

**TEORETYCZNE I PRAKTYCZNE UWARUNKOWANIA
KULTURY FIZYCZNEJ I TURYSTYKI**

**TEORETICKÉ I PRAKTICKÉ PODMIENKY
TELESNEJ KULTÚRY A TURISTIKY**

AKADEMIA IM. JANA DŁUGOSZA W CZĘSTOCHOWIE
UNIVERZITA PAVLA JOZEFA ŠAFÁRIKA V KOŠICIACH

**TEORETYCZNE I PRAKTYCZNE
UWARUNKOWANIA KULTURY FIZYCZNEJ
I TURYSTYKI**

**TEORETICKÉ I PRAKTICKÉ PODMIENKY
TELESNEJ KULTÚRY A TURISTIKY**

**Redakcja / Zostavovateľ
Teresa Drozdek-Małołepsza
Alena Buková**



Częstochowa 2015

Recenzenci
dr hab. Artur PASKO
Doc. MUDr. Mirianna BRŤKOVÁ, PhD.
Doc. Mgr. Rastislav FEĀ, PhD.
Doc. PhDr. Ivan ŤULC, CSc.
Doc. PaedDr. Klaudia ZUSKOVA, PhD.

Redaktor Naczelny Wydawnictwa
Andrzej MISZCZAK

Korekta tekstów w języku polskim
Dariusz JAWORSKI

Redakcja techniczna
Piotr GOSPODAREK

Projekt okładki
Sławomir SADOWSKI

© Copyright by Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie
Częstochowa 2015

ISBN 978-83-7455-442-8

Wydawnictwo im. Stanisława Podobińskiego
Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie
42-200 Częstochowa, ul. Waszyngtona 4/8
tel. (34) 378-43-29, faks (34) 378-43-19
www.ajd.czyst.pl
e-mail: wydawnictwo@ajd.czyst.pl

SPIS TREŠCI OBSAH

Wstęp	9
Úvod	11
CZEŠĆ I. DZIEJE KULTURY FIZYCZNEJ I TURYSTYKI	
ČASŤ I. HISTÓRIA TELESNEJ KULTÚRY A TURISTIKY	
Teresa DROZDEK-MAŁOLEPSZA, Eligiusz MAŁOLEPSZY Activity of the Gymnastic Society „Sokół” in the Polish Kingdom in the Years 1905–1914	15
Teresa DROZDEK-MAŁOLEPSZA Women’s Sport in Poland in the Light of „Przegląd Sportowy” [<i>Sports Review</i>] Magazine (1930)	29
Fryderyk SOSNOWSKI Turystyka motorowa w Polsce w dekadzie Edwarda Gierka	47
Arkadiusz PŁOMIŃSKI Działalność Automobilklubu Sieradzkiego w latach 1978–1990. Zarys problematyki	63
CZEŠĆ II. SPORT REKREACYJNY, ZDROWIE, JAKOŚĆ ŻYCIA	
ČASŤ II. REKREAČNÝ ŠPORT, ZDRAVIE, KVALITA ŽIVOTA	
Ján KUBIŠ Interest of Elementary School Pupils in Physical Activities and Recreational Sport in the Region Detva	77
Dušan LITVA Účinnosť vytrvalostných pohybových aktivít na funkčný rozvoj študentov	91
Stanislav KRAČEK, Miloš ŠTEFANOVSKÝ, Ondrej SEDLIČIK Úroveň motorickej výkonnosti rekreačných úpolových športovcov	103
Agata HORBACZ, Mária MAJHEROVÁ, Květoslava PEREČINSKÁ Vplyv kompenzačných cvičení na všeobecnú pohybovú výkonnosť mladých tenistov	117

Aleš SEKOT	
Physical Activities versus Sedentary Society: Czech context	131
Miroslava BARCALOVÁ, Ľuboš VOJTAŠKO, Jozef ŽIVČÁK	
Do WHR and BMI Have an Impact on Back Pain Occurrence in University Students' Community	145
Natália ORŠULOVÁ, Marek SMOLEŇÁK	
Osteoporosis Risk Score Evaluation in Population over Fifty	157
Miloš CHROMÍK	
Výsledky zisťovania sebahodnotenia žiakov na strednej odbornej škole pre žiakov s telesným postihnutím	171
Marie BLAHUTKOVÁ	
Management péče o zdraví prostřednictvím pohybových aktivit	185
CZEŠĆ III. ASPEKTY TURYSTYKI	
ČASŤ III. ASPEKTY TURISTIKY	
Jana HLAVÁČOVÁ, Barbara HLAVŇOVÁ	
Geotouristics – One of the Forms of Development of Geotourism in Slovakia ..	197

