

ISSN 2353-4001

absolwenci.awf

Kwartalnik Stowarzyszenia Absolwentów AWF Warszawa



Pomyślności Akademio w nowym roku akademickim 2023/2024

NR 3(47)2023

Od redakcji

Drodzy Czytelnicy, trzeci numer kwartalnika przekazujemy Wam z pewnym opóźnieniem, bowiem postanowiliśmy zrelacjonować w nim uroczystość inauguracji kolejnego roku akademickiego w AWF, która miała miejsce 26 września. Znajdziecie ją na dalszych stronach pisma. Tam również zamieściliśmy wybrane fragmenty programowego wystąpienia, wygłoszonego na tej uroczystości przez rektora, prof. dra hab. Bartosza Molika. Żywimy przekonanie, że zawarte w nim informacje o dokonaniach i zamierzeniach władz uczelni wzbudzą Wasze zainteresowanie – a jeśli uznacie za stosowne odnieść się do poruszonych w nim tematów, to zapraszamy do komentarza. Chętnie opublikujemy Wasze głosy i opinie.

Konsekwentnie realizując jedną z idei pisma – lubimy ją określać jako „sięganie do korzeni” – przybliżyliśmy postać profesor Haliny Milicerowej, absolwentki Centralnego Instytutu Wychowania Fizycznego (1931), antropologa, wieloletniej nauczycielki akademickiej, promotorki kilku późniejszych profesorów i rektorów Akademii, uhonorowanej godnością doktora honoris causa AWF. Profesor Halina Milicerowa, to jedna z osobowości, której nazwisko umiejscowione w „Złotym Kręgu Gloria Optimis” na agorze uczelni, nie powinno budzić zdziwienia. Ta oboczna refleksja nasuwa się jako echo gorącej dyskusji na seminarium z cyklu „Quo vadis Uczelnie?” – o której więcej w notce na dalszych stronach numeru. Pozostając w kręgu historycznym: dzięki Zdzisławowi Czaplickiemu prezentujemy opracowanie z lat dwudziestych ubiegłego wieku, dotyczące zabaw i gier dzieci i młodzieży, nie tylko jako dydaktyczno-metodyczną ciekawostkę, ale jako przykład dowodzący ponadczasowych, uniwersalnych wartości wychowawczych metod zabawowych. Czy należy doceniać w dzisiejszej szkole? Przy okazji przypomnijmy, że właśnie mija 70 lat od pierwszego wydania, kultowych niemalże dla nauczycieli wychowania fizycznego, *Gier i zabaw ruchowych* (1953) Romana Trzeźniowskiego. Jak zwykle, Czytelnicy kwartalnika znajdują w nim relacje z działalności Stowarzyszenia, w tym jego kulturalnej agendy, jaką jest klub Relax Kultura, prezentujący cyklicznie wartościowe filmy, interesujące wystawy (głównie wytwory artystyczne naszych absolwentów), organizujący spotkania Roczników, a także wieczory autorskie. Dodajmy,

że dwa z tych ostatnich odbyły się przy kompletnie wypełnionej salce klubowej. Pierwsze, z udziałem Andrzeja Kopyta, prezentującego zbiór *Moje rugby* (w nawiązaniu drukujemy fragment glossy Krzysztofa Zuchory, odnoszącej się do tej książki); drugie – Jerzego Talagi, autora *Rzeszowa malowanego wspomnieniami*.

Na dalszych stronach, ciekawie spędzamy czas z Jerzym Samusikiem, wędrując po rozlewiskach górnej Narwii, ale i dzielimy niepokój Andrzeja Paca Pomarnackiego w prozaicznej (czyżby?) sprawie, jaką jest problem żywienia studentów AWF.

Z trudem przychodzi nam pogodzić się z myślą o niespodziewanym odejściu naszych Przyjaciół. Wspominamy Andrzeja Dominiaka, którego ostatni felieton, sygnalizujący Jego troskę o rozwój sportu jeszcze zdołaliśmy tu opublikować. Zamieszczamy także nekrolog Profesora Aleksandra Ronikiera, szczególnie z nami związanego codziennymi niemal kontaktami, byłego wiceprezesa Stowarzyszenia Absolwentów AWF, wieloletniego nauczyciela akademickiego uczelni i działacza sportowego. Niech spoczywają w spokoju. /rwys/

Nasz Relax Kultura

Serdecznie dziękujemy osobom,
które jak dotąd odpowiedziały na nasz Apel
(w sprawie remontu):

absolwentom Roczника 1973, Tadeuszowi Baranowskiemu Zygmuntowi Chajzerowi, Wierze Jungrav, Joannie Kalecińskiej, Ewie Kordek-Chorosz Jerzemu Książkowi, Magdalenie Loreti,	Elżbiecie Ostrowskiej Jerzemu Samusikowi, Magdzie Sieradzkiej, Zbigniewowi Sikorze, Marii Wójcik, Andrzejowi Wójcikiewiczowi, Krzysztofowi Zuchorze.
---	--

Pismo Stowarzyszenia Absolwentów AWF Warszawa organizacja pożytku publicznego www.absolwenci-awf-warszawa.pl

01-968 Warszawa, ul. Marymoncka 34; tel.: 607 820 200 (przez Klub Relax Kultura); e-mail: absolwent@awf.edu.pl;

Redaguje zespół: Andrzej Pac-Pomarnacki, Zbigniew Sikora, Ryszard Wysoczański, współpracownicy: Halina Hanusz, Jadwiga Klodecka-Różalska, Andrzej Martynkin Korekta: Elżbieta Strojna

Numer zamknięto 30.09.2023 **Wydanie 3(47)2023**

Zdjęcie na okładce Szymon Sikora

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za opinie wyrażane w listach kierowanych na jej adres.

Drodzy Czytelnicy, prezentujemy Wam kolejną informację na temat bieżących spraw i działań Stowarzyszenia, ciągle bowiem odnosimy wrażenie, że zbyt mały krąg osób ma wiedzę o naszej aktywności, zamierzeniach i dokonaniach. Symboliczny jest także Wasz udział w imprezach organizowanych w Klubie. Spotykamy się z uwagami, że nie macie na ten temat wiedzy, brakuje dostępu do komputera, mieszkacie zbyt daleko od uczelni. Zamieszczanie przez nas informacji w mediach społecznościowych, na stronie internetowej okazuje się niewystarczające. Mimo, że istnieją Roczniki dobrze zorganizowane – czego dowodem jest obecność na tegorocznej Inauguracji Roku Akademickiego ponad 50 absolwentów rozpoczynających studia pół wieku temu – to rodzi się wątpliwość, czy podobna reprezentacja „jubilatów” stawi się na kolejnych inauguracyjnych uroczystościach. Tak więc, docieranie z przekazem wiadomości do jak najszerszego grona, to dla nas jedno z ważniejszych zadań. Wspólnie musimy nad tym popracować.

Dużo uwagi poświęcamy wzbogacaniu programu naszego Klubu Relax Kultura. Wydawałoby się, że projekt pod nazwą Klub Filmowy spotka się z zainteresowaniem, staramy się pokazać tam filmy wartościowe, interesujące i nagradzane na festiwalach – ale niestety gromadzą one na klubowej widowni zaledwie garstkę widzów. Oddzielnym problemem jest słabe zainteresowanie studentów tym, co się dzieje w RQ. Licząc w tym zakresie na aktywność Samorządu Studentckiego, staramy się jednakże nie tracić nadziei na zwiększenie ich aktywności.

A oto jesienne propozycje programu Klubu RQ:

Październik

- 16.10. godz. 16.00 Wieczór poezji:** Rok Wisławy Szymborskiej, tom *Wiersze wszystkie*.
23.10. godz. 16.00 Seminarium Quo Vadis Uczelnio: – Sport w dzisiejszej AWF – wartość dodana, czy fanaberia?

Listopad

- 6.11. godz. 16.00 Promocja książki** Zbigniewa Dziubińskiego: *Socjologia sportu i olimpizmu*.
9.11. godz. 17.00 Klub Filmowy *Stracone złudzenia*, francuski film roku. Brawurowa adaptacja arcydzieła Honoré de Balzaca.
20.11. godz. 17.00 Filmowy zapis koncertu SADE: *Bring me home – live 2011* w reżyserii Sophie Muller.

Grudzień

- 20.12 – 31.01.2024 Wystawa starej fotografii** ze zbiorów MSiT pt. *Gwiazdy sportu w Drugiej Niepodległej*.
7.12. godz. 17.00 Klub Filmowy: *Kochanica króla Jeanne Du Barry* – film otwierający ostatni festiwal w Cannes, jeden z najdroższych i najgorętszych francuskich filmów roku.
11.12. godz. 16.00 Wieczór poezji Krzysztofa Zuchory i promocja nowego tomiku wierszy pt. *Wzajemność*
18.12. godz. 17.00 Spotkanie świąteczne.

Szanowne Koleżanki i Koledzy!

W listopadzie 2017 roku Stowarzyszenie Absolwentów AWF powołało klub Relax Kultura. Środki finansowe na ten cel, w tym kapitalny remont pomieszczeń dawnego Relasu, uzyskaliśmy od Was – absolwentów bielańskiej uczelni.

Dzięki waszemu wsparciu klub żyje – organizujemy tu liczne wydarzenia, wystawy, promocje książek, dyskusje historyczne, wieczory poezji, spotkania roczników. Relax Kultura stał się miejscem, w którym z powodzeniem rozwijamy ideę integracji środowiska.

Stworzyliśmy tu niepowtarzalną atmosferę, mamy pomysły na nowe projekty. Podczas ostatniego Zjazdu mogliście zobaczyć na własne oczy, jak klub wygląda i jak działa, a dobra współpraca z władzami uczelni gwarantuje, że perspektywy jego rozwoju rysują się pomyślnie.

W międzyczasie wyposażaliśmy pomieszczenia w dodatkowy sprzęt audiowizualny, urządzenia monitoringu, klimatyzację. Jednak dzisiaj, po 6 latach działalności, pomieszczenia wymagają remontu: pomalowania ścian, modernizacji łazienek, wymiany podłogi, ułożenia paneli tarasowych.

Ogłaszamy więc kolejną zbiórkę środków finansowych, które pozwolą na podjęcie tego zadania. Mamy nadzieję, że podobnie, jak to miało miejsce przed laty, odpowiecie pozytywnie na ten apel.

Licząc na niezawodne wsparcie środowiska absolwentów i pracowników uczelni, prosimy o wpłaty na nasze konto:

92 1090 1014 0000 0001 2951 9661 z dopiskiem: **Nasz Relax Kultura.**

Z koleżeńskim pozdrowieniem

Zarząd Stowarzyszenia Absolwentów AWF

Warszawa, wrzesień 2023



GAUDEAMUS IGITUR – 2023/2024

Wypełniona do ostatniego miejsca Hala Gier była w dniu 26 września świadkiem kolejnej uroczystej Inauguracji roku akademickiego w naszej uczelni. Zebrani mieli okazję wysłuchać interesującego wystąpienia JM. Rektora prof. dra hab. Bartosza Molika, kreślącego aktualny stan i perspektywy rozwoju Akademii, a także życzeń najwyższych władz państwowych przekazywanych przez ich reprezentantów, w tym przedstawicieli Prezydenta RP Andrzeja Dudy oraz Ministra Edukacji i Nauki prof. Przemysława Czarnka, uzupełnionych głosami licznych honorowych gości.

Po oficjalnej immatrykulacji, tradycyjny adres skierowany do nowo przyjętych wygłosiła w imieniu licznej grupy absolwentów, którzy rozpoczęli 50 lat temu studia w bielańskiej uczelni, Alicja Matuszkowiak, w asyście Zygmunta Chajzera i Tadeusza Nowickiego. Życzenia pomyślności w nowym roku akademickim wraz przesłaniem dla pierwszoroczników popłynęły także ze strony przedstawicieli Rady Samorządu Studenckiego i Samorządu Doktorantów. Część oficjalną uzupełniły akty wręczenia odznaczeń pracownikom uczelni i jej najlepszym absolwentom oraz wyróżnień dla tych, którzy zajęli czołowe lokaty na listach kwalifikacyjnych na tegoroczne studia.

