

KULTURA FIZYCZNA XV

NR 3

RADA NAUKOWA

- Ryszard ASIENKIEWICZ (Uniwersytet Zielonogórski)
Miroslav BOBRIK (Słowacki Uniwersytet Techniczny w Bratysławie)
Valentin CONSTANTINOV (Uniwersytet Państwowy Tiraspol z siedzibą
w Kiszyniowie)
Tomáš DOHNAL (Uniwersytet Techniczny w Libercu)
Karol FEČ (Uniwersytet Pavla Jozefa Šafárika w Koszycach)
Elena GODINA (Rosyjski Państwowy Uniwersytet Wychowania Fizycznego, Sportu
i Turystyki)
Karol GÖRNER (Uniwersytet Mateja Bela w Bańskiej Bystrzycy)
Wiktor Władimirowicz GRIGORIEWICZ (Grodzieński Państwowy Uniwersytet
Medyczny)
Michal JIŘÍ (Uniwersytet Mateja Bela w Bańskiej Bystrzycy)
Tomasz JUREK (Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu. Zamiejscowy
Wydział Kultury Fizycznej w Gorzowie Wlkp.)
Jerzy KOSIEWICZ (Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie)
Jurij LIANNOJ (Sumski Państwowy Uniwersytet Pedagogiczny im. Antona Makarenki)
Wojciech LIPONSKI (Uniwersytet Szczeciński)
Andrzej MALINOWSKI (Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu)
Veaceslav MANOLACHI (Państwowy Uniwersytet Wychowania Fizycznego i Sportu
w Kiszyniowie)
Josef OBORNÝ (Uniwersytet Komeńskiego w Bratysławie)
Andrzej PAWLUCKI (Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu)
Joanna RODZIEWICZ-GRUHN (Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie)
Anatolij TSOS (Wschodnioeuropejski Państwowy Uniwersytet im. Łesi Ukrainki
w Łucku)
Marek WAIC (Uniwersytet Karola w Pradze)
Barbara WOYNAROWSKA (Uniwersytet Warszawski)

LISTA RECENZENTÓW

- Doc. MUDr. Mirianna BRTKOVÁ, PhD.; prof. dr hab. Wojciech CYNARSKI; Doc.
PaedDr. Nora HALMOVÁ, PhD.; prof. dr hab. Tomasz JUREK; dr hab. prof. UR Paweł
KRÓL; dr hab. Maria NOWAK; Doc. PaedDr. Ivan UHER, PhD.; dr hab. prof. US
Renata URBAN; dr hab. prof. OSW Jerzy URNIAŻ; dr hab. prof. UP Bożena
WÓJTOWICZ; Doc. PaedDr. Klaudia ZUSKOVÁ, PhD.

Nadesłane do redakcji artykuły są oceniane anonimowo przez dwóch Recenzentów

PRACE NAUKOWE
AKADEMII IM. JANA DŁUGOSZA W CZĘSTOCHOWIE

KULTURA FIZYCZNA

TOM XV

NR 3



Częstochowa 2016

Redaktor Naczelny
Eligiusz MAŁOLEPSZY

Redaktor Naczelny Wydawnictwa
Andrzej MISZCZAK

Redaktorzy naukowi
Teresa DROZDEK-MAŁOLEPSZA,
Joanna RODZIEWICZ-GRUHN

Korekta i redakcja techniczna
Piotr GOSPODAREK

Sekretarz redakcji
Arkadiusz PŁOMIŃSKI

Projekt okładki
Sławomir SADOWSKI

Redaktor statystyczny
Paulina UCIEKLAK-JEŻ

Redaktorzy językowi
Dariusz JAWORSKI, Andrzej WĄTROBA

PISMO RECENZOWANE

Pierwotną wersją periodyku jest publikacja papierowa

Strona internetowa czasopisma
<http://www.wp.ajd.czyst.pl/kultura-fizyczna>

Czasopismo indeksowane w bazach:
Agro, BazHum (Baza Czasopism Humanistycznych i Społecznych),
CEJSH (The Central European Journal of Social Sciences and Humanities),
ERIH PLUS (The European Index for the Humanities and the Social Sciences),
Index Copernicus (IC Journals Master List), PBN (Polska Bibliografia Naukowa)

© Copyright by Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie
Częstochowa 2016

ISSN 1895-8680

(poprzedni ISSN dla tytułu „Prace Naukowe Wyższej Szkoły Pedagogicznej
w Częstochowie. Kultura Fizyczna” 1505-4241)

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

SPIS TREŚCI

CONTENTS

Wstęp	9
CZĘŚĆ I	
DZIEJE KULTURY FIZYCZNEJ W POLSCE I NA ŚWIECIE	
Marlena WYSKOK	
Instrumentalizacja piłki nożnej w państwie totalitarnym na przykładzie Trzeciej Rzeszy	11
An Instrumentalisation of Football in a Totalitarian State on the Example of the Third Reich (Abstract)	23
Julian JAROSZEWSKI, Maciej ŁUCZAK	
The Management of Physical Culture in Łódź in 1945–1949	25
Zarządzanie łódzką kulturą fizyczną w latach 1945–1949 (Streszczenie)	40
Daniel BAKOTA, Arkadiusz PŁOMIŃSKI, Beniamin PIKSA	
Stanisław Szozda (1950–2013) – Forgotten Legend of Polish Cycling ...	41
Stanisław Szozda (1950–2013) – zapomniana legenda polskiego kolarstwa (Streszczenie)	48
CZĘŚĆ II	
TEORIA I METODYKA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO	
Marzena STANIEK, Krystyna GÓRNA-ŁUKASIK	
Warunki do zajęć ruchowych w śląskich przedszkolach	51
Conditions for Exercise Classes in Silesian Nursery School (Abstract)	64
CZĘŚĆ III	
UWARUNKOWANIA ZDROWIA, POSTAWY PROZDROWOTNE, JAKOŚĆ ŻYCIA	
Ivan UHER, Zuzana KŮCHELOVÁ, Iveta CIMBOLÁKOVÁ, Ján PIVOVARNÍK	
Physical Activity and Health	67
Aktywność fizyczna a zdrowie (Streszczenie)	74
Agata HORBACZ, Alena BUKOVÁ, Aurel ZELKO	
Changes in Body Composition of Senior Females Induced by Strength-Endurance Motor Program	75
Zmiany w składzie ciała senierek podczas programu siłowo-wytrzymałościowego (Streszczenie)	89

Dávid KAŠKO	
Postural Stability of Students of Pavol Jozef Šafárik University	91
Stabilność postawy studentów Uniwersytetu im. Pavola Jozefa Šafárika (Streszczenie) ...	99

CZEŚĆ IV

TURYSTYKA I REKREACJA FIZYCZNA

Marcin POPIEL

Barriers in Undertaking Tourist Activity by Disabled People	103
Bariery w podejmowaniu aktywności turystycznej przez osoby niepełnosprawne (Streszczenie)	110

Ivan MATÚŠ, Jana LABUDOVA

Opinions and Attitudes of Recreational Swimmers from Kosice to Other Sport Activities	111
Opinie i nastawienie pływających rekreacyjnie mieszkańców Kosyc do innych zajęć sportowych (Streszczenie)	121

CZEŚĆ V

BIOGRAMY, DYSKUSJE, POLEMIKI, RECENZJE, PRZEGLĄD WYDAWNICTW, SPRAWOZDANIA

Dariusz SŁAPEK

Tanatoturystyka, sport i... pojednanie? Na marginesie pracy: <i>Поховання спортсів на Личаківському кладовищі</i> , Євген Приступа, Ольга Романчук, Ростислав Коваль, Наталія Базиляк, Юліана Мельник, Лариса Матлашенко, за заг. ред. Є. Приступи. Видавництво „Компанія «Манускрипт»”, 2015, 64 с.	125
---	-----

Ewa MALCHROWICZ-MOŠKO, Izabela WYSZOWSKA

Sprawozdanie z VII Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej „Turystyka w Humanistycznej Perspektywie” nt. „Inspiracje sportem w turystyce kulturowej” (28–29 września 2016 r., Biskupice Wlkp.)	141
---	-----

WSTĘP

Od 2016 r. czasopisma „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie Kultura Fizyczna” ukazuje się jako kwartalnik. W bieżącym roku wydajemy już trzeci numer XV tomu periodyku. Zostały w nim zaprezentowane prace Autorów z różnych ośrodków naukowych w Polsce.

Część I – *Dzieje kultury fizycznej w Polsce i na świecie* – odnosi się do następującej tematyki:

- instrumentalizacja piłki nożnej w państwie totalitarnym na przykładzie Trzeciej Rzeszy,
- zarządzanie łódzką kulturą fizyczną w latach 1945–1949,
- przybliżenie postaci Stanisława Szozdy (1950–2013) – legendy polskiego kolarstwa.

Część II czasopisma obejmuje problematykę teorii i metodyki wychowania fizycznego. W tej części zaprezentowana została praca omawiająca warunki do zajęć ruchowych w śląskich przedszkolach.

W części III – *Uwarunkowania zdrowia, postawy prozdrowotne, jakość życia* – zostały zawarte prace o następującej tematyce:

- aktywność fizyczna a zdrowie,
- zmiany w składzie ciała senierek podczas programu siłowo-wytrzymałościowego,
- stabilność postaw studentów Uniwersytetu im. Pavola Josefa Šafárika.

W IV części – *Turystyka i rekreacja fizyczna* – zamieszczono dwie prace dotyczące:

- barier w podejmowaniu aktywności turystycznej przez osoby niepełnosprawne,
- opinii i nastawień pływających rekreacyjnie mieszkańców Koszyc do innych zajęć sportowych.

W końcowej części – pt. *Biogramy, dyskusje, polemiki, recenzje, przegląd wydawnictw, sprawozdania* – została zaprezentowana recenzja monografii naukowej *Groby sportowców na cmentarzu Łyczakowskim we Lwowie*, pod redakcją prof. E. Prystupy z Lwowskiego Państwowego Uniwersytetu Kultury Fizycznej, autorstwa dra hab. Dariusza Słapka. Zamieszczono również sprawozda-

nie z VII Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej z cyklu „Turystyka w Humanistycznej Perspektywie”, zorganizowanej we wrześniu 2016 r. w Biskupicach Wlkp. Tematem przewodnim konferencji były „Inspiracje sportem w turystyce kulturowej”.

Pragnę złożyć serdeczne podziękowania Recenzentom za cenne i życzliwe uwagi, podnoszące wartość niniejszego periodyku. Dziękuję za współpracę Autorom publikacji zamieszczonych w czasopiśmie naukowym. Jednocześnie wyrażam nadzieję, że liczba Osób zainteresowanych publikowaniem własnych osiągnięć naukowych w kolejnych wydaniach czasopisma „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Kultura Fizyczna” się poszerzy.

Eligiusz Małolepszy

CZĘŚĆ I
DZIEJE KULTURY FIZYCZNEJ I TURYSTYKI
W POLSCE I NA ŚWIECIE

Marlena WYSKOK*

Instrumentalizacja piłki nożnej w państwie totalitarnym na przykładzie Trzeciej Rzeszy

Streszczenie

Wzrost znaczenia sportu na początku XX wieku spowodował, że naziści – tworząc Trzecią Rzeszę – szczególną uwagę zwrócili na tę dziedzinę aktywności człowieka. Piłka nożna, jako jedna z najpopularniejszych dyscyplin sportowych, stała się ważnym instrumentem w budowaniu totalitarnego państwa. Przejęcie zwierzchnictwa nad piłką nożną umożliwiło władzom Trzeciej Rzeszy przede wszystkim kontrolę znacznej części społeczeństwa. Piłka nożna stała się też ważnym i wielofunkcyjnym narzędziem propagandy. Służyła nazistom do budowania pożądanых relacji z innymi państwami i pokojowego wizerunku swojego państwa, a przede wszystkim do demonstrowania rzekomej wyższości narodu niemieckiego nad innymi. Ponadto piłkarskie rozgrywki były doskonałym sposobem rozpowszechniania i wzbudzania w narodzie niemieckim poczucia tożsamości z symboliką nazistowską. Piłka nożna była także narzędziem realizacji specyficznie pojmowanych celów wychowawczych Trzeciej Rzeszy.

Słowa kluczowe: piłka nożna, Trzecia Rzesza, propaganda, instrumentalizacja.

Na początku XX wieku nastąpił zdecydowany wzrost popularności sportu, który w efekcie stał się istotnym komponentem kultury masowej. Zwiększające się pole współzawodnictwa, wzrost liczby różnych instytucji, stowarzyszeń i sportowych organizacji ponadnarodowych, odgrywających jednocześnie istotną rolę w polityce i gospodarce światowej, a przy tym umasowienie medialne i szerokie zainteresowanie ludzkości sportem zadecydowały o jego globalnym wymiarze¹. Konsekwencją tego zjawiska było zwrócenie szczególnej uwagi na rolę sportu w istnieniu państwa, przede wszystkim w państwach totalitarnych, które poprzez swój skrajny centralizm i rozbudowany aparat kontrolny ingerowały we

* Mgr, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu; e-mail: marlena_w7@wp.pl.

¹ P. Godlewski, *Globalny i lokalny wymiar współczesnego sportu*, „Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego. Ekonomiczne problemy usług” 2011, nr 78, s. 11.

wszystkie sfery życia społeczeństwa. Właśnie takim państwem była Trzecia Rzesza (1933–1945) pod rządami Adolfa Hitlera i całkowicie mu podporządkowanej Narodowosocjalistycznej Niemieckiej Partii Robotników (Nationalsozialistische Deutsche Arbeiterpartei, NSDAP). W nazistowskim państwie sport został całkowicie podporządkowany polityce Hitlera na następujących płaszczyznach: udziału w sterowaniu nastrojami mas, przygotowania fizycznego młodzieży do szeroko rozumianej służby, zwłaszcza wojskowej, oraz narastającej propagandy nordyckiej wyższości rasowej².

Sport stał się więc dla rządzących nazistów atrakcyjnym narzędziem realizacji kilku ich ważnych celów, w skład których wchodziło przede wszystkim dążenie do kontroli społeczeństwa, jego odpowiednie wychowanie oraz masowa propaganda. Piłka nożna, jako najpopularniejsza dyscyplina sportowa, była wyraźnym przykładem instrumentalnego traktowania sportu przez władze Trzeciej Rzeszy. Jednakże, aby mogła zostać efektywnie wykorzystana przez nazistowskie władze, musiała być wcześniej odpowiednio zreformowana w duchu ideałów Trzeciej Rzeszy i przejść upokarzającą drogę ku całkowitej wasalizacji wobec hitlerowskiej dyktatury. Warto prześledzić kolejne etapy przyporządkowania totalitarnej władzy bardzo popularnej w Niemczech piłki nożnej, głównie w wymiarze organizacyjnym, a pośrednio także w aspekcie sportowym. Tak obrany cel wymagał wykorzystania piśmiennictwa polskiego i niemieckiego, pozyskanego w wyniku podjętej kwerendy bibliotecznej w Polsce i Niemczech³.

Pośród wszystkich dyscyplin sportu piłka nożna zajmowała miejsce szczególne, wskutek czego stała się efektywnym narzędziem służącym realizacji celów niemal każdej władzy. O jej specyfice świadczyła przede wszystkim skala zainteresowania i ekscytacja nią poszczególnych społeczeństw europejskich od lat 20. XX wieku, w tym także Republiki Weimarskiej i później Trzeciej Rzeszy. Niemiecka piłka nożna jest przykładem obrazującym umasowienie sportu w latach 1918–1939, w jego biernej, ale także i czynnej formie⁴. O skali wzrostu zainteresowania właśnie tą dyscypliną sportu w omawianym okresie w Niemczech może świadczyć fakt, że ostatni finał Mistrzostw Niemiec przed I wojną światową, rozegrany w maju 1914 roku, przyciągnął na trybuny sześć tysięcy widzów, natomiast pierwszy finał po wojnie w 1920 roku oglądało prawie sześć razy więcej widzów, tj. ponad 35 000 osób, które – nie mogąc pomieścić się na trybunach – oglądały mecz z dachów autobusów i ciężarówek zaparkowanych koło stadionu⁵. Z kolei finał Mistrzostw Niemiec w czerwcu 1941 roku na sta-

² W. Lipoński, *Historia sportu: na tle rozwoju kultury fizycznej*, Warszawa 2012, s. 548.

³ Pełny wykaz piśmiennictwa zawiera bibliografia, znajdująca się w części końcowej artykułu.

⁴ L. Peiffer, D. Schulze-Marmeling, *Hakenkreuz und rundes Leder. Fußball im Nationalsozialismus*, Göttingen 2008, s. 53–54. Zob. M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku Piłki Nożnej wobec dyktatury nazistowskiej w historiografii Republiki Federalnej Niemiec lat 1980–2010*, „Zapiski Historyczne” 2015, t. 80, z. 1, s. 42–43.

⁵ U. Hesse, *Tor! Historia niemieckiej piłki nożnej*, Otwock 2014, s. 50–51.

dionie olimpijskim w Berlinie, między drużynami Rapid Wiedeń i FC Schalke 04 Gelsenkirchen, oglądało już 95 000 widzów⁶.

Nie bez znaczenia pozostaje też skala rozwoju wszelkich rozgrywek piłkarskich i zasięg organizacyjny Niemieckiego Związku Piłki Nożnej (Deutscher Fußball-Bund, DFB)⁷, istniejącego od 1900 roku, co również wiązało się z dużym oddziaływaniem społecznym. W 1905 roku do tego związku należało 189 294 członków, natomiast w roku 1931 zanotowano ich już 1 025 000. W tymże roku, we wszystkich rozgrywkach ligowych w Niemczech, odbyło się 700 000 spotkań, rozegranych przez ponad 35 000 drużyn⁸.

W przypadku piłki nożnej jako instrumentu politycznego, obok liczby zainteresowanych nią osób, ważne są też emocje, wynikające z podejścia kibiców do tej dyscypliny sportu. W czasie meczów reprezentacji szczególnie uświadamiali sobie oni własną przynależność narodową i wyrażali ją. Zwłaszcza mężczyźni odczuwali łatwość w identyfikowaniu się z narodem, symbolizowanym przez jedenastu młodych i atrakcyjnych zawodników, którzy zajmowali się tym, co wielu spośród kibiców chciałoby robić⁹. Znaczenie piłki nożnej na tle innych dyscyplin dodatkowo uwydatnia kanon wartości, który wtedy jej przypisywano. Ówczesny dziennikarz i propagator piłki nożnej w Niemczech, Walther Bensemann, stwierdził, że uprawianie tego sportu wpaja młodym graczom takie wartości, jak duch koleżeństwa i poczucie wspólnoty, a także uczy podporządkowania, poświęcenia i samozaparcia¹⁰.

Zgodnie z totalitarnym procesem ujednociania (Gleichschaltung) w Trzeciej Rzeszy dążono do pełnej kontroli nad jednostką i wszystkimi sferami życia społecznego, do realizacji czego władze nazistowskie jako narzędzia użyły także piłki nożnej. Zmierzano do całkowitej centralizacji państwa w rękach członków nazistowskiej partii, dlatego każda dziedzina życia powinna była pozostać w sferze jej wpływów (proces tzw. „zrównywania”)¹¹. Oznaczało to zniesienie autonomii wszystkich organizacji i związków, w tym również sportowych. Niemiecki Związek Piłki Nożnej stracił swoją niezależność w maju 1933 roku, kiedy Komisarz Rzeszy ds. Wychowania Fizycznego i Sportu – Hans von Tschammer und Osten – ogłosił główne zasady dotyczące reorganizacji niemieckiego sportu. W wyniku tego DFB stał się jedną z 15 wyspecjalizowanych jednostek sportowych (Fachverbände, Fachsäulen) pod podobną do poprzedniej nazwą – Deutscher Fußball-Verband. Wszystkie jednostki podlegały wówczas tymczasowemu Zarządowi ds. Wychowania Fizycznego (Reichsführerring für Leibesübungen),

⁶ L. Peiffer, D. Schulze-Marmeling, *Hakenkreuz und rundes Leder...*, s.40.

⁷ Dalej w tekście jako DFB.

⁸ M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku...*, s. 41.

⁹ E. Hobsbawn, *Narody i nacjonalizm po 1780 roku. Program, mit, rzeczywistość*, Warszawa 2010, s. 151.

¹⁰ M. Herzog, *Fußball zur Zeit des Nationalsozialismus*, Stuttgart 2008, s. 16.

¹¹ M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku...*, s. 40.

który następnie w styczniu 1934 roku przekształcony został w Niemiecki Związek Rzeszy ds. Ćwiczeń Fizycznych (Deutscher Reichsbund für Leibesübungen, DRL)¹². Z kolei w tej strukturze wszystkie związki sportowe przydzielono do 21 wyspecjalizowanych urzędów, z których największym był właśnie Urząd ds. Piłki Nożnej (Fachamt Fußball)¹³. Na jego czele stanął, mianowany przez Hansa von Tschammera und Ostena, dotychczasowy przewodniczący DFB – Felix Linnemann. Był to proces tzw. pierwszego „zrównania”¹⁴.

Ostateczne i całkowite formalne podporządkowanie DFB zwierzchności NSDAP nastąpiło na podstawie rozporządzenia Hitlera z 21 grudnia 1938 roku, w wyniku czego związek stał się jednym z urzędów (Reichsfachamt für Fußball¹⁵) Narodowosocjalistycznego Związku Rzeszy ds. Ćwiczeń Fizycznych (Nationalsozialistischer Reichsbund für Leibesübungen, NSRL)¹⁶, który był od-tąd oficjalnym urzędem kierującym sportem Trzeciej Rzeszy i jednocześnie organizacją prowadzoną przez NSDAP¹⁷. Proces ten stanowił drugą fazę wspomnianego wcześniej „zrównania”¹⁸. Na tym etapie ujednoczenia rada związku była już wybierana przez zwierzchników partyjnych na podstawie pozytywnego stosunku do partii, z kolei na poziomie drużyn umocniła się zasada dotycząca możliwości interwencji nazistowskiej partii i usunięcia członków zarządu sekcji, jeśli ich działanie nie było do pogodzenia z polityką państwa. Samo powoływanie zarządu powinno było też następować w porozumieniu z odpowiednim organem partyjnym¹⁹. Choć kierownictwo związku było od początku uległe wobec decyzji nazistowskich władz²⁰, ostatecznie nie uniknięto całkowitego rozwiązania DFB²¹. Po zakończeniu XI Letnich Igrzysk Olimpijskich w Berlinie w 1936 roku, kiedy Trzecia Rzesza nie musiała już sprawiać pozorów w kwestii demokratycznie administrowanych związków i instytucji sportowych, w partyjnych kręgach zaczęły pojawiać się głosy o braku ideologicznych fundamentów i liberalnym nastawieniu DFB oraz o konieczności jego rozwiązania²².

¹² L. Peiffer, D. Schulze-Marmeling, *Hakenkreuz und rundes Leder...*, s. 32–35. Nazwa związku dalej w tekście jako DRL.

¹³ G. Fisher, U. Lindner, *Stürmer für Hitler. Vom Zusammenspiel zwischen Fußball und Nationalsozialismus*, Göttingen 1999, s. 56.

¹⁴ M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku...*, s. 42.

¹⁵ N. Havemann, *Fußball unterm Hakenkreuz. Der DFB zwischen Sport, Politik und Kommerz*, Bonn 2005, s. 211.

¹⁶ Dalej w tekście jako NSRL.

¹⁷ G. Fisher, U. Lindner, *Stürmer für Hitler...*, s. 61.

¹⁸ M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku...*, s. 42–43.

¹⁹ L. Peiffer, D. Schulze-Marmeling, *Hakenkreuz und rundes Leder...*, s. 74.

²⁰ M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku...*, s. 43.

²¹ N. Havemann, *Fußball unterm Hakenkreuz*, „Aus Politik und Zeitgeschichte” 2006, nr 19, s. 7, <http://www.bpb.de/gesellschaft/sport/fussball-wm-2006/73595/fussball-unterm-hakenkreuz?p=6>, [dostęp: 7.05.2015].

²² To właśnie organizacja międzynarodowej imprezy sportowej i nadzór zewnętrznej instytucji, jaką w tym przypadku był Międzynarodowy Komitet Olimpijski, zdecydowały o początkowo

Rozpoczęto więc proces stopniowego likwidowania związku przez częściową redukcję personelu, aż całkowicie zastąpiono go wspomnianym wcześniej nazistowskim urzędem – Reichsfachamt für Fußball, w którym jednak znalazła się znaczna część czołowych funkcjonariuszy DFB, gotowa na realizację nazistowskich wytycznych²³. Formalne rozwiązanie Niemieckiego Związku Piłki Nożnej nastąpiło w kwietniu 1940 roku, a jego majątek trafił bezpośrednio do NSRL²⁴. Nadrzędnym założeniem owego stopniowego podporządkowywania DFB – najpierw zaleceniom odpowiedniego Komisarza Rzeszy, potem DRL, a następnie NSRL – było wprowadzenie od samego początku na wszystkich szczeblach decyzyjnych DFB totalitarnej zasady wodzostwa (Führerprinzip), oznaczającej bezwzględne posłuszeństwo wobec decyzji przełożonych, dla których podstawę stanowiły decyzje Hitlera. Po 1936 roku, kiedy zniknęły przeszkody do oficjalnego przejścia kierownictwa nad całą strukturą niemieckiej piłki nożnej, ta dyscyplina sportu znalazła się bezpośrednio w rękach nazistów jako cenne narzędzie kontroli społeczeństwa, chociaż w praktyce już wcześniej straciła swoją pełną niezależność (która do 1936 roku tolerowana była tak dalece, jak pozwoliło na to kierownictwo partii i sam Hitler).

W maju 1933 roku, kiedy dotychczasowa struktura piłki nożnej stała się jedną z wyspecjalizowanych jednostek sportowych (Fachverbände, Fachsäulen), a rok później Urzędem ds. Piłki Nożnej (Fachamt Fußball), wszelkie funkcje DFB przeszły właśnie w ręce tego urzędu, a DFB pozostał jedynie „koleżeńskim związkiem drużyn piłkarskich” – jako fasada, głównie z powodu jego przynależności do Międzynarodowej Federacji Piłki Nożnej (FIFA)²⁵. Zgodnie z wodzowskim charakterem państwa, przemianie uległa zarówno struktura administracyjna DFB, jak i rozgrywek piłkarskich. Nowa organizacja DFB opierała się więc na pełnej centralizacji²⁶. Dotychczasową federalną strukturę niemieckiej piłki nożnej tworzyło siedem związków krajowych (Landesverbände): Baltischer Sport Verband, Norddeutscher Fußball-Verband, Süddeutscher Fußball-und-Leichtathletik-Verband, Südostdeutscher Fußball-Verband, Westdeutscher

tylko częściowym i ostatecznie opóźnionym zreformowaniu niemieckiego sportu zgodnie z nazistowskimi poglądami (tzw. dwuetapowy proces „zrównania”). Chciano uniknąć w ten sposób dyskusji nad bojkotem igrzysk w Berlinie przez szereg innych państw, co mogłoby wynikać z podporządkowania centralnych instytucji niemieckiego sportu partii rządzącej. Wszelkie związki gimnastyczne i sportowe pozostały więc z taktycznych względów tymczasowo nienaruszone, był to swego rodzaju okres ochronny dla poszczególnych klubów sportowych, [za:] B. Bahro, *Der SS-Sport: Organisation, Funktion, Bedeutung*, Paderborn 2013, s. 140; M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku...*, s. 42–43.

²³ M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku...*, s. 41, 43. W artykule obszerna analiza motywów współdziałania elity DFB z nazistowskimi władzami w świetle historiografii RFN z lat 1980–2010.

²⁴ N. Havemann, *Fußball unter...*, s. 7.

²⁵ G. Kolbe, *Der BVB in der NS-Zeit*, Göttingen 2002, s. 37.

²⁶ G. Fisher, U. Lindner, *Stürmer für Hitler...*, s. 56.

Spiel-Verband, Verband Brandenburgischer Ballspielvereine oraz Verband Mitteldeutscher Ballspiel-Vereine, które w ramach DFB posiadały znaczny stopień samodzielności²⁷. O mistrzostwo Niemiec walczyli zwycięzcy z poszczególnych związków krajowych w systemie pucharowym²⁸.

Od 1933 roku rozpoczął się stopniowy proces likwidacji tych związków, a na ich miejsce wprowadzono – oparty na kryteriach geograficzno-politycznych – podział na 16 jednostek określanych nazwą krajów (Gau): 1. Ostpreußen, 2. Pommern, 3. Berlin-Brandenburg, 4. Schlesien, 5. Sachsen, 6. Mitte, 7. Nordmark, 8. Niedersachsen, 9. Westfalen, 10. Niederrhein, 11. Mittelrhein, 12. Hessen, 13. Südwest, 14. Baden, 15. Württemberg, 16. Bayern. W 1938 roku, w wyniku przyłączenia do Trzeciej Rzeszy Austrii i czechosłowackich Sudetów, powstały jeszcze Gau 17. Ostmark i 18. Sudetenland. Wraz przebiegiem wojny, na kolejnych obszarach wcielanych bezpośrednio do państwa hitlerowskiego, powstawały kolejne piłkarskie jednostki Gau, m.in. w Kraju Warty (Wartheland). Stąd też najważniejsze krajowe rozgrywki ligowe określano mianem Gauligi. Niższym szczeblem rozgrywek była klasa rejonowa (Bezirksklassen) i okręgowa (Kreisklassen)²⁹. W każdej Gaulidze grało dziesięć drużyn. Następnie, po wyłonieniu mistrzów we wszystkich jednostkach, dzielono ich na cztery grupy, których zwycięzcy grali w systemie pucharowym o tytuł mistrza Niemiec. Na czele Gau stał specjalny kierownik (Gaufachamtsleiter), mianowany przez kierownika Urzędu ds. Piłki Nożnej (Fachamtsleiters), a więc Felixa Linnemanna, i zatwierdzany przez samego przywódcę sportu Trzeciej Rzeszy (Reichssportführera), Hansa von Tschammera und Ostena.

Pomimo wielu zmian strukturalno-administracyjnych w pierwszej fazie ujednociania, do roku 1936, a nawet 1938, personalnie i organizacyjnie wiele rzeczy w niemieckiej piłce nożnej pozostawiono „po staremu”, co w znaczącym stopniu wynikało oczywiście z dbania o pozytywną opinię międzynarodową³⁰. Dlatego też może powstać mylne wrażenie, iż nadzór nad niemiecką piłką nożną był w rzeczywistości minimalny, a więc nie mogła być ona w żaden sposób wykorzystana przez nazistów jako narzędzie kontroli. Jednakże wydaje się to błędnym rozumowaniem, ponieważ zarówno zachowanie (w większości dotychczasowego) personelu DFB, jak i swoboda przy organizacji wielu spraw piłkarskich, były w rzeczywistości tylko kontrolowaną niezależnością³¹. To właśnie dzięki kontrolowanym strukturom niemieckiej piłki nożnej nazistowskie władze miały wgląd w sytuację i zapatrywania określonej grupy społeczeństwa. Dzięki temu mogły pozostawić związkowi pewien zakres (tolerowanej) niezależności, tym bardziej, że kierownictwo DFB postanowiło dostosować się do nowego re-

²⁷ N. Havemann, *Fußball unterm Hakenkreuz. Der DFB zwischen...*, s. 117.

²⁸ U. Hesse, *Tor! Historia niemieckiej piłki...*, s. 41.

²⁹ G. Kolbe, *Der BVB...*, s. 39.

³⁰ G. Fisher, U. Lindner, *Stürmer für Hitler...*, s. 51, 58–59.

³¹ N. Havemann, *Fußball unterm Hakenkreuz. Der DFB zwischen...*, s. 117.

zimu³² – nie było zatem konieczności zmiany kierowniczego personelu i głębokiego ingerowania w jego działalność.

Dodatkowo, szczęśliwym zbiegiem okoliczności dla nazistów, sytuacja ta szła w parze z zabiegami o pozytywny odbiór na arenie międzynarodowej. W praktyce piłka nożna, tak jak inne obszary życia społecznego, pozostawała pod ścisłą kontrolą nazistowskiej władzy. Przejęcie zwierzchnictwa nad rozbudowanymi strukturami DFB, które obejmowały całe państwo, było więc skutecznym sposobem uzyskania kontroli nad określoną grupą społeczeństwa, której poczynania z zamiłowaniem śledziły dodatkowo jeszcze tysiące obywateli. Dzięki wniknięciu w struktury piłki nożnej władze mogły uniknąć sytuacji, w której tak popularna dyscyplina sportu, jaką już wówczas była piłka nożna, stałaby się autonomiczną wnątką ich totalitarnego państwa i środowiskiem opozycyjnego dyskursu. Narodowi socjaliści uzyskali pełną możliwość nadzorowania i wpływania na decyzje poszczególnych jednostek i organów związku³³.

Piłka nożna w Trzeciej Rzeszy była też dobrym narzędziem do realizacji nazistowskich celów wychowawczych. W kontekście przygotowań wojennych nazistów nie do przecenienia była aktywność piłkarska³⁴. Ponadto już w okresie Republiki Weimarskiej dostrzeżono prozdrowotny wpływ piłki nożnej także na widzów, którzy dzięki niej co najmniej 90 minut przebywali na świeżym powietrzu³⁵. Wszelkie elementy wychowania fizycznego młodzieży – jako zamiennika dla ograniczeń wojskowych narzuconych Niemcom po I wojnie światowej – były ważnym tematem już w parlamencie Republiki Weimarskiej³⁶. Naziści poprzez piłkę nożną i jej rozbudowane struktury zamierzali zadbać też o ideologiczne wychowywanie piłkarzy, skutkiem czego zalecano prowadzenie we wszystkich drużynach szkolenia światopoglądowego (Dietwesen), które jednakże – wskutek braku formalnego rozkazu – przez wiele drużyn było ignorowane lub tylko połowicznie przeprowadzone. Do końca 1936 roku aż 28 procent wszystkich klubów nigdy nie zatrudniło osób odpowiedzialnych za przeprowadzenie szkolenia³⁷.

Innym celem, jaki władze nazistowskie chciały zrealizować przy pomocy piłki nożnej, była propaganda³⁸, do realizacji której tak popularna dyscyplina, jak piłka nożna, nadawała się doskonale. Jeszcze w 1930 roku DFB odmówił

³² Tamże, s. 93. Zob. też przyp. 23.

³³ D. Schulze-Marmeling, *Der gezähmte Fußball – Zur Geschichte eines subversiven Spiels*, Göttingen 1992, [za:] G. Kolbe, *Der BVB...*, s. 35.

³⁴ H. Grüne, *1933 bis 1945: Siege für den Führer. Gleichschaltung des DFB / WM – Driter 1934 / Blamage bei der Olympiade / Herbergers Listen / Gescheiterte WM – Mission 1938 / Fußball im Krieg*, [in:] D. Schulze-Marmeling (Hg.), *Die Geschichte der Fußball – Nationalmannschaft*, Göttingen 2004, s. 83–87, [za:] M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku...*, s. 49–50.

³⁵ L. Peiffer, D. Schulze-Marmeling, *Hakenkreuz und rundes Leder...*, s. 49.

³⁶ H.J. Teichler, *Internationale Sportpolitik im Dritten Reich*, Schorndorf 1991, s. 22.

³⁷ N. Havemann, *Fußball unterm Hakenkreuz. Der DFB zwischen...*, s. 132.

³⁸ M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku...*, s. 61.

uczestnictwa w pierwszych Mistrzostwach Świata w Piłce Nożnej w Urugwaju z powodu bardzo istotnej dla niego kwestii amatorstwa. Dotyczyło to udziału w turnieju innych reprezentacji złożonych z profesjonalistów, z którymi oficjalnie amatorska reprezentacja Niemiec nie powinna grać. Jednakże w ciągu kilku następnych lat, kiedy u władzy znaleźli się naziści, mimo trwania przy amatorskiej piłce nożnej, wręcz pożądanym stał się udział reprezentacji Niemiec w międzynarodowych rozgrywkach, ponieważ naziści chcieli wykorzystać piłkę nożną jako narzędzie propagandy. W latach 1923–1932 niemiecka reprezentacja rozegrała 53 mecze międzynarodowe, natomiast w okresie następnych dziesięciu lat – 106, czyli aż dwa razy więcej niż we wcześniejszej dekadzie³⁹.

Jednym z przesłań owej propagandy było pokazanie światu, że mimo diametralnej zmiany władzy w Niemczech, pozostają one nadal państwem cywilizowanym, którego społeczeństwo może normalnie funkcjonować i cieszyć się pełną wolnością. Potwierdzić to miało m.in. wspomniane wcześniej utworzenie w 1934 roku oficjalnie niezależnej organizacji centralnej niemieckiego sportu – Niemieckiego Związku Rzeszy ds. Ćwiczeń Fizycznych (DRL), który formalnie przejął obowiązki funkcjonującej w okresie Republiki Weimarskiej Niemieckiej Państwowej Komisji ds. Wychowania Fizycznego (Deutscher Reichsausschuss für Leibesübungen, DRA), a także fasadowe utrzymanie DFB – aczkolwiek niezależność tych organizacji od nazistowskiej władzy była tylko pozorna. Musiały one jednak funkcjonować ze względów propagandowych, by dać do zrozumienia innym państwom i organizacjom międzynarodowym, jak np. FIFA, że społeczeństwo hitlerowskich Niemiec, tak jak w innych cywilizowanych państwach, cieszy się prawem do wolnej samoorganizacji. Ponieważ w październiku 1933 roku Niemcy opuściły Ligę Narodów, konieczne wydawało się stworzenie wrażenia pluralistycznego i otwartego na współpracę międzynarodową państwa⁴⁰.

Innym wymiarem propagandy, realizowanym za pomocą piłki nożnej, było dążenie do tworzenia pozytywnych opinii o hitlerowskich Niemczech⁴¹, a poprzez to budowanie pożądanym relacji z innymi państwami i społeczeństwami. Odpowiednim przykładem zabiegania o przychylne opinie międzynarodowe jest pierwszy mecz niemieckiej reprezentacji piłki nożnej po objęciu przez Hitlera urzędu kanclerza. Odbył się on w Berlinie 19 marca 1933 roku przeciwko reprezentacji Francji. Istotne były w tym przypadku liczne wyrazy zaniepokojenia, publikowane we francuskiej prasie w przededniu spotkania, a wynikające z troski o bezpieczeństwo ich własnej reprezentacji i kibiców. To zaniepokojenie uzasadniano panującymi u wschodniego sąsiada nastrojami mobilizacyjnymi do tego stopnia, że nawet odradzano kibicom podróż na ten mecz. Wobec takiej sytuacji we Francji, nowe władze niemieckie – bardzo potrzebujące pochlebnych opinii, jakoby Trzecia Rzesza była państwem przyjaznym i pokojowo nastawio-

³⁹ U. Hesse, *Tor! Historia niemieckiej piłki...*, s. 88.

⁴⁰ G. Fisher, U. Lindner, *Stürmer für Hitler...*, s. 59.

⁴¹ M. Stępiński, *Działacze Niemieckiego Związku...*, s. 60.

nym – szczególnie zadbały o odpowiednie przyjęcie piłkarzy i kibiców z Francji. Niemcy pragnęli swoim przyjacielskim nastawieniem i pokojową atmosferą przekonać do siebie francuską, i nie tylko, opinię publiczną. Nazistowskie władze zadbały więc w każdym detalu o uniwersalny, powszechnie akceptowany charakter spotkania. Propagandowy sukces omawianego meczu piłki nożnej potwierdza wyrażona po spotkaniu opinia Jules'a Rimeta, francuskiego prezydenta FIFA. Chwalił on wzorowy spokój i porządek w państwie Hitlera, świadczący – jego zdaniem – o wysokiej kulturze całego narodu niemieckiego, i wyraził potrzebę zmiany panujących we Francji fałszywych poglądów o Niemcach⁴².

Zatem i w tym przypadku piłka nożna okazała się skutecznym narzędziem propagandy – dała możliwość ukształtowania pożądanego przez Niemcy własnego wizerunku. Poprzez takie budowanie pozytywnego obrazu państwa, władze nazistowskie chciały też wielokrotnie wpłynąć na zbudowanie odpowiednich relacji z poszczególnymi krajami. Sam przywódca sportu Rzeszy, Hans von Tschammer und Osten, otrzymał polecenie, ażeby wykorzystać ponadnarodowy charakter rywalizacji sportowej w celu poprawienia trudnego międzynarodowego położenia Niemiec⁴³. Zjawisko to uwidoczniło się podczas meczów rozgrywanych z reprezentacją Polski, których w okresie nazistowskim – do momentu wybuchu wojny i okupacji Polski – rozegrano pięć. Liczba ta i jej wymiar propagandowy wydają się szczególnie ważne, gdyż wcześniej, w ciągu kilkunastoletniej historii Republiki Weimarskiej, do takiego spotkania nie doszło. Wystarczyło jednak kilka miesięcy rządów nazistów, by już w październiku 1933 roku pojawiły się pierwsze propozycje rozegrania polsko-niemieckiego meczu piłki nożnej.

Sytuacja ta wynikała z faktu, że w tym przypadku, mecze piłkarskie miały podłoże polityczne. Stosunki państwowe między Niemcami a Polską od roku 1919 były szczególnie napięte, czego przyczyn należy upatrywać przede wszystkim w dążeniu obu państw do rewizji granic ustalonych na podstawie decyzji traktatu wersalskiego i w sporach natury gospodarczej. Na początku lat 30. XX wieku natężenie niemieckiej polityki rewizjonistycznej wyraźnie wzrosło, a wraz z nim wzajemna niechęć. Jednakże stosunki te zmieniły się na lepsze w 1933 roku, gdy u władzy znalazł się Hitler. Poprawa stosunków z Polską była mu chwilowo potrzebna ze względów strategicznych. Nie chciał on dopuścić do przedwczesnego i jednoczesnego konfliktu z dwoma sąsiadami, tj. Polską i Francją. Interwencja zachodniego sąsiada Niemiec i innych sygnatariuszy traktatu wersalskiego mogłaby wynikać z powodu stopniowego łamania przez Hitlera postanowień pokojowych dotyczących limitów uzbrojenia i przygotowań wojennych. Na przełomie lat 1933/1934 militarnie jeszcze słabe Niemcy nie byłyby w stanie przeciwstawić się zagrożeniu państwa z dwóch stron, dlatego chciały

⁴² N. Havemann, *Fußball unterm Hakenkreuz. Der DFB zwischen...*, s. 143.

⁴³ D. Hertz-Eichenrode, *Sportsfreunde? Die deutsch-polnischen Fußball-Länderspiele von 1933 bis 1938*, [in:] D. Blecking, L. Peiffer, R. Traba (Hg.), *Vom Konflikt zur Konkurrenz. Deutsch-polnisch-ukrainische Fußballgeschichte*, Göttingen 2014, s. 119.

uniknąć współdziałania Francji i Polski⁴⁴. Pełniący funkcję naczelnika okręgu NSDAP (Gauleitera) w Wolnym Mieście Gdańsku, Albert Forster, przekonywał, że organizacja meczu piłki nożnej między reprezentacjami Niemiec i Polski na terenie Wolnego Miasta Gdańska byłaby cennym wsparciem dla aktualnych starzeń rządu Rzeszy w sprawie poprawy niemiecko-polskich stosunków. Wyraźnie widać więc, że piłka nożna była traktowana jako propagandowe narzędzie zabiegania o przychylność rządu i społeczeństwa polskiego⁴⁵.

O tym, jak ważnym instrumentem w – tylko propagandowym – zdobywaniu politycznych przyjaciół był futbol, świadczy mecz rozegrany w Warszawie we wrześniu 1934 roku między obiema reprezentacjami, po którym niemieccy przedstawiciele dyplomatyczni relacjonowali, że ich drużyna została zobowiązana: „[...] w pierwszym rzędzie piękny i rycerski mecz zagrać i tylko w drugiej kolejności myśleć o zwycięstwie”⁴⁶. Piłka nożna została więc tak silnie zaangażowana w politykę, że musiała ustąpić jej miejsca. Ostatecznie jednak, po długim prowadzeniu Polaków, mecz zakończył się zwycięstwem Niemców 5:2. Przy wszystkich spotkaniach rozgrywanych w tym okresie rzeczywiście panował pożądaný przez nazistowskie władze klimat przyjaźni. Zainteresowanie społeczeństwa polskiego i niemieckiego było ogromne, a liczne gazety niemieckie informowały o wzajemnym szacunku i serdeczności tak obu drużyn, jak i kibiców. Niemniej, kiedy militarna pozycja Hitlera umocniła się, a jego ekspansjonistyczna polityka nie potrzebowała już kamuflażu, zbędne stało się zabieganie o przychylność państwa polskiego, które ostatecznie zostało celem militarnej agresji. Wstępem do tego była decyzja Reichsportführera z maja 1939 roku o zakazie startu niemieckich sportowców w Polsce.