CONTENTS

Introduction (Polish)	9
Introduction (Slovak)	11
PART I. HISTORY OF PHYSICAL CULTURE AND TOURISM	
Teresa DROZDEK-MAŁOLEPSZA, Eligiusz MAŁOLEPSZY Activity of the Gymnastic Society „Sokół” in the Polish Kingdom in the Years 1905–1914	15
Teresa DROZDEK-MAŁOLEPSZA Women’s Sport in Poland in the Light of „Przegląd Sportowy” [<i>Sports Review</i>] Magazine (1930)	29
Fryderyk SOSNOWSKI Automotive Tourism in Poland in the Decade of Edward Gierek	47
Arkadiusz PŁOMIŃSKI Activities of the Sieradzki Automobile Club in Years 1978–1990. An Outline	63
PART II. RECREATIONAL SPORTS, HEALTH, QUALITY OF LIFE	
Ján KUBIŠ Interest of Elementary School Pupils in Physical Activities and Recreational Sport in the Region Detva	77
Dušan LITVA The Efficiency of the Endurance Motional Activities for a Functional Development of Students	91
Stanislav KRAČEK, Miloš ŠTEFANOVSKÝ, Ondrej SEDLIČIK General Level of Motor Skills in Recreational Combat Athletes	103
Agata HORBACZ, Mária MAJHEROVÁ, Květoslava PEREČINSKÁ Compensation Exercises and Their Influence on Motor Performance in Young Tennis Players	117
Aleš SEKOT Physical Activities Versus Sedentary Society: Czech Context	131

Miroslava BARCALOVÁ, Ľuboš VOJTAŠKO, Jozef ŽIVČÁK Do WHR and BMI Have an Impact on Back Pain Occurrence in University Students' Community?	145
Natália ORŠULOVÁ, Marek SMOLEŇÁK Osteoporosis Risk Score Evaluation in Population Over Fifty	157
Miloš CHROMÍK The Results of Self-Assessment Survey of High School Students Associated with Disabilities	171
Marie BLAHUTKOVÁ The Management of Health of Care Through Physical Activities	185
 PART III. ASPECTS OF TOURISM	
Jana HLAVÁČOVÁ, Barbara HLAVŇOVÁ Geotourists – One of the Forms of Development of Geotourism in Slovakia ...	197

Wstęp

W 2012 r. nawiązano współpracę naukową pomiędzy Instytutem Wychowania Fizycznego, Turystyki i Fizjoterapii (wówczas Instytutem Kultury Fizycznej i Turystyki) Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie a Instytutem Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu Pawła Józefa Szafarika w Koszycach. Jednym z przedsięwzięć było przygotowanie monografii pt. *Teoretyczne i praktyczne uwarunkowania kultury fizycznej i turystyki*. Autorami publikacji są przedstawiciele różnych ośrodków naukowych z Czech, Polski i Słowacji; m.in. Uniwersytetu Komeńskiego w Bratysławie, Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie, Uniwersytetu Pawła Józefa Szafarika w Koszycach, Akademii Sił Zbrojnych w Liptowskim Mikulaszu, Uniwersytetu Mateja Bela w Bańskiej Bystrzycy, Uniwersytetu w Preszowie, Uniwersytetu Masaryka w Brnie, Uniwersytetu Technicznego w Koszycach, Centrum Sportu w Brnie.

Monografia składa się z trzech części. Pierwsza część jest zatytułowana – *Dzieje kultury fizycznej i turystyki*. Zaprezentowano w niej cztery prace. Teresa Drozdek-Małolepsza i Eligiusz Małolepszy przedstawili artykuł dotyczący działalności Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Królestwie Polskim w latach 1905–1914. Kolejny artykuł, autorstwa T. Drozdek-Małolepszej, ukazuje sport kobiet w Polsce w świetle „Przeglądu Sportowego” z 1930 r. Praca Fryderyka Sosnowskiego poświęcona została turystyce motorowej w Polsce w dekadzie Edwarda Gierka, natomiast Arkadiusz Płomiński przedstawił działalność Automobilklubu Sieradzkiego w latach 1928–1990.

W drugiej części pracy zbiorowej – *Sport rekreacyjny, zdrowie, jakość życia* – zaprezentowano dziewięć prac. Ján Kubiš odniósł się do zainteresowań uczniów szkół podstawowych aktywnością fizyczną, szczególnie uprawianiem sportów rekreacyjnych w regionie Detva. Problematyka artykułu Dušana Litvy dotyczy oddziaływania aktywności fizycznej o charakterze wytrzymałościowym na funkcjonalny rozwój studentów. W kolejnym artykule Stanislav Kraček, Miloš Štefanovský, Ondrej Sedliačik poruszyli zagadnienie poziomu sprawności fizycznej osób uprawiających rekreacyjnie sporty walki. Agata Horbacz, Mária Majherová i Květoslava Perečinská przedstawiły pracę odnoszącą się do wpływu ćwiczeń kompensacyjnych na ogólną sprawność fizyczną młodych tenisistów.

Artykuł Aleša Sekota dotyczy aktywności fizycznej osób wiodących bierny tryb życia. Miroslava Barcalová, Ľuboš Vojtaško i Jozef Živčák w swoim artykule odnieśli się do problematyki wpływu wskaźnika masy ciała i stosunku talii i bioder na ból pleców wśród studentów. Natália Oršulová i Marek Smoleňák poruszyli kwestię ryzyka występowania osteoporozy w populacji osób po 50 roku życia. W kolejnym artykule – Miloša Chromíka – ukazano zagrożenie samooceeny wyników badania uczniów w szkołach zawodowych dla uczniów niepełnosprawnych. Ostatni artykuł w tej części – autorstwa Marii Blahutkovej – dotyczy zagadnień zarządzania ochroną zdrowia i roli, jaką w tym zakresie spełnia aktywność fizyczna.

