



## Mirosław Derecki

### STUDENT PUCHNIE SZYBKO

Jeżeli myśli pan, że ja wyolbrzymiam problem, proszę to przejrzeć - mówi mgr Wiesław Doliński i wręcza mi broszurę: „Wydolność fizyczna młodych kobiet - studentek Uniwersytetu - oceniana na podstawie maksymalnego pochłaniania tlenu przez ustrój”.

Tytuł mało zachęcający, ale treść - pouczająca. Dwaj trenerzy i wychowawcy sportowi związani ze środowiskiem studenckim - Wiesław Doliński i Andrzej Krychowski - postanowili wykazać, że nasilające się od kilku lat głosy na temat coraz mniejszej sprawności fizycznej młodzieży nie są cczą gadaniną. Przeciętny student nie związany w szkole średniej ze sportem, już w czasie pierwszych prób sprawnościowych w Studium WF na pierwszym roku „puchnie”, dostaje zadyszki, wykazuje objawy niewspółmiernego zmęczenia. Szczególnie dziewczęta sprawiają wrażenie, jakby w roku poprzedzającym maturę w ogóle nie miały styczności z boiskiem.

Autorzy badali grupę 622 studentek rozpoczynających naukę na UMCS. Rezultaty były zaskakujące. Atrakcyjne, dziewiętnastoletnie dziewczęta, które powinny znajdować się w apogeum swoich biologicznych możliwości, osiągały wyniki charakterystyczne dla kobiet... trzydziestopięcioletnich! U 40 procent ćwiczenia fizyczne wywoływały taką reakcję organizmu, jak przy ciężkiej pracy powodującej zakłócenia równowagi homeostatycznej.

- A może woli pan dowód jeszcze bardziej konkretny? - dorzuca mgr Andrzej Prędkiewicz, kierownik Studium WF UMCS. - Mam tutaj wyniki sprawdzianu fizycznego studentek pierwszego roku biologii. Na setkę osiągają 20.6 sekundy! Skaczą też słabo. Jak już która skoczy w dal 3 metry - nie możemy wyjść z podziwu... Z biegu na 500 m zrezygnowaliśmy. Ze strachu. Bo mieliśmy już takie historie, że facet po dojściu do mety dostawał kolki albo wyglądało na to, że zaraz zemdleje. Po prostu nie mają ani kondycji, ani zaprawy...

Lublin nie jest tutaj wyjątkiem. Badania, prowadzone przez St. Kozłowskiego wśród studentek warszawskich, pokrywają się z wynikami Dolińskiego i Krychowskiego. Wprawdzie duża część młodzieży jest wysportowana i trenująca w klubach wyczynowcy mają dobre wyniki, AZS rośnie w siłę, ale... *wśród młodzieży trafiającej na wyższe uczelnie - mającej w perspektywie spędzenie kilku lat w sytuacji sprzyjającej dalszemu ograniczeniu*

*aktywności ruchowej - znajduje się wysoki odsetek osób, które już od początku studiów wymagają szczególnej troski o właściwe ukształtowanie ich potencjału biologicznego.*

Kształtowanie tego „potencjału” zależy niewątpliwie od Studiów WF, ale również w dużej mierze... od postawy samych kształtowanych.

Henryk Gerłowski ubolewa nad spadkiem zainteresowania młodzieży sportem, nie tylko jako aktywny działacz lubelskiego AZS, ale także wieloletni nauczyciel wychowania fizycznego. Twierdzi, że problem jest typowy nie tylko dla studentów, ale w tym środowisku po prostu bardziej uchwytny i wymierny...

- Dzisiaj młodzież - mówi - woli uczestniczyć w światowym sporcie. Siedząc przed telewizorami! Gdzie się podziały owe tłumy na stadionach, kiedy organizowaliśmy międzyuczelniane spartakiady? Gdzie szpalery widzów podczas - tak rzadkich obecnie - zawodów ulicznych? W hojnie transmitowanym przez telewizję sporcie dla mas, zagubiła się gdzieś idea sportu masowego...