Kolejnym wymiarem propagandy realizowanej przy pomocy piłki nożnej w Trzeciej Rzeszy było ukazanie doskonałości, wyższości narodu niemieckiego i rasy aryjskiej. Tak jak zwycięstwa we wszystkich dyscyplinach sportowych, również i te w bardzo popularnej piłce nożnej, miały potwierdzać nieprzeciętność Aryjczyków. O rasowym fanatyzmie nazistów świadczy wiele sportowych wydarzeń, np. przedstawienie zwycięstwa niemieckiego boksera Maxa Schmelinga nad czarnym Amerykaninem Joe Louisem w 1936 roku jako triumfu rasy aryjskiej nad rasą niższą, czy niepodanie ręki przez Hitlera czarnoskóremu Amerykaninowi Jessemu Owensowi w ramach gratulacji po zdobyciu w Berlinie olimpijskiego złotego medalu w biegu na 100 metrów. Rasistowskie przekona-

⁴⁴ Aby wykluczyć Polskę z kręgu potencjalnych przeciwników, doprowadzono do podpisania przez obydwa państwa w styczniu 1934 roku układu o niestosowaniu przemocy we wzajemnych stosunkach na okres dziesięciu lat. Jednym ze środków do osiągnięcia poprawy wzajemnych relacji była również piłka nożna. Zob. D. Hertz-Eichenrode, *Sportsfreunde? Die deutsch-polnischen...*, s. 117–118.

⁴⁵ Tamże, s. 118.

⁴⁶ „[...] in erster Linie ein schönes und ritterliches Spiel zu liefern und nur in zweiter Linie an den Sieg zu denken”, [za:] tamże, s. 116.

nie o doskonałości aryjskiego narodu niemieckiego miało zostać potwierdzone właśnie przez spektakularne zwycięstwa olimpijskie, do czego idealną okazją miały być berlińskie igrzyska z 1936 roku. To właśnie na Igrzyskach Olimpijskich w Berlinie mecz piłki nożnej bardzo dobrze egzemplifikował wyłącznie propagandową – obliczoną na zwycięstwo Aryjczyków – rolę sportu. Reprezentacja Niemiec przegrała w ćwierćfinale z Norwegią 0:2. Hitler, dostrzegając zbliżającą się porażkę, opuścił stadion w Berlinie po 70 minutach. Trafne wydaje się więc określenie D. Harta-Daviesa, który stwierdził, że Hitler był niezwykle cynicznym człowiekiem, który traktował igrzyska wyłącznie jako środek do zdobycia prestiżu i czasu⁴⁷.

Innym elementem piłkarskiej indoktrynacji była propaganda wewnętrzna. Mecze piłki nożnej były odpowiednimi wydarzeniami do rozpowszechniania symboliki nazistowskiej. Swastyki na flagach, gest uniesionej ręki, czy śpiew *Pieśni Horsta Wessela* stały się od 1933 roku nieodzownym rytuałem każdego meczu międzynarodowego rozgrywanego w Trzeciej Rzeszy. Ważnym źródłem wewnętrznej propagandy nazistowskiej była również prasa. W czasopiśmie drużyny piłkarskiej SC Freiburg – „Rundschau”⁴⁸ z czerwca 1933 roku, zamieszczono informację na temat walnego zebrania klubu (27 maja tego roku), na którym nowy przewodniczący, radny miasta i członek NSDAP Ludwig Sieder określił nowe zadania zespołu. Postulował, aby drużynę, a szczególnie młodzież, włączyć w narodowosocjalistyczną rewolucję⁴⁹. Z kolei w październikowym wydaniu „Rundschau” z 1933 roku, nowy – nazistowski – przewodniczący klubu Sieder wezwał członków SC Freiburg do głosowania na listę NSDAP w zbliżających się wyborach parlamentarnych do Reichstagu, zaplanowanych na 12 listopada 1933 roku⁵⁰. Ponadto, mecze piłki nożnej były także doskonałym sposobem zapewnienia rozrywki całemu społeczeństwu w bardzo trudnych, wojennych czasach. Miały dostarczać społeczeństwu wrażenia normalności i pewnego rodzaju poczucia bezpieczeństwa⁵¹. Zintensyfikowano więc rozgrywki piłkarskie

⁴⁷ Opinia D. Hart-Daviesa, [za:] U. Hesse, *Tor! Historia niemieckiej piłki...*, s. 93. Na temat piłki nożnej na Igrzyskach Olimpijskich w Berlinie zob. M. Stępiński, *Piłka nożna na Igrzyskach Olimpijskich w Berlinie w 1936 roku (w świetle Albumu Olimpijskiego – Olympia 1936. Die Olympische Spiele 1936)*, „Zapiski Historyczne” 2009, t. 74, z. 3., s. 95–119.

⁴⁸ „Rundschau” było od 1923 roku klubowym czasopismem SC Freiburg i ukazywało się z przerwami do lat 80. XX wieku. Zamieszczano w nim relacje z meczów, także innych dyscyplin i drużyn, poruszano wszelkie organizacyjne sprawy klubu, jak również prywatne informacje o członkach drużyny, np. o ich ślubach. Od 1933 roku, wraz ze wzrostem wpływów nazistów, zmieniły się język i treść czasopisma. Czasopismo było odtąd (do końca trwania państwa hitlerowskiego) propagandowym narzędziem nazistów, co potwierdza jego wiele zachowanych fragmentów.

⁴⁹ *Sprawozdanie z walnego zebrania klubu piłkarskiego SC Freiburg*, „Rundschau Sportclub Freiburg i. B.” 1933, nr 6, s. 3–5.

⁵⁰ *Apel przewodniczącego SC Freiburg Ludwika Siedera*, „Rundschau Sportclub Freiburg i. B.” 1933, nr 10, s. 2.

⁵¹ U. Hesse, *Tor! Historia niemieckiej piłki...*, s. 106–107.

na terenie Trzeciej Rzeszy. W 1935 roku wprowadzono rozgrywki Pucharu Niemiec, nazywanych od nazwiska inicjatora – „Tschammer-Pokal”. Reichsportführer fundował puchar i ogłaszał rywalizację wszystkich drużyn piłki nożnej należących do DRL. Zarówno rozgrywki o Puchar Tschammera, jak i ligowe, miały tym większe znaczenie propagandowe, że odbywały się nadal w czasie wojny. Oficjalną rywalizację o Mistrzostwo Niemiec zawieszono dopiero w 1945 roku, a o Puchar Niemiec – w 1944 roku, chociaż jakość tych rozgrywek w okresie wojennym była zdecydowanie gorsza, choćby ze względu na fakt, że kluby cierpiały z powodu niespodziewanych powołań do wojska – z czasem coraz większa liczba mężczyzn i nastolatków była wysyłana na fronty. Stąd też w latach wojennych w Trzeciej Rzeszy pojawiło się wiele klubów wojskowych, jak np. Klub Sił Lotniczych Pütnitz, zespół podoficerów z Marienwerder albo Stowarzyszenie Sportowe SS Strassburg, które uprawiały przede wszystkim piłkę nożną, choć i tego rodzaju zespoły nie mogły cieszyć się stabilnością składów⁵².

W podsumowaniu można stwierdzić, że piłka nożna w Trzeciej Rzeszy została na nowo zorganizowana przez narodowych socjalistów i była przede wszystkim politycznym instrumentem nazistowskiej władzy. Pod płaszczykiem pokojowych, dopełniających człowieczeństwo i przynoszących pozytywne emocje i rozrywkę meczów piłkarskich ukryte były najczęściej dalekie od sportowego humanizmu cele. Naziści cynicznie wykorzystali rozmiar zaangażowania, głównie Europejczyków, w szeroko pojętą piłkę nożną po to, by poprzez sport manipulować społeczeństwem. Dla Trzeciej Rzeszy jako państwa, czyli całego kierownictwa partyjnego z führerem na czele, była więc piłka nożna narzędziem ideologicznego wychowania, pogłębienia totalitarnej kontroli nad jednostką i instrumentem reżimowej propagandy.

Bibliografia

A. Źródła

1. Prasa

„Rundschau Sportclub Freiburg i. B.” 1933.

B. Literatura

Bahro B., *Der SS-Sport: Organisation, Funktion, Bedeutung*, Paderborn 2013.

Fisher G., Lindner U., *Stürmer für Hitler. Vom Zusammenspiel zwischen Fußball und Nationalsozialismus*, Göttingen 1999.

Godlewski P., *Globalny i lokalny wymiar współczesnego sportu*, „Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego. Ekonomiczne Problemy Usług” 2011, nr 78, s. 9–22.

⁵² Tamże, s. 114.

- Havemann N., *Fußball unter Hakenkreuz*, „Aus Politik und Zeitgeschichte” 2006, nr 19, s. 1–8, <http://www.bpb.de/gesellschaft/sport/fussball-wm-2006/73595/fussball-unterm-hakenkreuz?p=0> [dostęp: 7.05.2015].
- Havemann N., *Fußball unterm Hakenkreuz. Der DFB zwischen Sport, Politik und Kommerz*, Bonn 2005.
- Hertz-Eichenrode D., *Sportsfreunde? Die deutsch- polnischen Fußball-Länderspiele von 1933 bis 1938*, [in:] Blecking D., Peiffer L., Traba R. (Hg.), *Vom Konflikt zur Konkurrenz. Deutsch-polnisch-ukrainische Fußballgeschichte*, Göttingen 2014, s. 114–122.
- Herzog M., *Fußball zur Zeit des Nationalsozialismus*, Stuttgart 2008.
- Hesse U., *Tor! Historia niemieckiej piłki nożnej*, Otwock 2014.
- Hobsbawm E., *Narody i nacjonalizm po 1780 roku. Program, mit, rzeczywistość*, Warszawa 2010.
- Kolbe G., *Der BVB in der NS-Zeit*, Göttingen 2002.
- Lipoński W., *Historia sportu: na tle rozwoju kultury fizycznej*, Warszawa 2012.
- Peiffer L., Schulze-Marmeling D., *Hakenkreuz und rundes Leder. Fußball im Nationalsozialismus*, Göttingen 2008.
- Stępiński M., *Działacze Niemieckiego Związku Piłki Nożnej wobec dyktatury nazistowskiej w historiografii Republiki Federalnej Niemiec lat 1980–2010*, „Zapiski Historyczne”, 2015, t. 80, z. 1, s. 39–63; <http://dx.doi.org/10.15762/ZH.2015.03>.
- Stępiński M., *Piłka nożna na Igrzyskach Olimpijskich w Berlinie w 1936 roku (w świetle Albumu Olimpijskiego – Olympia 1936. Die Olympische Spiele 1936)*, „Zapiski Historyczne” 2009, t. 74, z. 3., s. 95–119; <http://dx.doi.org/10.15762/ZH.2009.05>.
- Teichler H. J., *Internationale Sportpolitik im Dritten Reich*, Schorndorf 1991.

An Instrumentalisation of Football in a Totalitarian State on the Example of the Third Reich

Abstract

The growing importance of sport in the early twentieth century caused that the Nazis paid special attention to this area of human activity. Football, as one of the most popular sports became an important instrument in building this totalitarian state. Take over control of the football made possible to the Third Reich a control of large part of society. Football became also an important and multifunctional tool of propaganda. It served the Nazis to build desired relations with other countries, to the peaceful image of their country and to demonstrate the ostensible superiority of the German nation over others. In addition, football game was a great way to disseminate and generate in the German people a sense of identity with Nazi symbols. Football was also a tool to achieve educational objectives of the Third Reich.

Keywords: football, the Third Reich, propaganda, instrumentalisation.

Julian JAROSZEWSKI*
Maciej ŁUCZAK**

The Management of Physical Culture in Łódź in 1945–1949

Abstract

The purpose of this paper is to present how physical culture was managed in Łódź in 1945–48 during the times of social and political changes. This period is characteristic for the rebirth of sport movement after the WWII and the activities of the authorities aimed at introducing a new model of management of physical culture.

On the territory of the voivodeship of Łódź, sport activity was revived along with the withdrawal of German army. The activity of reviving clubs and sport unions was quite spontaneous at first. The model of management of physical culture, introduced in 1946, combined physical education issues with military training referring to pre-war models. The newly created Voivodeship Office of Physical Education and Military Training in Łódź in 1948 was temporary.

The final objective was introduction of sports management based on the Soviet model. In the years 1946–49 Łódź authorities popularized the development of physical education and sport in the way compatible with the State policy. They put pressure on massive sport events, sport was combined with military and agricultural training. The new authorities supported the development of physical education and sport in leftist organizations. Sports associations which were claimed to be adverse were eliminated.

Keywords: physical culture, physical education, military training, management, Łódź.

The end of German occupation in Poland sparked off reactivation of so far banned various forms of cultural activity. One of them was physical culture. Using physical exercise to win favour of the young generation for political transformation in Poland was approved by all political authorities. Striving to gain control over the sports movement, Communist parties took over the pre-war model of administration. Reactivation of the State Office of Physical Education

* PhD, the State School of Applied Sciences in Konin; e-mail: julius100@wp.pl.

** Associate professor, Academy of Physical Education in Poznań, the State School of Applied Sciences in Konin; e-mail: luczak.maciej@konin.lm.pl.

and Military Training (PUWF and PW)¹ gave time to prepare for introducing the changes in administration of physical culture.

The revival of Łódź² sport after the World War II hasn't been fully elaborated on so far. The existing reports by Andrzej Bogusz³, Wiesław Kaczmarek⁴ and Julian Jaroszewski⁵ are limited only to the area of the city of Łódź.

The author takes particular interest in the history of Łódź physical culture after 1945. On the one hand, the aim is to show the general changes in Poland affecting Łódź physical culture (decrees, acts, edicts), and on the other hand, to present the achieved organizational results. The article below is devoted to the first attempts after WW2 to administer sport activity in the voivodeship of Łódź. The chronological scope includes years 1945–1949. It was based on border events, the first caesura is the date of liberation from German occupation, and the other is the introduction of Central Committee of Physical Culture (GKKF).

Looking for information, the author searched the archival sources, museums and press coverage. The most valuable for this work proved to be CCPE and MT files and Central Office of Physical Culture files deposited in the Archives of Modern Records in Warsaw and the files of the Town Council and City Council in Łódź in 1945–1950, Łódź Voivodeship Office 1945–1950 and the Board of Union of Polish Youth (ZMP) in the resources of Public Records in Łódź. The collected data are complemented by commemorative issues by sports clubs and associations and sports press (“Przegląd Sportowy”), and local press (“Express Ilustrowany”, “Dziennik Łódzki”, “Dziennik Popularny”, “Głos Robotniczy”, “Kurier Popularny”).

The Vistula-Oder offensive of the Red Army resulted in liberation of the territory of Łódź voivodeship from German occupation, Soviet tanks entered the

¹ L. Gondek, *Kultura fizyczna w Polsce 1944–1984. Zarys podstawowych struktur, form i efektów zarządzania kulturą fizyczną w czterdziestolecu PRL* [*Physical Culture in Poland 1944–1984. An outline of basic structures, forms and effects of administration of physical culture in 40-year period of People's Republic of Poland*], Gdańsk 1986, pp. 11–12.

² The notion “Łódź” refers to the area of Łódź – the city and the voivodeship.

³ A. Bogusz, *Sport łódzki po II wojnie światowej i jego rola w odbudowie sportu polskiego w latach 1945–1948* [*Łódzki Sports after WWII and its role in reconstruction of Polish sport in 1945–1948*], [in:] L. Szymański, Z. Schwarzer (ed.), *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. 2 [*Recent History of Physical Culture in Poland*, vol. 2], Wrocław 1996, pp. 307–317; *Sport w Łodzi po II wojnie światowej* [*Sport in Łódź after WWII*], [in:] J. Żelazko (ed.), *Rok 1945 w Łodzi* [*Year 1945 in Łódź*], Instytut Pamięci Narodowej, Oddział w Łodzi [Institute of National Remembrance in Łódź], Łódź 2008, pp. 315–322.

⁴ W. Kaczmarek, *Wychowanie fizyczne i sport* [*Physical Education and Sport*], [in:] E. Rosset (ed.), *Łódź w latach 1945–1960* [*Łódź in years 1945–1960*], Łódź 1962, pp. 390–399.

⁵ J. Jaroszewski, *Kierowanie sportem w Łodzi w latach 1945–1948 w świetle relacji “Łódzki Daily”* [*Sports Management in Łódź in the Years 1945–1948 in the Light of Reports of “Dziennik Łódzki”*], [in:] J. Kwieciński, M. Tomczak (ed.), *Wybrane zagadnienia kultury fizycznej – aktualny stan badań* [*Selected Aspects of Physical Education – the recent state of research*], PWSZ, Konin 2012, pp. 185–211.

city of Łódź on January 19, 1945⁶. Following the Red Army, came Polish communists. Soon the City Council of Łódź was approved and structures of Polish Workers' Party, Polish Socialist Party and Democratic Party were created. On the territory of the voivodeship people's councils came to life. On February 25, 1945 the Provincial People's Council was created and Jan Dąb-Kocioł was appointed the Governor (Voivode) of Łódź Province⁷.

After the warfare, the destruction of Łódź voivodeship was massive. The destruction of the city reached 57%, destruction of the industry – over 60%. Damage in the countryside was even greater. In spite of this, the destruction of Łódź voivodeship, as compared with other regions in Poland was less extensive.⁸ The slight damage in the infrastructure of the city of Łódź and its central location as well as growing population⁹ resulted in Łódź taking over of some of the duties of the capital of Poland.

After the frontline moved westward, cultural activity banned by the occupant started to revive, among them sports activities. On February 15, 1945, Pabianice Cyclist Association¹⁰ reopened its contests, and a month later: "Ruda Workers' Sports Club" and "Widzew" Łódź Workers' Association¹¹. Symbolical for the reviving Łódź sport movement was finishing a match interrupted by German gendarmerie on June 4 1944. On April 1 1945 in Łódź the teams "Wicher" and "Wólka" confronted each other again¹².

Łódź clubs and local sports associations, reactivating their activity, attracted the attention of left-wing parties¹³. On April 13, 1945, at their first sports confer-

⁶ W. Kozłowski, *Ofensywa styczniowa 1945 r. na obszarze województwa łódzkiego* [The Vistula-Oder Offensive in 1945 r. on the Territory of Łódzkie Voivodeship], [in:] *Województwo Łódzkie 1919–1969. Studia i materiały* [Łódzkie Voivodeship 1919–1969. Studies and materials], Łódź 1971, pp. 135–141.

⁷ *Kształtowanie władzy ludowej w Łodzi i województwie łódzkim w 1945 roku* [Creating of people's government in Łódź and Łódzkie Voivodeship in 1945], Warszawa – Łódź 1985, pp. 293–297.

⁸ S. Banasiak, *Województwo Łódzkie w okresie Polski Ludowej* [Łódzkie Voivodeship at the time of the People's Republic of Poland], [in:] R. Rosin (ed.), *Województwo Łódzkie 1919–1969* [Łódzkie Voivodeship 1919–1969], Łódź 1971, p. 146; *Województwo łódzkie w XXX-leciu PRL* [Łódzkie Voivodeship in 30-year period of People's Republic of Poland], Łódź 1974, p. 28.

⁹ In 1946 the population of the city of Łódź amounted to almost 499 000, it was about 20 000 inhabitants more than in Warsaw. *Rocznik statystyczny 1947* [Statistical Yearbook of 1947], Warszawa 1947, p. 21.

¹⁰ *75 lat Pabianickiego Towarzystwa Cyklistów 1906–1981* [75th anniversary of Pabianice Cyclists Association 1906–1981], Pabianice 1981, p. 15.

¹¹ Archiwum Państwowe w Łodzi [State Archive in Łódź] (hereinafter: SAŁ), Urząd Wojewódzki Łódzki 1945–50 [Łódź Voivodeship Office (hereinafter: ŁVO) 1945–50], ref. 279, Associations' Issues pp. 12–13, List of societies on the territory of the town of Ruda Pabianicka; *75 lat RTS Widzew (1910–1985)* [75 years of RTS Widzew (1910–1985)], Łódź 1985, p. 17.

¹² B. Madej, L. Włodkowski, *Stadion pełen wspomnień* [A Stadium full of memories], Łódź 1978, p. 64; "Głos Robotniczy" ["Voice of the Workers"] 1985, No. 16, p. 7.

¹³ J. Jaroszewski, *Kierowanie sportem w Łodzi w latach 1945–1948 w świetle relacji "Dziennika Łódzkiego"* [Sport Management in Łódź in years 1945–1948 in the light of relations of "Łódzki

ence, youth organizations representatives¹⁴ discussed, among other things, the issues of physical education in Poland. Waclaw Zatke (OMTUR) postulated relegating physical education to the Ministry of Public Health, separating physical education from military training¹⁵.

The April sports conference in Łódź showed that the issue of physical education and sport became the centre of attention of the new authorities. Aspiration of Łódź Polish Socialist Party (PPS) and Youth Organisation of the Society of Workers' Universities (OMTUR) to administer sport was confirmed by delegating representatives to sports clubs and regional sports associations. Subjecting factory clubs to District Office of Physical Education and Military Training allowed PPS and OMTUR to dominate in the newly formed Łódź sports structures.

The next conferences appointed City Committee of Physical Education in Łódź (December 4, 1945), a body in charge of physical culture in the city of Łódź area¹⁶.

The revival of Poland took place in administrative structures of pre-September Poland. Łódź Provincial Office¹⁷ recreated in 1945 had a Military Department, which included an Agency of Military Training and Physical Education responsible for organization of committees of military training and physical education, budgets and equipment supervision¹⁸.

Daily"], [in:] J. Kwieciński, M. Tomczak (ed.), *Wybrane zagadnienia kultury fizycznej – aktualny stan badań* [*Selected Aspects of Physical Education – the recent state of research*], Konin 2012, pp. 185–211. Till the end of 1945, 7 regional unions revived their activities (boxing, ice hockey, athletics, swimming, football, handball and fencing).

¹⁴ The representatives of the Union of Youth Fight, Youth Organization of the Society of Workers' University, Rural Youth Union "Wici" and the Union of Democratic Youth Fight took part in the conference.

¹⁵ A. Bogusz, *Sport łódzki po II wojnie światowej i jego rola w odbudowie sportu polskiego w latach 1945–1948* [*Łódzki Sport after WWII and its role in the reconstruction of Polish sport in years 1945–1948*], [in:] L. Szymański, Z. Schwarzer (ed.), *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce, t. 2* [*The most recent history of Physical Culture in Poland, vol. 2*], Wrocław 1996, pp. 307–317.

¹⁶ SAŁ, Miejska Rada Narodowa i Zarząd Miasta Łodzi [City National Council and City Board in Łódź] (hereinafter: CNCCBŁ) 1945–1950, ref. 60, Wydział Zdrowia, Oddział Ogólny, Oddział Wychowania Fizycznego [Health Department, General Department, Department of Physical Education], pag. 52, Letter to Presidential Department of December 1, 8, 1945; k. 54, abstract of 36th meeting of Łódź City Board Committee; "Łódzki Daily" 1945, issue 176, p. 5; 1945, issue 155, p. 6. The following representatives were appointed members of the Committee: the regional representatives (the President and Vice-president of Łódź), school regional officer and delegates of army, high schools and universities, and delegates of sports unions (boxing, sports games, athletics, cycling and swimming) and also, brought by the City Board, representatives of youth organizations (OMTUR, Democratic Youth) and the Union of Regional Sport and Working Associations.

¹⁷ SAŁ, LVO 1945–1950, inventory.

¹⁸ Ibidem, ref. 37, Organizational issues of voivodeship office, pag. 11, Decree of the Ministry of Public Administration of May 25, 1945 re.: Offices of Voivodeship Bureaus.

In military structures, a similar function was performed by Departments of Military Training in regional Army Recruiting Commands (RKU)¹⁹. On May 2, 1946, on the premises of RKU Łódź – City in 18 Piotrkowska Street, the first meeting of the workers of the Voivodeship Office of Physical Education and Military Training (VOPE and MT) in Łódź²⁰ initiated its activity. VOPE&MT came into being under the Decree of January 16, 1946, “On Forming Offices and Councils of Physical Education and Military Training”, appointing National Office of Physical Education and Military Training and National Council of Physical Education and Military Training²¹.

VOPE&MT was situated in 18, Pomorska Street²² and Andrzej Nonas²³ was appointed its director on May 8, 1945. Voivodeship Council (VC) of Physical Education and Military Training in Łódź was constituted in November 1946, Edward Andrzejak (the Chairperson of City Council in Łódź)²⁴ was appointed its President. The negative evaluation of VCPE&MT activities caused division of the office into two separate sections one for the voivodeship and one for the city of Łódź. The changes were positively evaluated, especially regarding VOPE&MT of the city of Łódź, administered by Jan Karbowski²⁵. The chairperson of VCPE &MT of the voivodeship section was Potapczuk²⁶. It was the first

¹⁹ They were RKU: Łódź-city, Łódź-administrative district, Skierniewice, Łask, Piotrków Tryb., Opoczno, Kutno and Wieluń.

²⁰ Archiwum Akt Nowych [The Archives of Modern Records] (hereinafter: AMR), Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego I Przysposobienia Wojskowego [State Office of Physical Education and Military Training] (hereinafter: SOPEMT), ref. 33, Organization and activity of Voivodeship Office of PE and MT in Łódź, reports, lists of detachments, correspondence of (1946–1948), pag. –, Report of January 1948. Its works were led by lieut. Kazimierz Rybaczek, supported by second lieut. Bronisław Gosłowski, reserve warrant officer Kordylewski and Reinholz (a graduate of Central Institute of Physical Education). The activity of MT started on April 15, 1945 with a holy mass accompanied by marching of MT troops.

²¹ L. Szymański, *Nad modelem kultury fizycznej w Polsce Ludowej 1944–1980* [Over the model of Physical Culture of People's Republic of Poland in 1944–1980], Akademia Wychowania Fizycznego w Wrocławiu [Academy of Physical Education in Wrocław], Wrocław 1996, p. 14; “Przegląd Sportowy” [“Sports Review”] 1945, No. 4, p. 1; “Głos Robotniczy” [“Voice of the Workers”] 1946, No. 130, p. 6; “Express Ilustrowany” [“Illustrated Express”] 1946, No. 180, p. 5.

²² AMR, SOPEMT, ref. 33, Organization and activity of Voivodeship Office of WF and PW in Łódź, reports, lists of detachments, correspondence of (1946–1948), p. –, Report of January 1948; “Dziennik Łódzki” [“Łódzki Daily”] 1946, No. 130, p. 6.

²³ AMR, SOPEMT, ref. 14, Activity of the State office of Physical Education (WF) and Military training (PW). Reports, correspondence (1946–1947), k. 78, Report on the activity of State Office of WF and PW of May 1946; “Dziennik Łódzki” [“Łódzki Daily”] 1946, No. 128, p. 4; “Głos Robotniczy” [“Voice of the Workers”] 1946, No. 130, p. 6.

²⁴ AMR, SOPEMT, ref. 23, activity of State Office of PE and MT, announcements, instructions, reports, list of course participants, correspondence (1946), p. 72, Monthly report of November 1946.

²⁵ “Expres Ilustrowany” [“Illustrated Express”] 1947, No. 179, p. 5; 1947, No. 258, p. 4; “Kurier Popularny” [“Popular Courier”] 1947, No. 255, p. 4.

²⁶ “Expres Ilustrowany” [“Illustrated Express”] 1947, No. 263, p. 5.

case of separating structures administering physical culture of the city of Łódź from the voivodeship.

Voivodeship Office of Physical Education and Military Training coordinated the activity of district and city councils of physical education and military training (Łódź-Śródmieście, Łódź-Północna, Łódź-Południowa)²⁷. Its duties involved administering physical education and military training in the area of Łódź voivodeship, organization of voivodeship training centres for directing staff, supervising the activity of regional councils of physical education and military training and management of the entrusted money. The main goal was to promote physical education and sports among teenagers and adults and professional sportsmen and sportswomen²⁸.

VOPE&MT was divided into sections and departments. In August 1946, there were the following sections functioning: Political-Educational Section (manager captain Antoni Koźluk), General Organizational Section (manager captain Cugant Romuald), Physical Education Section (manager Andrzej Nonas), Military Training Section (manager – vacancy).

The Voivodeship Office reported its activity to VOPE&MT. The data concerned the organizational status of the MT detachments, cooperation with clubs and sports associations, activity of cultural-educational section, safety issues in the region. The Voivodeship Office contacted clubs and sports associations authorities²⁹ and the Sports Council within the Regional Trade Union Committee³⁰. Striving to gain full control, in November 1946, it obliged sports clubs and associations to submit work schedules, sports events calendars and information on meetings³¹.

The greatest problems that the Voivodeship Office of Physical Education and Military Training had to tackle were office space, staff and training equipment shortages³². In June 1945 VOPE&MT was situated in a building in 28 Cu-

²⁷ AMR, SOPEMT, ref. 41, positions in voivodeship and region, orders, decrees, lists of civil and military workers, correspondence (1946), k. 68, Letter to the Personal Department of Polish Army; "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1946, No. 125, p. 4; 1946, No. 120, p. 4; 1946, No. 125, p. 4.

²⁸ "Głos Robotniczy" ["Voice of the Workers"] 1946, No. 130, p. 6.

²⁹ AMR, SOPEMT, ref. 23 Activity of the State office of Physical Education (WF) and Military Training (PW). Announcements, instructions, reports, lists of names course participants, correspondence (1946), k. 299, Monthly reports of July 1946, p. 235, Monthly reports of September 1946.

³⁰ Ibidem, ref. 33, Organization and activity of the State office of Physical Education (WF) and Military training (PW) in Łódź, reports, lists of names of detachments, correspondence (1946–1948), p. 57, Monthly reports of October 1947 r.

³¹ Ibidem, k. 36, Report of May 1947, pag. 57, Report of October 1947, pag. 68, Report of November 1947, pag. 2, Report of December 1947 r., pag. –, Report of January 1948; "Expres Ilustrowany" ["Illustrated Express"] 1946, No. 23, p. 6; "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1946, No. 329, p. 5.

³² "Kurier Popularny" ["Popular Courier"] 1945, No. 34, p. 4.

rie-Skłódowska Street³³. In the area of the voivodeship some regional offices got their office premises as late as in the middle of 1947³⁴.

Promoting physical activity after 1945 in the area of Łódź voivodeship was not helped by the accessibility of sports objects. Undamaged sports halls were occupied by the army or industrial plants. For example, the sports hall in Łódź in Łąkowa Street was put at the disposal of "Film Polski"³⁵. In 1946, in the area of Łódź voivodeship the voivodeship and regional offices were in charge of 49 sports fields, 21 shooting ranges and 4 swimming pools³⁶. A year later, the number of sports objects decreased³⁷. The attempts were made to rent sports sites, for example, from Łódź YMCA or to adapt production halls for sport purposes³⁸, but were unable to meet the growing needs.

A great challenge was also staffing full-time positions, especially in regional offices³⁹. Despite making use of officers⁴⁰, staff shortages were noticeable⁴¹. The problem was worsened by ethical requirements imposed on candidates and giving up cooperation with non-commissioned officers and privates⁴². The shortages concerned mainly training staff (instructors). Courses of training for the

³³ AMR, SOPEMT, ref. 33, Organization and activity of the State office of Physical Education (WF) and Military training (PW) in Łódź, reports, lists of names of detachments, correspondence (1946–1948), pag. –, Report of January 1948 r.; "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1946, No. 136, p. 5; 1946, No. 309, p. 5.

³⁴ AMR, SOPEMT, ref. 33, Organization and activity of the State office of Physical Education (WF) and Military training (PW) in Łódź, reports, lists of names of detachments, correspondence (1946–1948), p. 36, Report of May 1947.

³⁵ "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1948, No. 18, p. 6.

³⁶ AMR, SOPEMT, ref. 23 Activity of WF and PW, announcements, instructions, reports, list of names of course participants, correspondence (1946). pag. 168, Report of October 1946.

³⁷ Ibidem, ref. 33 Organization and activity of the State office of Physical Education (WF) and Military training (PW) in Łódź, reports, lists of names of detachments, correspondence (1946–1948), p. 5, Attachment No. 1, Report of January 1947.

³⁸ Ibidem, ref. 33, Organization and activity of the State office of Physical Education (WF) and Military training (PW) in Łódź, reports, lists of names of detachments, correspondence (1946–1948), p. 36, entry No. 1, Report of May 1947; "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1946, No. 245, p. 4; "Głos Robotniczy" ["Voice of the Workers"] 1947, No. 338, p. 8.

³⁹ "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1946, No. 120, p. 4.

⁴⁰ AMR, SOPEMT, ref. 41, Posts in Voivodeship and Regional offices, orders, decrees, lists of military and civil workers, correspondence, (1946), pag. 68, Letter to Personnel Department of Polish Army; pag. 69, Letter of State Office of Physical Education and Military Training of April 5, 1946.

⁴¹ Ibidem, ref. 43, Posts in Voivodeship and Regional PE and MT offices, reports, correspondence, (10 VIII – 18 X 1946), pag. 1. Report of Personnel of WF and PW Voivodeship Offices in Łódź and WF and PW Administrative Districts of August 1, 1946.

⁴² Ibidem, ref. 33, Organization and Activity of PE and MT Voivodeship Office in Łódź, reports, lists of names of detachments, correspondence (1946–1948), k. –, Report of January 1948; ref. 23 Activity of WF and PW voivodeship offices, announcements, instructions, reports, lists on names of course participants, correspondence (1946); pag. 235, Monthly Report of September 1946.

staff for physical education in schools, boxing, gymnastics, regional dances, swimming, athletics, handball⁴³ did not solve the problem.

Training courses were conducted in the Voivodeship Centre for Physical Education in Łódź⁴⁴, Polish YMCA in Łódź⁴⁵, Physical Educational Centre in Łódź. From 1947 they were run by employees of the Voivodeship Office (Józef Okoński, Krystyna Sękowa)⁴⁶ and trainers of regional associations: swimming and gymnastics association⁴⁷. Until 1948, VOPE&MT in Łódź conducted 11 training courses for leaders of physical education (316 participants). The result gave Łódź Voivodeship only the 10th position in Poland (among 14 Voivodeships)⁴⁸.

Provision of sports equipment was an *insuperable* barrier. The activity of the Central Planning Office of Manufacturing had a positive effect on the condition of sports equipment⁴⁹. However, the amount of training equipment was not impressive. In July 1946 only three regional offices (Kutno, Łowicz, Łęczyca) owned sports and military equipment. This status was improving slightly. At the end of 1946, the regional offices in Brzeziny, Opoczno, Skierniewice, Rawa Mazowiecka and Łódź were in the worst situation, as they did not have any sports equipment⁵⁰.

⁴³ "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1947, No. 30, p. 5; 1947, No. 41, p. 5; 1947, No. 48, p. 5; 1947, No. 64, p. 5; 1947, No. 111, p. 5.

⁴⁴ AMR, SOPEMT, ref. 33, Organization and activity of the State Office of Physical Education (WF) and Military training (PW) in Łódź, reports, lists of names of detachments, correspondence (1946–1948), k. –, Report of January 1948; "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1946, issue 309, p. 5.

⁴⁵ J. Jaroszewski, M. Łuczak, *Kultura fizyczna w programach Łódzkiego Oddziału Związku Młodzieży Chrześcijańskiej w latach 1920–2002* [*Physical Culture in the programmes of Łódź Division of Christian Youth Union in years 1920–2002*], "Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Kultura Fizyczna" ["Scientific Papers of Jan Długosz University in Częstochowa. Physical Culture"] 2014, 12, No. 2 13, p. 104; "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1946, No. 245, p. 4.

⁴⁶ AMR, SOPEMT, ref. 33, Organization and activity of the State office of Physical Education (WF) and Military training (PW) in Łódź, reports, lists of names of detachments, correspondence (1946–1948), pag. 27, Attachment No. 1, Monthly Report of March 1947.

⁴⁷ Ibidem, k. 68, Report of November 1947; "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1946, No. 103, p. 6; 1947, No. 48, p. 5; 1947, No. 29, p. 5; 1947, No. 111, p. 5.

⁴⁸ AMR, Główny Komitet Kultury Fizycznej [Central Committee of Physical Culture] (hereinafter: CCPC), ref. 26, The scope of physical culture in schools. Statistical reports of 1946–1949 r. pag. 53, Statistics of PE leaders qualified by VO for years 1946–1947 – till February 1, 1948 r. the following leaders were qualified in: swimming (50), boxing (60), gymnastics (111), dancing (23), physical education leaders in plants (32), general course of physical education (14). Total 316.

⁴⁹ "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1946, No. 136, p. 5.

⁵⁰ AMR, SOPEMT, ref. 23 Activity of Voivodeship offices of WF (physical education) and PW (military training), announcements, instructions, reports, lists of course participants, correspondence (1946), pag. 304 List of training equipment in Łódzkie Voivodeship; pag. 33, Attachment No. 1. List of training equipment in Regional WF and PW offices.

To promote physical education and sports in Łódź voivodeship, the offices organized Physical Education Festival whose programmes included dancing and gymnastics shows, air shows, sports parades, diving, swimming, as well as football matches and handball⁵¹.

Military Training was promoted by backpacking camps⁵², the routes of which lead through the regions of: Łowicz, Skierniewice and Rawa. During the camps, local football matches and athletics competition took place⁵³. In the beginning, military training was conducted by PE&MT offices within ARC and Recruitment Department of the Ministry of National Defence, and then by the PE&MT Office. After the introduction of COPE & MT, the agendas of PE and MT Offices within ARC were taken over by the MT Department and after the reorganization on the management level, from July 1946 standardized working models in detachments were introduced throughout the country⁵⁴.

In Łódź voivodeship area, in 1946–1947, military training was conducted by VOPE & MT in Łódź and the PE and MT Unit in the Military Department of Łódź Voivodeship Office⁵⁵.

Work with the young people took place in detachments, the number of which was subject to changes. In July 1947, there were 280 male detachments (18 973 boys) and 131 female detachments (7135 girls)⁵⁶, in Łódź voivodeship. In 1947, creation of MT detachments in factories and youth organizations (ZWM) generated an improvement in organizational situation of the MT detachments⁵⁷. In January 1948, there were 414 male detachments (42 629 boys) and 143 female detachments (13 176 girls)⁵⁸ in the voivodeship area. PE and MT City Council in Łódź had the greatest number of detachments.

Starting from March 1947 VOPE and MT claimed its jurisdiction over Agriculture and Military Training action (PRW). PRW Inspectorates and Agricul-

⁵¹ “Dziennik Łódzki” [“Łódzki Daily”] 1946, No. 164, p. 5; 1947, No. 80, p. 5; 1947, No. 103, p. 5; 1947, No. 153, p. 4; 1947, No. 154, p. 4.

⁵² “Express Ilustrowany” [“Illustrated Express”] 1947, No. 177, p. 5; “Dziennik Łódzki” [“Łódzki Daily”] 1947, No. 175, p. 5; 1947, No. 183, p. 4; 1947, No. 190, p. 4; 1947, No. 193, p. 4; 1947, No. 196, p. 4.

⁵³ “Dziennik Łódzki” [“Łódzki Daily”] 1947, No. 175, p. 5; 1947, No. 183, p. 4; 1947, No. 190, p. 4; 1947, No. 193, p. 4; 1947, No. 196, p. 4.

⁵⁴ AMR, SOPEMT, ref. 14, Activity of State Office of WF and PW. Reports and correspondence. 1946–1947, pag. 1, report on activities of State Office of WF and PW for the year of 1946.

⁵⁵ SAŁ, ŁVO 1945–1950, ref. 37, Voivodeship Office organization, pag. 26 Temporary Organizational Structure Articles of Łódzkie Voivodeship Office.

⁵⁶ AMR, SOPEMT, ref. 23 Activity of WF and PW Voivodeship offices, announcements, instructions, reports, lists of course participants, correspondence (1946), pag. 299, Monthly report of July 1946 r.

⁵⁷ SAŁ, ŁVO 1945–1950, ref. 304, Report on activities of Voivodeship office and other institutions (1947), pag. 55, Report on activities of Military Department for the period of April 1 till August 31 1947.

⁵⁸ AMR, SOPEMT, ref. 33, organization and activities of Łódź Voivodeship Office, reports, lists of detachments, correspondence (1946–1948), pag. –, report for January 1948.

tural Education Boards were formed in the regions, and in local communities, PRW community detachments and Community Boards of Agricultural Education. In March 1947, there were 500 PRW instructors participating in the work of PRW in the Łódź voivodeship area. Within a short period of time, Łódź voivodeship became the leader in Poland. In January 1948, PRW associated 65 900 boys and girls in the voivodeship of Łódź⁵⁹. Training programs acquainted rural youth with military training, work on farms, physical education and sports (fencing, wrestling, running and shooting).

Cultural-educational activities of VOPE and MT were based on classes in club-rooms. Propaganda activity was based on reports, lectures⁶⁰, distribution of daily and military press and bulletins⁶¹. Classes were conducted by full-time officers of PE and MT Voivodeship Office (among others mayor Koralewski, second lieutenant Leszczyński)⁶². The negative evaluation of the work of the section work gave grounds for employment of military officers⁶³.

The activity of the Voivodeship PE and MT Office lasted two years. It was stopped by reorganization of the structure of physical education under the Act of February 25, 1948, which set up Public Organization "Service to Poland" and Central Office of Physical Culture (GUKF)⁶⁴. The separation of physical education and sports from military training became legitimized. GUKF was an out-of-

⁵⁹ Ibidem, pag. 27, Attachment No. 1, Monthly report for March 1947; pag. 8, Statistical Report for December 1947 – January 1948; "Express Ilustrowany" ["Illustrated Express"] 1947, No. 227, p. 5.

⁶⁰ The topics of lectures were: "After elections", "Legislative Parliament started its work", "President's address", "The State take scare of physical education of young people part I and II", "Amnesty", "Find out about your country – Upper Silesia", "Press news", "Economic and social changes", "The role of Polish farmer in the pre-war period and nowadays", "Agricultural reform", "The Anniversary of the Battle of Lenino", "Polish Borders", "Women Fighters", "Slavic Nations' Alliance", "Anniversary of Parliamentary Elections", "January Uprising", "Polish Liberation Anniversary".

⁶¹ AMR, SOPEMT, ref. 23 Activity of Voivodeship WF and PW, announcements, instructions, reports, lists of names of course participants, correspondence (1946), pag. 299, Monthly report of July 1946; k. 235, Monthly report of July of September 1946 r.; pag. 168, Monthly report of October 1946; pag. 72, Monthly report of November 1946; pag. 5 Attachment No. 1, Monthly report of January 1947; pag. 20, Attachment No. 1, 1947 r.; k. 27, Monthly report of February, Attachment No. 1, Monthly report of March 1947; pag. 36, Monthly report of May 1947.

⁶² Ibidem, ref. 33, Organization and activity of Voivodeship Offices of PE and MT in Łódź, reports, list of detachments, correspondence (1946–1948), pag. 39, Monthly report of July 1947.

⁶³ Ibidem, pag. 57, Monthly report of October 1947; pag. 68, Monthly report of July November 1947; pag. 2, Monthly report of December 1947.

⁶⁴ E. Małolepszy, *Z dziejów organizacji i zarządzania kulturą fizyczną w Polsce w latach 1918–1998* [On management and Organization of Physical Culture in Poland in the Years 1918–1998], "Prace Naukowe Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Częstochowie, Kultura Fizyczna" ["Scientific Papers of Pedagogical School of Higher Education in Częstochowa, Physical Culture"] 2001, No. 4, pp. 87–100; "Głos Robotniczy" ["Voice of the Workers"] 1948, No. 31, p. 6; "Express Ilustrowany" ["Illustrated Express"] 1948, No. 41, p. 5; 1948, No. 42, p. 5.

department body and it acted under the guidelines of the Supreme Council for Youth and Physical Culture.

In Łódź, Voivodeship Office of Physical Culture (VOPC) was formed on March 5, 1948, with Andrzej Nonas as a chairperson⁶⁵. It was located in 28 Curie-Skłodowska Street⁶⁶. In December 1948, the Voivodeship Council for Youth and Physical Culture was created with Edmund Woźniak in charge of it. The VOPC was divided into sections: the section of organizing physical culture (manager Józef Okoński) and administrative section (manager Jerzy Skotnicki). The sections included offices. Activity of the VOPC was focused on staff issues and provision of office space for inspectorates. In March 1948 only two regions had inspector positions: Kazimierz Radwański (Brzeziny) and Zdzisław Jelonkiewicz (Łowicz). At the turn of 1948/49 staffing in the VOPC amounted to 75%, and 60% in PE inspectorates⁶⁷. In 1949 the situation improved, the only exception was the inspectorate in the city of Łódź⁶⁸. A significant problem arose because of the shortage of office space for inspectors. Regional inspectorates worked as subtenants within regional headquarters of the Public Organization "Service to Poland".

Voivodeship Office continued its activity in the field of training staff. The problem was urgent, lack of staff affected the quality of work. They continued training the leaders of physical education to meet the needs of: the school system, the army, the militia, the youth associations, military training, the trade unions and the rural organizations. In October 1948, the training program included 5 courses: 2 concerning gymnastics, 2 – handball and 1 – boxing⁶⁹. The training situation was impeded by the fact of the takeover of the Voivodeship Centre of Physical Education⁷⁰ by The Voivodeship Headquarters of PO "SP" and the lack of Physical Education Offices (PEO) in the regions⁷¹.

⁶⁵ AMR, CCPC, ref. 39, Activity of Voivodeship offices of Physical Culture in 1946 – March 31 1948, reports, pag. 93, Report on the 1st quarter of 1948; "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1948, No. 198, p. 4; "Głos Robotniczy" ["Voice of the Workers"] 1948, No. 198, p. 8.

⁶⁶ Ibidem, ref. 2, Inspection of Voivodeship offices of physical culture (1949), k. 70, Report No. 28 of preliminary control of Voivodeship Office of Physical Culture in Łódź carried out by Roman Jerzy and Rakowski Ryszard, GUKF internal auditor Romana Jerzego i Rakowskiego Ryszarda on 26–27.08.1949.

