I wojną światową używano różnych terminów dotyczących działalności wspinaczkowej i mającej dookreślenie sportowe, np. *alpine sport*, *Bergsport*, *sportlicher Alpinismus*, *Sportsalpinistik* (nawet na ziemiach polskich, co Recenzent w skrócie wyłożył), ale miały one zupełnie inne uzasadnienie aksjologiczne. W dyskusjach ideologicznych pojawił się też termin *sport wspinaczkowy*, ale przez przeważającą część środowisk alpinistycznych kierunek ten został zdecydowanie odrzucony, jako przejaw upadku alpinizmu. W latach międzywojennych, a ściślej w latach trzydziestych XX w. zmieniło się zabarwienie tego określenia. Przestało ono być wyrazem dekadencji alpinizmu, a stało się, mimo sporów, autoteliczną wartością, wskazującą możliwości i kierunki rozwoju działalności wspinaczkowej w górach. *Sport d'arrampicamento*<sup>28</sup>, czy *Klettersport*<sup>29</sup>, czyli w terminologii polskiej – *sport wspinaczkowy*, to dwuwyrzowe odzwierciedlenie całościowego ujęcia istotnych cech zjawiska, jakim stał się wówczas alpinizm europejski. Powstało ono, jak twierdzą jego twórcy, wskutek dyskusji nad celami i sensem alpinizmu, jaka toczyła się we włoskich i niemieckojęzycznych środowiskach wspinaczkowych. Wewnątrz sportu wspinaczkowego wyróżniono dyscypliny i subdyscypliny (uprawiane latem i zimą), wśród których wymieniono: wspinaczkę skałkową, wspinaczkę skalną (realizowaną bez i z pomocą sztucznych ułatwień), wspinaczkę lodową. *Notabene*, D. Dudek uznał je za „błędne”, bo są oderwane „od rzeczywistej pozycji prawnej i organizacyjnej polskiego alpinizmu” przełomu XX i XXI w. Paradoksalnie to jest właśnie ahistoryzm. Nawiasem mówiąc, także w terminologii polskiej przed I wojną światową nie funkcjonowało określenie *sport wspinaczkowy*<sup>30</sup>. Ba, nie istniało nawet pojęcie *wspinacz*, co podkreślał jeszcze w 1913 r. Z. Klemensiewicz<sup>31</sup>.

Druga sprawa. Autor wnioskując pośrednio, przenosi na grunt alpinizmu zachodnioeuropejskiego spostrzeżenia będące, jak pisze, efektem „własnych badań dotyczących pojęcia sportu w polskiej tradycji terminologicznej [...] i podobne dociekania dotyczące pojęcia turystyki w polskiej tradycji terminologicznej”. Przeświadczony o prawdziwości takiego wnioskowania twierdzi, że: „W latach trzydziestych XX w. bowiem nie chodziło już o to, co jest sportem, a co nie.

<sup>28</sup> Zob. np.: A. Darmartello, *Valori spirituali nell'alpinismo moderno*, „Rivista Mensile” 1933, nr 4, s. 198–201; C. Pelosi, *La conquista spiritual della montagna*, „Rivista Mensile” 1932, nr 3, s. 165–169.

<sup>29</sup> Zob. np. G. Langes, *Wetterleuchten...*, s. 573.

<sup>30</sup> R. Kordys, *Na marginesie dyskusji o trudnościach*, „Taternik” 1910, nr 3, s. 63.

<sup>31</sup> Z. Klemensiewicz, dz. cyt., s. 10.

Problemem kluczowym było wyodrębnienie ze sportu wyczynowego – ten kierunek rozwoju alpinizmu europejskiego Autorka scharakteryzowała bardzo dobrze – sportu zawodowego, którego główną cechą była korzyść materialna”.