Na koniec usłyszeliśmy ciekawy wykład dra hab. Huberta Makaruka, na temat warunków i istoty wczesnego wychowania w środowisku rodzinnym i poza rodzinnym w kształtowaniu postaw wobec aktywności fizycznej i własnego zdrowia, pt. Efekt motyla w wychowaniu fizycznym: sekret przewidywalności, czy niezwykle zakończenie.

Pomyślności Akademio!
/w/

Zdjęcia z inauguracji wykonała Marta Abdalla-Dutkiewicz

AWF – trzy litery, jedno serce

(Fragmenty wystąpienia JM Rektora prof. dra hab. Bartosza Molika, wygłoszonego na tegorocznej Inauguracji roku akademickiego; opr. red.)

Warszawska AWF jest uczelnią z ambicjami, dumną i pamiętającą o swojej tradycji, ale również z determinacją realizującą wyznaczone cele. Od lat zmienia się i doskonali. Zwiększa zakres działalności edukacyjnej i naukowej, wychodząc poza sport i wychowanie fizyczne, w coraz większym stopniu koncentrując się na zdrowiu i kondycji fizycznej polskiego społeczeństwa.

Dzisiejszą uczelnię tworzy część warszawska i od ponad 50 lat bialska. Kształcimy ponad 4 tysiące studentów na 9 kierunkach: wychowanie fizyczne, sport – w tym e-sport, fizjoterapia, terapia zajęciowa, pielęgniarstwo, turystyka i rekreacja, kosmetologia, trener personalny, oraz wychowanie fizyczne w służbach mundurowych. Uruchomiliśmy nowe specjalności, między innymi: żywienie w sporcie, wychowanie fizyczne i taniec, fizjoterapia w urginiekologii, diagnostyka sportowa. Powróciliśmy do szkolenia trenerów piłki nożnej na poziomie „B” i „C” licencji UEFA. Rozszerzamy ofertę studiów podyplomowych.

W bieżącym roku do rekrutacji przystąpiło ponad 4200 kandydatów, przyjęto 1700 osób.

W naszej uczelni niezmiernie ważny jest sport. Wspieramy studentów- sportowców w kontynuowaniu kariery. Istotnie zwiększyliśmy liczbę uczestników w programie Narodowa Reprezentacja Akademicka. Uruchomiliśmy program pod nazwą „Kariera Dwutorowa”, oferując studiującym sportowcom jak najlepsze warunki nauki. Co roku uruchamiamy tzw. grupy sportowe dla zawodników, studentów pierwszego roku. W tym zakresie współpracujemy ze związkami sportowymi, a także naszymi uczelnianymi klubami.

W zakresie działalności naukowej koncentrujemy się na wspieraniu indywidualnego rozwoju naszych pracowników, rozwijamy współpracę z podmiotami zewnętrznymi, dbając o jak najlepszy wynik ewaluacji – efektem pięcioletnich starań uczelni jest uzyskanie w tym systemie „kategorii naukowej A”. Sukcesem jest uzyskanie przez dwa uczelniane czasopisma tzw. współczynnika wpływu – Impact Factor, co świadczy o międzynarodowej rozpoznawalności periodyków. Udaje się nam realizować wiele projektów w ramach programów badawczych Min. Edukacji i Nauki, Narodowego Centrum Nauki, Krajowej Izby Fizjoterapeutów, Ministerstwa Zdrowia, Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Narodowego Centrum Badań i Rozwoju.

Wielkim wyzwaniem dla uczelni jest przeciwdziałanie pogarszającej się kondycji fizycznej dzieci i młodzieży. Cieszymy się, że problem ten dostrzegło Ministerstwo Edukacji i Nauki,





Krzysztof Jan Zuchora

Vivat Academia

*pod starym drzewem
co pamięta jeszcze
wielkiego Marszałka
orli śmiały wzrok*

*od żelaznej bramy
wracamy do wspomnień
okrążają serce
róże z tamtych lat*

*woda zielen słońce
to są nasze znaki
które na sztandarach
niesiemy przez świat*

*Vivat Academia
Popod twoje skrzydła
Jak wędrownie ptaki
Wracamy do gniazd*

Warszawa 2.10.2023



na zlecenie którego realizujemy program „WF z AWF”. W okresie trzech lat uczestniczyło w nim prawie pół miliona dzieci i młodzieży, uruchomiono w kraju ponad 30 tys. Sport-Klubów. Promujemy tzw. „Piątkę dla Aktywności i Zdrowia”, opartą o komponenty: „Jakość, Innowacyjność, Celowość, Ciągłość, Powszechność”.

Uczelnia od wielu lat współpracuje z władzami miasta i gmin Bielan, Żoliborza i Białołęki. Uruchomiliśmy tam projekt „Wsparcie nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej w realizacji wychowania fizycznego”.

Krytycznie odnosimy się do wprowadzonej przed laty deregulacji zawodu trenera i instruktora sportu, uważamy bowiem, że z dziećmi i młodzieżą powinni pracować wysokiej klasy specjaliści.

Jako sygnatariusze Deklaracji Społecznej Odpowiedzialności Uczelni tworzymy uczelnię aktywną społecznie, wdrażając wiele praktycznych programów odpowiadających temu zapotrzebowaniu.

Jako najstarszy w Europie wydział kształcący fizjoterapeutów, cieszymy się z akredytacji na prowadzenie kursów specjalizacyjnych w tej dziedzinie. Uzyskaliśmy 76 miejsc, co oznacza, że jesteśmy największą w kraju jednostką specjalizacyjną dla fizjoterapeutów.

Miniony rok był bardzo efektywny w zakresie pozyskiwania środków finansowych na inwestycje. Pozyskaliśmy 42 mln złotych na część warszawską i 30 mln na część bialską. M.in. Zakończyliśmy proces wyposażania w sprzęt sportowy ośrodka dydaktycznego w Pięknej Górze, a także budowę nabrzeża i pomostów. Kończymy w tym roku remont Domu Studenckiego „Rotacyjnego”. Dzisiaj podpisaliśmy umowę o wartości 50 mln złotych na realizację budynku administracyjno-konferencyjnego, z terminem ukończenia: wrzesień, 2025 r.

Przed nami wyzwania związane z dalszą poprawą efektywności naukowej, uruchamianiem nowych kierunków kształcenia, rozwojem sportu na uczelni, realizacją misji ukierunkowanej na poprawę zdrowia i kondycji fizycznej społeczeństwa i wiele innych, w tym ukierunkowanych na rozwój bazy materialnej uczelni.

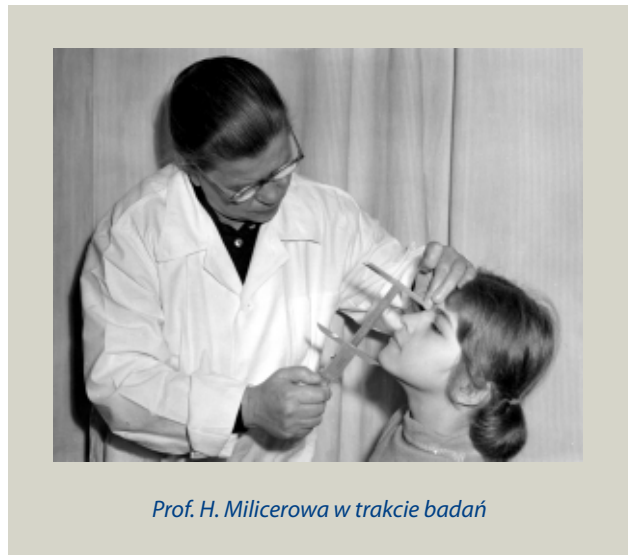
Każdego roku podkreślamy motto uczelni: „Różne pokolenia, ta sama pasja”. Dzisiaj mamy tego doskonały przykład. Poza studentami pierwszego roku, cieszymy się z obecności absolwentów, którzy studia rozpoczynali 50 lat temu. Wasza obecność jest dowodem, że AWF wczoraj i dziś stanowi jedną wielką rodzinę, połączoną wspólną pasją. Jesteście przykładem hasła „AWF – trzy litery, jedno serce”!

Halina Milicer – antropolog w służbie kultury fizycznej

Halina Milicer, z domu Cichowska, urodziła się w rodzinie ziemiańskiej 29 stycznia 1907 roku, w Szwarzowicach, na ziemi kielecko-sandomierskiej, kilkanaście kilometrów od Opatowa. Jej matką była Modesta Zofia Dunin-Borkowska, ze starego szlacheckiego rodu, ojcem – Waław Cichowski, agronom zarządzający majątkiem ziemskim Borkowskich. Gdy wybuchła I Wojna Światowa w 1914 roku pięćdziesięciokilkuletni już Waław wywędrował z rodziną na wschód i osiadł niedaleko Krzywego Rogu (dzisiejsza Ukraina), gdzie dostał pracę w swoim zawodzie. Zmarł w 1917 roku, a dwa lata później matka, z 12-letnią wówczas Halinką, wróciła do Polski.

Wszecstronnie uzdolniona panna Cichowska skołę średnią o profilu matematyczno-przyrodniczym skończyła w Radomiu. W 1927 roku rozpoczęła studia polonistyczne na Uniwersytecie Warszawskim, pracując jednocześnie w biurze architektonicznym. Po dwóch latach zrezygnowała z polonistyki i w 1929 roku podjęła studia w świeżo utworzonym Centralnym Instytucie Wychowania Fizycznego (późniejszym AWF). Dwuletnia początkowo szkoła zawodowa, z programem studiów nauczycielskich, umożliwiła szybsze usamodzielnienie się finansowe, co zapewne było nie bez znaczenia dla 22-letniej wówczas dziewczyny. Halina ukończyła studia z wyróżnieniem w 1931 roku i od razu otrzymała propozycję podjęcia pracy (początkowo jako stypendystka, później na stanowisku asystentki) w Zakładzie Antropologii i Biometrii, pod kierunkiem prof. Jana Mydlarskiego, autorytetu w swojej dziedzinie. Zajęła się m.in. problemami reakcji organizmu człowieka na wysiłek fizyczny i związkiem między budową ciała a wynikami sportowymi. Szybko ukazała się jej pierwsza publikacja: *Budowa ciała a sprawność w skoku wzwyż* (1933). W roku 1932 podjęła dodatkowe studia na Wydziale Matematyczno-Przyrodniczym Uniwersytetu Warszawskiego, które ukończyła w 1937 roku z tytułem magistra filozofii w zakresie antropologii.

To był okres ważnych decyzji w jej życiu. W 1932 roku wyszła za mąż za Jerzego Milicera, wówczas



Prof. H. Milicerowa w trakcie badań

jeszcze studiującego architekturę na Politechnice Warszawskiej (ukończył ją w 1934 roku). Zmieniła pracę, na dwa lata przeniosła się do Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przynsposobienia Wojskowego, aby powrócić w 1937 roku do pracy naukowej w Zakładzie Antropologii CIWF.

Wybuch II Wojny Światowej zastał Halinę Milicer z małym dzieckiem (córka, Ewa, urodziła się w 1939 roku). Pozostała bez stałej pracy, bowiem okupant zlikwidował CIWF, dorywczo więc pracowała jako prywatna nauczycielka wychowania fizycznego, najpierw w Warszawie, później w Krakowie. Mąż, podporucznik AK, brał udział w Powstaniu Warszawskim, po upadku którego został wywieziony do obozu jenieckiego.