⁶⁷ Ibidem, ref. 39, Activity of Voivodeship Office of Physical Culture in 1946 – March 31 1948, reports, pag. 95, reports from March 1 till September 30 1948; pag. 98, Report on 1st quarter of 1948.

⁶⁸ Ibidem, ref. 2, Inspection of Voivodeship offices of Physical Culture (1949), pag. 70, Report No. 28 of preliminary control of Voivodeship Office of Physical Culture in Łódź carried out by Roman Jerzy and Rakowski Ryszard, GUKF internal auditor Romana Jerzego i Rakowskiego Ryszarda on 26–27.08.1949.

⁶⁹ Ibidem, ref. 39, Activities of voivoship offices of physical culture in the period of 1946 till March 31 1948, reports, pag. 98, Report on 1st quarter of 1948; pag. 95, Report on the period of March 1 till September 30 1948; "Dziennik Łódzki" ["Łódzki Daily"] 1948, No. 270, p. 4; "Głos Robotniczy" ["Voice of the Workers"] 1948, No. 269, p. 8.

⁷⁰ AMR, CCPC, ref. 39, Activity of Voivodeship offices of physical culture in 1946 – March 31, reports, pag. 98, Report on 1st quarter of 1948.

⁷¹ Ibidem, pag. 95, Report of March 1 – September 30 1948.

Cooperation of the VOPC with youth organizations, Samopomoc Chłopska, the militia, the army, the Voivodeship and Regional Councils of Rural Sports, Łódź Voivodeship Office and Tourism Office within Transport Department and the Board of the City of Łódź (Military Department), took part in meetings, helped in the field of organization of physical education⁷².

The greatest events promoting sport and physical education were the National Run, the Autumn Marches and the “Festivals of Physical Education”. The propaganda activity was also aided by exhibitions of sports achievements (1945–1949), cycling races around Łódź Voivodeship (to celebrate “National Revival”), lectures combined with artistic part and matinees for sportsmen. The VOPC supervised organizations working in the field of physical culture via detailed inventory, statistical reports and participation in meetings⁷³.

Being a State office it took care of development of physical culture in compliance with the State’s policy. Organizations obtained their activity permit only after the approval of the department of Internal Affairs of Łódź Voivodeship Office. Organizations hostile to “communist authorities” were forbidden to reactivate, and the existing ones were closed down. In 1948, Gymnastics Association “Sokół”⁷⁴ was closed down and dismantling of Young Men’s Christian Association – Polish YMCA in Łódź, was begun⁷⁵.

In 1949 it turned out that COPC was a transitional form of administration of physical culture. The following changes took place at the turn of 1945/50, with the aim of introducing the model of sport administration which was a copy of that in the Soviet Union. The changes were initiated by the resolution of September 28, 1949 of the Politburo of the Polish United Workers’ Party concerning physical culture and sports, according to which, COPC was replaced by Central Committee of Physical Culture (CCPC). The Voivodeship Committee of Physical Culture⁷⁶ was formed in Łódź Voivodeship in March 1950, and Andrzej Nonas⁷⁷ was appointed its chairperson.

⁷² Ibidem, pag. 98, Report on 1st quarter of 1948.

⁷³ Ibidem, ref. 2, Inspection of Voivodeship offices of physical culture (1949), k. 70, Report No. 28 on the initial inspection of Voivodeship Office of Physical Culture in Łódź carried out by internal auditors GUKF Roman Jerzy and Rakowski Ryszard on August 26–27, 1949.

⁷⁴ SAŁ, CNCCBŁ 1945–1950, pag. 170 Decision; ANF, CCPC, ref. 18, Dismantling of T.G. “Sokół”, pag. 388, A letter to Nonas Andrzej, receiver of Gymnastics Association “Sokół”.

⁷⁵ Instytut Pamięci Narodowej, Oddział w Łodzi [Institute of National Remembrance in Łódź], IPN Ld PF10/725, Voivodeship Office of Internal Affairs in Łódź (1945) 1983–1990, materials on YMCA in 1948–1950, pag. 6, To Voivodeship Office of Public Safety in Łódź. Head of department; pag. Agent denunciation. Source – Górnik, 29.10.1949; SAŁ, Zarząd Łódzki Związku Młodzieży Polskiej [The Board of the People’s Council in Łódź], ref. 83, speeches (at meetings, workshops), pag. 4, Official report; SAŁ, Prezydium Rady Narodowej w Łodzi [National Council Chair in Łódź], ref. 2363, Matters of dismantling and dissolving of associations year 1952: ref. 2363, Matters of dismantling and dissolving of associations year 1952, pag. 2, Minutes of inspection of “Ognisko” Association located at 4 Moniuszki St. flat 6.

⁷⁶ L. Szymański, *Ze studiów nad modelem kultury fizycznej w Polsce Ludowej 1944–1980* [From the studies of the model of physical culture in People’s Republic of Poland 1944–1980], Wrocław 1996, pp. 33–37; “Dziennik Łódzki” [“Łódzki Daily”] 1950, No. 1, p. 6.

⁷⁷ “Dziennik Łódzki” [“Łódzki Daily”] 1950, No. 78, p. 4.

Conclusions

As a result of liberating Poland from German occupation by the Soviet army, there was a change of political climate in Poland which affected all spheres of life of Polish citizens. One of them was sports activity. The Communists were focused on striving for new political system and it involved recreating in 1946–48 the model of administration of physical education and sports from the period of the Second Polish Republic. COPR and MT reactivated by the Voivodeship PE and MT Offices strived to get control of the reviving sport activities.

The greatest impediments in fulfilling the tasks of the VOPE and MT in Łódź, functioning in 1946–1948, were staff, office space and equipment shortages. The VOPE and MT coordinated military training and, after 1947, agricultural-military training in rural areas. The activity of the Voivodeship Office of PE and MT lasted until 1948. The formation of the Central Office of Physical Culture sanctioned the separation of physical education from military training.

The Voivodeship Office of Physical Culture formed in Łódź tackled similar problems as its predecessor. Taking care of the development of physical education, it cooperated with youth organizations, Samopomoc Chłopska, the militia, the army, Voivodeship and Regional Councils of Rural Sport and with the Voivodeship Office of Łódź. It supervised clubs and associations working in the field of physical culture. The ones considered as hostile to communist authorities in Poland were closed down.

The promotion of sport activity organized by VOPE and MT and then by VOPC in the Łódź Voivodeship area were aided by Festivals of Physical Education, National Runs, Autumn Marches and backpacking camps.

The falsified parliamentary election, the fusion of left-wing parties, enabled Communists to take over the power in the country. In 1949 the transitional form of COPC was terminated by the resolution “On Physical Culture and Sports”. The Central Committee of Physical Culture was formed, and it eventually introduced the Soviet model of physical culture administration.

Bibliography

A. Sources

I. Archival sources

The Archives of Modern Records

Central Committee of Physical Culture

Central Office of Physical Culture

State Office of Physical Education and Military Training

State Archive in Łódź

City National Council and City Board in Łódź 1945–1950

The Board of the People's Council in Łódź

Łódź Voivodeship Office 1945–1950

Institute of National Remembrance

IPN Ld PF10/725

II. Press

“Dziennik Łódzki” [“Łódzki Daily”] 1946–1948, 1950

“Dziennik Popularny” [“Popular Daily”] 1976

“Express Ilustrowany” [“Illustrated Express”] 1946–1948

“Głos Robotniczy” [“Voice of the Workers”] 1946–1948, 1985

“Kurier Popularny” [“Popular Courier”] 1945, 1947

“Przegląd Sportowy” [“Sports Review”] 1945

B. Literature

Banasiak S., *Województwo Łódzkie w okresie Polski Ludowej* [*Łódzkie Voivodeship at the time of the People's Republic of Poland*], [in:] R. Rosin (ed.), *Województwo Łódzkie 1919–1969. Studia i materiały* [*Łódzkie Voivodeship 1919–1969. Studies and materials*], Łódź 1971, p. 143–170.

Bogusz A., *Sport łódzki po II wojnie światowej i jego rola w odbudowie sportu polskiego w latach 1945–1948* [*Łódzki Sports after WWII and its role in reconstruction of Polish sport in 1945–1948*], [in:] L. Szymański, Z. Schwarzer (ed.), *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. 2 [*Recent History of Physical Culture in Poland*, vol. 2], Wrocław 1996, pp. 307–317.

Bogusz A., *Sport w Łodzi po II wojnie światowej* [*Sport in Łódź after WWII*], [in:] J. Żelazko (ed.), *Rok 1945 w Łodzi* [*Year 1945 in Łódź*], Instytut Pamięci Narodowej, Oddział w Łodzi [Institute of National Remembrance in Łódź], Łódź 2008, pp. 315–322.

Gondek L., *Kultura fizyczna w Polsce 1944–1984. Zarys podstawowych struktur, form i efektów zarządzania kulturą fizyczną w czterdziestoleciu PRL* [*Physical Culture in Poland 1944–1984. An outline of basic structures, forms and effects of administration of physical culture in 40-year period of People's Republic of Poland*], Gdańsk 1986.

Jaroszewski J., *Kierowanie sportem w Łodzi w latach 1945–1948 w świetle relacji “Dziennika Łódzkiego”* [*Sports Management in Łódź in the Years 1945–1948 in the Light of Reports of “Dziennik Łódzki”*], [in:] J. Kwieciński, M. Tomczak (ed.), *Wybrane zagadnienia kultury fizycznej – aktualny stan badań* [*Selected Aspects of Physical Education – the recent state of research*], PWSZ, Konin 2012, pp. 185–211.

Jaroszewski J., Łuczak M., *Kultura fizyczna w programach Łódzkiego Oddziału Związku Młodzieży Chrześcijańskiej (YMCA) w latach 1920–2002* [*Physical*

- Culture in the programmes of Łódź Division of Christian Youth Union in years 1920–2002*, “Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Kultura Fizyczna” [“Scientific Papers of Jan Długosz University in Częstochowa. Physical Culture”] 2014, 13, No. 2, pp. 95–113; <http://dx.doi.org/10.16926/kf.2014.13.06>.
- Kaczmarek W., *Wychowanie fizyczne i sport [Physical Education and Sport]*, [in:] E. Rosset (ed.), *Łódź w latach 1945–1960 Łódź in years 1945–1960*, Łódź 1962, pp. 390–399.
- Kształtowanie władzy ludowej w Łodzi i województwie łódzkim w 1945 roku [Creating of people’s government in Łódź and Łódzkie Voivodeship in 1945]*, Warszawa – Łódź 1985, pp. 293–297.
- Kozłowski W., *Ofensywa styczeniowa 1945 r. na obszarze województwa łódzkiego [The Vistula-Oder Offensive in 1945 r. on the Territory of Łódzkie Voivodeship]*, [in:] R. Rosin (ed.), *Województwo Łódzkie 1919–1969. Studia i materiały [Łódzkie Voivodeship 1919–1969. Studies and materials]*, Łódź 1971, pp. 135–141.
- Małolepszy E., *Z dziejów organizacji i zarządzania kulturą fizyczną w Polsce w latach 1918–1998 [On management and Organization of Physical Culture in Poland in the Years 1918–1998]*, “Prace Naukowe Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Częstochowie, Kultura Fizyczna” [“Scientific Papers of Pedagogical School of Higher Education in Częstochowa. Physical Culture”] 2001, No. 4, pp. 87–100.
- Madej B., Włodkowski L., *Stadion pełen wspomnień [A Stadium full of memories]*, Łódź 1978.
- Szymański L., *Ze studiów nad modelem kultury fizycznej w Polsce Ludowej 1944–1980 [From the studies of the model of physical culture in People’s Republic of Poland 1944–1980]*, Wrocław 1996.
- Województwo łódzkie w XXX-leciu PRL [Łódzkie Voivodeship in 30-year period of People’s Republic of Poland]*, Łódź 1974.
- 75 lat Pabianickiego Towarzystwa Cyklistów 1906–1981 [75th anniversary of Pabianice Cyclists Association 1906–1981]*, Pabianice 1981.
- 75 lat RTS Widzew (1910–1985) [75years of RTS Widzew (1910–1985)]*, Łódź 1985.

Zarządzanie łódzką kulturą fizyczną w latach 1945–1949

Streszczenie

Celem pracy jest przedstawienie zarządzania łódzką kulturą fizyczną w latach 1945–1949 na tle zachodzących zmian społeczno-politycznych. Wprowadzony w 1946 roku model zarządzania kulturą fizyczną łączył sprawy wychowania fizycznego z przysposobieniem wojskowym. Wojewódzki Urząd Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego w Łodzi, a następnie Wojewódzki Urząd Kultury Fizycznej w Łodzi były formami przejściowymi. Ostatecznym celem było wprowadzenie modelu zarządzania sportem łódzkim na wzór realizowanego w Związku Radzieckim.

W latach 1946–1949 łódzkie władze sportowe propagowały rozwój wychowania fizycznego i sportu zgodnie z polityką państwa. Forsowano duże imprezy sportowe. Szkolenie sportowe powiązano z wojskowym i rolniczym. Nowa władza państwowa sprzyjała rozwojowi wychowania fizycznego i sportu, szczególnie w organizacjach lewicowych. Stowarzyszenia sportowe, których działalność uznano za wrogą, były likwidowane.

Słowa kluczowe: kultura fizyczna, wychowanie fizyczne, przysposobienie wojskowe, zarządzanie, Łódź.

Daniel BAKOTA*
Arkadiusz PŁOMIŃSKI**
Beniamin PIKSA***

Stanisław Szozda (1950–2013) – Forgotten Legend of Polish Cycling

Abstract

Stanisław Szozda was born on September 25, 1950 in Dobromierz. During his career he represented the following clubs: LZS [RST – Rural Sports Team] Prudnik, “Legia” Warsaw, LZS “Zieloni” Opole and LKS [RSC – Rural Sports Club] “Ziemia Opolska”. His greatest successes include, among others: twice 2nd place at the Olympic Games in Munich (1972) and Montreal (1976) in the 100-km team race; twice 1st place in the 100-km team race during the World Championships in Barcelona (1973) and Yvoir (1975); 1st place in individual classification of the Peace Race in 1974 and twice 1st place in team classification in Peace Race (1973 and 1974) and 1st place in Tour de Pologne (1971). He died on September 23, 2013. He was buried in the Osobowicki Cemetery in Wrocław in the Alley of the Meritorious.

Keywords: Stanisław Szozda, cycling, Rural Sports Teams.

The aim of this paper is to outline successes of the Rural Sports Team (RST) Prudnik alumnus – Stanisław Szozda.

The basic research method used in writing of this paper was an analysis of historical sources. The method of induction and deduction has also been applied. The following research issues have been put forward:

- What influence did cycling have on Stanisław Szozda’s life?
- In which cycling events; regarding races in the both national and international arena, was he most successful?

* Ph.D., Jan Długosz University in Częstochowa, Faculty of Pedagogy, Institute of Physical Education, Tourism and Physiotherapy; e-mail: danbak@autograf.pl.

** Ph.D., Jan Długosz University in Częstochowa, Faculty of Pedagogy, Institute of Physical Education, Tourism and Physiotherapy; e-mail: a.plominski@wp.pl.

*** MA, PhD student at University of Physical Education in Katowice; e-mail: beniaminpiksa@o2.pl.



Stanisław Szozda

Stanisław Szozda was born on September 25, 1950 in Dobromierz (son of Dominik and Elżbieta)¹. For cycling he gave up ice hockey, athletics and football. As he himself admitted, cycling helped him to get rid of habits, find motivation to study, complete Agricultural Secondary School and gain recognition among friends and teachers². However, at the beginning this recognition – especially among friends – had its ups and downs. In one of the interviews he confessed that it all started on February 8, 1967 when he told his friends that he gave up smoking. His father bought him a “Favorita” semi-racer, and he promised that he was through with the company he socialized with. This was his first victory. He survived the period of taunts, mockery and provocation. Half a year later, he signed up for the cycling section run by Franciszek Surmiński in Prudnik³. When he won the first race, 5 minutes ahead of other competitors, he was accused of shortening the route. The organizers did not believe that such

¹ B. Tuszyński, *Polscy olimpijczycy XX wieku (1924–2002) N–Ż* [*Polish Olympians of the 20th century (1924–2002) N–Ż*], Warsaw 2004, p. 265.

² “Wiadomości Sportowe” [“Sports News”] 1973, No. 37 (454), p. 3.

³ “Wiadomości Sportowe” [“Sports News”], 50 years of RST, Special issue, no year of publication, p. 10. The publication by Bogdan Tuszyński contains information that Stanisław Szozda represented the team of RST Prudnik since 1964. See: B. Tuszyński, *Polish Olympians of the 20th century (1924–2002)*..., p. 265.

a slim competitor was able to perform so well. Unfortunately crying and swearing came to nothing. But he decided to prove all these disbelievers that he was unjustly accused of cheating. Soon after, he won the prestigious Baltic Friendship Race and the greatest honour for him was the appointment to Henryk Łasak's team⁴.

He was a man who liked to complain about himself and when such complaining appeared experts in the subject acknowledged it in the following way: "Oh, Staszek will again be up to something on the route because he is complaining". And so it was indeed. It was with increased effort that he tried to overcome his weaknesses. He cycled against his rivals and himself⁵.

In 1969 he took the 2nd place in the Polish Championships in cyclo-cross in Chełmno⁶. In turn, he won his first title of the Polish champion in 1970 in the pair competition (with Edward Barcik). In the same year he also took the 5th place in the Baltic Friendship Race⁷.

In the years 1971–1972, while doing military service, he was a cyclist at Warsaw "Legia". In 1971 – as a rookie, at the age of 20 – he won the 28th International Cycling Race Around Poland (Tour de Pologne). From among twelve stages, he won three. He put on a yellow t-shirt at the fifth stage and kept it until the end of the race⁸. Another success of Stanisław Szozda was taking the 2nd place in 1971 at the Polish Championships in road cycling in the individual race (the winner was Edward Barcik)⁹ and the 1st place in the team race (as in 1972 "Legia" Warsaw – whose team member was Stanisław Szozda – won the team championship of Poland)¹⁰. Winning in 1971 by the Polish team including Stanisław Szozda, the bronze medal at the World Championships in Mendrisio (Switzerland) in the 100-km team race was also a major achievement¹¹. A year later, at the Olympic Games in Munich – in the same competition (cyclists covered exactly 102.8 km) – he won the silver medal (together with Ryszard Szurkowski, Edward Barciki and Lucjan Lis)¹². Then, in the individual race (182.4 km) he was ranked in the 76th place (with 163 competitors)¹³.

On the last day of March 1973 he won the Race Around Algeria¹⁴. His next victory was in the multi-stage race in France – 30th Tour de Vaucluse¹⁵. In 1973

⁴ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"], 50 years of RST, Special issue, no year of publication, p. 10.

⁵ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1973, No. 37 (454), p. 3.

⁶ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1969, No. 15 (224), p. 4.

⁷ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1973, No. 37 (454), p. 3.

⁸ „Wiadomości Sportowe” ["Sports News"] 1971, No. 30 (343), p. 1, 4.

⁹ „Wiadomości Sportowe” ["Sports News"] 1971, No. 34 (347), p. 1.

¹⁰ B. Tuszyński, *Polish Olympians of the 20th century (1924–2002)*..., p. 265.

¹¹ „Wiadomości Sportowe” ["Sports News"] 1971, No. 36 (349), p. 1.

¹² Z. Porada, *Starożytne i Nowożytne Igrzyska Olimpijskie [Ancient And Modern Olympic Games]*, Cracow 1980, p. 885.

¹³ B. Tuszyński, *Polish Olympians of the 20th century (1924–2002)*..., p. 266.

¹⁴ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1973, No. 14 (431), p. 1.

¹⁵ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1973, No. 16 (433), p. 4.

Stanisław Szozda also became a road champion of Poland. In the competition which was played on the route around dams in Porąbka and Tresna near Żywiec, 173 cyclists of 72 clubs participated. The representative of RST "Zieloni" Opole, and originally of RST Prudnik, left his rivals with no illusions as to who was the best¹⁶. Moreover, in 1973, four Polish competitors (Lucjan Lis, Tadeusz Mytnik, Stanisław Szozda and Ryszard Szurkowski), won the team race at the World Championships in Barcelona. They were ahead of the USSR national team by more than one minute and a half. Next, in the individual race Stanisław Szozda won the silver medal¹⁷. In 1973 he was the winner in the Bahamontes Cup in Spain, too. In addition, he twice climbed the podium during the Peace Race. He took the 2nd place in the individual race and the 1st place with the Polish national team in the team classification¹⁸. These successes resulted in Stanisław Szozda's 2nd place in the poll of "Przegląd Sportowy" ["Sports Review"] to choose the best sportsman in 1973.

At the World Championships in Montreal (1974) Stanisław Szozda in the individual race took the 4th place (in the team classification Poles were ranked the 7th)¹⁹. In 1974 he was again the winner of the Peace Race²⁰. At the 1st stage (Jabłonna – Nowy Dwór, 20 km) in the individual time trial he took the 31st place. His performance was much better at the 2nd stage (Płońsk – Toruń, 152 km). He took the 3rd place. Then, at the 3rd stage (Toruń – Poznań, 150 km) he took the 10th place. At the 4th stage (Poznań – Zielona Góra, 126 km) he was the 2nd. Next, at the 5th stage (Międzyrzecz – Gorzów Wlkp., 48,5 km) in the individual time trial he came in the 7th place. His first victory was at the 6th stage (Gorzów Wlkp. – Szczecin, 106 km). From this stage until the end of the race he did not descend from the podium. At the 7th (Szczecin – Neubrandenburg, 145 km) and 8th stage (Neubrandenburg – Berlin 128 km) he took the 3rd place. Then, at the following stages: 9th (Potsdam – Leipzig, 170 km), 10th (Leipzig – Karl-Marx-Stadt, 141 km), 11th (Karl-Marx-Stadt – Sokolov, 164 km), 12th (Sokolov – Usti nad Labem, 158 km) and 14th (Mlada Boleslav – Prague, 160 km) he climbed the highest place on the podium. It was only at the 13th stage (Usti nad Labem – Mlada Boleslav, 138 km) that he came in the 2nd place. Poles also won in the team classification²¹. After this success, the chairman of the Central Committee of Physical Culture and Tourism – Bolesław Kapitan – awarded him a gold medal "For Outstanding Achievements in Sports". It was his third decoration with this medal²². It is also noteworthy that in

¹⁶ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1973, No. 33 (450), p. 1.

¹⁷ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1973, No. 36 (453), p. 1.

¹⁸ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1974, No. 3 (472), p. 2; B. Tuszyński, *Wyścig Pokoju 1948–1988 [Peace Race 1948–1988]*, Warsaw 1989, p. 352.

¹⁹ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1974, No. 35 (504), p. 1.

²⁰ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1974, No. 22 (491), p. 5.

²¹ B. Tuszyński, *Peace Race 1948–1988...*, pp. 365–368.

²² "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1974, No. 23 (492), p. 4.

1974 Stanisław Szozda won the title of the Polish vice-champion in the road and mountain race, too. Then, with Edward Barcik in the race in pairs they won the Polish championship²³.

The year 1975 was also fruitful in terms of success. In the Polish Championships in road cycling, which took place in Łask, in the team race competitors of the Rural Sports Club (RSC) "Ziemia Opolska" won the bronze medal (the team members were: Stanisław Szozda, Edward Barcik, Piela and Kornafel)²⁴. Stanisław Szozda also stood on the lowest step of the podium at the Polish Championships in the pair competition (with Edward Barcik). In 1975 he won the title of the mountain Polish champion²⁵. He also won a five-stage race in the Kłodzko Valley ahead of national team members from Poland and GDR²⁶. Stanisław Szozda was the winner of one of the five stages of the Race Around Scotland too. In the final classification, however, he took the 5th place²⁷. Then, in the individual classification of the 28th Peace Race he came in the 21st place (in the team classification Poles were ranked just outside the podium – the 4th place)²⁸.

In 1975, the World Championships in Yvoir (Belgium) ended with the victory of Poles in road team race (with the team including: Stanisław Szozda, Ryszard Szurkowski, Mieczysław Nowicki and Tadeusz Mytnik)²⁹. It is worth mentioning that these successes contributed to the fact that in the poll of "Dziennik Ludowy" ["People's Daily"] Stanisław Szozda became the best sportsperson of the RST Association in 1975³⁰.

In the next year (1976), Stanisław Szozda was a triple winner of the cycling race for the Grand Prix of Annaba in Algeria. In the general classification he was ahead of his colleague Tadeusz Zawada. In addition, he was the winner in the competition for the title of the best climber and in the so-called combined classification³¹.

The 29th Peace Race ended with the 3rd place of Poles in the team competition and the 2nd place of Stanisław Szozda in the individual competition³². Stanisław Szozda won the prologue (Prague, 7 km), and at 14 stages he climbed the podium 7 times: 1st place at the 2nd stage (Litomyśl – Gottwaldowo, 165 km), 3rd place at the 5th stage (Tatrzańska Łomnica – Cracow, 151 km), 1st place at the 6th stage (Cracow – Kielce, 118 km), 2nd place at the 7th stage in individual time trial (Warsaw, 7 km), 1st place at the 9th stage (Toruń – Poznań, 150 km),

²³ B. Tuszyński, *Polish Olympians of the 20th century (1924–2002)*..., p. 265.

²⁴ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1975, No. 26 (548), p. 2.

²⁵ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1975, No. 28 (550), p. 1.

²⁶ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1975, No. 29 (551), p. 1.

²⁷ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1975, No. 30 (552), p. 1.

²⁸ B. Tuszyński, *Peace Race 1948–1988*..., pp. 381–382.

²⁹ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1975, No. 35 (557), p. 1.

³⁰ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1976, No. 3 (577), p. 1.

³¹ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1976, No. 13 (587), p. 1.

³² "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1976, No. 21 (595), p. 1.

2nd place at the 11th stage in mass start (Frankfurt – Forst, 113 km) and 2nd place at the 13th stage (Leipzig – Magdeburg, 161 km)³³.

During the Olympic Games in Montreal in 1976, the four Poles: Stanisław Szozda, Tadeusz Mytnik, Ryszard Szurkowski and Mieczysław Nowicki won the silver medal in the 100-km team race (the cyclists covered exactly 102.530 km)³⁴. They lost just 20 seconds to the national team of the Soviet Union³⁵. Next, in the 180-km individual road race Stanisław Szozda won the 11th place³⁶. After returning home, he was awarded the Knight's Cross of the Order of the Rebirth of Poland, as well as a silver medal "For Outstanding Sports Achievements" (it was his fourth decoration with the medal)³⁷.

In 1976, in the challenge of "Sport Review" and the Polish Cycling Association (PCA) Stanisław Szozda was ranked the 3rd³⁸. Next, he was the winner in the 20th poll of "People's Daily", ahead of his club colleague – Benedykt Kocot³⁹.

In April 1977 Stanisław Szozda took the 1st place in the three-stage race "On Trail of Piast Towns", ahead of Czesław Lang from "Baszta" of Bytów⁴⁰. In 1977, he was also ranked in the 2nd place in the final classification of the five-stage Race Around Scotland. Polish team took the 2nd place in the team classification⁴¹. During the World Championship in San Cristobal in Venezuela Polish team won the bronze medal in the 100-km team race (team members: Stanisław Szozda, Tadeusz Mytnik, Czesław Lang and Mieczysław Nowicki). It was bad luck that left the Polish team without the silver medal. A defect of Tadeusz Mytnik's bike was repaired for over a minute, because the spare bike as a result of an unfortunate fall was destroyed by the mechanic of the team. In addition, replacement of wheels in Czesław Lang's and Mieczysław Nowicki's bicycles slowed down the team⁴². In turn, in the individual race Stanisław Szozda took the 51st place⁴³. In the poll of "People's Daily" for the best sportsperson of the RST Association in 1977 Stanisław Szozda took the 2nd place. He lost to Jan Pusty of RSC "Orkan" Poznań⁴⁴.

The last race, which he participated in was the 31st Peace Race (1978), which he did not finish, because during the 5th stage (Gera – Karlovy Vary, 158 km) he suffered a dangerous fall⁴⁵. The next day, when he talked about the

³³ B. Tuszyński, *Peace Race 1948–1988...*, pp. 392–394.

³⁴ Z. Porada, *op. cit.*, p. 899.

³⁵ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1976, No. 29 (603), p. 1.

³⁶ Z. Porada, *op. cit.*, p. 899.

³⁷ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1976, No. 32 (606), p. 1.

³⁸ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1976, No. 44 (618), p. 2.

³⁹ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1977, No. 4 (630), p. 1.

⁴⁰ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1977, No. 17 (643), p. 1.

⁴¹ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1977, No. 30 (656), p. 2.

⁴² "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1977, No. 36 (662), p. 2.

⁴³ https://pl.wikipedia.org/wiki/Stanisław_Szozda [accessed on: 28.07.2016].

⁴⁴ "Wiadomości Sportowe" ["Sports News"] 1978, No. 5 (683), p. 1.

⁴⁵ B. Tuszyński, *Peace Race 1948–1988...*, p. 416.

whole event nobody believed him. He was suspected of making up the entire story. His version, however, was confirmed by Aleksander Awierin, who managed to slow down and saw everything with his own eyes. Stanisław Szozda collided with a fan, who leaned out of the crowd wanting to see how far away the cyclists were. He hit his back against the asphalt and fell into a ditch. Although the fall looked serious he wanted to continue to participate in the race, so he did not simulate, which some accused him of⁴⁶.

After the end of his sports career, which was influenced by the injury during the above-mentioned Peace Race, he took a job – as a mechanic – in the Edward Borysewicz's American group. After returning from USA to Poland he did not become a coach. He dedicated a lot of time to his family: wife Grażyna and two children: Natalia and Radosław⁴⁷. Asked a few years after the end of his career what was the thing that engraved most in his memory of the cycling times was, he replied jokingly: “the front wheel”⁴⁸. He died on September 23, 2013 of stomach cancer. He was buried in the Osobowicki Cemetery in Wrocław, in the Alley of the Meritorious⁴⁹.

To sum up, it must be noted that cycling played a very important role in the life of Stanisław Szozda, primarily it helped him quit smoking and complete his education at Agricultural Secondary School. His talent made him the idol of Polish fans in 1970s, but also a symbol of social advancement of extremely talented youth from rural clubs. After all, he represented clubs under the name of RST (RST Prudnik, RST “Zieloni” Opole and RSC “Ziemia Opolska”). The exception was only the period of military service, when he cycled for “Legia” Warsaw (1971–1972). During his sports career he won several medals at the Polish Championships, but also triumphed in the events of much higher rank, i.e.: Olympic Games (twice 2nd place in the 100-km team race – Munich and Montreal); World Championships (twice 1st place in the 100-km team race – Barcelona and Yvoir); Peace Race (1st place in the individual race in 1974 and twice 1st place in the team race in 1973 and 1974) and Tour de Pologne (1st place in 1971).

Bibliography

A. Sources

I. Press

“Wiadomości Sportowe” [“Sports News”]. Warsaw 1969–1978

“Rzeczpospolita” daily. Warsaw 2013

⁴⁶ “Wiadomości Sportowe” [“Sports News”] 1978, No. 21 (699), p. 3.

⁴⁷ B. Tuszyński, *Polish Olympians of the 20th century (1924–2002)*..., p. 265.

⁴⁸ “Rzeczpospolita” daily 2013, No. 224, p. A15.

⁴⁹ https://pl.wikipedia.org/wiki/Stanisław_Szozda [accessed on 28.07.2016].

II. Websites

https://pl.wikipedia.org/wiki/Stanisław_Szozda [accessed: 12.07.2016]

B. Literature

- Duński W., *Od Paryża 1924 do Sydney 2000: polscy medaliści olimpijscy i paraolimpijcy* [*From Paris 1924 to Sydney 2000: Polish olympic and paraolympic medalists*], Warszawa 2000.
- Falewicz R., *Historia igrzysk olimpijskich* [*History of the Olympic Games*], Poznań 2004.
- Głuszek Z., *Leksykon polskich olimpijczyków 1924–1998* [*Lexicon of Polish Olympians 1924–1998*], Warszawa 1999.
- Latuszkiewicz B., *Zielone bractwo* [*Green Fraternity*], Warszawa 2000.
- Małolepszy E., Bakota D., Drozdek-Małolepsza T., Płomiński A., *Z dziejów sportu i turystyki w działalności Krajowego Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w latach 1975–2015* [*History of sport and tourism in the activities of the National Association of Rural Sports Teams in the years 1975–2015*], Częstochowa 2016.
- Porada Z., *Starożytne i Nowożytne Igrzyska Olimpijskie* [*Ancient and modern Olympic Games*], Kraków 1980.
- Tuszyński B., *Polscy olimpijczycy XX wieku (1924–2002) N–Ż* [*Polish Olympians of the 20th century (1924–2002) N–Ż*], Warszawa 2004.
- Tuszyński B., *Wyścig Pokoju 1948–1988* [*Peace Race 1948–1988*], Warszawa 1989.
- Tuszyński B., *Złota księga kolarstwa polskiego* [*The Golden book of Polish cycling*], Warszawa 1995.

Stanisław Szozda (1950–2013) – zapomniana legenda polskiego kolarstwa

Streszczenie

Stanisław Szozda urodził się 25 września 1950 r. w Dobromierzu. W trakcie swej kariery sportowej reprezentował barwy następujących klubów: LZS Prudnik, Legia Warszawa, LZS „Zieloni” Opole i LKS „Ziemia Opolska”. Największe jego sukcesy to m.in.: dwukrotnie 2. miejsce na Igrzyskach Olimpijskich w Monachium (1972 r.) i Montrealu (1976 r.) w wyścigu drużynowym na 100 km; dwukrotnie 1. miejsce w wyścigu drużynowym na 100 km podczas Mistrzostw Świata w Barcelonie (1973 r.) i Yvoir (1975 r.); 1. miejsce w klasyfikacji indywidualnej w Wyścigu Pokoju w 1974 r. i dwukrotnie 1. miejsce w klasyfikacji drużynowej w Wyścigu Pokoju (1973 i 1974 r.) oraz 1. miejsce w Tour de Pologne (1971 r.). Zmarł 23 września 2013 r. Pochowany został na Cmentarzu Osobowickim we Wrocławiu, w Alei Zasłużonych.

Słowa kluczowe: Stanisław Szozda, kolarstwo, Ludowe Zespoły Sportowe.

CZĘŚĆ II
TEORIA I METODYKA WYCHOWANIA
FIZYCZNEGO

Marzena STANIEK*
Krystyna GÓRNA-ŁUKASIK**

Warunki do zajęć ruchowych w śląskich przedszkolach

Streszczenie

Celem pracy jest diagnoza bazy materialnej do zajęć ruchowych oraz sposobu realizacji tych zajęć w przedszkolach śląskich.

W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego. Materiał stanowią wyniki badań 30 śląskich placówek przedszkolnych. Wyposażenie placówek przedszkolnych oceniono metodą obserwacji, uwzględniając rodzaje ćwiczeń, do których mogą być wykorzystane urządzenia i sprzęt sportowy. Oceny realizacji zajęć ruchowych w przedszkolu dokonano w oparciu o autorski kwestionariusz ankiety, który został skierowany do nauczycieli i dyrektorów przedszkoli. Do analizy zakwalifikowano 60 kwestionariuszy wypełnionych przez nauczycieli, 30 kwestionariuszy wypełnionych przez dyrektorów oraz 30 arkuszy obserwacji.

Badania wykazały, iż w śląskich placówkach przedszkolnych organizowane są różne formy zajęć ruchowych, przy czym baza materialna do realizacji tych zajęć jest bardzo słaba. Uzyskane wyniki badań świadczą o ograniczonej częstotliwości zajęć ruchowych, zbyt krótkim czasie ich trwania, braku strojów gimnastycznych dzieci, korzystaniu ze starych przewodników metodycznych, a przede wszystkim o rzadkim wykorzystywaniu przyrządów i urządzeń sportowych. Nie sprzyja to stymulowaniu rozwoju fizycznego i motorycznego dzieci.

Słowa kluczowe: przedszkole, zajęcia ruchowe, sprzęt sportowy.

Wstęp

Dane statystyczne GUS wskazują, iż co roku zwiększa się liczba dzieci uczęszczających do śląskich przedszkoli, w związku z czym placówki te stały się znaczącym środowiskiem wychowawczym małych dzieci [3], [4], [5], [6].

* Dr, Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach, Katedra Teorii i Metodyki Wychowania Fizycznego; e-mail: metris@odm-metris.pl.

** Dr hab. prof. AWF, Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach, Katedra Teorii i Metodyki Wychowania Fizycznego; e-mail: k.gorna@awf.katowice.pl.

Zgodnie z zapisami ustawowymi, wychowanie przedszkolne może być realizowane w przedszkolach, oddziałach przedszkolnych w szkołach podstawowych, a także przybierać inne formy [18], [21]. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 31 sierpnia 2010 roku określa wymogi dotyczące warunków budowlanych, lokalowych, higieniczno-sanitarnych i organizacji zajęć. W kwestii wyposażenia sal zapis jest bardzo lakoniczny. Ma ono obejmować sprzęt i pomoce dydaktyczne, które są niezbędne dla prawidłowej realizacji podstawy programowej wychowania przedszkolnego [18]. Natomiast rozporządzenie z dnia 31 grudnia 2002 roku zobowiązuje dyrektorów do zapewnienia dzieciom higienicznych i bezpiecznych warunków oraz do nabywania i stosowania sprzętu i mebli posiadających aktualne certyfikaty zgodności [16].

Badania diagnozujące warunki materialne do zajęć ruchowych w polskich przedszkolach są nieliczne. Warszawskie ogródki przedszkolne były przedmiotem badań Kosmali i wsp. [9]. Uzyskano informacje o 75 ogrodach przedszkolnych. Wykazano, iż ogródki przedszkolne są najczęściej wyposażone w piaskownice, zabawki tematyczne, domki i altany, urządzenia wielofunkcyjne, huśtawki oraz karuzele.

Klichowska zajmowała się diagnozą wielkopolskich ogródków przedszkolnych. Badaniami objęto 53 placówki przedszkolne – zarówno publiczne, jak i prywatne. Wskazano, iż wyposażenie przedszkoli publicznych jest przeciętne, w przeciwieństwie do prywatnych, które są bogato wyposażone. Zauważono także, że nauczyciele nie doceniają potencjału rozwojowego posiadanych urządzeń, przypisując im głównie funkcję estetyczną [8].

Warunki śląskich przedszkoli badane były przez Państwową Inspekcję Sanitarną w Katowicach w zakresie stanu sanitarno-technicznego. Z raportu wynika, że spośród wszystkich skontrolowanych placówek (n=1051) 7 funkcjonowało w budynkach, które nie były przystosowane do tego celu. Nieprawidłowy stan techniczny stwierdzono w 34 przedszkolach. Aktualnie nie ma danych dotyczących bazy materialnej do zajęć ruchowych w śląskich przedszkolach [23].

Funkcje i cele edukacji przedszkolnej, a także zalecane sposoby realizacji, ustalone są przez władze oświatowe w ramach podstaw programowych [17]. Zgodnie z ich wytycznymi, wychowanie przedszkolne wspomaga rozwój i edukację dziecka, łączy funkcje opiekuńcze, wychowawcze i kształcące. W przedszkolu należy zapewnić dzieciom „[...] możliwość wspólnej nauki w warunkach bezpiecznych, przyjaznych i dostosowanych do ich potrzeb rozwojowych”¹. Odpowiednią dawkę ruchu i propagowanie zdrowego oraz aktywnego stylu życia powinno się zapewniać od najmłodszych lat. W podstawie programowej cel odnoszący się do zdrowia i aktywności fizycznej sformułowany jest ogólnie – jako „troska o zdrowie dzieci i ich sprawność fizyczną, zachęcanie do uczestnictwa

¹ Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół. Załącznik nr 1, s. 200.

w zabawach i grach ruchowych². Pożądany efekt wychowania zdrowotnego i kształtowania sprawności fizycznej osiąga się wówczas, gdy dziecko dba o zdrowie i zaczyna orientować się w zasadach zdrowego żywienia, dostrzega związek między chorobą a leczeniem oraz poddaje się leczeniu, jest sprawne fizycznie lub jest sprawne na miarę swoich możliwości, uczestniczy w zajęciach ruchowych, zabawach i grach w ogrodzie przedszkolnym, w parku, na boisku, na sali gimnastycznej.

Wytyczne podstawy programowej wychowania przedszkolnego nakreślają bardzo ogólne ramy tygodniowego zagospodarowania czasu, z uwzględnieniem swobodnej zabawy, zajęć w ogródku przedszkolnym, parku, na boisku (w tym gier i zabaw ruchowych oraz zajęć sportowych), zajęć dydaktycznych, czasu do dowolnego zagospodarowania przez nauczyciela.

Badania prowadzone przez Kuratorium Oświaty w Łodzi wskazują na częste wdrażanie zaleceń w planowaniu i organizacji zajęć w większości badanych łódzkich przedszkoli (59,95%). Najczęściej występującymi utrudnieniami w realizacji harmonogramu dotyczącego organizowania zajęć ruchowych na dworze były niesprzyjające warunki klimatyczne, pandemia grypy, zbyt duża liczba zajęć dodatkowych (język obcy, zajęcia komputerowe), nieodpowiedni ubiór dzieci, zły stan ich zdrowia [10].

Zdaniem Gradus, przedszkola z Białej Podlaskiej mają odpowiednie warunki do prowadzenia zajęć z wychowania fizycznego. Dzieci podczas pobytu w przedszkolu biorą udział w zajęciach ruchowych około 1,5–2 godzin dziennie, przy czym oferowane przez placówki zajęcia ruchowe nie są zróżnicowane. Zauważono, że nie wszystkie elementy programu wychowania fizycznego są w pełni realizowane, co nie sprzyja kształtowaniu pozytywnych postaw wobec wychowania fizycznego [7].

Oceną jakości wychowania fizycznego 151 gdańskich placówek przedszkolnych zajmowała się Rokicka-Hebel. Celem badań było określenie częstotliwości zajęć ukierunkowanych na aktywność fizyczną. Wykazano, iż pomimo możliwości prowadzenia zajęć ruchowych na sali gimnastycznej, a także posiadania dostatecznej ilości przyborów gimnastycznych, przedszkola nie zapewniają dzieciom wystarczającej aktywności fizycznej [15].

Szeroką diagnozę dojrzałości szkolnej polskich dzieci sześciolatkami z uwzględnieniem różnych sfer rozwoju dziecka przedstawiono w raporcie „Sześciolatki w Polsce”. Badaniami ankietowymi objęto także nauczycieli oraz rodziców, uzyskując informacje dotyczące między innymi aktywności fizycznej przedszkolaków. Badania obrazują częstotliwość oraz czas trwania różnych form zajęć ruchowych prowadzonych w placówkach przedszkolnych. Stwierdzono, że większość nauczycieli codziennie organizuje 10-minutowe ćwiczenia poranne i 20-minutowe zajęcia z przewagą gier i zabaw ruchowych. Natomiast zajęcia

² Tamże.

gimnastyczne oraz zajęcia muzyczno-ruchowe organizowane są zazwyczaj 1–2 razy w tygodniu i trwają do 30 minut [2].

Celem prezentowanych badań była diagnoza bazy materialnej do zajęć ruchowych oraz sposobu ich realizacji w przedszkolach śląskich.

Material i metody

Badania wykonano w roku szkolnym 2011/2012 w 30 śląskich placówkach przedszkolnych, posługując się metodą sondażu diagnostycznego [11], [13]. Wybór przedszkoli dokonany został drogą losową. Zastosowano dobór losowy prosty w oparciu o dane GUS [4]. Warunki pracy przedszkola oceniono na podstawie wyposażenia sali, ogródka przedszkolnego w przybory, sprzęt i urządzenia sportowe, stosując metodę obserwacji. Dokonując oceny wyposażenia placówek przedszkolnych, uwzględniono rodzaje ćwiczeń, do których mogą być wykorzystane urządzenia i sprzęt sportowy.

Na tej podstawie dokonano podziału przedszkoli na dwie kategorie: posiadające warunki dobre i warunki złe. Do przedszkoli posiadających dobre warunki zakwalifikowano te, które miały łącznie salę gimnastyczną, ogródek oraz sprzęt umożliwiający wszechstronny rozwój sprawności fizycznej dzieci. Pozostałe zakwalifikowano do drugiej kategorii.

W celu dokonania oceny realizacji zajęć ruchowych w przedszkolu, zastosowano autorski kwestionariusz ankiety, który został skierowany do nauczycieli i dyrektorów przedszkoli [11], [13]. Uzyskano dane dotyczące zajęć ruchowych, na które uczęszczało 1411 dzieci, w tym 713 dziewcząt i 698 chłopców. Do analizy zakwalifikowano 60 kwestionariuszy wypełnionych przez nauczycieli, 30 kwestionariuszy od dyrektorów oraz 30 arkuszy obserwacji wyposażenia placówek przedszkolnych.

Dla każdego czynnika klasyfikacyjnego obliczono licznosc i procent, z wykorzystaniem programu Statistica 10.

