

Joanna Witek

Wstęp

Ekonomiczne Problemy Usług nr 78, 7-8

2011

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

WSTĘP

W rozwiniętych społeczeństwach sport stał się dobrem powszechnym, dostępnym w różnych formach – stosownie do możliwości i zainteresowań obywatela. Z definicji sportu traktowanego jako „wszelkie formy aktywności fizycznej, które przez uczestnictwo doraźne lub zorganizowane wpływają na wypracowanie lub poprawienie kondycji fizycznej i psychicznej, rozwój stosunków społecznych lub osiągnięcie wyników sportowych na wszelkich poziomach”¹, wynika, że sport i rekreacja są czynnikami kształtowania zdrowia i osobowości, rozwijania nawyków i prozdrowotnych postaw, a także wartościową formą spędzania wolnego czasu. Konsekwencją tego powinno być zwrócenie szczególnej uwagi na jego ważne cele społeczne i strategiczne. Z tych względów państwo powinno być żywotnie zainteresowane rozwojem i upowszechnieniem różnych form sportu i rekreacji, gdyż wraz z rozwojem cywilizacyjnym są one coraz ważniejszym elementem życia człowieka.

We współczesnych społeczeństwach sport jest traktowany jako jedna z wartości kulturowych, mających duży wpływ na rozwój człowieka, jego zdrowie i jakość życia. Rozwój współczesnej cywilizacji nie sprzyja jednak aktywności. Udogodnienia technologiczne, środki komunikacji, automatyzacja, komputeryzacja zmniejszają do minimum aktywność fizyczną w codziennym życiu ludzi. Wiele wynalazków i udogodnień eliminuje każdy zbędny ruch. Coraz więcej prac wykonuje się w pozycji siedzącej, czyli z mniejszym wysiłkiem. Ważne jest zatem wprowadzanie zmian w stylu życia, którego głównym elementem powinna być aktywność fizyczna.

W Polsce jedynie 7% Polaków deklaruje systematyczną aktywność fizyczną, 33% czyni to raz w tygodniu, 12% rzadziej, ale przynajmniej raz w miesiącu, natomiast reszta sporadycznie bierze udział w jakichkolwiek zajęciach służących podniesieniu sprawności fizycznej. Z badań Światowej Organizacji Zdrowia wynika, że ponad 60% Polaków nie uprawia sportu. Z takimi wynikami Polska sytuuje się na jednym z ostatnich miejsc w Europie. Walory różnych form aktywności fizycznej i sportu dostępnych każdemu wciąż są nieznane lub

¹ Zob. *Kultura fizyczna w Polsce w latach 2008–2010*, GUS, Warszawa–Rzeszów 2011.

niedoceniane. Oznacza to, że w świadomości przeważającej części polskiego społeczeństwa nie nastąpiła dotąd zasadnicza przemiana, a ponadto rozwój współczesnej cywilizacji nie sprzyja fizycznej aktywności. Wywołuje to poważne zagrożenie dla zdrowia i jakości życia. Tymczasem wiedza wynikająca z badań, że regularna aktywność fizyczna poprawia ogólne samopoczucie, zdrowie fizyczne i psychiczne, pomaga opanować stres, otyłość i takie choroby, jak na przykład cukrzyca, zmniejsza ryzyko zachorowania na niektóre choroby (np. wieńcową, nadciśnienie, cukrzycę) i pomaga minimalizować skutki pewnych niesprawności, nie jest odpowiednio propagowana.

Rozwój cywilizacyjny i urbanizacyjny w ostatnich latach wywarł duży wpływ na wzrost tempa życia i aktywności zawodowej, które utrwalały bierny sposób spędzania wolnego czasu. Antidotum na te zagrożenia jest sport i rekreacja. Problematyka sportu i rekreacji społeczeństwa polskiego jest obecnie jednym z szerzej dyskutowanych zagadnień, w ramach programów mających na celu poprawę zdrowia ludności. Wiele doświadczeń, obserwacji i badań naukowych wskazuje na szczególne znaczenie aktywności ruchowej w podnoszeniu potencjału biologicznego, psychicznego i społecznego jednostki i populacji.

W niniejszym Zeszycie Naukowym przedstawiono artykuły przygotowane przez przedstawicieli polskich ośrodków naukowych prowadzących badania z zakresu współczesnych tendencji i uwarunkowań rozwoju sportu i rekreacji jako wielowymiarowej i dynamicznej dziedziny ludzkiej aktywności. W publikacji wydzielono dwie główne części:

1. Sport i rekreacja w rozwoju cywilizacyjnym.
2. Zdrowotne funkcje sportu i rekreacji.

Wiele nadesłanych opracowań poświęcono roli sportu i rekreacji w rozwoju społeczno-gospodarczym miast, regionów i krajów. Było ich tak wiele, że powstała kolejna publikacja, zatytułowana *Sport i rekreacja szansą rozwoju regionu*.

Pragnę podziękować wszystkim Autorom, którzy odpowiedzieli tak licznie na propozycję udziału w publikacji. Szczególne słowa podziękowań kieruję do zaprzyjaźnionych środowisk naukowych, a zwłaszcza członków Rady Naukowej oraz Recenzentów artykułów. Mam nadzieję, że wyniki badań, przemyslenia i wnioski autorów będą konkretnym wkładem do przedmiotowej dziedziny nauki i bodźcem do dalszych poszukiwań naukowych.

Jolanta Witek