



Ryszard Winiarski, profesor Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie, dziekan Wydziału Turystyki i Rekreacji i były prorektor tej uczelni. Jest członkiem Kolegium Redakcyjnego czasopisma „Folia Turistica”, autorem oraz redaktorem naukowym wielu książek i artykułów z zakresu teoretycznych podstaw turystyki i rekreacji. Był wielokrotnie wyróżniany i nagradzany za działalność naukową, dydaktyczną i organizacyjną. Jego zainteresowania pozazawodowe to podróże, sporty przestrzeni i fotografia turystyczna.

*ryszard.winiarski@awf.krakow.pl*

**Podręcznik akademicki** prezentujący w zwięzłej formie aktualne problemy i dorobek badawczy nauk humanistycznych zajmujących się rekreacją i czasem wolnym.

Książka przedstawia rekreację jako zjawisko dotyczące bezpośrednio człowieka, jego aktywności, postaw i systemu wartości, dylematów i wyborów związanych ze sposobem spędzania wolnego czasu.

**Podręcznik szczegółowo i wyczerpująco** omawia zagadnienia związane z rekreacją:

- filozofię rekreacji,
- historię rekreacji,
- antropologię rekreacji,
- psychologię rekreacji,
- teologię rekreacji,
- socjologię czasu wolnego,
- ekonomię czasu wolnego,
- pedagogikę czasu wolnego.

**Zespół autorski** tworzą wybitni specjaliści, profesorowie i wykładowcy Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu i Krakowie, Uniwersytetu Adama Mickiewicza w Poznaniu, Uniwersytetu Jagiellońskiego i Szczecińskiego, Uniwersytetu Jana Pawła II w Krakowie oraz Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie.

**Podręcznik akademicki** adresowany do studentów, doktorantów i wykładowców kierunku **turystyka i rekreacja**.

*[...] praca jest niewątpliwie dziełem nowatorskim, oryginalnym i bogatym treściowo. Tytułowa problematyka – czasu wolnego i rekreacji – naświetlona została ze spójną wszechstronnością, z wykorzystaniem dorobku naukowego głównych dyscyplin humanistycznych: historii, filozofii, socjologii, psychologii, antropologii, pedagogiki, ekonomii [...]. Zaletą całego zbioru jest [...] podjęcie godna rzetelności, ogromna erudycja oraz umiejętność prowadzenia gruntownie pogłębionej refleksji.*

Z recenzji prof. dr. hab. Józefa Lipca  
Uniwersytet Jagielloński

## Przedmowa 11

*Ryszard Winiarski*

### **Wprowadzenie do zagadnień rekreacji i czasu wolnego 13**

Terminologia, definicje, klasyfikacje 13

Zarys teorii rekreacji, zabawy i czasu wolnego 17

Rekreacja we współczesnym świecie 20

Perspektywy rozwoju rekreacji w społeczeństwie  
ponowoczesnym 25

*Bogdan J. Kunicki*

### **ROZDZIAŁ 1. Historia rekreacji 29**

1.1. Kontrowersje wokół pojęcia 29

1.2. Stan źródeł historycznych 30

1.3. Dzieje rekreacji 35

1.3.1. Świat prehistoryczny 35

1.3.2. Antyk grecki 37

1.3.3. Cywilizacja rzymska 42

1.3.4. Świat średniowieczny 45

1.3.5. Czasy nowożytne 50

1.4. Polskie dziedzictwo 57

*Maria Zowisto*

### **ROZDZIAŁ 2. Filozofia rekreacji 64**

2.1. Rekreacja w ogólnej perspektywie filozoficznej 64

2.1.1. Czas 66

- 2.1.2. Wypoczynek i rozrywka 70
- 2.1.3. Wolność 72
- 2.1.4. Autentyzm 76
- 2.1.5. Szczęście 80
- 2.1.6. Kondycja człowieka 85
- 2.2. Filozofia rekreacji i czasu wolnego
  - elementy doksografii 90
  - 2.2.1. W stronę greckich archetypów 91
  - 2.2.2. Ewolucja idei scholę w tradycyjnych systemach filozoficznych 98
  - 2.2.3. Kierunki we współczesnej filozofii rekreacji 104

*Jan Grad*

- ROZDZIAŁ 3. Antropologia rekreacji 111**
- 3.1. Rozrywka jako przedmiot badań antropologii 111
- 3.2. Czas wolny jako kulturowy stan rzeczy 113
- 3.3. Zabawa i rozrywka – kulturowe cechy konstytutywne 118
- 3.4. Pierwotne rytuały świąteczne jako kulturowe źródło nowożytnych zabaw 125
- 3.5. Rozrywka i rekreacja 127

*Katarzyna Myśliwska*

- ROZDZIAŁ 4. Socjologia czasu wolnego 134**
- 4.1. Definiowanie czasu wolnego w socjologii 135
- 4.2. Czas wolny a rekreacja 137
- 4.3. Przyjemność, dobrowolność, bezinteresowność 139
- 4.4. Czas wolny jako kategoria społecznie i kulturowo zmienna 141
- 4.5. Ilość czasu wolnego 143
- 4.6. Odczuwanie deficytu czasu 144
- 4.7. Nierówna dystrybucja czasu wolnego 145
- 4.8. Teoretyczne ujęcia czasu wolnego 146
  - 4.8.1. Funkcjonalizm 146
  - 4.8.2. Teorie konfliktu 148

- 4.8.3. Podejście marksistowskie i neomarksistowskie 149
- 4.8.4. Podejście feministyczne 150
- 4.8.5. Symboliczny interakcjonizm 152
- 4.8.6. Postmodernizm 155
- 4.9. Formy spędzania wolnego czasu 157

*Bohdan Jung*

**ROZDZIAŁ 5. W kierunku nowej ekonomii  
czasu wolnego? 160**

- 5.1. Wybory czas – dochód 160
- 5.2. Ekonomia ery braku wolnego czasu, stresu  
i pośpiechu 162
- 5.3. Czas i rytm pracy pokolenia X 163
- 5.4. Dostosowanie do nowej czasowej struktury popytu 165
- 5.5. Kompresja czasu a fragmentacja czasu wolnego 167
- 5.6. Gospodarowanie czasem w skali cyklu życia 170
- 5.7. Uelastycznienie gospodarowania czasem konsumenta 171

*Jacek Gracz*

**ROZDZIAŁ 6. Psychologia rekreacji 175**

- 6.1. Psychospołeczne aspekty aktywności rekreacyjnej 175
  - 6.1.1. Czas wolny i aktywność rekreacyjna  
w psychologicznej perspektywie 176
  - 6.1.2. Przedmiot oraz cele i zadania psychologii  
w aktywności rekreacyjnej 179
  - 6.1.3. Psychologiczne koncepcje działania a aktywność  
rekreacyjna 181
- 6.2. Psychologiczny model rekreacji w ujęciu teorii czynności  
– sytuacji 185
- 6.3. Psychospołeczne wymiary rekreacji – teoria i badania 189
- 6.4. Wzrost poczucia jakości życia jako efekt rekreacyjny 193
  - 6.4.1. Możliwość pomiaru poczucia jakości życia 196
- 6.5. Podsumowanie 197

*Maria Czerepaniak-Walczak*

**ROZDZIAŁ 7. Pedagogika czasu wolnego: schole  
w szkole i poza szkołą 200**

- 7.1. Wprowadzenie 200
- 7.2. Pojmowanie czasu wolnego w naukach  
o wychowaniu 203
- 7.3. Pedagogika czasu wolnego w systemie nauk  
o wychowaniu 212
- 7.4. Prawo do czasu wolnego – perspektywa  
pedagogiczna 218
- 7.5. Funkcje czasu wolnego; ich potencjał  
wychowawczy 221
- 7.6. Wychow(yw)anie do czasu wolnego 228

*Ks. