

---

# WPROWADZENIE

---

---

Popularność łyżwiarstwa w naszym kraju, mimo niezadawalającej infrastruktury sportowej, systematycznie wzrasta. Zjawisko to jest związane ze zmianą w podejściu do tej formy aktywności. łyżwiarstwo stało się dzisiaj bardzo atrakcyjną formą zimowej rekreacji, którą można kontynuować w formie wrotkarstwa również w lecie. Wiele szkół, szczególnie tych zamożniejszych, wybiera łyżwiarstwo jako środek do realizacji programu wychowania fizycznego. Często o atrakcyjności kształcenia w szkołach decyduje to, czy prowadzi ona zajęcia z zakresu: narciarstwa, snowboardu, tenisa czy łyżwiarstwa. Nie bez znaczenia jest również fakt, że zajęcia mogą się odbywać nawet na przyszkolnych lodowiskach, a cena niezbędnego sprzętu jest relatywnie niska. Coraz bardziej docenia się również zdrowotno-wychowawcze walory łyżwiarstwa, natomiast zmniejszyło się zainteresowanie łyżwiarstwem o charakterze sportowym.

Rozwój łyżwiarstwa masowego dla potrzeb rekreacji wymaga kształcenia studentów uczelni wychowania fizycznego, jak również dokształcenia nauczycieli wychowania fizycznego, prowadzących zajęcia w tym zakresie. Brak kadry instruktorskiej odczuwalny jest nie tylko w łyżwiarstwie masowym, ale również wyczynowym. Nakłada to na uczelnie wychowania fizycznego obowiązek prowadzenia zajęć z tego przedmiotu na wysokim poziomie i w jak najlepszych warunkach, tj. na sztucznych lodowiskach.

Przygotowanie studentów do nauczania łyżwiarstwa było i jest utrudnione z powodu braku opracowań wielu zagadnień tej dyscypliny. Na temat łyżwiarstwa napisano bardzo mało. W większości opracowań szczegółowo opisano technikę łyżwiarstwa sportowego, głównie figurowego i szybkiego. W wąskim zakresie ujęto nauczanie **łyżwiarstwa podstawowego** (Starosta 1977). Dotyczy to techniki poszczególnych elementów, metodyki ich nauczania, organizacji zajęć, przyborów pomocniczych itp.

W niniejszym opracowaniu autorzy starali się przedstawić swoje wieloletnie doświadczenie, zdobyte dzięki kształceniu młodzieży w różnym wieku, w zakre-

sie łyżwiarstwa podstawowego. Ich zamiarem było ujęcie możliwie wszystkich zagadnień, z którymi może się zetknąć nauczyciel tego przedmiotu. Na początku zawarto ogólne wiadomości z zakresu organizacji zajęć, ich bezpieczeństwa i pierwszej pomocy. Szczególną uwagę poświęcono opisom elementów techniki i metodyce nauczania łyżwiarstwa podstawowego, starając się przedstawić różne metody pracy, najczęściej występujące trudności oraz sposoby radzenia sobie z nimi. W osobnym rozdziale zebrano gry i zabawy na lodzie pod kątem wykorzystania ich do nauki i doskonalenia wybranych ewolucji. Ze względu na głębokie przekonanie o konieczności posiadania przez absolwenta uczelni wychowania fizycznego podstawowych wiadomości z zakresu dyscyplin łyżwiarskich, jak też możliwości uatrakcyjnienia zajęć wprowadzaniem ich elementów, w końcowej części publikacji przedstawiono: rozwój, wybrane przepisy, technikę i taktykę dyscyplin olimpijskich. Zamieszczono charakterystyki: łyżwiarstwa figurowego, szybkiego, hokeja na lodzie i short-tracku.

Niniejsze opracowanie przeznaczone jest dla studentów uczelni wychowania fizycznego, jak również dla nauczycieli wychowania fizycznego, prowadzących zajęcia z łyżwiarstwa.

Mam nadzieję, że pozwoli ono lepiej przygotować się studentom do prowadzenia zajęć z łyżwiarstwa i stanie się pożądanym podręcznikiem w prywatnej bibliotece nauczyciela wychowania fizycznego.

***Dariusz Tchórzewski***