https://doi.org/10.18778/8445-066-6.01

# Wstęp. Wychowanie fizyczne, sport i rekreacja w kontekście współczesnych wyzwań zdrowotnych, edukacyjnych i społecznych

Wychowanie fizyczne, sport oraz szeroko rozumiana aktywność fizyczna stanowią jeden z kluczowych obszarów refleksji nad kondycją współczesnego społeczeństwa. Ich znaczenie wykracza daleko poza wymiar biologiczny i zdrowotny, obejmując procesy edukacyjne, kulturowe, wychowawcze i społeczne. W obliczu narastających problemów zdrowotnych, takich jak choroby cywilizacyjne, spadek poziomu aktywności fizycznej dzieci, młodzieży i dorosłych, a także nierówności w dostępie do sportu i ruchu, zagadnienia te stają się mocno aktualne[1].

Zgodnie z najnowszymi zaleceniami Światowej Organizacji Zdrowia, regularna aktywność fizyczna jest jednym z najważniejszych czynników profilaktyki chorób układu krążenia, cukrzycy typu 2, otyłości, zaburzeń psychicznych oraz przedwczesnej śmiertelności[2]. Jednocześnie raporty dotyczące stanu zdrowia Polaków wskazują na niski poziom aktywności fizycznej znaczącej części populacji, rosnącą skalę chorób cywilizacyjnych oraz potrzebę systemowych działań edukacyjnych i kulturowych, w których wychowanie fizyczne i sport odgrywają rolę nie tylko prozdrowotną, lecz także wychowawczą i społeczną[3].

Monografia *Wychowanie fizyczne, sport i rekreacja w edukacji, kulturze i społeczeństwie* stanowi interdyscyplinarną odpowiedź na te wyzwania. Zgromadzone w niej teksty ukazują sport i aktywność fizyczną jako zjawiska wielowymiarowe – osadzone w kontekście filozoficznym, socjologicznym, pedagogicznym

---

[1] *WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour*, Geneva 2020, https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128 (dostęp: 23.01.2026); Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – PIB, *Sytuacja zdrowotna ludności Polski i jej uwarunkowania*, Warszawa 2023, https://www.pzh.gov.pl/raport-sytuacja-zdrowotna-ludnosci-polski-i-jej-uwarunkowania-2025/ (dostęp: 23.01.2026).

[2] *Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030: More Active People for a Healthier World*, Geneva 2018, https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187 (dostęp: 23.01.2026); *WHO Guidelines on Physical Activity*…

[3] Ministerstwo Zdrowia, *Narodowy Program Zdrowia 2021–2025*, Warszawa 2021, https://www.gov.pl/web/mswia/narodowy-program-zdrowia-na-lata-2021--2025 (dostęp: 23.01.2026); Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – PIB, *Sytuacja zdrowotna ludności Polski*…

i kulturowym, a jednocześnie odnoszące się do konkretnych problemów praktyki edukacyjnej, treningowej i zdrowotnej.

Znaczący wkład w rozwój badań nad sportem w Polsce wniósł prof. Jerzy Kosiewicz, którego teksty otwierają i zamykają tom. W pierwszym artykule poświęconym Europejskiemu Towarzystwu Socjologii Sportu Autor omawia polskie akcenty w tej międzynarodowej instytucji oraz dokonuje refleksji metodologicznej nad rozwojem socjologii sportu, podkreślając rolę Polskiego Towarzystwa Nauk Społecznych o Sporcie (PTNSS) jako środowiska integrującego badaczy i wspierającego rozwój tej subdyscypliny. Z kolei artykuł kończący tom, poświęcony przemocy w sporcie, stanowi krytyczną i refleksyjną analizę ambiwalentnych zjawisk związanych z agresją i przemocą, ukazując ich potencjał wychowawczy, regulacyjny i społeczny.