Teza ta jest nieadekwatna do ówczesnej rzeczywistości alpinistycznej. W alpinizmie międzywojennym poprzez profesjonalizację nie rozumiano działalności nastawionej na czerpanie korzyści materialnych, a specjalizację w wybranej dyscyplinie alpinizmu. Wspinaczy sportowców nazywano ekstremalistami, tj. osobami wspinającymi się na granicy ludzkich możliwości<sup>32</sup>, najczęściej przy użyciu sztucznych ułatwień, a wspinaczkę przez nich uprawianą – alpinizmem ekstremalnym. Ich działalność utożsamiano właśnie z wyczynem. W odróżnieniu od nieekstremalistów (niewyczynowców), alpinista-profesjonalista to ten, który był specjalistą, ekspertem w tym, co robił, tzn. odznaczał się znawstwem i biegłością w uprawianiu wybranej dyscypliny alpinizmu i zajmował się nią systematycznie, ale nie zawodowo. Stąd specjalizacje we wspinaczce skalnej, mikstowej, lodowej itp. Alpinizm krytykowano właśnie za to, że się tak bardzo „wyspecjalizował”. Uważano wręcz, że z tego powodu np. „powinno się wyróżnić bicie haków, jako osobną gałąź sportu”, bowiem „jak skoki na nartach na sztucznej skoczni nie są narciarstwem, z nim łączy je tylko śnieg. Tak samo wspinaczka hakowa nie jest wspinaczką; z nią łączy ją tylko lina i miejsce (góra). [...] Są one wielkimi (trudnymi i interesującymi sportami), ale nie są ani alpinizmem, ani narciarstwem”<sup>33</sup>.

Dążąc do uznania alpinizmu za dziedzinę sportu, alpiniści-sportowcy okresu międzywojennego zabiegali równocześnie o stworzenie obiektywnych możliwości oceny osiągnięć wspinaczkowych i porównywania wyników, podobnie jak ma to miejsce w innych dyscyplinach sportowych. Dlatego stworzyli modele klasyfikacji w alpinizmie i opracowali reguły jego uprawiania. Sprowadzanie alpinizmu do sportu, wspinaczka na granicy możliwości człowieka i nowe sposoby przekraczania dotychczasowych barier stanowiły jądro problemu, a właściwie punkt zapalny dyskusji ideologicznych, a nie „alpinizm zawodowy”. Owszem, krytykowano różne formy nagradzania alpinistów za działalność wyczynową (opisują to dosyć szeroko w swojej książce), ale uznawano to raczej za objaw komercjalizacji, a nie profesjonalizacji alpinizmu. Zresztą, jak pisał Jan Alfred Szczepański, na którego artykuł Recenzent się powołuje: „tego rodzaju zjawisko ani trochę nie jest jeszcze profesjonalizmem, w tem znaczeniu, w jakim się go dziś powszechnie rozumie – sprzedaje się wartości trwałe i natury intelektualnej – stoi już jednak u jego progu i jest jak gdyby bramą, przez którą wkracza i wkroczyć musi właściwe zawodowstwo”<sup>34</sup>.

<sup>32</sup> Zob. np. G. Langes, *Wetterleuchten...*, s. 572.

<sup>33</sup> H. Hoek, *Wie anders ist das Bergsteigen der Alpen geworden*, „Der Bergsteiger” 1937/38, s. 218–219.

<sup>34</sup> J.A. Szczepański, *Problemat profesjonalizmu w sporcie górskim*, „Taternik” 1933, nr 3–4, s. 76.

W latach 1919–1939 alpinizm to wciąż pasja, a nie profesja. Świadczy o tym również fakt przyznawania medali olimpijskich za wyczyny alpinistyczne.