Pierwsze dwa lata po wojnie spędziła w Lublinie, gdzie pracę w Zakładzie Antropologii Uniwersytetu Marii Curie – Skłodowskiej zaproponował jej prof. Mydlarski, organizujący tam Wydział Matematyczno-Przyrodniczy. Do Akademii Wychowania Fizycznego wróciła w 1947 roku. W 1951 roku na Uniwersytecie Wrocławskim obroniła pracę doktorską *Zmienność cech budowy*

ciała pod wpływem wychowania fizycznego; jej opiekunem naukowym był prof. Mydlarski, który przeniósł się do Wrocławia i od 1949 roku kierował w tej uczelni Katedrą Antropologii.

W 1951 roku, z powodu szykan politycznych, Halina Milicerowa przeniósła się do instytucji pod nazwą Kierownictwo Badań nad Początkami Państwa Polskiego, działającej przy Ministerstwie Kultury (kierował nią prof. Aleksander Gieysztor). Po dwóch latach przygody z antropologią historyczną, w 1953 roku wróciła do sportu i podjęła pracę na stanowisku kierownika Zakładu Antropologii w nowo utworzonym Instytucie Naukowym Kultury Fizycznej (INKF) w Warszawie; w 1959 roku otrzymała tytuł profesora nadzwyczajnego. W 1965 roku poproszono ją o objęcie kierownictwa Zakładu Antropo-

prof. Juliana Perkała. Dobre kontakty z tym środowiskiem, owocowały nie tylko pozyskiwaniem konsultantów i opiekunów prowadzonych przez Milicerową prac badawczych, ale też przyczyniły się do utworzenia Zakładu Metod Statystycznych w warszawskiej AWF.

W pierwszej połowie lat 50. Halina Milicerowa poświęciła się zagadnieniom etnogenezy i antropologii historycznej, a choć był to epizod w jej życiu naukowym, wniosła znaczący wkład w rozwój tej dziedziny. Jej postulaty dotyczące organizacji badań stały się inspiracją dla utworzenia Zakładu Antropologii PAN. Szczególne miejsce w jej dorobku z tego okresu zajmuje monografia *Crania Australica* (1955), zawierająca opracowanie serii 80 czaszek i szkieletów z przełomu XIX i XX w. z kolekcji znajdującej się w Zakładzie Antropologii Uniwersytetu



*Prof. Halina Milicer
i prof. Maciej Skład*



*Na spotkaniu
z prof. Tadeuszem
Ulatowskim*

logii Polskiej Akademii Nauk we Wrocławiu. Przez kolejne wyczerpujące trzy lata krążyła między Wrocławiem a Warszawą, pracując tu dla Zakładu Antropologii INKF i Uniwersytetu Warszawskiego. Po włączeniu w 1971 roku INKF do AWF kierowała dalej Zakładem Antropologii, a dodatkowo powierzono jej nadzór nad Instytutem Nauk Biologicznych i Rehabilitacji Ruchowej. W 1971 roku otrzymała tytuł profesora zwyczajnego.

Była zwolennikiem i inicjatorem badań interdyscyplinarnych. Optowała za ścisłą współpracą antropologów z archeologami, widziała konieczność wykorzystania metod matematycznych w planowaniu badań i analizie ich wyników. W latach 1954-55 brała udział w Seminariach Matematyki Stosowanej, organizowanych we Wrocławiu przez prof. Hugo Steinhausa (ze słynnej lwowskiej szkoły matematyków) i jego współpracowników, m.in.

Wrocławskiego. Jak twierdzą eksperci – każdy badacz zajmujący się kraniologią ewolucyjną musi sięgnąć po tę publikację, której wartość wzrasta wraz z upływem czasu.

Pasją, której Halina Milicerowa wierna była do końca życia, była jednak praca na rzecz sportu: stworzyła szkołę antropologiczną dla potrzeb kultury fizycznej. Prowadziła badania własne, w sposób twórczy dobierając problematykę i metody badawcze, inspirując liczne grono swoich uczniów, popularyzując metody i badania prowadzone zagranicą. Interesowały ją zagadnienia budowy ciała zawodników wysokokwalifikowanych i metod szacowania komponentów ciała, determinant rozwoju osobniczego, norm rozwojowych, genetycznego podłoża sprawności fizycznej, wpływu treningu na organizm. Była prekursorem badań długofalowych w sporcie i eksperymentów pedagogicznych w tej dziedzinie.

Dla ilustracji – kilka przykładów. Zrealizowała badania nad budową ciała bokserów – uczestników Mi-strzostw Europy w 1953 roku oraz kolarzy – uczestników VII i IX Wyścigu Pokoju, m.in. w celu ustalenia wzorca cech pożądanych w danej dyscyplinie sportu. Podjęła nowatorskie badania na temat zależności wieku dojrzewania płciowego dziewcząt od czynników społeczno-kulturowych (na podstawie wielotysięcznych próbek obserwacyjnych zebranych we Wrocławiu i w Warszawie). Prowadziła długofalowe (w cyklach 10-letnich) obserwacje dzieci szkół warszawskich, w celu określenia norm dla wielu cech oraz opracowania nomogramów przydatnych dla przewidywania ostatecznych wymiarów ciała i jego budowy. Z kolei badania uczniów szkoły baletowej, średniej szkoły wychowania fizycznego i szkoły ogólnokształcącej posłużyły jej do wykazania wpływu ćwiczeń na budowę ciała. Na uwagę zasługują zorganizowane przez nią eksperymenty pedagogiczno – sportowe, w ramach których dokonywano kwalifikacji uczniów do określonej sekcji sportowej – w oparciu o wcześniej ustalony wzorzec somatyczny i ruchowy.

Warto podkreślić kreatywność prof. Milicerowej w proponowaniu nowych metod i narzędzi badań. Np. w celu określania komponentów ciała wykorzystywała badania densytometryczne, rentgenologiczne, ultrasonograficzne. Jej subtelne analizy czynników wpływających na rozwój fizyczny dzieci i młodzieży służyły za model w późniejszych badaniach. Zaproponowała własną metodę prognozowania „dorosłej wysokości” ciała, opartą na ocenie tempa dojrzewania, która okazała się lepszym prognostykiem niż szeroko stosowana ocena wieku szkieletowego. Przygotowała tabele do oceny budowy ciała chłopców, które posłużyły do prognozy sylwetki w wieku dorosłym. Wspólnie z prof. Ludwikiem Denisiukiem opublikowała (w 1963 roku) siatki centylowe wysokości i masy ciała dzieci i młodzieży warszawskiej (opracowane na podstawie próby losowej 18 tys. osób). Te nowatorskie metody i narzędzia przez wiele lat stosowane były przez naukowców i trenerów w naborze dzieci i młodzieży do treningu sportowego i programowaniu ćwiczeń.

Halina Milicerowa opublikowała ponad 70 rozpraw naukowych, w tej liczbie kilka książek. Wyniki badań prezentowane były m.in. w *Materiałach i Pracach Antropometrycznych, Przeglądzie Antropologicznym, Wychowaniu Fizycznym i Sporcie, Nauce Polskiej, Human Biology*, a w formie książkowej w pozycjach: *Rozwój sprawności motorycznej dzieci i młodzieży w wieku szkolnym* (współautor L. Denisiuk, 1969), *Budowa somatyczna jako kryterium selekcji sportowej* (1973), *Człowiek wśród ludzi* (red., 1974), *Zarys antropologii dla studentów wychowania fizycznego* (red., 1980).

Prof. Milicerowa była aktywnym członkiem licznych stowarzyszeń naukowych, komisji i komitetów. Działała

w Polskim Towarzystwie Antropologicznym (PTA), pracowała w zespole redakcyjnym czasopisma *Materiały i Prace Antropologiczne*. Była członkiem Polskiego Towarzystwa Biometrycznego (PTB). Honorowana m.in. Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski (1962), Medalem Zasługi w Rozwoju Kultury Fizycznej (1978), w 1992 roku otrzymała w warszawskiej AWF tytuł Doktora Honoris Causa.

Współpracownicy i uczniowie Profesor Haliny Milicerowej podkreślają, że na jej osiągnięcia złożyły się w dużej mierze takie cechy jak: gruntowne wykształcenie i szeroka wiedza, żywe zainteresowania badawcze i wyobraźnia, inicjatywa i pomysłowość, pracowitość i precyzja w programowaniu badań oraz konsekwencja w ich realizacji. Cechowało ją wysokie poczucie odpo-



W 1992 roku Profesor H. Milicerowa otrzymała tytuł Doktora Honoris Causa warszawskiej AWF

wiedzialności oraz krytyczna, a przy tym otwarta postawa i bezkompromisowość w sprawach nauki. Była nadto człowiekiem wielkiego serca, życzliwa wobec innych, hojnie dzieliła się swoimi pomysłami badawczymi. Jej osobiste zalety rodziły zaufanie i skupiały wokół niej wielu uczniów. Wypromowała ponad trzydziestu doktorów, z których 12 uzyskało stopnie doktora habilitowanego, a 10 otrzymało tytuły profesorskie.

Profesor Milicerowa przeszła na emeryturę w 1976 roku, ale do końca życia utrzymywała kontakty z uczelnią. Zmarła 6 września 1995 roku, pochowana została na Cmentarzu Powązkowskim (dawnym Wojskowym) w Warszawie. Piątą rocznicę jej śmierci uczniowie i przyjaciele uczcili okolicznościowym seminarium, ufundowali też granitową płytę nagrobną.

O najstarszym, a niedocenianym środku wychowawczym słów kilka

Siedemdziesiąt lat temu ukazał się zbiór „Gry i zabawy ruchowe”, szeroko znany przewodnik dydaktyczny autorstwa profesora Romana Trześniowskiego, wychowawcy wielu pokoleń awuelfiaków, dziekana uczelni, kierownika Katedry Teorii i Metodyki Wychowania Fizycznego, doktora honoris causa AWF. Ten swoisty jubileusz, a także przekonanie o wychowawczej i kulturotwórczej roli zabawy, stał się okazją do refleksji wspomnieniowo-historycznej Zdzisława Czaplickiego, jednego z Jego uczniów.

Profesora Romana Trześniowskiego, poznałem w czasie moich studiów magisterskich i doktoranckich, później miałem z Nim bliższy kontakt, będąc już członkiem założonego przez Niego Polskiego Towarzystwa Naukowego Kultury Fizycznej. Profesor jest osobą, która wiele wniosła w mój zawodowy i naukowy rozwój. Często odżywa we mnie nostalgiczny obraz ostatniego z Nim spotkania, które miało miejsce w prozaicznych okolicznościach – w tramwaju jadącym z centrum Warszawy do uczelni. Uderzyło mnie wówczas, że tak zawsze otwarty i rozmowny, tym razem był zamyślony i skupiony, zajęty swoimi myślami. Jakby odczuwał brzemień upływającego czasu...

Akurat w tym roku mija 70 lat od wydania Jego książki *Gry i zabawy ruchowe* (SiT, 1953), podręcznika służącego od lat pokoleniom wychowawców fizycznych. Z tej okazji pragnę Czytelników zabrać w podróż do przeszłości, w której cofniemy się do szesnastego wieku, poprzez okres Komisji Edukacji Narodowej, do lat dwudziestych uprzedniego wieku, a także do lat nam współczesnych. To krótka refleksja nad nie zawsze docenianą, kształcącą i wychowawczą funkcją zabaw i gier ruchowych w edukacji fizycznej dzieci i młodzieży.

O grach i zabawach staropolskich pisali już ówczesni nasi pisarze i poeci. Przypomnijmy choćby dwóch z nich: Mikołaja Reja (1505 – 1569) i Łukasza Górnickiego (1527 – 1603). Otóż Mikołaj Rej w utworze *Wizerunek własny żywota człowieka poczciwego* (1558) pisze „o grze piłką dętą, którą rękami i nogami popychano”, zaś Łukasz Górnicki (1527 – 1603): „Gdy król był w Gdańsku (Zygmunt III) bywały zabawy królewskie, jako i gry na koniach, ciskania z koni piłkami glinianymi, wyjeżdżając jeden przeciwko drugiemu z puklerzami, w czym rączność koni była uznawana”.