Pierwsza część monografii pt. *Społeczne i filozoficzne podstawy refleksji nad sportem i kulturą fizyczną* poświęcona jest fundamentalnym zagadnieniom teoretycznym, metodologicznym i filozoficznym, które stanowią istotę współczesnych badań nad sportem i kulturą fizyczną. Artykuł Jerzego Kosiewicza *Europejskie Towarzystwo Socjologii Sportu – polskie akcenty. Reminiscencje i uwagi metodologiczne* dokumentuje wkład polskich badaczy w rozwój europejskiej socjologii sportu oraz znaczenie PTNSS jako środowiska naukowego. Joanna Femiak w pracy *Fenomenologiczne źródła poczucia tożsamości podmiotu* przedstawia filozoficzne i fenomenologiczne aspekty kształtowania tożsamości w kontekście cielesności i doświadczenia sportowego. Z kolei Paweł Ławniczak w artykule *Higiena układu ruchu jako kulturowo usankcjonowana norma społeczna* ukazuje rolę norm kulturowych i społecznych w kształtowaniu prozdrowotnych postaw, łącząc refleksję teoretyczną z aktualnymi wyzwaniami zdrowia publicznego.

Część druga książki pt. *Trener, zawodnik i wartości wychowawcze sportu* koncentruje się na wychowawczym i aksjologicznym wymiarze sportu, zwłaszcza w kontekście relacji trener–zawodnik. Jolanta E. Kowalska i Adam Banaszczyk w artykule *Wychowawcza rola trenera boksu* analizują funkcje wychowawcze trenera w sportach walki, wskazując na kształtowanie postaw moralnych, samodyscypliny i kontroli emocjonalnej. Joanna Góźdź w pracy *Poziom perfekcjonizmu i uważności wśród trenujących dalekowschodnie sztuki walki* bada psychologiczne uwarunkowania funkcjonowania zawodników, podkreślając znaczenie równowagi między perfekcjonizmem a dobrostanem psychicznym. Bartłomiej Lassek w artykule *Wartości wychowania moralnego przekazywane zawodnikom w narracjach trenerów karate* przedstawia karate jako przestrzeń transmisji wartości etycznych i norm społecznych. Część tę dopełnia praca Nikoli Chokoszewskiej *Wychowawcze walory jeździectwa*…, pokazująca wychowawczy potencjał sportu w kontekście relacji człowiek–zwierzę, odpowiedzialności i empatii.

Część trzecia pt. *Aktywność fizyczna jako narzędzie promocji zdrowia, edukacji i inkluzji społecznej* poświęcona jest aktywności fizycznej w perspektywie zdrowia publicznego, edukacji oraz integracji społecznej. Teksty omawiają innowacyjne metody aktywizacji ruchowej („Zielona recepta”), czynniki determinujące zaangażowanie w sport rekreacyjny, a także aktywność dzieci w wieku wczesnoszkolnym, w tym dzieci z niepełnosprawnościami. Autorzy podkreślają

znaczenie aktywności fizycznej jako narzędzia wspierającego zdrowie, edukację i inkluzję społeczną, wpisując się w aktualne wyzwania polityki zdrowotnej i edukacyjnej.

Część czwarta pt. *Zdrowie, rozwój i dobrostan psychofizyczny w sporcie i aktywności fizycznej* koncentruje się na zdrowotnych, psychologicznych i rozwojowych aspektach uczestnictwa w sporcie. Analizy obejmują wpływ treningu na rozwój i samopoczucie dzieci, rolę samooceny i lęku przedstartowego u tancerzy, zachowania zdrowotne sędziów sportowych oraz teoretyczne rozważania nad definicją zdrowia i choroby w kontekście osteopatii. Teksty podkreślają znaczenie holistycznego podejścia do sportowca, łączącego rozwój fizyczny, psychiczny i społeczny.