W okresie międzywojennym proces przekształcania się alpinizmu w zawód dotyczył jedynie jego strony pedagogicznej – powstał wtedy zawód instruktor alpinizmu – co wyjaśniam w rozdziale V i w zakończeniu mojej książki. Jednakże nie był to powód do polemik. Podobnie też nie dyskredytowano przewodników alpejskich, że pobierają wynagrodzenie za swoją pracę, w końcu zawód ten związany był z alpinizmem od początku jego istnienia. Ponadto, przewodnik alpejski miał (i ma) prawo wytyczać nowe drogi z klientem i również za to otrzymywać gratyfikację finansową. Dyskusje, czy to jest etyczne, czy nie, miały miejsce w XIX w. Wtedy powody ekonomiczne stały nawet na przeszkodzie uznania przewodników za właściwych twórców drogi, czego wyraźnym potwierdzeniem było niewykazywanie ich nazwisk w zestawieniach dokonań. W okresie międzywojennym w Europie Zachodniej sytuacja wyglądała zupełnie inaczej. Każdy alpinista, jak również przewodnik górski mógł odpłatnie prowadzić klienta najtrudniejszymi drogami, a nawet wytyczać z nim nowe oraz – wbrew temu, co wywołało w Polsce żarliwą polemikę – równocześnie uczestniczyć w rywalizacji sportowej. Dowodem na to jest działalność Emilio Comiciego, Armando Charleta, Andreasa Heckmaira i wielu innych (szerzej zob. rozdział V i VI mojej książki).

Wydaje mi się zatem, że to, co było istotne w zakresie tzw. profesjonalizacji alpinizmu europejskiego lat 1919–1939, zostało w książce zinterpretowane.

Gwoli wyjaśnienia, artykuły dotyczące profesjonalizmu w polskim taternictwie, a nie polskim alpinizmie, jak podaje D. Dudek, powstały jako następstwo przypadków zarabiania na prowadzeniu klientów drogami wspinaczkowymi przez tzw. taterników-sportowców<sup>35</sup>. Były to najczęściej dyskusje natury etycznej i ideologicznej. Ostatecznie środowisko taternicze potępiło zaistniałe „incydenty przewodnickie”, jak i propozycję wprowadzenia tzw. modelu „przewodnictwa dżentelmeńskiego” w Tatrach, wysuniętą przez Wiesława Stanisławskiego. Było oczywiste, że tak musiało się stać, gdyż w okresie międzywojennym polskie taternictwo ideologicznie odpowiadało raczej alpinizmowi europejskiemu sprzed I wojny światowej. Świadectwem tego są liczne artykuły w polskiej prasie taterniczej. Jawi się jednak pytanie, czy pojedyncze przypadki „przewodnictwa dżentelmeńskiego” można już nazwać profesjonalizacją taternictwa? Nie wiem też, dlaczego miały stanowić dowód na podobne akcenty w alpinizmie europejskim.

I jeszcze jedna kwestia. D. Dudek dla dodania sobie wiarygodności w formułowaniu krytycznych uwag podkreśla, że wyciągane wnioski opiera na „po-

---

<sup>35</sup> Chodzi o przypis 15 i 16 *Recenzji*.

średnich obserwacjach”. Uważam, że w merytorycznej dyskusji naukowej to trochę za mało. Taka metoda może być stosowana tylko w ostateczności. Zazwyczaj, gdy mówimy o historykach, zdani są na nią badacze starożytności i średniowiecza, gdyż dysponują niewielką ilością źródeł. Inaczej przedstawia się sprawa z historią najnowszą. W tym przypadku problemem jest raczej nadmiar materiałów niż ich niedobór. Powoduje to, że zajmując się na poważnie tym okresem dziejów, badacz musi się zmierzyć z obfitością różnorodnych źródeł, co jest zajęciem czaso- i pracochłonnym. Innego jednak wyjścia nie ma i droga na skróty może tutaj prowadzić na manowce.

Z ostatniego akapitu artykułu D. Dudka wynika, że jego tekst został napisany na potrzeby procedury przyznania mi nagrody ministerialnej. Muszę wobec tego jeszcze wyjaśnić, że wbrew zawartym w nim krytycznym uwagom, nagrodę za wspomnianą książkę otrzymałam. O decyzji, jak sądzę, zaważyły opinie innych recenzentów.