Wyniki

Większość badanych przedszkoli jest czynna w godzinach 6.30–17.30. Deklarowana przez dyrektorów liczba oddziałów wynosi przeciętnie od 3 do 6, a liczebność dzieci w grupie nie przekracza 25 osób – co jest zgodne z Ustawą o systemie oświaty. Większość przedszkoli nie posiada sal gimnastycznych (70%), w związku z czym zajęcia ruchowe odbywają się w salach dydaktycznych (tab. 1). Wszystkie placówki posiadają ogródki przedszkolne, w których mogą przebywać dzieci.

Salę gimnastyczne i dydaktyczne są zaopatrzone w podstawowe przybory do ćwiczeń, wśród których najczęściej spotyka się: szarfy, woreczki z grochem, ob-

ręce, piłki, skakanki, kolorowe chorągiewki. Według deklaracji nauczycielek, to właśnie te przybory są najczęściej wykorzystywane w zajęciach ruchowych. Tylko w nielicznych placówkach znajdują się przyrządy i urządzenia sportowe, a do najczęściej spotykanych należą drabinki pionowe, ławeczki oraz materace gimnastyczne. Jeszcze mniej placówek posiada rowerki, bramki do piłki nożnej, sprzęt do gry w koszykówkę, piłki lekarskie i sensoryczne, schody, równoważnie, tunele. Spośród wszystkich badanych placówek jedna miała basen. Wyposażenie 60% placówek należy ocenić jako niewystarczające do realizacji zajęć ruchowych w przedszkolach

Nieco lepiej wyposażone są ogródki przedszkolne (tab. 1). Większość placówek (53,3%) posiada dobrze urządzone place zabaw, w których znajdują się: przepłotnie, równoważnie, drabinki pionowe, wiszące mosty, podesty do podchodzenia, schody, ślizgawki z piaskownicą, huśtawki, karuzele, sprężynowce, a także wielofunkcyjne zestawy sprawnościowe. Chociaż wszystkie przedszkola posiadają urządzenia sportowe, w wielu placówkach (46,7%) wyposażenie jest jednak źle usytuowane. Częstym błędem jest duża liczba urządzeń spełniających takie same funkcje i chociaż ogródek wygląda okazale, niekiedy znajdują się tam wyłącznie drabinki pionowe.

Tabela 1. Baza materialna do zajęć ruchowych w przedszkolu

Baza materialna		Liczba placówek		Razem	
		n	%	n	%
Sala gimnastyczna	brak sali gimnastycznej	21	70,0	30	100
	przedszkole z salą gimnastyczną	9	30,0		
Ogródek przedszkolny	brak ogródka	0	0,0	30	100
	przedszkole z ogródkiem	30	100,0		
Wyposażenie sali w sprzęt i urządzenia sportowe	źle	18	60,0	30	100
	dobrze	12	40,0		
Wyposażenie ogródka w sprzęt i urządzenia sportowe	źle	14	46,7	30	100
	dobrze	16	53,3		

Źródło: badania własne.

We wszystkich przedszkolach organizowana jest gimnastyka poranna, która odbywa się codziennie w godzinach 8.00–9.00, i trwa – jak twierdzi 53,3% badanych – około 15 minut, co odpowiada obowiązującym normom (tab. 2). Zgodnie z zaleceniami podstawy programowej wychowania przedszkolnego, w ramach czasu przeznaczanego na zajęcia dydaktyczne prowadzone są przez nauczycieli także zajęcia gimnastyczne. Odbywają się one najczęściej w salach dydaktycznych, a tylko w nielicznych placówkach w salach gimnastycznych. Większość nauczycieli korzysta z gotowych układów ćwiczeń ruchowych. Pod-

stawą ćwiczeń gimnastycznych są przewodniki metodyczne do programów wychowania przedszkolnego. Ćwiczenia gimnastyczne odbywają się najczęściej dwa razy w tygodniu przez 20 minut (36,7%). Niektórzy nauczyciele (33,3%) twierdzą, że takie zajęcia odbywają się codziennie, ale trwają tylko 15 minut. Ponad $\frac{1}{3}$ dzieci nie przebiera się w stroje gimnastyczne do ćwiczeń (tab. 2).

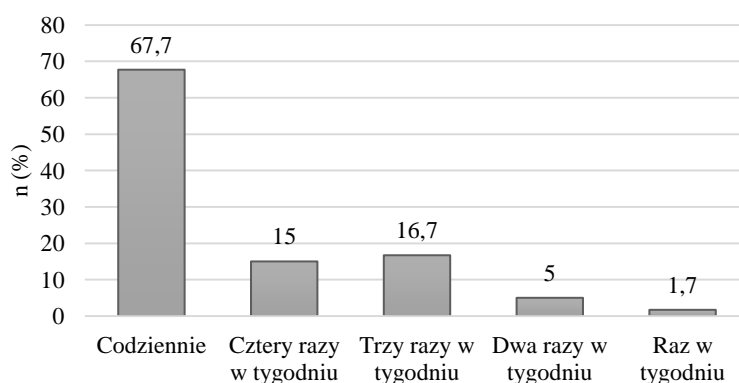
Tabela 2. Organizacja zajęć ruchowych w przedszkolu

Organizacja zajęć		Liczba badanych nauczycieli		Razem	
		n	%	n	%
Miejsce prowadzenia zajęć ruchowych	sala gimnastyczna	10	16,7	60	100
	sala dydaktyczna	44	73,3		
	korytarz	6	10,0		
Czas trwania gimnastyki porannej	10 minut	18	30,0	60	100
	15 minut	32	53,3		
	30 minut	10	16,7		
Częstotliwość organizowania zajęć ruchowych	codziennie	14	23,3	60	100
	cztery razy w tygodniu	2	3,3		
	trzy razy w tygodniu	9	15,0		
	dwa razy w tygodniu	28	46,7		
	raz w tygodniu	7	11,7		
Czas trwania zajęć ruchowych	15 minut	16	26,7	60	100
	20 minut	22	36,7		
	25 minut	11	18,3		
	30 minut	11	18,3		
Strój gimnastyczny	dzieci przebierają się	38	63,3	60	100
	dzieci nie przebierają się	22	36,7		

Źródło: badania własne.

Nauczyciele deklarowali, iż podczas zajęć ruchowych najczęściej korzystają z podstawowych przyborów, natomiast przyrządy i urządzenia sportowe są wykorzystywane sporadycznie. Większość nauczycieli prowadzi zajęcia dydaktyczne zgodnie z zaleceniami, ale częstotliwość i czas realizacji zajęć ruchowych nie zawsze odpowiadają zaleceniom podstawy programowej. Pozytywnie należy jednak ocenić opinie większości respondentów (80%), że można zachować równowagę między zajęciami dydaktycznymi a dowolną i organizowaną aktywnością ruchową dzieci, że nie trzeba tej aktywności ograniczać (11,7%), aby zrealizować cele programowe. Zdarzają się jednak wypowiedzi (8,3%), które wskazują na konieczność ograniczenia aktywności ruchowej dzieci, aby zrealizować cele pozostałych zajęć dydaktycznych.

Zgodnie z podstawą programową, $\frac{1}{5}$ czasu pobytu dziecka w przedszkolu powinna być przeznaczona na zajęcia ruchowe na boisku, w ogródku lub w parku. Badani nauczyciele preferują wyjścia do ogródka przedszkolnego, bez konieczności odbywania zorganizowanych zajęć ruchowych (ryc. 1). Takie warunki do spontanicznej zabawy dzieci organizowane są przeważnie codziennie (61,7%). Tylko nieliczni nauczyciele deklarują, iż umożliwiają dzieciom korzystanie z placu zabaw zaledwie jeden lub dwa razy w tygodniu (6,7%). Pobyt dzieci w ogródku przedszkolnym wypełniony jest głównie spontaniczną aktywnością.



Ryc. 1. Częstotliwość wyjść do ogródka przedszkolnego

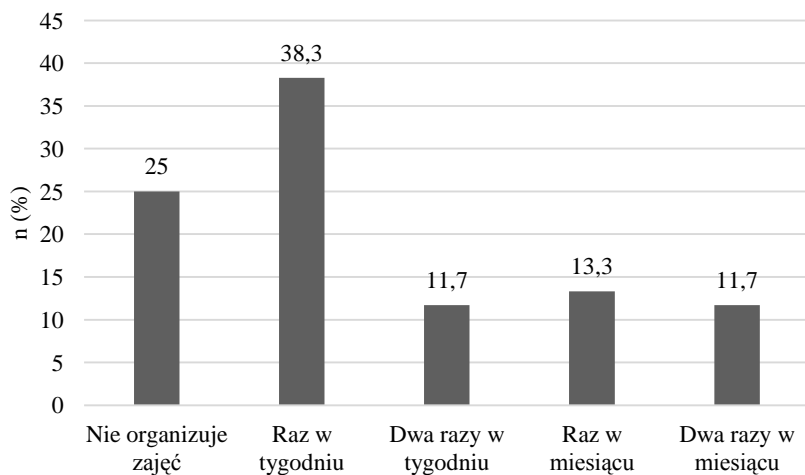
Źródło: badania własne.

Zajęcia w sposób celowy prowadzone przez nauczycieli odbywają się rzadziej i zależą od pory roku (tab. 3). Większość badanych nauczycieli (75%) deklaruje, że realizuje zajęcia ruchowe na dworze w okresie letnim, przy czym odbywają się one tylko jeden raz w tygodniu (38,3%). Zimą sytuacja przedstawia się znacznie gorzej. Jedynie 20% pedagogów prowadzi zajęcia ruchowe na dworze, a ich częstotliwość wskazywana przez ponad połowę z nich (11,7%) to zaledwie jeden raz w miesiącu. Nieliczni (3,3%) prowadzą takie zajęcia jeden lub dwa razy w tygodniu (ryc. 2, 3).

Tabela 3. Organizacja zajęć ruchowych na dworze

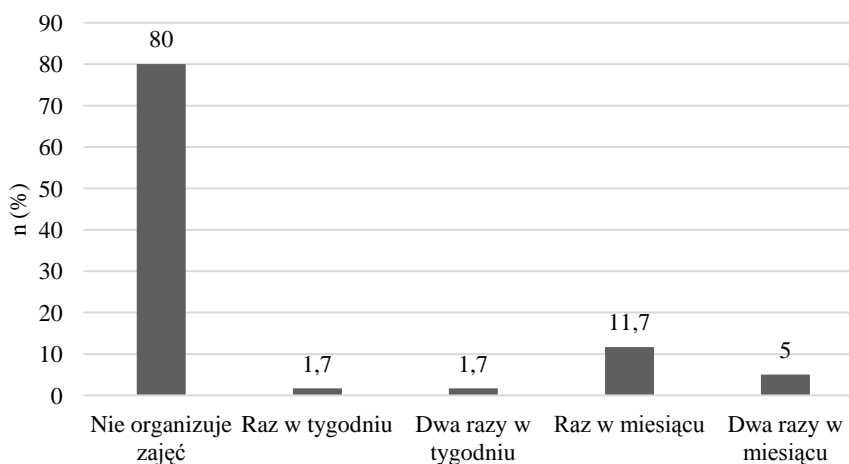
Rodzaj zajęć		Liczba nauczycieli		Razem	
		n	%	n	%
Zajęcia ruchowe na dworze latem	tak	45	75,0	60	100
	nie	15	25,0		
Zajęcia ruchowe na dworze zimą	tak	12	20,0	60	100
	nie	48	80,0		

Źródło: badania własne.



Ryc. 2. Częstotliwość zajęć gimnastycznych prowadzonych na dworze w okresie letnim

Źródło: badania własne.



Ryc. 3. Częstotliwość zajęć gimnastycznych prowadzonych na dworze w okresie zimowym

Źródło: badania własne.

W celu zapewnienia dzieciom wszechstronnego rozwoju, placówki przedszkolne organizują różne zajęcia dodatkowe (tab. 4). Zajęcia te odbywają się regularnie w ciągu całego roku szkolnego. Czas trwania zajęć dostosowany jest do wieku i – zgodnie z ustawą o systemie oświaty – dla dzieci młodszych wynosi 15 minut, a dla starszych 20–30 minut. Zajęcia są odpłatne, w związku z czym korzystają z nich tylko te dzieci, które zostały zapisane przez rodziców. Są to: zajęcia umuzykalniające, taneczne, gimnastyka korekcyjna, a także nauka języka

obcego, zajęcia logopedyczne. Najczęściej organizowane są zajęcia umuzykalniające (86,7%), natomiast gimnastyka korekcyjna i zajęcia na basenie cieszą się mniejszym zainteresowaniem. Można także stwierdzić, iż wszystkie placówki prowadzą zajęcia z języka obcego i różnorodne kółka zainteresowań.

Tabela 4. Liczba placówek organizujących zajęcia dodatkowe

Rodzaje zajęć dodatkowych	Liczba przedszkoli	
	n	%
Rytmika (zajęcia umuzykalniające)	26	86,7
Gimnastyka korekcyjna	11	36,7
Pływanie	1	3,3
Język obcy	30	100
Kółka zainteresowań (plastyczne, szachowe, komputerowe)	30	100

Źródło: badania własne.

Częstotliwość zajęć ruchowych jest zróżnicowana (tab. 5). Dodatkowe zajęcia ruchowe odbywają się w placówkach przedszkolnych przeważnie raz w tygodniu, natomiast pozostałe zajęcia dydaktyczne organizowane są częściej. Porównując ilość zajęć dodatkowych z ich częstotliwością można odnieść wrażenie, że zajęcia ruchowe są rzadziej wybierane przez rodziców. Większą popularnością cieszą się te zajęcia, które preferują sedentarny tryb spędzania czasu. Tendencję tę można zauważyć także w liczbie dzieci uczęszczających na zajęcia dodatkowe (tab. 6). Większość dzieci uczęszcza na zajęcia rytmiczne i naukę języka angielskiego. Niektóre, w związku ze skierowaniem od lekarza, uczęszczały także na gimnastykę korekcyjną, a tylko nieliczne na naukę pływania.

Tabela 5. Rodzaje i częstotliwość zajęć dodatkowych

Rodzaj zajęć dodatkowych	Liczba przedszkoli		Częstotliwość dodatkowych zajęć w tygodniu							
	n	%	codziennie		dwa razy		jeden raz		brak zajęć	
			n	%	n	%	n	%	n	%
Rytmika (zajęcia umuzykalniające)	26	86,7	—	—	3	10	23	76,7	4	13,3
Gimnastyka korekcyjna	11	36,7	—	—	—	—	11	36,7	19	63,3
Pływanie	1	3,3	—	—	—	—	1	3,3	29	96,7
Język obcy	30	100	3	10	27	90	—	—	—	—
Kółka zainteresowań (plastyczne, szachowe, komputerowe)	30	100	—	—	5	16,7	25	83,3	—	—

Źródło: badania własne.

Tabela 6. Liczba dzieci uczęszczających na zajęcia dodatkowe

Rodzaje zajęć dodatkowych	Dziewczeta		Chłopcy	
	n = 713	%	n = 698	%
Rytmika	627	87,94	611	87,54
Gimnastyka korekcyjna	189	26,51	208	29,80
Pływanie	36	5,05	29	4,15
Język obcy	355	49,78	389	56,46

Źródło: badania własne.

Dyskusja

Badania dowiodły, że baza materialna śląskich przedszkoli do zajęć ruchowych jest bardzo słaba. Zaistniała sytuacja może mieć związek z brakiem wytycznych ze strony Ministerstwa Edukacji Narodowej. W rozporządzeniach nie ma żadnych zaleceń odnośnie do bazy materialnej dla zajęć ruchowych w przedszkolach. Porady takie możemy odnaleźć jedynie w przewodnikach metodycznych. Wilczkowski, podając zasady wyposażenia sal dydaktycznych i sal gimnastycznych oraz ogródka przedszkolnego w przybory, sprzęt i urządzenia sportowe, wskazuje, że to dyrekcja przedszkola powinna zadbać o prawidłowy ich wybór [22]. Brak odpowiednich regulacji prawnych dotyczących optymalnych warunków do zajęć ruchowych w przedszkolach może skutkować dużym ryzykiem zaniedbań. Poparciem dla tego stwierdzenia jest fakt, iż większość placówek nie posiada sal gimnastycznych, a zajęcia ruchowe odbywają się zazwyczaj w salach dydaktycznych, które nie są przystosowane do prowadzenia takich zajęć. Pomieszczenia, w których odbywają się całodzienne zajęcia, wyposażone są w dziecięce meble, zabawki, stoły i krzesła, nie tylko ograniczające przestrzeń do swobodnego poruszania się podczas zajęć ruchowych, ale także utrudniają spontaniczną aktywność ruchową dzieci. Brak sal gimnastycznych powoduje, iż wyposażenie przedszkoli w sprzęt i urządzenia sportowe jest ubogie. Zauważono, że w przedszkolach, w których nie ma sal gimnastycznych, znajdują się zazwyczaj jedynie przybory gimnastyczne. We wszystkich przedszkolach są ogródki, w większości dobrze urządzone. Podobnie badania Kosmali wskazują na dużą różnorodność urządzeń i elementów do zabawy i nauki [9]. Klichowska zauważa, że większość wielkopolskich miejskich placówek publicznych charakteryzuje się przeciętną małą architekturą ogrodu. To spostrzeżenie można odnieść do 47% przedszkoli śląskich [8].

W przedszkolach śląskich organizowane są różne formy zajęć ruchowych: gimnastyka poranna, zajęcia gimnastyczne, rytmika, gimnastyka korekcyjna oraz sporadyczne zajęcia na basenie. Podobne zajęcia ruchowe organizowane są w przedszkolach funkcjonujących w innych regionach Polski [2], [15]. Za wy-

jątkiem zajęć gimnastycznych, częstotliwość i czas trwania pozostałych zajęć ruchowych są zgodne z wytycznymi podstawy programowej oraz ogólnie przyjętymi zaleceniami metodycznymi wynikającymi z potrzeb rozwojowych dzieci. Zajęcia gimnastyczne w przedszkolu wpływają na poprawę sprawności ruchowej, ale – jak zauważa Ugodowska – do uzyskania dobrego poziomu nie wystarczą dwie godziny tygodniowo [20]. Niestety, w śląskich placówkach przedszkolnych gimnastyka organizowana jest zazwyczaj dwa razy w tygodniu i trwa przeciętnie 20 minut. Wyniki badań dotyczące innych regionów Polski wykazały podobny harmonogram [2], [15].

Ważnym elementem kształtowania zdrowego stylu życia jest aktywność fizyczna organizowana na świeżym powietrzu. Pomimo deklaracji nauczycieli o częstym wychodzeniu na dwór, zajęcia gimnastyczne poza budynkiem organizowane są sporadycznie. Klichowska zauważa, że nauczyciele wychowania przedszkolnego nie doceniają znaczenia ogrodu przedszkolnego w rozwoju zdrowotnym, biologicznym, emocjonalnym, społecznym i poznawczym. Przypisują im raczej funkcję estetyczną. Zajęcia ruchowe uzależnione są najczęściej od warunków atmosferycznych [8], [7], [14], [15]. Wzorem dla polskich placówek przedszkolnych, jak pisze Bielińska, powinny być placówki norweskie. Dzieci uczęszczające do tamtejszych przedszkoli przebywają codziennie minimum 2 godziny zegarowe na świeżym powietrzu, niezależnie od pogody, a jedyną przeszkodą, która uniemożliwia wyjście na dwór, jest temperatura poniżej 20 stopni. Ponadto młodsze dzieci mają zorganizowany odpoczynek, podczas którego śpią na dworze w specjalnie przygotowanych wózkach [1].

W celu zapewnienia dzieciom możliwości wszechstronnego rozwoju, w przedszkolach organizowane są różne zajęcia dodatkowe. Szkoda tylko, że większość z nich związana jest z sedentarnym sposobem spędzania czasu, który mógłby być przeznaczony na zajęcia ruchowe. Poza podstawą programową najczęściej organizowane są dla większości dzieci ćwiczenia muzyczno-ruchowe, nielicznie prowadzone są zajęcia gimnastyki korekcyjnej, a tylko w jednym przedszkolu odbywają się zajęcia na basenie. Zajęcia te odbywają się przeważnie 1–2 razy w tygodniu, w związku z czym jest to zbyt mała oferta w porównaniu z dodatkowymi zajęciami o charakterze sedentarnym.

Uzyskane wyniki badań świadczą o ograniczonej częstotliwości zajęć ruchowych, zbyt krótkim czasie ich trwania, braku strojów gimnastycznych dzieci, korzystaniu ze starych przewodników metodycznych, a przede wszystkim rzadkim wykorzystywaniu przyrządów i urządzeń sportowych. Nie sprzyja to stymulowaniu rozwoju fizycznego i motorycznego dzieci. Aby wychowanie fizyczne w przedszkolu spełniało te zadania, należy nieustannie modernizować programy nauczania, dostosowując je do aktualnych potrzeb dzieci, a także unowocześniać warunki do zajęć ruchowych. Konieczne jest także kształcenie i doksztalcenie nauczycieli wychowania przedszkolnego w zakresie metodyki zajęć ruchowych w przedszkolu.

W świetle wyników badań o korzystnym wpływie aktywności fizycznej na budowę somatyczną i sprawność fizyczną dzieci ważne jest, aby – poza podstawowym programem – w przedszkolach odbywały się różnorodne zajęcia ruchowe prowadzone przez specjalistów z danej dyscypliny. Szersza oferta przedszkola, wzbogacona o większą ilość zajęć ruchowych, mogłaby przyczynić się do zmniejszenia liczby dzieci z nadwagą i otyłością oraz do poprawy sprawności fizycznej [19].

Badania prowadzone były na przełomie 2011/2012 roku. W tym okresie nie obowiązywały jakiegokolwiek rozporządzenia dotyczące zajęć dodatkowych. Dyrektor przedszkola, jako osoba decyzyjna, dokonywał wyboru zajęć organizowanych w placówce. Zazwyczaj organizowano we wszystkich przedszkolach zajęcia muzyczno-ruchowe, taniec i gimnastykę korekcyjną. Były to wówczas zajęcia odpłatne, w związku z czym uczęszczały na nie tylko te dzieci, które były zgłoszone przez rodziców. Możliwość prowadzenia większej liczby zajęć daje opublikowana 13 czerwca 2013 roku przez Ministerstwo Edukacji Narodowej zmiana ustawy o systemie oświaty oraz niektórych innych ustaw [21]. Celem zmian jest stworzenie edukacji pozbawionej barier ekonomicznych. Postanowienia nowej ustawy budzą sprzeczne odczucia. Dają one możliwość organizowania różnych zajęć dodatkowych dla wszystkich dzieci, jednak zastanawiająca jest kwestia, jakie zajęcia będą organizowane – ruchowe czy sedentarne, oraz kto je będzie prowadził – specjalista czy „przyuczony” do pełnionej funkcji nauczyciel przedszkola.

W trosce o rozwój dzieci konieczne będzie diagnozowanie, jak nowe przepisy wpłyną na organizację zajęć ruchowych w przedszkolach. Zgodnie z pierwszym raportem NIK, wdrożenie programu „Przedszkole za złotówkę”, poza obniżeniem opłat pobieranych od rodziców, nie przyniosło oczekiwanych rezultatów [12].

Wnioski

1. Warunki materialne placówek przedszkolnych funkcjonujących w województwie śląskim są niewystarczające do realizacji zajęć ruchowych.
2. W przedszkolach śląskich organizowane są różne formy zajęć ruchowych obowiązkowych, przy czym częstotliwość oraz czas ich trwania są niezadowalające.
3. Niepokój budzi częstotliwość oraz czas trwania programowych zajęć gimnastycznych prowadzonych na świeżym powietrzu. Są one prowadzone zbyt rzadko, zwłaszcza w okresie zimowym.
4. Oferta zajęć dodatkowych w śląskich placówkach przedszkolnych jest bogata. Szkoda tylko, że większość proponowanych zajęć preferuje sedentarny sposób spędzania czasu.

Literatura

- [1] Bielińska I. (2013): *Dziecko w przedszkolu w Polsce i Norwegii (z zajęciami ruchowymi w tle)*. Problemy Wczesnej Edukacji, 1 (20), s. 100–110.
- [2] Cieśla E., Klimaszewska J., Kopik A., Markowska M., Szumilas M., Walaśek B. (2007): *Sześciolatki w Polsce. Raport 2006*. Tekst. Kielce.
- [3] Główny Urząd Statystyczny (2009): *Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2008/2009*.
- [4] Główny Urząd Statystyczny (2010): *Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2009/2010*.
- [5] Główny Urząd Statystyczny (2011): *Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2010/2011*.
- [6] Główny Urząd Statystyczny (2012): *Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2011/2012*.
- [7] Gradus P., Benza E., Rybak O., Krzysztoń P., Batorzyńska P., Plandowska M., Kurpeta W. (2014): *Forms of physical activity of Biała Podlaska preschool children*. Polish Journal of Sport and Tourism, 21. Warszawa, s. 163–167.
- [8] Klichowska A. (2013): *Architektura i funkcje ogrodu przedszkolnego w opiniach nauczycieli*. Studia Edukacyjne, 26. Poznań, s. 317–336.
- [9] Kosmala M., Gawłowska A., Rosłon-Szeryńska E. (2011): *Ocena warszawskich publicznych placów zabaw oraz wybranych ogrodów przedszkolnych i szkolnych*. Katedra Architektury Krajobrazu, Wydział Ogrodnictwa i Architektury Krajobrazu SGGW w Warszawie. http://plac zabaw.um.warszawa.pl/files/raport_ocena_2011.pdf [dostęp: 10.08.2016].
- [10] Kuratorium Oświaty w Łodzi (2010): *Monitorowanie wdrażania podstawy programowej wychowania przedszkolnego i kształcenia ogólnego*. Raport z województwa łódzkiego. http://www.kuratorium.lodz.pl/data/other/podstawa_raport.pdf [dostęp: 10.08.2016].
- [11] Łobocki M. (2010): *Metody i techniki badań pedagogicznych*. Impuls. Kraków.
- [12] Najwyższa Izba Kontroli. (2013): *Finansowanie przez gminy przedszkoli publicznych i niepublicznych oraz wykonywanie przez te placówki niektórych zadań w zakresie kształcenia, wychowania i opieki*. LGD-4101-009/2013, Nr ewid. 147/2014/P/13/142/LGD.
- [13] Pilch T., Bauman T. (2010): *Zasady badań pedagogicznych*. Wydawnictwo Akademickie Żak. Warszawa.
- [14] Rokicka-Hebel M. (2012): *Przedszkola z dobrymi i złymi warunkami do aktywności fizycznej a umiejętności ruchowe dzieci*. Szkice Humanistyczne, 12, 3 (29), s. 215–233.
- [15] Rokicka-Hebel M. (2013): *Wychowanie fizyczne w przedszkolach gdańskich*. Journal of Health Sciences, 3 (13), s. 337–371.
- [16] Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach. Dz.U. 2003, nr 6, poz. 69.

- [17] Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół. Dz.U. 2009, nr 4, poz. 17.
- [18] Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 31 sierpnia 2010 r. w sprawie rodzajów innych form wychowania przedszkolnego, warunków tworzenia i organizowania tych form oraz sposobu ich działania. Dz.U. 2010, nr 161, poz. 1080.
- [19] Staniek M. (2014): *Budowa somatyczna i sprawność fizyczna dzieci przedszkolnych*. AWF Katowice. Praca doktorska w maszynopisie.
- [20] Ugodowska G. (1992): *Poziom sprawności fizycznej i ruchowej dzieci wrocławskich przedszkoli*. AWF. Wrocław.
- [21] Ustawa z dnia 13 czerwca 2013 r. o zmianie ustawy o systemie oświaty oraz niektórych innych ustaw. Dz. U. 2013, poz. 827.
- [22] Wilczkowski E. (2007): *Metodyka wychowania fizycznego w przedszkolu*. Naukowe Wydawnictwo Piotrkowskie. Piotrków Trybunalski.
- [23] Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Katowicach. (2013): *Ocena stanu sanitarno-epidemicznego województwa śląskiego*. <http://www.wsse.katowice.pl/pliki/ip/raport2013.pdf> [dostęp: 10.08.2016].

Conditions for Exercise Classes in Silesian Nursery School

Abstract

The aim of the study is to diagnose the conditions and implementation of physical activities in nursery schools.

Thirty Silesian nursery schools were examined including equipment in pre rated taking into account the types of exercises, which can be used in devices and sport equipment. Assessment of the implementation exercise classes in nursery schools was based on the original questionnaire, which was sent to the teacher and the director of the nursery school. For the analysis were qualified 60 questionnaires filled by teachers and 30 filled by directors and 30 observation cards. Studies have shown that in the Silesian nursery school are organized various forms of physical activities, while material resources to carry out these activities is very poor.

The research results indicate reduced frequency of physical activities, too short its duration, lack of gym clothes children, the use of the old methodological guides and, above all, a rare use of instruments and sport facilities. This is not conducive, stimulating physical and motor development of children.

Keywords: nursery school, sport equipment, physical activities.

CZEŚĆ III

**UWARUNKOWANIA ZDROWIA, POSTAWY
PROZDROWOTNE, JAKOŚĆ ŻYCIA**

Ivan UHER*
Zuzana KÜCHELOVÁ*
Iveta CIMBOLÁKOVÁ**
Ján PIVOVARNÍK***

Physical Activity and Health

Abstract

Health is a condition of complete physical, mental and social wellbeing and not merely the absence of illness or disability. Health is not something one receives but something one has to work and strive towards. This presupposes active efforts from the individual, the family, and the community. In the chain of causative factors and pathological processes which can lead to illness, disability, and death, there are many links, some known and some unknown. Our resources and means must be applied at that point in the causative chain where the best prospects lie for reducing the incidence of illness, disability, and death. Diseases due lifestyle and environmental factors now dominate our health statistics. Material standards of living and personal philosophy of life bear a close relationship to the origin and development of these diseases. In that respect, regular physical activity is seen as an essential component in a lifestyle which itself is the basis for the health promoting idea. In our review we look into physical activity and its influence on health.

Keywords: Health promotion, Physical activity, Education, Wellbeing, Quality of life.

Role of physical inactivity

Active individual participation is decisive in determining whether we can succeed in overcoming the health problems of today. It is, therefore, of importance to approach the common man and woman with information how they

* University of P.J. Šafárik in Košice, Institute of Physical Education and Sport, Slovakia; e-mail: ivan.uher@upjs.sk; zuzana.kuchelova@upjs.sk.

** University of P.J. Šafárik in Košice, Department of Pathological Physiology, Slovakia; e-mail: iveta.cimbolakova@upjs.sk.

*** Matej Bel University in Banská Bystrica, Faculty of Arts, Slovakia, e-mail: karatedojojp@gmail.com.

should live and how they should keep themselves healthy. Physical activity, proper diet, reduction of stress, social support, etc. belong to the contributions, which each individual can make towards the achievement of health. In that context physical activity plays an important role.

We have to look for an answer to the basic question “Will increased physical activity, or participation in sports, lead to a healthier life, healthy aging, of an individual?” As it appears the amount of reliable information as a basis for our recommendations is surprisingly small. There are several of questions we have gone into that have in fact proved impossible to answer in a satisfactory manner, if strict scientific criteria are invoked.

Sometimes justifiable doubt may arise whether there is any possible way of carrying out such investigations in accordance with sound scientific principles. One possible starting point for an inquiry into the question of a relationship between physical activity and health is to study the effects of the opposite situation, namely physical inactivity. The consequences of extreme inactivity or immobilization have been shown to consist of major physiological changes, especially in the circulation, with orthostatic hypotension, a reduction in blood volume and a marked lowering in maximal oxygen uptake [6]. In addition, significant metabolic changes in the form of negative nitrogen balance, lowered glucose tolerance, raised calcium excretion in the urine and muscle atrophy are readily demonstrable [13], [11]. These changes are significant, reproducible and reversible, and the causal relationship with immobilization is beyond doubt. Such changes may justifiably be regarded as detrimental to health because of the lesser ability of the body to carry out the functions of activity of daily living. It is therefore understandable that on the basis of these observations one is tempted to assert that an increase in physical activity beyond what is necessary for the requirements of satisfactory daily living can bring about a further improvement in health. The detrimental physiological effects of extreme inactivity are thus considerable. On the other hand the physiological consequences of more moderate inactivity (a sedentary lifestyle) have been studied only to a very modest degree and under less strictly controlled circumstances.

Relationship between physical activity and health

From the physiological viewpoint, attention has mostly been directed towards the influence of physical training on the process involved in the transport of oxygen from the air to the skeletal musculature. Reliable documentation is available to show that regular physical activity leads to adaptive changes in the dimensions, function and pump capacity of the heart [12]. The increase in aerobic power which takes place as a result of endurance training is not only due to development of the hearts pump capability, but also to circulatory and biochemi-

cal adaptations in the muscles which cope with increased metabolic requirements during prolonged heavy work. Skeletal growth and the degree of mineralization are regulated by a number of factors of which mechanical involvement is one. If the whole body or a part thereof is immobilized, mineral content will be lost from the bones in the inactive part of the skeleton. This is due to both, increased osteoclast activity and bone degradation and diminished bone formation because of reduced osteoblast activity. However, to what extent increasing the level of physical activity beyond the daily level will lead to an increase in skeletal mass is uncertain. It has been reported that the strength of the tendons and ligaments attachment to bone increases with training and weakens with immobilization [1]. The changes which take place in ligamentous structure itself as a result of training are both metabolic and morphological and are related e.g. to a rise in aerobic enzyme activity and thickening of the fiber of the ligament. Regular physical training can contribute to a reduction in body weight. It has been objected that physical activity would increase the appetite correspondingly, so that no weight loss would occur. However, investigations have shown that this is not correct. A moderate increase in activity may take place without corresponding increase in appetite [7]. Anyway, physical activity must not be regarded as a rapid method for weight reduction. Caloric intake is much easier to regulate than caloric output. Regular physical training must therefore be regarded first and foremost as a valuable supplement to diet in treating obesity.

There is no evidence that a good physical condition protects against infection [14]. Sportsmen are just as exposed to these infections as anybody else, and indeed, some infections have occurred more commonly among sportsmen than among other people. In that respect it may be said that people who suffer from a degree of chronic illness are often in poor physical condition but that almost all of them are trainable. The course and duration of the disease will seldom be influenced by physical training, however.

Evidence is accumulating that exercise has profound benefits for brain function. Positive correlation between physical activity and information processing speed in young and older subjects was reported [3]. Physically fit, aged individuals, identified by self-report of activity level, performed better on measures such as reasoning, working memory, vocabulary and reaction time than their sedentary counterparts [17]. Wu, et al. [16] claim that adult mammalian brain produces new neurons in some parts of brain throughout life. The structural changes associated with exercise are reflected in improvements in synaptic plasticity in rodents that run [4]. We have accumulated evidence that exercise influence brain vasculature. In particular, physical activity increases the proliferation of brain endothelial cells and angiogenesis throughout the brain [2]. Lastly, there is some body of research evidence showing that physical activity can change the function of neurotransmitter systems in the brain [9].

Physical activity and mental health

Good mental health is in the first place the absence of the more severe behavioral disorders that make it impossible or difficult to master the problems of daily existence. The criteria for good mental health are therefore not only the absence of definite mental disorder, social maladaptation and personality disorder. Good health is also the presence of excessive vitality, mental wellbeing and development. Good social adaptation and the actualization of talent and capacities are often also included. It has been objected that the concept of mental health gives the impression of too great separation between physical and mental health. When we use the expression mental health we should therefore underline that physical and mental health are two aspects of the same thing rather than different phenomena. It is difficult to conceive physical suffering without an effect upon the mental condition, and mental disorders are often accompanied by physical changes.

The relationship between physical activity and mental health may be explained in a number of different ways. Since physical training may lead to an alteration in the body image, a more positive appreciation of one's own body, it is reasonable to suppose that the whole self-image can be colored by this and be more in line with what one would wish to be. It is customary to distinguish between situational anxiety, which is anxiety such as is expressed in a certain situation, and free floating anxiety, which is the individuals tendency to react with anxiety to a variety of situations. Several experimental studies [8], [15] indicate that training programs reduce the level of both types of anxiety. Even if some studies have not been able to confirm the relationship found between training and in anxiety, it is concluded that physical activity does have a favorable effect on the level of anxiety. Other experimental study has reported an increase in wellbeing, reduction of tension, better sleeping habits, and less depression [10]. Psychosomatic explanation for the relationship between physical activity and emotional condition postulates that physical activity leads to reduction in physiological activation and reduction in emotional reactivity to strain. This hypothesis suggests a possible relationship between physical activity and psychosomatic disorders [5].

Conclusions

The physiological and psychological effects of physical activity in various forms have been studied extensively in the last decade [2], [3], [16]. It has been shown that the capacity for training of the organism is very great, and that this trainability is preserved in high degree during illness [14]. The consequence is that through physical activity majority of individuals can improve their function-

al condition and therefore their total life situation. Trainability is of course especially great in the young immature individual because of his/her great reserve potential, but it is also considerable in older individuals, because the initial level in the latter is often low [15]. Research results suggest in addition that physical activity directly or indirectly also influence some aspects of brain function and mental health in a favorable direction [17]. The intensity of training and the amount of training necessary to secure a substantial gain in health appears to be becoming gradually clearer [18]. Training beyond this limit will presumably result in relatively modest degree of further health gain. Hence there is hardly any reason to suggest that participation in exercise and sport at the top level is going to yield extra dividends in the form of extremely good health. As regards the question of a more specific preventive effect of physical activity, the circumstances have been less well studied. It seems that such an effect can be obtained for a number of common ailments, such as disorders in the musculo – skeletal, back symptoms, generally poor fitness, and a number of different forms of functional disorder in various organ systems. As regards the more serious diseases, there is now good hope that physical activity will prove to confer on the individual a considerable degree of protection against degenerative illnesses [19], [20], [21]. Apart from this, it would seem that the factors leading to disease, whether known or unknown, congenital or acquired, have such penetrating power that they probably equally affect both trained and untrained individuals. However, convalescence after illness appears to take place faster in well trained individuals [22]. It is still more difficult to pronounce on the question whether physical activity by itself can affect the lifespan in a favorable direction. This question has so far not been answered and many authorities doubt whether on the whole it is possible to make decisive investigations on healthy individuals, because of the complexity and covariation of variables.

A series of questions about the relationship between physical activity and health are however still insufficiently clarified. This is to a large extent due to the lack of standardization and specification of conditions under which the studies are carried out, making it difficult to compare results. This regards for instance the significance for health of training in children, adolescence and elderly. Moreover, the complicated interplay of factors relating physical activity and mental health and epigenetic influence etc. However, it can be asserted with safety that both on theoretical and on experimental ground regular physical activity, training for the population can be recommended with greater and greater certainty and that any objection to such activities are very small in comparison to the health benefits. These recommendations are also in accordance with the principle of responsibility for one's own health. Activation of the inactive will yield the greatest health gain. Further activation of those already active will yield a more limited improvement, if any at all, in the health of population. Physical activity leads to better health. It is a benefit and undoubtedly also of economic

value [23]. It is therefore worthwhile to pursue physical activity, also because of its value in health economies. At the end we can conclude that health should be seen as a benefit in itself, a benefit desirable even if it puts the community to expense. In all other sectors benefits have a price. It is unreasonable to expect that health in addition to everything else should yield a net profit. Our examples indicate nevertheless that physical activity can diminish disease and therefore costs. Finally, we can conclude that pursuance of physical activity is worthwhile in every respect.

References

- [1] Benjamin M. et al. (2006): *Where tendons and ligaments meet bone: attachment sites ('enthuses') in relation to exercise and/or mechanical load*. Journal of Anatomy and Physiology, Apr., 208, 4, pp. 471–490.
- [2] Booth F.W et al. (2012): *Lack of exercise is a major cause of chronic diseases*. Compr Physiol., Apr., 2(2), pp. 1143–1211; <http://dx.doi.org/10.1002/cphy.c110025>.
- [3] Delfien V. et al. (2015): *Relationship of the Perceived Social and Physical Environment with Mental Health-Related Quality of Life in Middle-Aged and Older Adults*. Mediating Effects of Physical Activity, 10(3), e0120475, published online 2015 Mar 23; <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0120475>.
- [4] Farmer J. et al. (2004): *Effects of voluntary exercise on synaptic plasticity and gene expression in the dentate gyrus of adult male rats in vivo*. Neuroscience, 124, 1, pp. 71–79.
- [5] Hatta A., Nishihira Y., Hiqashiura T. (2013): *Effects of a single bout of walking on psychophysiological responses and executive function in elderly adults: a pilot study*. Clin. Interv. Aging, 8, pp. 945–952.
- [6] Howden E.J., et al. (2013): *Effects of Exercise and Lifestyle Intervention on Cardiovascular Function in CKD*. Clin J Am Soc. Nephrol., Sep., 8, 9, pp. 1494–1501.
- [7] Joshua A.B. et al. (2015): *Healthy obesity and objective physical activity*. Am. J. Clin. Nutr., Aug., 102, 2, pp. 268–275.
- [8] Lindsey B.D. et al. (2012): *Exploring exercise as an avenue for the treatment of anxiety disorders*. Expert. Rev. Neurother., Aug., 12, 8, pp. 1011–1022.
- [9] Li Y et al. (2008): *TrkB regulates hippocampal neurogenesis and governs sensitivity to anti-depressive treatment*. Neuron., 59, 3, pp. 399–412.
- [10] Kangas J.L. et al. (2015): *Examining the Moderating Effect of Depressive Symptoms on the Relation Between Exercise and Self-Efficacy During the Initiation of Regular Exercise*. Health Psychol., 34, 5, pp. 556–565.
- [11] Nobrega A.C. et al. (2014): *Neural Regulation of Cardiovascular Response to Exercise: Role of Central Command and Peripheral Afferent*. Biomed Res Int., 478965.

- [12] Pälve S.K. et al. (2014): *Association of Physical Activity in Childhood and Early Adulthood With Carotid Artery Elasticity 21 Years Later: The Cardiovascular Risk in Young Finns Study*. *Am. Heart. Assoc. Apr.*, 3, 2, e000594.
- [13] Roberts Ch.K. et al. (2014): *Metabolic Syndrome and Insulin Resistance: Underlying Causes and Modification by Exercise Training*. *Compr Physiol.* Author manuscript; available in PMC 2014 Aug 12. *Compr. Physiol.*, Jan., 3, 1, pp. 1–58.
- [14] Silverman M.N., Deuster P.A. (2014): *Biological mechanisms underlying the role of physical fitness in health and resilience*. *Interface Focus.*, Oct., 4, 5, 20140040.
- [15] Spirduso W., Francis K., MacRae P. (2005): *Physical Dimension of Aging*. 2nd Edition, pp. 384; ISBN 139780736033152.
- [16] Sutherland R. et al. (2013): *A cluster randomised trial of a school-based intervention to prevent decline in adolescent physical activity levels: study protocol for the 'Physical Activity 4 Everyone' trial*. *BMC Public Health.* 13, 57; <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-13-57>.
- [17] Voss W.M. et al. (2013): *Bridging animal and human models of exercise-induced brain plasticity*. *Trend. Cog. Sci.*, Oct., 17(10), 525–5; <http://dx.doi.org/10.1016/j.tics.2013.08.001>.
- [18] Borde R. et al. (2015): *Dose-Response Relationships of Resistance Training in Healthy Old Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis*. *Sports Medicine*, 45(12), pp. 1693–1720; <http://dx.doi.org/10.1007/s40279-015-0385-9>.
- [19] Panilla G.F., Hillman Ch. (2013): *The Influence of Exercise on Cognitive Abilities*. *Compr Physiol.*, 1, pp. 403–428; <http://dx.doi.org/10.1002/cphy.c110063>.
- [20] Thijssen H.J. et al. (2009): *Impact of inactivity and exercise on the vasculature in humans*. *Eur. J. Appl. Physiol.*, 108(5), pp. 845–875; <http://dx.doi.org/10.1007/s00421-009-1260-x>.
- [21] Hass L.T. et al. (2012): *Exercise Training and Peripheral Arterial Disease*. *Compr. Physiol.*, 2 (4), pp. 2933–3017; <http://dx.doi.org/10.1002/cphy.c110065>.
- [22] Heran S.B, et al. (2011): *Exercise-based cardiac rehabilitation for coronary heart disease*. *Cochrane Database Syst. Rev.*, 7: CD001800. <http://dx.doi.org/10.1002/14651858>.
- [23] Edwards T.R. et al. (2013): *Public health economics: a systematic review of guidance for the economic evaluation of public health interventions and discussion of key methodological issues*. *BMC Public. Health.*, 13: 1001; <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-13-1001>.

Aktywność fizyczna a zdrowie

Streszczenie

Zdrowie to stan pełnego fizycznego, umysłowego i społecznego dobrostanu, a nie tylko brak choroby czy kalectwa. Nie jest to coś, co się dostaje, lecz coś, na co trzeba pracować i o co trzeba się starać. Implikuje to konieczność podejmowania aktywnych wysiłków przez pojedynczych ludzi, rodziny i społeczności. W łańcuchu czynników sprawczych i procesów patologicznych prowadzących do choroby, kalectwa i zgonu, jest wiele ogniw, znanych nam i nieznanym. Nasze wysiłki należy skoncentrować na tym punkcie owego łańcucha przyczynowego, w którym istnieją najlepiej rokujące perspektywy zmniejszenia prawdopodobieństwa zapadalności na choroby, zapobiegania kalectwu i zgonom.

Chorobogeny styl życia i czynniki środowiskowe dominują obecnie w naszych statystykach zdrowotności. Materialne warunki życia i filozofia osobista leżą u podstaw powstawania i rozwoju chorób. Pod tym względem, regularna aktywność fizyczna uważana jest za podstawowy składnik stylu życia, będący podstawą idei promowania zdrowia. W artykule omówiono aktywność fizyczną i jej wpływ na zdrowie.