W trzeciej części monografii – *Aspekty turystyki* – przedstawiono pracę Jany Hlaváčovej i Barbary Hlavňovej, odnoszącą się do geoturystyki – jako jednej z form rozwoju geoturystyki na Słowacji.

Redaktorzy pracy pragną złożyć serdeczne podziękowania Recenzentom poszczególnych rozdziałów, Państwu: Doc. MUDr. Miriannie Brtkovej, PhD, Doc. Mgr. Rastislavowi Fečowi, PhD., dr hab. Arturowi Pasce, Doc. PhDr. Ivanowi Šulcowi, CSc., Doc. PaedDr. Klaudii Zuskovej, PhD., za cenne wskazówki podnoszące wartość monografii.

Redaktorzy
Teresa Drozdek-Małolepsza
Alena Buková

Úvod

V roku 2012 bola nadviazaná vedecká spolupráca medzi Ústavom telesnej výchovy, turistiky a fyzioterapie (predtým Ústavom telesnej kultúry a turistiky) akadémie Jana Długosza v Czestochowe, a Ústavom telesnej výchovy a športu Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach. Jedným z uskutočnených spoločných projektov je predkladaná monografia: *Teoretické a praktické aspekty telesnej kultúry a turistiky*. Autormi publikácie sú zástupcovia rôznych výskumných centier, vysokých škôl z Českej republiky, Poľska a Slovenska. Medzi inými: Univerzita Komenského v Bratislave, Akadémia Jana Długosza v Czestochowej, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Akadémia ozbrojených síl v Liptovskom Mikuláši, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici, Prešovská Univerzita v Prešove, Masarykova Univerzita v Brne, Technická Univerzita v Košiciach, Športové centrum v Brne.

Monografia sa skladá z troch častí. V prvej časti pod názvom – Dejiny telesnej kultúry a turistiky, sú predstavené štyri práce. Teresa Drozdek-Małolepsza a Eligiusz Małolepszy predstavili článok o činnosti Gymnastickej spoločnosti „Sokol“ v Poľskom kráľovstve v rokoch 1905–1914. T. Drozdek-Małolepsza prezentuje v ďalšom článku športové ženy v Poľsku v súvislosti s časopisom „Przeгляд Sportowy” z roku 1930. Práca Frederyka Sosnowského je venovaná autoturistike v Poľsku v dekáde Edwarda Gierka, Arkadiusz Płomiński vo svojom článku predstavil aktivity v automobilklube Sieradzkiego v rokoch 1928–1990.

V druhej časti kolektívnej práce – Rekreačný šport, zdravie, kvalita života – bolo prezentované deväť článkov. Ján Kubiš sa zaujímal fyzickou aktivitou študentov základných škôl, konkrétne rekreačným športom v oblasti Detvy. Článok Dušana Litvu sa vzťahuje k interakcii fyzickej aktivity, konkrétne vytrvalosti na funkčný rozvoj študentov. V ďalšom článku Stanislav Kraček, Miloš Štefanovský a Ondrej Sedliačik riešili problém úrovne fyzickej zdatnosti ľudí zaoberajúcich sa rekreačne bojovým umením. Agata Horbacz, Mária Majherová a Květoslava Perečinská predstavili prácu týkajúcu sa vplyvu kompenzačných cvičení na celkovú fyzickú zdatnosť mladých tenistov. Článok Aleša Sekota sa dotýka dôležitosti pohybovej aktivity v živote človeka v kontexte so sedavým spôsobom života.

Miroslava Barcalová, Ľuboš Vojtaško a Jozef Živčák vo svojom článku poukázali na problematiku vplyvu indexu telesnej hmotnosti a pomer pása a panvy na bolesť chrbta u študentov. Natália Oršulová a Marek Smoleňák sa zaoberali rizikom osteoporózy u populácie ľudí vo veku nad 50 rokov. V ďalšom článku sa Miloš Chromík zaoberal výsledkami sebahodnotenia študentov na stredných odborných školách so zdravotným postihnutím. Posledný článok v tejto časti – Marie Blahutkovej sa týka riadenia ochrany zdravia a úlohy, akou v tomto rozsahu plní fyzická aktivita.

V tretej časti monografie – aspekty turistiky, je prezentovaná práca Jany Hlaváčovej a Barbary Hlavňovej týkajúca sa geotourizmu – ako jednej z foriem rozvoju geoturizmu na Slovensku.

Redakcia monografie chce poďakovať recenzentom jednotlivých kapitol: Doc. MUDr. Mirianna Brtková, PhD, doc. Mgr. Rastislav Feč, PhD., Doc. Artur Pasko, Doc. PhDr. Ivan Šulc, CSc., Doc. PaedDr. Klaudia Zusková, PhD., za cenné rady zvyšujúce hodnotu monografie.

Redaktori
Teresa Drozdek-Małolepsza
Alena Buková