Sięgnę uzupełniająco do czasu Komisji Edukacji Narodowej (1773-1794), powołanej na wniosek króla

Stanisława Augusta Poniatowskiego, pierwszego w Europie swobodnego „ministerstwa oświaty publicznej”. Wydała ona w 1783 roku *Ustawy Komisji Edukacji Narodowej dla stanu akademickiego i na szkoły w krajach Rzeczypospolitej Obojga Narodów przepisane*. Dokument ten stanowił kodeks prawa szkolnego, regulujący ogół zagadnień edukacyjnych i systemu oświatowego w Rzeczypospolitej. Natomiast w zakresie nas interesującym, do ważnych dokonań Komisji należy zaliczyć włączenie w treść dokumentu reguły wprowadzenia wychowania fizycznego do szkół – w rozdziale XXV. „Edukacja Fizyczna” (interesujące jest wprowadzenie tu nowatorskiego pojęcia – „edukacja fizyczna”!). *Ustawy* ustalały zasady realizacji zajęć wychowania fizycznego (cielesnego) we wszystkich typach szkół – a ważną rolę przypisano grom i zabawom ruchowym, uznając je za znaczący środek wychowawczy.

Posłużmy się tu cytatami z opublikowanej we Lwowie, w 1925 roku, książki Marii Germanówny *Ćwiczenia cielesne w szkole powszechnej. Gry, zabawy oraz ćwiczenia na boisku*, w której Autorka przytacza fragment *Ustaw*: „Za wzmagającym się wiekiem i wzrostem dziecięcia, pomnażać w nim należy rzeźkość, szykowność i siłę, dając mu wolność biegania i skakania, wprawiając go, bez zbyteńnego silenia, w okazywanie i nabywanie mocy, przez gry trudniejsze, gonitwy i ugadanie pociskami”.

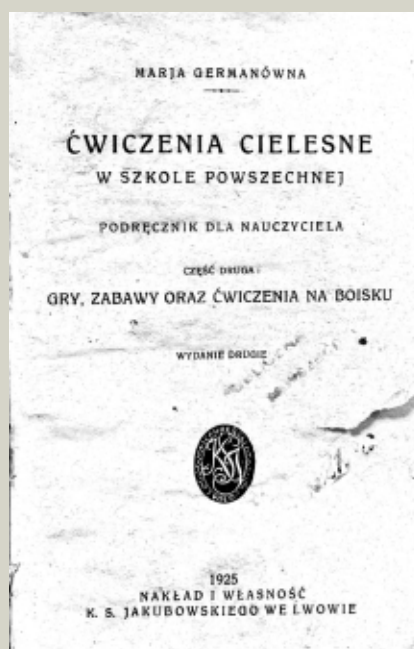
Maria Germanówna, odnosząc się do tych sformułowań, pisze: „Przytoczone wyżej zasady wtenczas znajdują pełne zastosowanie w wychowaniu naszej młodzieży, gdy całe nauczycielstwo zrozumie, jak niezbędnie potrzebny jest dla dzieci ruch na świeżym powietrzu i gdy będzie umiało ruchem tym kierować. Ten tylko nauczyciel jest prawdziwym wychowawcą, który obok licznych przedmiotów szkolnych, potrafi nauczyć dzieci najmilszej dla nich, a tak im potrzebnej godziwej zabawy. Nie

w dusznej izbie szkolnej, ale pod niebem i na słońcu, podczas swobodnej zabawy rozwija się i kwitnie ciało i dusza dziecka, niekępowana ciasną przestrzenią ni obawą złej noty. Nie ma lepszego środka do usunięcia umysłowego znużenia, odświeżenia ciała i ducha i przysposobienia do nowej pracy, jak zabawa na wolnym powietrzu. Gry i ćwiczenia na świeżym powietrzu są najlepszą, bo naturalną gimnastyką oddechową, rozwijają

środkiem wychowania fizycznego; wszechstronnie oddziałują na ustrój przyczyniając się do podnoszenia jego wydolności oraz wszechstronnej sprawności fizycznej. W toku zabaw i gier ruchowych podnosi się wydolność wielu układów i narządów, zwłaszcza układu ruchowego, krążenia, oddychania, przemiany materii itp., a także rozwijają się wszystkie cechy motoryki – jak: siła, szybkość, zręczność, wytrzymałość – oraz umiejętności



Ćwiczenia z piłką palantową w parach



Strona tytułowa książki „Ćwiczenia cielesne w szkole powszechnej”. Marja Germanówna. Wydana w 1925 roku.

TREŚĆ		Str.	
Przedmowa		7	
Część pierwsza. Wiedomości wstępne.			
I. Uwagi ogólne		9	
II. Wskazówki metodyczne i zdrowotne		16	
III. Przybory		15	
Część druga. Ćwiczenia z przyborami.			
I. Ćwiczenia piłkami		17	
II. Ćwiczenia obręczami		23	
III. Ćwiczenia krótkim wywijadłem		24	
IV. Ćwiczenia długim wywijadłem		28	
Część trzecia. Gry i zabawy.			
I. Gry i zabawy ze śpiwkami.			
1. Pięciopiók	30	16. Rozdziałki	41
2. Białki	31	17. Niesiołki	43
3. Młyn	33	18. Kot i mysz	43
4. Żółka i kaczka	34	19. Wąż	46
5. Łaz piewek	38	20. Kawał	46
6. Pączka	36	21. Zatafajasy	47
7. Wrobelki i kacz	38	22. Puchół gęsi	46
8. Opinie Wirgiliusa	39	23. Piroszeń	50
9. Piroszeńka o maku	40	24. Zabawa naprzeciw	51
II. Gry dziedne.			
1. Wyścigi	53	25. Zapaska z ochroną	60
2. Zastępy i kury	53	26. Zrywany podciąg	60
3. Wilk i owce	55	27. Zapaska „kuraw”	60
4. Kto przędał do hola	54	28. Wyrzwanica	62
5. Podziak	54	29. Okrętasz szara	62
6. Datulata dwójka wparad	55	30. Król i jego dzieci	62
7. Kulawy las	55	31. Pismo (Przyjaciele)	63
8. O jednym niebezpiecznym	55	32. Zając i chmiel	65
9. Miarza i cogły	56	33. Pociąg i Pociąg	65
10. Wiewiórki w dęboli	56	34. Czarownik i jego kot	64
11. Wilk i agni	57	35. Dwiek i noc	64
12. Ślepa łabka	57	36. Wolno – nie wolno!	65
13. Trzeciak	57	37. Casy	66
14. Trzeciak amerykański	58	38. Gospodarz i domowicy	66
15. Dwojka	58	39. Ciesielce	67
16. Horn i kureczka	59	40. Falszywy alarm	67
17. Zapaska „Ratuj!”	59	41. Król i królowa	68

Pierwsza strona spisu treści książki „Ćwiczenia cielesne...”

płuca i serce, a przyspieszając obieg krwi, przyczyniają się znakomicie do odżywiania całego organizmu”. I dalej: „Nie mniejszy jest też wpływ moralny zabaw i gier. Są one przygotowaniem do życia, gdyż oddział (klasa) czy zastęp to już małe społeczeństwo, a młodociani obywatele nabierają przy grach odwagi i wytrwałości, wzmacniają wolę, uczą się rządzić drugimi bez gnębienia ich, słuchać bez służalczości, znosić ból bez krzyku, wygrywać bez pychy, a przegrywać bez gniewu; uczą się podporządkowywać woli innych i współdziałać z nimi, nie szukając własnej chwały. Gry i zabawy uświadamiają poczucie własnych sił i sprawności oraz dają pogodę umysłu i opanowaną swobodę ruchów”.

Wiele lat później, Roman Trzeźniowski we wstępie swojej książki dodaje: – „Zabawy i gry ruchowe, dzięki wielkiemu bogactwu ruchowemu, są podstawowym

ruchowe, mające zastosowanie w toku codziennej działalności człowieka”. Pisz też: – „Opierając się o tak użyteczne formy ruchu, jak: chód, bieg, rzut, skok itp., umożliwiają nie tylko doskonalenie tych form, lecz na tej drodze również podnoszenie funkcji adaptacyjnej ustroju oraz zwiększenie jego przydatności życiowej”.

Trudno nie zgodzić się z myślą Johana Huizingi, wyrażoną w jego *Homo ludens*, że kultura bierze początek z zabawy. Będąc złagodzoną formą walki o byt ludzi pierwotnych, pozostałością po dawnych obrzędach, formą poznawania świata, obudowana w regulacje akceptowane przez jej uczestników, buduje zasadę fair play mającą istotny wpływ na życie społeczne. Jej rodowód i wieloaspektowość czyni z zabaw i gier najstarszy i cenny czynnik wychowawczy.

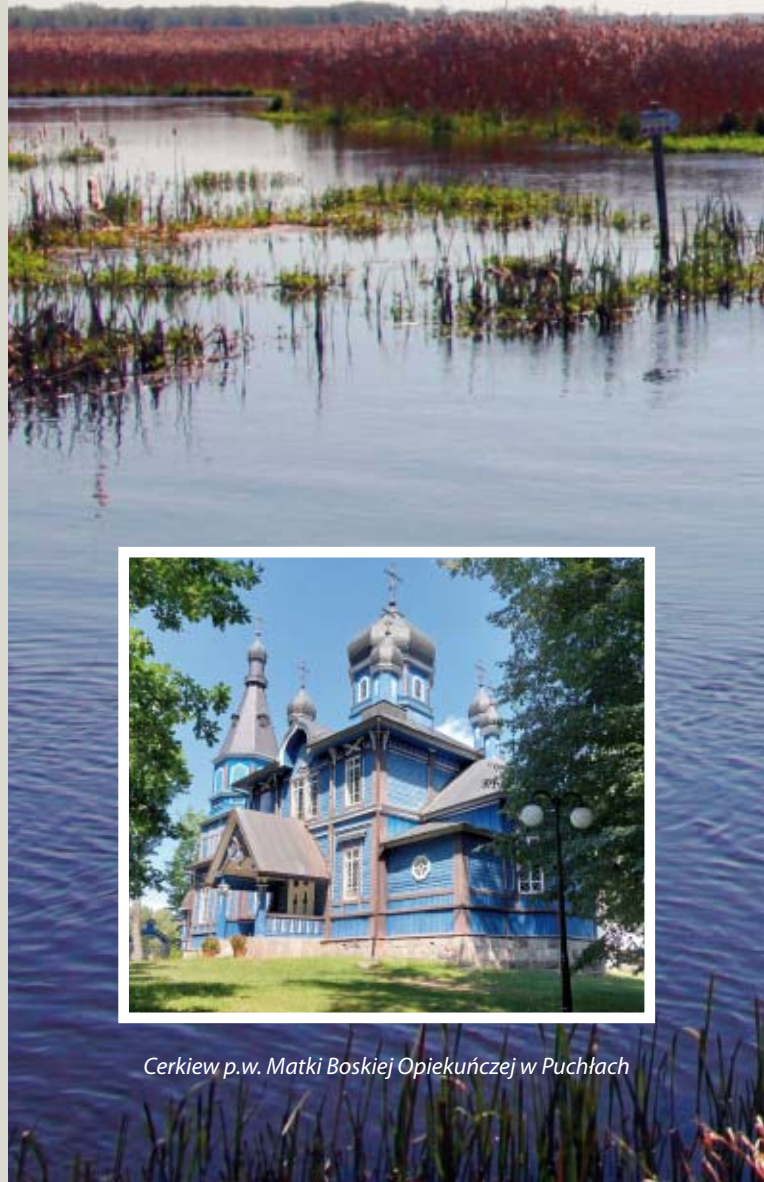
Korzystając z upalnej pogody, wyruszamy trzema czółnami typu canoe z biegiem górnej Narwi, by w ciągu niespełna pięciu dni pokonać niezwykle atrakcyjny odcinek tej rzeki i poznać ciekawe miejsca nad nią leżące.