Słowa kluczowe: promocja zdrowia, aktywność fizyczna, edukacja, dobrostan, jakość życia.

Agata HORBACZ*
Alena BUKOVA**
Aurel ZELKO***

Changes in body composition of senior females induced by strength-endurance motor program

Abstract

The aim of work was to determine the effects of 8-week strength-endurance training program on somatic indicators in senior females. Applying bioelectrical impedance analysis method (InBODY 230 device) we evaluated the following parameters: body weight, BMI, body fat, total skeletal muscle mass, body fat percentage, skeletal muscle mass in left and right upper and lower extremities, trunk muscle mass, and the mineral mass in the body. To assess regularity of physical activities, variability of lifestyle and quality of life, we used a standardized survey questionnaire. The study was carried out on 29 senior citizens, of the average 70.28 years of age and BMI 26.47 kg/m². A group of active elderly women underwent an 8-week strength-endurance program, including exercises focused primarily on the development of strength abilities of the upper limbs, and secondarily on developing strength abilities of lower extremities and developing general aerobic abilities. The influence of the aerobic program induced statistically significant increase in the total skeletal muscle mass from the initial value of 22.966 kg to 23.552 kg, an increase by 0.552kg ($p \leq 0.01$) of the monitored parameter. On the contrary, the parameter of body fat percentage of the studied group showed significant decrease of the input value of 36.207%, to the output value of 35.062%, representing a change at the level of 1.145% ($p \leq 0.01$). By assessment of changes in the muscle mass of upper limbs and the trunk, we found a statistically significant increase, which reflects a change in the total quantity of the skeletal muscle ($p \leq 0.005$). The mineral mass in the probands increased by only 0.091 kg. However, this increase was confirmed at 0.1% level of statistical significance ($p \leq 0.001$). The above results indicate that regular performance of physical activities in groups of the elderly proves to be efficient in preventing sarcopenia, obesity and maintaining a balance of the particular tissues making up the total body composition.

Keywords: senior females, strength-endurance program, muscle mass, body fat percentage.

* Dr, Institute of Physical Education and Sport at P.J. Safarik University in Kosice, Slovakia;
e-mail: agata.horbacz@upjs.sk.

** Dr, Institute of Physical Education and Sport at P.J. Safarik University in Kosice, Slovakia;
e-mail: alena.bukova@upjs.sk.

*** Dr, Institute of Physical Education and Sport at P.J. Safarik University in Kosice, Slovakia;
e-mail: aurel.zelko@upjs.sk.

Introduction

According to the National Program for Active Ageing for the years 2014–2020, the Statistical Office of the Slovak Republic concludes that in Slovakia the ratio between the number of working age citizens, i.e. aged 15–64 years (71.5% in 2012), pre-productive age citizens (15.4% in 2012) and post-productive age people (13.1% in 2012) is favorable [26]. The average age of the population in 2009, compared to 2001 increased from 36.2 years to 38.49 years. By 2025 the average age is expected to increase to 42 years. Medium age life expectancy among men as well as women is rising. In 2008, the value of this demographic parameter in the group of men rose to 70.85 years and in the group of women it reached 78.73 years [26]. The basic principles of the national program for the protection of the elderly [27] include the principle of self-realization, based on the rights of the elderly to have the conditions and opportunities to achieve physical, social and mental well-being. The principle of life-cycle is based on the fact that the elderly do not form a homogenous group and that interindividual differences increase with age [10]. Ageing is an irreversible process, although it is now a generally accepted statement that we can purposefully influence a number of factors that have an impact on the ageing process, and thereby encourage its slowdown. The speed of this process can be retarded by proper mental and physical activity. We distinguish between primary ageing, characterized by physiological ageing accompanied by individual symptoms, and secondary ageing, involving pathological changes due to diseases [25].

With age, there is an increased risk of cardiovascular disease, obesity, diabetes mellitus type 2 and decreased function of the respiratory and motor systems [31]. Common diseases in people older than 65 years of age are cardiovascular diseases, the most common cause of premature death in this group. As a reason behind this condition, it is possible to find several changes in the body closely related to ageing. Vascular walls in the elderly lose their elasticity, peripheral resistance increases and hence blood pressure, too. It increases the content of blood lipids. Insulin sensitivity is reduced, metabolism of energy reserves of the body changes, followed by a higher frequency of the incidence of diabetes mellitus type 2 [24].

With increasing age the mineral loss and bone loss occur in the elderly. The result of this process is an increased incidence of osteoporosis. This is due to the decreasing bone mineral density (bone density) and decreasing physical activity by the elderly [3], [24]. In women leaching of minerals takes place more rapidly than in men. The intense loss of calcium supplements occurs due to endocrine changes, especially in the period up to five years from the start of the menopause [30]. The loss is reflected more in spine bone than the extremities. The density of the compact bone of the spine is reduced during the first 50 years of life in women by up to 30%. The density of the sponge-like bone in women decreases

by up to 65%. With age, the natural bone remodelling slows down, resulting in the accumulation of micro-fractures negatively influencing bones integrity [29]. As a frequent consequence, fractures in different areas of the body structure occur, together with negative functional changes in the motor system (spine, proximal femur, forearm, humerus) [31].

It is reported that by the age of 50 the size of the cross section of major muscle groups is reduced by approximately 10%. In the sixth and seventh decennium muscle strength decreases by 15–20% compared to the period of maturity, and in subsequent decades it is further reduced by about 30% [24]. In the later years reduction of height follows due to muscle atrophy and the gradual increase of imbalance between different muscle groups, that in later stages contributes significantly to hyperkyphosis and scoliosis [19].

For these and other reasons, physical activity of the seniors is becoming the center of interest of health professionals, social workers, economists and politicians. Independence and the quality of life of seniors is closely linked to their motor functions. To maintain their motor functionality, they have to carry out optimal and regular physical activity. Physical activity designed for seniors should meet a number of conditions. The primary factor influencing the choice of their physical activities should be health risk prevention, not neglecting the consideration of therapeutic needs concerning the social and psychological aspects of their life though. Among other things, it should be appropriate from the aspect of economy and should be applicable under a number of variable and diverse conditions of social interactions [4]. Currently, opinions concerning the character, intensity, frequency and duration of the physical activity in elderly people vary significantly. However, aerobic exercise needed to maintain functional fitness, which gradually decreases with age, is still considered to be fundamental. Among the recommended are particularly cyclical endurance activities (walking, cycling, swimming, basketball, tennis and other sports at recreational level) and gymnastics for health and fitness to maintain the performance of the musculoskeletal system, such as joint mobility exercises, stretching and balancing exercises and rhythmic dynamic exercises of reasonable intensity [12], [14]. Medium intensity exercise during ageing helps to maintain a sufficient level of strength abilities needed to maintain the vitality of muscle in carrying out routine daily activities. Disproportionately high physical activity brings along a significantly increased risk of falls and injuries at a period when trauma and consequences of the injuries may significantly exceed the benefits of the physical activity undertaken [21]. On the contrary, a properly designed training program may in a group of elderly women and men reduce the risk of falls by up to 75% [8], [34].

The further the more focus is currently given to strength training of moderate intensity, aimed at strengthening the major muscle groups, sufficient to maintain and develop ATH and bone integrity, at a minimum frequency of 2-times a week [4], [17].

To achieve the synergy effect of benefits arising from various types of physical activities, many authors recommend combining the elements of strength and endurance training, while carrying out physical activity regularly and systematically [17]. Yet, from the available conclusions of the authors, the impact of long-term implementation of physical activity on body composition in the elderly is not known exactly. The differences in the conclusions of other authors made us prepare and implement our research, in which we monitor changes in body composition of elderly females during the implementation of the training program which included components of endurance and power loading.

The aim of the study was to analyse the changes in body composition during the eight-week training program in the group of senior females. The primary parameters monitored were BMI values, the amount of skeletal muscle and the percentage of body fat.

The aim of our research was to determine the efficacy of our 8-week strength-endurance motor program on the body composition of elderly women. We expect that the implementation of regular physical activity among seniors during the monitored period will affect the somatic indicators measured by us as follows:

- 1) a slight increase in body weight, BMI and the amount of skeletal muscles, muscle mass of right and left upper and lower limb, muscle tissue in the trunk, the amount of minerals in the body measured by the method of multifrequency bioelectrical impedance.
- 2) decrease of body fat percentage.

Methods

The research involved women actively participating in group exercises organized by the physical educational associations for seniors. The condition to meet for the inclusion in the program was the age of participants – over 58 years of age, their consent to participate in the study and willingness to undergo the initial and final measurements. Out of all the available subjects, 29 physically active elderly women fulfilled the selection criteria, such as residing in the Košice region at the time of research, with an average age of 70.28 years and an average height of 159.84 cm. Before the start of the training intervention, each subject completed a questionnaire focused on their health condition and performance of physical activities.

When creating the 8-week strength-endurance motor program for seniors, we followed the standards and recommendations of several authors [28], [35], [39], [32]. We have created a program incorporating a variety of toning, aerobic, stretching and relaxation exercises. We adjusted the volume, intensity of load and speed to the age and health condition of the probands.

The subjects performed the selected physical activity on a regular basis 2-times a week for the entire length of the eight-week training program. The trainings were conducted under the professional supervision of a sports training specialist. The training included exercises primarily focused on the development of strength abilities of the upper limbs, in addition to the development of strength abilities of the lower limbs and the development of general aerobic abilities (general aerobic base). Exercises to develop flexibility were included in the warm-up and in the final stages. Each study subject was under medical supervision during the period of the training program.

The training units were carried out during morning hours and lasted 60 minutes each. They consisted of a 10-minute warm-up section of basic aerobic steps (speed of music 120 b.p.m.), followed by a 5-minute active stretching and a 20-minute aerobic part with the essential elements of aerobics and dance (120–130 b.p.m.). The after-aerobic part comprised a 15-minute section focused on “CORE” toning exercises with a 6 kg bar.

In the first week the participants carried out one set of 8 repetitions of CORE exercises, in the second week 2 sets of 8 reps, the third week 3 sets of 8 reps. In the subsequent weeks the subjects maintained the achieved peak load, thus performing 3 sets of 8 reps of CORE exercises. In case the subjects had a problem in maintaining the scheduled sets and reps within any training unit, those could be interrupted or omitted at any time.

A detailed description of the various CORE exercise techniques used in the training program:

- standing up with legs astride, bars overgripped wide, upper limbs close to the lower body. Vertical pull up with arms bent, followed by gradual return of arms to the starting position (activated muscles – primarily – m. deltoideus – acromial part and m. trapezius – superior fibers, secondarily m. deltoideus – clavicular part, m. supraspinatus) and m. infraspinatus.
- standing up with legs astride, bar undergripped at shoulder width – bend arms close to the body with forearms flexed in the front, “biceps curl” (activated muscles – primarily m. biceps brachii – caput longum et caput breve; secondarily – m. deltoideus and muscles of the forearm).
- lying down on the back, arms flexed lateral raise, bars gripped wider than shoulder width – raise arms to the front, legs flexed, feet against ground “benchpress” (activated muscles – primarily – m. pectoralis major – sternocostal part; secondarily – m. deltoideus clavicular part and triceps brachii).
- lying down on the back, arms flexed raised to the front, bars gripped narrower than shoulder width – arms forward raise “pull-over”, legs flexed, feet against ground (activated muscles – primarily – m. pectoralis major, m. triceps brachii; secondarily deltoideus – clavicular part, pectoralis major and minor, and muscles of the forearm);

— standing up with legs astride, half squat, arms “biceps curl” – bars undergripped shoulder-width. Upper limbs as in exercise 2. Activated muscles – primarily quadriceps femoris, m. tensor fasciae latae, m. gluteus medius and maximus; secondarily – hamstrings (biceps femoris, semimembranosus, semitendinosus), thigh adductors, erector spinae and m. abdominis [9].

The final 10-minute section of the training unit was devoted to the development of flexibility, predominantly of the loaded muscle groups.

Prior to testing, the subjects completed a standardized questionnaire focused on detection of health variances and the divergence in performing physical activities [16].

Filling in the questionnaires and measurements took place in the gym of the Institute of Physical Education and Sports at P.J. Safarik University in Kosice. Testing was carried out in the morning hours, before the start of training unit. Subsequently, within the analysis of body composition, the subjects were measured for body height and waistline. Measurements continued by assessment of body composition using the method of bioelectrical multifrequency impedance (BIA; InBody 230, Biospace, Seoul, Korea) [15]. The device provides reliable and valid estimates of body composition. It is a quick, non-invasive method, suitable also for use outside the laboratory. BIA is a method used in healthy subjects as well as in patients with various diseases. With this method we are able not only to determine a body composition, but also to follow the development and changes in body composition of the monitored individuals. In our research, we focused on the following somatic indicators: BW – body weight, body mass index (BMI), LBM – lean body mass, BFM – body fat mass, BFP – body fat percentage, RMM; LMM – right/left segment of muscle mass, TMM – trunk muscle mass and the quantity of minerals in the overall body composition (MRL).

To keep a high degree of validity and reliability of BIA testing, we tried to comply with the recommended principles to achieve results as accurate as possible:

- avoid eating excess amounts of food 4–5 hours prior to measurement,
- avoid alcohol consumption the day before measurement,
- avoid major physical exertion on the day of analysis,
- stop taking diuretics 7 days prior to the test,
- do not take a shower shortly before examination,
- for more accurate measurement, it is advisable to wipe off sweat and dirt from the contact areas (palms and feet) [5], [6], [7].

Validity and reliability, as well as the diagnostic value of the results of anthropometric analysis using the method of bioelectrical impedance (BIA) are disputed even today. It is well known that the accuracy of results is greatly influenced by the level of compliance with the protocol of measurement, and instructions for maintaining the validity of measurements using BIA [11]. However, the further the more scientific studies draw conclusions which recommend the use of BIA methods in applied research. The authors are reporting high correlation of

the results of body fat analysis ($r = 0.82\text{--}0.99$) [20], [22], [1], [13] and the proportion of lean body mass ($r = 0.85\text{--}0.94$) [38], [20] in the total body composition. When evaluating the reliability of results of BIA measurement values, the test-retest ICC value reported was 0.999 [18], [1]. Based on the conclusions of these authors, we are bound to consider the BIA method a reliable diagnostics of the proportion of body fat and lean body mass in overall body composition, especially in middle-aged and elderly women.

For processing and evaluation of the empirical data, basic statistical characteristics were applied (arithmetic mean, median, standard deviation, maximum and minimum values). The degrees of statistical significance of changes in all evaluated parameters were estimated using the paired t-test parametric statistical method. We assessed the significance of changes at the 5%, 1%, 0.5% and 0.1% levels of significance. Processing and evaluation of the obtained data were carried out using the statistical program Statistica version 12. All the basic statistical characteristics are shown in the tables and figures below. The results have undergone logical-substantive analysis.

Results

The aim of the study was to analyze changes in body composition in a group of elderly women during an eight-week training program.

When comparing the initial and final values of body weight in the subjects after completion of the 8-week motor program, a modest increase was reported. Nevertheless, the increase did not prove to be significant at any level of statistical significance (THpre: 67.08 kg; THpost: 67.57 kg; $p = \text{n.s.}$). Similarly, BMI showed a slight increase, although statistically insignificant (BMIpre: 26.47 kg / m²; BMIpost: 26.50 kg / m², $p = \text{n. s.}$).

More importantly though, after implementation of the training program, the group of seniors reported a statistically significant increase in the average amount of skeletal muscle (LBMpre: 22.966 kg; LBMpost: 23.552 kg; $p \leq 0,01$; Fig. 1). Obviously, while maintaining the average body weight, together with the increase of the average amount of the skeletal muscle there must have been a change in the proportion of fatty tissue in the total body composition. In the study, after implementation of the training program, we reported a statistically significant reduction in the average percentage expressing the share of fat deposits in the total body mass (BFMpre: 36.207%; BFMpost: 35.06%; $p \leq 0,01$; Fig. 1).

Segmental analysis of muscle mass in the upper limbs also pointed to changes in the volume of skeletal muscle. On both the right and the left upper limb, a statistically significant increase in the amount of skeletal muscle appeared (RHpre: 2.189 kg; RHpost: 2.265 kg; LHPR: 2.160 kg; LHpost: 2.232 kg; $p \leq 0,005$; Fig. 2).

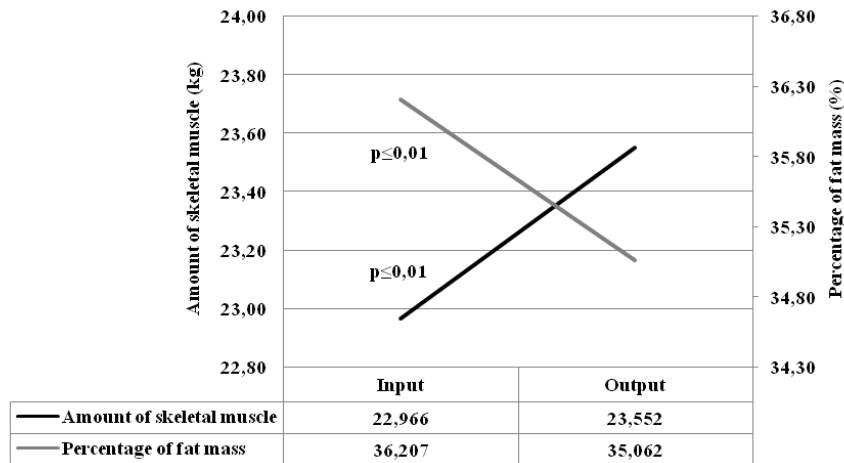


Figure 1. Changes of lean body mass (kg) and percentage of fat mass (%)

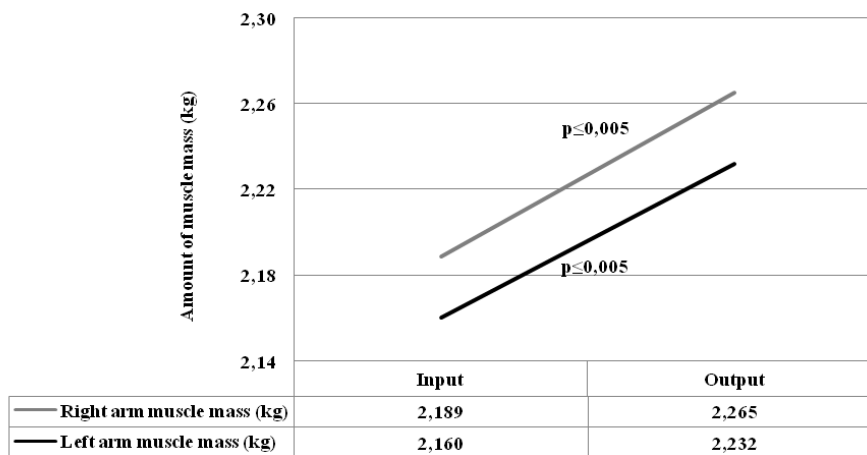


Figure 2. Changes in segmental analysis of lean body mass (kg) in left and right arm

When comparing the input and output values of the amount of muscle in the trunk, we found a statistically significant increase from the initial 19.172 kg to the output value of 19.599 kg ($p \leq 0,005$; Fig. 3).

After completing the 8-week training program, we reported significant changes in the amount of minerals in the body composition of the study group. While at the initial measurement, the average value of the parameter was 3.001 kg, the final values showed statistically significant increase of 0.091 kg to the value of 3.092 kg ($p \leq 0,001$; Fig. 4).

A summary of average values of the measured parameter, input to output changes, and the statistical significance of changes are presented in Table 1.

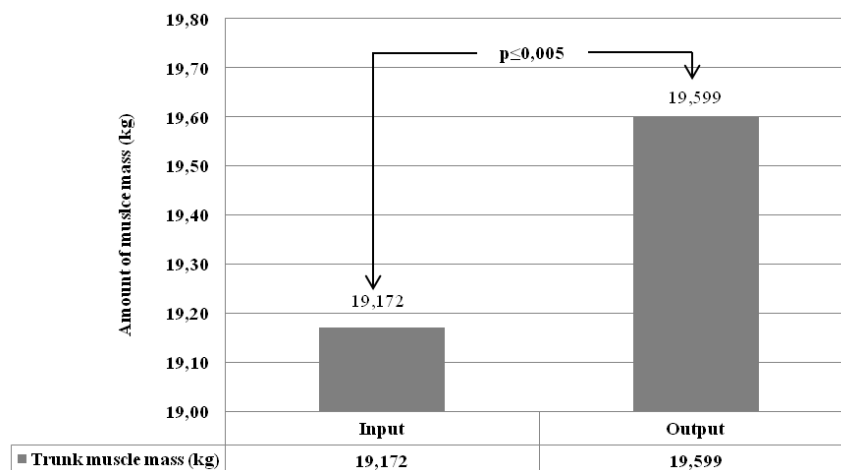


Figure 3. Changes of lean body mass (kg) in trunk

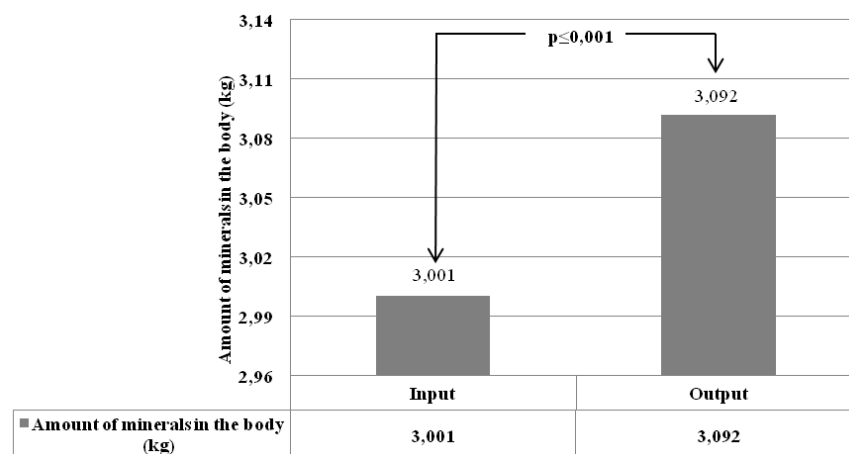


Figure 4. Changes in total body mineral content (kg)

Table 1. Resume of results and statistical significances of parameters monitored in research

Summary	Input	Output	Change	Statistical significance
LBM	22.966	23.552	+0.586	$p \le 0.01$
BFP	36.207	35.062	-1.145	$p \le 0.01$
RMM	2.189	2.265	+0.077	$p \le 0.005$
LMM	2.160	2.232	+0.072	$p \le 0.005$
TMM	19.172	19.599	+0.427	$p \le 0.005$
MRL	3.001	3.092	+0.091	$p \le 0.001$

Legend: LBM – lean body mass; BFP – body fat percentage; RMM, LMM – right/left segment muscle mass; TMM – trunk muscle mass; MRL – amount of minerals in overall body composition.

From the questionnaire, analyzing health variability in the group of elderly women, it follows that 50% of the subjects consider their health to be good, 33% very good, 3% describe it as excellent; On the contrary, only 6% consider their health being poor. The results of the questionnaire evaluation of the implementation of variable physical activities suggest that all the subjects of our group carried out regular physical activity at least twice a week. A significant part of the study group (36.7%) stated that they carried out physical activity three times a week, and 10% of the elderly even four times a week. In addition to the dominant (53.4%) strength-endurance character of activities, the subjects also reported some aerobic activity of low intensity, with elements of walking (walking, Nordic walking) and water sports (swimming), at a duration of 30 to 180 minutes per week.

Subjective ratings of the quality of life in the observed group demonstrated superiority in the range of the mean (60%). Nearly one third (26%) indicated a high level of life quality, while a tenth reported a very high level of the quality of life. Low level of the quality of life was reported by 3% of the subjects.

Discussion

The results of the study show changes in the physique and in representation of the various tissues among the group of the elderly after 8 weeks of strength-endurance training intervention. Following the completion of the training program, there have been no significant changes in body weight or BMI. Obviously, the duration of the intervention was not sufficient to provide long-term benefits in terms of remarkable reduction of visceral fat in all the participants [4]. In addition, ageing leads to significant changes in the energy metabolism, resulting in pro-adiposity of deposits in the body, and a higher degree of saving important energy sources during load [23], [37]. These factors greatly retard the efficiency of regular physical loading focused on reducing body weight, compared with the efficacy of similar activity in the group of adults.

The influence of regular physical activity on body composition in senior females is reflected in the comparison of input and output values of the analysed parameters. The contrariness of changes in body composition, represented by increasing the amount of skeletal muscle and a reduction in the percentage of fat reserves, are typical adaptive changes following the period of regular, controlled training program designed for the elderly.

The benefits are represented by changes in lean body mass in different body segments and the trunk. A higher statistical significance of increase in the amount of skeletal muscle of the two upper limbs and the trunk, compared to the overall changes in skeletal muscle in the body composition, confirm the high significance of segmental analysis. We assume that significant changes in the

skeletal muscle mass will be apparently transferred to higher levels of physical strength, which in the case of the elderly is a major determinant of both the quality of life as well as of longevity or premature deaths respectively.

Following the initial measurements in the study group ($n = 29$), we found normal BMI values ($BMI \leq 25 \text{ kg/m}^2$) in only 13 probands. After accomplishing the training program, the number of the elderly with parameters of body composition falling within the normal range increased to 15. Obesity is a major health risk factor in both the young as well as the elderly. The marginal value of BMI supporting the risk of mortality is considered to be 27.0 [19]. It was pointed out by a few authors, who were investigating the relationship between BMI and early death of people over 65 years [36]. It was concluded that people with the lowest risk reported BMI values at 27.5. Seniors with BMI values at between 22 and 23 (defined as normal level BMI) proved a statistically higher probability of premature death.

Conclusions of research papers indicate that over 50 years of age there is an intense loss of muscle and bone mass, which increases the risk of physical weakness and even disability [28], [2]. Physical activity loading the skeleton under one's own weight (eg. brisk walking, dancing, gymnastics, etc.), is an effective form of saving muscle mass and bone mineral density [33]. Our study pointed indirectly to improved mineralization of the body. After implementation of the training program, there was a statistically significant increase in the quantity of minerals in the body, despite the relatively short duration of the training intervention.

Conclusions

The study confirmed significantly positive impact of the 8-week strength-endurance exercise program on selected body composition parameters in the group of senior females. To sum up, we can conclude a statistically significant increase in the amount of skeletal muscle, the muscle mass of right and left arm and the trunk, and in the amount of body minerals. A statistically significant reduction was observed in body fat percentage in the overall body composition.

Based on our findings and experience gained by implementing the exercise program for elderly women, we have formulated the following recommendations for the practice:

1. Implementation of active strength-endurance program with a frequency of twice a week is considered sufficient in order to improve body composition parameters in groups of senior women.
2. We recommend to increase the total amount of physical activity, not raising exercise intensity, but rather increasing the duration of physical activity in a single training unit.

3. We recommend to incorporate into the content of the motor program for senior females also strength exercises with additional 6 kg weights while engaging muscle groups primarily of the upper and secondarily of the lower extremities.
4. Strength-endurance program is recommended to be used more often in women over 59 years of age for improving the muscle mass.
5. With training programs for seniors including strength-endurance elements, we recommend a thorough inspection and fulfillment of the following conditions for rational implementation of the exercises: proper breathing, correct starting position, precise implementation of movement techniques, cooperation of abdominal and pelvic floor muscles during exercise.
6. Ensure frequent measurement of body composition in groups of seniors.
7. Elderly people are not recommended to carry out sudden changes in body position during exercise, no coordination-intensive exercises or jumps either.

References

- [1] Aandstad A., Holtberget K., Hageberg R., Holme I. (2014): *Anderssen SA: Validity and reliability of bioelectrical impedance analysis and skinfold thickness in predicting body fat in military personnel*. Mil Med., Feb., 179(2), pp. 208–217.
- [2] Borst S.E. (2004): *Interventions for sarcopenia and muscle weakness in older people*. In Age Ageing, Nov., 33(6), pp. 548–555. Epub 2004 Sep 22. Review.
- [3] Bosković K., Gava B.P., Grajić M., Madić D., Obradović B., Todorović S.T. (2013): *[Adapted physical activity in the prevention and therapy of osteoporosis]*. Med Pregl., May–Jun., 66(5–6), pp. 221–224. Review. Serbian. PubMed PMID: 23888730.
- [4] Bunc V., Štilec M. (2007): *Tělesné složení jako indikátor aktivního životního stylu seniorek*. Česká kinantropologie, 11, 3, pp. 17–25.
- [5] Dixon C.B., LoVallo S.J., Andreacci J.L., Goss F.L. (2006): *The effect of acute fluid consumption on measures of impedance and percent body fat using leg-to-leg bioelectrical impedance analysis*. Eur J Clin Nutr., Jan., 60(1), pp. 142–146.
- [6] Dixon C.B., Andreacci J.L. (2009): *Effect of resistance exercise on percent body fat using leg-to-leg and segmental bioelectrical impedance analysis in adults*. J Strength Cond Res., Oct., 23(7), pp. 2025–2032.
- [7] Dixon C.B., Masteller B., Andreacci J.L. (2013): *The effect of a meal on measures of impedance and percent body fat estimated using contact-electrode bioelectrical impedance technology*. Eur J Clin Nutr., Sep., 67(9), pp. 950–955.

- [8] Drăgoi D., Popescu R., Trăistaru R., Matei D., Buzatu A.M., Ionovici N., Grecu D. (2010): *A multidisciplinary approach in patients with femoral neck fracture on an osteoporotic basis*. Rom J Morphol Embryol., 51(4), pp. 707–711.
- [9] Evans N. (2007): *Bodybuilding a posilování*. Computer Press. Brno, pp. 196.
- [10] Foster L., Walker A. (2015): *Active and successful ageing: a European policy perspective*. Gerontologist, Feb., 55(1), pp. 83–90.
- [11] Franco-Villoria M., Wright C.M., McColl J.H., Sherriff A., Pearce M.S. (2016): *Gateshead Millennium Study core team. Assessment of adult body composition using bioelectrical impedance: comparison of researcher calculated to machine outputted values*. BMJ Open, Jan. 7, 6(1): e008922.
- [12] Havlíčková L. et al. (2004): *Fyziologie tělesné zátěže I. Obecná část*. Nakladatelství Karolinum. Praha, pp. 203; ISBN 80-7184-875-1.
- [13] Huang A.C., Chen Y.Y., Chuang C.L., Chiang L.M., Lu H.K., Lin H.C., Chen K.T., Hsiao A.C., Hsieh K.C. (2015): *Cross-mode bioelectrical impedance analysis in a standing position for estimating fat-free mass validated against dual-energy x-ray absorptiometry*. Nutr Res., Nov., 35(11), pp. 982–989.
- [14] Chludilová V., Mířková L., Havelková A. et al. (2008): *Intervalový a kontinuální trénink v kardiiovaskulární rehabilitaci mužů po akutním infarktu myokardu: ovlivnění aerobní kapacity a výkonnosti na úrovni anaerobního prahu. In Optimální působení tělesné zátěže*. Gaudeamus při Univerzitě Hradec Králové, Hradec Králové, pp. 71–76, 6 pp. 858. ISBN 978-80-7041-994-6.
- [15] In Body 230: [online] [cit. 2016-01-25] Available at: <http://www.inbody4care.sk/inbody-230-pb2.php>.
- [16] Jones J.C., Rose D.J. (2005): *Physical Activity Instruction of Older Adults*. Human Kinetics. Champaign-Urbana, IL, pp. 424; ISBN 0-7360-4513-9.
- [17] Junger J., Zusková K. (1998): *Pohybové program pre všetkých*. FHPV. Prešov, pp. 99; ISBN 80-88885-32-9.
- [18] Kabiri L.S., Hernandez D.C., Mitchell K. (2015): *Reliability, Validity, and Diagnostic Value of a Pediatric Bioelectrical Impedance Analysis Scale*. Child Obes., Oct., 11(5), pp. 650–655.
- [19] Kalvach Z., Zadák Z., Jiráček R. et al. (2004): *Geriatric a gerontologie*. Grada Publishing. Praha; ISBN 8024705486.
- [20] Kim M., Kim H. (2013): *Accuracy of segmental multi-frequency bioelectrical impedance analysis for assessing whole-body and appendicular fat mass and lean soft tissue mass in frail women aged 75 years and older*. Eur J Clin Nutr., Apr., 67(4), pp. 395–400.
- [21] Lane N.E. (2006): *Epidemiology, etiology, and diagnosis of osteoporosis*. Am J Obstet Gynecol., 194 (suppl. 2), pp. 3–11.

- [22] Loenneke J.P., Barnes J.T., Wilson J.M., Lowery R.P., Isaacs M.N., Pujol T.J. (2013): *Reliability of field methods for estimating body fat*. Clin Physiol Funct Imaging, Sep., 33(5), pp. 405–408.
- [23] Mathus-Vliegen E.M. (2012): *Obesity and the elderly*. J Clin Gastroenterol., Aug. 46(7), pp. 533–544.
- [24] Máček M., Máčková J., Smolíková L. (2003): *Silový trénink ve vyšším věku*. Med Sports Boh Slov, roč. 12, pp. 133–139; ISSN 1210-5481.
- [25] Morovicsová E. (2004): *Psychosociální problémy stárvutia a staroby*. In Revue ošetrovateľstva a laboratornych metodík. Roč. 10, č. 2, pp. 52–54. ISSN 1335-5090.
- [26] Národný program aktívneho stárvutia na roky 2014–2020: [online] [cit. 2016-02-08] Available at: <https://www.employment.gov.sk/files/ministerstvo/konzultacne-organy/rada-vlady-sr-ludske-prava-narodnostne-mensiny-rodovu-rovnost/narodny-program-aktivneho-starvutia-roky-2014-2020.pdf>.
- [27] Národný program ochrany starších ľuďí: [online] [cit. 2016-02-25]. Available at: www.foragenetwork.eu/download/.../a16b84f45e325fff5f058b6e7fe4b2...
- [28] Nelson M.E., Rejeski W.J., Blair S.N., Duncan P.W., Judge J.O., King A.C., Macera C.A., Castaneda-Sceppa C. (2007): *Physical activity and public health in older adults: recommendation from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association*. Med Sci Sports Exerc., Aug, 39(8), pp. 1435–1445. Review. PubMed. PMID: 17762378.
- [29] Shepard R.J., Thomas S.G. (1995): *Jak zůstat fit i po padesátce*. Nakladatelství Oldag. Ostrava, pp. 124; ISBN 80-85954-03-6.
- [30] Sowers M.R., Zheng H., Greendale G.A., Neer R.M., Cauley J.A., Ellis J., Johnson S., Finkelstein J.S. (2013): *Changes in bone resorption across the menopause transition: effects of reproductive hormones, body size, and ethnicity*. J Clin Endocrinol Metab., Jul., 98(7), pp. 2854–2863.
- [31] Spirduso W.W., Francis K.L., Macrae P.G. (2005): *Physical Dimension of Ageing*. Human Kinetics. Champaign-Urbana, IL, pp. 384; ISBN 0-7360-3315-7.
- [32] Šimonek J. (2000): *Zdravie a pohybová aktivita žien v postproduktívnom veku*. [In:] *Aktualizácia pohybovej aktivity občanov*. FTVŠ UK. Bratislava, pp. 48–54.
- [33] Šteňová E., Šteňo B., Baqi L. (2008): *Možností prevencie a liečby primárnyj osteoporózy v ambulancii lekára prvého kontaktu*. Via pract., roč. 5 (1), pp. 34–38 [online] [cit. 2016-03-01] Available at: http://www.viapractica.sk/index.php?page=pdf_view&pdf_id=2904&magazine_id=1.
- [34] Tkaczuk-Włach J., Sobstyl M., Jakiel G. (2010): *Osteoporoza – zapobieganie i leczenie*. Prz. Menopauz., 4, pp. 283–287. [In:] Dźygađło B., Łepecka-Klusek C. (2012): *Zastosowanie niektórych substancji mających wpływ na obrót kostny*. Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu, 18, 2.

- [35] Uhlíř P. (2008): *Pohybová cvičení seniorů*. UP FTK. Olomouc, p. 67.
- [36] Winter J.E., MacInnis R.J., Wattanapenpaiboon N., Nowson C.A. (2014): *BMI and all-cause mortality in older adults: a meta-analysis*. *Am J Clin Nutr.*, Apr., 99(4), pp. 875–890.
- [37] Ward C.L., Valentine R.J., Evans E.M. (2014): *Greater effect of adiposity than physical activity or lean mass on physical function in community-dwelling older adults*. *J Ageing Phys Act.*, Apr. 22(2), pp. 284–293.
- [38] Xu L., Cheng X., Wang J., Cao Q., Sato T., Wang M., Zhao X., Liang W. (2011): *Comparisons of body-composition prediction accuracy: a study of 2 bioelectric impedance consumer devices in healthy Chinese persons using DXA and MRI as criteria methods*. *J Clin Densitom.* Oct.–Dec., 14(4), pp. 458–464.
- [39] Zrubák A., Štulrajter V. (2002): *Fitnis*. UK. Bratislava, p. 14.

Zmiany w składzie ciała senierek podczas programu siłowo-wytrzymałościowego

Streszczenie

Celem artykułu było określenie wpływu 8-tygodniowego programu siłowo-wytrzymałościowego na wskaźniki somatyczne senierek. **Metody.** Przy pomocy metody bioelektrycznej impedancji (InBody 230) oceniano parametry: masa ciała, BMI, ilość tkanki tłuszczowej, ilość mięśni szkieletowych, procenty tkanki tłuszczowej, ilość masy mięśniowej prawej i lewej górnej i dolnej kończyny, ilość masy mięśniowej w tułowie i ilość minerałów. Aby ocenić prawidłowość aktywności fizycznej, styl i jakość życia, użyliśmy standaryzowanego kwestionariusza. W badaniach wzięło udział 29 senierek, których średnia wieku wynosiła 70,28 lat, a BMI 26,47 kg/m². Grupa aktywnych starszych kobiet wykonywała 8-tygodniowy program siłowo-wytrzymałościowy, który obejmował pierwotnie ćwiczenia na rozwój zdolności siłowo-wytrzymałościowych kończyn górnych, wtórnie na rozwój zdolności wytrzymałościowych kończyn dolnych oraz rozwój ogólnych zdolności aerobowych. **Wyniki.** Wpływ programu wywołał znaczny wzrost ilości mięśni szkieletowych – od wartości wejściowej 22.966 kg do 23.552 kg wartości wyjściowej, co oznacza zwiększenie wartości monitorowanego parametru o 0,552 kg ($p \leq 0,01$). Z drugiej strony, parametr procent tkanki tłuszczowej badanej grupy wykazuje znaczny spadek wartości wejściowej 36.207% z wartością wyjściową 35.062%, co oznacza zmianę w poziomie o 1,145% ($p \leq 0,01$). W celu oceny zmian masy mięśniowej górnych kończyn i tułowia, wykazano statystycznie istotny wzrost, który odzwierciedla zmiany w całkowitej ilości mięśni szkieletowych ($p \leq 0,005$). Ilość minerałów w badanej grupie wzrosła tylko o 0,091 kg, jednak wzrost ten potwierdzono na poziomie 0,1% istotności statystycznej ($p \leq 0,001$). **Podsumowanie.** Wyniki te wskazują, że regularne wykonywanie ćwiczeń fizycznych w grupach starszych kobiet skutecznie zapobiega sarkopenii, otyłości oraz utrzymuje równowagę w udziale poszczególnych tkanek w stosunku do całkowitej masy ciała.

Słowa kluczowe: starsze kobiety, program siłowo-wytrzymałościowy, masa mięśniowa, procent tkanki tłuszczowej.

Dávid KAŠKO*

Postural Stability of Students of Pavol Jozef Šafárik University

Abstract

The objective of this study was to determine the point values of movement patterns using the FMS™ method and to compare them amongst various groups of students of Pavol Jozef Šafárik University in Košice (UPJS). The group consisted of students of P.J. Šafárik University (n = 30, 21 women and 9 men). The average body height was 170,1 cm, average age was 20,9 years of age, average body weight without distinguishing gender was 65,8 kg and average BMI was 22,6. FMS™ testing was made up of 10 standard tests of which 7 tests had scores from 0 to 3 points. The presence of pain in predetermined movements was evaluated in three additional tests. The average overall score in the FMS™ test, evaluating the entire group regardless of gender, was 16.1 points. When comparing the results achieved in the tests amongst groups of subjects we demonstrated a statistically significant higher level in groups of men (FMSm=2,78) than in groups of women (FMSf=1,24; $p \leq 0,01$). When comparing the results between students of the “Sports and Health” area of study (FMSs=2,33) and other students of UPJS (FMSu=1,43), we demonstrated a statistically higher level in students of the sport field. Statistically significant differences between the studied groups were shown by analytical evaluation of scores achieved in each FMS system test. We have shown a higher statistically significant level in the average test score of the torso stability click test in the group of men (FMSm=2,78) than in the group of women (FMSf=1,24; $p \leq 0,01$; graph 1). We have also shown a statistically significant higher score in the torso stability click test in the student group SAR (FMSs=2,33) than in the group of students of other UPJS faculties (FMSu=1,43; $p \leq 0,01$ graph 1). We can conclude that our results are comparable with similar studies published abroad. Higher points of joint mobility and movement patterns of the lower extremities have been reported in females sample. For men, we observed a higher points value in the evaluation of trunk stability. Which we attributed to the development of muscles of the upper body of men as an expression of muskulinity contrary unhappiness with appears in women (gynoid type) motivates to work on lower body. We contemplate that the above-mentioned reality influenced the point values of our sample. We are aware of the need for further research in this area with the aim of better understanding the factors underlying a given reality.

Keywords: FMS test, movement patterns, torso stability, joint mobility.

* Pavol Jozef Šafárik University, Institute of Physical Education and Sport, Košice, Slovakia;
e-mail: david.kasko@upjs.sk.

Introduction

FMS™ Diagnostics (FMS) captures the basic movements, motoric coordination within movement patterns and the ability to perform basic movements without the need of complicated skills. The basic idea of FMS was to show motion patterns using a simple system of classification of movement assessment. The FMS system consists of a number of items for evaluation, in the case of isolated measurement, the FMS system becomes dysfunctional because the body is too complex for the movements to be isolated in the early stages. FMS is composed of seven movement tests, which require a balance of mobility and stability. Patterns, which are used, provide a clear basic performance, manipulative and stabilizing movements, by placing the subjects in a position where all weaknesses, imbalances, asymmetries and limitations become visible for trained health professionals and fitness trainers. The result of the test indicates the greatest deficiency of movement, limitations, possibly asymmetry and, ultimately, puts them in relation. Once you find an asymmetry or deficiency, you can use measurements that are more accurate [2].

The basis of any motion is a reflective muscle tone and thereon developed system of postural and righting reflexes, which are managed by the involvement of reticular formation, static-kinetic sensor and cerebellum. For complex systems of intentional movement (motoric system of movement, targeted motor skills), the basis is a motoric positioning system, which is controlled by the activity of the cerebral cortex, basal ganglia and cortical brains. All neural influences that cause muscle contraction are applied by means of motoneurons which are stored in the nuclei of cranial nerves and the spinal cord [10].

The knowledge of developmental kinesiology is according to [12] beneficial not only for the rehabilitation of movement disorders in paediatrics, but also has its irreplaceable role in the rehabilitation of adults and in therapeutic physical education. By looking at the position of axle organs (the head, torso, pelvis) in the adult patient and the means of one's movement, we are subsequently able to determine for every individual the developmental stage which each deficiency originated in.

According to [12], poor quality of posture sooner or later brings vertebral difficulties. Knowledge of developmental kinesiology is therefore equipment necessary for general physical therapists dealing with rehabilitation of movement disorders but also for other physical education professionals not only in the area of diagnosis but also, notably, in therapy.

The concept of movement patterns, according to [6] in this context, means common functions of various muscle groups which hold the body and with which the body straightens against gravity, moves forward and carries out targeted movements. Movement patterns are coordinated and controlled in the central nervous system.

There are three types of motion according to [6]:

- reflex movement – the simplest motoric behavior. These reactions are rapid and involuntary,
- rhythmic movement – e.g. chewing, breathing, climbing, running. Features of reflex and deliberate negotiations are united,
- targeted movement – are targeted and one learns most of them. Their implementation improves with additional exercises

The Vojta Principle according to [6] describes the normal legitimate development of child movement and holding position (postural ontogenesis) in the first year of life and uses movement patterns, which are available to the child based on congenital movement programs, for diagnosis and therapy. Each person has a movement pattern available for individual development. Posture and movement are dependent on one another. Each change in body position, although slight, requires adaptation of posture and balance.

During the course of human phylogeny and ontogeny, basic movement programs that correspond to the generic human anatomical structures are made. These programs form a kind of kinetic matrix [11].

Movement programs and patterns subject to genetically programmed development – we do not need to learn how to grasp a toy, motion stereotypes thereon subject to the process of motoric learning – we have to learn how to administer an undercut in ball games [4].

