

Wstęp

Ruch dla człowieka – jako podstawa zdrowego stylu życia – jest niezwykle ważny. Dzięki spędzaniu czasu wolnego w sposób aktywny można zmotywować się do podejmowania odpowiednich decyzji obejmujących zachowania prozdrowotne. Środowisko społeczne i fizyczne, biologia człowieka, służba zdrowia i właśnie styl życia są czynnikami, zgodnie z koncepcją Marca Lalonde'a, które warunkują zdrowie. Jednak to ostatni z wymienionych czynników, styl życia (zbiór decyzji i działań), w największym stopniu, bo w ok. 50%, na nie wpływa¹ i obejmuje przede wszystkim odżywianie wraz z systematycznie podejmowaną aktywnością fizyczną.

Aktywność fizyczna jest ważna zarówno dla utrzymania i pomnażania zdrowia fizycznego, jak i zdrowia społecznego oraz psychicznego. To bardzo dobry sposób na budowanie relacji społecznych, odreagowywania trudności dnia codziennego – poprawę ogólnego samopoczucia, a tym samym jakości życia.

W związku z nasilającymi się negatywnymi skutkami dla zdrowia człowieka, związanymi z sedenteryjnym stylem życia, który został uznany za główny czynnik ryzyka przedwczesnych zgonów i chorób w państwach o wysokim rozwoju gospodarczym, coraz większego znaczenia nabiera promowanie uprawiania sportu. Świadczą o tym m.in. wytyczne WHO z 2021 r. dotyczące aktywności fizycznej i siedzącego trybu życia² czy działania obejmujące popularyzowanie aktywności fizycznej w ramach zajęć szkolnych i pozaszkolnych Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021–2025³. Jednocześnie, wartość nabiera wychowanie przez sport jako szansa na wspomaganie wszechstronnego rozwoju dzieci i młodzieży, w tym procesu wychowania moralnego czy przeciwdziałanie ich antyspołecznym zachowaniom, zwłaszcza w okresie adolescencji. Ogromną rolę w tym procesie pełnią zarówno rodzice, nauczyciele wychowania fizycznego, trenerzy, jak i instruktorzy zajęć fitness czy różnych form rekreacji ruchowej.

Jakie wyzwania stoją zatem przed współczesnym sportem i wychowaniem? Czy idea olimpizmu Pierre'a de Coubertina tak dynamicznie zmieniająca się

¹ B. Woynarowska, *Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 44.

² *Zalecenia Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) dotyczące aktywności fizycznej*, <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128> (dostęp: 1.08.2023).

³ *Narodowy Program Zdrowia na lata 2021–2025*, <https://www.gov.pl/web/mswia/narodowy-program-zdrowia-na-lata-2021--2025> (dostęp: 1.08.2023).

w XX w. jest w XXI w. jeszcze potrzebna? Współcześnie, jakie cele powinno się stawiać przed wychowaniem fizycznym, sportem i olimpiżmem? Co powinno być podmiotem poznania w pedagogice kultury fizycznej? Między innymi na te pytania autorzy podjęli próbę odpowiedzi w 16 artykułach. Pierwsze dwa, Józefa Lipca i Jerzego Kosiewicza, zapraszają do dyskusji i refleksji nad współczesnymi wartościami wynikającymi ze sportu i olimpiżmu. Kolejny, Joanny Femiał, wskazuje na treści, które wzbogacają myśl pedagogiczną o zagadnienia związane z celeśnością i jej rolą w rozwoju człowieka. Te trzy teksty tworzą rozdział I monografii zatytułowany *Współczesne wychowanie fizyczne, sport i olimpiżm jako przedmiot poznania naukowego*. W rozdziale II pt. *Praktyczny wymiar wychowania fizycznego*, studium o roli nauczyciela wychowania fizycznego we współczesnym systemie kształcenia zaprezentujemy niezwykle interesujące artykuły obejmujące wyniki badań empirycznych, jak i przeglądowych, dotyczące związku aktywności fizycznej z wybranymi aspektami życia, które będą kontynuowane w rozdziale III. Związek ruchu z kreatywnością przedstawiła Maryna Khorkova ze współautorami, a twórczymi metodami wychowania fizycznego w pracy nauczyciela z dziećmi w wieku przedszkolnym zajął się Michał Kowalewski. Małgorzata Ostrowska skupiła swoją uwagę na zachowaniach uczniów w trakcie zajęć wychowania fizycznego, z którymi współcześnie mierzy się nie tylko nauczyciel wychowania fizycznego, lecz także cała społeczność szkolna. Rozdział III pt. *Pandemiczne problemy wychowania fizycznego i korekcja wad postawy* rozpoczynają dwa interesujące artykuły (Agaty Korcz i in. oraz Joanny Jastrzębskiej) z wynikami badań opisującymi warunki do realizacji zdalnego nauczania podczas trwania pandemii COVID-19. Tę część kończą dwa szkice o problematyce prozdrowotnej dotyczącej zarówno świadomości występowania wad postawy u dzieci (Anna Makarczuk), jak i propozycji ich niwelowania (Bartłomiej Lassek). Rozdział IV pt. *Wychowawcze walory sportu i olimpiżmu* obejmuje teksty dotyczące aspektów moralnych sportu (Małgorzata Bronikowska i in.), trenera personalnego (Piotr Kędzia), roli kobiet w sporcie XX w. (Barbara Pędraszewska), związku sportu i sztuki – poprzez inspiracje dla artystów z różnych dziedzin – w kształtowaniu wrażliwego człowieka (Jolanta E. Kowalska i Barbara Pędraszewska). Całość kończy artykuł Józefa Lipca powracający niejako do początku tej książki i stawiania pytań. Czytelnikowi proponujemy tym samym namysł nad jedną ze współczesnych problematyk pedagogiki kultury fizycznej dotyczącej gotowości przez sportowców, zwłaszcza najwybitniejszych w swej klasie i poziomie oraz artystów innych dziedzin, uznania sportu za nowy, choć w istocie odwieczny gatunek sztuki.

Redaktorzy pragną podziękować wszystkim autorom za udział we współtworzeniu monografii *Wychowanie fizyczne, sport i olimpiżm w perspektywie pedagogicznej*, jak również wszystkim osobom, które przyczyniły się do jej wydania: redaktorkom Wydawnictwa Uniwersytetu Łódzkiego – mgr Urszuli Dzieciatkowskiej oraz mgr Monice Borowczyk, recenzentom: dr. hab. Michałowi Lenartowiczowi, prof. AWF Warszawa, oraz dr. hab. Danucie Umiastowskiej, prof. Uniwersytetu Szczecińskiego, a także korektorze języka angielskiego – mgr Jagodzie Białocie.