Zaczynamy w Maciejkowej Górze, małej wiosce położonej na prawym brzegu Narwi, która 4 kilometry wcześniej opuściła Siemianówkę – trzecie co do wielkości sztuczne jezioro w Polsce. Maciejkowa Góra, niezwykle cicha i spokojna, to zaledwie kilka drewnianych chat, zbudowanych co najmniej przed półwiekiem u stóp wysokiego wzgórza. Od niego właśnie wieś wzięła nazwę. Wedle legendy strażnik królewskiej puszczy, o imieniu Maciej, natknął się na złożonego niemocą templariusza strzegącego zakopanych skarbów. Gdy rycerz wyzionął ducha, Maciej przywdział jego zbroję, nie zważając, że jest ona dla niego za ciasna. Potem nie mógł się od niej uwolnić. Ostatek sił wspiął się na górę i skonał w żelaznym uścisku. Jego duch w lśniącej zbroi krąży ponoć po okolicy, a niechybnie zobaczymy go o północy tuż za wsią na szczycie góry...

Spuszczamy łódki na wodę w samym środku Maciejkowej Góry i płyniemy wśród łąk porośniętych wysokimi trawami, ustępującymi gdzieś gdzieś łanom kwitnącej krwawnicy. Umykają pizniki, zrywają się do lotu łabędzie, czaple i dzikie kaczkę, nad naszymi głowami krążą stawowe i łąkowe błotniaki. Mijamy pojedyncze chaty i małe wioseczki osiadłe nad brzegiem.

Po kilku godzinach wiosłowania docieramy do Narwi. Dziś to tylko gminna wieś, ale za ostatnich Jagiellonów i jeszcze przez dwa następne stulecia była gwałtownym miastem. Popasali tu w drodze na Litwę polscy królowie, a mieszkańcy żyli dostatnio, zajmując się rzemiosłem, handlem, transportem rzeczonym i rybołówstwem. Z czasów świetności pozostał kościół p.w. Wniebowzięcia NMP i św. Stanisława Biskupa, postawiony na wysokim brzegu rzeki. Został ufundowany w 1528 roku przez królową Bonę, ale ten, który istnieje obecnie zbudował w latach 1738-1748 proboszcz narwiański, a później biskup tytularny Ptolemaidy, ks. Ludwik de Riaucor. Wzniesiony z sosnowego drewna, mieści wiele cennych dzieł sztuki. Oglądamy – dzięki uprzejmości obecnego proboszcza – obrazy z XVI i XVII wieku malowane na desce temperą, XVIII-wieczne drewniane rzeźby barokowe oraz przedmioty liturgiczne z XVIII i XIX stulecia. Widzimy tu też nagrobną tablicę kamienną ze wspartym na włóczni rycerzem. Ma to być dworzaniec Zygmunta Augusta, śmiertelnie ranny na polowaniu. Prosił o pochówek

Narew w pobliżu Kurowa



Cerkiew p.w. Matki Boskiej Opiekuńczej w Puchlach

Jerzy Samusik

Przez polską Amazonię



Czapla biała



Łany kwitnącej krwawnicy



Kończymy pierwszy etap spływu

Rzeźbiarz
Włodzimierz Naumiuk
przy pracy



Flisak Włodzimierza Naumiuka

w drzwiach kościoła, by wierni deptali jego ciało, pomagając mu w ten sposób odkupić grzechy.

W pewnym oddaleniu od rzeki, tuż za pobliskim rynkiem, skryła się w kępie starych drzew cerkiew p.w. Podwyższenia Krzyża Świętego. Ufundowana jeszcze wcześniej niż świątynia katolicka, bo w 1518 r. przez kniazia Iwana Wiśniowieckiego, również jak narewski kościół nie przetrwała w niezmienionej formie do naszych czasów. Ta dzisiejsza została zbudowana w latach

1851-55. Znalazły się w niej wówczas znacznie starszej daty, słynące cudami ikony Matki Bożej Bolesnej i św. Antoniego Peczerskiego oraz wspaniały ikonostas. Niestety, nie mogliśmy ich zobaczyć, gdyż spłonęły w 1990 r. Zewnętrzne ściany, chociaż drewniane, nie zostały strawione przez ogień, a pomalowane po pożarze jaskrawymi, zielonymi farbami, świetnie teraz współgrają z otaczającym je starodrzewem.

Opuszczamy wieś Narew i płyniemy dalej. Nurt rzeki leniwy, odkładamy wiosła i cicho suniemy między wysokimi brzegami, podziurawionymi przez jaskółki brzegówki. Karmią właśnie pisklęta i co chwila, jak wystrzelone z procy, wpadają i wypadają z gniazd. Po drodze bliskie spotkania z niebieskim zimorodkiem, czapłą białą i parą krzyżówek, które dostrzegają nas w ostatniej chwili i podrywają się z takim wrzaskiem, że drętwiąją z przerażenia.

Późnym popołudniem widoczny dotąd z daleka las podchodzi do samej rzeki, pozostawiając tylko wąski pas dzikiej łąki – idealne miejsce na rozbicie namiotów. Zastanawiamy się nawet, czy by nie przenocować tutaj, ale w oddali błyskają w słońcu kopuły cerkwi w Puchłach. Naciskamy więc mocniej na wiosła, żeby jeszcze przed zachodem obejrzeć świątynię słynną z cudownej ikony Pokrowy Przenajświętszej Bogarodzicy, czyli Matki Boskiej Opiekuńczej. Legenda mówi, że na niewielkim wzgórzu, na którym stoi cerkiew, rosła przed wiekami olbrzymia lipa. W jej cieniu zamieszkał starzec cierpiący z powodu bolesnego obrzęku nóg. Kiedy pewnego dnia modlił się pod drzewem, ujrzał na jego wierzchołku obraz Matki Bożej i wkrótce wyzdrowiał. Miejsce to zwano odtąd Puchły od słowa *opuchli*, jak zwano w miejscowej gwarze obrzęknięte kończyny. Pierwszą cerkiew w tym miejscu wzniesiono w 1756 roku, a tę, którą widzimy dzisiaj, zbudowano w latach 1913-1919.

Po dalszych 11 kilometrach rozbijamy pierwszy biwak w Kaniukach, tuż obok domu znanego rzeźbiarza, Włodzimierza Naumiuka. Pan Włodzimierz nie tylko pozwala nam ustawić namioty na swojej łące, ale chętnie pokazuje pracownię i galerię rzeźb w drewnianym domu zbudowanym przed I wojną światową przez jego pradziada. Dwa niewielkie pomieszczenia wypełniają rzeźby: stoją na półkach, parapetach, po kątach, wiszą na ścianach. To wyrzeźbieni w drewnie wędrowni

grajkowie, wioskowi bajarze, ludowi mędrzy, rybacy, drwale, flisacy, kobiety z sierpami w dłoniach czy ze skopkami mleka. Nie brak też rzeźb alegorycznych i postaci świętych, które nie są sztampowymi świątkami. Dzieła mistrza z Kaniuk są zdecydowanie doskonalsze w formie. Chociaż smukłe sylwetki ukryte w ciężkich szatach każą w pierwszej chwili myśleć o wzorach czerpanych z Bizancjum, jednak wrażenie to natychmiast mija, gdy przyjrzymy się ich twarzom. Są zdecydowanie niebizantyjskie, pełne ekspresji, bardzo różnorodne, nie tak surowe w wyrazie. Doszukać się w nich można rysów twarzy nadnarwiańskich chłopów, ludzi otwartych, pogodnych, niemaskujących występku i zła.

Kaniuki opuszczamy wczesnym rankiem. Płyniemy wśród rozległych łąk, pustych aż po widnokrąg. Sosnowe lasy, tworzące zwykle linię horyzontu, rzadko podchodzą do brzegu Narwi, a jeżeli już, to zaraz pojawiają się w nich domki letniskowe, a nawet spore ośrodki wczasowe; na szczęście nie jest ich zbyt wiele. Kiedy we wsi Doktorce mijamy most, na lewym brzegu rzeki migają bielą w kępie starych drzew ściany pałacu w Strabli – dawnej rezydencji znakomitego rodu Starzeńskich. Jego przedstawiciele byli posłami do sejmu, marszałkami szlachty, generałami wojsk koronnych, powstańcami styczniowymi. Niestety, z bliska pałacu obejrzeć się nie da, jest dziś w prywatnych rękach. Popatrujemy tylko z oddali. W głębi dziedzina stoi piętrowy, drewniany lamus z 1792 roku. To rzadko spotykany przykład barokowo-klasycystycznego dworskiego spichrza z podcieniami na obu kondygnacjach.

Drugi dzień kończymy w Surażu po przepłynięciu 38 km. Dziś to senna miejscowość, ale w XV i XVI wieku należała do najważniejszych ośrodków miejskich Podlasia. Ciągnęły tędy wojska, przejeżdżali królowie, toczono o Suraż zacięte boje. Przeprawy przez Narew strzegł potężny zamek wzniesiony na sztucznie usypanym wzgórzu. Surażanie twierdzą, że upodobała go sobie królowa Bona i w podziemiach przechowywała skarb. Nie zdołała go zabrać, gdy wyjeżdżała na stałe do Włoch, i pozostał w lochach. Mają o tym świadczyć opale, agaty i bursztyny wielkie jak pięść, znajduwane jeszcze w naszych czasach u podnóża zamkowej góry. Te opowieści o klejnotach królowej Bony można raczej między bajki włożyć – dowodzi Wiktor Litwińczuk, który po ojcu Władysławie odziedziczył muzeum archeologiczne wraz z pasją archeologa-odkrywcy. Pan Wiktor, tak jak jego ojciec, penetruje nadnarwiańskie uroczyska i wydobywa z nich kamienne toporki, bełty do kuszy, groty strzał. Ma znaleziska sprzed kilku tysięcy, kilkuset i kilkudziesięciu lat, i pokazuje je wszystkim chętnym.

Po noclegu u stóp góry królowej Bony opuszczamy Suraż i wpływamy w granice Narwiańskiego Parku Narodowego. Początkowo rzeka i jej brzegi nie różnią się



U stóp góry zamkowej płynie Narew



Wiktor Litwińczuk przy kamiennych żarnach



Góra zamkowa zwana Górą Królowej Bony



Rzeczny drogowskaz

od tych, które towarzyszyły nam w ciągu dwóch poprzednich dni. Dopiero gdy zbliżamy się do Uhowa, zaczynają pojawiać się coraz liczniejsze odnogi i starorzecza. Większość z nich jest jednak zdecydowanie węższa od głównego koryta i ma tak leniwy nurt, że nie mamy kłopotu z wyborem właściwej drogi. Po minięciu dwóch mostów – kolejowego i drogowego- zbudowanych obok siebie na trasie Białystok-Łapy, Narew rozdziela się na trzy odnogi, które po kilku kilometrach łączą się, tworząc rozlewisko nazwane „Jeziorem Rozgnój”. Zaskoczyła nas jego duża tafla, która niespodziewanie otwiera się przed nami, gdy skończyliśmy się przeciskać wąskim kanałem. Następną niespodzianką są morenowe wzgórza, tzw. „Będziuzne Góry”, zagradzające nam nagle drogę. Rzeka omija je jednak, kierując się ostrym



Dwór w Kurowie – siedziba dyrekcji Narwiańskiego Parku Narodowego

łukiem na północny wschód. Potem jeszcze tylko leżąca na wysokim brzegu wieś Bokiny, dająca znać o sobie już z daleka modernistycznym kościółkiem, i trzeci etap spływu ma się ku końcowi. Namioty rozbijamy na polu biwakowym w pobliżu kolonii Topilec, u podnóża wieży widokowej, umożliwiającej obserwację fragmentu narwiańskiej doliny z pasmami starorzeczy i odnóg, kępami olsów i niewielkich grądów porastających piaszczyste wydmy. A nazajutrz wykorzystujemy ją do fotografowania rzeki zasnutej porannymi mgłami.

Za Topilem wpływamy na obszar nie bez powodu nazwany „Polską Amazonią”. Wyraźnie dotąd zaznaczone główne koryto rzeki poczyna kluczyć wśród rozlewisk i bagiennych oczek otoczonych szuwarami, by przejść w płataninę strug, przesmyków i tuneli prowadzących w głąb gęstych trzcinowisk. Chcieliśmy zatrzymać się w Waniewie, żeby obejrzeć neoromański kościół z cennymi zabytkami, już nawet zobaczyliśmy go przed sobą w niewielkiej odległości, ale potem przyszło rozwidlenie jedne i drugie, szybki prąd porwał nas jakimś wąskim kanałem i nim się spostrzegliśmy, Waniewo zostało daleko w tyle.

Mknijemy tunelami utworzonymi przez wysokie na 3 metry trzciny, wybierając najbardziej wartki nurt. Kiedy już na dobre tracimy orientację i nie potrafimy nawet w przybliżeniu zlokalizować siebie na mapie, ukazuje nam się drogowskaz z napisem „Kurowo”. Dzięki niemu płyniemy wkrótce lewym dopływem Narwi – Kurówką i w ten sposób udaje nam się dotrzeć do siedziby dyrekcji Narwiańskiego Parku Narodowego.

Mieści się ona w zabytkowym dworze, zbudowanym w drugiej połowie XIX wieku, kiedy kurowski majątek należał do rodziny Kozłowskich. Początkowo mieszkali oni w dworze modrzewiowym, ale po pożarze spowodowanym uderzeniem pioruna, wybudowali dwór murowany, parterowy, siedmioosiowy, pokryty dachówką. Po I wojnie światowej nowy dziedzic Kurowa, Franciszek Kołodziejski, powiększył budynek dworski przez dodanie piętrowego skrzydła z tarasem i okrągłej wieży zwieńczonej krenelazem, stanowiącej świetny punkt widokowy. Po II wojnie światowej cały majątek stał się własnością Państwowego Gospodarstwa Rolnego. W 1988 roku dwór wraz z parkiem przejął zarząd Narwiańskiego Parku Krajobrazowego, przekształconego w 1997 roku w Narwiański Park Narodowy. Obecnie we dworze mieści się dyrekcja parku i stacja naukowo-badawcza, a tuż przy nim – pole namiotowe, na którym rozbijamy nasze namioty. Stąd nazajutrz wrócimy do Białegostoku, ale wkrótce znowu popłyniemy Narwią, tym razem z Kurowa do Wizny albo jeszcze dalej, do Nowogrodu.

Twój zawód? – „Biegacz długodystansowy”

Od pewnego czasu w wielkim, światowym systemie sportowego współzawodnictwa niesłabnącą popularnością cieszą się maratony lekkoatletyczne. Imprezy te wyszły poza stadiony zwielokrotniając widownię i uczestników, a jednocześnie fundusze od sponsorów. Niepomniernie wzrosły też nagrody dla zwycięzców tych konkurencji, którzy osiągają wyniki szokujące. Wśród nich ostatnio są prawie wyłącznie Afrykańczycy, rodem z Etiopii, Kenii, Somali czy Mozambiku. Obserwowałem niedawno w telewizji maraton w Sztokholmie. Miejsca 1 i 2 zajęli Etiopczycy, trzeci był Kenijczyk. Z twarzy zwycięzców odbierających wawrzyny płynął spokój i pogoda ducha tak, jakby wrócili z niedalekiej pieszej wycieczki. A przecież przebiegnięcie dystansu 42 km w czasie bliskim 2 godzin, to kolosalny wysiłek. Pytanie o sposób przygotowań afrykańskich biegaczy do biegów maratońskich nie przestaje nurtować specjalistów sportu. Przecież sprawa nie sprowadza się wyłącznie do działania środków farmakologicznych. Przecież nie same procesy biochemiczne, stymulowane z zewnątrz, przyjmują na siebie ciężar odpowiedzialności za dyspozycję zawodnika, ale również trudne do oceny obciążenia stawów kończyn dolnych i kręgosłupa.

Ze sporą dozą akceptacji przyjmowane jest mniemanie, że np. Etiopczycy mają „specjalne, wytrzymałościowe cechy organizmu”, bo żyją na wysokościach powyżej 2000 m. Ale, z drugiej strony, Inkowie w Andach żyją jeszcze wyżej, a maratony nie wygrywają! Musi więc istnieć jakiś specjalny proces przygotowywania zawodników-maratończyków. Ten sposób utrzymywania jest w głębokiej tajemnicy, którą próbował zgłębić pewien dziennikarz niemiecki. Nie został do niej dopuszczony. Natomiast na własne oczy widział nagrobki biegaczy. Zbyt wnikliwe jego dociekania potraktowane zostały przez działaczy, z którymi rozmawiał – jako rasizm. Przed 30 laty, Dieter Baumann (mistrz olimpijski

w biegu na 5000 m w Barcelonie 1992 r.) stwierdził po próbie treningu w Kenii, że nie wytrzymał podobnego reżimu pracy, co Kenijczycy.

Przed kilkoma laty obywatelem Rzeczypospolitej został Afrykańczyk, zdobywca nagrody w biegu długodystansowym. Na pytanie dziennikarzy, jaki jest jego zawód, odparł: „jestem biegaczem”.

Powstał więc zawód „biegacz długodystansowy”. Jest to jedna z dróg wejścia do świata przedstawianego powszechnie w TV, wyrwania się z rzeczywistości krajów



Maraton Warszawski (fot. Tadeusz Baranowski)

południa, możliwa dla chętnych, mających „szczególne predyspozycje do biegów długodystansowych”. Trudno odmawiać ludziom prawa do poprawy swego losu, ani pragnienia zdobycia sławy. Jeżeli nie zdobędą miejsca w drużynie Etiopii, czy Kenii, przenoszą się do Europy. Widać to, gdy obserwuje się zawody lekkoatletyczne – jak bardzo ciemnieje skóra biegaczom Europy, wraz z wydłużeniem się dystansu biegu.

Czy to jest główny problem współczesnego sportu? Nie wiem. Nie wiem także, kiedy zostanie pobity rekord Polski w biegu na 5000 m (13 min. 17 s.) należący od 1980 r. do Bronisława Malinowskiego.

Andrzej Dominiak

Andrzej Dominiak

12.03.1939 – 15.09.2023

Andrzej zmarł nagle, jeszcze kilka dni wcześniej, rozmawiałem z nim przez telefon i nic nie zapowiadało czegoś podobnego. Nasze rozmowy między Warszawą a Zieloną Górą, gdzie Andrzej mieszkał, dotyczyły nie tylko tematyki sportowej. Znaliliśmy się od dawna, jeszcze ze studiów w warszawskiej AWF, którą Andrzej ukończył dwa lata przede mną, w 1962 roku. Długo później spotkaliśmy się ponownie, w całkiem innych rolach,



w Polskiej Federacji Sportu. Główne zadanie tej instytucji polegało na kontroli przebiegu procesu szkolenia zawodników i grup reprezentacyjnych do udziału we współzawodnictwie międzynarodowym, z igrzyskami olimpijskimi na czele. Andrzej Dominiak był odpowiedzialny za nadzór nad szkoleniem w pięcioboju

nowoczesnym. Wobec mojego czasopisma *Sport Wyczynowy* Polska Federacja Sportu pełniła funkcję wydawcy zastępczego.

Andrzej znajdował się wówczas w fazie zawodowego rozwoju określanej mianem „doświadczonego trenera”. Posiadał spore zasoby wiedzy, własnego doświadczenia, był zdolny do formułowania własnych sądów, ocen na temat pewnych zjawisk, jakie przynosił świat sportu. Rychło okazało się też, że jest stałym czytelnikiem naszego pisma, że odpowiada Mu linia programowa *Sportu Wyczynowego*, szeroko otwartego na nauki o sporcie, których bujny rozkwit wtedy przeżywalismy.

My – redakcja swoją misją uczyniliśmy budowanie systemu teorii i metodyki nowoczesnego treningu. Z pewną obawą, a jednocześnie z chęcią i ciekawością, Andrzej przystąpił z nami do współpracy. Swoje uwagi, spostrzeżenia czy opinie wobec różnych zjawisk dostrzeżonych w życiu sportu wyrażał w krótkich formach, najczęściej w formie felietonu. Ze *Sportem Wyczynowym* wytrwał do końca czasopisma. Ostatnie Jego publikacje, w cyklu „Sport i okolice”, ukazały się w roczniku 2012. Były cenione przez czytelników za prawdę, autentyczność wypowiedzi autora, a także za usilne poszukiwanie istoty spraw, które, Jego zdaniem, były ważne w szerszym niż jednostkowy wymiarze.

Przeznaczeniem zawodowym Andrzeja Dominika było trenerstwo. Kariera zawodnicza, z wcale niemałymi osiągnięciami, stanowiła tylko wprowadzenie do tego, co nastąpi po niej. Podobnie studia w AWF, wzbogacające i porządkujące zdobywaną wiedzę. I, kto wie czy nie najważniejsze – kontakty bezpośrednie z mądrymi i ciekawymi ludźmi – naukowcami i trenerami z tego środowiska.

Andrzej Dominiak był trenerem kompletnym. Rozumiał, że mając do czynienia najczęściej z osobami młodymi, odpowiadać powinien nie tylko za jeden wymiar ich rozwoju – wyniki sportowe, ale i za ich wychowanie. Pełnił różne funkcje szkoleniowe. W każdym środowisku, w jakim przyszło mu pracować – w klubach, związkach sportowych, w kraju czy za granicą – był lubiany i szanowany.

W tym numerze Absolwentów AWF ukazuje się ostatni tekst napisany przez Andrzeja. Niestety.

Andrzej Pac-Pomarnacki

HONOROWA LISTA CZŁONKÓW WSPIERAJĄCYCH 2023

Jan Dąbrowski,
Andrzej Głaz,
Jolanta Lasocka,
Ryszard Lenar,
Antoni Piechniczek,
Marek Przybyłowicz,

Arkadiusz Sitek,
Andrzej Strejlau
Anna Włodarczyk,
Roman Wszoła,
Ryszard Wysoczański

Przypominamy, że wystarczy wpłata 100 zł, aby znaleźć się na honorowej liście członków wspierających. Wszystkie pozyskane w ten sposób środki przeznaczamy na rozwinięcie działalności naszego Klubu Relax Kultura.

Prosimy o wpłacanie darowizn na konto:

66 1090 1014 0000 0000 0303 5233

Dziękujemy Wam za wsparcie, cieszymy się, że jesteście z nami!

Bezpieczeństwo żywieniowe. A stołówki żal...

Przełomowym momentem w historii żywienia studentów AWF był... Światowy Festiwal Młodzieży i Studentów, który odbył się latem 1955 roku w Warszawie. Z tego powodu na terenie Akademii zbudowano dla festiwalowiczów stołówkę. Solidny budynek w stylu jak należało posiadał dwie duże sale i komplet nowoczesnych urządzeń. Po Festiwalu wzbogacił on zasoby inwestycyjne uczelni i rozpoczął służbę w ramach systemu zbiorowego żywienia studentów AWF.

U jego podstaw legło założenie, iż studiującej młodzieży, uczestniczącej codziennie w licznych zajęciach praktycznych, a często jeszcze dodatkowo w treningach sportowych, **niezbędne jest zapewnienie odpowiedniego pod względem jakości, regularnego wyżywienia. System ten w znacznej mierze zapewniał warunki „żywieniowego bezpieczeństwa”**. Chodziło praktycznie o to, by organizm studenta miał z czego uzupełniać na bieżąco ubytki energii, jakie poniósł wskutek ćwiczeń wykonanych na sali, boisku, pływalni. Wiadomo, że „na głodniaka” ciężko jest ćwiczyć, a poza tym, ćwiczenie w takich warunkach nie przynosi korzystnego efektu. Za to osłabia organizm, obniża jego odporność i ułatwia dostęp chorobie.

My, studenci Akademii lat 60., już dobrze zdawaliśmy sobie z tego sprawę. Z trzech posiłków, jakie oferowała stołówka każdego dnia tygodnia (nie wyłączając niedziel), korzystał każdy mieszkaniec akademika. Posiłki były przyzwoite, obiad składał się z trzech dań, śniadanie i kolacja – standardowe, skromne. Pojęcie „szwedzki stół” nie było znane.

Na jedzeniu nikt z nas nie zamierzał oszczędzać. Przeciwnie, nierzadko po zakończeniu pobytu w sali stołówkowej, zaglądaliśmy na drugą stronę stołówki, do baru, żeby tam coś jeszcze drobnego dokupić i, jak mówiliśmy, „dorzucić na ruszta”.

Ten system zbiorowego żywienia studentów działał i wydawał się być rozwiązaniem racjonalnym. Wydatki na to jego działanie musiały jednak stanowić gorący temat niejednej dyskusji budżetowej. Gdy obiekt stołówki był w „sile wieku” – wszystko

działo jak trzeba. Ale czas robi swoje, a wraz z jego upływem psują się urządzenia i trzeba je naprawiać lub wymieniać na nowe. Podobnie dzieje się z obiektem. W konsekwencji – rosną koszty utrzymania systemu. Przypuszczam, że na tym tle toczyły się ostatnie dyskusje przed podjęciem decyzji o zakończeniu działania systemu żywienia zbiorowego w Akademii. Jak mówi werdykt, argumentów za taką decyzją nie brakowało. Ale czy do końca uświadomiono sobie, **jak głęboką i bolesną szkodę poniosą studenci**, a oni przecież powinni być dla uczelni najważniejsi.

Ostatnio próbowano mi tłumaczyć, że kwestię żywienia studentów w Akademii należy aktualnie widzieć inaczej. Obecny AWF jest **uczelnią inną – wielokierunkową**. Ćwiczenie fizyczne nie stanowi zasadniczego elementu dydaktyki, na wszystkich sześciu kierunkach. No dobrze, a cóż by szkodziło, gdyby „bezpieczeństwem żywieniowym” – powiedzmy, w podstawowym zakresie – objąć wszystkich studentów? Moim zdaniem, na ten cel pieniądze powinny się znaleźć.

Andrzej Pac-Pomarnacki



Stołówka AWF lata 70. z archiwum Waldemara Dorcza

Dobrą książkę poznaje się po tym, że można ją streścić jednym zdaniem: rugby to więcej niż sport – to styl życia. O tym jest ta książka, której bohaterem jest Andrzej Kopyt najlepszy polski rugbysta i trener. Łączył technikę z wyobraźnią, sprawność i intelekt, waleczność z szacunkiem dla przeciwnika, kulturę osobistą z artystycznym zmysłem, powagę i humor w tzw. „trzeciej połowie meczu”.



Andrzej Kopyt

Rugbysta

Jean-Claude Skrela, legendarny francuski rugbista polskiego pochodzenia we wstępie do książki *Siwy i nasze rugby* stawia trzy ważne pytania: Jak powinien wyglądać rugbysta? Jakie powinien posiadać naturalne zdolności? Jakie cechy charakteru potrzebne są zawodnikowi aspirującemu do tytułu mistrza? Na pierwsze pytanie odpowiada, że potocznie się uważa, iż rugbysta to mężczyzna ogromnej postury, wspartej potężną siłą i kolosalną dynamiką. Jego zdaniem – rzeczywistość wygląda inaczej. Rugby to gra dwóch umięśnionych armii, nad którymi czuwa intelekt. Andrzej Kopyt, bohater książki, nie przypomina z wyglądu Goliata ani Herkulesa, a jednak w polskim środowisku rugby stał się najwyższym autorytetem, dla niektórych wręcz guru. To mężczyzna średniego wzrostu o sympatycznym obliczu i skromnym, jakby ciągle chłopięcym uśmiechu. Jako rugbysta posiadał cechy twardziela – tymi słowami charakteryzuje Andrzeja właśnie Skrela, który uznaje zasadę, że nie chwali się nikogo przez grzeczność.

„Siwy” w opinii zawodników i działaczy

W działalności społecznej można odróżnić trzy podstawowe relacje. Pierwsza dotyczy wartości duchowych i ich miejsca w życiu ogólnoludzkim. Harmonii między



Przyłożenie Andrzeja Kopyta. Mecz AZS-AWF - Lechia Gdańsk 1979 r.

naturą i kulturą. Traktowanie ochrony środowiska przyrodniczego na tym samym poziomie, co dbałość o własne zdrowie.

Druga relacja dotyczy bezpośrednich kontaktów międzyludzkich. W działalności sportowej chodzi o to, aby w sposób nieskrępowany zabawę łączyć z walecznością. Dążenie do rekordu to droga prowadząca do celu, a nie cel sam w sobie. Chodzi mianowicie o takie założenie życiowe, że sprawą najważniejszą nie jest, czy wygram, ale muszę podjąć walkę w obronie pewnych wartości, które nie podlegają dyskusji (Zbigniew Herbert).

Trzecia relacja odnosi się do pedagogiki sportowej. Chodzi o to, aby działalność jednostek i grup społecznych oceniać nie według kryteriów prakseologicznych, jak w traktacie o dobrej robocie, lecz artystycznych, według kryteriów piękna. Każde działanie sprawne musi być twórcze. Czeladnika życia należy kreować na mistrza.

„Zaimponowała mi kreatywność All Black (rugbyistów Nowej Zelandii), jej werwa, plastyczność, a przede wszystkim konsekwencja i skuteczność. To były rugby marzeń. I jeszcze ten taniec wojowników przed każdym meczem, ta niesamowita *haka* w wykonaniu Maorysów. W trakcie jej oglądania i słuchania zawsze ciarki przebiegają mi po plecach”. Europa stawia na pragmatykę i naukę. W Nowej Zelandii stawiają na intuicję i wyobraźnię. Rugby na papierze, kontra rugby we krwi. Sam łączył w praktyce obie szkoły, co było widoczne w jego postawie jako zawodnika oraz także później jako trenera. Uważam, że etosem rugby jest być najlepszym. Niemożliwe zamienić na możliwe.

1. Andrzej to doskonały trener, motywator, który – niezależnie od ludzi z jakimi pracował – zawsze miał własną wizję i potrafił fantastycznie dopasować taktykę do danego zespołu, czy to w kadrze, czy w klubie. Jak pracuje Andrzej? On nie szuka wymyślnej taktyki, on zawsze szuka najmocniejszych stron swoich zawodników i pod nich dostosowuje taktykę (Stanisław Więciorek).

2. Andrzej Kopyt dla wielu pokoleń rugbistów to super zawodnik, trener i świetny kumpel, który czerpie z życia pełnymi garściami. W polskim rugby to człowiek legenda. Dla mnie dodatkowo to mój sportowy ojciec chrzestny. I nie ma w tym stwierdzeniu ani słowa przesady (Piotr Osiecki).
3. Tomasz Putra o Andrzeju pisze tak: Andrzej miał wybitne zdolności do wprowadzania nowych zawodników do zespołu. Poświęcił mi dużo czasu. Mówił długo i pięknie. Od słowa do słowa, zostałem zawodnikiem zespołu AZS-AWF. Interesował się nowoczesnymi metodami pracy, dużo czytał, przekazywał nam swoje doświadczenia zdobyte we Francji. Nie znośił pisania, dokumentowania, cały jego plan i strategia były zawsze w głowie. Jest mistrzem improwizacji. Dużo mówił, ale potrafił też słuchać.



„Tłuste lata”
Andrzeja Kopyta

4. Marek Wiśniowski kojarzy Siwego jako trenera, który uczy grać, w przeciwieństwie do tych, którzy zabijają tę fantastyczną grę przerostem treningu siłowego nad zabawą z piłką. Czym byłoby polskie rugby bez Siwego? Pewnie musiałyby wykreować taką postać, gdyż inaczej byłoby słabsze, ale także... nudniejsze.
5. Oto wyznanie Piotra Mikuska (Miki): Byłbym jednak niesprawiedliwy, gdybym te wszystkie wartości, które zdobyłem grając z Andrzejem w drużynie AZS-u w rugby ograniczył tylko do lat aktywności sportowej. W moim przypadku ta podróż trwa dalej. Po zakończeniu przygody z rugby skończyłem studia na SGH w Warszawie. Otrzymałem pracę w banku, gdzie podobnie jak w klubie AZS-AWF szybko znalazłem się na krzywej wznoszącej, osiągając sukces zarówno w życiu zawodowym jak i osobistym.
6. Wojciech Szonecki, najstarszy dziś polski czynny rugbysta (w wieku 63 lat bronił barw akademickich), wspomina Andrzeja jako trenera, który miał swoje zasady. Kierował się intuicją, a zarazem niekiedy wyprzedzał epokę. Lubił gdy go tytułowano go „Siwy”, a nie panie trenerze. Stwarzał familijną atmosferę. Wtedy w ogóle środowisko sportowe było bardziej żyte. Sporo o sobie

wiedzieliśmy. Teraz każdy chodzi z nosem przyklejonym do telefonu.

7. Andrzej – jak sięgam pamięcią – zawsze był wyróżniającym się graczem. Postępy czynił błyskawiczne i niestanne. Typ lidera przed, w trakcie i po meczu. Nie zatrzymywał się i nie przypominam sobie, czy na placu cofnął się o krok. A wszystko to osiągnął facet, który nie miał nadzwyczajnych warunków fizycznych. Po prostu twardziel. (Krzysztof Roguski).
8. Zakończę tę biografię notatką skreśloną ręką Reginy Krajnow-Synoradzkiej, reprezentantki Polski na Olimpiadzie w Monachium w skokach do wody, która pracowała z Andrzejem na Politechnice Warszawskiej w Studium Wychowania Fizycznego. „Dużo dowiedziałam się o rugby od Andrzeja, nawet wiem na czym polega



młyn. Może będzie okazja na rewanż i nauczę go skakać z trampoliny”. Połączenie młyna z trampoliną sugestywnie działa na wyobraźnię poetycką.

Zakończenie

Dekalog rugbysty na podstawie *Siwy i nasze rugby*:

1. Rugbyści nie chwalą się przez grzeczność.
2. Prawdziwy rugbista jest gentlemanem.
3. Rugby to gra dla twardych mężczyzn z charakterem.
4. Wielki sport obejmuje też to, co dzieje się po końcowym gwizdku.
5. Wciąż bym się bił, gdyby nie rugby.
6. Między sportem i poezją jest wiele wspólnego, tu i tu liczy się serce do walki.
7. Twarda walka połączona z inteligencją.
8. Rugby to więcej niż gra, to styl życia.
9. Drużyna rugby to zespół na dobre i na złe.
10. Gra trwa 80 minut, ale do tego dochodzi jeszcze kultura „trzecia połowa” meczu.

Krzysztof Jan Zuchora

Glosa do książki *Siwy i nasze rugby*,
Warszawa, 28 czerwca 2023 r.

Odszedł prof. dr hab. Aleksander Ronikier

13.02.1942 - 04.10.2023

W październiku pożegnaliśmy bliskiego nam kolegę i przyjaciela, honorowego członka Stowarzyszenia Absolwentów AWF, do niedawna wiceprezesa Stowarzyszenia, prof. dra hab. Aleksandra Ronikiera. Trudno pogodzić się z tym, że tak szybko odszedł, zaledwie po kilku miesiącach walki z niespodziewaną, podstępą chorobą. Tym bardziej, że jeszcze kilka tygodni temu był aktywnym uczestnikiem spotkań koleżeńskich w naszym klubie, a wiosną tego roku twardo potykał się na korcie tenisowym... Wcześniej, wielokrotnie spędzaliśmy w gronie przyjaciół zimowy czas na stokach narciarskich; od zielenieckich, po Pireneje, Dolomity i Alpy.

Alek kochał sport. Przecież w młodości, będąc czołowym koszykarzem klubu AZS-AWF, słynnych przed laty *Czarodziejów z Bielan*, zdobywał tytuł mistrza Polski juniorów i seniorów. Był także reprezentantem Polski



Fot. Anna Wójnar

w koszykarskiej ekipie uniwersyteckiej. Z akademickim sportem związany był przez niemal całe swoje życie, jako zawodnik, później jako działacz. Ponad niemal dekadę prowadził Akademicki Związek Sportowy, pełniąc funkcję prezesa Zarządu Głównego (wcześniej będąc wiceprezesem). Wiele lat zasiadał w Komitecie Wykonawczym Międzynarodowej Federacji Sportu Akademickiego (FISU).

Był honorowym członkiem Akademickiego Związku Sportowego i pierwszym polskim honorowym członkiem FISU.

Wieloletnia aktywność społeczna Aleksandra Ronikiera w sporcie spowodowała, że stał się cenionym i znanym działaczem sportu polskiego i międzynarodowego. Wśród wielu funkcji, jakie sprawował, wymienimy te najważniejsze: wiceprezes Polskiego Komitetu Olimpijskiego, wiceprezes Polskiego Związku Koszykówki, członek Komitetu Wykonawczego Europejskiego Stowarzyszenia Pozarządowych Organizacji Sportowych

(ENGSO), członek Rady Międzynarodowej Federacji Koszykówki (FIBA) ds. koszykówki osób niepełnosprawnych. Funkcje te pełnił często przez okres kilku kadencji, uczestnicząc w realizacji wielu wydarzeń sportowych o zasięgu ponad krajowym.

Na gruncie zawodowym Aleksander Ronikier najtrwalej i najdłużej związany był oczywiście z naszą uczelnią, którą ukończył w 1963 roku, i w której pracował do ostatnich swoich dni. Tutaj, bezpośrednio po studiach, podjął pierwszą pracę w Katedrze Anatomii, by z czasem specjalizować się w zagadnieniach fizjologii wysiłku, a także problematyce rehabilitacji ruchowej. Po ukończeniu kolejnych studiów na Wydziale Biologii Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie, zajął się także biologicznymi uwarunkowaniami zdrowia człowieka. Z czasem uzyskał tytuł naukowy doktora habilitowanego i profesora (1992). Był jednym z prekursorów powołania w AWF Wydziału Rehabilitacji Ruchowej (1984), później także dziekanem wydziału i kierownikiem Katedry Biologicznych Podstaw Rehabilitacji. Jego ogromne doświadczenie (był nauczycielem akademickim Uniwersytetu Ahmadu Bello w Nigerii, odbył staż w USA, pracował w kilku polskich uczelniach akademickich) stało się powodem powołania Profesora na funkcję rektora Wyższej Szkoły Turystyki i Rekreacji im. Mieczysława Orłowicza, a po jej włączeniu do Grupy Szkół VISTULA – rektora Szkoły Głównej Turystyki i Hotelarstwa Vistula, którą to funkcję pełnił (z przerwami) do swej śmierci.

Bogatą biografią naukową Profesora Ronikiera i jego działalność organizacyjną w tym zakresie trudno opisać w krótkim wspomnieniu: wypełniała ją aktywność w wielu towarzystwach naukowych krajowych i zagranicznych, był współzałożycielem Polskiego Towarzystwa Rehabilitacji, członkiem jego zarządu, członkiem Komitetu Rehabilitacji, KF i Adaptacji Społecznej PAN, był współzałożycielem i naczelnym redaktorem pisma „Postępy Rehabilitacji”. Jest autorem wielu książek i prac z dziedziny fizjologii i rehabilitacji.

Niezwykle wszechstronną aktywność Profesora Aleksandra Ronikiera wieńczy wiele wyróżnień i odznaczeń, wśród nich Krzyż Oficerski OOP i prestiżowy medal Kalos Kagathos – „Dobra i Piękna”, antycznego symbolu wszechstronnego rozwoju ciała i ducha.

Ryszard Wysoczański

NOTKI

1977

50 lat temu wstępowaliśmy w progi Akademii Wychowania Fizycznego. W związku z tą okrągłą rocznicą i zgodnie z tradycją naszej Uczelni zostaliśmy zaproszeni przez JM Rektora Prof. dr hab. Bartosza Moli-ka do udziału w Inauguracji Roku Akademickiego 2023/2024. Ta wyjątkowa uroczystość zmobilizowała nasze Koleżanki i Kolegów (50 osób) do uczestnictwa w inauguracji oraz spotkaniu rocznikowym, które odbyło się w Klubie Relax Kultura. Tam też pozostawiliśmy otrzymaną z rąk JM Rektora Prof. Bartosza Moli-ka statuetkę. Będzie nam przypominała te miłe chwile przy każdym spotkaniu „rocznikowym”.

Alina Matuszkowiak

Spotkanie rocznika 1977



2006

Moja droga do spełnienia marzeń

Studia w AWF na kierunku wychowanie fizyczne rozpocząłem w 2000 r. Byliśmy silną grupą szermierzy, chyba ostatnią tak liczną na naszej Uczelni. Kariera zawodnicza pozostawiła mi jednak pewien niedosyt, co prawda zdobyłem medale Mistrzostw Polski Juniorów i Seniorów, reprezentowałem Polskę na Pucharach Świata Juniorów i Seniorów, ale wskoczyć do reprezentacji na ME lub MŚ już nie dałem rady.

Czas studiów wspominam jako najlepszy okres w życiu, pewnie jak wielu z nas. Pasję sportową, możliwość dalszej edukacji, nowe doświadczenia, koleżanki i kolegów na całe życie, przyjaciół, wybitnych sportowców, gwiazdy show businessu – i Karinę, przyszłą



żoną, absolwentkę wydziału rehabilitacji, z którą mam troje dzieci – to wszystko znalazłem na bielańskim kampusie. Tu działa się historie, na myśl o których do tej pory się uśmiecham.

Pracę magisterską obroniłem w 2006 roku. Krótko po tym wyjechałem do Szwecji, tam podjąłem pracę jako trener, rozpocząłem pracę w szkole, założyłem

prosperującą do dzisiaj firmę. W 2010 roku otworzyłem własny klub szermierczy. Rok później ruszyłem z programem szermierki w sportowym liceum. Uzupełniłem studia, zdobywając tytuł trenera przygotowania fizycznego. Zdobyłem kwalifikacje sędziego międzynarodowego we wszystkich broniach, a później dorzuciłem jeszcze licencję sędziego w szermierce na wózkach.

W latach 2016-2017 byłem trenerem kadry narodowej Szwecji we florecie. Moi zawodnicy zdobyli 220 medali, w tym 58 złotych w mistrzostwach Szwecji, w różnych kategoriach wiekowych.

Nadal marzę o udziale w Igrzyskach Olimpijskich. Nie udało się jako zawodnikowi, może uda się w roli sędziego.

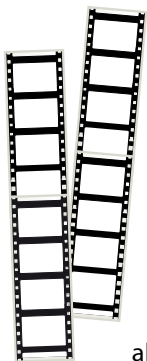
Tomasz Góral

Do Zjazdu Absolwentów we wrześniu 2025 zostały 22 miesiące.

W KLUBIE RELAX QULTURA

- Jesienny sezon zaczęliśmy od wystawy prac fotograficznych, nagrodzonych w konkursie Ośrodka Kultury Bułgarii. Ekspozycja, zatytułowana *Bulgaria w obiektywach polskich turystów*, na której znalazły się zdjęcia krajobrazów i niezwykłych artefaktów historycznych, trwała w naszym klubie okresie od 5 do 24 września.

- W tym również miesiącu (07.09) w klubie filmowym RQ obejrzelśmy obraz *Moje wspaniałe życie* Łukasza Grzegorzka, z rewelacyjną rolą Agaty Buzek i świetnymi kreacjami Jacka Braciaka i Adama Woronowicza. To historia kobiety, która, buntując się przeciwko przypisanym jej rolom rodzinnym i zawodowym, pragnąc w nim zmian, prowadzi podwójne życie: ukrywa swoje tajemnice, ryzykuje karierę i małżeństwo. Autorzy filmu stawiają tezę, że prawdziwe szczęście osiąga się realizując życie na własnych warunkach. Produkcja została nagrodzona wieloma nagrodami za reżyserię, najlepszą aktorkę i aktora. Zdobyła także Grand Prix w Konkursie Filmów Fabularnych, *Orły 2022*.



- Rozpoczęliśmy także nowy projekt pod nazwą *Quo Vadis Uczelnio*. Raz w miesiącu planujemy mini seminarium poświęcone wybranym tematom. Wrześniowe (18.09) dotyczyło dalszych zamierzeń uczelni w odniesieniu do memoratywnego Złotego Kręgu wybitnych polskich osobowości kultury i sportu. Ta szczytna idea w **sferze realizacyjnej** budzi w środowisku wątpliwości, nawet kontrowersje. W seminaryjnej dyskusji zarysowały się dwa stanowiska w sprawie kontynuacji owej symboliki. Rzecznicy dotychczasowej reguły, obejmującej honorowanie osób także nie związanych bezpośrednio z uczelnią (stosowano ją przez 12 edycji, wspólnie z Towarzystwem Olimpijczyków Polskich) argumentowali, że dzięki niej AWF symbolicznie otwiera się na sferę szerszą niż kultura fizyczna. Eksponując bowiem nie tylko wybitne postaci ze świata sportu, uczelnia pokazuje, że jest ważnym ogniwem szerszego środowiska kulturowego. Opcja ta jednak miała licznych przeciwników, dowodzących, że: po pierwsze – przekaz Kręgu w powszechnym odbiorze jest niejasny; po drugie – uczelnia ma wartościowy, autonomiczny potencjał, który wypadałoby na własnym terenie propagować. W konkluzji, większa część zebranych była zdecydowanie za honorowaniem wyłącznie osób bezpośrednio związanych ze środowiskiem uczelnianym, legi-

tymujących się wybitnymi osiągnięciami naukowymi, pedagogicznymi, trenerskimi i sportowymi. Wskazywano również na potrzebę przyjęcia jednoznacznych kryteriów nominowania kandydatów do tego rodzaju wyróżnienia. Natomiast w odniesieniu do obecnej, materialnej formy Złotego Kręgu uznano, że powinna ona zostać w tym roku zamknięta.

- 25 września, w wypełnionej do ostatniego miejsca sali klubu promowaliśmy książkę Jerzego Talagi, pt. *Rzeszów wspomnieniami malowany*. Wśród uczestników spotkania widzieliśmy – obok najbliższej rodziny Autora – wielu Jego uczniów, w tym trenerów reprezentacji i znanych zawodników piłki nożnej. Jerzy Talaga, znany nam dotąd jako wybitny dydaktyk i wychowawca pokoleń absolwentów AWF, wieloletni pracownik Katedry Zakładu Sportowych Gier Zespołowych i kierownik tej jednostki – objawił tym razem swój talent pisarski. Ba, także malarski, bowiem książka jest gęsto ilustrowana Jego udanymi dziełami. Stanowi ona nie tylko sentymentalny zapis minionych lat, ale jest barwną kroniką wielu zdarzeń i opisem miejsc dzieciństwa i młodości Autora. Talaga jest interesującym narratorem i erudytą, a to w połączeniu z żywą reakcją uczestników spotkania spowodowało, że było ono doprawdy ciekawym wydarzeniem.



- Do końca października zapraszamy natomiast na interesującą wystawę fotografii pt. *Z Czarnego Łądu*, Marii Teresy Wójcik (absolwentki z 1977 roku). Głównym akcentem ekspozycji, otwartej 24 września, są obok sugestywnych krajobrazów, piękne portrety afrykańskich kobiet.