Pamiętam pana Gerłowskiego z tego okresu, kiedy na miejscu Chatki Żaka w miasteczku akademickim wznosiło się wysokie, porośnięte ostami wzgórze, a u jego podstawy wkopano w gliniasty grunt dwa słupki i rozwieszono siatkę. Ciągnęliśmy tam wieczorami z całego Lublina żeby pograć w siatkówkę, albo przynajmniej popatrzeć jak inni grają na „naszym”, studenckim boisku. Na desce przybitej do słupka siedział profesor i z całą powagą sędziował te bardzo amatorskie mecze. Przypominam sobie również pełen wertepów i wykrotów teren obok gimnazjum Staszica, gdzie dzisiaj wznoszą się bloki Raławickiej Dzielnicy Mieszkaniowej. Nudziliśmy się tam przy różnych, „osnowach” gimnastycznych, ale też z całym zapałem rzucaliśmy dyskiem i przy życzliwym pokrzykiwaniu profesora angażowaliśmy wszystkie siły i ambicje, żeby zmieścić się w dobrych normach na odznakę BSPO lub SPO. Ile dumy odczuwałem, kiedy wręczano mi odznakę zawodnika III klasy sportowej! Na boiskach, podczas spartakiad studenckich, ujawniały się talenty: wyrastał na doskonałego piłkarza Czesiek Gajdek, dawały o sobie znać lekkoatletyczne zdolności Elka Więckowskiego i Sławka Grodzkiego. Podziwialiśmy szermierza Bohdana Przybyłę, akademickiego mistrza Polski w szabli. „Panie profesorze - mówiliśmy do Gerłowskiego - żebyśmy my tak potrafili...”

- Wytrwałości chłopcy, trzeba więcej wytrwałości- odpowiadał. - Dziś - dodaje - zmieniło się wśród młodzieży podejście do sportu, spojrzenie na sport jako walkę z własnym ciałem, własną słabością, jako czynnik pomagający kształtować wolę. Temu dawniej sprzyjał popularny system szwedzki. Gimnastyka, lekkoatletyka, uprawiane zgodnie z zasadą: „Mens sana in corpore sano”. Obecnie widać zainteresowanie raczej systemem angielskim, charakteryzującym się gramami zespołowymi. Kiedy w latach trzydziestych prowadziłem

treningi lekkoatletyczne w Zamościu, potrafili na nie przychodzić piechotą chłopcy z odległych wsi. Dzisiaj może by przyjechali autobusem - na mecz koszykówki. Film Richardsona - z początku lat sześćdziesiątych - „Samotność długodystansowca” z Tomem Courtenayem, spora grupa młodzieży uznałaby teraz za nudną „psychologiczną” piłę. Ale kiedy idzie transmisja z meczu Realu to co innego... W końcu dojdzie do tego, że wyrosnie nam pokolenie obserwatorów i komentatorów sportowych... zamiast sportowców.

Osiągnięcia i rozwój sportu młodzieżowego, studenckiego mogą, wyrażane w liczbach, przedstawiać się imponująco, ale nie zmieni to faktu, że nawet wśród wyczynowców zapal do walki znacznie osłabł. Potwierdzają to zgodnie starzy i młodzi działacze, nauczyciele wf. trenerzy, przedstawiciele AZS-u. Młodzież - mówią - ma dzisiaj tyle innych rozrywek, które odciągają ją od sportu, że nawet zawodnicy temu ulegają, a co dopiero mówić o przeciętnej masie studenckiej. Student, owszem, chodzi przykładowo na zajęcia wf (skomasowane dwie godziny lekcyjne tygodniowo) bo... chce dostać podpis w indeksie i nie mieć nieporozumień z dziekanatem. Przyjął też do wiadomości, że trochę ruchu nie zaszkodzi dla zdrowia. Ale poza pływaniem, siatkówką i koszykówką, uprawianymi w sposób dość leniwy i „niemęczący”, kończy się właściwie czynne zainteresowanie sportem. Tylko niektórzy interesują się nartami, żeglarstwem czy jazdą konna...

