

WYCHOWANIE FIZYCZNE

MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY
SPRAWOM KULTURY FIZYCZNEJ

11-12

1

9

5

0

TREŚĆ

	str.
<i>P. A. Rudik</i> — Lenin, Stalin o wychowaniu komunistycznym	500
— Manifest II Światowego Kongresu Pokoju	512
<i>Tadeusz Jakubowski</i> — Sportowcy w pierwszym szeregu bojowników o pokój	514
<i>Prof. dr Włodzimierz Miszturo</i> — Na nowych drogach naukowej podbu- dowy wychowania fizycznego i sportu	516
<i>Antoni Miller</i> — Przyjaźń i rekordy	528
<i>Janina Kutzner</i> — Wychowanie fizyczne w szkole radzieckiej	535
<i>T. Gieysztor</i> — Wyższe uczelnie kultury fizycznej w Związku Radziec- kim	543
<i>Grzegorz Młodzikowski</i> — Narciarstwo w ZSRR.	549
<i>Dymitr Bogajewski</i> — Łyżwiarstwo w ZSRR.	555
<i>Ryszard Śledziecki</i> — Sukcesy lekkiej atletyki radzieckiej	561
<i>Roman Roszko</i> — Pływanie w ZSRR.	569
<i>Edward Szmidt</i> — Rozwój koszykówki i siatkówki w ZSRR	577
— Przegląd wydawnictw	582

PRENUMERATA roczna 30 zł; półroczna 15 zł; cena pojedyncz. n-ru 3 zł;
dla członków Koła Absolw. AWF i studentów uczelni WF roczna 24 zł;
półroczna 12 zł; cena pojedyncz. n-ru 3 zł (podwójn. numeru 5,40 zł).

NUMER POŚWIĘCONY ZAGADNIENIOM KULTURY FIZYCZNEJ
w ZSRR, Z OKAZJI 33 ROCZNICY REWOLUCJI PAŹDZIERNIKOWEJ

W Y C H O W A N I E F I Z Y C Z N E

M I E S I Ę C Z N I K
P O Ś W I Ę C O N Y
S P R A W O M
K U L T U R Y
F I Z Y C Z N E J

L I S T O P A D – G R U D Z I E Ń

1 9 5 0

GŁÓWNY KOMITET KULTURY FIZYCZNEJ

REDAGUJE KOMITEK REDAKCYJNY

Redakcja: Warszawa, Bielany, Marymoncka 90, Akademia Wychowania
Fizycznego

Administracja: Warszawa, ul. Srebrna 12 PPK „Ruch”. Konto PRO 1-16646.



Zwycięstwo Rewolucji Październikowej oznacza gruntowny przełom w historii ludzkości, gruntowny przełom w losach dziejowych kapitalizmu światowego, gruntowny przełom w ruchu wyzwolenicznym proletariatu światowego, gruntowny przełom w sposobach walki i formach organizacji, w życiu codziennym i tradycjach, w kulturze i ideologii mas wyzyskiwanych całego świata.

J. STALIN

LENIN I STALIN O WYCHOWANIU KOMUNISTYCZNYM *

Nauka leninowsko-stalinowska o wychowaniu komunistycznym jest niewyczerpanym źródłem, z którego pedagogika radziecka czerpie wielkie twórcze idee i konkretne wytyczne dla realizowania ich w praktyce wychowawczo-naukowej w szkołach radzieckich.

Lenin i Stalin — najwięksi wodzowie i nauczyciele proletariatu światowego, twórcy partii bolszewickiej i potężnego państwa radzieckiego — zawsze poświęcali wiele uwagi sprawom wychowania dorastającej młodzieży. Uważają oni zagadnienia wychowania za sprawę ściśle związaną z polityką partii bolszewickiej, za nierozdzielalną część składową walki klasy robotniczej o wyzwolenie mas pracujących spod jarzma kapitalistycznego, za najważniejsze zadanie partii w walce o budowę społeczeństwa komunistycznego.

Lenin i Stalin określili cele i zadania wychowania komunistycznego, wykryli istotę i treść moralności komunistycznej, wskazali na rolę i miejsce wychowania umysłowego w przygotowaniu młodych budowniczych komunizmu, łączność jego z wychowaniem fizycznym i wyrobienie właściwego stosunku do pracy, określili jako najważniejsze zadania ideowo-politycznego wychowania młodzieży.

Głównym celem wychowania komunistycznego młodzieży jest przygotowanie aktywnych budowniczych społeczeństwa komunistycznego. Młodzieży powierzono zaszczytne zadanie stworzenia społeczeństwa komunistycznego. Stać się jego aktywnymi budowniczymi — oto jest hasło, które W. Lenin rzucił młodzieży radzieckiej. Pokolenie, które jest dziś w wieku lat 15 — mówił on na III zjeździe młodzieży komunistycznej — będzie żyć w społeczeństwie komunistycznym i samo będzie je budować, powinno więc wiedzieć o tym, że podstawowym zadaniem w jego życiu jest budowa tego społeczeństwa. „Wy — zwracał się Lenin do Komsomolców — powinniście być pierwszymi budowniczymi komunistycznego społeczeństwa, wśród milionów budowniczych, do których należeć powinien każdy

* Teoria i praktika fiziczeskoj kultury Nr 7. 1950 r.

młody człowiek, każda młoda dziewczyna“*. „Młodzież — mówi towarzysz Stalin — to jest nasza przyszłość, nasza nadzieja towarzysze. Młodzież powinna zastąpić nas, starych, musi ona ponieść nasz sztandar do ostatecznego zwycięstwa“**. **

Dlatego właśnie wychowanie komunistyczne młodzieży jest też ważną i pierwszorzędną sprawą.

Spółceństwo komunistyczne w Związku Radzieckim pod przewodnictwem partii Lenina — Stalina budują ludzie pracy. Partia wzywa młodzież radziecką do świadomego, aktywnego udziału w komunistycznym budownictwie, w umocnieniu potęgi radzieckiego kraju, w tworzeniu nowych społecznych stosunków socjalistycznych. W tym celu młodzi budowniczowie komunizmu muszą być wychowani na gorących bojowników o sprawę leninowsko-stalinowską, muszą mieć szeroko rozwinięty umysłowy horyzont o postępowym komunistycznym światopoglądzie, o moralności komunistycznej.

Ważnym zadaniem staje się sprawa nowego wychowania starych pokoleń i wychowania nowych w duchu socjalizmu, niemożliwe jest to bez walki z dawnymi nawykami i przyzwyczajeniami, tradycjami i przesadami, odziedziczonymi po starym ustroju. Towarzysz Stalin mówi: „..... walka z tymi tradycjami i nawykami, obowiązkowe przewycięzanie ich we wszystkich dziedzinach naszej pracy, wreszcie wychowanie nowych pokoleń w duchu proletariackiego socjalizmu — stają się kolejnymi zadaniami naszej partii, bez przeprowadzenia których niemożliwe jest zwycięstwo socjalizmu“***.

W świetle tych zasad jednym z najważniejszych zadań wychowania komunistycznego jest gruntowne wykształcenie młodzieży radzieckiej. Nie można stać się aktywnym uczestnikiem budowy komunizmu nie otrzymawszy właściwego wykształcenia, nie opanowawszy wiedzy zdobytej przez ludzkość. Wychodząc z tego założenia Lenin i Stalin uporczywie nawołują młodzież radziecką do wytrwałej pracy naukowej. „.....Zadania młodzieży w ogóle, związków młodzieży komunistycznej i wszelkich innych organizacji w szczególności — mówił W. Lenin — można byłoby wyrazić jednym słowem: zadanie polega na tym, aby się uczyć“.

„.....związek młodzieży i w ogóle cała młodzież, która chce przejść do komunizmu, powinna uczyć się komunizmu“. „Komunistą można się stać tylko wtedy, gdy wzbogacisz swoją namieć znajomością wszystkich tych bogactw, które zdobyła ludzkość“****. Towarzysz Stalin zwrócił specjalną uwagę młodzieży radzieckiej na gruntowne opanowanie wiedzy. Występując w r. 1928 na VIII zjeździe WLKSM towarzysz Stalin podkreślił, że przebudowa całej gospodarki ludowej, a szczególnie gospodarki wiejskiej na zasadach socjalistycznych koniecznie wymaga wychowania nowych specjalistów spośród klasy robotniczej, z komunistów, z komsomolców, specjalistów, któ-

* Lenin: Dzieła, t. XXX, wyd. 3, str. 409.

** Stalin, Zasady leninizmu, wyd. 2, str. 420.

*** Stalin, „O wynikach XIII Zjazdu WKP(b)“, „Dzieła“, tom , str. 248.

**** Lenin, Dzieła, tom XXX, wyd. 3, str. 403, 405, 406, 407.

rzy potrafiliby budować przemysł, gospodarkę rolną, transport i handel.

„Aby budować — mówił towarzysz Stalin — należy umieć, należy opanować naukę. Ażeby umieć, należy się uczyć. Uczyć się wytrwale, cierpliwie. Przed nami stoi twierdza. Twierdza ta nazywa się nauką, z jej licznymi gałęziami wiedzy. Twierdzę tę musimy zdobyć za wszelką cenę. Młodzież musi ją zdobyć, jeżeli chce być budowniczym nowego życia, jeżeli pragnie zastąpić starą gwardię...“.

Opanować naukę, wykuć kadry bolszewików — specjalistów we wszystkich dziedzinach wiedzy. Uczyć się, uczyć się, uczyć się wytrwale — takie jest obecne zadanie. Masowy marsz młodzieży rewolucyjnej po naukę — oto co nam teraz potrzebne, towarzysze“.*

Mówiąc, że opanowanie wiedzy stanowi najważniejsze zadanie wychowania komunistycznego, że komunizm może być stworzony tylko na podstawie współczesnego wykształcenia, Lenin jednocześnie podkreślił i te warunki, przy których to wykształcenie będzie rzeczywiście naukowe, rzeczywiście niezbędne dla budowy komunizmu.

Szkoła radziecka powinna dawać uczącym się obszernie i gruntowne wiadomości i to w taki sposób, aby wiadomości te były przyswajane świadomie i krytycznie. Należy rozwijać i doskonalić pamięć każdego uczącego się znajomością podstawowych faktów, tak aby otrzymana wiedza była krytycznie przerobiona w jego świadomości.

„Powinniście nie tylko sobie je przyswoić — mówił W. Lenin — lecz przyswoić tak, aby ustosunkować się do nich krytycznie, nie obciążać umysłu niepotrzebnymi rupieciami, ale wzbogacić go znajomością wszystkich faktów, bez których nie do pomyślenia jest wykształcony człowiek“.**

Takie krytyczne przyswojenie zdobytej przez człowieka wiedzy możliwe jest tylko na podstawie wyłącznie naukowej marksistowsko-leninowskiej teorii, wykrywającej istotne prawa przyrody, życia społecznego na podstawie głębokiej wiedzy zasad dialektycznego i historycznego materializmu.

Takie wykształcenie powinno dać uczącym się sumę podstawowych, zdobytych przez ludzkość wiadomości, w taki sposób, aby z tego wykształcenia wypływał ich komunistyczny światopogląd, aby poglądy komunistyczne i twierdzenia nie były czymś wyuczonym, lecz czymś przemyślanym na podstawie zdobytej nowoczesnej wiedzy.

Najważniejszą wytyczną W. Lenina jest konieczność połączenia nauki, wychowania i wykształcenia z praktyką budownictwa socjalistycznego i wciągnięciem młodzieży do uczestnictwa w wielkiej walce narodu radzieckiego o ustrój komunistyczny. Należy tak prowadzić naukę w szkołach, aby ona łączyła się z pracą robotników i chłopów — mówił W. Lenin — aby nie sprowadzała się do opanowania wiedzy książkowej, aby nie ograniczała się pracą w murach

* Stalin, Dzieła, t. 11, str. 76—77.

** Lenin, Dzieła, tom XXX, str. 407.

szkolnych, lecz była powiązana z prawdziwym życiem, „żeby każdego dnia, w każdej wsi, w każdym mieście młodzież praktycznie rozstrzygała to lub inne zadanie wspólnej pracy, niechaj nawet najmniejsze, najprostsze“. „Być członkiem Związku Młodzieży, znaczy postępować tak, aby prace swą i siły swe oddać sprawie ogółu. Oto na czym polega wychowanie komunistyczne. Tylko w takiej pracy młodzieńiec lub dziewczyna przekształca się w prawdziwego komunistę“.*

Dla prawidłowego rozwoju umysłowego, dla wyszkolenia kadr świadomych robotników w każdej dziedzinie gospodarki ludowej, nie wystarczy samo tylko przyswajanie wiedzy. Konieczne jest, aby nauczanie miało komunistyczne i ideowo-polityczne nastawienie, aby organicznie łączyło się z polityką partii i rządu radzieckiego. Trzeba, uczy towarzyszy Stalin, przygotować ideologicznie nasze kadry we wszystkich dziedzinach pracy i zahartować je politycznie do tego stopnia, aby mogły one łatwo orientować się w wewnętrznej i międzynarodowej sytuacji, aby były zupełnie dojrzałe pod względem ideologii marksistowsko-leninowskiej, zdolne do podejmowania bez większych błędów — decyzji w kwestiach kierowania krajem.

Do tego konieczne jest, aby każdy młody człowiek, niezależnie od jego dziedziny pracy, do której się przygotowuje, stale podnosił poziom swego politycznego uświadomienia, powiązał organicznie swoje fachowe przygotowanie ze studiowaniem nauki marksizmu-leninizmu. „Wychowanie i formowanie młodych kadr odbywa się i u nas zwykle według poszczególnych gałęzi nauki i techniki, według specjalności. Jest to rzecz niezbędna i celowa. Nie ma potrzeby żeby specjalista medyk był jednocześnie specjalistą w dziedzinie fizyki czy też botaniki i odwrotnie. Ale istnieje jedna gałąź wiedzy, której poznanie winno być obowiązujące dla bolszewików wszystkich gałęzi nauki — jest nią marksistowsko-leninowska nauka o społeczeństwie, o prawach rozwoju społeczeństwa, o prawach rozwoju rewolucji proletariackiej, o prawach rozwoju budownictwa socjalistycznego, o zwycięstwie komunizmu. Leninowiec nie może być tylko specjalistą umiłowanej przez siebie dziedziny nauki — musi być jednocześnie politykiem-społecznikiem, żywo interesującym się losem swego kraju, obznajmionym z prawem rozwoju społeczeństwa, umiejącym posługiwać się tymi prawami i dążącym do tego, by być aktywnym uczestnikiem politycznego kierowania krajem“.**

Zagadnienie wykształcenia radzieckiej młodzieży Lenin i Stalin ściśle łączą z wyrobieniem moralności komunistycznej. „Trzeba aby cała praca nad wychowaniem, wykształceniem i nauczaniem młodzieży współczesnej — mówił W. Lenin — była wyrobieniem w niej moralności komunistycznej“***

Lenin gruntownie zbadał istotę moralności komunistycznej. Wykazał on całą kłamliwość filozofów burżuazyjnych, usiłujących prze-

* Lenin, Dzieła, tom XXX, str. 415, 417.

** Lenin, Dzieła, tom XXX, wyd. 3, str. 412.

*** Lenin, Dzieła, tom XXX, wyd. 3, str.410, 411, 413.

konać młodzież, że wymagania moralne mają charakter ogólnoludzki, poza klasowy lub nadklasowy.

„Nie wierzymy w wieczystą etykę i demaskujemy oszustwa wszelkich bajek o etyce“ — mówił Lenin. „My negujemy wszelką taką etykę wysnutą z pojęć o czymś pozaludzkim i pozaklasowym. Powiadamy, że to oszustwo, że to jest okłamywanie i tumanienie umysłów robotników i chłopów w interesie obszarników i kapitalistów“.*

Moralność z natury rzeczy jest zawsze klasowa, zasady moralności odzwierciedlają interesy tego społeczeństwa, w którym się tworzą i dla obrony interesów którego zostały powołane. Niezwykle przekonująco W. Lenin omówił ujemne strony moralności burżuazyjnej, której wszystkie cechy wypływają z zasady, na której opiera się społeczeństwo kapitalistyczne — z zasady własności prywatnej środków produkcji i związanej z tą zasadą nieskrępowanej eksploatacji mas pracujących przez kapitalistów.

„Dawne społeczeństwo opierało się na takiej zasadzie, że albo ograbiasz kogoś, albo ktoś ograbia ciebie, albo ty pracujesz na kogoś, i jesteś niewolnikiem, albo jesteś właścicielem niewolników“.

Wyzysk mas pracujących stwarza podstawę społeczno-ekonomicznych stosunków w społeczeństwie kapitalistycznym, które wychowują ludzi o moralności burżuazyjnej, tj. takich, którzy troszczą się tylko o siebie i swoje interesy nie dbając zupełnie o innych. Indywidualizm, egoizm, chciwość, zawiść, nienawiść, pochlebianie bogatym, okrucieństwo wobec bezbronnych i wyzyskiwanych, szowinizm, kosmopolityzm, gotowość do zdrady ojczyzny w celach zysku — to wszystko charakteryzuje moralne oblicze burżuazji.

„Takiej psychologii i takich nastrojów nie może mieć komuniści“.**

Normy i prawa moralności komunistycznej organicznie wypływają z interesów klasy robotniczej i z jej walki z uciskiem kapitalistycznym. „Dla nas etyka podporządkowana jest interesom klasowej walki proletariatu“ — mówił W. Lenin — „...etyka jest to, to, co służy zburzeniu dawnego, opartego na wyzysku społeczeństwa, i zjednoczeniu wszystkich pracujących wokół proletariatu, budującego nowe społeczeństwo komunistów“. „Etyka służy do tego, aby społeczeństwo ludzkie podniosło się wyżej, wyzwoliło się od wyzysku pracy“***.

W moralności komunistycznej — W. Lenin uczy — zawarta jest walka o umocnienie i wypełnienie dzieła komunizmu. Wszystko to, co w mniejszym lub większym stopniu nie idzie po linii interesów klasy robotniczej, co w jakikolwiek sposób przeszkadza w walce o budowę komunizmu — będzie niemoralne.

Wskazując na klasowy charakter moralności, określając łączność moralności komunistycznej z interesami klasy robotniczej i za-

* Lenin, Dzieła, tom XXX, wyd. 3, str. 410, 413.

** Lenin, Dzieła, tom XXX, wyd. 3, str. 412.

*** Lenin, Dzieła, tom XXX, wyd. 3, str. 410, 411, 413.

daniem budowy społeczeństwa komunistycznego Lenin i Stalin wykrywają i samą treść moralności komunistycznej, doskonałe cechy, którymi winni wyróżniać się ludzie radzieccy: twórczy patriotyzm sowiecki.

Miłość do Ojczyzny socjalistycznej, wierność narodowi, socjalistyczny stosunek do pracy i społecznej własności, poczucie zespołowości, surowa, świadoma dyscyplina, zdolność organizowania się, męstwo, zdolność niezrażania się żadnymi przeszkodami na drodze do osiągnięcia postawionego przed sobą wielkiego celu, bohaterstwo, gotowość do całkowitego poświęcenia dla narodu, siła duchowa, radość życia, humanitaryzm i inne liczne zalety moralne charakteryzują ludzi radzieckich.

Źródło tych wielkich zalet, istota moralnych norm, które są wymagane od ludzi radzieckich, wypływają z twórczych celów Wielkiej Rewolucji Październikowej, z zadań związanych z budowaniem nowego społeczeństwa komunistycznego, realizowanych w Kraju Rad.

O patriotyzmie — jednej z najważniejszych cech komunistycznej moralności — W. Lenin pisał:

„Czy obce jest nam, świadomym proletariuszom wielkoruskim, uczucie dumy narodowej? Oczywiście nie. Kochamy swój język i swoją ojczyznę, pracujemy najwięcej nad tym, aby jej masy pracujące, czyli 9/10 jej ludności podnieść do poziomu świadomych demokratów i socjalistów“.*

W tych słowach mieści się prawdziwa istota patriotyzmu: to nie jest uczucie sentymentalne, nie zwykłe zachwycanie się pięknem rodzinnego kraju, to duma radzieckiego narodu i jego osiągnięć we wszystkich dziedzinach kultury i to jest zarazem aktywne dążenie do polepszenia życia mas pracujących, do podniesienia jego kultury, do rozwoju świadomości politycznej.

Tę tezę W. Lenina rozszerzył dalej towarzysz Stalin wskazując na żywotny charakter radzieckiego patriotyzmu, pobudzający ludzi radzieckich do wielkich czynów w budownictwie socjalistycznym i obronie Ojczyzny.

„Siła patriotyzmu radzieckiego — mówił towarzysz Stalin — polega na tym, że podstawą są nie przesady rasowe czy nacjonalistyczne, lecz głębokie oddanie i wierność narodu wobec swej Ojczyzny Radzieckiej, bratnia przyjaźń mas pracujących wszystkich narodów naszego kraju. Patriotyzm radziecki kojarzy harmonijnie tradycje narodowe i ogólne interesy żywotne całego ludu pracującego Związku Radzieckiego. Patriotyzm radziecki nie dzieli, lecz przeciwnie, zespala wszystkie narody i narodowości naszego kraju w jedną bratnią rodzinę“.**

Doniosłe znaczenie w pedagogice marksistowsko-leninowskiej ma problem wychowania nowego człowieka epoki socjalistycznej.

* Lenin, Dzieła, t. XXI, str. 127.

** Stalin, „O Wielkiej Wojnie Narodowej“, 1946, str. 160 — 161.

Lenin głęboko wierzył w twórcze siły narodu, widział w narodzie niewyczerpane źródło utalentowanych ludzi, zdolnych do tworzenia nowego życia.

Lenin w swych licznych przemówieniach z miłością szkicował obraz człowieka epoki socjalistycznej, nawoływał do twórczości i inicjatywy w wychowaniu cennych zalet nowego człowieka, do stanowczej i nieustępliwej walki z ohydnyimi naleciałościami, które nagromadziły się w charakterze człowieka, żyjącego w warunkach kapitalizmu.

Lenin uczył, że główną cechą człowieka epoki socjalistycznej musi być głęboki komunistyczny światopogląd, oparty na jasnym, naukowym zrozumieniu historycznego rozwoju społeczeństwa, światopogląd wyjaśniający mu cel jego życia, podporządkowujący jego życie ideom tworzenia i umacniania nowego, postępowego, socjalistycznego społeczeństwa, światopogląd znajdujący swój wyraz w aktywnej walce przeciw wyzyskiwaczom. W tym on widział podstawę moralności komunistycznej. Postępowy człowiek epoki socjalistycznej powinien być nie tylko dobrze wykształcony, ale również posiadać znajomość zasad współczesnej kultury techniki, propagować ją, znać nowoczesne sposoby podporządkowania sobie siły przyrody, pracować najbardziej wydajnie.

Człowiek epoki socjalistycznej, opanowując kulturę przeszłości, musi zarazem posiadać wyczucie współczesności, nie zatrzymywać się na tym, co już zdobył, i wszystkimi siłami dążyć do rozwiązywania coraz nowych zadań wyłanianych przez życie. Od niego — uczył Lenin — należy oczekiwać większego zainteresowania zagadnieniami przyszłości, a nie przeszłości. Stając się aktywnym bojownikiem o utworzenie i umocnienie komunistycznego społeczeństwa, człowiek naszej epoki powinien wyróżniać się mocnymi zasadami i być nieustępliwym w walce. Człowiek postępowy musi łączyć w jedno, zrozumienie celu, do którego dąży, z rewolucyjnym hartem i nieprzejednanym stanowiskiem w obronie postępowych idei.

Człowiek epoki socjalistycznej powinien wyróżniać się prostotą i szczerością w stosunku do ludzi.

Jednocześnie Lenin podkreśla konieczność rozwoju w człowieku cech humanitarnych, poczucia ludzkości, taktownego stosunku do ludzi.

Za dodatnią cechą człowieka socjalistycznego epoki Lenin uważał skromność, brak zarozumiałości, będąc nawet obdarzonym talentem, zajmując odpowiedzialne stanowisko w społeczeństwie powinno się być skromnym i nie okazywać swej wyższości. Włodzimierz Iljicz sam był przykładem wyjątkowej skromności.

„Przyjęte jest — pisze o nim towarzysz Stalin — że wielki człowiek winien się zazwyczaj spóźniać na zebrania, aby członkowie zebrania z biciem serca oczekiwali jego pojawienia się“. „...Jakież było moje rozczarowanie, kiedy dowiedziałem się, że Lenin przybył na zebranie wcześniej niż delegaci i gdzieś w jakimś kącie, prowadził naj-

zwyczajniej w świecie rozmowę, z najzwyczajniejszymi delegatami konferencji“.*

Obowiązkową cechą nowego człowieka powinna być radość życia, odwaga duchowa, Lenin był wrogiem wszelkiego przygnębienia, nawet jeżeli były ku temu poważne powody. Sam był zawsze pełen energii i nawoływał, jak wspomina towarzysz Stalin, aby „nie utyskiwać w wypadku porażki“. Był on nieprzejednanym wrogiem wszelkich depresji duchowych i „lubowania się“ w swych nieszczęściach. A. Gorki podkreśla wyjątkowo ważną cechę w charakterze Lenina — jego zdecydowany i bezkompromisowy stosunek do wszelkiego rodzaju niepowodzeń ludzkich, jego niezachwianą wiarę w to, że klęski życiowe dają się usunąć i że człowiek może i powinien z nimi skutecznie walczyć, nazywa on ten zasadniczy rys charakteru W. Lenina „walczącym optymizmem materialisty“.

Charakterystyczną cechą człowieka z socjalistycznej epoki winna być ścisła i świadoma dyscyplina. W. Lenin zdecydowanie walczył przeciwko drobnoburżuazijnemu anarchizmowi w kwestiach dyscypliny, który w swoim czasie głosił pewien odłam inteligencji. Fabryka, mówił on, zjednoczyła, zdyscyplinowała proletariat i nauczyła go organizacji. W warunkach kapitalizmu robotnicy przyzwyczajają się do formalnej dyscypliny, właściwej psychologii człowieka niewolnego i związanej z dążeniem do wyzwolenia się od przymusowej pracy, z myślą, aby wyrwać właścicielowi jeden kęsek więcej, a pracować jak najmniej. Wyższa forma dyscypliny pracy możliwa jest tylko w społeczeństwie socjalistycznym, opartym na świadomym dążeniu wolnych ludzi pracy do podniesienia jakości i ilości swej produkcji dla ogólnego pożytku. Tylko taka świadoma dyscyplina może być rzeczywiście żelazna i prowadzić do bezwzględного posłuszeństwa w interesach sprawy ogólnej.

„Należy utrwalić to, co wywalczyliśmy — mówił Lenin — to, cośmy dekretowali, uprawomocniali, omawiali, zaplanowali, ująć w trwałe formy powszechnej dyscypliny pracy. To jest najtrudniejsze, lecz i najwdzięczniejsze zadanie, gdyż tylko jego rozwiązanie doprowadzi nas do ustroju socjalistycznego. Należy umieć połączyć burzliwy, bijący wartkim potokiem, występujący z brzegów wiecowy demokratyzm mas pracujących z żelazną dyscypliną pracy, z bezwzględnym posłuszeństwem woli jednego człowieka, radzieckiego kierownika w czasie pracy“.**

Lenin zwracał wielką uwagę na stosunek radzieckich ludzi do zleconej im pracy. W sposób bezwzględny biczował on wszelkie przejawy „obłomowszczyzny“, niedbałości, zarozumiałości w pracy. Człowiek nowej epoki nie powinien chełpić się czynami przebrzmiałymi, lecz wytrwale pracować nad opanowaniem nowych form pracy, przejawiać nieustanną pożyteczną działalność, dążyć do praktycznych rezultatów.

— „Dla komunistów — mówił Lenin — cała moralność zamyka

* Stalin, „O Leninie“ — Gospolizdat, 1950, str. 35.

** Lenin, Dzieła, tom XXVII, wyd. 4, str. 241.

się w zwartej i solidarnej dyscyplinie, walce masowej przeciw wyzyskiwaczom“.*

„Dyscyplina ta powinna wypływać ze świadomego ustosunkowania się mas pracujących do zleconej im pracy, w rozumieniu przez nie społecznego znaczenia swojej pracy“. „...żelazna dyscyplina nie wyklucza, lecz zakłada z góry świadomość i dobrowolność podporządkowania się, gdyż tylko świadoma dyscyplina może być rzeczywiście żelazną dyscypliną — mówi towarzysz Stalin“.**

Wiele uwagi w sprawie komunistycznego wychowania mas pracujących Lenin i Stalin poświęcają zagadnieniu wychowania fizycznego. Rozpatrują je oni jako nieodłączną część wychowania komunistycznego, widząc w połączeniu wysiłku fizycznego z wychowaniem umysłowym i gimnastyką, jak pisał jeszcze Karol Marks****, „jedyne sposoby wychowania wszechstronnie rozwiniętych ludzi. Rozpatrują przy tym zadania wychowania fizycznego nie abstrakcyjnie, jako konieczny warunek wszechstronnego rozwoju w ogóle, ale organicznym związkiem z powszednimi zadaniami wychowania komunistycznego młodzieży radzieckiej.