Methods

Probands of the Study

The group consisted of 30 students of P.J. Šafárik University in Košice (UPJŠ). The average age of the studied group was 20,9 years of age, the average height was 171,0 cm and the average BMI was at the level of 22,6. The selection of students for the study was random, without taking into account gender and field of study, the only condition was that students of „Sport and Recreation” study programme (SAR) should make up at least half of the studied group. 21 women (average age: 20,1 years old, average BMI: 21,8) and 9 men (average age: 22,5 years old, average BMI: 24,2) were included in the studied group. In terms of UPJS, student representation, the studied group consisted of 9 students of SAR (average age: 21,3 years of age, average BMI 20,6) and 21 students of other UPJS faculties (average age: 20,6 years of age, average BMI: 22,2)

Methods of Measuring and Obtaining Empirical Data

The diagnosis of movement patterns was carried out using FMSTTM tests. The testing took place during the winter and at the beginning of the summer semester of the academic year 2015/2016. We carried out the tests during academic lessons. The tests were carried out during morning and afternoon lessons.

The testing consisted of 7 FMS™ (FMS) tests evaluated with points – functional movement screen and three additional tests. In total, the FMS system consists of 10 tests. Tests, which are evaluated using points, follow each other in fixed order: deep squatting, stepping over obstacle, lunging, shoulder mobility, active leg raising from lying position, push-ups and rotary stability (Fig 1). Each of the mentioned tests was evaluated from 0 to 3 points where 0 indicates pain. There are three additional so-called clearing tests to identify the pain itself: „shoulder pain” test, „cobra” test and „turtle” test. We recorded only the value of „no pain” and „pain” into our notebook. The most successful attempt out of three attempts was evaluated. The sum of points in all of the tests indicated the final total score [13]. The maximal score, which can be obtained, is 21 points. The tests are carried out using the FMS™ set (Fig. 2).

The Functional Movement Screen™ (FMS™) is a new tool used for testing and evaluating basic human movement patterns in order to identify restrictions or asymmetry that could predetermine the possibility of injury to the tested subject. Incorrect movement patterns can seriously compromise the effectiveness of training as well as overall fitness and health [13].



Figure 1. FMS tests

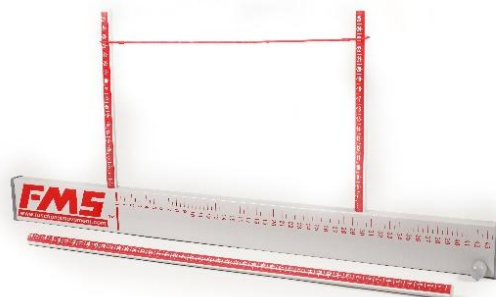


Figure 2. Testing set

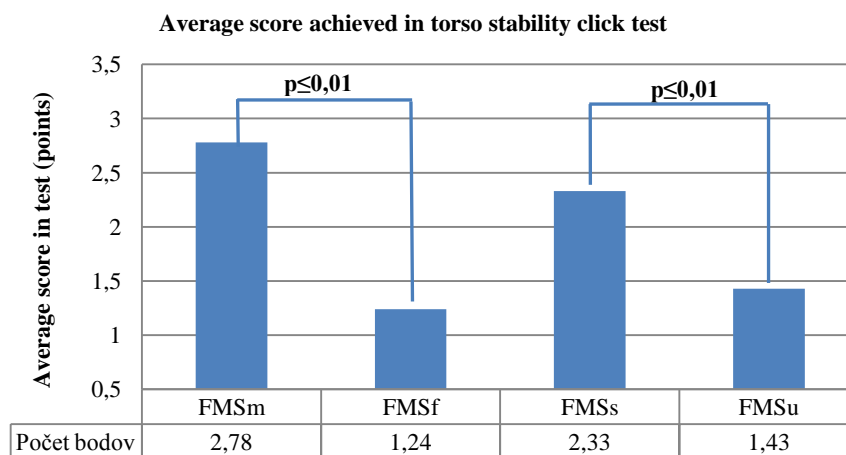
Methods of Processing and Evaluation of Results

During the processing the results we used standard descriptive data of the studied group and we used a nonparametric statistical method for independent files – the Mann-Whitney U Test for evaluating the statistical significance of differences in between the groups.

Results

The overall average score, while looking at the studied group regardless of gender, is 16,10 points. When comparing the total score of genders, the average total score of women was at the level of 16,14 points and in the group of men at the level of 16,11 points. When comparing the results between the genders, we were not able to prove any significant differences at any of the monitored levels of statistical significance ($p=n.s.$).

When comparing the average total score of SAR students ($SAR=16,70$) with students of other faculties ($IF=16,00$), we note a slightly higher score in the group of SAR students. However, this difference did not show statistical significance in any of the monitored levels.



Legend:

FMSm (average test score in group of men)

FMSf (average test score in group of women)

FMSs (average test score in group of SAR students)

FMSu (average test score of other UPJS faculties)

Graph 1. Comparison of the average score in the torso stability click test of the genders and of groups of UPJS students

Source: own research.

We were able to prove statistically significant differences between the studied groups by analytical comparison of scores achieved in FMS system tests. We have shown a significantly higher level in the average score of the torso stability click test in the group of men (FMSm=2,78) than in the group of women (FMSf=1,24; $p \leq 0,01$; graph. 1). We have also shown a statistically significant higher score in the torso stability click test in the group of SAR students (FMSs=2,33) than in the group of students of other UPJS faculties (FMSu=1,43; $p \leq 0,01$ graf 1).

Table 1. Average values, comparison of the genders, comparison of field of study of students

	Average values of all subjects	Average values of all women	Average values of all men	Average values of SaR students	Average values of female SaR students	Average values of male SaR students	Average values of students without SaR students	Average values of female students without SaR students	Average values of male students without SaR students
Score	30	21	9	9	3	6	21	18	3
Age (years)	20,88	20,11	22,50	21,33	20,66	21,66	20,63	20,00	23,66
Height (cm)	170,00	166,29	177,87	174,88	167,33	178,66	167,25	166,07	176,33
Weight (kg)	65,80	60,52	77,00	72,11	58,00	79,16	62,25	61,07	76,00
Deep squat	2,40	2,38	2,44	2,44	2,66	2,33	2,38	2,33	2,66
Hurdle step	2,06	2,19	1,77	2,22	2,66	2,00	2,00	2,11	1,33
In-line sidestep	2,73	2,85	2,44	2,66	3,00	2,50	2,76	2,83	2,33
Shoulder mobility test	2,83	2,95	2,55	2,66	2,66	2,66	2,90	3,00	2,33
Active leg lift	2,40	2,52	2,11	2,33	2,33	2,33	2,42	2,55	1,66
Torso stability click test	1,70	1,23	2,77	2,33	1,66	2,66	1,42	1,16	3,00
Rotational stability	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00
The total score	16,13	16,14	16,11	16,66	17,00	16,50	15,90	16,00	15,33

Source: own research.

Discussion

It is possible to achieve a maximum of 21 points in diagnosis using FMS. A score below 14 points, according to previous studies [1], [3] indicates a prediction of a higher risk of injury in the near future. This is why the diagnosis using FMS tests rewarding and may be considered as a kind of injury prevention, whether of clients, students or the entire population doing sports. A wide scale of exercises for improving movement patterns exists, which includes sequential steps for applying in case of particular problematic movement patterns.

In our research, the students achieved an overall score of 16,13 points. In the overall average score, SaR students reached a value of 16,66 points and students of other faculties 15,9 points. We assume that the difference is caused by an active dedication of SAR students to sports. The study where 209 young active individuals [9] were tested (108 women, 101 men in the ages of 18–40 years of age) resulted in a total FMS score of 15,70 points (women 15,60 points; men 15,80 points) without a significant difference between the genders, [8] gives an FMS score amongst middle-aged men and women, who were divided according to age; women in the range of 20–39 years of age had the highest total FMS score. Lenková [5] (n=26) report an average total score of 15,50 points.

In table no. 1, the values of each gender are given. In our research, we have not dealt with the differences in points between the genders. Other studies [7], [8], [9] have dealt with the difference between the genders. They have not found any significant difference between the sexes and there weren't any significant differences between sex and adolescence.

We can say that in our studies, we have met with clearly better joint mobility among the female sex and also with higher point values in women when evaluating the movement patterns of the lower extremities (Table 1). In men, the opposite is true. Worse joint mobility dominated and their torso stability was at a better level than in women. Similar results were also recorded by [5].

When comparing the results, we found that the overall average score of SaR students 16,66 is by 0,76 points better than that of students of other faculties 15,90 points.

SaR students achieved a better score compared to students of other faculties in these tests (the first value is of SaR students): deep squat 2,44/2,38, hurdle step 2,22/2,00, torso stability click test 2,33/1,42.

Students of other faculties achieved a better score compared to SaR students in these tests (the first value is of other university students): in-line sidestep 2,76/2,66, shoulder mobility test 2,90/2,66, active leg lift in lying position 2,42/2,30.

No subject reported pain in any of the evaluated tests, therefore no proband scored 0 points. In the pain evaluation test, 3 subjects reported pain. It was reported in pain test of shoulder of dominant hand. Pain was reported only by SaR

students. Students of other faculties did not report any pain in the pain evaluation tests. This phenomenon can be attributed to a probable active sports history of probands where there is a presumption of over-using the given limb in active sports.

We can conclude that our results are comparable with similar studies published abroad. Higher points of joint mobility and movement patterns of the lower extremities have been reported in females sample. For men, we observed a higher points value in the evaluation of trunk stability. Which we attributed to the development of muscles of the upper body of men as an expression of musculinity contrary unhappiness with appears in women (gynoid type) motivates to work on lower body. We contemplate that the above-mentioned reality influenced the point values of our sample. We are aware of the need for further research in this area with the aim of better understanding the factors underlying a given reality.

Potential factor determining differences according to [14] can be a maximum average value of the whole body of average woman is about 60% of the maximum average value of average man. The average strenght of the upper body is in the range from 25 to 55% of the average strenght of the men.

For the completeness of information, we present the minimum and maximum values in the tests o all UPJS students in Table 2.

Table 2. minimal and maximal values achieved by all students of P.J. Safarik University

Test All subjects	Minimal value	Maximal value
Deep squat	1	3
Hurdle step	1	3
In-line sidestep	1	3
Shoulder mobility test	2	3
Active leg lift in lying position	1	3
Torso stability click test	1	3
Rotational stability	2	2
Total score	10	19

Source: own research.

References

- [1] Chad E. (2012): *Predictor of Injury in the Sport of Basketball*. <https://ir.library.oregonstate.edu/xmlui/bitstream/handle/1957/29509/EtzelChad.pdf?sequence=1> [accessed: 10.06.2016].
- [2] Cook G. (2010): *Movement. Manual for Instructors*.

- [3] Kiesel K., Plisky P., Voight M. (2007): *Can serious injury in professional football be predicted by a preseason functional movement screen?*. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2953296/> [accessed: 10/06/2016].
- [4] Kračmar B. (2002): *Kineziologická analýza sportovního pohybu*. Praha.
- [5] Lenková R., Kaško D., Hančín P. (2015): *Posturálna stabilita rekreačných športovcov*. "Acta Facultatis exercitationis corporis universitatis Presovien-sis", No. 2, p. 49–58.
- [6] Orth H. (2009): *Dítě ve Vojtově terapii, příručka pro praxi*. České Budějovice.
- [7] Paszkewicz R., McCarty W., Van Lunen B. (2013): *Comparison of functional and static evaluation tools among adolescent athletes*. J Strength Cond Res. 27(10), p. 2842–2850 https://www.researchgate.net/publication/234098463_Comparison_of_Functional_and_Static_Evaluation_Tools_Among_Adolescent_Athletes [accessed: 10.06.2016].
- [8] Perry F., Koehle M. (2013): *Normative data for the functional movement screen in middle-aged adults*. J Strength Cond Res. 27(2), p. 458–462. http://encontroswf.com/wp-content/uploads/2015/04/Artigo-ACSM-2009_Exercise-and-physical-activity-for-older-adults-55.pdf [accessed: 10.06.2016].
- [9] Schneiders A.G., Davidsson A., Horman E., Sullivan S.J. (2011): *Functional movement screen normative values in a young, active population*. Int J Sports Phys Ther., 6(2) p. 75–82. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3109893/> [accessed: 10.06.2016].
- [10] Trojan S. (1996): *Fyziologie a léčebná rehabilitace motoriky člověka*. Praha.
- [11] Véle F. (1997): *Kineziologie pro klinickou praxi 1. vydání*. Praha.
- [12] Vojta V. (1997): *Vyjadřovací schopnost vývojové kineziologie*. "Rehabilitace a fyzikální lékařství", č 1, p. 7–10.
- [13] web site www.functioanalmovementsystems.cz
- [14] Zatsiorsky M., Kreamer W. (2006): *Silový trénink, Praxe a veda*, Praha.

Stabilność postawy studentów Uniwersytetu im. Pavla Jozefa Šafárika

Streszczenie

Celem niniejszego badania było określenie wartości punktowej wzorców ruchowych przy użyciu metody FMS™ i porównanie ich dla różnych grup studentów Uniwersytetu im. Pavla Jozefa Šafárika w Koszycach (UPJS). Grupa składała się ze studentów Uniwersytetu im. P.J. Šafárika (n=30, 21 kobiet i 9 mężczyzn). Średni wzrost wynosił 170,1 cm, średnia wieku wynosiła 20,9 lat, średnia waga bez podziału na płeć wynosiła 65,8 kg, a średni BMI wynosił 22,6. Testowanie FMS™ składało się z 10 standardowych testów, z których 7 miało punktację od 0 do 3 punktów. Obecność bólu przy zaplanowanych ruchach oceniano w trzech dodatkowych testach. Średni wynik ogólny w teście FMS™, oceniający całą grupę bez uwzględnienia płci, wyniósł 16,1 punktów. Porównanie wyników testów grup kierunkowych statystycznie pokazuje, że grupy męskie osiągnę-

ły w nich wyższy poziom (FMSm=2,78) niż grupy żeńskie (FMSf=1,24; $p \leq 0,01$). Porównując wyniki studentów kierunku studiów sport i zdrowie (FMSs=2,33) z pozostałymi studentami UPJS (FMSu=1,43), zademonstrowaliśmy statystycznie wyższy poziom studentów kierunku sportowego. Statystycznie ważne różnice między badanymi grupami ukazano za pomocą analitycznej oceny wyników osiągniętych w każdym teście systemu FMS. Wykazaliśmy statystycznie wyższy, ważny poziom średniego wyniku testu stabilności tułowia w grupie mężczyzn (FMSm=2,78), niż w grupie kobiet (FMSf=1,24; $p \leq 0,01$). Pokazaliśmy również znacząco wyższy statystycznie wynik w teście stabilności tułowia w grupie studentów SAR (FMSs=2,33) od tego osiągniętego przez studentów innych wydziałów UPJS (FMSu=1,43; $p \leq 0,01$). Możemy zatem wnioskować, że nasze wyniki są porównywalne z wynikami podobnych badań publikowanych za granicą. U badanych grup żeńskich odnotowano wyższą punktację ruchliwości stawów i wzorców ruchowych kończyn dolnych. U mężczyzn zaobserwowaliśmy wyższe wartości punktowe przy ocenie stabilności tułowia, co przypisaliśmy pracy nad rozwojem mięśni górnej części ciała u mężczyzn jako oznace męskości w przeciwieństwie do niezadowolenia z takiego wyglądu u kobiet (typ kynoidalny), co motywuje do pracy nad dolnymi partiami ciała. Analizujemy możliwość wpływu wyżej wymienionego faktu na wartość punktową badanej przez nas grupy. Mamy świadomość potrzeby prowadzenia dalszych badań zmierzających do lepszego zrozumienia czynników leżących u podstawy danych realiów.

Słowa kluczowe: test FMS, wzorce ruchowe, stabilność tułowia, ruchliwość stawów.

CZEŚĆ IV
TURYSTYKA I REKREACJA FIZYCZNA

Marcin POPIEL*

Barriers in Undertaking Tourist Activity by Disabled People

Abstract

The objective of this study is to present the barriers in undertaking tourist and recreational activity by disabled people. **Methods.** Diagnostic examinations (survey) were conducted with the application of a survey questionnaire on people with various level and type of disability (n = 100, 40 men, 60 women). The respondents were asked to indicate the barriers that – in their opinions – reduce participation of the disabled people in the tourism movement. **Results.** The respondents indicated that the financial issues constituted the largest barrier (economic barrier). This results from the fact that the disabled often have a worse position on the labour market, they earn less and, on the other hand, the products and tourist services adjusted to their needs are usually more expensive. This is – to a degree – related to the next barrier – an organizational one that the respondents mentioned as well. **Conclusions.** On the basis of the conducted study it can be stated that participation of the disabled in tourism is limited and this results from both the external barriers (financial, architectural) as well as the internal ones (psychological, social).

Keywords: barriers, tourism, tourism activity, accessible tourism, disabled people.

Introduction

Possibility to travel, move around constitutes an important aspect of the quality of life of all people. It is also a form of spending free time, a chance to relax or rest from the daily reality, environment. Therefore, the right to undertake tourist or recreational activity should be treated as one of the fundamental social rights. However, not all people can take advantage of this right on an equal basis. This concerns people with disabilities. It often happens that participation of this social group in tourism is limited due to various reasons. Consequently, this violates all the principles of equality and non-discrimination. It is

* MA, Jagiellonian University, Institute of Geography and Spatial Management; e-mail: marcin.popiel@doctoral.uj.edu.pl.

noticeable in the statistical publications that participation of the disabled in tourism is minimal and it significantly differs from the level of participation that is characteristic for the remaining part of the society¹. This is a result of the presence of numerous barriers.

There are various impediments that considerably limit and sometimes even completely prevent people with dysfunctions from participating in travelling.

The disabled – as travellers with special needs – need adjusted products or tourist services. Apart from the travel package, the information regarding the possibility of relaxation of this particular social group (on the part of tourists) as well as needs and method of service of this specific client (on the part of tour operators). These and other barriers constitute the cause of stagnation of numerous people with dysfunctions in tourism². Furthermore, the disabled are afraid whether they will meet the requirements or cope. That is why the flow of new people who would like to practise tourism is also minimal³.

According to estimates, every second disabled inhabitant of Europe has never participated in any form of the recreational or sports activity and every third one has never taken part in any tourist travel or trip due to the lack of accessibility of facilities and services⁴.

The objective of the work and research methods

The objective of this work is to show the barriers that people with disabilities encounter on their way while participating in tourism. The author has presented the results of the survey regarding tourist activity of 100 respondents with dysfunctions (40 men, 60 women) who were asked to indicate the barriers that limit their participation in travelling most significantly.

The spatial scope of the work covers the area of the city of Krakow as the place of residence of the respondents taking part in the survey.

¹ A. Borowicka (ed.), *Niepełnosprawny turysta: poradnik dla pilotów i przewodników turystycznych*, Szczecin 2003.

² M. Popiel, *Od niepełnosprawności do turystyki dostępnej. Problem segmentacji rynku oraz kreowania produktów turystycznych do potrzeb osób z niepełnosprawnością*, "Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis Studia Geographica" 2014, No. 7, pp. 121–132.

³ M. Preisler, *Turystyka osób niepełnosprawnych*, "Studia Periegetica. Zeszyty Naukowe Wielkopolskiej Wyższej Szkoły Turystyki i Zarządzania w Poznaniu" 2011, No. 6, pp. 27–36.

⁴ M. Furmanek, *Czy człowiek niepełnosprawny ma szansę być pełnosprawnym turystą?*, "Państwo i Społeczeństwo. Współczesna turystyka. Zagadnienia prawne, ekonomiczne i przestrzenne" 2011, No. 1, pp. 93–102.

Barriers in tourism of the disabled people

Various authors aim at classifying the barriers in access to tourism. The application of categorisation is considered to be beneficial to understanding the nature of particular barriers showing their mutual relations. However, it is thought that the research should go beyond the common and limited emphasis put on barriers in participation in tourism and take up wider conceptualization of limitations in access to tourism⁵. Scholars have participated in the scientific debates regarding using the terms of 'barriers' and 'limitations' on numerous occasions.

Various divisions of the barriers of tourism of the disabled can be found in the literature. While presenting the basic classification it is worth mentioning two main barriers, namely: internal and external ones⁶. The group of the external barriers includes the following:

- architectural,
- urban,
- communication,
- financial.

Among the internal barriers the following should be listed:

- health condition,
- family conditions.

The above-mentioned classification can be broadened with other groups⁷:

- internal ones – these barriers lie in the person with dysfunction himself/herself and they are mostly identified with his/her mental or physical condition or state of consciousness. They may directly result from this person's disability as well as – indirectly – be the result of the health condition. This group of barriers includes all lacks of knowledge and awareness (this applies to the lack of knowledge regarding tourist possibilities, accessibility of facilities, the rights that the disabled are entitled to and all possibilities of benefitting from the assistance funds), the problems related to health condition and abnormal social contacts as well as mental and physical dependence on others⁸,
- environmental ones – the barriers that are imposed on the disabled people by external conditions of the physical and social conditions. Among them the barrier resulting from the attitudes of the society towards people with dysfunctions is important. These attitudes are often ambivalent. On one hand,

⁵ V. Eichhorn, D. Buhalis, *A Key Objective for the Tourism Industry*, [in:] D. Buhalis, S. Darcy (ed.), *Accessible Tourism. Concepts and Issues*, Bristol 2011, p. 46–61.

⁶ M. Długołęcka, M. Ogonowska, *Bariery ograniczające udział osób niepełnosprawnych w turystyce*, „Zeszyty Naukowe. Turystyka jako dział nowoczesnej gospodarki” 1997, No. 22, p. 99–102.

⁷ T. Skalska, *Turystyka osób niepełnosprawnych*, [in:] A. Dłużewska (ed.), *Nowe wyzwania w edukacji turystycznej. Turystyka w obszarach odmiennych kulturowo i przyrodniczo cennych. Turystyka osób niepełnosprawnych*, Warszawa 2011, p. 117–175.

⁸ *Ibid.*, p. 140.

people show compassion or excessive kindness, impudence with willingness to help, thus demonstrating paternalistic attitudes. On the other hand, the non-disabled people display negative feelings causing alienation of the disabled people and escalating this barrier at the same time⁹. Furthermore, this group includes architectural barriers (inaccessibility of the hotel facilities, tourist attractions, particularly for people who use wheelchairs), ecological barriers (terrain conditions that impede moving around), transport legal regulations (e.g. impeding transport of the battery to wheelchairs) and other regulations discriminating people with disability¹⁰,

- interactive – related to mutual relationship between the environment (both physical and social) and the disabled people. This group includes transport barriers, communication barriers, barriers related to lack of the proper skills that are necessary to undertake specific tourist activity¹¹.

The similar classification was presented by T. Łobożewicz and G. Bińczyk¹², who divide the barriers of practising tourism by the disabled into:

- economic barriers in understanding the high costs of participation in tourism,
- architectural barriers,
- communication barriers,
- social barriers,
- lack of the tourist equipment,
- insufficient information or lack of information – both regarding the needs of the disabled people (on the part of the tour operators) as well as tourist possibilities (on the part of the disabled tourists).

Another classification that puts emphasis on the human being and his/her social relation differentiates three main categories of limitations in participation in tourism.

- personal – these limitations include a lack of self-confidence, a lack of motivation or a lack of information about possibilities of relaxation that influence preferences or may lead to the lack of interest in the particular way of the recreational and tourist activity.
- interpersonal – these limitations are related to other people, including the lack of social interaction skills. These limitations are the result of the human interactions or relations among features of different people,
- structural – these are the limitations that occur between individual preferences regarding participation in tourism and recreation and the actual participation in the act of travelling and recreation. This includes the lack of finances, the lack of transport, limited skills, the lack of free time or architectural barriers¹³.

⁹ M. Preisler, op. cit., p. 31.

¹⁰ T. Skalska, op. cit., p. 141.

¹¹ Ibid., p. 141.

¹² T. Łobożewicz, G. Bińczyk, *Podstawy turystyki*, Warszawa 2001.

¹³ D.W. Crawford, G. Godbey, *Reconceptualizing barriers to family leisure*, "Leisure Sciences" 1987, No. 9(2), p. 119–128.

In their publication LaGrow Steven, Wiener William and LaDuke Robert¹⁴ identify several factors that limit independence of the disabled people during travelling, such as:

- lack of travel experience,
- fear and anxiety related to unaccompanied travelling,
- inadequate condition and endurance related to age, health problems and the lack of activity,
- embarrassing aspects of the visible disability,
- overprotection of the family or carers.

It has been noticed that barriers and limitations concern all tourists, however, they impede travelling of the disabled tourists much more disproportionately. Some elements of travelling seem insignificant from the point of view of the non-disabled tourist, yet, people with special needs require a higher level of accessibility and encounter bigger problems. The chain of barriers that the disabled people deal with while planning the trip and travelling has been presented below.

Results of the survey

In the survey conducted among 100 disabled respondents from the area of Krakow, there were, among others, 36 people with the motor organ impairment (05-R), 13 people with neurological diseases (10-N), 12 people with the voice, speech and hearing disorders (03-L), 11 people with other ailments, including endocrine, metabolic or enzymatic disorders, etc. (11-I) (Fig. 1).

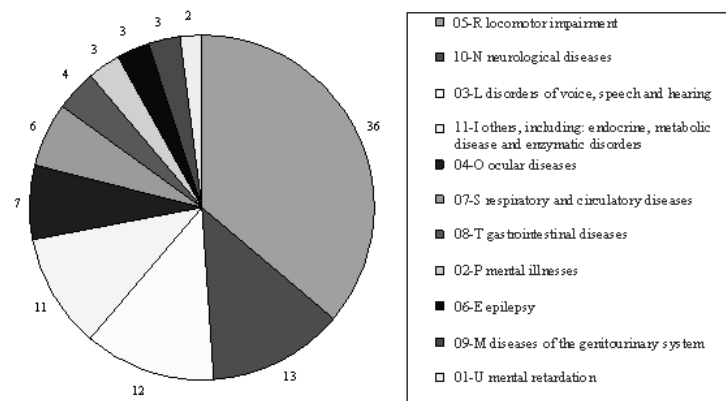


Fig. 1. The structure of the examined respondents with disabilities taking into account present type of ailment [n = 100 people]

Source: author's own studies.

¹⁴ S. LaGrow, W. Wiener, R. LaDuke, *Independent travel for developmentally disabled persons: A comprehensive model of instruction*, "Research In Developmental Disabilities" 1990, No. 11(3), p. 289–301.

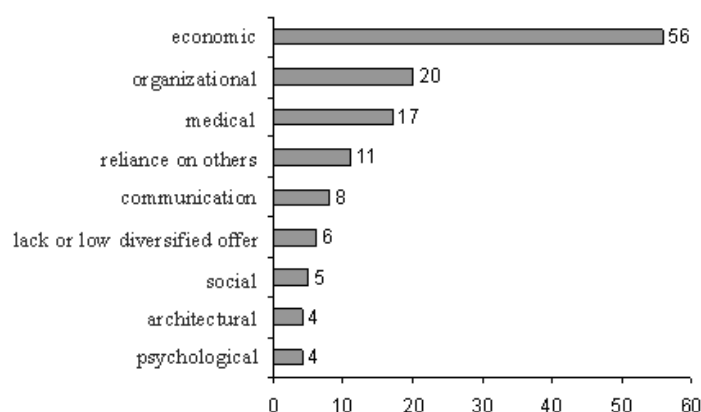


Fig. 2. Frequency of mentioned barriers in practising tourism by the disabled people (in %)*.

* The percentages do not sum up to 100 since each of the respondents in a specific type of disability could choose more than one of the listed barriers.

Source: the author's own studies.

The respondents were asked about the barriers that limit their equal participation in tourism. 56% of the respondents stated that the largest impediment is an economic barrier. It is paradoxical as the products and tourist services adjusted to the needs of the disabled people are usually more expensive than others. The disabled people are often unemployed and they do not have sufficient financial means for a longer trip. The cheapest hostels that are the most popular among young people do not have an obligation to adjust their services to the needs of the disabled people. Thus, the tourist with dysfunction may not use the cheapest accommodation facilities. Only the facilities possessing the third or higher categorization have this requirement, yet, this is connected with higher costs for the disabled tourist. Some means of transport are not often properly adapted and, consequently, it is necessary to take advantage of the individual specialist journeys that also generate additional costs. The next barrier that was most frequently mentioned by the respondents is an organizational barrier (20% of the answers). This must be understood as difficulties in organizing the tourist trips searching and combing all adjusted products and services in the single package. Another barrier indicated by the respondents is their health condition (17% of the answers) that – despite significant willingness of the concerned parties themselves – also impedes undertaking tourist and recreational activity. The respondents also mentioned – as the barrier in practising tourism – dependence on other people (11%), communication barriers with other people (8%), the lack or non-diversified offer for the disabled people (6%), social barrier in the contact with people (5%) and psychological barrier of the internal anxiety, fear (4%). The architectonic barrier that is most frequently regarded as the main cause lim-

iting the freedom of moving of the disabled people by existence of the numerous architectural difficulties should be noted. However, the respondents scarcely took advantage of this possibility of the answer (4%). This may indicate improved public awareness regarding the needs of people with dysfunctions and development of good practices to eliminate this barrier (Fig. 2).

Summary

Travelling and discovering new places brings a lot of pleasure and it should be a privilege to everybody. The process leading to accessibility of tourism is very important since this sector constitutes an integral branch of the economy and society. However, there are still barriers limiting participation of some people in tourism. Despite the fact that the above-presented survey has been carried out with participation of a small group of disabled tourists it gives an opportunity to draw attention to the essence of the problem regarding the barriers in tourism that people with dysfunctions experience. The fact that tourist activity includes a large chain of products and services still remains a significant challenge. Thus, the effort to make tourism and environment accessible for the needs of the disabled people to allow them to undertake tourist activity on an equal footing with other people is very important.

Bibliography

- Borowicka A. (ed.), *Niepełnosprawny turysta : poradnik dla pilotów i przewodników turystycznych*, Szczecin 2003.
- Crawford D.W., Godbey G., *Reconceptualizing barriers to family leisure*, "Leisure Sciences" 1987, No. 9(2), pp. 119–128.
- Długolecka M., Ogonowska M., *Bariery ograniczające udział osób niepełnosprawnych w turystyce*, "Zeszyty Naukowe. Turystyka jako dział nowoczesnej gospodarki" 1997, No. 22, pp. 99–102.
- Eichhorn V., Buhalis D., *A Key Objective for the Tourism Industry*, [in:] Buhalis D., Darcy S. (ed.), *Accessible Tourism. Concepts and Issues*, Bristol 2011, pp. 46–61.
- Furmanek M., *Czy człowiek niepełnosprawny ma szansę być pełnosprawnym turystą?*, "Państwo i Społeczeństwo. Współczesna turystyka. Zagadnienia prawne, ekonomiczne i przestrzenne" 2011, No. 1, pp. 93–102.
- LaGrow S., Wiener W., LaDuke R., *Independent travel for developmentally disabled persons: A comprehensive model of instruction*, "Research In Developmental Disabilities" 1990, No. 11(3), pp. 289–301.
- Łobozewicz T., Bińczyk G., *Podstawy turystyki*, Warszawa 2001.

- Popiel M., *Od niepełnosprawności do turystyki dostępnej. Problem segmentacji rynku oraz kreowania produktów turystycznych do potrzeb osób z niepełnosprawnością*, "Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis Studia Geographica" 2014, No. 7, pp. 121–132.
- Preisler M., *Turystyka osób niepełnosprawnych*, "Studia Periegetica. Zeszyty Naukowe Wielkopolskiej Wyższej Szkoły Turystyki i Zarządzania w Poznaniu" 2011, No. 6, pp. 27–36.
- Skalska T., *Turystyka osób niepełnosprawnych*, [in:] Dłużewska A. (ed.), *Nowe wyzwania w edukacji turystycznej. Turystyka w obszarach odmiennych kulturowo i przyrodniczo cennych. Turystyka osób niepełnosprawnych*, Warszawa 2011, pp. 117–175.

Bariery w podejmowaniu aktywności turystycznej przez osoby niepełnosprawne

Streszczenie

Celem niniejszego opracowania jest ukazanie barier w podejmowaniu aktywności turystycznej i rekreacyjnej przez osoby z niepełnosprawnością. **Metody.** Przeprowadzono badania diagnostyczne (sondażowe) za pomocą kwestionariusza ankiety na osobach z różnym stopniem i rodzajem niepełnosprawności (n=100, 40 mężczyzn, 60 kobiet). Respondenci zostali poproszeni o wskazanie barier, które – ich zdaniem – osobom z dysfunkcjami najbardziej ograniczają udział w ruchu turystycznym. **Wyniki.** Respondenci wskazali, iż największą barierę stanowią kwestie finansowe (bariera ekonomiczna). Wynika to z faktu, iż niepełnosprawni mają często gorszą pozycję na rynku pracy, zarabiają mniej, a z drugiej strony dostosowane do ich potrzeb produkty i usługi turystyczne są zazwyczaj droższe. Wiąże się to poniekąd z kolejną barierą – organizacyjną, na którą również respondenci zwrócili uwagę. **Wnioski.** Na podstawie przeprowadzonego badania można stwierdzić, iż udział osób niepełnosprawnych w turystyce jest ograniczony i wynika to z barier zewnętrznych (finansowych, architektonicznych), ale również barier wewnętrznych (psychologicznych, społecznych).

Słowa kluczowe: bariery, turystyka, aktywność turystyczna, turystyka dostępna, osoby niepełnosprawne.

Ivan MATÚŠ*
Jana LABUDOVA**

Opinions and Attitudes of Recreational Swimmers from Kosice to Other Sport Activities

Abstract

Regular physical activity positively affects the entire organism and also the vitality of the human body. The aim of our study was to analyse the attitude of recreational swimmers to other sports activities. The research group involved 55 participants from Košice (35 men aged 34±11,7 and 20 women aged 33±10,7). As a research method, we used a questionnaire with mostly closed questions.

The answers of recreational swimmers suggest a positive finding that recreational swimming inspires them to practice also other sports activities. Most of the recreational swimmers practice other sports activities that are not organized but they do other sports activity 1–5 times per week. The men prefer and practice more sports activities per week than women ($p < 0,05$). The participants mostly practice cycling, running, men also play football and hockey, whereas women practice fitness and dance. Most of the participants would like to do more activities but they are limited by lack of free time and specifically women are limited by family care ($p < 0,05$). All the participants practice other sports activities because of their own need, whilst women chose to maintain appropriate body weight and good figure as the significant reasons for practicing the sports activity. In general, we can conclude that recreational swimmers, who practice swimming 1–2 times per week and also practice 1–5 times per week other sports activities, have enough physical activity positively influencing their health and physical condition.

Keywords: Recreational swimmers, sports activities, physical activity, vitality, leisure time.

Introduction

Regular practice of physical activity positively affects the whole organism, but also the vitality of a man¹. Some authors define physical activity as a specific

* University of P.J. Šafárik in Košice, Institute of Physical Education and Sport, Košice, Slovakia; e-mail: ivan.matus@unipo.sk.

** Comenius University, Faculty of Physical Education and Sport, Bratislava, Slovakia; e-mail: j.labudova@hotmail.com.

¹ J. Hřčka, *Kapitoly zo športovej zdravotvedy vysokoškolačka*, Žilina 2009; J. Kasa, *Pohybová aktivita*, Bratislava 1995; A. Hogenová, *Pohyb a tělo: výber filosofických textu*, Praha 2000.

type of muscle work, other authors understand it as a human feature, the same as for example purposefulness or resolution. Regular physical activity helps to build up health, lowers risk of metabolic syndrome, obesity and cardiovascular diseases. European Commission presents a lot of alarming information in the field of public health related to decrease of physical activity and inappropriate eating habits in European countries². The EC points out an increased number of people suffering from overweight or obesity. Physical activity can be divided with respect to load, management and repetition of activity into organized and non-organized activity³. Organized physical activity is conducted by qualified professionals or organizations (sports clubs, sports courses). Non-organized physical activity (recreational activity) is performed of one's own free will and internal need; it is practiced with friends and for fun. According to physical load, activities can also be divided into recreational and performance activities. According to a frequency per week we recognise regular and irregular activity⁴. Sport and recreational activities include walking, swimming, running, cycling, dancing and ski running, that should be practiced at least 3 times per week, 30–45 minutes⁵. Being physically active is important to prevent heart disease and stroke, the nation's No. 1 and No. 5 factors of morbidity. To improve overall cardiovascular health, it is recommended to perform at least 150 minutes per week of moderate exercise or 75 minutes per week of vigorous exercise (or a combination of moderate and vigorous activity). Thirty minutes a day, five times a week is an easy goal to remember. People will also experience benefits even if they divide their time into two or three segments of 10 to 15 minutes per day⁶. Swimming is very popular and belongs to one of the most popular sport-recreational activities. During swimming, almost all muscle groups are used and we can consider it as a very effective cardio training. Swimming also positively affects body posture, it has calm and relaxing effects on the body and it also helps to lower stress⁷. In the previous study we paid attention to opinions and attitudes of recreational swimmers to recreational swimming. We found that the

² G. Belēvičs, *Zdravý životný štýl pre zdravšiu budúcnosť v EÚ, Lotyšská republika 2016*, http://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/policy/index_sk.htm.

³ B. Hodaň, *Úvod do teórie telesnej kultúry*, Olomouc 1997.

⁴ B. Hodaň, T. Dohnal, *Rekrealógia*, Olomouc 2008.

⁵ M. Máček, J. Máčková, *Fyziológia telesných cvičení*, Brno 1997; J. Hřčka, *Kapitoly zo športovej zdravotvedy vysokoškolačka*, Žilina 2009.

⁶ American Heart Association, *The American heart association recommendations for physical activity in adults*, USA 2015, http://www.heart.org/idc/groups/heart-public/@wcm/@fc/documents/downloadable/ucm_469557.pdf; British Heart Foundation, *Physical activity statistics 2015*, UK 2015, <https://www.bhf.org.uk/publications/statistics/physical-activity-statistics-2015>; World Health Organization, *Global recommendations on physical activity for health*. Switzerland 2010. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf.

⁷ I. Čechovská, T. Miller, *Plavání*, Praha 2001; Z. Hofer, *Technika plaveckých způsobů*, Praha 2000; Y. Macejková et al., *Didaktika plávania*, Bratislava 2005.

male and female swimmers who regularly swim 1–2 per week think that it would be appropriate to swim 2–3 times per week. They practiced leisure swimming in maximum one hour per week. When we take into account men and women, the men performed this activity on a more regular basis. The main reasons for not swimming more often were lack of time or too much work⁸. We agree with the opinions of various professionals that swimming supplements physical activity but it cannot replace all the other physical activities⁹. During swimming, there is a lower gravity and thus a lower load on bones and joints and this decreases the activity of ligament cells¹⁰. Therefore the choice of physical activity is very important because it should optimally and adequately to age stimulate the movement system. The aim of this study was to receive opinions and attitudes of recreational swimmers in Košice to other sports activities.

Methods

The research group involved 53 recreational swimmers, 20 women aged $33 \pm 10,7$ and 35 men aged $34 \pm 11,7$. The group was chosen on the grounds of direct observation and interview. The research took place at a swimming pool in a secondary school in Košice-Šaca and at the city swimming pool in Košice.

We used a questionnaire for obtaining the research data. The questionnaire was aimed at the relationship of recreational swimmers to other physical activities and it contained semi – opened and closed questions. All the questionnaires were printed and distributed in printed form.

The data obtained by means of the questionnaire were first organized and sorted in MS Excel. We used basic statistical characteristics for evaluation of the research data. We used Chi-square test for stating statistical significance between variables. The results were evaluated and interpreted with use of logical analysis, synthesis, induction and deduction.

Results

One of the questions was whether recreational swimming motivates people to perform other activities and most of the participant answered positively. The men answered yes in higher number than women, whereas women answered rather yes more often than men. Neutral answer (I don't know) was chosen more

⁸ I. Matúš, *Názory a postoje rekreačných plavcov k rekreačnému plávaniu v Košiciach*, [in:] J. Broďáni (red.), *Pohyb a kvalita života*, Nitra 2015, pp. 59–68.

⁹ I. Dylevský, J. Kálal, P. Kolář, M. Kučera, P. Korbelař, C. Noble, *Pohybový systém a zátěž*. Praha 1997, p. 249.

¹⁰ W. Noak, *Arthrose und Sport*, Deutschland 1991, p. 354.

often by the women than by the men. Negative answer (rather no) was chosen by 15% of women and the answer no was chosen by 20% of men. In general, we can conclude that more positive answers support the interest of recreational swimmers in practicing other sports activities (Fig. 1).

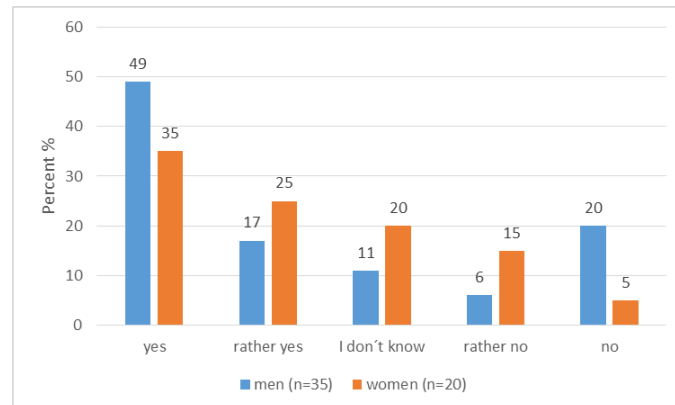


Figure 1. Motivation of recreational swimmers to do other sports activities

Most of the recreational swimmers think that it is good to do also other sports activities apart from swimming 1–5 times a week, whilst women prefer other sports activities 2–3 times a week and men 2–5 times a week. Some of the recreational swimmers (11% of men) think that it is appropriate to do other physical activities 7 times a week (Fig. 2).

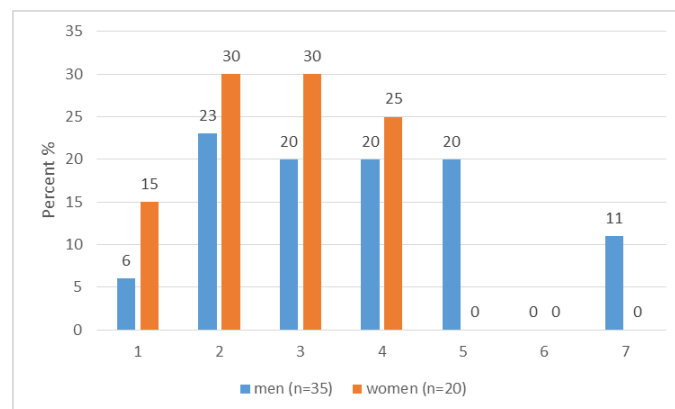
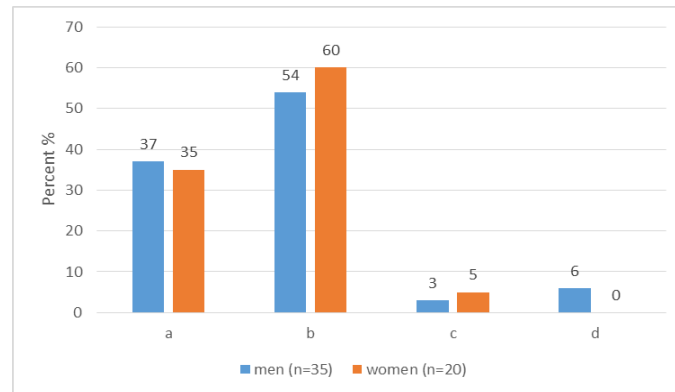


Figure 2. Opinion of swimmers' about participating in other sports activities per week

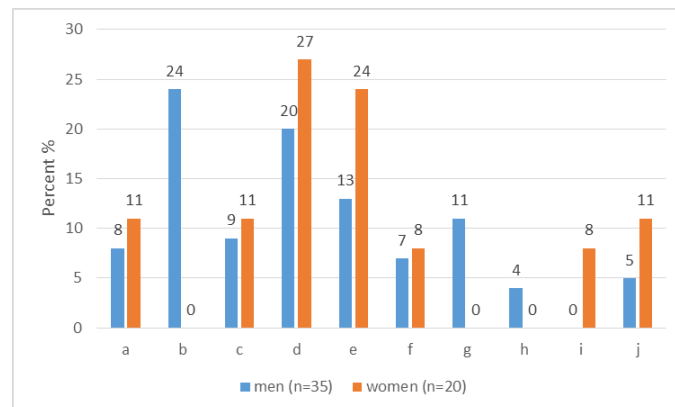
Most of the participants (Fig. 3) practice other sports activities that are not organized; they do the activities with friends or for fun. The second most frequently chosen answer was organized form of other sports activity either in

a school club or at a sports course, etc. These results suggest the conclusion that most of the recreational swimmers prefer non-organized form of other physical activity.



Legend: a – yes, organized (sports club, spot),
 b – not organized (with friends, for fun),
 c – don't do sports activity in your leisure time,
 d – don't do sports activity in their leisure time for other reasons (please specify)

Figure 3. Organizational form of other sports activities



Legend: a – fitness, b – football, c – tennis, d – cycling, e – running, f – hiking, g – ice hockey, h – combat sports, i – volleyball, j – others

Figure 4. Sport activities practiced apart from recreational swimming

Recreational male and female swimmers mostly prefer cycling as their other activity, and then running. More than one fourth of the men prefer playing football. However, women are keener on fitness, tennis and other sports (dancing, skating and walking). These answers suggest that women do more individual sports (cycling, running, fitness, tennis and others) than team sports, and to-

gether with this we suppose that most of these sports are aimed at cardiovascular training with maintaining the body weight. The men practice individual and team sports to the same extent (Fig. 4).

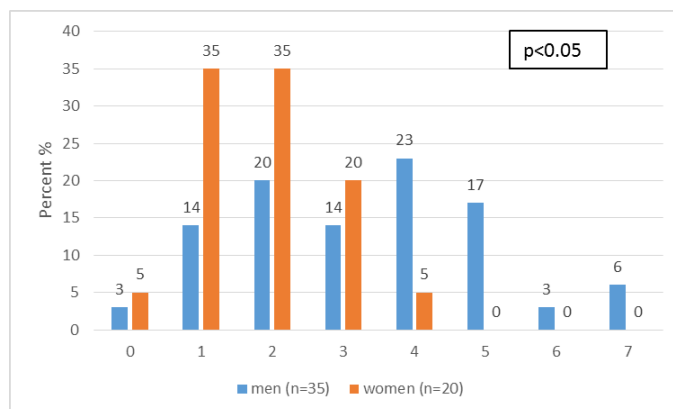


Figure 5. Frequency of other sports activities per week

Recreational female swimmers practice other sports activities once a week, significantly more than men ($p < 0.05$). Together, apart from swimming, women practice other sports activities 1–4 times a week (Fig. 5). On the other hand, male recreational swimmers offer more days to other sports activities than women. In comparison with the results of the study of¹¹, men practice other sports activities with higher frequency than recreational swimming.

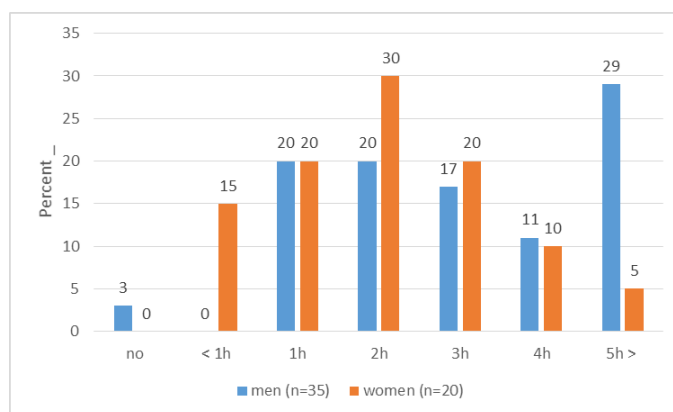


Figure 6. Time spent on other sports activities per week

¹¹ I. Matúš, *Názory a postoje rekreačných plavcov k rekreačnému plávaniu v Košiciach*, [in:] J. Broďani (ed.), *Pohyb a kvalita života*, Nitra 2015, pp. 59–68.

Figure 6 shows that women practice sports activities from less than one hour per week to five hours per week, whilst one third of the women chose two hours per week of other activities. Men do other sports activities from on hour to five hours and more per week and almost one third of the men chose sports activity 5 and more hours per week. When we compared these results with the study of¹² we can conclude that recreational swimmers practice more hours of other sports activities than hours of recreational swimming. This fact can be influenced by higher financial expenses related to recreational swimming (pool entry, equipment, etc.) because most of the recreational swimmers answered that they practiced other non-organized sports activity.

Most of the participants, more women than men, would like to practice more sports activities per week. Fewer men than women were neutral about this question. Negative answer was chosen by 8% more men than women. The positive fact is, that recreational swimmers practice swimming, but they are willing to practice more sports activities per week (Fig. 7).

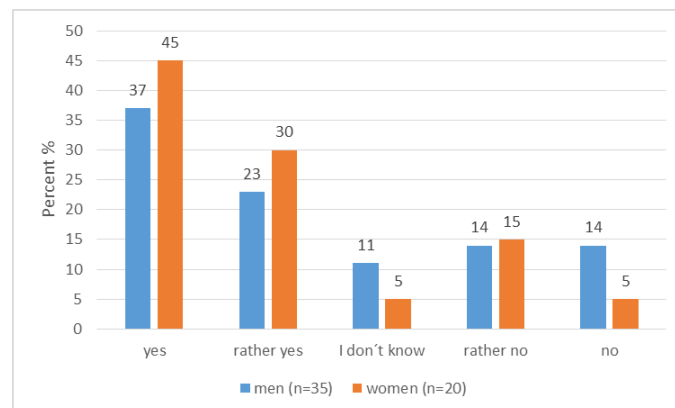


Figure 7. Participants' view on an increase of the number of days of taking part in sports activities per week

One of the reasons for not increasing the frequency of other sports activities was lack of free time and this answer was chosen by half of the men and two thirds of the women. The second reason included various factors as for example work duty, work load especially in the male group. On the other hand, there was a significant importance of family care in women ($p < 0.01$). Whilst most of the recreational swimmers practice other sports activities that are non-organized, this might be an explanation that financial expenses are not influencing the frequency of other sports activities (Fig. 8). In coherence with the previous question we suppose that recreational swimmers who answered this question nega-

¹² I. Matúš, *Názory a postoje rekreačných plavcov k rekreačnému plávaniu v Košiciach*, [in:] J. Broďáni (red.), *Pohyb a kvalita života*, Nitra 2015, pp. 59–68.

tively have not enough free time or they are satisfied with the frequency of swimming as well as with the frequency of other sports activities.

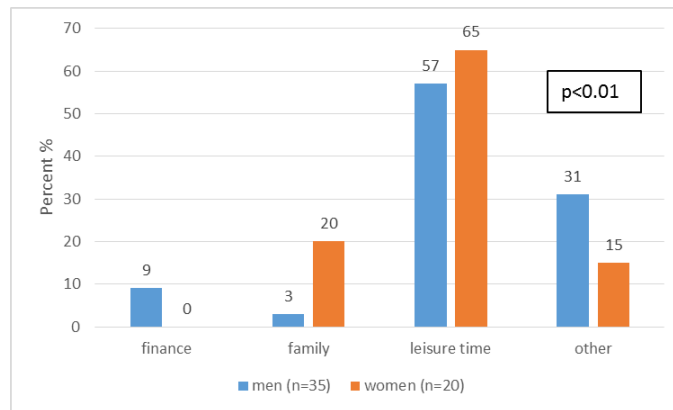


Figure 8. Reasons for not increasing participation in other sports activities

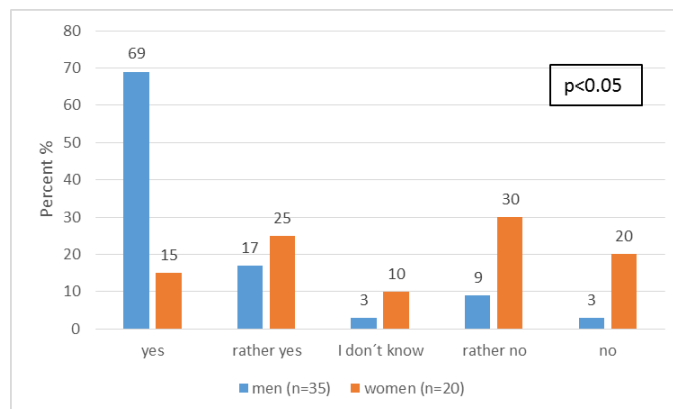
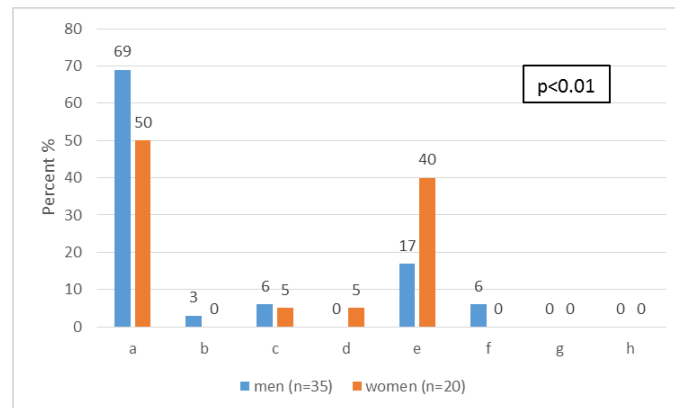


Figure 9. Opinion on the volume and intensity of the participation in sports activities

The opinions of participants on the volume and intensity of practiced sports activity are shown in Figure 9. A significant difference between men and women was found in positive answers of men ($p < 0.05$). This can be explained by the fact that women do not have as much time for practicing sports activities as men, because of family care.

The most frequent reason for practicing sports activity was an inner need with higher percentage of men than women. The second most common answer was maintaining body weight. The answers suggest that if recreational swimmers practice other activity this motivates them to do more sports activities. We also found that women want to maintain their body weight not only through recreational swimming but also through other sports activities in comparison to men ($p < 0.01$).



Legend: a – internal need, b – wish of a family member, c – meeting place with friends, d – medical recommendation, e – retention of body weight, f – better social contact, g – fashion trend, h – other

Figure 10. The reasons behind participating in other sports activities

Discussion

In comparison to previous research we conclude that recreational swimmers think that it is suitable to practice this activity 2–3 times per week, however, in reality they are able to practice swimming only 1–2 times per week, which means altogether less than one hour per week and men practice swimming more often than women¹³. A positive finding is that recreational swimming motivates recreational swimmers to practice other sports activities. These activities mostly include cycling, running¹⁴. Men prefer football and hockey and women prefer fitness, tennis and other sports activities (dancing etc.). We agree with the opinion that the choice of physical activities is related to differences between men and women from anatomical, physiological as well as psychical and pedagogical point of view¹⁵. Recreational swimmers would like to practice these activities 1–5 times per week and to this extent they mostly manage that. Men are in general more active than women and not only in recreational swimming but also in other sports activities. Recreational swimming belongs to non-organized sports activities and also other sports activities practiced by participants are non-organized, which means they do it with friends, for fun. An interesting fact is that the participants practice other sports activities more often than recreational swimming.

¹³ I. Matúš, *Názory a postoje rekreačných plavcov k rekreačnému plávaniu v Košiciach*, [in:] J. Broďáni (ed.), *Pohyb a kvalita života*, Nitra 2015, pp. 59–68.

¹⁴ K. Custis, *Detection and treatment of osteoporosis*, UK 1992, pp. 711–716.

¹⁵ L.Y. Griffin, *Women in sport*, [in:] G.R. Scuderi, P.D. McCann, P.J. Bruno (ed.), *Sports Medicine – Principles of Primary Care*, St. Louis 1997.

But we can conclude that all the participants have enough physical activity whether in the form of swimming or in the form of other sports activities. The question is the quality of technique during swimming or during other sports activities when they are non-organized that means without any supervision.

Conclusions

Recreational swimming motivates recreational swimmers to practice other sports activities. Recreational swimmers think that it is appropriate to practice other sports activities 1–5 times per week, whilst men prefer 2–5 times per week and women 2–3 times per week. In reality most of the recreational swimmers practice other sports activities as much as they want 1–5 times per week (men 5 hours per week and women 2 hour per week). The most popular sports activities are cycling, running, football and hockey among men and fitness, tennis, dancing, skating among women. Most of the participants would like to do more sports activities per week, and the main factors influencing this are lack of free time and family care. The men, contrary to women, think that the volume and intensity of other sports activity is sufficient to maintain their body weight. Other sports activities apart from swimming are practiced because of one's inner need. On the basis of recommendations of World Health Organization (2010), American Heart Association (2015) and British Heart Foundation (2015) about practicing physical activity we found that recreational swimmers have enough physical activity in their weekly regimen either in form of swimming or in a form of other sports activity.

Bibliography

- American Heart Association, *The American heart association recommendations for physical activity in adults*. USA 2015, http://www.heart.org/idc/groups/heart-public/@wcm/@fc/documents/downloadable/ucm_469557.pdf [accessed: 26.05.2016].
- Belěvičs G., *Zdravý životní štýl / pre zdravšiu budúcnosť v EÚ, Lotyšská republika 2016*, http://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/policy/index_sk.htm [accessed: 26.05.2016].
- British Heart Foundation, *Physical activity statistics 2015*, UK 2015, <https://www.bhf.org.uk/publications/statistics/physical-activity-statistics-2015> [accessed: 26.05.2016].
- Custis K., *Detection and treatment of osteoporosis*, “British Journal of Nursing” 1992, 1, pp. 711–716.
- Čechovská I., Miller T., *Plavání*, Praha 2001.

- Dylevský I., Kálal, J., Kolář P., Kučera M., Korbelař P., Noble C., *Pohybový systém a zátěž*, Praha 1997.
- Griffin L.Y., *Womwn in sport*, [in:] Scuderi G.R, McCann P.D., Bruno P.J. (ed.), *Sports Medicine – Principles of Primary Care*, Mosby Year Book, Inc., St. Lous 1997.
- Hodaň B., *Úvod do teorie tělesné kultury*, Olomouc 1997.
- Hodaň B., Dohnal T., *Rekrealogie*, Olomouc 2008.
- Hofer Z., *Technika plavekých zpusobu*, Praha 2000.
- Hogenová A., *Pohyb a tělo: výber filosofických textu*, Praha 2000.
- Hrčka J., *Kapitoly zo športovej zdravotvedy vysokoškolačka*, Žilina 2009.
- Kasa J., *Pohybová aktivita*, Bratislava 1995.
- Macejková Y. et al., *Didaktika plávania*, Bratislava 2000.
- Máček M., Máčková J., *Fyziologie tělesných cvičení*, Brno 1997.
- Matúš I., *Názory a postoje rekreačných plavcov k rekreačnému plávaniu v Košiciach*, [in:] Broďáni J. (ed.), *Pohyb a kvalitaživota*, Nitra 2015, pp. 59–68.
- Noak W., *Arthrose und Sport*, Deutschland 1991, p. 354.
- World Health Organization, *Global recommendations on physical activity for health*, Switzerland 2010.http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf [accessed: 26.05.2016].

Opinie i nastawienie pływających rekreacyjnie mieszkańców Koszyc do innych zajęć sportowych

Streszczenie

Regularna aktywność fizyczna pozytywnie wpływa na cały organizm, jak również na witalność ludzkiego ciała. Celem naszego badania było zanalizowanie nastawienia osób pływających rekreacyjnie do innych czynności sportowych. Badaniem objęto grupę 55 mieszkańców Koszyc (35 mężczyzn w wieku 34±11,7 lat, oraz 20 kobiet w wieku 33±10,7 lat). Zastosowaną metodą badawczą był kwestionariusz zawierający głównie pytania szczegółowe.

Odpowiedzi udzielone przez osoby pływające rekreacyjnie sugerują pozytywne stwierdzenie, że pływanie rekreacyjne pobudza ich do uprawiania również innych dyscyplin sportu. Większość pływających rekreacyjnie uprawia inne, niezorganizowane, zajęcia sportowe 1–5 razy w tygodniu. Mężczyźni uprawiają w tygodniu więcej dyscyplin sportowych niż kobiety ($p < 0,05$). Uczestnicy przeważnie uprawiają kolarstwo i bieganie, mężczyźni grają w piłkę nożną i w hokeja, natomiast kobiety uczęszczają na fitness i tańce. Większość uczestników chciałaby brać udział w jeszcze innych zajęciach, ale są ograniczani przez brak wolnego czasu oraz – szczególnie kobiety – przez obowiązki domowe ($p < 0,05$). Wszyscy uczestnicy uprawiają inne dyscypliny sportu ze względu na własne potrzeby, natomiast kobiety wybierają te, które pomagają im utrzymać odpowiednią wagę ciała i zgrabną figurę, co jest ważnym argumentem na rzecz uprawianego przez nie sportu. Uogólniając, można wnioskować, że osoby uprawiające pływanie rekreacyjne 1–2 razy w tygodniu oraz biorące udział w innych zajęciach sportowych 1–5 razy w tygodniu zażywają wystarczającą dawkę aktywności fizycznej pozytywnie wpływającą na ich zdrowie i warunki fizyczne.

Słowa kluczowe: osoby pływające rekreacyjnie, zajęcia sportowe, aktywność fizyczna, witalność, czas wolny.

CZEŚĆ V
BIOGRAMY, DYSKUSJE, POLEMIKI,
RECENZJE, PRZEGLĄD WYDAWNICTW,
SPRAWOZDANIA

Dariusz SŁAPEK*

Tanatoturystyka, sport i... pojednanie?

Na marginesie pracy *Поховання спортсів на Личаківському кладовищі*,
Євген Приступа, Ольга Романчук, Ростислав Коваль, Наталія
Базиляк, Юліана Мельник, Лариса Матлашенко, за заг. ред.
Є. Приступи, Видавництво „Компанія «Манускрипт»” 2015, 64 с.

Nie ma niczego nadzwyczajnego w fakcie, że magia i urok Lwowa oddziałują także na tych, którzy korzeni rodzinnych nie poszukują w sercu Wschodniej Małopolski. Sentymentalne podróże do Lwowa wcale nie muszą być wywołane wyłącznie „zewem genealogii”¹. W ciągu ostatnich bez mała 30 lat we wszystkich w zasadzie mediach często i sugestywnie przekonywano, iż roli Lwowa – przynajmniej w nowożytnej i najnowszej historii Polski – nie sposób opisywać inaczej niż za pomocą znaczących, spektakularnych, a symbolicznych jednocześnie określeń: kolebka, źródło, macecznik, zaczyn, korzenie, przedświt, fundament etc. Tak emocjonalnie artykułowany swego rodzaju polski „mit założycielski” leży bez wątplenia u genezy znaczącej części form i przejawów fascynacji Lwowem.

Źródło tego fenomenu, „pośmiertnego życia polskiego Lwowa” – który przestał być „miastem w Polsce” prawie 80 lat temu – w skali trudnej do zlekceważenia tkwi zapewne w publikacjach profesora Stanisława Sławomira Nicieci. W 1998 roku ten znakomity znawca dziejów miasta nad Pełtwią pisał, że „W ciągu ostatnich siedmiu lat [...] ukazało się Polsce 300 książek o Lwowie”²,

* Dr hab., Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie, Instytut Historii; e-mail: slapek.dariusz@gmail.com.

¹ Wyjazdy motywowane emocjami, bo prowokowane poszukiwaniem tożsamości, bywają często nazywane turystyką etniczną. Por. np. A. Mikos von Rohrscheidt, *Turystyka kulturowa – fenomen, potencjał, perspektywy*, Gniezno 2010, s. 128–134.

² Ujęte w cudzysłów określenie pochodzi z tytułu artykułu S. Nicieci, *Pośmiertne życie polskiego Lwowa*, „Zeszyty Historyczne” 1994, 190, s. 110–118. Dane liczbowe (por. tegoż, *Łyczaków. Dzielnica za Styksem*, Wrocław – Warszawa – Kraków 1998, s. 54) są dziś dalekie od aktualno-

choć zapewne skromność badacza zdecydowała o tym, że nie połączył on w pewnego rodzaju związek przyczynowo-skutkowy swego pierwszego znaczącego leopolitanum z 1988 roku³ z boomem na fascynację Lwowem w okresie tuż po polskich przemianach 1989 roku. Prawdziwość tej tezy wynika poniekąd z faktu, że Nicieja uwrażliwił nas na Lwów nie tyle naukową refleksją o skali patriotycznych uniesień lwowian, wielkości lwowskich uczonych, sukcesach ludzi sztuki czy uroku miejskiego folkloru, co raczej niezwyklej narracją o miejscu, w którym – co nie zawsze tylko z jego natury wynika – niemal wszystkiego po trosze... Niezwykłość (także) Łyczakowskiej nekropolii polega przecież na tym, że – niczym w magicznym zwierciadle – odbijają się w niej wszystkie doprawdy aspekty, sfery, dziedziny, przestrzenie i obszary funkcjonowania miasta nad Pełtwią. Są też rozliczne powody, aby ciągle mówić o niej w kategoriach *Sepulcrum Patriae*...

Ten szeroko pojmowany kulturowy aspekt cmentarza dostrzeżono już dawno⁴, a powaga problemu (czyt. wieloaspektowe zainteresowanie cmentarzem jako *lieux de mémoire*) sprawia, iż staje się on także atrakcją turystyki kulturowej⁵.

Nie tylko z tych powodów każda nowa publikacja dotycząca nekropolii na Łyczakowie budzi ogromne zainteresowanie polskiego czytelnika. Rośnie ono, jeśli jej twórcami są autorzy ukraińscy, a potencjalny oddźwięk znakomicie wzrasta w sytuacji, gdy ich treści wiążą się ze... sportem, sprawą poniekąd również narodową, jak sam Łyczaków...⁶

ści. Choć nie powstała żadna holistyczna w naturze bibliografia polskich leopolitanów, warto zwrócić uwagę na „wrażliwość bibliograficzną” periodyków „Rocznik Lwowski”, „Cracovia Leopoliis” i portalu <http://www.lwow.com.pl>, które w miarę swych możliwości odnotowują pojawianie nowych „lwowskich” publikacji.

³ S. Nicieja, *Cmentarz Łyczakowski we Lwowie w latach 1786–1986*, Wrocław – Warszawa – Kraków 1988.

⁴ Por. np. P. Westover, *Necromanticism. Travelling to Meet the Dead, 1750–1860*, Basingstoke 2012.

⁵ Szerzej: S. Tanaś, *Przestrzeń turystyczna cmentarzy. Wstęp do tanatoturystyki*, Łódź 2008. Cmentarz w tym znaczeniu nie budzi wątpliwości natury moralnej, jeśli mieć na względzie dominację czystych/naturalnych motywów tanatoturystyki (poszukiwanie *identity* i kultywowanie pamięci o zmarłym). Por. tegoż, *Tanatoturystyka – kontrowersyjne oblicze turystyki kulturowej*, „Peregrinus Cracoviensis” 2006, 17, s. 91–98; tegoż, *Miejsce cmentarzy w turystyce kulturowej – wokół problemu badawczego*, „Turystyka Kulturowa” 2008, 2, s. 4–16. O powadze problemu z perspektywy edukacji zob. A. Glimos-Nadgórska, *Cmentarze jako miejsca pamięci w edukacji historycznej*, [w:] S. Roszak, M. Strzelecki, A. Wieczorek (red.), *Miejsca pamięci w edukacji historycznej*, Toruń 2009, s. 109–116.

⁶ Nie sposób w jednym skromnym przypisie przekonywać o prawdziwości opinii, iż Lwów uchodzi za jeden z mateczników polskiego sportu, gdyż w mieście nad Pełtwią w zasadzie rozdziło się niemal wszystko, co z tą formą aktywności ludzkiej może być związane. Z jednej strony najlepiej uciec się do spektakularnych cytacji, np. S. Nicieja, *Semper Fidelis*, [w:] A. Gowarzewski, *Lwów i Wilno w ekstraklasie: dzieje polskiego futbolu kresowego*, Katowice 1997, s. 12: „Ukazując rozległą, prekursorską rolę Lwowa w licznych dziedzinach, w szeroko pojętej polskiej kulturze, trzeba bardzo dobitnie stwierdzić, że Lwów był też kolebką polskiego ruchu sportowego, zwanego początkowo gimnastycznym, a w szczególności piłkarstwa”. A. Gowarzewski (dz. cyt., s. 13), dodaje, że „Wszystko, co pierwsze w dziejach polskiego spor-

Relatywnie skromna książka, która wypełnia znamiona powyższej kategorii, nosi tytuł *Groby sportowców na cmentarzu Łyczakowskim we Lwowie*. Oczywiście, nie w objętości leży waga tego dość unikatowego przedsięwzięcia. Zbiorowa praca, pod redakcją profesora E. Prystupy z Lwowskiego Państwowego Uniwersytetu Kultury Fizycznej, powstała przy udziale dość licznej grupy ukraińskich badaczy, w tym pracowników słynnej łyczakowskiej nekropolii⁷, i bez wątpienia jest pierwszą próbą usystematyzowania informacji na temat sportowców pochowanych na Cmentarzu Łyczakowskim we Lwowie.

W publikacji znalazły się informacje dotyczące w sumie 154 sportowców, 75 ukraińskich i 79 polskich (s. 11–60). W znakomitej większości krótkim, uporządkowanym alfabetycznie notkom biograficznym towarzyszą liczne barwne fotografie nagrobków (łącznie w pracy jest około 230 zdjęć). *Résumé* informacji biograficznych dotyczących Polaków, stąd mocno lakonicznych, zaprezentowane zostało w języku polskim⁸. Publikacja ma, jak sędzę, ciekawy walor prak-

tu narodziło się na Kresach, o czym całe pokolenia kibiców mogły dowiedzieć się tylko po kryjomu, bo «oficjalna wiedza» podlegała bezpardonowym fałszom cenzury». Z drugiej strony – gwoli uczynienia ogromnego skrótu – warto przytoczyć niektóre z jednoznacznych tytułów publikacji z okresu II RP, np.: R. Wacek, *Lwów kolebką sportu polskiego*, [w:] B. Janusz (red.), *Lwów dawny i dzisiejszy*, Lwów 1928; tegoż, *Lwów – kolebką polskiego narciarstwa*, „Higiena Ciała i Sport” 1926, 16, s. 30–33, oraz przywołać zupełnie współczesne tytuły kilku (inne bywają na ogół nieco enigmatyczne) naukowych artykułów: R. Wasztyl, *Wkład środowiska krakowskiego i lwowskiego w tworzenie zrębów organizacyjnych sportu u zarania II Rzeczypospolitej*, [w:] L. Szymański, *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, Wrocław 1993, s. 103–112; tegoż, *Galiczyjskie źródła polskiej gimnastyki i lekkoatletyki*, „Acta Scientifica Academiae Ostroviensis. Prace Wydziału Fizjoterapii, Pielęgniarstwa i Wychowania Fizycznego” 2007, 26, s. 4–16; S. Zaborniak, *Lwowskie początki zorganizowanego rozwoju lekkoatletyki w Polsce (1867–1921)*, „Спортивна Наука України” 2011, 6, 39, s. 27–36. Wypada wreszcie wnioskować ze spektakularnych faktów, bo z Lwowem – poprzez urodzenie – związanych było 13 polskich olimpijczyków epoki międzywojnia. M. Kałuski (*Lwów w dziejach polskiego sportu*, <http://www.gazetaprawna.pl/forum/viewtopic.php?f=6&p=246383> [dostęp: 7.06.2015]) szacuje, że było ich aż 31 (autor ten bierze też pod uwagę kryterium zamieszkania, związków klubowych). Ostrożnie podchodzi do tych danych R. Wryk (*Olimpijczycy Drugiej Rzeczypospolitej*, Poznań 2015, s. 45, 50), co nie zmienia faktu, że na 309 olimpijczyków tej epoki (w przypadku pozostałych 18 nie udało się ustalić rodowodu terytorialnego) aż 102 urodziło się w Galicji... Wypada również dodać, że lwowiakiem był bodaj najbardziej uniwersalny sportowiec polski wszechczasów Waclaw Kuchar – szerzej np. J. Bryl, *Waclaw Kuchar*, Warszawa 1982; S. Zaborniak, *Z dziejów LKS „Pogoń” Lwów: Rodzina Kucharów (1880–1975)*, Rzeszów 2009.

⁷ Recenzentami publikacji byli Profesor Oksana M. Waceba, członek Olimpijskiej Akademii Ukrainy, oraz Iwan J. Jaremko, lwowski dziennikarz sportowy, historyk i archiwista. Na jednej z pierwszych stron znaleźć też można specjalne podziękowania autorów, kierowane pod adresem dyrektora Muzeum Cmentarz Łyczakowski Michaiła Nagaja. Wszystko to składa się na przydawaną temu przedsięwzięciu powagę – z tej perspektywy wydaje się ono efektem prac w pełni naukowych i, rzecz można, profesjonalnych.

⁸ Polska wersja tytułu tej, liczącej ledwie 64 strony publikacji, nie znalazła się na okładce książki, a skala obecności polszczyzny w zasadniczej jej części także nie upoważnia do przydawania pracy miana bilingwicznej. Stanowi natomiast asumpt (zresztą, jeden z wielu) do refleksji nad jej przeznaczeniem, właściwym adresem, celem, sensem etc.

tyczny, bo relatywnie łatwo wykorzystać ją w roli tematycznego przewodnika po nekropolii Łyczakowskiej. Pierwsze sześć stron (s. 4–9) zajmuje imienny, alfabetyczny wykaz nazwisk z numerem wskazującym odpowiednie pole na załączonej mapie/planie cmentarza oraz dokładny numer kwatery⁹. Całości pracy dopełnia bibliografia (s. 61–63) zawierająca 44 pozycje, w tym kilka (głównie polskich) stron internetowych oraz znane, poświęcone cmentarzowi na Łyczakowie prace profesora Stanisława Niciei.

Wiele z tych ogólnych nawet informacji na temat omawianej publikacji może przekonywać do jej naukowego charakteru; przygotował ją relatywnie liczny sztab specjalistów, książka zawiera bibliografię, poddana została fachowej recenzji stanowiącej z pewnością podstawę formalnej decyzji Rady Naukowej Lwowskiego Państwowego Uniwersytetu Kultury Fizycznej o zaakceptowaniu pracy do druku¹⁰. Wydaje się, że stanowi to w zupełności wystarczający powód, aby dokonać – adekwatnej do deklarowanej powagi publikacji – oceny *Поховання спортсивів*.

Nie jest to zadanie łatwe, biorąc pod uwagę, że trudno jednoznacznie określić „naukową tożsamość” publikacji. Wspomniane wcześniej aspekty pracy, jak jej forma, treści, przygotowanie autorów, ich deklaracje wreszcie, wysyłają w tym względzie niezbyt spójne sygnały. Nie chcę na tej podstawie wyciągać łaskawych dla autorów publikacji wniosków o interdyscyplinarności książki, a wstępnie zakładam jedynie, że mieścić się ona może w relatywnie nośnej subdyscyplinie turystyki kulturowej, tzw. tanatoutrystyki, i stanowi tematyczny przewodnik po Łyczakowskiej nekropolii. Wiele wskazuje jednakże, że cmentarny anturaż i oryginalna przez to przestrzeń narracji nie są w niej dominujące. Pomijam zupełny brak podstawowych nawet informacji o tym wyjątkowym przecież z wielu powodów cmentarzu. Milczenie w tym zakresie sprawiać może zupełnie mylne wrażenie, że oto nekropolia ta służyła niemal wyłącznie pochówkom zasłużonych polskich i ukraińskich sportowców... Jeśli w stwierdzeniu tym tkwi nieco ironii, to trudno jednakże pogodzić się z faktem, że peregrynacja szlakiem grobów wybitnych ludzi sportu nie jest historyczną wyprawą do specjalnie stworzonej onegdaj w obrębie cmentarza kwatery, części odmiennej od pozostałych, bo mieszczącej wspomniane pochówki. Fakt ich rozproszenia, widoczny doskonale na mapie (s. 10), pokazuje, że sportowa przestrzeń (mar-

⁹ Ostatnia informacja w tabeli podaje strony, na których znaleźć można biogram zmarłego i fotografię nagrobka. Przy wielu nazwiskach umieszczonych w tej tabeli znajduje się abrewiacja N/Z – informująca, że nagrobek się nie zachował. Niestety, w większości dotyczy to polskich nagrobków (8 kazusów).

¹⁰ Por. przypis 8. Oksana Waceba jest autorką monografii *Zarys historii ruchu sportowego na Zachodniej Ukrainie*, Iwanofrankowsk 1997 [Оксана Вацеба, *Нариси з истопії спортивного руху в Західній Україні*, Івано-Франківськ 1997], ss. 332 (w jęz. ukraińskim), a związane z tematyką sportową trzy prace I. Jareмки umieszczone zostały w bibliografii (s. 62). Na s. II (tuż po tytułowej), w krótkiej charakterystyce publikacji, wprost mówi się o jej naukowości. Tutaj też widnieje *imprimatur* Rady Naukowej z dnia 26.03.2015 r.

szruta) jest czystą inwencją autorów, a nie elementem, ilustracją historii Łyczakowskiej nekropolii...¹¹ Cmentarz jako taki schodzi w pracy na wyraźny margines także z tego powodu, że żadnej refleksji nie poświęcono charakterowi grobów, które – co prawda rzadko¹² – w jakiś symboliczny sposób nawiązują jednak do sportowych epizodów czy sportowego wymiaru życia osób pochowanych¹³. Jakie to ma znaczenie? Otóż na kolorowej okładce przewodnika/słownika (?) znajduje się kolorowa fotografia grobu Wiktora Czucarina (1921–1984), wybitnego ukraińskiego gimnastyka (biogram, s. 58). Słaba czytelność i wątpliwa jednoznaczność w identyfikacji sportowego charakteru już tylko tego poniekąd sztandarowego dla autorów publikacji pomnika zamazuje „tanatoturystyczną” tożsamość publikacji¹⁴. Dla jej oceny jako tematycznego przewodnika po cmentarzu pewne znaczenie ma także brak roztropnej koordynacji między mapą a zbiorem biogramów. Sądzić można, że bardziej przydatne okazać mogłoby się uporządkowanie biogramów wedle poszczególnych kwater cmentarza, zwłaszcza tych, w których nagrobki sportowców są z różnych powodów (głównie czasu pochówków) skumulowane, np. kwatery 1, 67, 4, 5, 56, 69¹⁵.

¹¹ Taką np., jak choćby tzw. „górką powstańców” 1863/1864 roku, kwatery uczestników powstania listopadowego, żołnierzy Kościuszki czy Napoleona. Por. S. Nicieja, *Cmentarz...*, s. 264–297. Łatwo wyobrazić sobie, że niebawem polscy turyści odwiedzający Łyczaków otrzymają przewodniki wiodące ich szlakiem grobów uczonych, lekarzy, prawników, artystów etc. Idea wydaje się poniekąd słuszna, gros racji tkwi jednak w jakości...

¹² Problem ten stanowi niezwykle ciekawe i ważne (choćby z punktu widzenia rozważań nad szeroko pojmowaną rolą i znaczeniem sportu) zagadnienie badawcze. Alegorie i metafory sportowe pojawiały się już w sztuce sepulkralnej starożytności, por. np. T. Wujewski, *Anatolian Sepulchral Stelae in Roman Times*, Poznań 1991, s. 38–51. W epoce, z której pochodzi gros polskich nagrobków na Łyczakowie (II połowa XIX i pocz. dekady XX wieku), sport nie był jeszcze kategorią identyfikującą zmarłego na tyle, aby znajdowało to odzwierciedlenie w charakterze pochówku (szerzej o tym wątku poniżej). Próżno zatem na Łyczakowie poszukiwać pełnych symboliki sportowej grobów podobnych tym, odnajdywanym choćby na Cmentarzu Wojskowym na Powązkach w Warszawie, który jest miejscem spoczynku wielu polskich olimpijczyków. Warto docenić w tym względzie nagrobki np. biegacza Zdzisława Krzyszkowiaka (1929–2003), wspaniałych lekkoatletów, Władysława Komara (1940–1998) i Tadeusza Ślusarskiego (1950–1998), wioślarza Teodora Kocerki (1927–1999), niezapomnianego Kazimierza Górskiego, szermierza Witolda Woydy, czy kulomiotki Kamili Skolimowskiej.

¹³ Do łyczakowskich wyjątków należy choćby grób Ludwika Ralskiego (w ukraińskim przewodniku, s. 43), lwowskiego entuzjasty sportów zimowych, który zginął pod śnieżną lawiną w Sławsku, w kwietniu 1931 r. Na nagrobku rodzina umieściła pełen symboliki relief narciarza. Szerzej: S. Nicieja, *Łyczaków...*, s. 211; tegoż, *Ogród snu i pamięci. Dzieje cmentarza Łyczakowskiego oraz ludzi tam spoczywających w latach 1786–2011*, Opole 2011, s. 172–173.

¹⁴ Muskularna, pomnikowa postać Czucarina z okładki przypomina raczej bohatera pracy socjalistycznej epoki ZSRR, a miniaturowy wymiar fotografii (nawet kolorowych) innych nagrobków utrudnia identyfikację obecności w nich jakichkolwiek symboli sportowych...

¹⁵ Oczywiście, problem znika, jeśli zwiedzanie ma wymiar wybitnie „punktowy”, tzn. w biografach wybieramy interesującą nas postać i odnajdujemy jej nagrobek na wspomnianej mapie/planie cmentarza. Problem polega jednak na tym, że np. poszukiwania polskich grobów utrudnia nieco fakt umieszczania polskich nazwisk (w indeksie nazwisk i zbiorze biogramów)

Nie wydają się być to jednak kwestie o prymarnym znaczeniu, szczególnie dla pasjonatów historii sportu, dla których istotnie priorytetem okazuje się poznanie w – co prawda – specyficznej formie dziejów tego lwowskiego. Taka konstatacja nabiera jednak wagi z punktu widzenia poszukiwania tożsamości ocenianej publikacji. Jej potencjalnym adresatem wydają się nie tyle koneserzy sztuki sepulkralnej, co raczej entuzjaści sportu w jego historycznym wydaniu. Do tego grona zresztą zaliczyć wypada autorów pracy, historyków, badaczy dziejów wychowania fizycznego i sportu (patrz nota 7 i 10). Tylko w takim kontekście pojawia się zgodność intencji i fachowego przygotowania twórców *Поховання спортсів*¹⁶. W ich założeniu, jak można sądzić, praca ma zaprezentować i przybliżyć specyficzne źródło do badań nad skomplikowaną historią sportu we Lwowie, źródło, przez pryzmat którego łatwiej dostrzec jego wyjątkowość i cechy charakterystyczne, np. złożoność pod względem narodowościowym (co wydaje się wyróżnikiem innym niż wielonarodowość)¹⁷. Temu celowi służy poniekąd wspomniany układ alfabetyczny biogramów (to część pracy dla wyżej zdefiniowanych odbiorców niewątpliwie najważniejsza!), w którym biografie na wskroś polskie przeplatają się z ukraińskimi. W pewnym sensie ma to wymiar symboliczny, bo różne przecieżyż zyciorysy, ilustrujące skomplikowane losy relacji polsko-ukraińskich, połączone zostały nicią niewykłą, umiłowaniam sportu i stojących za nim wartości¹⁸. Taki zamysł dobrze wpisuje się w szeroko pojmowane polsko-ukraińskie pojednanie, ale niekiedy ta szczytna skądinąd idea zamazuje prawdziwą historię sportu lwowskiego. Nie chodzi jedynie o to, że wcale niewnikliwy czytelnik biogramów (choć już nie tylko turysta!) odnieść może wrażenie, iż pewnym chichotem historii jest sytuacja, w której w zbiorze biogramów tuż obok siebie znajdzie biografię polskiego patrioty i aktywisty OUN lub UPA¹⁹... Osobiście najpewniej nie

w porządku alfabety ukraińskiego. Te na C, Ch, H, J, F, Ż znajdują się zatem nie tam, gdzie zwykły ich poszukiwać np. polski turysta...

¹⁶ Na wspomnianej już s. II zadeklarowano, że naukowość publikacji implikuje możliwości sięgania do niej przez specjalistów zainteresowanych (jednak!) historią wychowania fizycznego i sportu.

¹⁷ Warto wszakże zauważyć, że nawet przy tak specyficznym źródle i poniekąd oryginalnej perspektywie patrzenia na sport, próżno spodziewać się jego pełnego „cementarnego” obrazu choćby z tej przyczyny, że Łyczaków nie był i nie jest jedyną lwowską nekropolią... Por. np. P. Włodek, A. Kulewski, *Lwów. Przewodnik*, Pruszków 2006, s. 298–299 (o nieistniejącym cmentarzu Kulparowskim). Na temat cmentarza Janowskiego, założonego w 1883 r.: J. Wołczański, *Katalog grobów duchowieństwa i sióstr zakonnych obrządku łacińskiego i grekokatolickiego na Cmentarzu Janowskim we Lwowie*, „Nasza Przeszłość” 1997, 88, s. 255 i nn. Patrz też: Z. Hausner, *Podróże po cmentarzach Ukrainy – dawnej Małopolski Wschodniej*, t. 3: *Województwo lwowskie*, Kraków 2007. Wypada wreszcie zapytać o informacje o zniszczonych cmentarzach żydowskich...

¹⁸ Są to jedynie domysły czytelnika książki, który – poza ocenionym wyżej wymiarem praktycznym – poszukuje też szerszych, głębszych motywów powstania pracy. W żadnej jej części taka intencja nie została jednak wyrażona *expressis verbis*.

¹⁹ I tak np. *Поховання спортсів* (s. 46) „połączyły” ze sobą Kazimierza Soltyńskiego (1911–1971), założyciela i pierwszego prezesa Czarnych Lwów (1884–1944), z Michajłem Soroką,

oponowałbym wielce przeciw takiemu porządkowi, gdyby niegdysiejsi przeciwnicy polityczni spory o tym charakterze istotnie przenosili na areny sportowe i wyższości swych racji metaforycznie dowodzili na ówczesnych stadionach. Tymczasem na dziejach lwowskiego wychowania fizycznego i sportu silnie piętno odcisnęło genetyczne wiązanie ich z kwestiami narodowymi²⁰. Rzetelne badania historyków przekonują, że te polskie i ukraińskie działy się jakby obok siebie, zawsze z obu stron mocno, wręcz nierozzerwalny związek z problemami niepodległościowymi i narodowościowymi, pozostawały w niemal hermetycznej izolacji²¹. Na tej choćby podstawie próżno mówić, że książka stanowi symbol powrotu do jednego, lwowskiego sportu. Jeśli dodać, iż spora liczba nagrobków ukraińskich pochodzi z okresu po 1944 roku (blisko 60 na 75 wszystkich!), to należy niezwykle silnie podkreślić: stanowią one ilustrację zupełnie nowego, diametralnie innego od tego sprzed 1939 roku, rozdziału historii sportu nie tyle lwowskiego, co raczej „dziejącego się” we Lwowie...²²

członkiem OUN. „Zbliżyły” (s. 58–59) działacza polskiego „Sokoła” Adama Stoegbauera (1883–1916) i Romana Szuchewycza (1907–1950), dowódcę UPA, tak jakby sport miał nadzwyczajną moc zasypywania wszelkich podziałów.

²⁰ Dość powiedzieć, że 40 (*sic!*) biogramów z *Поховання спортсменів* dotyczy osób na różne sposoby związanych z założonym we Lwowie w 1867 r. Towarzystwem Gimnastycznym „Sokół” lub Towarzystwem Gimnastycznym „Orzeł Biały”...

²¹ Patrz np. S. Zaborniak, P. Król, *Pogranicze mniejszości narodowych: niemieckiej, ukraińskiej i żydowskiej w kulturze fizycznej w Polsce przed 1939 r.*, „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Kultura Fizyczna” 2013, t. 12, nr 1, s. 48: „Po przegraniu wojny domowej w latach 1918–1919 Ukraińcy alienowali do wewnątrz własnej społeczności w swoich zamierzeniach rozwijających kulturę fizyczną. Ukraińskie kluby sportowe zrzeszały się w swoich centralach sportowych, unikając kontaktów zarówno organizacyjnych, jak i sportowych z polskimi władzami sportowymi”. Zarejestrowany dopiero w roku 1924 Ukraiński Sportowy Związek aż do wybuchu wojny pozostawał poza strukturami sportu polskiego, rzadko „najlepsi ukraińscy sportowcy brali udział w zawodach rangi mistrzostw Polski” (tamże, s. 49–50). Żaden z nich nie reprezentował jednak Polski na Igrzyskach Olimpijskich. Por. M. Kałuski, dz. cyt. Piłkarska „Ukraina Lwów” przystąpiła do rywalizacji o mistrzostwo lwowskiego OZPN dopiero w 1928 r., choć rozgrywki te toczono od 1920 roku... Por. A. Gowarzewski, dz. cyt., s. 15–16. Szerzej o całym problemie: S. Zaborniak, *Kultura fizyczna ludności ukraińskiej na ziemiach polskich (1868–1939)*, Rzeszów 2007.