Andrzej Malinowski\*

## **Zapomniana książka Waleriana Kleckiego pt. *Gatunek i rasa*, Wyd. Kasy im. Mianowskiego, Warszawa 1924**

Przedwcześnie zmarły Walerian Klecki profesor Uniwersytetu Jagiellońskiego wykładał biologiczne podstawy hodowli, a jego książka wprowadzała ówczesnych odbiorców w biologiczne pojęcia gatunku, odmiany, rasy, biotypu. Autor książki z dużą znajomością problemu, w oparciu o bogate piśmiennictwo, szeroko omówił historię wymienionych pojęć, sięgając do poglądów Starożytnych, m.in. Homera, Demokryta, Arystotelesa. Szczegółowo scharakteryzował poglądy i dorobek Linneusza, Cuviera, angielskiego naturalisty Johna Raya (1628–1705), Buffona, Agassisa (1807–1873), który w Ameryce zwalczał teorię Darwina. Wspomina i omawia m.in. Nägeliego (1817–1891), który w 1865 r. ogłosił rozprawę o powstawaniu i pojęciu gatunku naturalnego. Analizował poglądy Weismanna, zwolenników teorii transformizmu Lamarcka. Szeroko omówił dorobek Haeckla, de Vriesa, Galtona i innych, skupiając się na Darwinie, będąc zdecydowanym zwolennikiem jego teorii. Klecki wyróżniał m.in. gatunki elementarne, mendlowskie, biotypy. Rozważał pojęcie gatunku elementarnego w pojęciu biometrycznym (typ statystyczny). Prezentował pogląd Johannsena, opisał również doświadczenia sławnego hodowcy kalifornijskiego Burbanka z Santa Rosa. Stwierdzał też, że niekiedy krzyżowanie prowadzi od razu do powstania ustabilizowanego mieszańca, który nie wykazuje rozszczepienia. Cytował Gertrudę i Karola Davenportów, pisząc „że stałość przypisywana mulatom okazała się pozorna, pokazało się bowiem, że w drugim pokoleniu (w związkach mulatów z mulatami lub białymi) występują różnice, świadczące o odszczepianiu się genów”. Problemowi rasy poświęcony został jeden rozdział (czwarty). Dysku-

---

\* Prof. dr hab., Instytut Antropologii Uniwersytetu, im Adama Mickiewicza w Poznaniu.

towana była rasa w pojęciu antropologii. Przytoczone są nazwiska tych, którzy te pojęcia wprowadzali, źródłosłów terminu i jego definicje. Tak m.in. de Saint Hilaire w 1859 r. definiował rasę jako „poczet osobników pochodzących jedne od drugich i wyróżniających się cechami, które się utrwały”. Buffon uważał rasę za odmianę wytworzoną i ustaloną pod wpływem klimatu, żywienia i trybu życia. Bernier uważał, że termin rasa jest synonimem wyrazu ród. Blumenbach natomiast sądził, że rasy ludzkie nie odgraniczają się od siebie w sposób ostry, i że ostatecznie wszelka klasyfikacja ras jest mniej lub bardziej dowolna. Topinard wyróżniał rasy zasadnicze i typy antropologiczne o specyficznych zespołach cech morfologicznych, uważał jednak, że w grupach ludzkich czystych ras nie ma. Pisał, że nawet Andamańczycy i Eskimosi nie wykazują jednorodności. Zdaniem Kleckiego, zastosowanie do zbiorowisk ludzkich pojęcia rasa w sposób ścisły nie spełniało oczekiwań antropologów. Jednakże w odniesieniu do antropologii etnicznej analizy rozmaitych zbiorowisk ludzkich w podziale na rasy pozwalają na opis układu składników elementarnych. Jednakże analiza zbiorowisk ludzkich na składowe typy fizyczne, czyli na pierwiastki rasowe, zrodziła w drugiej połowie XIX wieku kierunek naukowy, który można nazwać socjo-antropologią albo historiozofią antropologiczną. Badacze, którzy dali początek temu kierunkowi, jak Ammon, de Lapuge i inni, dowodzą, „że różne składowe typy fizyczne, jakie można wyodrębnić np. wśród ludności Europy, mają różną wartość duchową”. Idąc tym tokiem myślowym podążamy w kierunku twierdzenia o nierówności ras – do rasizmu. Klecki był zdania, że do analiz zbiorowisk (populacji) ludzkich, jak również zwierzęcych, można z powodzeniem stosować metody biometryczne, genetyczne i serologiczne. Brak u człowieka możliwości stosowania doświadczeń w badaniach genetycznych marginalizuje ich znaczenie. Jednakże stosowanie metod serologicznych uważał za perspektywiczne. Docenił i omówił wkład von Dungerna, znał i był pod urokiem osiągnięć L. i H. Hirschweldów (1920) i omówił ich pracę pt. *Badania serologiczne nad rasami ludzkimi* nad rozmieszczeniem grup krwi w Europie. W podrozdziale *Rasa w pojęciu zootechniki* dowodził tego, że „pojęcie rasy zrodziło się w praktyce życia i jak wiele innych pojęć, które w taki sposób powstały, jest nacechowane nieścisłością i pewną nieokreślonością”. Te właściwości zachowało ono, gdy zaczęli się nim posługiwać zootechnicy. Wiele uwagi poświęcił dorobkowi naukowemu i poglądom na temat rasy Michała Oczapowskiego – dyrektora Instytutu Gospodarstwa Wiejskiego i Leśnictwa w Marymoncie z lat 1835–1853. Oczapowski, będąc pod wpływem idei Lamarcka, uważał, że za procesy rasotwórcze odpowiada środowisko, klimat i potrzeby hodowców. Teorię stałości ras zwalczał w Niemczech V. Nathusius, który sądził, „że rasa w obrębie gatunku jest taką odmianą, której znamiona przenoszą się z pokolenia na pokolenie, a przy tym mogą się one zmieniać, a nawet zupełnie zatracać pod wpływem

czynników zewnętrznych”. Badacz ten wyróżniał rasy przyrodzone, powstające pod wpływem czynników fizjograficznych, oraz rasy będące wytworem kultury (sztuki hodowlanej) człowieka.

Będąc pod urokiem poglądów Darwina, Klecki przytaczał wielu tych, którzy tę ideę rozwijali. Pisał, że według Darwina w różnych cechach jestestw występują samorzutnie (z nieznanego przyczyny) zmiany, to jest „odchylenia”, czyli „wariacje”. Wśród nich wyróżniał Darwin: 1 – nieznaczne, nieokreślone, dotyczące się tej czy owej cechy – odchylenia osobnicze (indywidualne, spontaniczne), których skutkiem są fluktuacje; 2 – znaczniejsze odchylenia (wariacje) określonej cechy, gdy zdarzają się one u wielu naraz osobników, bądź tylko u niektórych osobników. Znaczniejszym odchyleniom Darwin nie przypisywał większego znaczenia w ewolucji gatunków, trafiają się one rzadko. Klecki uważał, że większość biologów drugiej połowy XIX w. stanęła na gruncie teorii o ewolucji gatunków Darwina.

Może dziwić to, że współcześni Kleckiemu badacze oraz następne pokolenia biologów nie dostrzegli jego dorobku naukowego w zakresie poglądów na gatunki i rasę. Międzywojenna antropologia żyjąca teorią i praktyką ras ludzkich niemal do lat 70. XX w. nie znała Kleckiego. Nie znał pracy Kleckiego K. Stolyhwo, profesor antropologii Uniwersytetu Jagiellońskiego, który na gruncie lamarckizmu osadził odmiany i rasy antropologiczne, twierdząc, że stanowią one historyczny kierunek rozwojowy w obrębie gatunku, że posiadają one specyficzny zespół cech morfologicznych zmieniających się w procesie historycznym pod wpływem specyfiki środowiska. J. Czekanowski, dający podwaliny antroposystematyki grup ludzkich w oparciu o genetykę i statystykę, i jego uczniowie np. Żejmo-Żejmis, który wprowadził pojęcie formacji antropologicznych, też nie znali tej pracy. Byli wśród nich Michalski, Stojanowski, Jaxa-Bykowski, czy bardziej współcześnie Wierciński. Współczesne opracowanie na temat problemu ras, autorstwa Strzałki, Kaszyckiej, Tyraty już z XXI w. też nie grzeszy znajomością książki Kleckiego.

Sądzę, że ostatnia praca J. Strzałki (2009) *Darwin jako antropolog ewolucyjny – problem ras ludzkich*, Kosmos t. 58 nr 3–4, s. 273–278, jest w znacznej mierze zbieżna z poglądami W. Kleckiego.



## INFORMACJE DLA AUTORÓW

1. Prace Naukowe AJD w Częstochowie – seria „Kultura Fizyczna” ukazują się jako rocznik. Publikacje powinny dotyczyć problemów badawczych, którymi zajmują się nauki o kulturze fizycznej (historia, teoria i socjologia kultury fizycznej, problemy rozwoju fizycznego, sprawności i wydolności fizycznej, zdrowia i edukacji prozdrowotnej).
2. Publikujemy prace eksperymentalne, przeglądowe, doniesienia i artykuły polemiczne – w języku polskim i językach obcych, po uzyskaniu pozytywnej recenzji.
3. Redakcja przyjmuje do publikacji wyłącznie prace oryginalne. Objętość nadsyłanych tekstów nie może przekraczać 15 stron (w tym tabele, wykresy, przypisy, bibliografia). Dokument powinien być napisany w formacie A4 standardowego maszynopisu (1800 znaków na stronie, marginesy: górny i dolny – 25 mm, lewy – 35 mm). Zaleca się stosowanie kroju Times New Roman, 12 punktów, odstęp 1,5 wiersza.
4. Pracę należy przesłać w wersji elektronicznej w edytorze Word 6.0 lub Word 7.0 (w formacie doc) z dwoma egzemplarzami wydruku. Praca powinna zawierać: a) imię i nazwisko autora lub autorów; b) tytuł naukowy oraz afiliację; c) tytuł publikacji; d) streszczenie pracy; e) słowa kluczowe pracy; f) dodatkowo w języku angielskim: tytuł pracy, streszczenie, słowa kluczowe ( $\frac{1}{2}$  strony); 7) adres kontaktowy, nr telefonu, e-mail.
5. W razie umieszczenia w pracy rycin, tabel itp. pochodzących z opracowań zamieszczanych w innych czasopismach lub publikacjach książkowych, autor ma obowiązek uzyskania zgody na ich wykorzystanie.
6. Tabele i materiał ilustracyjny (ryciny, wykresy, fotografie) należy zamieścić w osobnych plikach i dokładnie opisać. Miejsca ich wstawienia zaznaczyć na prawym marginesie wydruku tekstu.
  - a) Stopień pisma w tabeli powinien wynosić 9 p, zaś szerokość tabeli nie może przekraczać 125 mm. Nie stosuje się innego formatowania tabeli niż siatka. Tytuł umieszcza się nad tabelą. Przypisy do tabeli umieszcza się bezpośrednio pod nią. W tabeli nie zostawia się pustych rubryk.Obowiązują następujące znaki umowne:
  - pauza (—) – zjawisko nie występuje
  - zero (0) – zjawisko istnieje, jednakże w ilościach mniejszych od liczb, które mogą być wyraźnie uwidocznionymi w tabeli znakami cyfrowymi
  - kropka (.) – zupełny brak informacji lub brak informacji wiarygodnych
  - znak x – wypełnienie rubryki ze względu na układ tabeli jest niemożliwe lub niecelowe
  - „w tym” – oznacza, że nie podaje się wszystkich składników sumy
  - b) Wykresy należy sporządzać za pomocą programów Microsoft Office (Excel, Microsoft Graph). Szerokość wykresu nie może przekraczać 125 mm. Numer i tytuł wykresu zapisuje się nad wykresem. Wykresy sporządzane innymi programami i wklejane jako rysunki, muszą spełniać następujące kryteria:
    - minimalna rozdzielczość to 1200 dpi,
    - dane i opisy zamieszczone na wykresie muszą być zapisane Times New Roman w stopniu 9 p.
    - nie należy projektować trójwymiarowych wykresów, które będą nieczytelne; zaleca się wykresy czarno-białe (desenie), jednowymiarowe,
    - nie stosuje się obramowań pola wykresu, ani obramowań legendy,
    - nie stosuje się tła innego niż białe,
    - nie powtarza się tytułu wykresu ani zapisu „Źródło:...” na obszarze kreślenia.