Głównym podstawowym zadaniem wychowania komunistycznego jest przygotowanie aktywnych budowniczych społeczeństwa komunistycznego, gorących i ofiarnych bojowników za sprawę Lenina - Stalina. Tym celom powinny być podporządkowane również zadania wychowania fizycznego młodzieży. Na organiczną łączność wychowania fizycznego z przygotowaniem aktywnych bojowników za sprawę komunizmu wskazuje Centralny Komitet WKP(b) w uchwale swej z roku 1932, o pracy Pionierskiej Organizacji: „Walkę o zdrowe zastępy winny przenikać wskazania Lenina o tym, że właśnie do tej młodzieży należy zadanie zakończenia i uwieńczenia dzieła komunizmu, właśnie przed nią stoją jeszcze walki o komunizm, do tych walk winna ona przystąpić, silna, zdrowa ze stalowymi nerwami i żelaznymi mięśniami“*****

Uchwała ta weszła jako założenie całego systemu wychowania fizycznego i znalazła swój wyraz w zatwierdzonym przez rząd kompleksie odznaki sprawności fizycznej „Gotów do pracy i obrony ZSRR“. W uchwale o kompleksie GTO mówi się, że mają one za swój cel „wszechstronne wychowanie fizyczne, wychowanie zdrowych, odważnych i pełnych radości życia patriotów-obrońców Kraju radzieckiego, aktywnych budowniczych społeczeństwa komunistycznego“. *****

Występując ze sprawozdaniem politycznym w roku 1930 na XVI zjeździe partii — Stalin wskazał, że w Związku Radzieckim zostały stworzone wszelkie warunki do tego, aby wychować nowe pokolenie robotników zdrowych i pełnych radości życia, zdolnych podnieść po-

* Lenin, Dzieła, tom XXX, str. 413.

** Stalin — „Zagadnienia leninizmu“, wyd. II-e, str. 73.

*** Marks i Engels, „Dzieła“, tom XVII, str. 531.

**** Uchwała Partii i Rządu o szkole — Uczpedgiz 1939, str. 16.

***** „Ustawy o normach GTO“.

tegę radzieckiego kraju na należyta wyżynę i bronić go piersią przed napaścią wroga“.*

Każde słowo w tym wystąpieniu towarzysza Stalina, najlepszego przyjaciela radzieckich sportowców, ma dla nas wielkie znaczenie dla zrozumienia celu i zadań wychowania fizycznego radzieckiej młodzieży. Podkreślone jest w nim zadanie wychowania zdrowego rześkiego pokolenia, pokolenia przepełnionego zarazem ideałami komunistycznymi, dążącego do aktywnego udziału w budowie komunizmu w naszym kraju, przygotowanego do pracy socjalistycznej, zdolnego swym wysiłkiem podnieść potęgę kraju radzieckiego na wysoki poziom, zostało wreszcie wysunięte zadanie takiego przygotowania dorastającego pokolenia, aby nie żałowało życia w obronie swojej socjalistycznej ojczyzny przed napaścią wroga.

Wszystko to mówi o naturalnej łączności wychowania fizycznego w Związku Radzieckim z wychowaniem komunistycznym, które w swych celach i zadaniach powołane jest do wychowania aktywnych budowniczych społeczeństwa komunistycznego, a w swej treści i metodach zapewnia rozwój osobowości człowieka radzieckiego pod względem umysłowym, moralnym, produkcyjnym i fizycznym. Nauka Lenina-Stalina o fizycznym wychowaniu komunistycznym została postawiona na niebywalej wyżyźnie w historii pedagogiki.

Partia komunistyczna zawsze podkreślała łączność wychowania fizycznego z codziennymi zagadnieniami budownictwa komunistycznego w naszym kraju. „Młode pokolenie radzieckie — mówił tow. Żdanow — powinno umocnić siły i potęgę socjalistycznego kraju radzieckiego, w pełni wykorzystać siły dynamiczne społeczeństwa radzieckiego do nowego niebywałego rozkwitu naszego dobrobytu i kultury. Do tych wielkich zadań młode pokolenie winno być wychowane na ludzi mocnych, krzepkich, nieustraszonych, odważnie idących na przeciw wszelkim przeszkodom i umiejących je zwalczać“.**

Centralny Komitet WKP(b) w swej uchwale z dnia 27 grudnia 1948 r. zmierzającej do rozwoju masowej kultury fizycznej w ZSRR i do podniesienia poziomu sportowców radzieckich, uznał kulturę fizyczną jako jeden z ważnych środków komunistycznego wychowania mas pracujących, polepszenia ich zdrowia i przygotowania radzieckiego narodu do pracy i do obrony socjalistycznej Ojczyzny.***

Siła, wytrwałość, męstwo w połączeniu z wszechstronnym wykształceniem, wysokimi moralnymi zaletami i bolszewicką świadomością swych celów — słusznie uważa się za podstawowe cechy człowieka radzieckiego.

Kalinin mówił: „Często pytają nas, jakie jest oblicze przyszłego, komunistycznego człowieka? Chciałbym, aby człowiek radziecki był zdrow, silny, wytrzymały i nieprzejednany w stosunku do wrogów

* Stalin, Sprawozdanie polityczne Komitetu Centralnego XVI zjazdu WKP(b).

** A. A. Żdanow — Referat o wydawnictwach, „Zwiezda“ i „Lenin-grad“ 1946 r.

*** Gazeta „Kultura i życie“ Nr 1 — 1949 r.

naszej ojczyzny, aby umiał doskonale walczyć za swój naród, za całkowite zwycięstwo komunizmu... Z tego wynika, że należy stać się silnym, zręcznym, wytrzymałym, zdolnym wytrzymać każdą próbę i przezwyciężyć wszelkie trudności“.*

Stworzony przez Lenina i Stalina socjalistyczny radziecki ustrój społeczny i państwowy przekształcił u swych podstaw społeczne stosunki w naszym kraju. W ZSRR zlikwidowane zostały klasy wyzyskujące, stworzony został potężny przemysł socjalistyczny i zespolone gospodarstwo rolne, wyrosło nowe pokolenie ludzi radzieckich, dla których praca jest sprawą honoru, jest dowodem dzielności i bohaterstwa. Wyjątkową cechą człowieka radzieckiego stał się jego stosunek do pracy, dążenie do podniesienia wydajności, świadoma dyscyplina pracy, poszanowanie własności społecznej. Ludzie radzieccy słusznie dumni są ze swej socjalistycznej kultury, swej przynależności do najbardziej postępowego ustroju społecznego.

Wielka Wojna Narodowa narodu radzieckiego z niemiecko-faszystowskimi zaborcami w pełni wykazała wspaniałe zalety ludzi radzieckich, których z taką miłością wychowywali Lenin i Stalin, a przede wszystkim — ich niewyczerpaną energię i niezłomną wolę zwycięstwa. Lenin mówił, że ludzie radzieccy powinni wyróżniać się stanowczością i wytrzymałością w walce z trudnościami, nie okazywać wahania i słabości charakteru, wytrwale dążyć do osiągnięcia wytkniętego celu, nie zważając na chwilowe niepowodzenia.

„Wielki Lenin, twórca naszego Państwa, mówił, że główną cechą ludzi radzieckich powinna być śmiałość, męstwo, nieustraszonność w walce, gotowość do boju wraz z całym narodem przeciwko wrogom naszej Ojczyzny.

Jest rzeczą konieczną, aby ta wspaniała zaleta bolszewika stała się dorobkiem niezliczonych milionów naszych bojowników Armii Czerwonej, Naszej Floty Czerwonej i wszystkich narodów Związku Radzieckiego“, mówił towarzysz Stalin.**

W postaci towarzysza Lenina widzi towarzysz Stalin najlepsze cechy, które powinny być wpajane w ludzi radzieckich. Zwracając się do wyborców towarzysza Stalin zalecał im wymagać od swych delegatów, aby w swej pracy nie spadali do poziomu obywateli politycznych, lecz stali na posterunku politycznych działaczy typu leninowskiego, aby byli takimiż wyraźnymi i zdecydowanymi działaczami, nieustraszonymi w walce i nieprzejednanymi w stosunku do wrogów narodu, jakim był Lenin, aby byli wolni od wszelkich objawów paniki podobnie jak towarzysz Lenin, „aby byli równie mądrzy i rozważni przy rozstrzyganiu ważnych zagadnień, przy których potrzebna jest bystra orientacja i rozważanie wszystkich plusów i mi-

* M. J. Kalinin — „O wychowaniu Komunistycznym“, wyd. 2, „Młoda Gwardia“, 1946, str. 102, 103.

** Stalin — „O Wielkiej Wojnie Narodowej Związku Radzieckiego“, Gospolitizdat, 1949, str. 13, 14.

nusów, jak potrafił to robić Lenin, aby byli równie prawi i uczciwi jak Lenin, aby wreszcie kochali swój naród tak, tak jak kochał go Lenin“.*

Wielki Stalin, genialny współbojownik Lenina, który kontynuuje jego dzieło, który doprowadził nasz kraj do pomyślnego zakończenia budowy socjalizmu, wytrwale walczy o wychowanie w narodzie radzieckim bolszewickich, leninowskich cech charakteru i siły woli.

Towarzysz Stalin przedłużył, rozwinął i wcielił w życie naukę Lenina o wychowaniu komunistycznym. W utworzonym przez Lenina i Stalina państwie radzieckim w pełni realizuje się cełe komunistycznego wychowania. Naród radziecki stał się ostoją kultury światowej i cywilizacji, przedstawicielem najbardziej postępowej ideologii i wszystkich najlepszych cech człowieka, pokazał w zwycięskiej wojnie z faszyzmem niedoścignione wzory bohaterstwa i ofiarności w walce o ideały przodującej, postępowej ludzkości.

Naród radziecki śmiało i pewnie patrzy w przyszłość. Świadomość odpowiedzialności przed narodem zmusza ludzi radzieckich do stawienia sobie wysokich wymagań oraz do troski o stałe doskonalenie się i wyrabianie w sobie wybitnych cech ludzi socjalistycznej epoki.

W tym doniosłym dziele prowadzi ich niezwykła postać wielkiego Lenina i z nową siłą dźwięczą słowa towarzysza Stalina:

„Pamiętajcie — kochajcie i studiujcie Iljicza, naszego nauczyciela, naszego wodza. Walczcie i zwyciężajcie wrogów wewnętrznych i zewnętrznych, tak jak uczył Iljicz. Budujcie nowe życie, nowe bytowanie, nową kulturę według jego wskazań“.**

* Stalin — „O Leninie“, Gospolitizdat, 1950, str. 79.

** Lenin; „Dzieła“, tom VII, str. 15.

MANIFEST II ŚWIATOWEGO KONGRESU POKOJU DO NARODÓW ŚWIATA

Wojna grozi ludzkości — dzieciom, kobietom, mężczyznom.

Organizacja Narodów Zjednoczonych nie spełnia nadziei narodów na zachowanie pokoju i spokojnego życia. Życie ludzkie i dobrobycie ludzkiej kultury są w niebezpieczeństwie!

Narody chciałyby mieć nadzieję, że Organizacja Narodów Zjednoczonych zdecydowanie nawróci do tych zasad, na jakich została utworzona po drugiej wojnie światowej, utworzona w tym celu, aby zapewnić wolność, pokój i wzajemne poszanowanie między narodami.

Ale narody świata pokładają jeszcze więcej nadziei w sobie samych, w swej zdecydowanej postawie i w swej dobrej woli. Dla każdego rozsądnego człowieka jest rzeczą jasną, że ten, kto twierdzi, iż wojna jest nieunikniona, szkaluje ludzkość.

Czytając to orędzie przyjęte w imieniu narodów 80 krajów na II Światowym Kongresie Pokoju w Warszawie, pamiętajcie, że walka o pokój jest waszą własną najżywotniejszą sprawą. Wiedźcie, że setki milionów obrońców pokoju, zjednoczywszy się wyciągają do was dłoni. Wzywają was do udziału w najszlachetniejszej walce, jaką kiedykolwiek toczyła ludzkość wierząca głęboko w swoją przyszłość.

Na pokój się nie czeka. Pokój trzeba zdobyć.

Zjednoczmy nasze wysiłki i żądajmy zaprzestania wojny, która dziś pustoszy Koreę, a jutro grozi pożarem całemu światu.

Wystąpimy przeciw próbom ponownego rozpalenia ognisk wojny w Niemczech i Japonii.

Wraz z 500 milionami ludzi, którzy podpisali Apel Sztokholmski, domagamy się zakazu używania broni atomowej, powszechnego rozbrojenia, kontroli, wykonania tych zarządzeń. Ścisła kontrola powszechnego rozbrojenia i zniszczenia broni atomowej jest technicznie możliwa. Trzeba tylko tego chcieć.

Zmusimy do przyjęcia ustaw, które karzą za propagandę wojny.

Przedstawimy posłom do naszych Parlamentów, naszym rządowi i Organizacji Narodów Zjednoczonych nasze propozycje w obronie pokoju, opracowane przez II Światowy Kongres Obrońców Pokoju.

Sily pokoju we wszystkich krajach są wystarczająco wielkie, głos ludzi pokoju jest dość potężny, aby wspólnymi siłami nalegać na spotkanie przedstawicieli pięciu wielkich mocarstw.

II Światowy Kongres Obrońców Pokoju dowiódł z niebywałą siłą, że ludzie, którzy zjechali się z pięciu części świata, mimo różnicy poglądów, mogą się między sobą porozumieć, aby zapobiec klęsce wojny i ocalić pokój.

Niechaj rządy postępują podobnie, a sprawa pokoju będzie uratowana.

SPORTOWCY W PIERWSZYM SZEREGU BOJOWNIKÓW O POKÓJ

Na II Światowym Kongresie Pokoju w Warszawie, między delegatami 80 narodów, kultura fizyczna reprezentowana była przez 9 znanych zawodników i działaczy sportowych. W ich liczbie znaleźli się przedstawiciele 7 krajów, wśród których byli lekarze, działacze i zawodnicy. Spośród nich najbardziej znaną osobistością była przedstawicielka Związku Radzieckiego, mistrzyni świata w jeździe szybkiej na lodzie — Maria Isakowa. Polskich sportowców reprezentowała mistrzyni świata w gimnastyce, Helena Rakoczy.

Wysunięcie na Kongres delegatów — przedstawicieli sportu świadczy o znaczeniu i roli jaką w dzisiejszej dobie ta dziedzina odgrywa.

Sport — tak jak inne środki kształtowania i oddziaływania na młode pokolenie, może być użyty dla celów pokoju lub dla celów wojny.

Wychowanie fizyczne i sport, kierowane przez podżegaczy wojennych opiera się na wykorzystaniu cech psychofizycznych człowieka, jako bazy rozwojowej dla najniższych instynktów — tak jak to miało miejsce w hitlerowsko-faszystowskim systemie wychowawczym, stosowanym obecnie przez imperialistów amerykańskich. Wychowanie fizyczne w pojęciu postępowej nauki, to środek do zwiększenia sprawności fizycznej, podniesienia stanu zdrowia narodów, pomnożenia siły budowniczych lepszego jutra ludzkości, wychowania młodzieży w duchu międzynarodowej solidarności sił postępu — jeden ze środków walki o stały pokój.

Postawa sportowców ZSRR, Polski i innych krajów demokracji ludowej i ich wyniki osiągnięte zarówno w pracy zawodowej jak i sportowej, w związku z zobowiązaniami podjętymi na cześć II Światowego Kongresu Pokoju, są tego dostatecznym dowodem.

W Związku Radzieckim na wartach pokoju stanęli między innymi: A. Tichonow, mistrz ZSRR w podnoszeniu ciężarów, S. Gromow zasłużony mistrz sportu, trener N. I. Sokołow wraz z 160 czołowymi zawodnikami klubu „Torpedo” — osiągając 300 — 400% normy produkcyjnej; młodzieżowo sportowe brygady „Budowlanych” (Stroitieli) — 250% normy i młodzieżowo sportowe brygady klubu „Górniki” (Szachtior), które w Krasnodonie na Wartach Po-

koju osiągnęły 130 i 140% normy wydobywania. W dążeniu do upowszechnienia i podniesienia poziomu sportu, w związku z odbywającym się Kongresem, szereg klubów, podobnie jak Zrzeszenie „Lokomotywa“ wykonało przedterminowo państwowy plan przygotowania i osiągnięcia odznak GTO. Górnicy Kirgiskiej Republiki Radzieckiej plan ten przekroczyli o 130 osób, a zrzeszenie „Spartak“ moskiewskiego okręgu o 235 osób. W ich ślady pośpieszyło całe radzieckie społeczeństwo sportowe.*

W Polsce, w czasie trwania Kongresu, na ręce Heleny Rakoczy, wpływały ze wszystkich stron kraju listy od Zrzeszeń i poszczególnych sportowców z prośbami, aby na Kongresie, podkreśliła gotowość sportowców polskich do czynnej walki o pokój przez osiągnięcia produkcyjne i sportowe, przez podnoszenie poziomu ideologicznego i szkolenie nowych kadr. Prośby te poparte były meldunkami o podjęciu i wykonaniu masowych i indywidualnych zobowiązań. I tak 12 kół zakładowych „Związkowca“ — Gdańsk, ZS Stal — „Nowa Huta“, „Stal“ — Stocznia Gdańska, „Ogniwo“ — Kraków i szereg innych stanęły na „Wartach Pokoju“ przekraczając w wysokim procencie normy produkcyjne, a uczestnicy obozu hokeistów CWKS w Katowicach przepracowali w kopalni „Katowice“ jedną dniówkę, wydobywając 80 ton węgla. Członkowie sekcji motocyklowej Zrzeszenia „Związkowiec“ Warszawa zgłosili się wraz z motorami do pracy w Komitecie Organizacyjnym II Kongresu Pokoju. W ramach zobowiązań dla uczczenia Kongresu w całym kraju masowo odbywały się imprezy sportowe.

Czołowi sportowcy polscy Verej, Jędrzejowska, Skonecki, Fokt, Cieślík, Suchecki, Wójcik, Wrzesiński i inni wysłali z tej okazji listy do zawodników — przyjaciół z innych krajów pozdrawiając ich i wzywając do podjęcia wspólnej walki i pracy dla utrzymania pokoju.

Ta postawa świata sportowego świadczy o zrozumieniu przez nich zadań, stojących przed polskim ruchem sportowym. Świadczy również o tym, że prawdziwie wolny, powszechny i masowy ruch sportowy jest nieodłącznie związany z twórczą radością pracy i wiary w lepszą przyszłość i że możliwy jest jedynie w krajach wolnych od wyzysku, przemocy i groźby wojny.

Manifest II Światowego Kongresu Pokoju i jego uchwały wytyczają kierunek dalszej pracy w dziedzinie kultury fizycznej. W oparciu o doświadczenia i osiągnięcia nauki i sportu radzieckiego, przyjaznej współpracy z miłującymi pokój narodami świata, a w pierwszym rzędzie krajami demokracji ludowej, ruch sportowy w Polsce stanie się jeszcze bardziej powszechny i głębiej przeniknie do najszerszych mas pracujących. Wykorzystując w całej pełni właściwe sobie środki wychowawcze, w pierwszym szeregu walki o pokój, który jest „naszą najżywotniejszą sprawą...“ do udziału w najszlachetniejszej walce, jaką kiedykolwiek toczyła ludzkość, wierząca głęboko w swoją przyszłość.

* „Fizkultura i Sport“, Nr 10, 1950 rok.

NA NOWYCH DROGACH NAUKOWEJ PODBUDOWY WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU

Wykład na inauguracji roku akademickiego 1950/51

Powszechna mobilizacja postępowych sił twórczych w narastającej walce o pokojowe jutro objęła, siłą faktu, wszystkie dziedziny nauki. W ramach planowanej rzeczywistości nauka przestała być sprawą niemal „prywatną“, istniejącą w pozornej niezależności od bieżącego życia. Staje się ona natomiast coraz potężniejszym narzędziem w utrwalaniu nowego porządku społecznego i postępu. Zyskuje na aktualności i uznaniu jako odbicie realnych potrzeb i przejawów współczesnego bytu. Wobec wzrastających zamówień społecznych, wysuwanych przed nauką, przeżytkiem są dziś dawne poglądy, że bezpośrednie wiązanie teoretycznej wiedzy z zagadnieniami natury praktycznej jest swego rodzaju degradacją nauki, sprowadzeniem jej z wyżyn wiedzy czystej. Naukowe dyscypliny, które mogą odegrać rolę czynnika cementującego fundamenty nowego bytu, zajmują pełne prawo obywatelstwa i przodujące miejsce.

Te właśnie przemiany tłumaczą szczególną aktualizację i rozwój nauk o człowieku, o niepodzielnej jedności biologicznej i psychicznej istoty jego aktywności. Ilustracją niezwyklej rozkwitu osiągnięć w tej dziedzinie są rewelacyjne zdobycze rosyjskiej i radzieckiej szkoły fizjologicznej, stwarzające nową epokę w fizjologii człowieka, epokę Pawłowską.

Odkrycia Pawłowa oraz wysunięte przez niego metody badania żywego ustroju w naturalnych warunkach istnienia zmuszają do radykalnej rewizji całości dotychczasowych zapatrywań na funkcjonalne przejawy żywego ustroju zarówno w tzw. normie jak w stanach patologicznych. Punktem wyjścia do nowej interpretacji zjawisk biologicznych i dalszego postępu fizjologii człowieka jest podstawowa teza nauki Pawłowa, że „zwierzęcy organizm jest nadzwyczaj złożonym układem, zawierającym nieskończony szereg części składowych, nie tylko powiązanych ze sobą, lecz związanych również w postaci niepodzielnego kompleksu z otaczającą przyrodą“.

Ta teza o jedności czynników zewnętrznych i wewnętrznych w całości życiowej aktywności organizmu przesądza o konieczności zerwania z dotychczasowym oparciem wiedzy o dynamice ustroju ludzkiego na niemal wyłącznej metodzie analitycznej.

Analityczna metoda badania rozbudowana na podłożu światopoglądu idealistycznego, w całkowitym oderwaniu od nieobojętnych dla ustroju wpływów zmiennej sytuacji i warunków bieżącego życia, nie mogła zdecydować o istotnym postępie fizjologii i psychologii człowieka. Cały dorobek tzw. fizjologii klasycznej, zdobyty w głównej mierze w wyniku dalekich od rzeczywistych warunków eksperymentu na zwierzętach i w mniejszym stopniu na samym człowieku, pozostaje zatem czystą teorią, nie oddającą całej pełni zmienności i rozwoju zjawisk funkcjonalnych. Nagromadzony materiał doświadczalny poucza wyłącznie o stereotypowych mechanizmach fizjologicznych, nie uwzględniając należycie dostosowawczej plastyczności indywidualnych cech reagowania. Cechy te mogą być wykryte tylko przy szerszym oparciu się na danych ewolucji funkcji oraz przy wzięciu pod uwagę historii rozwoju jednostki, jej więzi ze środowiskiem społecznym jak również uwzględnieniu bytu i pracy, stanów emocjonalnych, bogatego świata osobowości ludzkiej, a więc wszystkiego, co decyduje w sumie o typie reagowania i zachowania się człowieka.

Nie ulega wątpliwości, że duże zaległości wiedzy w omawianym zakresie są wynikiem statyczności dawnej metody naukowej, nie uwzględniającej tych ciągłych przemian rozwojowych ustroju ludzkiego, które są odbiciem zmieniających się wpływów zewnętrznego świata i stosunków międzyludzkich.

Zdecydowany zwrot do teorii i metody materializmu dialektycznego wraz z odrzuceniem mechanistycznego poglądu o niezmienności zjawisk i działaniu sił przyrody przerwał ten stan zastoju w myśleniu naukowym. Wychodząc z rewolucyjnych założeń Seczenowa o odruchowej naturze najwyższych czynności mózgu, Pawłow odsłania istotę i mechanizmy tych dotąd niezgłębianych czynności. Obala jednocześnie rozpowszechnione mniemanie o stereotypowym charakterze odruchu, który w myśl klasycznych poglądów ma być zależny od niezmiennych własności morfologicznych elementów łuku odruchowego. W bogatym repertuarze wzajemnych oddziaływań organizmu i świata zewnętrznego wykrywa Pawłow podstawowe prawa dynamiki kory mózgowej, jako nieodzownego ognia w powstawaniu dotąd nieznannej postaci odruchu warunkowego.

Ujawnienie procesów tworzenia się odruchów warunkowych w rezultacie powstawania czasowych połączeń międzyśrodkowych przy zbieganiu się w czasie dwu bodźców, jednego — obojętnego dla danej funkcji i drugiego — dla tej funkcji specyficznego, odsłoniła tajemnicę niezwyklej plastyczności dostosowawczych reakcji zwierzęcia na zmienne wpływy środowiska.

Okazało się, że obojętny początkowo, czyli warunkowy, bodziec nabiera zdolności wywoływania każdej czynności po powtórnym lub

kilkakrotnym działaniu w tym samym czasie, w jakim działa bodziec specyficzny, wywołujący bezwzględne, czyli bezwarunkowe pobudzenie tej czynności. Tego rodzaju możliwość uruchomienia każdej funkcji poprzez jakikolwiek bądź punkt czuciowej powierzchni ustroju stanowi istotę odruchów warunkowych, które w odróżnieniu od odruchów bezwzględnych, wytworzonych w wyniku filogenezy, są zatem reakcjami nabytymi. Powstają one w ciągu indywidualnego doświadczenia zwierzęcia, decydując o całym obrazie jego zachowania się i zdolności dostosowawczej do zmiennych warunków otaczającego świata.

Odkrycie, że właśnie kora półkul mózgowych jest miejscem tworzenia się tych czasowych połączeń międzyośrodkowych, które są istotą odruchów warunkowych, poza znaczeniem ogólnobiologicznym, dostarczyło odtąd obiektywną metodę do badania czynności mózgu i jednocześnie zmusiło do rewizji dotychczasowego pojęcia odruchu jako schematu ustalonego.

Fakt, że w korze mózgowej odbywa się zamykanie wszystkich obwodów neuronowych, uruchamianych do regulacji „optymalnych stosunków organizmu z zewnętrznym środowiskiem“, stawia w ogóle w wątpliwość możliwość istnienia u zwierzęcia z normalnie funkcjonującą korą „czystych“ odruchów bezwarunkowych (Bykow). Odruch bezwarunkowy w swej czystej postaci występuje tylko krótko po przyjściu zwierzęcia na świat. Bardzo prędko taka wrodzona reakcja odruchowa zostaje wciągnięta w złożone warunki wzajemnego stosunku ustroju ze środowiskiem oraz ulega w następstwie tego zmianom. Stopniowo zatem, w miarę rozwoju i doświadczenia życiowego oraz równoległe do dojrzewania funkcji korowych, każda wrodzona czynność odruchowa stopniowo obrasta ogromną ilością chwiejnych oraz coraz bardziej złożonych i zróżnicowanych odruchów warunkowych. Mnożą się dowody, że powtarzanie się niektórych z tych odruchów z pokolenia na pokolenie prowadzi ostatecznie do przemiany ich na drodze dziedziczności w odruchy bezwarunkowe.

Wynika stąd, że rozróżnianie odruchów warunkowych i bezwarunkowych, jako krańcowo odmiennych postaci reagowania zwierzęcia, ma znaczenie raczej umowne, dydaktyczne. W warunkach naturalnych, nie laboratoryjnych, te postacie odruchów są tak ciasno ze sobą powiązane, że może być mowa tylko o jedności aktywności odruchowej.

W obliczu tych faktów o integrującej funkcji najwyższych oddziałów mózgu, o zależności stanu organizmu i jego aktywności od powiązania w korze bodźców zewnętrznych i wewnętrznego środowiska, podejście do żywego ustroju jako do sumy różnorodnych narządów i układów nie wytrzymuje krytyki. Studia natury ludzkiej wymagają w szczególności uwzględnienia materialnego podłoża osobowości, która w swym rozwoju i aktywności zależna jest od środowiska społecznego. Dlatego też zrozumienie czynnościowej dynamiki i praw rozwojowych organizmu, czule reagującego na liczne oddzia-

tywania zewnętrzne i niemniej liczne bodźce wewnętrzne, wymaga syntetycznej oceny zjawisk fizjologicznych.

Jest rzeczą zrozumiałą, że zadowalanie się wyłącznym eksperymentowaniem na zwierzętach, wielokrotnie łatwiejszym od badania człowieka, oraz poszukiwanie daleko idących analogii mogą nasuwać zrozumiałe zastrzeżenia. Zastrzeżenia te wiążą się z wyjątkowym rozwojem u człowieka stanów świadomościowych oraz powstaniem u niego takiej nadbudowy funkcji korowych, która dała możliwość tworzenia się reakcji odruchowo-warunkowych w odpowiedzi na szczególnie bodziec warunkowy, jakim jest słowo ludzkie. Ta wyróżniająca człowieka zdolność wywoływania w świadomości symbolem mowy obrazów realnego świata i odnośnych przeżyć psychicznych, oznaczana przez Pawłowa jako drugi system sygnałowy, rozszerza nieograniczenie potencjalne możliwości adaptacji i aktywności ludzkiej.

W istocie wyższych czynności mózgu, jako materialnego substratu jedności somy i psychiki, tkwi więc całe bogactwo przeżyć i wpływów emocjonalnych oraz potęga świadomego działania człowieka. Nie w mniejszym stopniu wpływy korowe odbijają się na funkcji narządów wewnętrznych, które z kolei, wysyłając poprzez swoje receptory ciągły strumień impulsów do kory, wpływają na jej aktywność. W ten sposób czynność narządów wewnętrznych, zależna od kory, podporządkowana jest w niemniejszym stopniu zjawiskom uwarunkowania przez powstawanie czasowych połączeń międzyośrodkowych, w których rolę bezwarunkowego bodźca odgrywają bodźce interoceptywne. Ilustracją korowo-wisceralnych współzależności mogą być głębokie zmiany w wewnętrznej gospodarce ustroju, wywierane przez stany emocjonalne, które często są o wiele poważniejszym czynnikiem patogenicznym niż działanie czynników fizycznych lub infekcji.