Zakończenie monografii pt. *Ambiwalencja przemocy w sporcie: refleksje nad ryzykiem, regulacjami i wartościami wychowawczymi* zamyka tom rozważaniami nad złożonym charakterem przemocy w sporcie. Artykuł Jerzego Kosiewicza pokazuje, że przemoc nie jest zjawiskiem jednoznacznie negatywnym – w określonych kontekstach regulaminowych, treningowych i widowiskowych może pełnić funkcje pozytywne, stymulując skuteczność, motywację i rozwój zawodników. Rozważania obejmują przemoc regulaminową, autoprzemoc, przemoc wobec przeciwników i kibiców oraz ich wpływ na bezpieczeństwo, zdrowie i rozwój moralny uczestników sportu. Tekst ma charakter refleksyjny i prolegomenalny, wskazując na konieczność edukacji sportowej, stosowania norm etycznych i świadomego zarządzania ryzykiem, co stanowi logiczne zwieńczenie monografii.

Znaczenie wychowania fizycznego, sportu oraz szeroko rozumianej aktywności fizycznej, wykraczając daleko poza wymiar biologiczny i zdrowotny, obejmuje zatem procesy edukacyjne, kulturowe, wychowawcze i społeczne. W obliczu narastających problemów zdrowotnych, takich jak: choroby cywilizacyjne, spadek poziomu aktywności fizycznej dzieci, młodzieży i dorosłych, a także nierówności w dostępie do sportu i ruchu, zagadnienia te nabierają szczególnej aktualności, stając się istotnym przedmiotem interdyscyplinarnej refleksji naukowej oraz wyzwaniem dla współczesnych systemów edukacji, polityki zdrowotnej i kultury fizycznej. Wymagają one bowiem nie tylko doraźnych działań profilaktycznych i organizacyjnych, lecz także pogłębionego namysłu.

Oddawana do rąk Czytelników monografia adresowana jest do badaczy nauk społecznych o sporcie, pedagogów, nauczycieli wychowania fizycznego, trenerów, studentów oraz wszystkich osób zainteresowanych rolą aktywności fizycznej w edukacji, kulturze i społeczeństwie. Wyrażamy nadzieję, że zgromadzone w niej opracowania staną się inspiracją do dalszych badań, refleksji i odpowiedzialnych działań na rzecz zdrowia, wychowania i rozwoju społecznego.

Na zakończenie Redaktor monografii pragnie złożyć serdeczne podziękowania Pani Dziekan Wydziału Nauk o Wychowaniu Uniwersytetu Łódzkiego, dr hab. Alinie Wróbel, prof. UŁ, oraz Panu Prodziekanowi Wydziału Nauk o Wychowaniu Uniwersytetu Łódzkiego, dr. Arkadiuszowi Kaźmierczakowi, prof. UŁ, za życzliwość, merytoryczne wsparcie oraz stworzenie sprzyjających warunków do realizacji i wydania niniejszej monografii. Okazane zaufanie i zaangażowanie w rozwój badań naukowych stanowiły istotny impuls do podjęcia i sfinalizowania

tego przedsięwzięcia wydawniczego. Redaktor składa również szczególne podziękowania Pani Urszuli Dzieciątkowskiej oraz Redaktor Pani Ewie Turek z Wydawnictwa UŁ za wsparcie redakcyjne, zaangażowanie oraz życzliwość okazane na każdym etapie przygotowania publikacji.

*Jolanta E. Kowalska*

## Piśmiennictwo

*Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030: More Active People for a Healthier World*, Geneva 2018, https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187 (dostęp: 23.01.2026).

Ministerstwo Zdrowia, *Narodowy Program Zdrowia 2021–2025*, Warszawa 2021, https://www.gov.pl/web/mswia/narodowy-program-zdrowia-na-lata-2021--2025 (dostęp: 23.01.2026).

Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – PIB, *Sytuacja zdrowotna ludności Polski i jej uwarunkowania*, Warszawa 2023, https://www.pzh.gov.pl/raport-sytuacja-zdrowotna-ludnosci-polski-i-jej-uwarunkowania-2025/ (dostęp: 23.01.2026).

*WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour*, Geneva 2020, https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128 (dostęp: 23.01.2026).