A studia są już naprawdę ostatnim dzwonkiem alarmowym do osiągnięcia jakiejś takiej sprawności fizycznej, wyrobienia nawyków sportowych na całe życie.

Robi się teraz bardzo dużo dla podniesienia wśród studentów poziomu kultury fizycznej - i wielka w tym zasługa Studiów WF - ale nie ulega też wątpliwości, że mamy w tym ogromne zaległości i zapóźnienia. Szczególnie, jeśli chodzi o odpowiednie zaplecze.

Nic zresztą dziwnego. Przecież dopiero w 1950 r., wspólnym rozporządzeniem Ministerstwa Oświaty i Zdrowia, zostało wprowadzone na studiach wychowanie fizyczne, pierwszy raz w historii polskiego szkolnictwa wyższego, ale tylko dla studentów pierwszego i drugiego roku...

Przed wojną sportem wśród studentów zajmował się tylko AZS. Po wojnie niektóre uczelnie wprowadziły wf z własnej inicjatywy. Na przykład UMCS - z inicjatywy ówczesnego rektora, prof. Kielanowskiego i mgr. Demela. Jednak dopiero w roku 1952 powołano do życia Studia Wychowania Fizycznego jako samodzielne jednostki.

Przy dużym zaangażowaniu pracowników, bardzo złej bazie lokalowej i miernym zainteresowaniu samych studentów, dobiły się studia tego, że prawie po dwudziestu latach wprowadza się wreszcie na uczelniach wf również dla studentów od drugiego roku wzwyż!

Trzeba pamiętać, że imponujący swoimi rozmiarami i wyposażeniem Akademicki Ośrodek Sportowy zaczęto budować w ćwierć wieku po powstaniu UMCS, zresztą według

planów, nie zakładających tak dynamicznego rozwoju lubelskiego ośrodka naukowego i nie przewidujących, że poza macierzystym uniwersytetem będzie on jeszcze obsługiwał Akademię Rolniczą i Wyższą Szkołę Inżynierską. A także osiem sekcji wyczynowych Klubu Środowiskowego SZS-AZS.

Dla pozostałych 62 sekcji klubów uczelnianych AZS (4 tysiące zawodników) miejsc już w AOS-ie nie ma. Nie ma też miejsca dla wszystkich grup studenckich na ćwiczenia wf. Uczelnie wynajmują dodatkowe sale w pobliskiej szkole podstawowej, w hali sportowej „Lublinianki” itp. No tak, ale Akademia Medyczna w ogóle nie ma własnych sal sportowych...

Wchodzę do ukrytego w cieniu drzew Ogrodu Botanicznego budynku AOS-u, patrzę na tłumy młodzieży karnie przesuwałcej się w kolejce do prowadzonych w licznych salach zajęć wf. Wdycham charakterystyczny zapach potu, skórzanych piłek, tramppek, nasłuchuję dudnienia nóg i pohukiwania dr. Leszka Marii Roupperta (mówiliśmy: „Jezus- Maria, Rouppert”) - na odbywających trening koszykarzy i robi mi się trochę smutno, a trochę zazdrość.

Dwadzieścia dwa lata temu trenowałem szermierkę pod okiem fechtmistrza Jana Janiszewskiego i Bohdana Przybyły w ponurej, przypominającej bunkier sali przy ulicy Szopena. Dzisiaj jest tam hall i szatnia Biblioteki KUL. Mieliśmy dwa prysznicze bez wody, poniemiecką szafkę na dresy, a po brudnawej podłodze harcował z floretem w dłoni Andrzejek Gottner (jeszcze - młodzik), późniejszy trener i wychowawca Arkadiusza Godela, mistrza świata juniorów we florecie. To podnosi na duchu. No i opinia znajomego trenera o dziewczynach i chłopakach tłoczących się w hallu AOS-u: *Niektórzy, jak się rozbiorą, bracie, to nie mięśnie, ale galareta, gatareta!*

Zresztą co tam wracać do wspomnień. Było, minęło. Możemy się tylko cieszyć, że AOS zaprojektowany przez Eryka Maja i Bolesława Klimka jest jednym z najlepszych i najładniejszych tego typu obiektów w Polsce. Kryty basen (25 m), hala sportowa (33x18 m) z widownią o 500 miejscach, hala do gier (26x15 m) oraz niedawno ukończona hala sportowa (33x18m) o nawierzchni sotarowej (polski tartan). Dobrze rozwiązany system hallów, garderób, natrysków, pomieszczeń pomocniczych i administracyjnych. Kawiarnia i dwie sauny. Użytkownikom marzy się jeszcze odkryta pływalnia z podgrzewaną wodą, bieżnia lekkoatletyczna i jeszcze jedna hala długości 50 m.