W świetle tych faktów stają się też zrozumiałe te przejawy nadzwyczajnej wydolności ustroju i wytrzymałości fizycznej człowieka, które przekraczają najbardziej wygórowane „normy“ tzw. fizjologii klasycznej. Przykładem takich niespodzianek mogą być fakty ergogenicznego wpływu motywacji wewnętrznej, zainteresowania pracą, ambicji lub ofiarności społecznej, decydujące o zadziwiających rekordach woli człowieka, wyczynach wydajności pracy lub aktach bohaterstwa.

Codziennie doświadczenie poucza, jak dalece czynność ciekawa, o bogatej treści ideologicznej oraz podniecająca emocjonalnie wzmacnia wydajność, odsuwa zmęczenie, zmuszające często zapominać o potrzebie posiłku lub nocnego wypoczynku. Z drugiej strony wiemy, że czynność niezajmująca, monotonna lub tym bardziej praca z przymusu, nie zaspokajająca powołania lub ambicji, przytłumia pełnię wydolności ustroju, sprzyjając wytworzeniu uczucia nudy oraz przedwczesnego występowania i zwiększenia zmęczenia.

Przytoczony przykład jest przekonującym dowodem konieczności uzupełnienia praktykowanej dotąd metody badania i interpretacji zjawisk fizjologicznych głębszą analizą tych „ludzkich“ czynni-

ków, które zmieniają typowe reakcje ustroju zależnie od wpływu środowiska, rodzaju i warunków pracy oraz bogatego świata przeżyć wewnętrznych.

Te same wymagania przedstawienia się na syntetyczną ocenę procesów rozwojowych i przejawów reagowania ustroju na oddziaływania środowiska muszą być postawione przed współczesnym wychowaniem fizycznym. Zrozumienie efektu zabiegów wychowawczych staje się bardziej realne przy oparciu się na faktach ewolucji czynności układu ruchowego oraz uświadomienia jej organicznego związku z rozwojem najwyższych czynności mózgu. W świetle niezaprzeczalnych dowodów tego związku i integralnej jedności wszystkich funkcji ustroju trudno jest dziś mówić o wyłącznych wpływach wychowania fizycznego na „fizyczną” stronę człowieka.

Jest rzeczą zrozumiałą, że dotychczasowe ześrodkowanie uwagi badaczy tej dziedziny na funkcji ruchu, jako zasadniczym czynniku rozwojowym, wykorzystywanym dla celów wychowawczych, jest uzasadnione. Właśnie czynność narządów ruchu człowieka umożliwiła wytworzenie coraz bardziej złożonych form świadomego działania oraz opanowywania sił przyrody.

Rola układu ruchowego w poznaniu otaczającego świata jest ogromna. Mięśnie człowieka są właściwie wysuniętymi mackami jego mózgu, głównymi wykonawcami jego nakazów w odpowiedzi na niezliczone bodźce odbierane z zewnątrz. Funkcjonalna więc mięśni z ośrodkowym układem nerwowym uwidacznia się nawet przy najbardziej, wydawałoby się, niepowiązanych z ich czynnością procesach myślenia, pamięci, wnioskowania i abstrakcyjnego myślenia. W tych bowiem warunkach, przy pozornie zupełnej bezczynności mięśni szkieletowych, stwierdzamy w nich każdorazowo zmiany napięcia mięśniowego i przemiany materii. I odwrotnie, najmniejszy skurcz najbardziej ograniczonej grupy mięśniowej odbija się na funkcjonalnym stanie układu nerwowego i całej gospodarki ustrojowej. Skurcz ten, będący bezpośrednią odpowiedzią na strumień impulsów płynących z motorycznych ośrodków rdzenia, oraz wykonywany przy tym ruch nie zamykają się pobudzeniem w obrębie elementarnego łuku odruchowego. Stają się one przede wszystkim punktem wyjścia pobudzenia licznych narządów czuciowych (proprioceptorów) znajdujących się w samych mięśniach, ścięgnach i innych częściach narządu ruchowego. Impulsy te są transmitowane w pierwszym rzędzie do ośrodków układu pozapiramidowego, który zapewnia podstawowy zręb aktywności ruchowej i całą regulację stato-kinetyki ciała. W wyniku tych sygnałów do układu pozapiramidowego i kinestetycznych obszarów kory dokonywana jest przy udziale aparatu przedsionkowego i mózdzku korekcja ruchu, należyte dostosowanie napięcia mięśniowego oraz wyrównywanie zachwianej równowagi ciała.

Stan pobudzenia, promieniujący jednocześnie na obszary czuciowe kory, prowadzi do powstawania wrażeń kinestetycznych. uświadczenia wzajemnego położenia członów kończyn i postawy ciała oraz oceny szybkości ruchu i jego następstw. Dyfuzyjny efekt każdego odruchowego lub spontanicznego bodźca, nie ograniczając się do zespołu ośrodków regulacji ruchu, zmienia jednocześnie aktywność ośrodków wegetatywnych, a więc: ośrodków naczynio-ruchowych, czynności serca, oddychania, regulacji gospodarki cukrowej, gospodarki termoregulacyjnej, wodnej i mineralnej. Tego rodzaju szeroka mobilizacja zespołu funkcji, dostosowujących środowisko wewnętrzne ustroju i gospodarkę energetyczną do warunków wykonywanego ruchu, w niemniejszym stopniu obejmuje mechanizmy regulacji hormonalnej i chemicznej.

Pobudzenie mięśni jako narządu wykonawczego ruchu odbija się więc na całości dynamiki funkcjonalnej, a przede wszystkim angażuje aktywność całego układu nerwowego. Praca mięśni nie może być wyłączona od aktywności tego układu, tak jak ta ostatnia nie może być oddzielona od czynności narządów ruchowych. Ćwicząc mięśnie, ćwiczymy przede wszystkim układ nerwowy ośrodkowy i cały aparat czuciowy recepcyjny. Trening sportowy wpływa, jak stwierdzono, na udoskonalenie funkcji wszystkich narządów czuciowych — proprioceptorów, eksteroeceptorów i interoceptorów.

Przy realizacji ruchu początkowo dyfuzyjne pobudzenie obszarów korowych ustępuje miejsca procesom różnicowania i koncentracji pobudzenia w określonych ośrodkach, co pozwala na mobilizację izolowanych grup mięśniowych. Wytworzenie skoordynowanych ruchów oraz powstawanie nawyków ruchowych jest przede wszystkim następstwem ukształtowania się na drodze ewolucji specjalnego mechanizmu uzgadniania czynności mięśni o działaniu różnokierunkowym. Mechanizmem tym są odruchy unerwienia wzajemnego (recyproknego). Sprawia ono, że w czasie skurczu mięśni o określonym działaniu, np. zginaczy, grupa mięśni o działaniu odmiennym, a więc w tym przypadku prostowników, ulega rozluźnieniu. Mechanizm tego unerwienia, zabezpieczającego przed konfliktem pomiędzy mięśniami o tzw. działaniu antagonistycznym, jest wynikiem wzajemnego stosunku ośrodkowych procesów pobudzenia i hamowania. Te stosunki mięśni antagonistycznych nie są utrwalone. Sztywność schematu odruchowego ograniczyłaby możliwości adaptacyjne funkcji ruchowej. Toteż często mięśnie o działaniu różnokierunkowym ulegają jednoczesnemu pobudzeniu lub zahamowaniu.

Niezwykle bogactwo ruchowego repertuaru człowieka jest wynikiem plastyczności funkcji ośrodków korowych. Wykonanie każdej czynności odbywa się na tle powstającej w korze mozaiki ognisk pobudzenia i hamowania. Są to właściwie odmiany tego samego procesu aktywności neuronów. Stąd też ciągle przejścia pobudzenia w hamowanie i odwrotnie. Na tym plastycznym tle funkcji nerwowej utrwały się jednak podczas filogenezy określone, typowe dla gatunku zwierzęcia koordynacje ruchowe, np. typowe zestroje ruchów

lokomocyjnych, nawykowej postawy ciała, odruchów utrzymywania równowagi, odruchów obronnych itd.

Te wrodzone, udoskonalone w ciągu ewolucji koordynacje ruchowe, które charakteryzują zachowanie się i aktywność zwierząt i człowieka, ulegają jednak zmianom poczynając od pierwszych dni życia. Jako dyspozycje wrodzone ulegają one przestrojeniom na drodze tworzenia się czasowych połączeń międzyośrodkowych. Zależnie od wpływów środowiska i czynnego ustosunkowania się ustroju do tych wpływów, te wrodzone odruchy mogą ulegać zahamowaniu lub są zmieniane odpowiednio do wymagań dostosowawczych. Szeroka możliwość powstawania nowych, coraz bardziej złożonych form ruchu u człowieka jest więc wynikiem wyróżniającej go dynamiki wyzszych czynności mózgu.

Dostosowanie elementarnych, wrodzonych odruchów do zmieniających oddziaływań środowiska nie ogranicza się do wcześniejszych okresów rozwojowych. Ten adaptacyjny proces funkcjonalnej przebudowy czynności ośrodków ruchowych trwa przez całe życie. Cały szereg starych form czynności ruchowej jest wykorzystywany i doskonalony pod wpływem nowych, wysuwanych przez życie bodźców. Nowe sytuacje jednak mogą wysuwać wymagania, kiedy te zmiany stereotypu są niewystarczające. Zachodzi potrzeba zahamowania starych form oraz zastąpienia ich nowymi formami aktywności ruchowej. Nauka Pawłowa podkreśliła tę ciągłą walkę różnokierunkowych procesów, a więc tendencji do ustalenia określonego stereotypu oraz przeciwnej tendencji do nowizny, do przebudowy aktywności i stworzenia nowych form reagowania na te same bodźce. Widzimy to w procesach korowych, w następstwach pobudzenia, które promieniując wywiera jednak na drodze indukcji ze swego ogniska hamujący wpływ na sąsiednie obszary kory. Wynik walki promieniującego pobudzenia z indukcyjnym hamowaniem decyduje o reakcji ustroju. W odniesieniu do człowieka te możliwości kształtowania się nowych form aktywności są szczególnie szerokie, bo ustrój ludzki, nie posiadając od urodzenia ukształtowanej funkcji ruchowej, jest szczególnie podatny na modelujące wpływy warunków zewnętrznych. Ukształtowanie się typu aktywności osobnika zależy więc całkowicie od tych wpływów środowiskowych i wykorzystania na drodze wychowawczej jego potencjalnych możliwości ruchowych.

Omawiany proces powstawania nowych, coraz doskonalszych koordynacji ruchowych na tle powstałych w filogenezie potencjalnych schematów nie polega na tworzeniu się nowych morfologicznych nadbudówek układu nerwowego i mięśniowego, lecz sprowadza się do funkcjonalnego przestrojenia tych samych rozporządzalnych elementów nerwowych i mięśniowych. Mechanizm tych przestrojeń oparty jest na powstawaniu czasowych połączeń międzyośrodkowych.

Wykrycie praw tworzenia się tych czasowych kojarzeń, odbywających się na obszarze ośrodków korowych, pozwala zrozumieć podstawowe zjawiska treningu układu ruchowego. Zostaje ustalony zasadniczy fakt, że kształtowanie się złożonego zespołu ruchowego

nie odbywa się na drodze zesumowania uprzednio opanowanych składowych elementów tego zespołu. Wiemy bowiem, że punktem wyjścia nowego złożonego aktu ruchowego jest początkowo dyfuzyjne pobudzenie szerokich obszarów mózgowia z następującym po nim stopniowym ograniczeniem i ześrodkowaniem tego pobudzenia przy udziale czynnych procesów hamowania.

W ten sposób powstawanie nowego zestroju ruchowego jest wynikiem tworzenia się ognisk pobudzenia i różnicowania w ograniczonych ośrodkach zawiadujących regulacją skoordynowanej czynności tych mięśni, które są istotnie niezbędne do wykonywanego ruchu.

Pogląd, że w ciągu wyćwiczenia ruchowego należy wyćwiczać elementarne fragmenty koordynacyjne, a dopiero później opanowywać całość złożonej z nich czynności ruchowej, nie zyskuje potwierdzenia. Każdy bowiem z tzw. elementarnych ruchów stanowi wynik integrującej czynności ośrodkowego układu nerwowego oraz jako funkcjonalna całość nie jest identyczny ze szczegółem tego niepodzielnego zespołu, jakim jest czynność bardziej złożona.

W świetle poznanych dziś faktów właściwą drogą do przestrojenia i doskonalenia rozporządzalnych możliwości ruchowych jest zatem metoda, która zapewnia pobudzenie do żywej aktywności całej sfery motorycznej, prowadząc przejściowo do szerokich, zgeneralizowanych ruchów z późniejszym ich ograniczeniem i precyzowaniem aktów koordynacyjnych. Wyrobinie tych koordynacji jest wynikiem zwalczających się wpływów pobudzenia i hamowania, procesów indukcyjnych oraz różnicowania, które prowadzą w sumie do powstawania nowych form reakcji odruchowej na tle czasowych połączeń międzyośrodkowych.

Zrozumiałe stają się też trudności, jakie mogą wynikać w tym procesie kształtowania się reakcji odruchowo-warunkowych z chwilą utrwalenia nieprawidłowej struktury ćwiczonego ruchu. Przestrzeganie ścisłości wykonywanych elementów ruchowych obowiązuje więc od początku wyćwiczenia. Wiedząc, że do utworzenia czasowego połączenia pomiędzy poszczególnymi ośrodkami niezbędne jest wzmocnienie warunkowego bodźca — bodźcem bezwarunkowym, rozumiemy też istotę niekorzystnego działania zbyt wielkich przerw w wyćwiczeniu.

W świetle przytoczonych faktów jest jasną rzeczą, że zadaniem zabiegów wychowawczych w omawianym zakresie jest ujawnienie wszystkich potencjonalnych możliwości ruchowych oraz wytworzenie maksymalnej plastyczności układów nerwowego i ruchowego. Plastyczność ta zapewnia możliwości łatwiejszej przebudowy i powstawania nowych form ruchu odpowiednio do każdorazowych wymagań życia. Tak zrozumiałe zadania procesu wychowawczego przebiega w założeniu tendencji do kształtowania stereotypu ruchowego. Ograniczone schematy koordynacyjne podczas jednostronnego wyćwiczenia specjalnych form ruchu hamują bowiem równomierny rozwój potencjalnych możliwości, zwłaszcza w okresie nieukończonego rozwoju ustroju. Przeciwdziałaniem takiej jednostronności wyćwi-

czenia oraz zapewnieniem maksymalnej zdolności dostosowawczej w zakresie funkcji ruchu są te warunki i zabiegi wychowawcze, które wyrabiają gotowość do najbardziej wszechstronnych zadań ruchowych.

Istotą tego rodzaju treningu zdolności dostosowawczych, oparte go w pierwszej mierze na ćwiczeniach gimnastycznych i grach ruchowych, są zjawiska tworzenia się złożonych odruchów warunkowych. Wykonywanie poszczególnego ćwiczenia nie ogranicza się jak już wspomniano, do pobudzenia określonych mięśni. Jednocześnie z wykonywanym ruchem półkule mózgowe stają się podłożem różnorodnych powiązań reakcji kinestetycznych, błędnikowych, wzrokowych itd., które decydują w sumie o złożonej reakcji odruchowej w odpowiedzi na zewnętrzne i wewnętrzne bodźce, przywiązane do specyficznych szczegółów i warunków tego otoczenia, w którym odbywa się ćwiczenie (sala gimnastyczna, boisko itp.).

Powtarzanie określonego ćwiczenia w tych samych warunkach środowiskowych prowadzi do powstania czasowych połączeń międzyośrodkowych. Wytwarzają one określone współzależności pomiędzy bodźcami i realnymi zjawiskami zewnętrznego świata a subiektywnie doznanymi wrażeniami w rezultacie pobudzenia lub hamowania w kinestetycznych i ruchowych obszarach kory. W ten sposób wyobrażenie tego lub innego ruchu jak również towarzyszące mu przeżycia, czasowo skojarzone w tych warunkach z jakimś bodźcem (warunkowym), są następnie wywoływane przez ten bodziec. Jednym z tych bodźców lub sygnałów mogą być wyróżniające człowieka artykułowane dźwięki mowy. Skojarzenie słów oznaczających ten lub inny ruch ze wzrokowym obrazem tego ruchu wykonywanego przez nauczyciela oraz naśladownicze odtworzenie przez ucznia ćwiczenia prowadzi w następstwie procesu uwarunkowania do tego, że po parokrotnym powtarzaniu odpada potrzeba pokazywania tego ćwiczenia. Sam sygnał słowny, wywołując poprzednio wytworzony obraz kinestetyczny, wystarcza do realizacji skoordynowanego ruchu.

Uświadomienie przebiegu omawianych procesów odruchowo-warunkowych powinno dostarczyć konkretnych wskazań dla metod kształcenia i usprawnienia funkcji ruchu. Wszystko przemawia za tym, że obok należytego wykorzystania, zwłaszcza u dzieci, skłonności do naśladownictwa — słuszne jest pobudzenie do żywszej aktywności układu ośrodkowego przez równoległe oraz szerokie wykorzystanie metody oznaczania ćwiczenia słowem.

Wyżej przytoczone w zarysie fakty coraz głębszego wnikania nauki w konkretne zagadnienia praktyki kultury fizycznej nie wyczerpują możliwości sprężania tych zagadnień z wiedzą teoretyczną. Planowa akcja w kierunku wytworzenia maksymalnej gotowości do wytwórczego i obronnego wysiłku mas wysuwa przede wszystkim zapytanie o naturze i źródłach bodźca do obserwowanych często niezwykłych wyczynów aktywności ludzkiej. Również i tu poszukiwania wytłumaczenia istoty wydolności ustroju i jego własności dostosowawczej skierowują naszą uwagę na dynamikę najwyższych czynności mózgu.

Nowe, bardziej syntetyczne podejście do zjawisk fizjologicznych przesuwając dotychczasowy ciężar analizy naukowej z obwodu, od czynności narządów wykonawczych do czynności ośrodkowego układu nerwowego. Tu bowiem, a nie na obwodzie, kryją się zadziwiające zasoby potencjalnych sił, które decydują o aktywnej postawie osobnika, o jego możliwości zdobycia się w chwili potrzeby na krańcowy wysiłek.

Dowody, że właśnie w sferze najwyższych czynności mózgu poszukiwać należy głównego źródła możliwości do rekordów woli człowieka, przekroczenia klasycznych norm wydajności i wytrzymałości fizycznej, znajdujemy w licznych faktach oddziaływania psychicznych stanów na przebieg całej gospodarki ustrojowej. Szczególnie przekonującą ilustracją tego działania jest wpływ stanów emocjonalnych, które towarzyszą często aktywności ruchowej.

Sygnały związane z okolicznościami wykonywanej czynności oraz odbijające się w analizatorach korowych w postaci doznań czuciowych są zazwyczaj źródłem licznych impulsów, promieniujących do szeregu powiązanych ze sobą ośrodków korowych oraz do ośrodków na innych podporządkowanych piętrach układu nerwowego. Sygnały te, będące warunkowymi, są punktem wyjścia warunkowych odruchów wegetatywnych. Mechanizm tych odruchów jest dziś zrozumiały dzięki wieloletnim badaniom Bykowa i jego szkoły nad zależnością czynności wewnętrznych od wpływów korowych. Przykładem tych wpływów są między innymi zmiany przewietrzania płuc, wymiany gazowej, ciepłoty ciała i krążenia krwi, które zazwyczaj poprzedzają rozpoczęcie właściwej pracy. Tego rodzaju przejawy, występujące zarówno w laboratorium jak i w normalnych warunkach życia, są nie czym innym jak złożonym zespołem odruchów warunkowych.

Odruchowym zmianom ulegają, jak stwierdził Bykow, nie tylko wydzielnicza czynność gruczołów, wentylacja płuc lub praca serca, lecz również i natężenie procesów przemiany materii, regulacji hormonalnej oraz fizyko-chemiczny stan płynów ustrojowych. W ten sposób na przykład więcej niż dwukrotne podniesienie zużycia tlenu i wzrost wentylacji płuc w odpowiedzi na sam dźwięk metronomu i komendę „gotów“, poprzedzających w kilku doświadczeniach o 2 minuty sygnał rozpoczęcia pracy, jest wynikiem wytworzonego w korze czasowego połączenia, dla którego rolę warunkowego bodźca odegrały dźwięk metronomu i sygnał „gotów“.

Fizjologiczne znaczenie omawianej reakcji odruchowej jest jasne. Prowadzi ona do przygotowania czynności wiązania i transportu tlenu jak również innych czynności wegetatywnych do wymagań oczekiwanej pracy. Skraca się przez to okres wciągania się w tę pracę, przyspieszając osiągnięcie optymalnych warunków fizjologicznych.

W ten sposób nie tylko każdy szczegół oraz całość zwykłego otoczenia i okoliczności oczekiwanej pracy, lecz nawet wywołanie w pamięci tych ostatnich może spowodować charakterystyczne przestro-

jenia w funkcjonalnej równowadze ustroju. Potężny wpływ wyższych ośrodków na całość wegetatywnej gospodarki ujawnia się również w typowych wahantach przemiany materii i wymiany gazowej zanotowanych w stanach hipnotycznych. Przy zasugerowaniu bardzo lekkiej lub ciężkiej pracy wymiana gazowa ulega odpowiednio obniżeniu lub podwyższeniu.

Omawiane przejawy korowej regulacji procesów wegetatywnych przyjmują szczególnie jaskrawą postać podczas aktywności zabarwionej stanami emocjonalnymi. Stany emocjonalne, szczególnie wywołane w warunkach współzawodnictwa, poczucia odpowiedzialności, ambitnego stosunku do pracy lub chwil świadomego niebezpieczeństwa wiążą się z występowaniem charakterystycznych zmian w regulacji całości unerwienia wegetatywnego. Zmiany te, polegające na wytworzeniu przewagi wpływów sympatykotonicznych, sprowadzają się w swej istocie do odruchowego sięgnięcia po wszystkie rozporządzalne rezerwy czynnościowe.

Ta mobilizacja czynności wegetatywnych, mająca na celu dostosowanie zaopatrzenia pracujących narządów w energię pędną i tlen, odpowiednio do wymagań pracy, odbywa się przy współudziale wszystkich urządzeń regulacji chemicznej i hormonalnej. Obok przytoczonego, wpływu adaptacyjno-troficznego, a więc usprawnienia funkcji zaopatrzenia i wykorzystania źródeł energetycznych w tkankach, omawiane przestrojenie równowagi unerwienia wegetatywnego oddziaływa w niemniejszym stopniu i na czynność układu ośrodkowego. Przejawia się to w uczuleniu poszczególnych części tego układu, w rezultacie czego ułatwione są procesy przewodzenia impulsów i tworzenia się funkcjonalnych powiązań między ośrodkami kory i obszarów podkorowych. Ten sam wpływ wzmożonego napięcia unerwienia sympatycznego ułatwia torowanie impulsów i tworzenie się dostosowanych reakcji odruchowo-warunkowych w odpowiedzi na impulsy docierające z narządów wewnętrznych.

Blіszsze poznanie mechanizmów regulacji nerwowej nie pozwala dziś na zadowalanie się jednostronną oceną wysiłku i wydajności człowieka z wyłącznym uwzględnieniem energetycznego kosztu pracy. Metoda ta nie daje miary fizjologicznego kosztu czynności korowych i podkorowych ośrodków, jako nieodzownego składnika każdego przejawu aktywności zarówno ruchowej jak i umysłowej. Sam fakt niepodzielności natury ludzkiej, jedności jej fizycznej i psychicznej istoty jest zaprzeczeniem tendencyjnego przeciwstawiania tzw. pracy fizycznej pojęciu pracy umysłowej. W świetle obiektywnej krytyki naukowej założenie o możliwości rozgraniczenia funkcjonalnych przejawów aktywności fizycznej i umysłowej jest dzisiaj anachronizmem.

Uświadczenie jedności materialnego podłoża somy i psychiki rozszerza jednocześnie możliwości poznania fizjologicznego znaczenia w aktywności ludzkiej takich czynników, jak determinacja, samozaparcie, ofiarność, odporność na zmęczenie, wytrzymałość na zimno lub gorąco, głód lub pragnienie. Umożliwia ono również anali-

zę fizjologicznego podłoża pobudzającego wpływu współzawodnictwa. Wpływ ten zależny od indywidualnych różnic emocyjności, jak również stopnia wypracowania przez trening koordynacyjnych elementów wykonywanej czynności, może być niekiedy wręcz ujemny. Przekroczenie bowiem optymalnego wzrostu pobudliwości kory podczas zbyt silnych stanów emocjonalnych w warunkach zawodów może wywołać u zawodnika gorzej wytrenowanego, zamiast skoordynowanej regulacji czynników nerwowych i humoralnych, ich dyskoordynację.

Przypadki zakłócenia zharmonizowanej czynności układów ruchowego i wegetatywnego oraz wynikające stąd pogorszenie wyniku pracy są przypuszczalnie następstwem rozwoju swoistej postaci tzw. hamowania ochronnego w ośrodkach pobudzonych nadmiernie. Tego rodzaju procesy hamowania przy zbyt intensywnym bombardowaniu ośrodków ruchowych przez impulsy z obszarów czuciowych dają o sobie znać coraz rzadziej, równolegle do postępu treningu. W miarę bowiem utrwalenia się czasowych połączeń międzyśrodkowych, niezbędnych do skutecznego wykonania zadania ruchowego, ośrodki odpowiedzialne za to zadanie stają się dominującymi ogniskami pobudzenia, podporządkowując poprzez indukcję i hamowanie aktywność innych ośrodków. W ten sposób emocje przedstartowe u wytrenowanego zawodnika, wzmagając pobudliwość kory na tle od-ruchowo-warunkowych reakcji, wypracowanych w ciągu treningu, mogą być poważnym źródłem dodatkowego wzrostu sił w chwilach współzawodnictwa.

Przytoczona garść faktów wydaje się być przekonującą ilustracją tych szerokich możliwości, jakie otwierają się przed teorią współczesnych metod wychowania fizycznego i sportu, przy sięgnięciu do skarbnicy rewolucyjnej myśli biologicznej epoki Miczurina — Pawłowa. Przykłady te są jednocześnie konkretnym dowodem konieczności szerszej niż dotychczas naukowej podbudowy praktyki jak również natchnienia wiedzy teoretycznej problematyką realnego życia. Nowe drogi rzeczywistości naukowej zapewnią wówczas należytą i szybszą realizację tych odpowiedzialnych zadań, jakich wymaga od nas wspólna walka o socjalistyczne jutro.

PRZYJAŹŃ I REKORDY

Radziecki sport liczy sobie już nieco ponad trzydzieści lat życia. Spuścizna na odcinku kultury fizycznej, jaką władza radziecka odziedziczyła, dzięki zwycięstwu Wielkiej Rewolucji Październikowej w roku 1917, po Rosji carskiej, była bardzo nikła. Sport był bowiem rozrywką służącą garstce wybranych spośród arystokracji i wyższych sfer wojskowych. Zniszczenia pierwszej wojny światowej, rewolucji, wojny domowej i interwencyjnej dopełniły reszty. Gdy młoda Republika Radziecka rzuciła — w myśl wskazań Marksa i Lenina — hasło powszechnej kultury fizycznej, dostępnej dla ogółu obywateli, hasło sportu — jako ważnego czynnika w procesie ogólnego wychowania nowego człowieka, pełnowartościowego obywatela społeczeństwa socjalistycznego — musiano zaczynać dosłownie z niczego w najtrudniejszych warunkach.

Mimo to, tak jak i we wszystkich innych dziedzinach życia gospodarczego, społecznego i kulturalnego, osiągnięto w ciągu krótkiego czasu wspaniałe wyniki w postaci ogromnego rozwoju i umasowienia wychowania fizycznego i stworzono, w całokształcie biorąc, najlepszą w świecie organizację kultury fizycznej i sportu. Nie wiele wiedzieliśmy o tym w okresie międzywojennym. Ścisła izolacja Kraju Rad, prowadzona z całą konsekwencją przez kapitalistyczno-faszystowską Europę we wszystkich dziedzinach życia, nie pozwalała na zapoznanie się z wielkimi osiągnięciami kultury fizycznej Związku Radzieckiego. Poza głuchymi wieściami, jakie od czasu do czasu donosiły o znakomitych wynikach radzieckich zawodników w różnych gałęziach sportu, nie mieliśmy ze sportem radzieckim żadnego kontaktu.

Pierwszym startem ZSRR na forum międzynarodowym stała się dopiero... druga wojna światowa! Bohaterska Armia Czerwona okazała się jedyną siłą w świecie zdolną zniszczyć — zdawałoby się już niewyciężoną — potęgę Hitlera. Cały świat z zapartym oddechem i podziwem obserwował najpierw wspaniałą epopeję obrony każdej pędzi ziemi radzieckiej ojczyzny, a potem — zwycięski marsz na szlaku Stalingrad — Berlin.

Pamiętamy rok 1945... Radzieckie dywizje w nieprzerwanym pochodzie prą na zachód przez ziemie polskie... Widzieliśmy wówczas te setki tysięcy młodzieży obojga płci z odznakami GTO na piersi, dywizje patriotycznych sportowców w żołnierskich mundurach zadziwiających swą postawą, siłą, wytrzymałością na trudy, umiejętno-

ścią pokonywania wszelkich przeszkód, a nade wszystko — bezprzekładną odwagą i bohaterstwem.

Wielu z nas miało jeszcze wówczas słabe pojęcie o sporcie radzieckim, ale ktokolwiek głębiej zastanawiał się nad tym, co widział, musiał już wtedy zdać sobie sprawę, że wspaniałe zwycięstwo radzieckiego oręża było triumfem genialnej stalinowskiej strategii, decydującej przewagi wyższości socjalistycznej gospodarki, przemysłu i organizacji — i niewątpliwym rezultatem wyższości moralnej radzieckiego człowieka, w którego wychowaniu kultura fizyczna i sport odegrały niepoślednią kształtującą rolę. Dlatego już wówczas marsz na szlaku Stalingrad — Berlin wielu fachowców w dziedzinie wychowania fizycznego oceniło także jako pierwszy międzynarodowy masowy start i pierwsze wielkie zwycięstwo radzieckiego sportu.



Najwszechstronniejsza lekkoatletka świata — St. Czudina — oraz wybitne lekkoatletki radzieckie: S. Małszyna, Duchowicz i mistrzyni Europy w biegach na 100 i 200 m — E. Sjeczenowa

A potem przyszły nowe, ale już inne zwycięstwa. Radzieccy sportowcy pokazali się na zielonej murawie stadionów, na bieżniach, pływalniach i ringach całej Europy i krocząc od triumfu do triumfu wprowadzili w podziw i zdumienie jednych, a w... zakłopotanie i bezsilną złość — innych.

Nie będziemy tu szczegółowo wymieniać i przypominać wszystkich wspaniałych i imponujących zwycięstw radzieckiego sportu na stadionach Europy w okresie od 1945 r. do chwili obecnej. Mamy je wszyscy żywo w pamięci. Od pierwszego triumfalnego pochodu moskiewskiego „Dynamo“ przez piłkarskie boiska Anglii w roku 1945, kiedy to moskwićzanie okazali się pierwszą w historii piłki nożnej drużyną zagraniczną, jaka potrafiła dać sobie radę z najlepszymi zawodowymi zespołami „ojczyzny piłki nożnej“ — poprzez wszystkie inne zwycięstwa radzieckich piłkarzy, lekkoatletów, łyżwiarzy, koszykarzy, siatkarzy, zapaśników, atletów, bokserów, pływaków i szachistów we wszystkich niemal krajach Europy — byliśmy i jesteśmy wciąż świadkami bezprzykładnej w historii sportu serii zwycięstw i triumfów — wielokrotnie zdobywane zespołowe i indywidualne tytuły mistrzów Europy i świata, wspaniałe rekordy atletów, pływaków, lekkoatletów i łyżwiarzy, forma i technika zawodników, ich wola zwycięstwa w połączeniu z prawdziwie sportową dyscypliną — wszystko to dało nam dopiero właściwe pojęcie o poziomie radzieckiego sportu.

Nareszcie i polscy sportowcy, których zainteresowanie sportowcami radzieckimi wzrastało z dnia na dzień, mieli okazję zobaczyć ich na własne oczy, nawiązać bliższy kontakt, który wkrótce przemienił się w trwałą przyjaźń.

Gościliśmy w ostatnich latach na naszych boiskach i halach piłkarzy, lekkoatletów, siatkarzy, koszykarzy, bokserów, szachistów, gimnastyków i tenisistów. Polscy zawodnicy spotykali się również wielokrotnie z radzieckimi towarzyszami na terenie zagranicznym, w Norwegii, Czechosłowacji, Bułgarii, Rumunii, na Węgrzech, w Belgii i Niemieckiej Republice Demokratycznej, nawiązując coraz mocniejsze i trwalsze więzy braterskiej przyjaźni. Nasze spotkania nie ograniczyły się tylko do szlachetnej walki na bieżni i boisku. Gdy w roku 1949 polscy hokeiści osiedli w środku zimy „na lodzie“ — to znaczy... znaleźli się bez lodu, towarzysze radzieccy pośpieszyli nam z pomocą, zapraszając polskich hokeistów na trening i towarzyskie gry w Moskwie. Po swym powrocie do kraju hokeiści na pytanie, jak było w ZSRR, odpowiadali zgodnie dwoma słowami: było wspaniale.

Gdy wiosną roku bieżącego reakcyjny rząd francuski odmówił naszym tenisistom wizyjazdowych, celem udania się na trening na Riwierę, nasi przyjaciele radzieccy znowu uratowali sytuację: najlepsi tenisiści polscy zostali zaproszeni do ZSRR na wspólny trening z tenisistami radzieckimi. Wczesny i odpowiedni trening w ZSRR stał się źródłem późniejszych zwycięstw polskich tenisistów, największych zwycięstw w historii polskiego tenisa. Trzeba powiedzieć, że pomoc w dziedzinie wymiany doświadczeń, nauki i przekazywania metod szkolenia nie ograniczyła się do tego. Przyjaciele radzieccy przy każdej okazji służyli nam radą i pomocą. Tak było, gdy w Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie trener Siennicki i profesor Ozolin zapoznawali naszych trenerów i zawodników z me-



Nina Dumbadze

todami treningu lekkoatletów radzieckich, tak było przy okazji każdego spotkania zawodników polskich z radzieckimi u nich, u nas czy na gruncie zagranicznym. Tak było, gdy fenomenalna Dumbadze uczyła Wajsównę w Oslo rzutu dyskiem, gdy Ozolin demonstrował Morończykowi swój nieskazitelną styl skoku, a potem... podarował mu aż trzy przywiezione do Polski tyczki!

Ten niesłychanie koleżeński i serdeczny stosunek sportowców radzieckich do naszych zawodników wytworzył atmosferę najszczerzej przyjaźni. Dziś, gdy polscy i radzieccy sportowcy spotykają się na którymkolwiek stadionie Europy, witają się jak starzy przyjaciele, jak przyjaciele, na których zawsze można liczyć!

Polscy sportowcy są szczęśliwi i dumni z powodu tej przyjaźni. Polscy sportowcy są dumni jeszcze z czegoś innego. Oto mimo ogólnej ogromnej wyższości radzieckiego sportu nad naszym, dopiero budującym się sportem ludowym, niektórzy polscy zawodnicy mogą pośzczycić się zwycięstwami w spotkaniach ze znakomitymi mistrzami ZSRR! Te wielkie sukcesy osiągnęli lekkoatleci: Adamczyk, Mach, Lipski i sztafeta 4×100 m, bokserzy: Szymura, Kasperczak, Chychła, Antkiewicz i wreszcie tenisiści: Jędrzejowska i Skonecki.

Wszyscy inni polscy zawodnicy, mimo że ulegali w walce z radzieckimi sportowcami, wynieśli stąd wiele korzyści: dzięki ich pomocy i przykładowi wiele się nauczyli, podnieśli znacznie swe umiejętności, ustanowili liczne rekordy Polski i najlepsze powojenne wyniki.

Czego nauczyli nas sportowcy radzieccy? Sądzę, że najważniejsze jest to, iż przez kontakt z zawodnikami ZSRR poznaliśmy sportowca nowego typu. Wysoki poziom ideologiczny, siła woli, dyscyplina moralna i hart fizyczny w połączeniu ze znakomitym wykształceniem technicznym i taktycznym — oto charakterystyczne cechy sportowców radzieckich. A przy tym ich wielka, szczerza koleżeńskość, nie tylko między sobą, ale również — w stosunku do przeciwników. Sportowiec radziecki nie ukrywa tego, co umie, chętnie dzieli się swym doświadczeniem i tajnikami fachowymi z młodymi, słabszymi od niego zawodnikami i chętnie demonstruje im swą technikę. Polscy sportowcy wiele skorzystali od radzieckich przyjaciół, zawodników i trenerów, przy okazji każdego spotkania.

Pamiętamy chyba wszyscy charakterystyczny obrazek w czasie występu radzieckich lekkoatletów w Warszawie jesienią 1948 roku. Oto w biegu na 400 metrów młody Polak Mach pokonał dzięki wielkiej ambicji zasłużonego mistrza sportu ZSRR Bułańczyka. Trener radziecki Siennicki i Bułańczyk byli pierwszymi, którzy składali Machowi gratulacje i wróżyli mu jeszcze wielkie sukcesy w przyszłości, a robili to z tak rozradowanymi minami z powodu sukcesu młodego biegacza, że wydawało się, iż to wcale nie Bułańczyk został pokonany! Polska publiczność była zdumiona, bo też takich sportowców jeszcze u nas nie widziano! Godzi się jeszcze wspomnieć, że „prorocтва“ Bułańczyka sprawdziły się: dzisiaj Mach należy już do czołówki czterystumetrowców Europy. Obok wysokiego poziomu ide-

ologicznego i moralnego sportowca radzieckiego cechuje przede wszystkim ten wybitnie kolożeński i niezwykle serdeczny stosunek do ludzi. Wreszcie trzecia cecha sportowca radzieckiego — precyzyjna technika, styl i taktyka, opanowanie uprawianej przez siebie gałęzi sportu bez reszty we wszystkich jej tajnikach.

Warto zastanowić się, skąd biorą się wspaniałe wyniki i triumfy radzieckiego sportu. Wydaje się, że ich źródłem są trzy zasadnicze czynniki: masowość sportu w ZSRR, znakomite warunki i możliwość treningu, jakie organizacja sportu radzieckiego zapewnia każdemu, kto posiada talent sportowy i pragnie uprawiać sport wyczynowy, i wreszcie — wielka pracowitość i wytrwałość zawodników radzieckich oraz ich hart w walce sportowej i woła zwycięstwa.

Dzięki powszechności kultury fizycznej naród radziecki jest bezsprzecznie najzdrowszym narodem świata. Z wielomilionowej masy sportowców nie trudno jest więc w ZSRR wybrać największe talenty. Dzięki wspaniałym urządzeniom, licznym kadrom doskonałych trenerów, dzięki metodom treningu, opartym na naukowych badaniach, i dzięki opiece nad wybijającymi się sportowcami, władze sportu radzieckiego umożliwiają wszystkim utalentowanym zawodnikom i zespołom wydoskonalenie ich techniki, stylu i taktyki. Reszty dokonuje wielka wrodzona pracowitość radzieckich ludzi. Pracowitość ta czyni cuda i doprowadza sportowców ZSRR do tego nieprawdopodobnego poziomu sportowego, do zwycięstw i rekordów. I ta pracowitość pozwala na niespotykane na ogół gdzie indziej fakty, że szczytową formę sportową utrzymują sportowcy radzieccy nierzadko do wieku ponad 40 lat.

Wspomnieliśmy o harcie, zaciętości i woli zwycięstwa sportowców radzieckich. Te cenne cechy były i są wielką nauką dla polskich zawodników. Charakterystycznym przykładem jest tu nasz najlepszy tenisista Władysław Skonecki. Ten niewątpliwie bardzo dobry i utalentowany gracz przegrywał dotychczas często wskutek braku skupienia w decydujących momentach, wskutek braku hartu i ambicji w walce. Tegoroczny trening Skoneckiego w ZSRR i później wraz z tenisistami radzieckimi w Polsce dokonał wyraźnego przełomu w jego postawie moralnej, sposobie gry i zachowaniu się w walce. I rzecz ciekawa — Skonecki okazał się lepszy od wielu czołowych tenisistów radzieckich, ale stało się to przede wszystkim dzięki temu, że właśnie gracze radzieccy nauczyli go, jak trzeba grać w trudnym spotkaniu, że właśnie gracze radzieccy pomogli mu w pokonaniu jednej z najlepszych rakiet Europy — Szweda Davidssona.

Jeśli już mówimy o korzyściach, jakie odnieśliśmy z naszego dotychczasowego coraz żywszego kontaktu ze sportowcami radzieckimi, nie sposób pominąć milczeniem i tej, może największej zdobyczy, która wykracza znacznie poza ramy sportu i nabiera znaczenia, powiedzielibyśmy... ogólnospołecznego. Trzeba mianowicie stwierdzić, że imprezy i kontakty sportowe w ZSRR były i są zawsze najlepszą manifestacją przyjaźni polsko-radzieckiej, że najlepiej przyczyniają się do poznania radzieckiego człowieka przez Polaków. Wie-

my, że chyba w żadnej dziedzinie życia, w sztuce, literaturze, muzyce, nie jest możliwe nawiązanie tak bliskiego i bezpośredniego kontaktu, jak w sporcie.

W czasie wizyt w Polsce, sportowcy radzieccy byli wszędzie entuzjastycznie witani przez społeczeństwo. Nie tylko na stadionach, ale wszędzie, gdzie się pojawiali, wszędzie, gdzie ich ujrano, na ulicach miast Polski centralnej, Wybrzeża, Górnego i Dolnego Śląska, towarzyszyły im tłumy młodzieży i ludzi pracy, towarzyszyły spontaniczne objawy serdeczności i przyjaźni.

Zawodników radzieckich poznały miliony Polaków, nie tylko z daleka, z trybun, ale również z bliska — zbierając od nich autografy, rozmawiając z nimi, obserwując w pracy przy odbudowie Warszawy i w czasie marszu „Szlakami Zwycięstw“. Poznaliśmy ich radość życia, ich wyrobienie społeczne, entuzjazm dla radzieckiego ustroju i serdeczny, prawdziwie przyjacielski stosunek do nas — Polaków.

I w tym leży największy bodajże sukces dotychczasowych kontaktów sportu polskiego ze sportem radzieckim. Kontakty te i naszą serdeczną przyjaźń będziemy dalej wzmacniać i zacieśniać. Będziemy ją wzmacniać w imię naszych wspólnych korzyści i wspólnych ideałów — ideałów pracy i walki o sprawiedliwość społeczną i światowy pokój!

WYCHOWANIE FIZYCZNE W SZKOLE RADZIECKIEJ

W żadnym państwie na świecie stosunek Rządu, czynnika politycznego i społecznego do zagadnień kultury fizycznej nie jest tak jasno, logicznie sprecyzowany, jak w Związku Radzieckim. Wyraża się to w dwóch podstawowych tezach, na których opiera się cała dalsza struktura i praktyczna realizacja kultury fizycznej konsekwentnie przeprowadzana na wszystkich odcinkach życia.

1. Kultura fizyczna i sport — zagadnienie wagi państwowej — ma do spełnienia wielkie zadania w dziele socjalistycznego budownictwa.

2. Wychowanie fizyczne jest organiczną częścią w procesie komunistycznego wychowania, stanowi środek o podstawowym znaczeniu dla wszechstronnego kształtowania osobowości radzieckiego człowieka w myśl założeń marksizmu-leninizmu.

To podkreślenie nierozzerwalności wychowania fizycznego z ogólnym procesem rozwojowym, oparte na nauce twórców naukowego socjalizmu, a przekazane w postaci konkretnych, jasno sformułowanych wskazań Lenina, Stalina i szeregu czołowych osobistości życia radzieckiego, sprawia, że wychowanie fizyczne w Związku Radzieckim jest integralnie wmontowane w ogólny, wielki wysiłek budowania społeczności komunistycznej. Nie jest ono czymś samodzielnym, oderwanym. Ma mocne, wyraźne oblicze ideologiczne, jest ruchem istotnie p o w s z e c h n y m, otoczonym staranną i wnikliwą opieką ze strony zarówno Rządu jak Partii i całego społeczeństwa z organizacją komsomolską na czele.

Podstawowe akta, które precyzując cele, zadania i zasadniczy charakter wychowania fizycznego, które są podstawą obecnej struktury kultury fizycznej i sportu w Związku Radzieckim — to postanowienia i uchwały CK WKP(b) z lat 1925, 1926 i następnych. W ślad za nimi ukazały się postanowienia Rady Ministrów, Ministerstwa Oświaty i innych, regulujące w sposób szczegółowy zagadnienia organizacji wychowania fizycznego na odcinku zakładów pracy, wsi, szkolnictwa i organizacji młodzieżowych: Komsomołu i Organizacji Pionierów. Zagadnienie to przewija się w sposób ciągły przez wszystkie minione lata, będąc przedmiotem nieustannej troski partii, która za pomocą licznych badań naukowych, zbierania doświadczeń oraz dostosowania ich do zmieniających się warunków życia — poddaje je

rewizjom, korektom, zmienia i udoskonala w duchu żywotnych potrzeb.

Zewnętrznym wyrazem tego stanu rzeczy, umożliwiającym jego konsekwentną realizację po ustalonej linii, jest w oparciu o jednolity, powszechnie obowiązujący system wychowania fizycznego—przejrzysta, celowa struktura aparatu kierującego w postaci Wszechzwiązkowego Komitetu Kultury Fizycznej i Sportu. Bogate i wszechstronne doświadczenia tego komitetu były źródłem, z którego czerpaliśmy wzory przy przeprowadzonej ostatnio reorganizacji naszych władz kultury fizycznej w kraju — budowa i zakres działalności tego komitetu są więc czytelnikom niewątpliwie dobrze znane i nie ma potrzeby ich przypominąć.

Podstawą jednolitego systemu wychowania fizycznego jest, państwu odznaka sprawności fizycznej. GTO, której pełna nazwa brzmi: „Gotów do pracy i obrony ZSRR“. Dzieli się ona na trzy klasy: młodzieżową BGTO („Badź gotów do pracy i obrony“) o charakterze przygotowawczym, obowiązującą dla dzieci w wieku od 14 do 16 lat, oraz GTO I stopnia (łatwiejszą) od 17 lat wzwyż i GTO II stopnia (trudniejsza) od 18 lat wzwyż — z podziałem na kilka kategorii wieku.

W skład każdej klasy wchodzi norma z zakresu szeregu konkurencji ujętych w dwie grupy — podstawową, obowiązkową dla wszystkich oraz drugą, w której ubiegający się ma do wyboru dowolny rodzaj konkurencji sportowej o charakterze próby z zakresu szybkości, zwinności, wytrwałości, siły, odwagi, obrony, a także rzutów i strzelania. Odznaka GTO wprowadzona została po raz pierwszy w roku 1931 i uległa od tego czasu ewolucji w postaci szeregu zmian podyktowanych przez wyniki masowych badań. Zmiany z roku 1947 np. zmniejszyły nieco liczbę konkurencji dla młodzieży i obniżyły częściowo niektóre normy w tej klasie. Wymagania odznaki GTO są na ogół wysokie. Osiągnięcie ich wymaga systematycznego stałego treningu, co właśnie stanowi jedno z podstawowych założeń systemu. Cechą charakterystyczną są duże postulaty w zakresie ćwiczeń wytrzymałościowych oraz — dla dorosłych — siłowych.

Odznaka GTO jest wyrazem trzech zasadniczych cech socjalistycznej kultury fizycznej: zasady wszechstronności, zasady przydatności i zasady zdrowotności, podporządkowanych naczelnemu hasłu uwidocznionemu w nazwie. Stąd wynika jej wyraźne nastawienie na kształtowanie tych cech psychofizycznych, które ma reprezentować obywatel radziecki na obecnym etapie rozwoju swego państwa — etapie walki o utrwalenie zdobyczy socjalizmu, dalszą jego rozbudowę i dążenie do ustroju komunistycznego. Odwaga, bojowość, siła, wytrwałość, zdecydowanie i szybka orientacja — oto cechy psychofizyczne, które w przygotowaniu do pracy i obrony mają znaczenie decydujące.

Ten jednolity system wychowania fizycznego, w połączeniu z centralizacją kierownictwa w ramach komitetu, zapewnia olbrzymie ko-

rzyści dla rozwoju kultury fizycznej w Związku Radzieckim, których podstawę stanowią:

a) mocne podłoże polityczne, zharmonizowane z całością dążeń do budowania ustroju komunistycznego,

b) powszechność oddziaływania i masowy udział społeczeństwa w ruchu sportowym,

c) planowość, konsekwencja i skoordynowanie działalności w zakresie kultury fizycznej na wszystkich odcinkach programowych, inwestycyjnych, naukowo-wydawniczych i imprezowo-propagandowych.

Dzięki temu praca się nie rozprasza, a przeciwnie — zalembia i pogłębia, doprowadzając do imponujących wyników, jakie na każdym kroku mamy możność obserwować. Odnosi się to również do dziedziny wychowania fizycznego młodzieży.

Wychowanie fizyczne w szkole

Na tle tych kilku rzuconych uwag jest jasną rzeczą, że do wychowania fizycznego przywiązuje się w szkole radzieckiej ogromne znaczenie; zajmuje ono niepoślednie miejsce w ogólnym systemie wychowawczym, jest bazą masowości i powszechności kultury fizycznej w Związku Radzieckim.

Generalissimus Stalin, podkreślając w swoim przemówieniu na XVI Zjeździe WKP(b) znaczenie wychowania fizycznego, widzi w nim środek do wychowania nowego pokolenia pracujących jako „ludzi zdrowych, pełnych radości życia, zdolnych podnieść na należyty poziom potęgę Związku Radzieckiego i obronić go od ataków wrogów“.

Kalinin w swej pracy o wychowaniu komunistycznym stawia wychowanie fizyczne w jednym szeregu z nauką języka rosyjskiego i matematyki, które jak wiadomo, szkoła radziecka wysuwa na czoło wszystkich przedmiotów nauczania twierdząc, iż szkoła, która „drogą systematycznie ustawianych ćwiczeń ruchowych nie podtrzyma zdrowia, nie wykształci w dzieciach zręczności i wytrzymałości — nie spełni swego zadania“.

W jaki sposób szkoła radziecka realizuje te nałożone na nią zadania?

Systematyczną, planową i wszechstronnie ujętą pracę w tym kierunku — rozpoczyna przede wszystkim przedszkole, w którym nie-raz całodzienną opiekę znajdują dzieci milionów pracujących matek. Śmiało można stwierdzić, że zagadnienia higieny i wychowania fizycznego dziecka są w systemie środków wychowawczych radzieckich przedszkoli wyraźnie i konsekwentnie stawiane na pierwszym miejscu. Trosce o zdrowie i rozwój fizyczny dziecka poświęca się w planie zajęć dziennych przedszkola dużo czasu. Programy i poradniki dają bardzo szczegółowe wytyczne — drobiazgowo wskazówki metodyczne, normy zabiegów higienicznych i hartujących, jak np. codzienne polewanie wodą, kąpiele powietrzne i słoneczne, czas trwania i odległości spacerów i zajęć zimowych z uwzględnieniem temperatury, po-

gody itp. Wychowawczynie otrzymują dokładne dyrektywy na temat form kontroli zdrowia i rozwoju dziecka, sposobów prowadzenia samodzielnych obserwacji jak również współpracy z lekarzem i z rodzicami. Na tej szerokiej podstawie higienicznej opracowany jest program zajęć ruchowych, który przewiduje: zabawy i gry, ćwiczenia gimnastyczne, spacery i wycieczki ze szczególnym uwzględnieniem saneczkowania, narciarstwa i innych zajęć na wolnym powietrzu. Zasób zabaw i gier, traktowanych jako podstawowy środek i metoda pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym, jest bogaty, urozmaicony, a linie wychowawcze są w nich przemyślane bardzo starannie i konsekwentnie. Od strony sprawnościowej zasadniczym celem jest doskonalenie naturalnych form ruchu — chodu, biegu, rzucania, wspinania itp. w postaci odpowiadającej stopniowi rozwoju dziecka. Ponadto kładzie się bardzo duży nacisk na zabezpieczenie dobrej postawy dziecka, troskę o jej kształtowanie, jak również na zapobieganie łatwym w tym okresie deformacjom i na usunięcie przyczyn, które je mogą spowodować.

Wychowanie fizyczne dziecka w wieku przedszkolnym ma w Związku Radzieckim niezmiernie obszerną literaturę, bogato zróżnicowaną pod względem tematycznym. Prace mają charakter różnorodny. Obok dzieł naukowo-badawczych, stanowiących dorobek wybitnych uczonych i pedagogów, istnieją liczne publikacje pracowników przedszkoli — lekarzy i wychowawczyń. Zawierają one obserwacje oparte na wynikach częstych i masowych badań, opisy osiągniętych w pracy wyników i są żywym wyrazem konfrontowania teorii z praktyką, szerokiego upowszechnienia doświadczeń.

Dalszy etap troski o wychowanie fizyczne dziecka przypada na okres jego pobytu w szkole.

Zagadnienie zachowuje tu nadal swe szerokie, wszechstronne ujęcie, a praca odbywa się dwoma torami.

Pierwszy z nich — to normalne obowiązkowe zajęcia programowe, objęte planem lekcji oraz organizacją dnia szkolnego. Drugi — to dobrowolne zajęcia pozalekcyjne, na które jednak program nauczania kładzie ogromny nacisk i które przy odmiennej formie organizacji mają charakter obowiązujący, są nieodzownym rozwinięciem i dopełnieniem zajęć programowych, powszechnie realizowanych i ściśle kontrolowanych.

Zajęcia obowiązkowe

Na lekcje wychowania fizycznego w klasach I i II program przewiduje 1 godzinę tygodniowo, w klasach zaś od III do X — po 2 godziny tygodniowo, przy czym w klasach od VIII do X — jedna godzina przeznaczona jest na przysposobienie wojskowe. Ponadto obowiązują: w klasach I i II — ćwiczenia śródlekcyjne w klasie, tzw. „fizykultminutki“ (1 — 3 min. trwające proste ruchy, mające na celu wyprostowanie się dzieci, poprawienie postawy, pobudzenie krążenia i oddechu przy otwartych oknach, a więc zabieg o znaczeniu przede

wszystkim higienicznym) oraz we wszystkich klasach codziennie 10 — 15 minut trwające ćwiczenia przed lekcjami, prowadzone w miarę możliwości na wolnym powietrzu. Ćwiczenia te prowadzone są bądź bezpośrednio przez nauczyciela, bądź pod jego kierunkiem przez uczniów odpowiednio do tego przygotowanych.

Programy radzieckie opracowane są bardzo szczegółowo, zwłaszcza w zakresie wskazówek organizacyjno - metodycznych. Program np. dla klas I — IV (szkoła początkowa) zawiera obok materiału programowego część wstępną, zawierającą następujące rozdziały: 1. cel i zadania wychowania fizycznego, 2. biologiczne i psychologiczne właściwości dzieci klas I — IV, 3. środki wychowania fizycznego, 4. organizacja pracy, 5. metodyka nauczania, 6. planowanie i ocena, 7. wskazówki do materiału programowego. Całość uzupełnia szereg załączników — schematów i tabel, przydatnych do organizacji pracy, opracowania rozkładu materiału, kontroli lekarskiej, konspektów lekcyjnych itd. Broszura ma charakter zwięzłego podręcznika.

W zakresie materiału nauczania program radziecki w tych klasach nie różni się w sposób istotny od programu polskiego. Obejmuje te same rodzaje ćwiczeń ruchowych, zabaw i gier, ćwiczenia gimnastyczne, elementy taneczne, a ze sportów jako obowiązkowy — narciarstwo, które w Związku Radzieckim, wobec dogodnych warunków klimatycznych w większości republik, ma charakter powszechny. W programach dla młodzieży starszej, zaleca się w rejonach południowych — zamiast narciarstwa — pływanie.

Bardzo silne są w programach radzieckich sugestie metodyczne; określają i narzucają one metodę pracy. W klasach I — IV obowiązuje metoda zabawowa, jakkolwiek nie odbija się ona na wszystkich odcinkach toku lekcyjnego. Np. w zakresie ćwiczeń porządkowych, nieodzownych ze względu na zastosowanie, a tak bardzo dla dzieci, trudnych i nużących — nie ma tu śladów odrębnego rozwiązania, widocznym w zakresie innych rodzajów ćwiczeń.

Cechą specyficzną radzieckich programów są wskazówki odnośnie oceny wyników nauczania, bardzo dokładnie ujęte. Program bierze pod uwagę rzeczywiste wyniki, których sprawdzianem są normy ściśle określone dla każdej klasy, a środkiem pomocniczym — sprecyzowane w czasie i w formie ćwiczenia kontrolne, wprowadzone już od I klasy. Normy są obowiązujące dla wszystkich; dla dzieci wybitnie zdolnych program zaleca jedynie p o d n o s z e n i e wymagań. W programie 3-letnich szkół dla wychowawczyń przedszkoli zamieszczone są dla każdej klasy tabelki podające, przy jakich wynikach w poszczególnych konkurencjach biegu, skoku i rzutu uczennica otrzymuje ocenę dostateczną, przy jakich dobrą i przy jakich bardzo dobrą.

Program, organizację i metodę pracy w klasach V — VII szkoły siedmioletniej oraz VIII — X szkoły męskiej dziesięcioletniej poznałam tylko pośrednio na podstawie wydanego w roku 1949 podręcznika, przez zestawienie z normami BGTO, które są ostatecznym i oficjalnym sprawdzianem wyników na poszczególnych etapach oraz

z instrukcji i wytycznych, podanych w publikacjach przeznaczonych dla rejonowych komitetów kultury fizycznej i dla młodzieży. Podręcznik zawiera dokładną analizę obowiązującego programu, omawia organizację i metodę pracy. W świetle tym na odcinku klas V — VII dotychczasowa metoda zabawowa ustępuje miejsca formie ścisłej, przede wszystkim w zakresie ćwiczeń gimnastycznych, które w tym okresie wysuwają się jako dział pracy na pierwszy plan, stanowiąc jednocześnie o metodzie nauczania.

Obok gimnastyki rozszerza i różniczuje się w tym czasie materiał gier, które jako gry drużynowe mają wyrabiać przede wszystkim zręczność, zwiększać wytrzymałość i szybkość, spełniając jednocześnie zadanie wychowawcze w zakresie wyrabiania zespołowości. Program wprowadza elementy współzawodnictwa i pokonywanie przeszkód, a w klasie VII — przygotowanie do toru przeszkód wchodzącego w zakres BGTO. Coraz więcej miejsca zajmuje lekkoatletyka, narciarstwo i łyżwiarstwo, pływanie i wycieczki połączone z biwakowaniem, ponadto dla chłopców boks, walka wręcz; dwie ostatnie dyscypliny rozwijane są przede wszystkim w pracy pozalekcyjnej. Gry, poczynając od klasy VIII, nabierają charakteru sportowego. W pracy z młodzieżą trzech ostatnich klas dominuje metoda sportowa.

Systematycznym uzupełnieniem programowych godzin lekcyjnych jest pozaklasowa i pozaszkolna praca wśród młodzieży, odbywająca się przy współudziale czynnika społecznego.

Poczynając od klas V wprowadzone są w szkole tzw. zespoły kultury fizycznej, uprawiające formy sportu nie objęte obowiązkowym programem, a mieszczące się w ramach BGTO. Są one rozwinięciem zapoczątkowanych już od klasy III kółek wychowania fizycznego i opierają się na szerokiej współpracy z czynnikami sportowymi, sekcjami młodzieżowymi zrzeszeń sportowych poszczególnych Związków Zawodowych, Rezerw Pracy, a przede wszystkim — Komsomołu i Organizacji Pionierów. Praca w zespołach odbywa się dwa razy tygodniowo, w sekcjach, na ściśle określonych warunkach uczestnictwa. Do zespołu nie może należeć uczeń, który ma niedostateczne wyniki w nauce. Według danych statystycznych zebranych z szeregu szkół moskiewskich najaktywniejsi uczniowie — sportowcy są jednocześnie najlepszymi uczniami. Obok ćwiczeń w sekcjach zespół prowadzi zakrojoną na szeroką skalę, akcję imprezowo-propagandową: werbowanie kandydatów do zdawania norm na odznakę BGTO, spotkania z wybitnymi mistrzami sportu, wygłaszanie przez nich pogaderek i odczytów itp. Ponadto organizuje popularne w Związku Radzieckim szkolne święta kultury fizycznej, przy czym wielkie powodzenie mają święta zimowe oraz wszelkiego rodzaju zawody objęte uprzednio zaplanowanym systemem.

Komitet do Spraw Kultury Fizycznej i Sportu prowadzi regularną akcję szkolenia przodowników młodzieżowych przy poszczególnych organizacjach i stowarzyszeniach, których zadaniem jest popularyzowanie sportu wśród młodzieży. Praca ta odbywa się na pod-

stawie dokładnie opracowanych programów dla poszczególnych grup wieku, chroniąc w ten sposób przed niewłaściwym i przedwczesnym eksploataowaniem sił młodzieży, a jednocześnie przez umasowienie sportu przygotowuje szerokie rezerwy dla przyszłego sportu masowego i wyczynowego. Liczne urządzenia sportowe w parkach kultury, domach pioniera, klubach oraz tzw. Ośrodkach Sportowych i Turystycznych bogato zaopatrzonych w sprzęt i urządzenia stoją otworem do dyspozycji młodych sportowców. Na wielką skalę prowadzone są wczasy dziecięce i młodzieżowe, a przede wszystkim liczne obozy pionierów.

Dużą rolę odgrywają dziecięce szkoły sportowe prowadzone dwa razy tygodniowo w godzinach popołudniowych dla dzieci powyżej lat 13, wybitnie zdolnych ruchowo i interesujących się sportem. Liczba takich szkół w Związku Radzieckim przekroczyła w 1949 roku 700, obejmując ponad 130 000 dzieci. Dziecięce szkoły sportowe organizowane są przez różne instytucje pod ogólnym kierunkiem i nadzorem Komitetu do Spraw Kultury Fizycznej i Sportu i pracują na podstawie zatwierdzonego jednolitego programu państwowego. Podstawą do przyjęcia kandydata jest — obok dobrego stanu zdrowia i usprawnienia oraz sprecyzowanej chęci doskonalenia się w obranym kierunku, zgoda rodziców i dyrekcji szkoły, z którą przez cały czas nauki przyszłego „asa“ kierownictwo szkoły sportowej pozostaje w jak naściślejszym kontakcie. Wychowankowie szkół sportowych niejako „z urzędu“ obowiązani są do aktywnego udziału na odcinku wychowania fizycznego w szkole, np. jako instruktorzy gimnastyki porannej; pomagają ponadto nauczycielowi w prowadzeniu zajęć lekcyjnych i pozaklasowych jako przodownicy, organizatorzy i sędziowie, a także prowadzą zabawy i gry z młodszymi dziećmi.

Na tle powyższych pobieżnych informacji jasno zarysowuje się z e s p o ł o w y charakter pracy nad wychowaniem fizycznym młodzieży szkolnej — pomoc, jaką nauczyciel, odpowiedzialny kierownik i opiekun otrzymuje ze strony społeczeństwa, a nade wszystko ze strony samej młodzieży. Bez czynnego poważnego wkładu pracy młodzieżowego aktywu sportowego najbardziej nawet zdolny i energiczny wychowawca fizyczny nie mógłby wykonać powierzonej mu pracy.

Młodzież poza wspomnianymi już formami systematycznego szkolenia otrzymuje jeszcze dobrze zorganizowaną pomoc w postaci odpowiedniej literatury, filmów itd. Wszystkie czasopisma młodzieżowe — a jest ich bardzo dużo — mają regularnie i planowo prowadzony dział kultury fizycznej, redagowany żywo, barwnie, a jednocześnie na wysokim poziomie instrukcyjnym i wychowawczym. Znajdują tam odpowiednie wskazówki zarówno młodzieżowi działacze sportowi jak i przeciętni uczniowie, interesujący się kulturą fizyczną od strony „odbiory“. Istnieją również specjalne wydawnictwa dla młodzieży, jak np. „Fizkultura Szkolniku“ — książka, która zawiera bogaty materiał dot. wszystkich dziedzin sportu, opatrzona świetnymi wskazówkami natury organizacyjnej, metodycznej i zdrowotnej uję-

tymi w sposób zwięzły, przystępny, niezwykle bezpośredni i przekonujący. Podobną rolę odgrywają liczne filmy o charakterze popularno - naukowym, łączące duże walory dydaktyczne z piękną formą artystyczną.

Zrozumiała staje się i druga strona zagadnienia — tajemnica masowości sportu w Związku Radzieckim i wysokiego poziomu uświadomienia radzieckich sportowców. Ich postawa ideologiczna, uświadomienie, zdyscyplinowanie, skromność i silne poczucie zespołowości — oto cechy, które wyrabia się i utrwała już w okresie młodzieńczym przy tak ujętym systemie pracy szkolnej. Podstawowe założenia pedagogiki radzieckiej nabierają na odcinku wychowania fizycznego żywej i bezpośredniej wymowy. Zasady takiej jak: aktywność, świadomość, systematyczność mają pełną możliwość zastosowania, a wplecione w jedną z najbardziej atrakcyjnych form pracy w szkole, muszą dać pożądaný rezultat zarówno sprawnościowy jak i wychowawczy.

Rozwój kultury fizycznej w Związku Radzieckim i olbrzymie sukcesy radzieckich sportowców w pełni zasadę tę potwierdzają.

TADEUSZ G'EYSZTOR
Aspirant Centralnego Instytutu
Kultury Fizycznej im. J. Stalina
W Moskwie

WYŻSZE UCZELNIE KULTURY FIZYCZNEJ W ZWIĄZKU RADZIECKIM

W trosce o wszechstronne wychowanie człowieka radzieckiego Partia i Rząd przypisują wielkie znaczenie kulturze fizycznej.

W ZSRR, w kraju zwycięskiego socjalizmu, kultura fizyczna stała się zagadnieniem państwowym, nieodłączną częścią nowej, socjalistycznej kultury ogólnej i mocno spłótła się z życiem radzieckich ludzi.

Na III zjeździe Komsomołu w roku 1920 pod kierownictwem Lenina została sformułowana głęboko partyjna teza o tym, że przedmiotem kultury fizycznej, jako nieodłącznej części wychowania komunistycznego, jest wszechstronne wychowanie fizyczne obywateli ZSRR, przygotowanie ich do socjalistycznej pracy i obrony ojczyzny. Towarzysz J. Stalin, rozwijając leninowską naukę o komunistycznym wychowaniu człowieka, zawsze odnosił się z dużą uwagą do wychowania fizycznego. Opieka partii nad rozwojem kultury fizycznej przejawiała się już od pierwszych dni powstania młodego państwa socjalistycznego.

W latach 1917 — 1920, gdy Związek Radziecki toczył ciężkie boje z wrogami wewnętrznymi i zewnętrznymi, gdy wszystkie siły mobilizował do obrony Ojczyzny, już wówczas Partia i Rząd zdecydowały, iż szkolenie kadr jest rzeczą dużej wagi i w wyniku tego zorganizowały pierwsze kursy dla instruktorów wychowania fizycznego. W tym też czasie kierownictwo kultury fizycznej w młodym państwie socjalistycznym spoczywało w rękach Głównego Zarządu Szkolenia Wojskowego („Wsieobucz“). Kadry instruktorów, wykładowców i lekarzy, zajmujących się wówczas wychowaniem fizycznym, były bardzo szczupłe. Należało więc pomyśleć o szybkim szkoleniu młodych kadr, których brak dawał się dotkliwie odczuwać.

W czerwcu 1918 roku w Piotrogradzie w „Wsieobucz“ stworzono pierwsze trzymiesięczne, przekształcone później na sześć i dwięćmiesięczne kursy instruktorów sportowych. W roku 1919 stworzono całą sieć takich kursów w Moskwie, Jarosławiu, Smoleńsku, Szumbirsku, Permi i innych miastach. W ten sposób pod koniec

wojny około 6 tysięcy słuchaczy skończyło różne kursy, tworząc jednocześnie podstawowe kadry „Wsieobucza“.

Już w roku 1919 wyższe kursy Lesgafta w Piotrogradzie zostały przekształcone na wyższe uczelnie wychowania fizycznego podległe Komisarjatom Zdrowia, w roku 1920 zaś moskiewskie kursy instruktorów dekretem Rady Komisarzy Ludowych ZSRR, podpisanym przez Włodzimierza Lenina, zostały przekształcone na wyższą uczelnię wychowania fizycznego.

W ten sposób po bohaterskim okresie wojny domowej powstały dwa instytuty wychowania fizycznego, które stały się najpoważniejszymi ośrodkami metodyczno-szkoleniowej i naukowo-badawczej pracy w dziedzinie kultury fizycznej. W instytutach tych rozpracowywało się naukowe podstawy wychowania fizycznego, które w dużej mierze przyczyniły się do rozwoju radzieckiej kultury fizycznej. Centralny Instytut Moskiewski im. J. Stalina został nagrodzony orderem Lenina (Dekret Rady Najwyższej ZSRR z 1934 roku) za wybitne osiągnięcia w dziedzinie szkoleniowej.



Gmach Centralnego Instytutu Kultury Fizycznej im. J. Stalina w Moskwie

Również Leningradzki Instytut im. Lesgafta został nagrodzony za wydajną pracę w dziedzinie szkolenia kadr orderem Lenina i orderem Czerwonego Sztandaru za bohaterstwo wychowanków Instytutu wykazane na wszystkich frontach w ostatniej wojnie.

Oba Instytuty kontynuują nadal swą piękną tradycję, będąc przodującymi ośrodkami naukowymi. W nich wykuli się najlepsze

kadry pedagogiczne, stąd wyszli najwybitniejsi naukowcy, teoretycy wychowania fizycznego. Tu się wychowali w większości mistrzowie ZSRR i świata w różnych dyscyplinach sportowych.

Poza wyżej wymienionymi instytutami, istnieją jeszcze instytuty w następujących miastach: Kijowie, Mińsku, Kownie, Rydze, Lwowie, Tbilisi, Jerewani, Baku, Ałma-Ata i Smoleńsku, — z czego w dwóch ostatnich miastach instytuty zostały założone w bieżącym roku, na bazie istniejących tam technikumów kultury fizycznej (technikumy jednak nadal tam pozostały).

Okres nauczania we wszystkich instytutach jest jednakowy i trwa 4 lata. Programy naukowe są ujednolicone i zatwierdzone przez Wszechzwiązkowy Komitet do Spraw Kultury Fizycznej i Sportu przy Radzie Ministrów ZSRR oraz przez Ministerstwo Wyższego Wykształcenia.

Wykładane są następujące przedmioty teoretyczne: podstawy marksizmu-leninizmu, ekonomia polityczna, fizjologia, anatomia, chemia, higiena, teoria i metodyka wychowania fizycznego, psychologia, pedagogika i historia pedagogiki, historia kultury fizycznej, budowa urządzeń sportowych, organizacja kultury fizycznej, język obcy (do wyboru: francuski, angielski, niemiecki) zasady kontroli lekarskiej wraz z antropometrią oraz gimnastyka lecznicza i masaż sportowy. Dwie ostatnie dyscypliny przerabiane są zarówno w formie wykładów teoretycznych jak i zajęć praktycznych w szpitalach i gabinetach gimnastyki leczniczej przy poliklinikach.

Jeśli chodzi o praktyczne dyscypliny sportowe, to w okresie 4-letnich studiów studenci zapoznają się z takimi dziedzinami sportu, jak: gimnastyka, lekkoatletyka, sporty wodne, pływanie, skoki do wody, gry sportowe: koszykówka, siatkówka, tenis, piłka nożna, hokej kanadyjski i rosyjski, łyżwiarstwo, narciarstwo, boks, walki zapaśnicze klasyczne i wolne „sambo“, szermierka, kolarstwo i podnoszenie ciężarów.

Pod względem organizacyjnym zarówno wykładane przedmioty teoretyczne jak i dyscypliny poszczególnych gałęzi sportu ujęte są w tzw. katedry, jak: katedra fizjologii, gier sportowych i inne. Na czele katedry stoi kierownik posiadający przeważnie stopień naukowy kandydata nauk i mający do pomocy kilku lub nawet kilkunastu instruktorów czy wykładowców. Katedry poza szkoleniem studentów prowadzą pracę naukowo-badawczą i wydawniczą. Większość katedr moskiewskiego i leningradzkiego instytutu obowiązuje do opracowywania podręczników ze swych działów, które służą jako pomoce naukowe dla studentów instytutów i technikumów w Związku Radzieckim. Podręczniki opracowywane są zbiorowo przez cały kolektyw katedry, przechodzą przez kontrolę fachowych komisji wyznaczanych przez Wszechzwiązkowy Komitet do Spraw Kultury Fizycznej i Sportu, a składających się z wybitnych specjalistów poszczególnych dziedzin sportu. W ten sposób istnieje gwarancja wysokiego poziomu prac, które odgrywają poważną rolę przy szkoleniu młodych kadr.

Również szeroko prowadzone są prace naukowo-badawcze. Np. na katedrze lekkiej atletyki Moskiewskiego Instytutu, gdzie zatrudnionych jest 14 wykładowców i instruktorów, 6 z nich przygotowuje prace eksperymentalne z dziedziny lekkoatletyki celem uzyskania stopnia naukowego kandydata nauk pedagogicznych. Między innymi doktorską pracę zajęty jest docent Ozolin, rekordzista ZSRR w skoku o tyczce, autor licznych publikacji teoretycznych z dziedziny lekkiej atletyki. Prócz tego katedry praktycznych dyscyplin sportowych pomagają klubom i związkom sportowym w formie konsultacji, organizowania kursów, seminariów i odczytów. Przez tak pojętą i zorganizowaną pracę instytuty nie ograniczają się wyłącznie do dziedziny szkolenia przyszłych kadr fachowców, lecz są prawdziwymi źródłami wiedzy fachowej, którą przekazują szerokim rzeszom młodzieży i ludzioru pracy zrzeszonym w klubach i związkach sportowych. Poza zajęciami praktycznymi w różnych gałęziach sportu studenci przechodzą praktykę pedagogiczną w szkołach średnich i wyższych oraz praktykę organizacyjną w komitetach i większych zrzeszeniach sportowych. Praktyka w szkołach średnich siedmio i dziesięcioletnich przewidziana jest na III roku studiów i trwa przez 6 tygodni. Studenti łączeni są w tzw. brygady po kilka lub kilkanaście osób w zależności od ilości uczniów i przydzielani do różnych szkół. Praca ich nie ogranicza się wyłącznie do prowadzenia lekcji gimnastyki, gdyż równocześnie zapoznają się pod fachowym okiem nauczyciela wychowania fizycznego z organizacją zawodów szkolnych, świąt kultury fizycznej i normalnych zajęć sportowych. Każda lekcja gimnastyki wymaga oczywiście uprzedniego przygotowania planu i konspektu zajęć, które są później kontrolowane i omawiane.

Praktykę na wyższych uczelniach przechodzą studenci IV roku i trwa ona również 6 tygodni. Nadmienić należy, że wychowanie fizyczne wprowadzone jest we wszystkich uczelniach Związku Radzieckiego jako przedmiot obowiązkowy. Studenci IV roku Instytutów Kultury Fizycznej, którzy mają już poza sobą praktykę w szkołach średnich, zapoznają się szczegółowo ze specyfiką wychowania fizycznego na wyższych uczeniach, a więc samodzielnie prowadzą lekcje gimnastyki lub zajęcia sportowe przewidziane programem czy też tzw. zajęcia „fakultatywne“, tj. dobrowolne, które nie są objęte programem obowiązkowym i są prowadzone na III, IV i V roku studiów. Praktyka w komitetach i zrzeszeniach sportowych przewidziana jest również na IV roku i trwa 2 tygodnie.

Studenci na III roku obierają sobie ulubioną dyscyplinę sportu, w której chcą się specjalizować, i w okresie dwóch lat, tj. przez III i IV rok studiów, opanowują daną gałąź sportu na tyle, aby móc uzyskać co najmniej II klasę wszechzwiązkowej klasyfikacji sportowej. (Większość zdobywa I klasę, a niektórzy nawet klasę mistrzowską). Program zajęć jest tak dostosowany, iż specjalizacja nie przynosi żadnego uszczerbku innym przedmiotom, gdyż idzie ona równolegle z ogólnym planem szkoleniowym, a równocześnie student otrzymuje gruntowne przygotowanie w pewnej dyscyplinie sportowej, co pozwoli mu w przyszłości prowadzić także pracę trenerską.

Jeśli chodzi o gimnastykę — to wszyscy studenci po 4 latach studiów obowiązani są uzyskać co najmniej II klasę wszechzwiązkowej klasyfikacji sportowej.

Studenci, którzy pragną się specjalizować w dodatkowych dyscyplinach sportu — mogą uczęszczać na południowe zajęcia, tzw. lekcyjne, które nie są objęte programem obowiązkowym, lub też na treningi klubu sportowego przy instytucie.

Poważną rolę w dziedzinie samokształcenia studentów i pogłębiania ich wiedzy teoretycznej odgrywają koła naukowe, które są tworzone przy katedrach dyscyplin teoretycznych. Studenci opracowują referaty z dziedzin ich interesujących, prowadzą prace naukowo-badawcze jako siły pomocnicze i w ten sposób wciągają się do przyszłej pracy naukowej, której mają się poświęcić po ukończeniu studiów. Pewna część studentów wstępuje na tzw. aspiranturę. Jest to okres trzyletniej samodzielnej pracy naukowej, która pozwoli na uzyskanie stopnia naukowego kandydata nauk pedagogicznych czy biologicznych. Aspiranturę można odbywać tylko w trzech instytutach: w Moskwie, Leningradzie i Tbilisi (Tyflis).

Poza trzynastoma instytutami kultury fizycznej do wyższych uczelni wychowania fizycznego zalicza się instytuty pedagogiczne z wydziałami (fakultetami) kultury fizycznej. Jest ich w ZSRR ponad trzydzieści. Szkolą one fachowców wyłącznie dla szkolnictwa. Program nauczania trwa 4 lata i jest bardzo zbliżony do programu instytutów kultury fizycznej. Pod względem organizacyjnym instytuty pedagogiczne różnią się tym od instytutów kultury fizycznej, że posiadają trzy katedry: katedrę teorii, która łączy wszystkie przedmioty teoretyczne, katedrę gimnastyki i katedrę sportów i gier. Liczba studentów na wydziałach kultury fizycznej instytutów pedagogicznych jest znacznie szczuplejsza, sięga od 200 do 300 osób: w tym 80% stanowią kobiety, podczas gdy w instytutach kultury fizycznej 70% składu osobowego studentów — to mężczyźni.

Poważną pozycję w systemie szkolnictwa wyższego zajmuje system szkolenia „zaocznego”. Zorganizowany on jest przy Moskiewskim (około 2 500 słuchaczy) i Leningradzkim (około 2 000 słuchaczy) Instytucie. Moskiewskiemu podlegają wszystkie okręgi południowe ZSRR, środkowa Azja i Kaukaz, Leningradzkiemu zaś cały Wschód i Północ. We wszystkich instytutach i technikach są stworzone tzw. konsultacyjne punkty, w których prowadzone są specjalne wykłady popołudniowe, nie kolidujące z pracą słuchaczy. W punktach konsultacyjnych są prowadzone również seminaria i udziela się tam fachowych porad. Tam też słuchacze zdają kolokwia. Natomiast dwa razy w roku (zimą i na wiosnę) studenci (zaocznicy) jadą do Moskwy i Leningradu, gdzie zdają egzaminy. Zakład pracy obowiązany jest udzielać na ten czas dwutygodniowego urlopu. Program nauczania rozłożony jest na okres 5 lat. Ukończenie „zaocznych” studiów daje te same prawa co i ukończenie normalnego 4-letniego instytutu kultury fizycznej.

Tak się przedstawia w ogólnych zarysach szkolenie specjalistów w dziedzinie kultury fizycznej na wyższych uczelniach. Bardzo sze-

rokać się w szkoleniu kadr wychowania fizycznego rozwijają techniki kultury fizycznej (na poziomie szkoły średniej) oraz szkoły pedagogiczne (licea pedagogiczne), szkoły trenerów oraz najrozmaitsze kursy krótko i długoterminowe.

Zasięg szkolenia kadr wychowania fizycznego w ZSRR, jego wspierała organizacja i wysoki poziom oczarowały nas, polskich studentów, którym dane było odbywać tu swoje aspirantury i korzystać w całej pełni ze świetnych osiągnięć wielkiego i wspierającego państwa socjalistycznego.

NARCIARSTWO W ZSRR

Na rozległych terenach Rosji narty były znane i szeroko rozpowszechnione wśród ludności od niepamiętnych czasów stając się przedmiotem codziennego użytku. W czasie długich zim rosyjskich służyły ludziom jako doskonały środek lokomocyjny, oddawały nieocenione usługi na polowaniach, towarzyszyły wojownikom w pochodach wojennych, używane były w zabawie i wyścigach.

Według posiadanych danych historycznych za kolebkę nart możemy uważać obszary środkowej i północnej Azji — okolice jeziora Bajkał i góry Altaj, obecne tereny radzieckiej Syberii i Jakutii.

Sport narciarski w Rosji carskiej rozwijał się bardzo słabo. Krótkowzroczny rząd carski nie uważał za konieczne otoczenie sportu specjalną opieką państwa. Dlatego też sport narciarski jak i wszystkie inne sporty nie wyszedł spoza ram zabaw i indywidualnych zainteresowań. Największymi ośrodkami narciarskimi były w owym czasie Moskwa i Leningrad. Polityka izolacji i odpychania człowieka pracy uprawiana przez kierownictwo klubów hamowała wszelki bujniejszy rozrost sportu narciarskiego i obniżała jego poziom.

Właściwe podstawy dla rozwoju i masowego wzrostu kultury fizycznej stworzyła dopiero Wielka Socjalistyczna Rewolucja Październikowa. W Związku Radzieckim sport narciarski nabrał zupełnie innego charakteru, niż w pozostałych krajach. Jego głównymi cechami są: użyteczność i jak najszerze umasowanie. Każdemu człowiekowi pracy stworzono najlepsze warunki do uprawiania tego pięknego sportu. Narciarstwo stało się potężnym źródłem sprawności fizycznej. Znaną jest powszechnie wielka rola, jaką odegrały narty przy przerzucaniu wojsk zwycięskiej Armii Czerwonej w czasie wojny z kapitalistycznymi interwentami. Narty związane są ściśle z codziennym życiem i pracą ludzi radzieckich. Szczególnie wielkie usługi oddają one pracownikom wszystkich zawodów związanych z pokonywaniem wielkich przestrzeni w okresie zimowym. Nart używają robotnicy leśni, nauczyciele i uczniowie szkół wiejskich, listonosze, robotnicy drogowi i kolejowi, funkcjonariusze partii, badacze polarni i żołnierze Armii Czerwonej. W ten sposób narty pomagają zaoszczędzić czas i ułatwiają pracę.

Już w czasie Rewolucji Październikowej narciarstwo znalazło swoje właściwe zastosowanie. Władza radziecka od razu zorientowała się jak wielkie znaczenie posiadają narty w prowadzeniu zimo-

wych operacji przeciw kontrrewolucji. Warunki klimatyczne większej części ZSRR są takie, że w warunkach wojny w okresie zimowym oddziały narciarskie mogły odegrać decydującą rolę w wielu odpowiedzialnych zadaniach wojennych. Dla nart nie ma bezdroży, a szybkość narciarza przewyższa szybkość piechura. Dlatego też rozpoczęto systematyczne i masowe szkolenie narciarskie żołnierzy i przedpoborowych. Szkolenie przyniosło tak szybko wyniki, że już w 1917 roku mogły być wysłane pierwsze narciarskie oddziały wojskowe do pomocy przy zwalczaniu wojsk interwentów na froncie północnym. Z nart korzystały niejednokrotnie jednostki Armii Czerwonej na froncie wschodnim oraz oddziały partyzanckie działające na Syberii. Jednym z przykładów wykorzystania wojskowych oddziałów narciarskich w działaniach wojennych jest pogrom kułackiego buntu przez Armię Czerwoną w Karelii w roku 1921/1922, zorganizowanego przez fińskich białogwardystów. W styczniu 1922 roku został sformowany specjalny oddział narciarski ze słuchaczy Lenin-gradzkiej Międzynarodowej Szkoły, który w ciągu jednego miesiąca wykonał bohaterski raid na tyłach przeciwnika. Wśród ciągłych walk i chłódów oddział przebył trasę 1 000 km. Akcja oddziału odbiła się w decydującym stopniu na zlikwidowaniu karelskiej awantury. Białofinowie zostali rozgromieni.

Widzimy z tego, że narciarstwo w Związku Radzieckim służyło już w swych początkach przede wszystkim celom obronnym. Armia Czerwona wychowuje żołnierzy — narciarzy. Z jej szeregów wywodzi się duża część czołowych narciarzy radzieckich, mistrzów i rekordzistów ZSRR.

W dalszych latach rozbudowy socjalistycznego państwa radzieckiego sport narciarski był stale rozpowszechniany i stał się ulubionym sportem mas pracujących. Długa zima, z bogatą pokrywą śnieżną utrzymującą się dłuższy czas na olbrzymich nizinach ziemi radzieckiej była podstawą potężnego rozwoju narciarstwa. W szeregu okręgów i republik sport narciarski przybrał znaczenie sportu narodowego.

W tym samym czasie, kiedy w Alpach nieliczni zagraniczni bogacze nie wiedzą co począć z czasem ujeżdżali „ośle łączki“ i trasy zjazdowe, w Związku Radzieckim miliony pracujących znalazły w narciarstwie wypoczynek i nabierały nowych sił do dalszego budowania szczęśliwej przyszłości.

Cechą charakterystyczną radzieckiego narciarstwa są masowe imprezy z udziałem tysięcy uczestników. W roku 1924 w jednym tylko biegu gwiazdzistym wzięło udział 50 000 zawodników. W innym wypadku 70 000 narciarzy przyjechało do Moskwy z meldunkami o osiągnięciach i wykonaniu planu w zakładach przemysłowych i kołchozach. Widać z tego jasno polityczną treść radzieckiego sportu, gdzie osiągnięcia sportowe mają ściśle powiązanie z programem politycznym społeczeństwa socjalistycznego. Ta właśnie ideowa treść i wprzęgnięcie wychowania fizycznego w służbę dla kraju charakteryzuje większość przedsięwzięć sportowych. Tak na przykład w roku 1938 manifestowali sportowcy zatrudnieni przy budowie metra

moskiewskiego na paradyzie sportowej na Czerwonym Placu, ślubując, że przyspieszą wykonanie drugiej części trasy.

Do propagandy narciarstwa w najdalszych rejonach przyczynił się cały szereg gigantycznych, bohaterskich przemarszów narciarskich z krańca na kraniec olbrzymiego obszaru państwa radzieckiego. W miesiącach grudniu i styczniu 1923 do 1924 roku grupa narciarzy przeszła na nartach w ciągu 28 dni w pełnym ekwipunku wojskowym trasę Archangielsk — Moskwa. W sztafetowym biegu narciarskim, który się odbył w 1930 roku o długości 10.000 km na trasie Chaborowsk — Moskwa, wzięło udział 3.000 czerwonoarmistów i sportowców, którzy w ciągu 86 dni i nocy nieśli z Dalekiego Wschodu meldunek Armii Czerwonej o zniszczeniu białych wojsk chińskich bantdytów. Było to olbrzymie przedsięwzięcie, które nie ma sobie równego w historii narciarstwa. Uczestnicy biegu informowali społeczeństwo mijanych Republik o sukcesach na Dalekim Wschodzie. Agitowali za wykonaniem pierwszej pięciolatki i wzywali do pomagania w wiosennej kampanii siewnej. W zimie 1933 — 1934 roku grupy dowódców i czerwonoarmistów przebyła na nartach trasę Irkuck — Moskwa w ciągu 83 dni, w czasie których przeszli 5.300 km ze średnią szybkością 75 km na dobę. Inny bieg długodystansowy miał miejsce na trasie Ural — Moskwa, długości 2 000 km. O biegu tym tak pisał moskiewski dziennik Izwiestia z dnia 7. III. 1934 roku: „Bieg został zorganizowany z okazji XVII Zjazdu WKP(b). Uczestnicy pod dowództwem wyższych dowódców Armii Czerwonej wyruszyli 5 lutego 1934 roku z zamiarem przebycia trasy w 38 dniach. W ciągu pierwszych dni droga prowadząca przez góry Uralu była szczególnie męcząca. Narciarze przebywali dziennie od 80 — 90 km, aby na czas zdążyć do Moskwy i móc przekazać ludowemu komisarzowi Woroszyłowowi meldunek o osiągnięciach wojskowego i politycznego wyszkolenia żołnierzy. Pod koniec trasy narciarze musieli wyęźać wszystkie siły przebiegając dziennie 100 — 110 km. Najlepszym wynikiem było przebycie 120 km w ciągu jednego dnia na odcinku między Sarapul i Kazaniem. Droga była niezwykle ciężka. Uczestnicy szli w ciągu dnia i nocy wśród wichury i zamieci śnieżnej. Często na drodze stawały stada wilków, trzeba było mieć broń stałe w pogotowiu. Mimo tych wszystkich trudności trasa o długości 2 026 km została przebyta w ciągu 32 dni, z których 4 przypadły na odpoczynek. Zimą 1934 — 1935 roku grupa dowódców przeszła na nartach trasę Boczkariowo — Moskwa, długości 8.134 km ze średnią szybkością na dobę 93 km.

Także i kobiety radzieckie nie pozostawały w tyle za mężczyznami. W 1935 roku 5 kobiet przebyło na nartach trasę Tiumień — Moskwa. W ciągu 40 dni przeszły 2 132 km ze średnią szybkością 52,5 km na dobę. W 1936 roku dziesięć robotnic elektrokombinatu Moskwa przeszło drogę Moskwa — Tobolsk. W ciągu 40 dni marszowych przeszły one 2.400 km. W 1936 — 37 roku 5 komsomołek kultury fizycznej przebyło drogę z Ułan — Ude (stolica Buriat — Mongolskie ASRR) do Moskwy. Przeszły one 6.065 km w ciągu 95 dni marszowych, przy czym pierwszy 1000 km przebyły pieszo.

Narty były używane również przez radzieckie ekspedycje polarne, których uczestnicy przebywali dziesiątki tysięcy kilometrów obok swoich sań. Dzięki temu mogli oni po kilku latach złożyć w Moskwie meldunek o zbadaniu arktyki, która zawiera olbrzymie bogactwa naturalne w postaci złóż węgla, złota, miedzi, srebra, nie mówiąc już o bagactwach czerpanych z morza.

Decydującym momentem, który zasadniczo wpłynął na rozwój sportu narciarskiego było wprowadzenie z inicjatywy Komsomołu w roku 1931 odznaki „Gotów do pracy i obrony ZSRR“. Tutaj narciarstwo znalazło swoje właściwe miejsce między innymi dyscyplinami sportu. Dla mężczyzn został wprowadzony bieg na 10 km, dla kobiet 3 km. W czasie jednego tylko roku powyższe normy wypełniło ponad pół miliona sportowców. W roku 1932 wprowadzono drugi stopień GTO o podwyższonych normach: dla mężczyzn — bieg 20 km, a dla kobiet 5 km. W roku 1937 około 4,5 miliona zdało normy GTO I stopnia i około 0,5 miliona młodzieży — normy BGTO.

Od czasu wprowadzenia GTO następuje w Związku Radzieckim olbrzymi wzrost liczbowy zwolenników narciarstwa zamykający się liczbą kilku milionów. Motorem poczynają na polu kultury fizycznej jest organizacja komsomolska. Komsomoł nadaje polityczny i wychowawczy kierunek pracy w kołach sportowych, pomaga w planowaniu i rozbudowie nowych urządzeń sportowych.

Najważniejszymi imprezami narciarskimi w Związku Radzieckim są Spartakiady Zimowe. Niektóre narody radzieckie urządzą swoje własne mistrzostwa z programem zawierającym wszystkie dyscypliny narciarskie. Dla młodzieży wprowadzone są różne gry. Rokrocznie urządzana jest gra „do ataku“, w której biorą udział setki tysięcy chłopców posiadających już pewne podstawy techniki narciarskiej.

Państwo wspomaga narciarstwo przez tworzenie odpowiedniej bazy materialnej. Podobnie jak we wszystkich dziedzinach życia radzieckiego, tak i w sporcie narciarskim istnieje planowanie. W sposób planowy odbywa się produkcja sprzętu narciarskiego. W Rosji carskiej fabryk sprzętu sportowego nie było. Niewielki inwentarz narciarski wyrabiali chałupnicy, a większość sprzętu sprowadzano z zagranicy: ze Szwecji, Norwegii i Finlandii. W pierwszych latach po Rewolucji było zaledwie kilka zakładów trudniących się wyrobem i rozprowadzaniem sprzętu. W roku 1941 liczba ich wzrosła do ponad 6.000. W sezonie zimowym 1923 — 1924 radziecki przemysł sportowy wyprodukował około 7.000 par nart. W roku 1934 rzucono na rynek już 778.000 par, a w roku 1937 — 1.777.000 par. Plan wytwórczości na rok 1938 wynosił 1.866.000 par desek. Cyfry te najlepiej charakteryzują niebywały wzrost i popularność narciarstwa w ZSRR. Planowo odbywa się budowa schronisk i ośrodków narciarskich. Od 1921 do 1944 roku wybudowano ze środków państwowych 60.000 schronisk. Schroniska te są w ten sposób urządzone, aby z jednej strony dawały opiekę nad sportem wyczynowym przez organizowanie zawodów, z drugiej strony wyposażone są w wysoko wartościowy sprzęt. Wypożyczają się tutaj narty, buty, oraz wszystko

czego potrzebuje narciarz — turysta. Każde schronisko posiada swoją bibliotekę fachową. W specjalnych ośrodkach zgrupowani są najlepsi trenerzy, którzy prowadzą kursy dla zawodników i instruktorów narciarskich.

W celu umożliwienia przeszkolenia w jak najkrótszym czasie tysięcy nowych zawodników i instruktorów dla wielomilionowych rzesz entuzjastów sportu narciarskiego zostały założone szkoły sportowe oraz wyższe uczelnie posiadające swoje wydziały narciarskie.

W początkowym okresie rozwoju sportu narciarskiego na kierunku pracy mocno odbijały się stare wpływy Finlandii. Główną uwagę koncentrowano prawie wyłącznie na biegach płaskich. W 1920 roku w zawodach o mistrzostwo RSFSR wzięli udział zawodnicy Moskwy, Włodzimierza, Podolska, Rżewa, N. Nowgorodu, Kaługi, Kostromy i Jarosławia. Począwszy od 1923 roku w zawody o mistrzostwo kraju wciągają się stopniowo narciarze innych miast: Tuły, Swierdłowska, Leningradu, miast nadwołżańskich i Syberii. Od roku 1921 do wszystkich zawodów mistrzowskich wprowadzono konkurencje kobiece. Pierwsze zawody w skokach i „cross“ zostały przeprowadzone pod Leningradem (w Pargołowie) w 1924 roku. W latach 1925 — 26 zbudowano skocznnię narciarską w Jukkach pod Leningradem. W 1926 roku skoki zostały włączone w program zawodów narciarskich o mistrzostwo Związku Radzieckiego. W roku 1927 w Leningradzie została zbudowana skocznia pozwalająca na skoki do 25 metrów długości. W szybkim tempie zaczęła rozwijać się technika skoków, przez co podniósł się znacznie poziom tej konkurencji.

Do roku 1930 centrum sportu narciarskiego stanowił Leningrad. W tym czasie w Moskwie zakończono budowę skoczni na Leninowskich Górach i otwarto specjalne szkoły sportu wysokogórskiego. Od tego czasu stosunek sił zmienił się na korzyść narciarzy moskiewskich. Nowa skocznia pod Moskwą była obliczona na skoki do 35 metrów. Na niej „wyrośli“ czołowi skoczkowie radzieccy. Równocześnie z tym rozpoczęto budowę skoczni ćwiczebnych na całym terytorium ZSRR dla zdawania norm GTO. Tysiące sportowców wzięło się do nauki nowego ciekawego sportu. W Gorkim, Leningradzie, Moskwie, Swierdłowsku przystąpiono do budowy szkoczni dla sportu wyczynowego umożliwiających skoki od 50 do 80 metrów długości. Największą skocznnię w Związku Radzieckim zbudowano przed wojną w Krasnojarsku. W 1940 roku moskiewski skoczek Kudriawcew osiągnął na niej odległość 82 metry. Niedawno została wybudowana skocznia na Kaukazie w gruzińskiej osadzie klimatycznej Bakuriani, pozwalająca na skoki do 70 metrów. Zacierają się coraz bardziej granice pomiędzy narciarstwem nizinnym a górskim. Wraz ze wzrostem techniki narciarstwa górskiego wzrosły i potrzeby narciarzy odnośnie warunków terenowych. Dla przygotowania zawodników w konkurencjach zjazdowych należało przenieść szkolenie w nowe górskie rejony dające możliwości długich i szybkich zjazdów. W pierwszym rzędzie skierowano uwagę na Ural, Kaukaz i Chybinsy jako rejony bliższe centrum ZSRR. Następnie narciarze przenieśli swój ulubiony sport w góry Średniej Azji, w Ałtaj, Tian-Szań i Pamir-

Narciarstwo radzieckie może z dumą szczyścić się swoim wkładem w zwycięstwo nad niemieckim faszyzmem. Narciarze walcząc z wrogiem na froncie oraz organizując bojowe przygotowanie rezerw dla Armii na zapleczu, dokonali wielu bohaterskich czynów. W szeregach generałów, oficerów i żołnierzy — Bohaterów Związku Radzieckiego wśród innych sportowców nie zabrakło również narciarzy.

W ramach szkolenia rezerwistów obowiązanych przejść wyszkolenie z zakresu wychowania fizycznego narciarze uczyli jazdy na nartach współzawodnicząc między sobą, kto wyszkoli więcej żołnierzy — narciarzy. W ciągu lat wojny nauczono jeździć na nartach przeszło milion żołnierzy. Na froncie, bez względu na porę dnia czy nocy często wśród szalejących zamieci śnieżnych narciarze wychodzili na dalekie zwiady na tyły wroga, niszczyli połączenia, dezorganizowali dowozy. Lotne oddziały narciarskie uderzały przeciwnika w najmniej oczekiwanych miejscach, zwalczając wysunięte placówki i biorąc jeńców. Pełną chwałą kartę zapisały oddziały narciarskie walcząc w obronie Kaukazu.

Obok wysiłków skierowanych na bezpośrednie cele obronne nie przerywano pracy na odcinku ogólnego wychowania fizycznego młodzieży, organizując szkolenie i urządzając zawody. O ogromie tych prac świadczą najlepiej cyfry: w ostatnim okresie wojny w roku 1944 w masowych zawodach narciarskich wzięło udział około 10 milionów uczestników.

Po wojnie narciarze radzieccy wrócili do pokojowej pracy skierowując swoje wysiłki na walkę o pokój i postęp.

ŁYŻWIARSTWO W ZSRR

Związek Radziecki posiada wyjątkowo korzystne warunki dla rozwoju sportów zimowych, a w szczególności łyżwiarstwa w różnych jego odmianach, tzn. jazdy szybkiej i figurowej, hokeja rosyjskiego i kanadyjskiego. Warunki te wpłynęły decydująco na rozwój łyżwiarstwa, sięgający dawnych czasów carskiej Rosji.

Petersburg (Leningrad) był jednym z głównych ośrodków w Europie, gdzie najszybciej i najlepiej rozwinęła się jazda figurowa i szybka. Już bowiem carska Rosja wydała szereg utalentowanych łyżwiarzy, którzy przodowali w Europie i w świecie.

Z najlepszych łyżwiarzy okresu przedrewolucyjnego wymienić należy: dwukrotnego mistrza świata i Europy Strunnikowa, Siedowa, braci Ipolitowych, Panszyna i innych. Wymieniając te nazwiska niesposób jest nie wspomnieć o Jakubie Mielnikowie, który przejął dobre tradycje starych mistrzów i poczynając od 1915 roku był przez przeszło 20 lat najlepszym szybkobiegaczem — mistrzem Rosji, RSFSR i ZSRR, mistrzem Europy 1927 roku i dwukrotnym robotniczym mistrzem świata w latach 1929 i 1935 r. On właśnie pierwszy ze wszystkich sportowców Związku Radzieckiego został wyróżniony zaszczytnym tytułem zasłużonego mistrza sportu. Poniższa tabelka podaje jego pierwsze wyniki z poważniejszych zawodów oraz wyniki z ostatniego roku startowania:

Rok	800 m	1.500 m	3 000 m	10.000 m
1915	46.8	2.27.2	9.10.4	19.01.0
1929	45.0	2.23.4	8.43.9	17.38.8 (1928 r.)

Dziś Jakub Mielnikow jest jednym z najbardziej oddanych działaczy i krzewicieli tak przez siebie ulubionego sportu łyżwiarskiego.

O tym jak wcześnie zaczęło rozwijać się łyżwiarstwo na terenie dawnej Rosji mogą jeszcze świadczyć takie fakty, jak założenie pierwszego Klubu Łyżwiarskiego w 1864 roku i powierzenie stolicy Petersburgowi zorganizowania pierwszych figurowych mistrzostw świata dla mężczyzn w roku 1896.

Wśród wielu mistrzów łyżwiarstwa figurowego należy tu wymienić nazwisko N. Panina, który kilkakrotnie uzyskiwał mistrzostwo świata w jeździe figurowej, a do niedawna jako staruszek wychowywał młody narybek łyżwiarski w Leningradzie. Książka jego „Jazda figurowa na łyżwach“ należy do najlepszych w tej dziedzinie. Głośne nazwiska Mielnikowa czy Panina wcale nie świadczą jednak o powszechności uprawiania sportu łyżwiarskiego w carskiej Rosji. Talenty te zabłysły na tle naturalnych warunków, sprzyjających ich rozwojowi. Dopiero bowiem po Rewolucji Październikowej, sport w Związku Radzieckim stał się dostępnym dla szerokich mas, przestał być elitarnym. Od tego właśnie czasu datuje się wyjątkowy rozwój łyżwiarstwa, podobnie jak i innych sportów, ujętego w odpowiednie formy organizacyjne, które pozwalają na osiąganie wysokiego poziomu sportowego. Dziś śmiało można powiedzieć, że łyżwiarstwo stało się w Związku Radzieckim sportem narodowym. Cyfra ponad 100 000 łyżwiarzy, zarejestrowana w Związku Łyżwiarskim, mówi sama za siebie, a wyniki osiągane w kraju i zagranicą świadczą o najwyższym poziomie tej dziedziny sportu.

Systematycznie organizowane zawody o mistrzostwo Związku Radzieckiego czy to w hokeju, czy też w jeździe figurowej lub szybkiej, wysuwają na czoło coraz to nowe zespoły lub jednostki, które prawie za reguły osiągają wyniki lepsze od swoich poprzedników.

Najbardziej jednak godne uwagi są wyniki kobiet radzieckich w jeździe szybkiej na łyżwach.

W roku 1936 odbyły się pierwsze mistrzostwa świata kobiet w jeździe szybkiej. W tych i w czterech następnych zawodach, radzieckie zawodniczki nie brały udziału. Godny jednak podkreślenia jest fakt, że w ciągu tej samej zimy, kiedy odbywały się pierwsze mistrzostwa świata bez udziału zawodniczek radzieckich, młoda zawodniczka radziecka M. Isakowa, na narodowych zawodach w Kirowie pobiła 5 rekordów Związku Radzieckiego na ogólną ilość 5-ciu rejestrowanych. Osiągnięte przez nią wyniki były lepsze od wyników oficjalnej mistrzyni świata Klein (USA).

A oto zestawienie wyników obu zawodniczek:

	500 m	1 000 m	3 000 m	5 000 m
Isakowa	48,3	1.45.4	3.48.1	10.01.4
Klein USA	53.3	1.55.2	6.12.0	10.18.0

Od tego czasu datuje się walka radzieckich łyżwiarek o przodownictwo w świecie. W tym samym roku lepsze wyniki od najlep-

szych zawodniczek krajów kapitalistycznych osiągają: M. Wałowa, S. Paroznowa i W. Kuźniecowa.

Jeszcze w czterech następnych zawodach o mistrzostwo świata nie startują zawodniczki radzieckie, a zwyciężają kolejno: dwukrotnie L. Nilsen (Norwegia) i następnie dwa razy W. Lesze (Finlandia).

Wreszcie nadszedł rok 1948. W małym miasteczku fińskim Turku, stanęła na starcie VI Mistrzostw Świata drużyna świetnych zawodniczek Kraju Socjalizmu. Pełny triumf osiągają łyżwiarki radzieckie zajmując trzy pierwsze miejsca w następującej kolejności: 1) Isakowa, 2) Sielichowa, 3) Cholszczewnikowa. Prócz pierwszych trzech, w pierwszej dziesiątce znalazły się: Akifiewa, Żukowa, Karelina i Wałowa. Następne VII mistrzostwa rozegrane w roku 1949 stały się powtórным pięknym sukcesem zawodniczek radzieckich. Maria Isakowa zdobywa cztery złote medale i tytuł absolutnej mistrzyni świata. Tuż za nią plasują się jej współrodaczki Cholszczewnikowa i Żukowa (najmłodsza uczestniczka zawodów), a w pierwszej dziesiątce znów znalazły się cztery łyżwiarki radzieckie.

Rok 1950 przynosi także wielki sukces łyżwiarkom ZSRR. Mistrzostwa Świata w Moskwie wykazały także wyższość „sportowej szkoły radzieckiej“ nad „szkołą“ innych krajów. Po raz trzeci z rzędu mistrzynią świata zostaje Maria Isakowa. Dotychczas żadna z kobiet nie dostąpiła zaszczytu utrzymania trzykrotnego tytułu mistrzyni świata. Osiągnęła to radziecka sportmenka — komunistka Maria Isakowa!

Poświęciliśmy wyżej wiele miejsca na ocenę wyjątkowo dobrych wyników szybkobiegaczek radzieckich. Trzeba jednak dla uzupełnienia podać, że łyżwiarstwo szybkie mężczyzn znajduje się także na bardzo wysokim poziomie. Dla znawców tej dziedziny powinna wystarczyć podana wyżej tabelka wyników J. Mielnikowa, bowiem ona sama mówi już wiele. Dodać należy, że jazda szybka w ostatnich latach zrobiła znaczny postęp, o czym świadczy wzrost ilości uprawiających tę piękną dyscyplinę sportu, oraz osiągnięte szczytowe wyniki, przewyższając dotychczasowe osiągnięcia. Tak więc na ostatnich zawodach o mistrzostwo Związku Radzieckiego zasłużony mistrz sportu Juri Gołowczenko z Omska pobił 13-letni rekord wieloboju Anikanowa o cały punkt. Nowy mistrz jest piątym łyżwiarzem Związku Radzieckiego, który osiągnął w wieloboju wynik niższy niż 200 pkt. — 197 566.

Spotkania międzynarodowe i zawody międzypaństwowe, w jakich brali udział biegacze radzieccy, znów mówią o najwyższym poziomie w skali światowej jaki osiągnęli ich zawodnicy.

Podane powyżej wyniki są najlepszym dowodem stwierdzającym bardzo wysoki poziom sportowy łyżwiarstwa szybkiego w Związku Radzieckim.



Mistrzynie ZSRR w jeździe figurowej — J. Nikolajewa

Równolegle z rozwojem jazdy szybkiej widzimy ogromny rozwój gier na lodzie. Do najbardziej popularnych i masowych należy hokej rosyjski i kanadyjski. Pierwszy jest uprawiany przez kobiety i mężczyzn, drugi przez mężczyzn. Liczba uprawiających hokej rosyjski jest niesłychanie wielka i ciągle wzrasta. Ponieważ gra ta nie jest u nas znana, przeto pragniemy podać kilka informacji. Nazywają ją w ZSRR futbolem na lodzie, a nazwa ta powstała prawdopodobnie stąd, że jako przyrząd do gry służy mała piłeczka drewniana, obszyta skórą. Terenem gry jest boisko piklarskie, drużyna zaś liczy 11 graczy. Kije służące do odbijania piłeczki przypominają nam bardzo kije do hokeja na trawie, tzn. że w dolnej swojej części kij ma jedną powierzchnię płaską, a drugą wypukłą. Przepisy gry są bardzo zbliżone do prawideł gry w hokeja na trawie. Wielką popularnością cieszy się także hokej kanadyjski. Jak jeden tak i drugi hokej są dziś ulubionymi grami młodzieży radzieckiej. Na każdym skrawku lodu, dostępnym dla młodzieży, widzimy chłopców i dziewczęta uganiających się za piłeczką lub kauczukowym krążkiem. Tu zaczynają wyrastać i wychowywać się na dobrych hokeistów przyszli mistrzowie „małej piłeczki“ lub „czarnego krążka“.

A trzeba nam wiedzieć, że rokrocznie rozgrywane są zawody o puchar Związku Radzieckiego w hokeju rosyjskim i kanadyjskim, że mistrzostwa Związku Radzieckiego w hokeju kanadyjskim rozgrywane są w dwóch grupach. Pierwsza grupa liczy 12, a druga 19 drużyn, a do czołówki w hokeju rosyjskim należy 16 drużyn, które z pomiędzy siebie wyłaniają najlepszą.

O wysokim poziomie hokeja w ZSRR przekonała się nasza reprezentacja państwowa, która rozegrała kilka spotkań w Moskwie, gdzie zdecydowanie została pokonana.

Równolegle ze wspomnianymi dyscyplinami sportowymi, uprawianymi na lodowiskach, postępuje rozwój jazdy figurowej; posiada ona tak samo jak poprzednie dziedziny stare tradycje. Głównymi ośrodkami jazdy figurowej są rywalizujące ze sobą od dawna dwa najpiękniejsze miasta Związku Radzieckiego — stolica Moskwa i Leningrad.

Chociaż figurzyści radzieccy nie startowali jeszcze w międzynarodowych zawodach, ani nie mieli oficjalnych spotkań w tej dyscyplinie z innymi państwami, sądzymy, że reprezentują oni najwyższy poziom światowy. Mieliśmy sposobność widzieć na pokazach w Mińsku w 1940 r. mistrzynię i mistrza Związku Radzieckiego w jeździe figurowej. Występy ich pozostawiły nam niezatarte wrażenie piękna. Wykonie nawet najtrudniejszych ewolucji cechowała duża swoboda i estetyka ruchu przy nadzwyczajnie opanowanej technice. Na szczególne wyróżnienie zasługują: Granatkim, Nikolajewa (obecna mistrzyni), Czenyszow, Wasilew (ostatni mistrz Związku Radzieckiego), Orłow i wielu innych nie wymienionych, a tak samo wybitnych łyżwiarzy-figurzystów.

Wyżej podane fakty świadczą, że łyżwiarstwo — w najszerszym rozumieniu — jest w ZSRR dziedziną uprawianą niemal p-

wszechnie, że sport łyżwiarski cieszy się wielką popularnością i osiągnął wysoki poziom, a szczytowe wyniki są ciągle poprawiane.

Państwo Socjalistyczne, dbając o zdrowie i siły swoich obywateli, szczególną opieką otacza łyżwiarstwo, jako jeden ze środków kultury fizycznej, wybitnie sprzyjający przygotowaniu ich do pracy i obrony.

SUKCESY LEKKIEJ ATLETYKI RADZIECKIEJ

Wspaniałe wyniki osiągane przez lekkoatletów radzieckich coraz bardziej wprawiają w zdumienie cały świat. Ich występy na wielu międzynarodowych zawodach, mistrzostwach Europy oraz niedawno zakończonych Wszechzwiązkowych Mistrzostwach Lekkoatletycznych wskazują niezbicie, że sport socjalistycznego kraju, masowy sport radziecki jest sportem czyniącym najszybsze postępy i osiągającym najlepsze rezultaty. Wielu sportowców różnych krajów wzoruje się na ich bogatych doświadczeniach. Na wzorach radzieckich jest budowany sport w krajach demokracji ludowej. Dążenia wszystkich tych państw do umasowienia sportu u siebie w kraju wymagają gruntownego poznania organizacji, ideologii i systemu szkolenia w sporcie radzieckim.

Na zakończenie tegorocznego bogatego sezonu lekkiej atletyki radzieckiej warto dokonać podsumowania jej osiągnięć, przyjrzeć się z bliska tym wszystkim faktom i liczbom, które uczą nas i pokazują, jak w oparciu o masową kulturę fizyczną wychowują się niezliczone zastępy wyczynowych sportowców o wysokim poziomie sportowym, zdecydowanym obliczu moralno-społecznym, ludzi przygotowanych do pracy i obrony swego kraju, ludzi stojących nieugięcie na straży pokoju.

Kierując się wytycznymi KC WKP(b) sport radziecki, a wraz z nim lekka atletyka dążą do osiągnięcia jak największej ilości światowych rekordów. Osiągnięcie tego celu umożliwia masowość ruchu sportowego i racjonalne metody treningu. Prawie 3 miliony ludzi w Związku Radzieckim ćwiczy w sekcjach lekkoatletycznych. O systematyczny trening walczy się także w okresie zimowym. Całoroczne systematyczne zajęcia zabezpieczają przygotowanie i zdawanie norm na odznakę GTO.

Wśród licznych startów lekkoatletów radzieckich, na podstawie których można będzie zapoznać się z coraz większym wzrostem lekkiej atletyki, wymienić należy przede wszystkim: lekkoatletyczne mistrzostwa Europy, spotkanie lekkoatletyczne ZSRR — Węgry i Wszechzwiązkowe Lekkoatletyczne Mistrzostwa ZSRR.

Zwycięstwo na lekkoatletycznych mistrzostwach Europy z 112 punktami, 16 medalami i wieloma wspaniałymi rezultatami, oto wielkie osiągnięcie, które zdecydowanie wysunęły ZSRR na miejsce

przodującego kraju w sporcie lekkoatletycznym. „Sport wyczynowy w ZSRR — pisała bezpośrednio po mistrzostwach prasa — oparty jest na potężnej, masowej bazie, która jest niewyczerpanym źródłem talentów tworzących kadry następców dotychczasowych mistrzów“. Bruksela przekonała cały sportowy świat, że właśnie sport radziecki jest oparty na właściwych podstawach. Przekonała, że sport radziecki posiada niezwykłą dynamikę rozwoju. Okazało się, że podobnie jak na mistrzostwach Europy w Oslo tak i teraz lekkoatletki radzieckie są bezkonkurencyjne i wyniki przez nie osiągnięte nie mają równych sobie w świecie. Tytuły mistrzyń Europy zdobyły:

Andrejewa — pchnięcie kulą — 14,32 m.

Dumbadze — rzut dyskiem — 48,03 m.

Smirnicka — rzut oszczepem — 47,55 m.

Bogdanowa — skok w dal — 5,82 m.

Niezapomnianym momentem mistrzostw było zwycięstwo Szczerbakowa w trójskoku — 15,39 m oraz zwycięstwo sztafety 4 × 100 — 41,5 sek. Flaga radziecka wciągnięta na maszt na zakoń-



Czołowi sportowcy radzieccy na trasie marszu „Szlakami zwycięstw“ —
w Warszawie w 1948 r.

czenie zawodów z okazji pierwszego miejsca zajętego w sztafecie przez sprinterów radzieckich symbolicznie podkreśliła potęgę sportu Kraju Socjalizmu.

Mecz ZSRR — Węgry był nie tylko pokazem bogatego dorobku lekkiej atletyki radzieckiej, był on jednocześnie pewnym etapem rozwoju przyjaźni sportowców obu krajów walczących o światowy pokój. Do tego spotkania tak radzieccy jak i węgierscy sportowcy przygotowywali się bardzo poważnie. W 23 na 30 rozegranych konkurencji radzieccy lekkoatleci zajęli pierwsze i drugie miejsca. W czasie meczu ustanowiono pięć rekordów ZSRR i cztery rekordy Węgier. Ogólny wynik meczu wynosił 217 : 128 na korzyść Związku Radzieckiego. Zasłużony mistrz sportu A. Kanaki odniósł zwycięstwo nad rekordzistą świata w rzucie młotem, I. Nemethem. Spotkanie reprezentacji lekkoatletów radzieckich i węgierskich jeszcze raz potwierdziło prymat sportowców radzieckich na arenie międzynarodowej.

Niedawno zakończone lekkoatletyczne mistrzostwa ZSRR były najbardziej interesującą imprezą bieżącego sezonu. Pozwoliły one na dokonanie wewnętrznej analizy i podsumowanie wyników. W roku bieżącym ubiegali się o tytuł mistrzowski zawodnicy zrzeszeń „Dynamo“, „Czerwonej Armii“, „Spartaka“ i „Rezerw Pracy“. Wszystkie te zrzeszenia wystawiły łącznie przeszło 700 zawodników. Charakterystycznym było, że prawie połowę z nich stanowiła młodzież w wieku do 25 lat. W drużynach zrzeszeń sportowych związków zawodowych, 92 zawodników po raz pierwszy wzięło udział w wszechzwiązkowych zawodach. Należy także wspomnieć o niebywałym wzroście średniej uzyskanych wyników. W 15-tu konkurencjach (na 20 podstawowych), średnie wyniki znacznie przewyższały poziom zeszłoroczny. Największy wzrost najlepszych i średnich wyników zaznaczył się w biegach na dystansach od 800 — 10 000 m.

Wśród kobiet widać wzrost średnich wyników w 7 konkurencjach z 10 podstawowych.

Omawiając szczegółowo poszczególne konkurencje w pierwszym rzędzie należy podkreślić wspaniałe biegi mistrza ZSRR Włodzimierza Sucharewa na 100 i 200 m. Sucharew imponował nadzwyczajną lekkością i płynnością biegu. Radosnym objawem było pojawienie się szeregu młodych, dotąd nieznanych sprinterów, jak: — Kaljajew, Gołubiew, Pietrow, Czmychow, Potter i inni, którzy reprezentują wysoką technikę biegu. Spodziewać się należy, że już w następnym sezonie wyniki 10,4 — 10,5 w biegu na 100 m będą dla wymienionych tak samo dostępne jak obecnie 10,6 — 10,7.

W biegach na 400 m trenerzy radzieccy, zalecają szybsze tempo w pierwszej połowie dystansu, w ten sposób, że pierwsze 200 m trzeba przebiec w 22,8—22,6 sek., a nie tak jak obecnie 23,2 do 23,4 sek. Kobiety Pietrowa, Smirnowa i inne dają poglądową lekcję męskiego, szybkiego biegu na 400 m.

Bieg na średnich, a specjalnie na długich dystansach pokazał, że sportowcy radzieccy i ich trenerzy osiągnęli świetne wyniki.

W przeciągu lata został poprawiony rekord na 1 500 m. Polepszone wyniki rekordów na 5 000 i 10 000 m — średniodystansowcy zbliżają się do rekordu na 800 m. Wyniki osiągane na tych dystansach możliwe były do osiągnięcia dzięki wyższej technice biegu, zmiennej metodyce treningu i lepszej taktyce w rozgrywaniu biegu. Technicznie najskuteczniejszym był bieg z wyraźnie zaznaczonym odbiciem tylnej nogi i energiczną pracą stawu skokowego. W metodyce treningu stosowany był bieg z częstym powtarzaniem przebiegania tych samych odcinków z określoną szybkością.



Bieg na przełaj w Moskwie; na przodzie w białej czapeczce rekordzista ZSRR, maratończyk Wanin

Weteran radzieckiej lekkiej atletyki, zasłużony mistrz sportu N. Ozolin osiągnął na mistrzostwach wysokość 4,20 m. i wywalczył tytuł mistrza ZSRR w skoku o tyczce. Drugim z takim samym wynikiem był W. Kniaziew. Ozolin dał młodzieży poglądową lekcję mistrzostwa najwyższej klasy, gdzie techniczne przygotowanie umocnione było silną wolą zwycięstwa.

W trójskoku zdecydowanie wysuwają się na czoło dwaj najlepsi dziś skoczkowie Europy: mistrz i rekordzista Europy Szczerbakow i były rekordzista ZSRR Zambrimbore. Obaj posiadają wysoką technikę. Nadzieję rokują także Gierasimczyk, Bute i Pacjak.

Miotaczki radzieckie: Dumbadze, Andrejewa, Smirnicka stanowią przykład zawodniczek najwyższej klasy, posiadających zdolność osiągania najlepszych wyników w każdym starcie. Charakteryzuje

je doskonała równomierność rzutów. Ta równomierność jest wynikiem stosowania największej szybkości ruchu w momencie samego wyrzutu. Wspaniały przykład dał w rzucie oszczepem Walman, który osiągnął dzięki temu 71,66 m.

Dwóch uczestników z 38 biorących udział w dziesięcioboju uzyskało ponad 7 000 punktów. Byli to Lipp (wyniki: 100 m — 11,5 sek., skok w dal — 6,37 m, rzut kulą — 16,56 m, skok wzwyż — 1,66 m, bieg na 400 m — 51,4 sek., bieg przez płotki — 110 m — 15,5 sek., rzut dyskiem — 45,63 m, skok o tyczce — 3,30 m, rzut oszczepem — 50,62 m, bieg 1 500 m — 4,48,8 min.) razem 7,319 pkt. oraz Senisienko — 7 116 pkt.

Przygotowanie zawodników do mistrzostw było lepsze niż w latach ubiegłych. W roku 1948 osiągnięto 28 wyników na poziomie mistrzowskim i 184 na poziomie I klasy. W roku 1949 wyników mistrzowskich uzyskano 58, a I klasy 255. W roku 1950 uzyskano 88 wyników mistrzowskich i 328 I klasy.

Ostatnie Wszechzwiązkowe Mistrzostwa Lekkoatletyczne były specjalnie wykorzystane dla propagandy sportu i kultury fizycznej. W ciągu wszystkich dni zawodów odbywały się spotkania mistrzów sportu z pionierami, komsomolcami, robotnikami z szeregu przedsiębiorstw Kijowa. Opowiadaniem o osiągnięciach radzieckiego sportu, o sobie, swoim treningu, o wystąpieniach radzieckich sportowców za granicą najlepsi sportowcy przynieśli dużą korzyść sprawie propagandy sportu. Te opowiadania cieszyły się dużym powodzeniem i ściągały wielu słuchaczy.

Omawiając rozwój lekkiej atletyki radzieckiej, nie można nie wspomnieć o młodzieży. Nie wszyscy wiedzą, że rekordy młodych sportowców przewyższają czasami wyniki seniorów i rekordzistów kraju. Np. młodzieżowy mistrz sportu N. Hnykina poprawiła ubiegłego roku rekord senierek skacząc w dal 5,82 m, mistrzyni sportu Zybina została jedną z najlepszych oszczepniczek na świecie i groźną przeciwniczką dla Smirnickiej.

Zasługą właśnie młodzieży jest wiele najwyższych osiągnięć sportowych. Te fakty to jednak nie przypadek, lecz następstwo masowego dążenia radzieckiej dziatwy w kierunku poznania i uprawiania kultury fizycznej i sportu. Wiele tysięcy dzieci, dziewcząt i chłopców poświęca swój wolny czas na uprawianie sportu. Dla nich zostały stworzone przez państwo młodzieżowe szkoły sportowe. W ubiegłym roku ponad 70 tysięcy młodych sportowców uzyskało młodzieżowe normy klasyfikacyjne w wielu dziedzinach sportu, co oznacza, że wśród młodzieży rośnie nowa zmiana, godna swych starszych towarzyszy — mistrzów i rekordzistów ZSRR.

W ostatnich czasach postęp lekkiej atletyki radzieckiej odbił się także bardzo wyraźnie na krzywej rekordów ZSRR. W porównaniu z normami przewidzianymi w klasie mistrzowskiej są one w wielu wypadkach znacznie wyższe. Zestawienie mistrzowskich norm z poziomem rekordów wszechzwiązkowych pozwala nam na zobrazowanie postępu w osiąganiu rekordów w każdej poszczegółnej konkurencji.

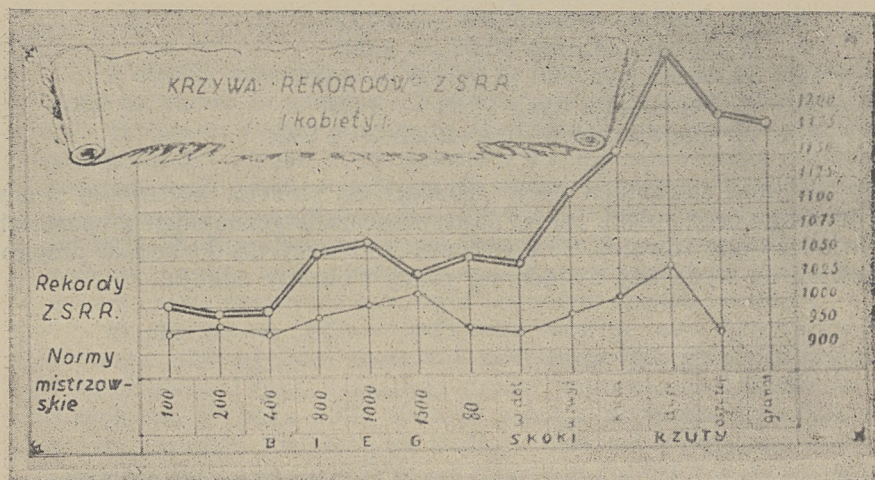
Krzywa rekordów radzieckich lekkoatletów zaczyna się rekordem biegu na 100 m (10,4). W sprincie jest to jeden dystans przekraczający granicę 1 000 pkt. W biegu na 200 i 400 m rekordy postępują razem z normami mistrzowskimi. Już w biegu na 800 m znowu zaczyna się wzrost krzywej rekordów. Największe oderwanie się od normy mistrzowskiej przybiera ona przy biegu maratońskim. Wynikiem międzynarodowym jest także rekord ZSRR ustanowiony przez E. Bułańczyka w biegu na 110 m przez płotki — 14,2. Poziom rekordów w chodzie sportowym mimo wysokich rezultatów (światowy rekord w chodzie na 50 km) znowu obniża ogólną krzywą, utrzymując ją jednak powyżej 1 000 pkt.



Radzieckie lekkoatletki w ostatnich latach doszły do wielkich osiągnięć. W ciągu pierwszych 7 miesięcy 1950 roku szereg kobiecych rekordów był uzyskiwany dwukrotnie albo też był poprawiony.

Na dystansie 100 m zawiązuje się ostra walka pomiędzy Seczenową, Duchowicz, Mielszyną (11,9 — 1.000 pkt.) i grupą młodych zawodniczek N. Hnykiną (12,3), S. Żumbrie (12,4) i 15-letnią Turową (12,4). Biegi na 200 m (988 pkt.) i na 400 m (982) przedstawiają najniższy punkt ogólnej krzywej. Krzywa rekordów biegowych najbardziej podnosi się na dystansie 800 — 1 000 m. Wynik zasłużonego mistrza sportu Wasiliewy na 800 m wynosi 2,12,0 (1 052 pkt.) jest lepszy od oficjalnego rekordu światowego. Do niej należy rekord ZSRR w biegu na 1 000 m — 2,52,6 posiadający jeszcze więcej punktów, bo 1 067. Zniżając się w biegu na 1 500 m (1 029) krzywa rekordów poprawia się znowu przy wyniku E. Gokieli w biegu na 80 m przez płotki — 11,3 (1 050 pkt.). W ubiegłym roku wynik ten był najlepszym w Europie. Na tymże poziomie znajduje się wynik Czudiny w skoku w dal 5,95 (1 045 pkt.). Realne szanse na skok powyżej 6 m ma nie tylko Czudina, lecz i młode lekkoatletki — W. Bogdanowa i N. Hnykina. Rekord w skoku wzwyż 1,67 (1 112 pkt.) należy do Czudiny (ostatnio uzyskała ona 1,68). Ciekawą jest rzeczą, że w tym sezonie 17 zawodniczek skacze 1,50 m i wyżej.

Olbrzymi wzrost krzywej można zauważyć w rzutach. Wszystkie światowe rekordy w rzutach należą do zawodniczek radzieckich. Na listach 10 najlepszych w Europie znajdujemy wiele nazwisk radzieckich miotaczek; (kula — 5, dysk — 7, oszczep — 6 zawodniczek). Wszechzwiązkowy rekord w pchnięciu kulą 14,89 (1 156 pkt.) należy do T. Sewriukowej. Najwyższy poziom osiąga krzywa przy fenomenalnym wyniku N. Dumbadze w rzucie dyskiem 53,25 (1 327 pkt.). Trochę niżej znajduje się także wspaniały rezultat rekordzistki świata Smirnickiej, rzucającej oszczepem 53,41 (1 197 pkt.) i grnatem 56,22 (1 188 pkt.).



Tablica krzywej rekordów pozwala nam ocenić 10 najlepszych wyników lekkoatletów radzieckich w różnych konkurencjach:

Mężczyźni

1. H. Lipp kula 16,93 — 1 147
2. A. Kanaki młot 58,59 — 1 126
3. F. Wanin maraton 2:29,09,4 — 1 118
4. W. Gordienko maraton 2:29,20,8 — 1 114
5. E. Bułańczyk 110 m pł. 14,2 — 1 078
6. J. Moskaczenko maraton 2:31,25,0 — 1 071
7. N. Popow 5 000 m 14,27,8 — 1 063
8. A. Pugaczewski 3 000 m z przesk. 9,06,4 — 1 059
9. B. Kazancew 5 000 m 14 30,0 — 1 055
10. I. Pożidajew 5 000 m 14,31,0 — 1 051.

Ich wspaniałe wyniki osiągnięte w ostatnich latach są jednocześnie rekordami i dowodami przodującej pozycji zawodników radzieckich w lekkoatletyce światowej. Tabela 10 najlepszych kobiet

— to przeważnie miotaczki. Zawładnęły one prawie całkowicie tabelą pozostawiając jedynie miejsce Czudinie i Wasiliewy.

K o b i e t y

1. N. Dumbadze dysk 53,25 — 1 327
2. N. Smirnicka oszczep 53,41 — 1 197
3. N. Smirnicka granat 56,22 — 1 188
4. T. Siewriukowa kula 14,89 — 1 156
5. K. Toczenowa kula 14,86 — 1 152
6. A. Andrejewa kula 14,75 — 1 137
7. A. Czudina oszczep 51,56 — 1 127
8. A. Czudina wzwyż 167 — 1 112
9. G. Zybina oszczep 50,67 — 1 095
10. E. Wasiliewa 800 m 2,12,6 — 1 067
11. R. Szumskaja dysk 46,51 — 1 057
12. E. Bagrjancewa dysk 46,42 — 1 053.

Wyniki zawarte w tych tabelach są plonem wytrwałej pracy i treningu oraz opieki, jakiej państwo socjalistyczne udziela sportowi. Świadczą one również, że sportowcy radzieccy są doskonale przygotowani do wydajnej, świadomej pracy i obrony pokoju.

PŁYWANIE W ZSRR

I. *Metody* *

Z chwilą ustanowienia w ZSRR władzy radzieckiej pływanie zostaje zaliczone do jednych z form kultury fizycznej mas pracujących.

W latach wojny domowej „Wytyczne, dotyczące przygotowania poborowych“ z roku 1919 wskazują na pływanie, jako jeden z najważniejszych środków kultury fizycznej i przygotowania wojskowego. Jednakże rozwój pływania odbywa się wolno, tak że jeszcze w roku 1925 W. Finnikow w swojej broszurce pt. „Pływanie“ podaje metodę nauczania tylko jednego sposobu pływania, tj. żabki, chociaż w tym czasie znany już był kraul jako inny sposób pływania.

W okresie od 1923 — 1928 roku rozwija się żywiołowo kraul. Pływają nim najlepsi ówcześni zawodnicy jak Skrzyński, Szumin, Podzুকiewicz i inni, z każdym dniem poprawiając rekordy w stylu dowolnym. W roku 1927 otwarta zostaje pierwsza pływalnia kryta w Leningradzie. Zwiększa się znacznie ilość szkół pływania i powstają nowe pływalnie letnie w licznych miastach Związku Radzieckiego. Np. liczba letnich szkół pływania w Leningradzie przewyższa liczbę 20, w Moskwie zaś 10.

W latach od 1926 — 1929 roku rozpowszechnia się nowa metoda nauczania pływania, opracowana przez nauczycieli leningradzkich, tzw. „metoda kompleksu“, która przewiduje nauczanie i trening dwóch sposobów pływania, tj. kraula i żabki.

Reorganizacja kultury fizycznej zgodnie z uchwałą KC WKP(b) z dnia 16 X 1929 r. tworzy wyjątkowo dogodne warunki dla rozwoju pracy sportowej wśród szerokich rzesz pracujących.

Z inicjatywy Komsomołu stworzono jednolity system kultury fizycznej, którego podstawą staje się kompleks GTO. Wprowadzenie kompleksu GTO wymagało stworzenia nowego i szybkiego systemu nauczania pływania, który by nie tylko zabezpieczał przygotowanie do zdawania norm GTO, lecz w późniejszym okresie pogłębiał specjalizację pływaka.

* Opracowano na podstawie art. „Pływanie w ZSRR“, A. Graczew, i art. Z. Firsowa „O pierwszeństwie rosyjskiej myśli metodycznej w zagadnieniach pływania“.

Grupa autorów leningradzkich mając na celu rozwiązanie tych zadań w latach 1931/1932 opracowała nową metodę nauczania, tzw. „metodę trzech stopni”. Pierwszy stopień miał na celu nauczanie pływania stylowego celem umożliwienia zdawania norm GTO I stopnia i opanowanie techniki pływania kraulem i żabką (lub na boku). Drugi stopień miał zabezpieczyć doskonale opanowanie techniki jednego ze sposobów pływania, przygotować do zdawania norm GTO II stopnia, nauczyć ratowania tonącego i pływania wojskowego. Trzeci stopień był obliczony dla tych, którzy już zdali normy GTO I i II stopnia i obejmował dalsze doskonalenie sportowe zawodnika (trening), nauczanie gry w piłkę wodną i zaznajomienie ze skokami do wody.

Według tej metody przez szereg lat organizowano zajęcia w nauczaniu i treningu w większości krytych pływalni i letnich szkół pływania.

Metoda trzech stopni okazała się skuteczna w początkowych okresach nauczania i treningu, gdyż dawała ćwiczącym możliwość szybkiego przyswojenia sobie techniki sportowych sposobów pływania i zdawania w krótkim terminie norm GTO w pływaniu. Jednakże metoda ta miała poważne braki, które dotyczyły głównie trzeciego stopnia, a mianowicie przygotowania zawodnika do osiągania wysokich wyników sportowych. Autorzy tej metody z N. Butowiczem na czele nie mogli jeszcze w tym okresie podać ustalonych i metodycznie zakończonych wskazówek o tym, jak należy budować trening pływaka-rekordzisty. W trzecim stopniu nie podkreślano np., jak ważne znaczenie w treningu posiada wyrabianie wytrzymałości, nie akcentowano dawkowania treningu, konieczność pływania na długich dystansach, trenowanie niekiedy dwa razy dziennie, w ogóle nie analizowano metody tzw. treningu interwałnego itd.

Braki te ujawniły się znacznie później, po dokładnym zbadaniu doświadczeń pracy czołowych trenerów radzieckich (Szumina, Podżukiewicza, Butowicza, Czernowa i innych) oraz doświadczeń osiągniętych w czasie treningu przez czołowych mistrzów pływania (Mieszkowa, Kitajewa, Alioszyn i innych).

Doświadczenia te rozpowszechniano rozwijając jednocześnie pracę badawczą w dziedzinie pływania, szczególnie w instytutach badawczo-naukowych w Moskwie i Leningradzie.

Z prac tych w pierwszym rzędzie należy wymienić badania w dziedzinie metodyki i fizjologii treningu pływackiego, które wykonano w latach 1935/1936.

Oprócz tych prac badawczych dokonano zasadniczych zmian w zagadnieniach metodycznych, jak:

1. opracowanie najbardziej racjonalnej metodyki w przygotowaniu do zdawania norm GTO I stopnia,
2. rozpracowanie metodyki w przygotowaniu do zdawania norm odznaki GTO II stopnia,

3. udoskonalenie metody treningu dla specjalistów w pływaniu i skokach do wody,
4. opracowanie metody nauczania dzieci i dorastającej młodzieży w związku z wprowadzeniem kompleksu BGTO i rozwoju pracy sportowej wśród dzieci.

Prócz tego dodatniego znaczenia, jakie wniosła reorganizacja metody i zwiększenie jakości nauczania oraz treningu znacznie większą rolę odegrało utworzenie jednorocznych szkół dla mistrzów w pływaniu przy instytutach kultury fizycznej, które następnie przekształciły się w oddziały pływania na dwurocznych szkołach dla trenerów.

Istotne znaczenie dla dalszego rozwoju radzieckiej teorii i metodyki nauczania pływania miały wydane w roku 1940 i 1946 państwowe programy i podręczniki pływania dla sekcji sportowych zatwierdzone przez Wszechzwiązkowy Komitet Kultury Fizycznej i Sportu (N. Butowicz, „Pływanie i przeprawy wpływ“ 1945). Materiały te zawierają usystematyzowane i upowszechnione doświadczenia radzieckich trenerów i mistrzów pływania, streszczone zasady oryginalnej radzieckiej metody nauczania pływania i treningu pływaka zbudowane na bazie kompleksu GTO.

Wyniki tych prac i badań zawarte są między innymi w książce pt. „Pływanie, piłka wodna i skoki do wody“, 1940 r., które zostały napisane przez współpracowników Instytutu Kultury Fizycznej w Leningradzie. Książka ta została zatwierdzona jako podręcznik dla instytutów kultury fizycznej.

Rozpatrzmy teraz, jakie są zasadnicze cechy radzieckiej metodyki nauczania i treningu pływackiego. Obecna radziecka metodyka sportu jak również metodyka treningu sportowego w pływaniu dzieli proces nauczania i treningu na trzy okresy: przygotowawczy, główny i przejściowy. Każdy z tych po sobie następujących okresów ma swoje zadania i środki określone na podstawie długoletniej pracy naukowo-badawczej.

Liczne zadania okresu przygotowawczego są następujące: ogólne fizyczne przygotowanie organizmu, zwiększenie czynnościowej zdolności systemu oddechowego i krążenia, wyrobienie specjalnych cech potrzebnych pływakowi (jak ruchomość stawów, siła i elastyczność mięśni, umiejętność kolejnego napinania i rozluźniania mięśni w wodzie, „czucie wody“, hartowanie organizmu do długiego przebywania w wodzie, wytrzymałość w pływaniu i inne), uczenie się i doskonalenie techniki wybranego sposobu pływania, jak również wyrobienie wytrzymałości. Zadania powyższe można rozwiązać przy pomocy różnych ćwiczeń fizycznych, dobieranych i dozowanych stosownie do warunków pracy i życia sportowca, przy ścisłym przestrzeganiu przez pływaka osobistego trybu, korzystaniu z kontroli lekarskiej i samokontroli.

Po osiągnięciu w pierwszym okresie ogólnego przygotowania organizmu, rozpoczyna się drugi — główny okres treningu, który dzieli się na trzy etapy.

Zadania pierwszego etapu są następujące: dalsze doskonalenie techniki pływania i takich ważnych cech pływaka, jak szybkość, siła, wytrzymałość i osiąganie ogólnego wytrenowania sportowego. W celu urzeczywistnienia tych zadań stosuje się specjalne pływackie ćwiczenia gimnastyczne, wykonywane na lądzie, specjalne ćwiczenia w wodzie dla usunięcia błędów i doskonalenia techniki jak również pływanie w różnym tempie na określone dystanse celem wyrobienia siły, szybkości i wytrzymałości.

W drugim etapie głównego okresu przeprowadza się specjalne przygotowanie do zawodów na określone dystanse w celu osiągnięcia jak najlepszego wyniku przez danego sportowca. Zadania te rozwiązuje się za pomocą ćwiczeń, które pozwalają na utrzymanie techniki na wymaganym poziomie przy możliwie jak najszybszym przechodzeniu dystansu, a które wyrabiają „wytrzymałość szybkościową” przy pomocy tzw. „treningu interwałnego” i równomierną szybkość na trenowanym dystansie itp.

Okres trzeci jest bezpośrednio związany z udziałem zawodnika w zawodach. Zadaniem jego jest zabezpieczenie tych wszystkich warunków (odpoczynek, sen, tryb życia i odżywianie, nastawienie psychiczne, treść treningu w ciągu ostatnich dni przed zawodami, rozgrzewka przed startem, ustalenie taktyki wyścigu, właściwa walka sportowa, zachowanie się po finiszu itd.), które pozwolą zawodnikowi na osiągnięcie jak najlepszego wyniku.

Treść poszczególnych etapów treningu i dozowanie wysiłku ustala się nie szablonowo, lecz indywidualnie, stosownie do wieku, stanu zdrowia, rozwoju fizycznego, stopnia przygotowania fizycznego, ogólnego trybu życia, charakteru pracy zawodowej i innych właściwości danego pływaka.

Okres przejściowy treningu ma na celu zabezpieczyć czynny odpoczynek i przygotować go do dalszej pracy.

Powstaje teraz pytanie, czy tego rodzaju metoda treningu zdała swój egzamin życiowy. Okazuje się, że tak. Oto fakty:

Do 1935 roku wyniki pływaków radzieckich były jeszcze dalekie do rekordów europejskich i światowych. Zaczynając od 1935 roku, to znaczy z chwilą przeszczepiania nowej metody treningu w życie, metody, którą znali tylko nieliczni najlepsi trenerzy, wyniki pływaków zaczęły szybko rosnąć. Między innymi pływacy L. Mieszkow i W. Uszakov posługując się tą metodą treningu szereg razy poprawiali rekordy światowe i europejskie. O przewadze radzieckiej metody treningu w pływaniu świadczą również takie fakty:

1. Cały szereg młodych pływaków, którzy trenowali według tej metody, w ciągu tylko jednego roku (1948) osiągnęło wyniki na poziomie I klasy i mistrzowskiej.

2. Szereg trenerów, którzy pracują w dzieciennych sportowych szkołach pływania, nauczyło się przy pomocy tej metody przygotowywać młodzież w wieku 14 — 16 lat do osiągnięcia i przekraczania norm I klasy ustalonych dla dorosłych.

3. W krajach kapitalistycznych już od dawna istnieje przekonanie, że zawodnik może osiągać rekordy tylko w wieku od 16 do 20 lat. Trenerzy w krajach kapitalistycznych w celu osiągnięcia jak najlepszych wyników w krótkim czasie pracują ze swoimi młodymi uczniami na „pełny gaz“, nie zwracając uwagi na właściwości rosnącego organizmu. Prowadzi to najczęściej do utraty zdrowia, do przetrenowania i tacy światowi mistrzowie „cudowne dzieci“ mając lat od 19 — 20 szybko się „kończą“ i przestają zajmować się sportem zawodniczym.

Natomiast pływacy radzieccy, którzy posługują się radziecką metodą treningu, polepszają stale swoje wyniki na przestrzeni 10, 15, a nawet 20 lat. Np. zasłużony mistrz sportu W. Kitajew zaczął trenować w 1924 roku, kiedy miał 15 lat. Swój ostatni rekord związkowy na 1500 m stylem dowolnym ustanowił w 1945 roku. Miał więc lat 36 i w ciągu 21 lat poprawiał stale wyniki. Zasłużony mistrz sportu L. Mieszkow swój pierwszy rekord światowy na 100 m motylkiem ustanowił w 1935 roku (1,09"6) mając lat 19. Ostatni rekord światowy na tym dystansie — 1,05"1 — ustanowił w 1946 roku mając lat 30. Takich przykładów można by przytoczyć wiele.

Jednym z przykładów rozwoju radzieckiej szkoły pływania, to troska nad udoskonaleniem techniki pływania „motylkiem“. Ten sposób pływania jako odmiana żabki prawie równocześnie pojawił się w USA i ZSRR. Jednakże doskonalenie techniki „motylka“, zaszczepienie go w masę, metoda nauczania treningu różna była w USA i ZSRR. Wyniki uzyskiwane przez pływaków radzieckich były zawsze wyższe od amerykańskich. Jeżeli w 1935 roku Amerykanin Higgins osiągnął na 100 m stylem motylkowym wynik 1,1028, to rekord ZSRR w tym czasie wynosił już 1,08".

Radziecka szkoła metodyczna opracowała w najdrobniejszych szczegółach technikę pływania motylkiem. Opracowano dokładnie koordynację w pracy ramion i nóg, położenie tułowia i głowy w momencie wdechu i wydechu, chwyt wody i kierunek pociągnięcia ramionami, zagarnięcie nogami i inne szczegóły techniki. Dla umożliwienia treningu na długich dystansach opracowano swoistą technikę motylka o oddzielnych ruchach ramion i nóg. Przy „zwykłym“ motylku ruchy ramion odbywają się prawie równocześnie z właściwym ruchem nóg, co wyklucza możliwość odpoczynku ramion. Przy motylku „rozdzielnym“ w momencie zagarnięcia nogami — ramiona rozluźnione odpoczywają leżąc na wodzie w pozycji wyjściowej i rozpoczynają pracę dopiero po zakończeniu ruchów nóg. Dlatego motylek „rozdzielczy“ jest nieco wolniejszy od zwykłego, lecz za to mniej męczący. W ten sposób zrodziła się radziecka technika pływania motylkiem.

Przytoczone przykłady wskazują na to, jak szerokie możliwości kryje w sobie obecna radziecka metodyka treningu sportowego w pływaniu. Mogła ona powstać tylko w kraju zwycięskiego socjalizmu, w którym po raz pierwszy rozwój kultury fizycznej i sportu ma państwowe znaczenie i podporządkowany jest interesom narodu oraz buduje się na głębokich zasadach naukowych.

II. Szkoła pływania Szumina *

Jednym z czynników, który wywarł i wywiera olbrzymi wpływ na umasowienie sportu pływackiego w Związku Radzieckim i podniesienie wyników sportowych na skalę ogólnoswiatową, są dziecięce sportowe szkoły pływania. Pływanie jest jednym z ćwiczeń, które bardzo łatwo przyswaja sobie młody organizm. Ponadto racjonalna metoda treningowa pozwala na takie dozowanie wysiłku, iż młodzież w wieku lat 14 — 16 osiąga wyniki zbliżone, a nawet przewyższające rezultaty osiągnięte przez dorosłych sportowców w tej dziedzinie.

Dziecięce sportowe szkoły pływania istniejące w szeregu miast Związku Radzieckiego są kuźnią licznej rzeszy młodych entuzjastów sportu pływackiego, spośród których wyrastają przyszli mistrzowie pływania.

Jedną z takich szkół jest miejska dziecięca sportowa szkoła pływania w Leningradzie, w której rozwoju wielkie zasługi położył Aleksander Szumin, zasłużony mistrz sportu pływackiego.

Aleksander Szumin był jednym z najlepszych kraulistów (jak na ówczesne czasy), który na mistrzostwach pływackich RSFSR w roku 1928 w dziewięciu wyścigach zajął osiem pierwszych miejsc z wynikami rekordowymi (100 m w 1,07"8). Szumin wraz z innymi najlepszymi pływakami, jak Al'oszya, Czernow i Podżukiewicz, już w latach 30-tych naszego stulecia rozpoczyna pracę z młodzieżą. W tym czasie nie było jeszcze ustalonych metod nauczania i treningu i każdy z nauczycieli pracował po swojemu i uczył tylko jednego sposobu pływania.

Początkowo naukę pływania stylowego prowadzi sam Szumin. W miarę zwiększania się liczby uczniów dobiera on sobie nauczycieli, których nazwiska wymieniono uprzednio.

Początkowo do szkoły przyjmuje się dzieci w wieku lat 11 do 12 i umiejące już pływać. Z biegiem czasu praca zespołu nauczającego zaczyna się koordynować i powoli kształtują się nowe i jednokowe metody nauczania. Ustala się i wprowadza nauczanie metodą „kompleksu“ i prowadzi się już naukę pływania 2 — 3 sposobami (kraul, żabka, bok).

Wytrwała i planowa praca daje szybko rezultaty, tak że w roku 1936 uczniowie tejże szkoły zdobywają mistrzostwo Leningradu, w roku 1941 zaś zwyciężają w zawodach 6 miast. Wojna przerywa prace w szkole. Lecz już w styczniu 1944 roku basen zostaje odbudowany i w dniu następnym szkoła rozpoczyna znowu pracę. W tej chwili w szkole uczy się pływania ponad 500 dzieci.

Szkoła ma za zadanie nauczyć dzieci pływania różnymi sposobami, nurkowania, skoków do wody i pływania użytkowo-wojskowego. Przyjmuje się dzieci i młodzież w wieku od 7 — 10 lat, które uczą

* Opracowano na podstawie art. G. Fieponowa pt.: „Szkoła Pływania Szumina“ (Fiz. i Sport nr 21, rok 1947).

się dobrze w szkole ogólnokształcącej. Wszyscy uczniowie są pod opieką lekarską. Każdy uczeń ma swoją kartę zdrowia, do której wpisuje się wyniki regularnych badań lekarskich.

Uczniowie podzieleni są na grupy w zależności od wieku (7-8, 9-10, 11-12, 13-14 i 15-16 lat). Wszyscy przechodzą stopniowo naukę w klasie przygotowawczej i głównej, po czym przechodzą do jednej z klas pływania sportowego, skoków do wody i ewentualnie piłki wodnej. Niektórzy z najbardziej utalentowanych uczniów mogą uczyć się równolegle w dwóch klasach, tj. głównej i jednej specjalnej.

W szkole Szumina wprowadzono nowe metody nauczania wypracowane na podstawie dużego doświadczenia praktycznego.

Praktyka wykazuje, iż słuszne jest założenie o przyjmowaniu do szkoły dzieci, które wcale nie umieją pływać. Przyszli pływacy przyswajają sobie nawyki pływania od samego początku i szkolą się w tej samej szkole i w tym samym basenie. Na pierwszych lekcjach eliminacyjnych określa się zdolności ucznia do tego czy innego sposobu pływania. W zasadzie naukę pływania rozpoczyna się od kraula i w wypadku, jeśli z tego nic nie wychodzi, przechodzi się do nauczania żabki. Kiedy uczeń opanuje swobodnie żabkę, wraca się znowu do kraula.

Najważniejszą rzeczą w kraulu jest oddychanie. Od tego zaczyna się nauka. Początkowo uczeń pływa bez pomocy ramion, pracując tylko nogami, przy czym stara się prawidłowo i rytmicznie oddychać. Następnie pracuje tylko jednym ramieniem, tj. tym ramieniem, w którego stronę robi wdech, i w końcu dopiero uczy się ruchów dwoma ramionami.

W ten sposób uczeń w stopniowo krótkim czasie przyswaja sobie najtrudniejsze elementy kraula, tj. prawidłową koordynację ruchów ramion, nóg, łącznie z oddychaniem.

W podobny sposób uczy się pływania żabką. Lekcja w szkole trwa 60 minut. Zorganizowana jest w sposób następujący:

zajęcia na lądzie	20 minut
kąpiel w natryskach . . .	10 „
zajęcia w wodzie	30 „

i na zakończenie znowu natryski.

W klasie przygotowawczej z dziećmi w wieku lat 7 — 8 wszystkie zajęcia oparte są na pokazie. Opanowanie ruchu odbywa się przez samodzielne pływanie. W ten sposób nie umiejący pływać przez powtarzanie pokazanych im ruchów uczą się szybko i prawidłowo pływać.

Metoda Szumina dała już widoczne rezultaty. Na Wszechzwiązkowych zawodach o mistrzostwo, które odbyły się w roku 1946 w Baku, prawie wszystkie pierwsze miejsca w klasie dziecięcej i młodzieżowej zajęli uczniowie Szumina. Np. Martiszew, lat 14, który zaczął pływać u Szumina w ciągu niespełna roku, osiąga następujące wyniki w kraulu: 100 m 1,08"9, 200 m — 2,33"29, 400 m — 5,30"1, 1500 m — 22,10"2.

Metoda Szumina została uznana przez katedrę pływania Instytutu Kultury Fizycznej im. Lesgafta za prawidłową i skuteczną. Szumini oraz nauczyciele jego szkoły pracują nad udoskonaleniem metody nauczania i sposobu prowadzenia lekcji.

Zagadnienia dotyczące metody nauczania, wychowania, układania programów omawiane są na konferencjach nauczycieli szkoły. Na zebraniach tych omawia się wszechstronnie sposoby pracy nauczycieli, wybiera się to, co jest najlepsze i natychmiast stosuje się w praktyce.

Zespół nauczycieli Szumina stanowi znakomity kolektyw sportowy, który nie tylko uczy pływania setki dzieci, lecz nieustannie tworzy nowe drogi w pedagogice sportowej. Szkoła Szumina stanowi twórcze laboratoria, w których doskonalą się radziecka metoda nauczania pływania, i której doświadczenia zasługują na szerokie rozpowszechnienie.

ROZWÓJ KOSZYKÓWKI I SIATKÓWKI W ZSRR

Jak wiele innych dziedzin sportu, tak też uprawianie gry w siatkówkę było bardzo zaniedbane w carskiej Rosji. Siatkówkę traktowano raczej jako rozrywkę, grę towarzyską, pozbawioną całkowicie aspektu sportowego. Koszykówka — znana jedynie w Petersburgu — mimo nielicznych zresztą prób wprowadzenia jej w innych miastach, nie przyjęła się. Wskutek takiego stanu rzeczy bezpośrednio po rewolucji wytworzyła się w młodym państwie socjalistycznym taka sytuacja, że pracę na niwie tych dziedzin sportu należało zacząć od podstaw, podczas gdy w krajach zachodnich sporty te znajdowały się już w stanie pełnego rozwoju. Praca od podstaw pozwoliła uniknąć szablону oraz wypracować własną, odrębną szkołę gry.

W pierwszym rządzie ogromny nacisk położono na umasowienie. Koszykówkę wprowadzono wszędzie. Na terenie całego kraju zbudowano boiska i sale do gry. Wprowadzono koszykówkę w wojsku, w zakładach pracy, a nawet w szkołach dla młodzieży w wieku od 12 lat przy zastosowaniu uproszczonych przepisów, a więc wszędzie tam, gdzie tylko pracuje lub uczy się obywatel radziecki. Zawody i rozgrywki szkolne i międzyszkolne w wojsku i w kołach sportowych przy zakładach pracy zyskały dla tego sportu wielu zwolenników, a przez to sprawiły, że koszykówka stała się jedną z najbardziej popularnych gier sportowych w Związku Radzieckim. Jednocześnie nauczyciele, instruktorzy i trenerzy, czerpiąc doświadczenia z obserwacji licznych zawodów i rozgrywek przeprowadzanych na terenie całego kraju, a ujawniających bardzo różnorodny materiał ludzki, pracują nad udoskonaleniem swoich metod szkolenia, opracowują nowe systemy gry, treningu i ogólnego przygotowania, stwarzają tym samym swoją własną, radziecką szkołę koszykówki. Urządzane są rozgrywki i turnieje międzymiastowe. Do tych rozgrywek każde z miast biorących udział wystawia kilka, a nawet kilkanaście drużyn męskich i żeńskich; dorosłych, juniorów, a nawet młodzików, to jest dzieci od 12 do 15 lat. Daje to olbrzymi przegląd materiału ludzkiego, daje ogromne możliwości porównawcze, a stała rywalizacja między drużynami powoduje szybki wzrost poziomu ich gry. Praca ta odbywa się na przestrzeni całego szeregu lat, a wyniki jej są bardzo cenne.

Po raz pierwszy koszykarze radzieccy spotykają się z koszykarzami innych państw w czasie rozgrywek drużyn robotniczych we Francji, Belgii i Łotwie w latach 1927 — 1935. Spotkania te wykazują zdecydowaną przewagę drużyn radzieckich, jednak nie dają one fachowcom radzieckim żadnych możliwości do oceny poziomu ich drużyn tak ze względu na zbyt dużą przewagę nad przeciwnikiem jak również z uwagi na pewne różnice w przepisach gry.

W roku 1940 w przepisach koszykówki radzieckiej zostały wprowadzone odpowiednie zmiany, co zbliżyło je znacznie do przepisów międzynarodowych, do tego czasu zresztą dość płynnych i zmiennych. W tym też mniej więcej okresie został w Związku Radzieckim opracowany program szkoleniowy, obowiązujący na terenie całego kraju. Przekreślił on całkowicie wszelkiego rodzaju „dyletantyzm“ w tej dziedzinie, wprowadził wszędzie te same metody i formy szkolenia. W ten sposób postawione zagadnienie dało bardzo szybko najlepsze rezultaty. Na mistrzostwach Związku Radzieckiego jak również i w tradycyjnym spotkaniu 8 miast, w których to zawodach, rozgrywanych systemem eliminacyjnym, biorą udział wszystkie drużyny całego kraju, obserwuje się znaczne podnoszenie poziomu z roku na rok. Poziom ten jest całkowicie wyrównany, o czym świadczy fakt, że z drużyn grających w finale do ostatniej chwili nie można wytypować zwycięzcy. Nie ma tu zdecydowanych faworytów, gdyż na przykład na przestrzeni trzech lat (rok 1946 — 1948) nie zdarzyło się, aby w tych rozgrywkach drużyna zwycięska powtórzyła swój sukces.

Spotkania tego rodzaju są terenem wymiany, specyficznych dla wielu drużyn cech gry. Tak więc koszykarze Moskwy i Leningradu przeszli od koszykarzy republik przybałtyckich szereg elementów z zakresu taktyki i techniki gry, a wraz z nimi wzorują się na błyskawicznych zagraniach Gruzinów, którzy z kolei przyswajają sobie od poprzedników urozmaicone sposoby obrony.

Okres powojenny (po drugiej wojnie światowej) — to okres dalszego rozwoju koszykówki w Związku Radzieckim. Koszykarze radzieccy robią olbrzymi krok naprzód, stając w szeregu najlepszych drużyn świata. Dowodzą tego bezpośrednie spotkania z tymi drużynami. W roku 1946 sowieckie drużyny koszykówki wyjeżdżają do Francji, gdzie w ciągu 17 dni rozgrywają 7 spotkań, zdecydowanie wygrywając wszystkie, mimo że odbywały się one w warunkach, do jakich gracze radzieccy nie byli przyzwyczajeni. Po tych spotkaniach prasa francuska jednogłośnie uznała wyższość koszykówki radzieckiej, podnosząc zwłaszcza wartości drużyny żeńskiej po jej zwycięstwie nad żeńską drużyną Francji, która uchodziła za najlepszą w Europie.

W roku 1947 koszykarze radzieccy zdobywają bezapelacyjnie na mistrzostwach Europy w Pradze I miejsce, górując zdecydowanie nad pozostałymi drużynami. W tym samym roku koszykarki radzieckie zdobywają pierwsze miejsce na festiwalu młodzieżowym w Pradze. Łącznie, w ciągu jednego roku drużyny radzieckich koszyka-

rzy i koszykarek odnoszą przeszło 20 zwycięstw nad najsilniejszymi drużynami Europy.

Siatkówkę, jak już zaznaczyłem na wstępie, początkowo traktowano raczej jako rozrywkę uprawianą tylko przez nielicznych.

Pierwsze kroki w kierunku popularyzacji tego sportu poczyniły komunistyczne organizacje młodzieżowe i zrzeszenia sportowe w Moskwie. Tam też rozpoczyna się rozwój tej dziedziny sportu, a jednym z głównych jego propagatorów jest sportowe zrzeszenie „Dynamo”. Siatkówka szybko zdobywa sobie popularność.

Wprowadza się ją do szkół, do fabryk i zakładów pracy, propaguje się ją w wojsku. Pierwsze przepisy zostały opracowane w roku 1925 i już w rok później w Moskwie odbywają się pierwsze rozgrywki na szerszą skalę. Dały one początek tradycyjnym rozgrywkom o mistrzostwo Moskwy, które od roku 1927 odbywają się corocznie. Taki jest początek tej dziedziny sportu na terenie Związku Radzieckiego.

Siatkówka jest uprawiana obecnie na terenie całego państwa radzieckiego. Wprowadzona zostaje w programy takich imprez jak „Spartakiady”, co ogromnie wpływa na jej rozwój. Wszystko to sprawia, że siatkówka staje się obok koszykówki sportem masowym, uprawianym wszędzie i przez wszystkich.

W roku 1930 na konferencji najlepszych fachowców w tej dziedzinie został opracowany program nauczania, a wraz z nim zaczęło się normalne szkolenie w całym kraju, regulowane przez trenerów objazdowych, którzy docierają do najdalszych zakątków kraju, korygując pracę instruktorów i trenerów miejscowych oraz dopilnowując wykonania programu w szkołach, kołchozach, fabrykach i jednostkach wojskowych. Co roku odbywają się mistrzostwa Związku Radzieckiego, w których biorą udział wszystkie drużyny całego kraju. Oprócz tego urządza się ogólnopaństwowe mistrzostwa szkolne dające doskonały przegląd sił młodzieży szkolnej, która reprezentuje bardzo wysoki poziom w tej gałęzi sportu.

Praca trenerska, idąca w kierunku podniesienia techniki oraz gruntownego opracowania zagrań taktycznych, stwarza, że gra przybiera na atrakcyjności, staje się szybka, bardziej urozmaicona.

Jakkolwiek wojna przeszkodziła w organizowaniu mistrzostw, to jednak nie zahamowała masowego szkolenia, czego dowodem były pierwsze po wojnie mistrzostwa Związku Radzieckiego, wykazujące znaczne podniesienie poziomu siatkówki radzieckiej.

Wśród najlepszych drużyn radzieckich dominują drużyny młodzieżowe, co jest najlepszym potwierdzeniem słuszności koncepcji wprowadzenia tego sportu już w szkołach podstawowych. Długie lata pracy trenerów i ich doświadczenia sprawiły, że w siatkówce, podobnie jak w koszykówce, została wypracowana własna sowiecka szkoła nauczania, a owoce tej pracy widoczne są przy porównaniu poziomu drużyn radzieckich z drużynami innych państw, w czasie spotkań międzynarodowych.

W roku 1947 męska drużyna siatkówki ZSRR zdobyła mistrzostwo Europy. W tym samym czasie bawiła w Polsce drużyna „Dynamo“, wygrywając zdecydowanie wszystkie swoje spotkania i wykazując wyraźną wyższość nad naszymi drużynami.

W roku 1948 siatkarze i siatkarki radzieckie wzięły udział w międzynarodowym turnieju w Polsce z udziałem Węgrów i Czechów, zdobywając bezapelacyjnie pierwsze miejsca. Turniej siatkowy na festiwalu młodzieżowym w Pradze zakończył się również zwycięstwem drużyn radzieckich, a w roku 1949 drużyna żeńska wygrała mistrzostwo Europy, męska zaś mistrzostwo świata.

Ten dorobek i osiągnięcia sportu radzieckiego dowodzą, że szkolenie odbywa się we właściwym kierunku, co pozwala sportowcom radzieckim stanąć w szeregu najlepszych na świecie.

Czemu należy przypisać te rezultaty?

Przede wszystkim komunistycznemu systemowi wychowania młodzieży, który obejmuje wszystkie dziedziny życia ludzi radzieckich. Poczynając od rodziny, poprzez szkołę i zakłady pracy, wszędzie wyrabia się poczucie życia kolektywnego, rozwija się w człowieku takie wartości jak miłość do ojczyzny, uzmysłowienie sobie długu zaciągniętego wobec państwa i odpowiedzialność za jak najlepsze wykonanie powierzonego sobie zadania. To wszystko stwarza, że morale zawodników radzieckich jest niewspółmiernie wyższe aniżeli zawodników innych państw.

Trening graczy radzieckich opiera się na wszechstronnym przygotowaniu, a umacnia się w procesie zdobywania odznaki GTO.

Koszykarze i siatkarze ZSRR w okresie, kiedy nie biorą udziału w rozgrywkach, uprawiają cały szereg sportów uzupełniających, jak: biegi narciarskie, biegi przełajowe, skoki, rzuty i wiele innych dziedzin sportu, jak gimnastyka, pływanie itd. Rozumne, oparte na naukowych podstawach szkolenie sprawia, że zawodnicy radzieccy, przygotowując się przez cały rok, osiągają w okresie rozgrywek najwyższą formę, którą utrzymują przez cały okres ich trwania.

W okresie treningu gracze znajdują się stale pod opieką lekarzy sportowych, co daje im możliwość uniknięcia wszelkich objawów przemęczenia przez zmniejszenie w porę intensywności treningu lub zaprzestanie go nawet na pewien czas. Opieka taka stwarza możliwości przeprowadzenia nawet bardzo ostrych treningów bez najmniejszego uszczerbku dla zdrowia.

Czym wyróżnia się radziecka szkoła koszykówki i siatkówki ze sportowego punktu widzenia.

Graczy radzieckich cechuje przebojowość w grze, ciągły atak oparty na szybkości i precyzji strzałów, jak najdalej posunięta zespołowość. Mimo że gracze drużyny narodowej pochodzą z różnych, często bardzo nawet od siebie oddalonych republik, to jednak jako zespół stanowią oni jedną sementowaną całość, gdzie myślą przewodnią każdego zawodnika jest jak największy wkład w zwycięstwo swego zespołu.

Siatkarze są doskonale wyszkoleni technicznie, atakują z każdej pozycji, zagrania ich są różnorodne, obrona niezawodna.

Jednym z głównym elementów składających się na powodzenie drużyny, to umiejętność zastosowania taktyki w zależności od sytuacji. I tu jasno widzimy olbrzymie zasługi szkoły nauczania, która, daleka od jakiegokolwiek szablonu, daje swym graczom tak wszechstronne wyszkolenie taktyczne i umiejętność stosowania go w każdej sytuacji, że wyklucza się niemal możliwość zaskoczenia w grze drużyn radzieckich.

Po występach radzieckich drużyn na forum międzynarodowym wszyscy obserwatorzy zgodnie uznali wyższość radzieckiej szkoły nad pozostałymi, jednak jeśli chodzi o ocenę poszczególnych graczy, to słyszało się głosy, że większość z nich cechuje raczej prymitywna technika, mimo że jednego z młodych radzieckich zawodników Mojsiejewa uznano po mistrzostwach w Pradze za jednego z najlepszych techników.

Było to wynikiem tego, że gracze radzieccy posługują się w grze bardzo prostymi podaniami, eliminując wszelkie ruchy zbyteczne. Grają prosto, szybko i skutecznie. Ten system gry początkowo wyrobił im opinię prymitywnych technicznie, co jednak nie przeszkodziło, że ustalając dziesiątkę najlepszych graczy Europy po zakończeniu mistrzostw wstawiono w jej skład czterech graczy radzieckich. Wszystko to razem wzięte, poparte niezłomną wolą zwycięstwa, którą wykazują gracze radzieccy, stwarza, że drużyny Związku Radzieckiego w obu tych gałęziach sportu dominują obecnie nie tylko w Europie, ale i na całym świecie. Do podniesienia poziomu na takie wyżyny przyczyniła się również w dużej mierze wysoka kultura w organizacji i przeprowadzeniu zawodów, czego przykładem są imprezy organizowane na terenie ZSRR.

Radzieccy sędziowie cieszą się również dużym autorytetem podczas swoich wyjazdów za granicę. Po każdym zawodach, po każdym występie drużyn radzieckich na arenie międzynarodowej następuje ścisła analiza osiągnięć, podsumowanie doświadczeń pozwalające wyeliminować wszelkiego rodzaju błędy i stwarzające doskonałe podłoże dla dalszej pracy naukowców i trenerów, wyżej omówionych gałęzi sportu.

N. MAKARCEW — „*Koło Sportowe przy Zakładzie Pracy*“. Biblioteczka Sportowa GKKF. Wydawnictwo „Prasa Wojskowa“, W-wa, 1950, str. 113, zł 4.

Nakładem wydawnictwa Prasa Wojskowa w ramach Biblioteki Sportowej Głównego Komitetu Kultury Fizycznej wydany został doskonały podręcznik N. Makarcewa o pracy kół sportowych przy zakładach pracy w ZSRR. Autor jest dość adresem radzieckim działaczem na polu kultury fizycznej, stąd też zawarta w jego książce analiza form i metod pracy koła sportowego nosi znamiona wielkiej dojrzałości przemyślenia i opracowania tematu. Książka została przełumaczona z języka rosyjskiego przez M. Zajdema i poprzedzona przedmową H. Szemberga, sekretarza GKKF.

Praca N. Makarcewa stanowi wartościową pozycję w naszej literaturze sportowej, zaznajamia bowiem ogół polskich sportowców, działaczy i instruktorów z wielkimi osiągnięciami Związku Radzieckiego na tym odcinku pracy. Tak oceniana stanowi jeden z długiego szeregu przykładów wymiany doświadczeń sportu radzieckiego z naszym młodym ruchem sportowym, budującym dopiero podstawy socjalistycznego ujęcia kultury fizycznej.

Podręcznik zawiera dużo bogatej treści w kilku — zwięzłe i jasnym językiem napisanych — rozdziałach.

Już pierwszy rozdział, omawiający wychowanie fizyczne jako sprawę o doniosłym znaczeniu państwowym, daje polskiemu czytelnikowi doskonałe wprowadzenie w całość zagadnienia.

Cytaty Lenina, Stalina i innych wodzów partii bolszewickiej oraz

wypowiedzi oficjalne członków rządu w sprawach kultury fizycznej zawarte w tym rozdziale stanowią mocną podbudowę dla głównego tematu książki.

Pierwszy rozdział stawia od razu całe zagadnienie pod względem politycznego ujęcia i pokazuje zainteresowanie partii bolszewickiej, opiekę władz, udział Komсомоtu i radzieckich związków zawodowych sprawami kultury fizycznej. Już pierwszy rozdział pokazuje całą doniosłość kultury fizycznej i jej pozycję w życiu narodów radzieckich.

Drugi rozdział traktuje koło sportowe jako podstawę masowej pracy na polu kultury fizycznej. Dla polskiego sportowca jest to znowu rozdział niezmiernie cenny, bo uzasadniający sens i potrzebę istnienia licznych kół sportowych jako podstawowych komórek organizacyjnych masowego ruchu sportowego, bez których nie dałoby się go tworzyć i rozwijać.

Wiemy, z jakim mozelem organizuje się począłki pracy w naszych kołach sportowych. Wiemy, ile zbędnego nieraz trudu ponosimy, nim dojdzie do założenia koła sportowego przy niejednym z naszych zakładów pracy. Wiemy, jak bardzo brak nam pomocnej ręki przy puszczeniu w ruch tego zdawałoby się na ogół mało skomplikowanego aparatu pracy, jakim jest koło sportowe. Wiemy też, ile błędów popełniali i popełniają jeszcze nasi działacze powołani do zakładania kół i pracy w kołach sportowych. To wszystko działa się dlatego, że nie mieliśmy dobrych wzorów tej pracy.

Obecnie nasi działacze dostali te wzory i pomoc do ręki w postaci omawianego podręcznika N. Makarcewa.

Obszerny i bogaty w treści rozdział, omawiający strukturę organizacyjną koła sportowego i jego kie-

rown'czych organów, s'tanowi praw-
dziwą skarbnicę wiedzy i doświad-
czenia z tego zakresu.

Makarcew uczy tu po prostu, jak
zmobilizować młodzież i starszych
do pracy przy powołaniu do życia
koła sportowego na zakładzie pracy.
W rozdziale tym omawia autor wy-
czerpująco a przystępnie, jak ma
wygądać organizacja pracy w dru-
żynach i sekcjach sportowych koła
sportowego, omawia też pracę licz-
nych komisji (Odnaki Sprawności
Fizycznej, Techniczno - Sportowej,
Sędziowskiej, Opieki Lekarskiej,
Agitacji Masowej, Ko'egium Redak-
cyjnego, Komisji Gospodarczej), bez
których istnienia i należytej dzia-
łalności nie może prawidłowo rozwi-
jać się życie koła.

W jednym z dalszych rozdziałów
uczy Makarcew właściwego podej-
ścia pedagogicznego władz koła do
swych członków. Widzimy tu na
licznych przykładach, jak powinny
być wykorzystane w pracy wycho-
wawczej takie momenty, jak: przy-
jęcie na członka koła, wręczenie le-
gitymacji, udzielenie pochwały i na-
gany, przyjmowanie wpisowego i
składek członkowskich, propaganda
kultury fizycznej, zorganizowanie
socjalistycznego współzawodnictwa
w kole, udział sportowców w życiu
politycznym, potraktowanie sprzętu
koła jako socjalistycznej własno-
ści itd.

Bardzo wnikliwie omówił przy tej
sposobności Makarcew zagadnienia
koleżeństwa, przyjaźni, kształcenia
woli, pracy zespołowej i dyscypliny.
Omówienie tych spraw znowu jest
szczególnie cenne dla pracy w na-

szych kołach, które, jak dobrze wie-
my, wyraźnie kuleją na tym odcinku.

Rozdział o planowaniu pracy koła
jest wręcz rewelacyjny.

Wskazania w nim zawarte posłu-
żyć winny nie tylko naszym kołom
i LZS, ale i większości klubów spor-
towych, gdzie sprawy ogólnego planu
pracy, planowania imprez, rozkładu
ćwiczeń i treningów, ułożenia kalen-
daryka sportowego, budżetowa-
nia itp. nie są ciągle jeszcze dobrze
postawione.

Makarcew, jako doskonały prak-
tyk, dostarczył też w swojej książce
rozlicznych wzorów dla prowadzenia
takich działań pracy, jak: proto-
koły, sprawozdawczość, księga re-
kordów, ewidencja członków i mi-
strzów poszczególnych gałęzi spor-
tu, ewidencja sprzętu itp.

Ogólnie powiedzieć trzeba, że nie
ma dziedziny działalności koła spor-
towego, której by autor nie omówił.
A że czyni to w sposób jasny, prosty
i dla każdego czytelny i zrozumiały,
tym większa wartość jego książki.

Praca N. Makarcewa winna się
znaleźć w każdej bibliotece LZS,
koła sportowego przy zakładzie
pracy i klubu.

Książeczka Makarcewa winna się
stać codziennym doradcą każdego
działacza i instruktora pracującego
w kole sportowym.

A wreszcie, z podręcznikiem tym
winni zapoznać się młodzi ZMP-owcy,
rady zakładowe, rady k'biet, dyrek-
cje i koła związkowe zakładów pra-
cy bez względu na to, czy na danym
teren istnieje już lub jeszcze nie
zostało założone koło sportowe.

A. N.



DO CZYTELNIKÓW

Uprzejmie zawiadamiamy, że od nowego roku miesięcznik nasz „Wychowanie Fizyczne” będzie nosił tytuł:

„KULTURA FIZYCZNA”
TEORIA I PRAKTYKA