- c) Wielkość ilustracji musi być dostosowana do formatu B5. Minimalna rozdzielczość ilustracji to 1200 dpi.
7. Zasady opisów bibliograficznych:
- a) w części pierwszej, z zakresu humanistycznych i teoretycznych podstaw kultury fizycznej, należy stosować przypisy dolne; obowiązuje alfabetyczny układ bibliografii (pozycje bibliografii nie są numerowane);
- przykładowe przypisy: J. Nawrocki, J. Mrzygłód, *W szczęku stalowych kling*, Warszawa 1957, s. 114–119; *Kultura somatyczna kleryków*, red. Z. Dziubiński, Warszawa 1996, s. 18; M. Ponczek, *Związki Kościoła Katolickiego z „Sokołem” Ziemi Łódzkiej do 1939 r.*, [w:], *Studia z historii i organizacji kultury fizycznej*, red. A. Nowakowski, Częstochowa 1997; J. Konopnicki, *Wychowanie fizyczne w gimnazjum wołyńskim*, „Kultura Fizyczna” 1956, nr 3, s. 175–177.
  - przykładowe opisy bibliograficzne: Barabas S., *Wspomnienia narciarza*, Zakopane 1914; *Maków Podhalański*, red. L. Mrocza, Kraków 1978; Chełmecki J., Wilk S., *Wybrane czynniki społeczno-polityczne kształtowania modelu organizacyjnego kultury fizycznej w Polsce Ludowej*, [w:] *Wybrane problemy organizacji kultury fizycznej w Polsce. Z warsztatów badawczych*, Warszawa 1987; Hądzelek K., *Wychowanie fizyczne na ziemiach polskich przed odzyskaniem niepodległości*, „Wychowanie Fizyczne i Sport” 1993, nr 4.
- b) w części drugiej numer pozycji bibliograficznej podajemy w nawiasie kwadratowym wewnątrz tekstu głównego; obowiązuje alfabetyczny układ bibliografii (pozycje bibliografii są numerowane w nawiasach kwadratowych).
- przykładowe opisy bibliograficzne: [1] Arska-Kotlińska M., Bartz J., Wieliński D. (2002): *Wybrane zagadnienia statystyki dla studiujących wychowanie fizyczne*. AWF Poznań; [2] Denisiuk L. (1969): *Opis testów motorycznych oraz metody przeprowadzania prób i oceny wyników*. [w:] *Rozwój sprawności motorycznej dzieci i młodzieży w wieku szkolnym*. PZWS. Warszawa, 74–83.
8. Termin składania prac do kolejnego zeszytu upływa 31 stycznia 2011 r.
- Prace należy nadsyłać na adres redaktorów naukowych Zeszytu:  
Joanna Rodziewicz-Gruhn (j.rodziewicz@ajd.czyst.pl)  
Eligiusz Małolepszy (e.malolepszy@ajd.czyst.pl)  
Instytut Kultury Fizycznej  
al. Armii Krajowej 13/15  
42-200 Częstochowa  
tel. (0-34) 365-59-83
- Redaktorzy naukowcy informują, że każdy zeszyt naukowy będzie umieszczany na stronie internetowej Biblioteki Głównej AJD w Częstochowie, w wersji elektronicznej.