Wychowaniem fizycznym objętych jest w Lublinie prawie 13 tysięcy studentów, Ćwiczą w 558 grupach, pod okiem 76 nauczycieli. Zajęcia w AOS-ie zaczynają się oficjalnie o 7 rano, a kończą o 22; kiedy wychodzi ostatnia sekcja wyczynowa, ale już od szóstej rano przychodzą na pływalnię ci, którzy nie dostali się do przepełnionych grup popołudniowych.

Dziennie przewija się przez AOS dwa tysiące osób! Ćwiczy często osiem grup studenckich równocześnie. Pozornie rozmiary i wyposażenie AOS-u mogą robić imponujące wrażenie, ale naprawdę Ośrodek pęka w szwach, a jego kierownictwo ze zgrozą myśli, co będzie jeśli lubelskie uczelnie będą się nadal tak intensywnie rozwijać jak w ciągu ostatnich pięciu lat. A gdzie znaleźć miejsce na zalecaną przez nowy program w trzecią godzinę zajęć w tygodniu, przewidzianą na gry i zabawy ruchowe, tego nie wie nikt.

- My w tej sytuacji - powiedział Andrzej Prędkiewicz - kładziemy nacisk na to, żeby zachęcić studenta do rozruszania się przynajmniej raz w tygodniu. Niech przez dwie godziny gra w piłkę lub pływa, byle miał tylko nieprzymuszoną chęć. Młodzież szuka w sporcie rozrywki, odprężenia, relaksu. Musimy to brać pod uwagę i iść na pewien kompromis w stosunku do programu, aby mieć jakieś osiągnięcia...

Młodzież przychodzi na studia źle przygotowana do zajęć wychowania fizycznego i mało sprawna. Na pewno duży wpływ ma na to inny sposób życia współczesnego społeczeństwa, zmiana upodobań i zainteresowań kształtowanych w znacznym stopniu przez środki masowego przekazu. Jest też młodzież obciążona licznymi zajęciami pozalekcyjnymi. To wszystko prawda.

Ale główną przyczyną zła jest fakt, że szkoła nie propaguje w sposób dostateczny i nie przyzwyczajają młodzieży do systematycznego uprawiania sportu. W szkołach średnich przynajmniej kluby sportowe, także AZS szukają dla siebie narybku. Zupełnie źle jest w szkołach podstawowych. Nudny program, złe zaplecze lokalowe, brak szatni, pryszniców, albo ciepłej wody w istniejących - wszystkich tych wygód, do których młodzież przyzwyczajona jest na co dzień. Nagminnie wciąż jeszcze traktowanie w szkole gimnastyki jako piątego koła u wozu sprawia, że nauczyciele w uciekają do innych instytucji, które dają im więcej możliwości i satysfakcji, a w salach gimnastycznych biorą „zastępstwa” biologowie albo matematycy.

Często dziewczyna czy chłopak odkrywa sport po raz pierwszy w życiu, kiedy przyjdzie na studia i zetknie się z odpowiednią atmosferą, właściwie wyposażoną salą gimnastyczną czy krytym basenem. I wtedy sytuacja jest częściowo do odrobienia.

Sportowe sukcesy NRD, Bułgarii czy ZSRR są wynikiem sensownej polityki usportowienia społeczeństwa - już na poziomie przedszkolnym. U nas bywa, że taką politykę zaczyna się stosować dopiero... na „poziomie uniwersyteckim”. A wtedy jest już na wielkie sukcesy - za późno.