²² Na 79 nagrobków Polaków tylko dwa (Tadeusza Hoelfingera i Jana Rusieckiego, s. 21 i 45) pochodzą z okresu przed 1939 r. Sport lwowski po 1944 r. nie był zatem „wielonarodowościowy” choćby z tego względu, że nie współtworzyli go już Polacy. O ich dramatycznych losach po 1939 i po 1944 r. patrz np.: E. Jaworski, *Lwów – losy mieszkańców i żołnierzy Armii Krajowej w l. 1939–1956*, Pruszków 1999; A. Fastnacht-Stupnicka, *Zostali we Lwowie*, Wrocław 2010; S. Makarczuk, *Ewakuacja Polaków ze Lwowa w latach 1944–1946*, „Klio” 2001, 1, s. 110–122; L. Mazepa, *Polacy na Ukrainie po II wojnie światowej*, [w:] W. Bonusiak (red.), *Polska i Ukraina po II wojnie światowej*, Rzeszów 1998, s. 41–57; A. Matiuchina, *W sowieckim Lwowie. Życie codzienne miasta w latach 1944–1990*, Kraków 2000; E. Treła-Mazur (red.), *Powojenne losy inteligencji kresowej*, Opole 2007; A. Sudół (red.), *Sowietyzacja Kresów Wschodnich II Rzeczypospolitej po 17 września 1939*, Bydgoszcz 1998; W. Pawluczuk, *Ukraiinizacja Lwowa*, „Odra” 1997, 37, 6, s. 8–15; W. Bonusiak, *Ludność Lwowa podczas II wojny światowej*, „Zeszyty Naukowe WSP w Rzeszowie: Historia” 1995, 5, s. 215–230. Patrz także

Wydaje się, że wyjaśnienie właściwego charakteru deklarowanego parytetu (75 biogramów ukraińskich, 79 polskich) pozwoliłoby uniknąć zarzutu pewnej ahistoryczności. Sporej liczbie wątpliwości, pytań, anachronizmów wreszcie kres położyłoby pomieszczenie w *Поховання спортсів* nawet najkrótszego, rzetelnego wprowadzenia historycznego²³. Wykreowanie takiego *résumé* nie wymaga bynajmniej rozległej lektury, złożonej kwerendy w literaturze, poszukiwań w prasie etc. Jeśli autorzy istotnie zamierzali ukazać dzieje sportu lwowskiego przez pryzmat cmentarza Łyczakowskiego, to zebrane przez nich, a obecne w publikacji informacje, poddane niezwykle prostej analizie, w zupełności wystarczyć mogą do stworzenia encyklopedycznej wręcz syntezy historii lwowskiego sportu. W roli jej ersatzu satysfakcjonująca mogłaby okazać się nawet forma tematycznych tabel. Istotną wśród nich powinna być ta, za pomocą której relatywnie łatwo „wyjaśniać” np. zasygnalizowaną wyżej chronologiczną dysproporcję nagrobków. Tych polskich, prezentowanych przez samych autorów w języku polskim, datowanych jeszcze na wiek XIX, jest aż 11. Formuła tabeli nie wymusza daleko idących interpretacji tych danych i konstruowania sądów np. o czasowym pierwszeństwie rozwoju sportu polskiego we Lwowie... Wiele „mówiąca”, bez wyrażania jednak jakichkolwiek opinii *expressis verbis*, byłaby też tabela z wykazem nagrobków znajdujących się w kwaterach wojskowych (aż dziewięciu polskich sportowców pochowanych zostało na Polskim Cmentarzu Wojskowym²⁴). Treści samych epitafiów wystarczyłyby również, aby kolejną tabelę poświęcić różnym statusom pochowanych (polskie nagrobki wzniesiono przedstawicielom lwowskich elit, prawnikom, lekarzom, bankierom, artystom, pisarzom, nauczycielom, urzędnikom itp.²⁵).

Źródło moich supozycji tkwi naturalnie i przede wszystkim w braku roztropnego wstępu do *Поховання спортсів*. To znaczące zaniechanie pozbawiło autorów szansy na wyrażenie własnych intencji, celów, zamierzeń, motywów, prezentacji metod pracy, zdefiniowania adresata/czytelnika, krótko

(pod kątem losów samych sportowców): M. Ordyłowski, *Tradycje kultury fizycznej we Wrocławiu*, „Wychowanie Fizyczne i Sport” 1999, 43, 1–2, s. 59–67; L. Gondek, *Sport polski na kresach wschodnich oraz na szlaku tułaczym i bitewnym II wojny światowej*, [w:] B. Kunicki, B. Woltmann (red.), *Z dziejów kultury fizycznej. Księga dedykowana Profesorowi J. Gajowi z okazji 65 rocznicy urodzin*, Gorzów Wielkopolski 1996, s. 107–110.

²³ Na s. 3 znajduje się dosłownie kilkudzaniowy wstęp ograniczony jednak do technicznych uwag na temat korzystania z wykazu imiennego sportowców pochowanych na Łyczakowie.

²⁴ *Поховання спортсів*, s. 23, 32–33, 41, 44–45, 47, 57, 59.

²⁵ Widoczne w tym względzie dysproporcje wobec nagrobków ukraińskich wyjaśnia, w ograniczony sposób, „oblicze narodowościowe Cmentarza Łyczakowskiego”, na którym w 1921 r. katolickie stanowiły 51,3% wszystkich pochówków, a w 1932 aż 65%. Por. S. Nicieja, *Cmentarz...*, s. 15–16. Znakomitym przykładem tego, w jaki sposób porządkować i interpretować dane biograficzne sportowców, jest praca R. Wryka, dz. cyt., s. 43–119, w której niezwykle istotny komentarz do zbioru biografii (z podtytułem „Zarys biografii zbiorowej”) jest w zasadzie kluczem do zrozumienia istoty tej pozornie encyklopedycznej książki.

mówiąc – wyartykułowania wszystkiego, co stanowi zwykle o tożsamości publikacji. Wobec braku tej rangi introdukcji rolę najważniejszego „wprowadzenia” zdaje się odgrywać informacja (ledwie 6 zdań, co wydaje się wręcz irracjonalne z punktu widzenia podejmowanych treści!) umieszczona na ostatniej stronie, właściwie na okładce książeczki. W bardzo ograniczonej formule autorzy odnieśli się w niej do tak istotnej kwestii, jak kryteria doboru prezentowanych w zbiorze biogramów. Wedle autorów, w pracy znalazły się „biogramy ludzi, w których życiu sport i kultura fizyczna zajmowały ważniejsze miejsce niż zawód i hobby”. Ta raczej literacka formuła wyrażenia warunków i wymagań nie jest ani precyzyjna, ani klarowna. W pewien sposób brak jednoznaczności w tym względzie wynikać może z wielopłaszczyznowej, złożonej natury sportu, który z odmiennych powodów można z różnym zaangażowaniem uprawiać, uczestniczyć w nim, organizując i wspierając go, albo też w roli biernego kibica darzyć go tylko sympatią. Jeśli jednak w tytule pracy pada określenie „Groby sportowców”, to u czytelnika może pojawiać się subtelny dysonans poznawczy. Dotyczy to zwłaszcza okresu XIX i początków XX w., kiedy raczkujący na ziemiach polskich sport nie był cechą konstytutywną w biografiami zaangażowanych w jego rozwój ludzi. Jak już wspomniano, sport nie wywarł wówczas (długo później też tego nie czynił) żadnego wpływu ani na charakter nagrobków²⁶, ani na treści umieszczonych na nich epitafiów²⁷. Wydaje się, że rozwiązaniem kompromisowym mogło być wprowadzenie i operowanie pojęciem znacznie bardziej ogólnym i w pewnym sensie spolegliwym, np. „ludzie sportu”²⁸. Nie zmienia to stanu pewnej konfuzji myśli korzystającego z *Похо-*

²⁶ Symptomatyczne, że nagrobek prezesa Lechii Lwów i jednocześnie wziętego lwowskiego rzeźbiarza specjalizującego się w sztuce sepulkralnej, Ludwika Tyrowicza (1831–1930), także pozbawiony jest akcentów sportowych. Por. S. Nicieja, *Ogród...*, s. 452; *Поховання спортовців*, s. 51.

²⁷ Należy przecież pamiętać, że w każdej ze wspomnianych wyżej relacji „człowiek–sport” siła, skala i natężenie tych związków bywają różne (stałe, incydentalne, uczuciowo-emocjonalne, oficjalne etc). Stąd rodzi się pytanie, czy *Поховання спортовців* to miejsce właściwe na przykład dla budowniczego kompleksu obiektów sportowych (s. 11), albo autorów tekstów i melodii do pieśni, hymnów sportowych (s. 34, 54, 60). Zbyt szczupłe informacje mogą rodzić wątpliwości wobec postaci Jeana Gaertnera (s. 21) czy Mieczysława Ładosia (s. 33), o którym wiadomo jedynie, że był harcerzem, a zginął we wrześniu 1939 r. Więcej „sportowych” informacji o polskim skaucie nie przekazuje też S. Nicieja, *Ogród...*, s. 360; tegoż, *Łyczaków...*, s. 467, choć wiadomo, iż w polskim skautingu do wychowania fizycznego przykładano dużą rolę – por. np. I. Kozimała, *Lwowska Chorągiew Harcerzy ZHP w latach 1921–1939*, Przemyśl 2007, *passim*.

²⁸ Być może warto było dokonać też pewnego podziału biogramów, w którym kryterium stać się mogła owa relacja wobec sportu, np. czynni sportowcy (*Поховання спортовців*, s. 11, 16, 18, 22, 23, 32, 40, 41, 43, 45, 47, 50, 54, 56–57) i postaci na inne sposoby związane ze sportem (np. prezesi klubów, dziennikarze sportowi itd.). Byłych aktywnych sportowców jest więcej po stronie ukraińskiej, bo młodsze pochówki pokazują odmienny etap rozwoju sportu (np. jego postępującej profesjonalizacji).

вання спортсивів, który stając przed konkretnymi nagrobkami dowiaduje się, że Ludwik Christelbauer (s. 55) był przede wszystkim wybitnym inżynierem i architektem, zaś Karol Epler wice-, a Józef Neumann (s. 25, 40) prezydentem Lwowa... Wrażenie to wzmacnia posilkowanie się – zwłaszcza przez polskiego czytelnika – znanymi monografiami S. Niciei, w których identyfikacja postaci bywa zupełnie inna niż w pracy redagowanej przez E. Prystupę²⁹.

Znacząca niekompatybilność – eufemistycznie rzecz nazywając, gdyż jej konsekwencje wydają się dużo bardziej znaczące – pojawia się także w biografiach Karola Marcinkowskiego (s. 37), Stanisława Mianowskiego (s. 38) oraz Ludwika Christelbauera (s. 55). O pierwszym z nich autorzy *Поховання спортсивів* napisali (w języku polskim), że był „uczestnikiem pierwszego meczu piłkarskiego we Lwowie pomiędzy młodzieżowymi reprezentacjami Krakowa i Lwowa 14 lipca 1894 w ramach II Zlotu Sokolego w Parku Stryjskim”. Poniżej jednak, już w języku ukraińskim, pojawia się informacja subtelnie różna: „uczestnik pierwszego pokazowego meczu w historii ukraińskiego futbolu między drużynami Lwowa i Krakowa, który miał miejsce 14 lipca 1894 roku na stadionie w Parku Stryjskim [tłum. D.S.]”. Trzykrotnie zatem (wobec Mianowskiego oraz Christelbauera także) została powtórzona informacja niepełna (bez uwagi o zlocie polskiego „Sokoła”) i mijająca się z prawdą w ocenie tego wydarzenia jako progowej cezury w historii ukraińskiej piłki nożnej! O ile trudno kwestionować rolę Lwowa także jako matecznika ukraińskiego sportu³⁰, o tyle trudno przejść do porządku nad swego rodzaju zawłaszczaniem wydarzenia immanentnie wpisanego w dzieje polskiej piłki

²⁹ Np. Ernest Adam (*Поховання спортсивів*, s. 11), został przedstawiony jako działacz sportowy, ale u Niciei (*Ogród...*, s. 264) postać ta pojawia się jako prawnik i polityk. Podobnie rzecz wygląda np. w biografiach Jana Dobrzańskiego (*Поховання спортсивів*, s. 24; S. Nicieja, *Ogród...*, s. 293–294). Bywają i sytuacje odwrotne. U Niciei (*Ogród...*, s. 315) mowa jest o Stanisławie Grossmanie jako działaczu „Sokoła”, a jego biogramu brakuje w *Поховання спортсивів*. To samo dotyczy Kazimierza Hemerlinga, Władysława Konopaska, Jana i Mieczysława Lerskich, Edmunda Loefflera, Stefana Oczosalskiego, Leonarda Stahla (S. Nicieja, *Ogród...*, s. 319, 341, 354–355, 358–359, 389, 429, patrz też inne pominięte w ukraińskiej publikacji biografie: tamże, s. 384, 432, 435, 463, 472). Wydaje się, że bez wielkiego trudu można było zadbać o kompatybilność zestawu biografii z publikacji Niciei i ocenianej pracy. Klasyczne zaniechania autorów *Поховання спортсивів* dotyczą reprezentantów dyscyplin najstarszych (jeździectwa i hodowli koni sportowych) oraz najnowszych (lotnictwa i sportów motorowych). Por. np. R. Wasztyl, *Na konnym szlaku kresowym Tarnopol–Lwów*, „Studia Humanistyczne” 2008, 8, s. 19–40; S. Nicieja, *Cmentarz...*, s. 328, 338. A. Kurek, *Pierwsze lwowskie stowarzyszenia motocyklowe i automobilowe*, [w:] K. Karolczak, Ł.T. Sroka (red.), *Lwów: miasto, społeczeństwo, kultura*, t. 7: *Urzędy, instytucje*, Kraków 2010, s. 439–447; Z. Sikorski, *Lotniczy Lwów*, „Semper Fidelis” 1994, 2, <http://www.lwow.home.pl/semper/lotniczy.html> [dostęp: 12.03.2016]).

³⁰ Np. S. Nicieja, *Lyczaków...*, s. 45.

nożnej³¹. Nie ulega wątpliwości, że to znaczący zgrzyt w zakładanym pojed-
nawczym charakterze publikacji³².

Nawet jednak przemyślnie skrywanie „aktu zawłaszczenia” nie powinno nakazywać totalnej wstrzemięźliwości wobec deklarowanej (pośrednio) intencji całej publikacji. Próżno przecież kwestionować wspomniane gesty (liczniejsze wobec ukraińskich biogramy polskich sportowców, sama obecność języka polskiego) i nie doceniać przekonania, nawet jeśli wydaje się ono nieco naiwne, że sport jedynie łączy. Pospołu powinny one stać się zaczynem dla wspólnych, rzetelnych polsko-ukraińskich przedsięwzięć naukowych, które w efekcie przyniosą wreszcie monografię historii sportu we Lwowie do 1939 roku³³. Roztropność takiej syntezy powinna jednak opierać się, jak można sądzić, na relatywnie wyraźnym artykułowaniu narodowościowego charakteru lwowskiego sportu (lwowskich sportów?). Nie powtarzam zatem apelu, który najpewniej pojawiał się już po wielekroć, bo próbuję nieco inaczej określać cele dialogu. Bez ich redefinicji w relacjach polsko-ukraińskich, w pakiecie problemów do rozwiązania, tkwić będzie ciągle zadra o znaczeniu wobec innych pewnie nieprymarnym, ale dość dokuczliwym, społecznie nośnym, bo mierzonym pokazną liczbą pasjonatów i entuzjastów sportu. Istnieją już ku takiemu

³¹ Mecz ten na trwale wpisał się w annały polskiego futbolu i brakuje poważnych argumentów, aby kwestionować na wskroś polski charakter tego wydarzenia. Por. np. H. Duda, *W poszukiwaniu źródeł futbolu polskiego i ukraińskiego*, „Trener” 2012, 3, s. 16–23; tegoż, *Piłka nożna galicyjska – czyli u źródła futbolu polskiego i ukraińskiego*, „Sport Wyczynowy” 2012, 1, s. 120–131; J. Krzysztofowicz, *Zarys dziejów piłki nożnej we Lwowie w latach 1894–1943*, „Słupskie Prace Humanistyczne” 1995, 14a, s. 159–188; R. Wasztyl, *U źródeł polskiego piłkarstwa*, „Acta Scientifica Academiae Ostroviensis. Zeszyt Naukowo-Metodyczny Wydziału Wychowania Fizycznego” 2006, 22, s. 5–14; tegoż, *Początki piłki nożnej i sportu szkolnego w Polsce*, „Wychowanie Fizyczne i Sport” 1990, 34, 2, s. 77–92; A. Gowarzewski, dz. cyt., s. 13. Dosadniej niż zawłaszczeniem rzecz nazywa wcale nieanonimowy Internet (zob. <http://www.kresy.pl/wydarzenia,spoleczenstwo?zobacz%2Fukraincy-kradna-historie-polskiej-pilki-noznej-klamliwy-napis-na-pomniku-we-lwowie-foto> [dostęp: 29.05.2016]), spontanicznie i emocjonalnie reagujący na zupełnie niedawne pojawienie się w lwowskim Parku Stryjskim pomnika z ukraińskim napisem: „W tym miejscu 14 lipca 1894 roku lwowski «Sokół», pokonując piłkarską drużynę Krakowa, zapoczątkował historię ukraińskiej k i e g o f u t b o l u”. Por. M. Kałuski, dz. cyt.

³² Łatwiej chyba przemilczeć istotne luki w bibliografii pracy (zwłaszcza jeśli chodzi o relatywnie nowe leopolitana polskich historyków sportu [patrz niżej]), pogodzić się z lakonicznością polskich biogramów i wybaczyć potknięcia językowe w polszczyźnie publikacji...

³³ Istnieje nieopublikowana dotąd praca doktorska (M. Łukaszek, *Kultura fizyczna mieszkańców Lwowa w latach 1867–1914*, Rzeszów 2011, ss. 449), której zakres merytoryczny i chronologiczny nie czyni z niej pełnej syntezy problemu. Tymczasem pojawiają się takie lwowskie *curiosa*, jak A. Kozycyjk, S. Błostockij, *Szemrany świątek starego Lwowa*, Warszawa 2006; J. Winnyczuk, *Knajpy Lwowa*, Warszawa 2008. Swych monografii doczekało się lwowskie kino (B. Gierszewska, *Kino i film we Lwowie do 1939 roku*, Kielce 2006), teatr (np. B. Maresz, M. Szydłowska, *Repertuar Teatru Polskiego we Lwowie, 1886–1894*, Kraków 1993), a nawet lwowski batiar (U. Jakubowska, *Mit lwowskiego batiara*, Warszawa 1998).

rozwiązaniu pewne przyczółki zbudowane przez każdą ze stron samego dyskursu i potencjalnego przedsięwzięcia (choć nie wedle reguł parytetu)³⁴. Dostrzegać je można choćby we wspólnych konferencjach i publikacjach, których echa, jak można sądzić po *Поховання спортсівів*, ciągle nie docierają jednak do właściwych adresatów...³⁵ Warto zatem przyjrzeć się cytowalności tych tekstów w pracach ukraińskich badaczy! Wydaje się, że dotychczasowy dialog często sprowadza się do wygłaszania kwestii, które słuchane są przez niewielu... Staną się one bodaj lepiej słyszalne (dyskutowane, roztrząsane, rozpoznawane wreszcie), jeśli wyraźniej, w roli swego rodzaju katalizatora, pojawi się w nich wątek narodowościowy, ukazany w rozmaitych kontekstach i na szerokim tle historycznym.

Nie czas i miejsce, aby dokonywać odpowiedzialnej i wnikliwej oceny po-
 każnego już dorobku polskich historyków w zakresie badań nad historią sportu

³⁴ Uboga w prace polskie bibliografia *Поховання спортсівів* (s. 61–63) zawiera jednak 15 publikacji ukraińskich z okresu 1991–2012, traktujących o sporcie lwowskim. Ciekawie wyglądają badania nad historią sportu w Drohobycz, np. Б. Лазорак, *Епізоди із спортивної хроніки Дрогобича 20-х – 30-х рр. XX ст.*, „Res Historica” 2014, 37, s. 139–158; tegoż, *Спортивна хроніка „міжвоєнного Дрогобича”*, „Дрогобицький краєзнавчий збірник” 2014, 17–18, s. 314–340; С. Кобільник, *Спорт в Дрогобичі, Дрогобиччина – земля Івана Франка*, t. 1, Нью Йорк – Париж – Сідней – Торонто 1997; Р. Пастух, *Лицар українського футболу Костянтин Кіцила*, Дрогобиччина – земля Івана Франка, t. 4, Дрогобич 1997, s. 341–345. Wszystko to wskazuje na pewne ożywienie studiów nad tą tematyką w historiografii ukraińskiej i zawsze możliwy efektywny dialog.

³⁵ Por. np. Cz. Michalski, *Narodziny nowoczesnego sportu we Lwowie*, [w:] *Львів: історія – населення – культура. Тези доповідей та повідомлень українсько-польської наукової конференції*, Львів 1994; tegoż, *Akademickie organizacje wychowania fizycznego, sportu i turystyki na przelomie XIX i XX w. we Lwowie*, [w:] *Льбів: місто – суспільство – культура. Збірник наукових праць*, t. 3, Львів 1999; tegoż, *Прекursorzy wychowania fizycznego i sportu wśród lekarzy Lwowa i Krakowa w XIX i na początku XX wieku*, [w:] *Льбів: місто – суспільство – культура. Збірник наукових праць*, t. 6, рэд. О. Аркуші, М. Мудрого, Львів 2007, s. 411–418. Patrz też S. Zaborniak, *Powstanie i działalność ukraińskich klubów sportowych w Galicji i na Kresach Wschodnich II RP (1909–1939)*, „Вісник Прикарпатського Університету. Серія: Фізична Культура” 2006, 2, s. 13–22; tegoż, *Українські актиw sportowy i kadra szkoleniowa kultury fizycznej w Polsce w latach 1919–1939*, „Спортивна Наука України” 2011, 7, 40, s. 3–24; tegoż, В. Mytskan, *Українські клубы sportowe (1900–1939 r.)*, „Вісник Прикарпатського Університету. Серія: Фізична Культура” 2015, 21, s. 16–24. Warto dodać, że – poza wymienionymi – Cz. Michalski jest autorem przynajmniej 11 innych znanych mi sportowych leopolitanów publikowanych w Polsce. Mimo to, próżno szukać jego nazwiska w *Поховання спортсівів*. Jeszcze bardziej zadziwiające jest to, że w przywołanym zestawieniu literatury nie ma publikacji S. Zaborniaka (inne sportowe leopolitana tego historyka to ok. 20 samodzielnych, autorskich publikacji, współautorskie zaliczam do wspomnianych w przypisie poniżej), doktora honorowego Uniwersytetu Lwowskiego (*sic!*), por. K. Obodyński, K. Kubala, *Lwowski doktorat honoris causa prof. UR dra hab. S. Zaborniaka*, „Gazeta Uniwersytecka” 2010, 2, 61, s. 25–26. Równie zaskakujące jest pominięcie ok. 13 prac R. Wasztyła.

we Lwowie³⁶. Wydaje mi się jednak, że rodzima historiografia problemu charakteryzuje się wykorzystywaniem w roli kategorii badawczej przede wszystkim topografii, obszaru. Ta perspektywa wyraźnie dominuje nad innymi, bo z rzadka, choćby w samych tytułach pojawia się – znaczone przymiotnikiem „polski” – wymiar etniczny, narodowościowy sportu (nawet jeśli cezury badań zamykają się w lepiej rozpoznanym okresie międzywojnia)³⁷. Nie oznacza to braku swego rodzaju asertywności badawczej, ale zbyt daleko idąca spolegliwość wobec tych kwestii po prostu skutecznie zamazuje pełnię obrazu sportu lwowskiego³⁸. W piśmiennictwie dotyczącym sportu na obszarach Wschodniej Małopolski³⁹ istnieje poza tym nie do końca zrozumiały brak równowagi. Oto liczba prac (monografii i artykułów) dotyczących historii sportu ukraińskiego w granicach II RP – z wyartykułowanym etnicznym wymiarem i charakterem tegoż – wydaje się niewspółmiernie duża w relacji do tekstów traktujących o niewątpliwie polskim sporcie na terenach dzisiejszej Zachodniej Ukrainy przed 1939 rokiem.

Tymczasem w polskiej historiografii sportu dość pokaźnie prezentuje się dorobek w zakresie rozgraniczania, etnicznego wyróżniania zwłaszcza dziejów sportu polskiego i niemieckiego. Ogromne zasługi na tym polu położył zwłaszcza T. Jurek⁴⁰. Badania te rozwijają również inni badacze, co przekonuje, że za-

³⁶ Dość wnikliwa kwerenda biblioteczna pozwala mi odpowiedzialnie szacować skalę tego nurtu badawczego na ok. 65 publikacji (poza wymienionymi wcześniej lub tylko wspomnianymi, zwłaszcza w przypisie 35). W sumie dorobek ten zamyka się w ponad setce prac, w znakomitej większości artykułów naukowych.

³⁷ Nieliczne wyjątki stanowią prace wymienione w przypisie 6. O dziwo, podobnymi kategoriami „przestrzeni”, choć pewnie z nieco innych powodów, posługuje się spora część znanej mi literatury ukraińskiej...

³⁸ Nie chodzi tu bynajmniej o ciągoty ku zawłaszczaniu i monopolizowaniu czegokolwiek. Skoro jednak stać nas na dostrzeżenie i artykułowanie roli Austriaków w sporcie lwowskim (np. E. Roszkowska, *Austriackie środowiska wojskowe a powstanie i rozwój narciarstwa w Galicji (1891–1914)*, „Folia Turistica” 2008, 19, s. 75–90), to dziwnym okazuje się rodzaj skromności, wstrzemięźliwości w odniesieniu do wkładu Polaków.

³⁹ Nie dziwi w nim szczegółowość i swego rodzaju detaliczność wielu publikacji. Rzetelne eksploracje w tym zakresie mogły się rozpocząć dopiero po 1989 roku. Powoli przychodzi jednak chwila, w której ilość powinna przekształcać się w jakość, tzn. studia szczegółowe, naturalny wstęp do uzyskania szerszej perspektywy, należy traktować jako bazę do rychłej syntezy.

⁴⁰ Patrz np. *Kultura fizyczna mniejszości niemieckiej w Polsce (1918–1939) w świetle najnowszych badań*, [w:] L. Szymański, Z. Schwarzer (red.), *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. 2, Wrocław 1996, s. 87–94; tegoż, *Tradycje niemieckiej kultury fizycznej na ziemiach polskich w XIX w.*, [w:] B. Woltmann (red.), *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. 4, Gorzów Wielkopolski 2000, s. 45–54; tegoż, *Kultura i sport w działalności mniejszości niemieckiej w II Rzeczypospolitej*, [w:] E. Małolepszy, M. Ponczek (red.), *Z dziejów kultury fizycznej w Polsce i wśród Polaków na obczyźnie w latach 1918–1939*, Częstochowa 2001, s. 99–107; tegoż (red.), *Kultura fizyczna mniejszości niemieckiej w Polsce w latach 1918–1939*, Gorzów Wielkopolski 2002, ss. 332; tegoż, *Sport niemiecki w Polsce*, [w:] T. Jurek (red.), *Studia z dziejów kultury fizycznej. Księga wydana z okazji 70. rocznicy urodzin Profesora B. Woltmanna*, Gorzów Wielkopolski 2002, s. 575–591; tegoż, *Z problematyki badań nad*

gadnienie sportu i kultury fizycznej mniejszości narodowych przed 1918 r. i w II RP od wielu lat nie jest bynajmniej w polskiej historiografii sportu żadnym tabu. Skomplikowana historia państwa polskiego sprawiła, że stajemy się poniekąd specjalistami w zakresie studiów nad sportem mniejszości narodowych⁴¹. Potrafimy też badać sport polskiej mniejszości poza granicami Polski⁴². Najważniejszy wydaje się jednak fakt, iż w tych (niekiedy równie skomplikowanych jak polsko-ukraińskie) relacjach mamy odwagę – bez szkody dla żadnej ze stron dyskursu – podejmować wątki niekiedy drażliwe, kłopotliwe i trudne⁴³. Choć sporo, jak można sądzić, jest jeszcze w tych kwestiach do zrobienia, to efekty tych badań nie budzą już wielkich emocji. Gdyby początkująca ukraińska historiografia sportu zrazu tylko w ograniczonej skali korzystała nie tylko z polskich doświadczeń w tym względzie⁴⁴, to wydaje się, że poszukiwanie konsensu w postaci wspólnej monografii dziejów sportu lwowskiego stanie się po prostu ła-

dziejami kultury fizycznej mniejszości narodowych w Drugiej Rzeczypospolitej, [w:] T. Rychta, J. Chelmecki, *Wkład nauk humanistycznych do wiedzy o kulturze fizycznej*, t. 1: *Historia kultury fizycznej (studia i szkice)*, Warszawa 2003, s. 31–36; tegoż, *Analiza stanu badań nad dziejami kultury fizycznej mniejszości narodowych w Drugiej Rzeczypospolitej*, [w:] L. Nowak (red.), *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. 6, Gorzów Wielkopolski 2004, s. 583–589; tegoż, *Udział Niemców w rozwoju sportu w Polsce (1918–1939)*, [w:] *Przełomy w historii. Pamiętnik XVI Powszechnego Zjazdu Historyków Polskich*, t. 3, cz. 3, Toruń 2004, s. 391–397; tegoż, *Kultura fizyczna ludności niemieckiej na ziemiach polskich (1815–1939)*, [w:] T. Jurek, K. Obodyński, S. Zaborniak (red.), *Szkice i studia z dziejów kultury fizycznej: księga wydana z okazji 75. rocznicy urodzin Prof. B. Woltmanna*, Rzeszów 2007, s. 311–323; tegoż, *Kultura fizyczna mniejszości niemieckiej na Górnym Śląsku*, [w:] M. Ponczek, K.H. Schodrok (red.), *Z dziejów kultury fizycznej na Śląsku*, t. 1: *Rozwój kultury fizycznej na Śląsku w latach 1919–1989*, Katowice 2009, s. 182–194.

⁴¹ Np. J. Chelmecki, *Rozwój ukraińskich organizacji sportowych na terenach Małopolski Wschodniej w latach 1884–1939*, „Roczniki Naukowe AWF Warszawa” 2004, 43, s. 73–86; T. Drozdek-Małolepsza, *Sport kobiet mniejszości narodowych w Polsce w latach 1919–1939*, „Prace Naukowe Akademii im. J. Długosza w Częstochowie. Kultura Fizyczna” 2009, z. 8, s. 75–88, S. Zaborniak, P. Król, dz. cyt., s. 41–57; E. Małolepszy, T. Drozdek-Małolepsza, *The state of research on the history of Jewish minority sports in Poland in the interwar period*, „Scientific Review of Physical Culture” 2013, 3, 2, s. 65–82.

⁴² Np. T. Jurek (red.), *Kultura fizyczna mniejszości polskiej w Niemczech*, Gorzów Wielkopolski 2012, ss. 125.

⁴³ T. Jurek, *Polska, niemiecka, czeska czy śląska kultura fizyczna? Próba podsumowania – refleksje nad wspólnymi badaniami*, „Prace Naukowe Akademii im. J. Długosza w Częstochowie. Kultura Fizyczna” 2013, t. 12, nr 1, s. 21–32; tegoż, *Patriotyzm czy narodowy szowinizm? Z dziejów niemieckiej kultury fizycznej w Polsce*, [w:] L. Nowak (red.), *Z najnowszej historii kultury fizycznej w Polsce*, t. 7, Gorzów Wielkopolski 2006, s. 645–652; tegoż, *Patriotyczne aspekty rozwoju sportu mniejszości narodowych w Polsce do 1939 roku na przykładzie ludności niemieckiej*, [w:] J. Chelmecki (red.), *Spoleczno-edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpiizmu. Wychowanie patriotyczne przez sport*, t. 2, Warszawa 2007, s. 107–111.

⁴⁴ Znakomitym przykładem poszukiwania porozumienia i modelowym narzędziem jego osiągania wydaje się praca B. Blecking, L. Peiffer, R. Traba (red.), *Vom Konflikt zur Konkurrenz. Deutsch-polnisch-ukrainische Fußballgeschichte*, Göttingen 2014, ss. 287.

twiejsze. Sądzić można, że powstanie takiej syntezy (syntez?) nie zwolni polskich historyków od asertywnego baczenia na, najpewniej nie do końca przemyślane, często politycznej natury „zabiegi”, które mają niewiele wspólnego ani z obopólnym zrozumieniem racji, ani z poważnym dialogiem, ani też z prawdą. W innym przypadku rolę „strażnika obiektywizmu” przejmie nie zawsze sprawiedliwy Internet...

Поховання спортсів на Личаківському кладовищі z pewnością nie kreują modelu badań nad dziejami sportu we Lwowie. Co najwyżej, po raz kolejny pokazują jak trudno stworzyć właściwy dla nich wzorzec (jeśli jest on istotnie potrzebny...). Ten oparty na eksploracji sportu w określonej przestrzeni – w przypadku *Поховання спортсів* miejsca symbolicznego – chyba nie do końca się sprawdził. Niezwykle trudno rozstrzygać, czy ta reasumpcja powinna stanowić zachętę do refleksji nad stanem i kondycją dorobku polskich historyków sportu, których leopolitana bardzo wyraźnie zdominowane są „operowaniem kategorią obszaru”...

Ewa MALCHROWICZ-MOŚKO*
Izabela WYSZOWSKA**

Sprawozdanie z VII Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej „Turystyka w Humanistycznej Perspektywie” nt. „Inspiracje sportem w turystyce kulturowej” 28–29 września 2016 r., Biskupice Wielkopolskie

W dniach 28–29 września 2016 roku w Biskupicach Wielkopolskich niedaleko Poznania odbyła się VII Ogólnopolska Konferencja Naukowa z cyklu „Turystyka w Humanistycznej Perspektywie”, pod hasłem „Inspiracje sportem w turystyce kulturowej”. Organizatorem wydarzenia była Katedra Humanistycznych Podstaw Turystyki i Rekreacji Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu.

Oficjalny patronat nad konferencją objęli: Jego Magnificencja Rektor AWF w Poznaniu dr hab. prof. AWF Dariusz Wieliński, Przewodniczący Polskiej Akademii Olimpijskiej prof. dr hab. Józef Lipiec oraz Marszałek Województwa Wielkopolskiego Marek Woźniak. Przewodniczącym Komitetu Naukowego był dr hab. prof. AWF Marek Kazimierzczak (Kierownik Katedry Humanistycznych Podstaw Turystyki i Rekreacji AWF w Poznaniu). Nad przebiegiem konferencji czuwał zespół pracowników Katedry: dr Ewa Malchrowicz-Mośko (sekretarz konferencji), dr Izabela Wyszowska, dr Joanna Poczta, Jolanta Żeligowska.

Komitet Naukowy tworzyli: prof. dr hab. Wojciech Cynarski, prof. dr hab. Zbigniew Dziubiński, prof. dr hab. Jerzy Kosiewicz, dr hab. prof. AWF Wiesław

* Dr, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu, Wydział Turystyki i Rekreacji, Zakład Kulturowych Podstaw Turystyki; e-mail: ewa.malchrowicz@poczta.onet.pl.

** Dr, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu, Wydział Turystyki i Rekreacji, Katedra Humanistycznych Podstaw Turystyki i Rekreacji; e-mail: iw.p.rit@interia.pl.

Alejziak, dr hab. prof. AWF Stefan Bosiacki, dr hab. prof. AWFIS Piotr Godlewski, dr hab. prof. AWF Andrzej Hadzik, dr hab. prof. AWF Zygmunt Kruczek, dr hab. prof. GWSHM Armin Mikos von Rohrscheidt, dr hab. prof. AWF Anna Pawlikowska-Piechotka, dr hab. prof. WSTiJO Elżbieta Puchnarewicz, dr hab. prof. AWF Maria Zowisło, dr hab. Małgorzata Bronikowska, dr hab. Rafał Prinke, dr hab. Karolina Buczkowska-Gołębek oraz dr hab. Tomasz Sahaj.

W konferencji wzięli udział przedstawiciele dwunastu ośrodków akademickich, w tym m.in.: Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie, Krakowie i Katowicach, Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, Uniwersytetu Szczecińskiego oraz Uniwersytetu Rzeszowskiego.

Tematyka konferencji koncentrowała się wokół teoretycznego namysłu nad turystyką kulturową, w jej ukierunkowaniu na sferę sportu. W istniejących i zdefiniowanych formach turystyki kulturowej znajdują się bowiem obszary przedmiotowe, które dotyczą wątków sportowych, np. w turystyce dziedzictwa kulturowego, turystyce muzealnej, eventowej, sentymentalnej, edukacyjnej, biograficznej, a skupienie zainteresowań badaczy na wątkach historyczno-kulturowych sportu odgrywa istotną rolę w procesie badania jego dziejów, sposobów rozbudzania tożsamości społecznej, a także aktywności sportowej i turystycznej.

W celu rozpoznania wyzwań stających na drodze rozwoju turystyki kulturowej, której teoria i praktyka odzwierciedlają czasy ponowoczesne, poddano pod teoretyczny osąd jej związki ze sferą aktywności sportowej przybierającej charakter kulturowy. Odkrywając sportowe inspiracje w obszarze turystyki kulturowej, niezawężonej do jej wąskiego rozumienia, zainicjowano dyskusję wokół zakresu przedmiotowego i znaczeniowego tych form turystyki, które w literaturze przedmiotu są odnoszone do sfery biernej turystyki sportowej i występują pod różnymi, choć bliskoznacznymi nazwami, takimi jak: „Nostalgia Sport Tourism”, „Sportowa turystyka kulturowa” czy „Kulturowa turystyka sportowa”.

Z perspektywy badawczej zaprezentowano wyniki analiz na temat stopnia zainteresowania sportem wśród turystów kulturowych, motywów, którymi się oni kierują, znaczenia, jakie nadają tego rodzaju aktywnościom w procesie podnoszenia jakości życia. Wygłoszono referaty, które diagnozując realia sportowo-turystycznej rzeczywistości, wykraczały poza stereotypy i utarte schematy w ocenach świata turysty kulturowego inspirowanego sportem.

W sesji plenarnej przedstawiono następujące referaty: *Różne wymiary znaczenia wielkich wydarzeń (mega events) sportowych i kulturalnych dla turystyki – aspekty metodologiczne* (dr hab. prof. AWF Wiesław Alejziak), *Typologia uczestników turystyki sztuk walki* (prof. dr hab. Wojciech Cynarski), *Ocena atrakcyjności Camp Nou Experience w Barcelonie* (dr hab. prof. AWF Zygmunt Kruczek), *Podróże kulturowe jako rekreacyjno-sportowa praktyka* (dr hab. prof. AWF Marek Kazimierczak).

Obrady w sekcjach poświęcone zostały czterem zagadnieniom: „Fenomen turystyki biegowej”, „Widowisko sportowe jako zjawisko społeczno-kultu-

rowe”, „Dziedzictwo kulturowe a turystyka sportowa” oraz „Z badań nad turystyką olimpijską”. W ostatniej sekcji obradowali członkowie Koła Młodych Polskiej Akademii Olimpijskiej.

Łącznie zaprezentowano 25 referatów. Do najciekawszych, wyróżniających się, należały m.in.: *Przełajem przez skrzyżowanie kultur. Ultramaratończyk w świecie Indian Raramuri* (dr hab. prof. AWF Maria Zowisło), *Bieganie, zwiedzanie i klasa średnia – przygarść socjologicznych uwag i obserwacji o turystyce biegowej* (dr Jakub Stempień), *Zaspokajanie potrzeby uczestnictwa w turystyce kulturowej sportu w świetle analizy ofert rynku turystycznego* (dr Bartosz Szczechowicz), *Gay Games – nie tylko sportowy event, ale i zjawisko kulturowe* (dr hab. prof. UAM Michał Jarnecki), *Idea olimpijska – śladami dziedzictwa kulturowego* (dr hab. Małgorzata Bronikowska). Efektem konferencji jest obszerna monografia: *Inspiracje sportem w turystyce kulturowej* – praca zbiorowa pod redakcją naukową dr. hab. prof. AWF Marka Kazimierczaka.

Poza częścią naukową, w programie konferencji tradycyjnie nie mogło zabraknąć dodatkowych elementów przygotowanych z myślą o uczestnikach. Pierwszego dnia wieczór uświetnił recital pt. *Muzyczna podróż do przeszłości*, w wykonaniu poznańskiego artysty Macieja Piotra, który zaprezentował słuchaczom piosenki z repertuaru Engelberta Humperdincka, Roya Orbisona, Cliffa Richarda i innych. Następnie w podróż dookoła świata zabrał uczestników prof. Michał Jarnecki, przedstawiając bogato ilustrowaną prezentację z galerią fotografii wykonanych podczas licznych wypraw do różnych krajów świata. Przedmiotem obserwacji i refleksji fotografa były sport oraz aktywność fizyczna w kontekście budowy wspólnoty i radości życia. Drugiego dnia konferencji goście mieli możliwość rekreacji w miejscowym, przyhotelowym obszernym ogrodzie botanicznym „Siedem Drzew”. Egzotyczne okazy roślin oraz zaskakujące elementy architektury ogrodowej, tworzącej malownicze zakątki, sprzyjały wyciecznikowi po owocnych obradach.



Uczestnicy konferencji

INFORMACJE DLA AUTORÓW

1. „Prace Naukowe AJD w Częstochowie. Kultura Fizyczna” ukazują się jako półrocznik. 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, turystyki i rekreacji, zdrowia i edukacji prozdrowotnej).
2. Publikujemy prace eksperymentalne, przeglądowe, doniesienia i artykuły polemiczne – w języku polskim i językach obcych, po uzyskaniu pozytywnej recenzji.
3. Procedura recenzowania materiałów autorskich publikowanych w „Pracach Naukowych Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Kultura Fizyczna” jest dostosowana do wytycznych MNiSW „Dobre praktyki w procedurach recenzyjnych w nauce” oraz „Kodeksu etyki pracownika naukowego”. Pierwszym etapem recenzowania nadesłanych prac jest recenzja wstępna dokonywana przez Redakcję czasopisma. Na tym etapie praca poddawana jest ocenie pod względem jej zgodności z profilem czasopisma, zachowania wymogów redakcyjnych obowiązujących w wydawnictwie oraz ogólnej poprawności językowej. Tekst spełniający wymogi recenzji wstępnej otrzymuje kod identyfikacyjny i zostaje skierowany do dwóch recenzentów będących specjalistami z zakresu nauk o kulturze fizycznej. Zgodnie z zasadą „double-blind review process”, recenzenci, jak i autorzy, pozostają wobec siebie anonimowi. Recenzenci swoją opinię o pracy przedstawiają, wypełniając formularz recenzji.
4. Redakcja „Kultury Fizycznej”, dbając o rzetelność w nauce, wdraża zapory „ghostwriting” oraz „guest authorship”. Autorzy są zobowiązani do przedstawienia oświadczenia dotyczącego rzetelności nadesłanych prac, a w przypadku artykułów opracowanych przez kilku autorów – do ujawnienia wkładu poszczególnych osób w powstanie pracy. Wszelkie wykryte przypadki nierzetelności naukowej będą demaskowane, włącznie z powiadomieniem odpowiednich podmiotów (instytucje zatrudniające autorów, towarzystwa naukowe, stowarzyszenia edytorów naukowych itp.).
5. Autor artykułu jest zobowiązany poinformować Redakcję o źródłach finansowania publikacji, jeżeli nadesłana praca powstała dzięki dofinansowaniu instytucji naukowo-badawczych, stowarzyszeń lub innych podmiotów („financial disclosure”).
6. 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.
7. 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.
8. 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.

9. 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 wyrażone 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 300 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 300 dpi.

10. 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; Z. Dziubiński (red.), *Kultura somatyczna kleryków*, Warszawa 1996, s. 18; M. Ponczek, *Związki Kościoła Katolickiego z „Sokołem” Ziemi Łódzkiej do 1939 r.*, [w:] A. Nowakowski (red.), *Studia z historii i organizacji kultury fizycznej*, Częstochowa 1997; J. Konopnicki, *Wychowanie fizyczne w gimnazjum wołyńskim*, „Kultura Fizyczna” 1956, nr 3, s. 175–177.

- przykładowe opisy bibliograficzne: Barabasz S., *Wspomnienia narciarza*, Zakopane 1914; Mroczko L. (red.), *Maków Podhalański*, Kraków 1978; Chelmecki 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). Przykład opisów bibliograficznych:

- [1] Pilicz S. (1988): *Zmiany sekularne w rozwoju fizycznym i sprawności ruchowej studentów polskich*. Wychowanie Fizyczne i Sport, 4, s. 3–12; [2] Tatarczuk J. (2002): *Charakterystyka porównawcza struktury somatycznej i typologicznej słuchaczy I roku kierunków pedagogicznych i wychowania fizycznego Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Rzeszowie*. [w:]

Malinowski A., Tatarczuk J., Asienkiewicz R. (red.): *Ontogeneza i promocja zdrowia w aspekcie medycyny, antropologii i wychowania fizycznego*. Uniwersytet Zielonogórski. Zielona Góra, s. 369–373; [3] Wawrzyniak G. (1997): *Normy wybranych cech somatycznych kandydatów na studia wychowania fizycznego*. AWF. Poznań.

11. Autor oświadcza, że sprawdził, czy źródła bibliograficzne przywołane w artykule są zarejestrowane w systemie Digital Object Identifier (DOI), i czy posiadają identyfikator DOI. W przypadku jego występowania, właściwy dla artykułu przywołanego w bibliografii/przypisach numer DOI został podany w stosownym przypisie, po danych bibliograficznych przywołanego źródła, w formie aktywnego hiperłącza. Numery DOI należy weryfikować bezpośrednio na stronach internetowych czasopism czy wydawców lub na stronie agencji CrossRef: <http://www.crossref.org/guestquery/>
12. Termin składania prac do kolejnych numerów upływa 30 września 2016 (4 numer czasopisma), 31 grudnia 2016 (numer 1, 2017), 31 marca 2017 (numer 2, 2017), 30 czerwca 2017 (numer 3, 2017).

Prace należy nadsyłać na adres redaktora naczelnego, redaktorów naukowych i sekretarza redakcji:

Eligiusz Małolepszy (e.malolepszy@ajd.czyst.pl)

Teresa Drozdek-Małolepsza (t.drozdek-malolepsza@ajd.czyst.pl)

Joanna Rodziewicz-Gruhn (j.rodziewicz@ajd.czyst.pl)

Arkadiusz Płomiński (a.plominski@wp.pl)

Instytut Wychowania Fizycznego, Turystyki i Fizjoterapii

al. Armii Krajowej 13/15

42-200 Częstochowa

tel. (34) 365-59-83

Redaktor naczelny informuje, że każdy numer czasopisma będzie umieszczany również na stronie internetowej Biblioteki Głównej AJD w Częstochowie, w wersji elektronicznej.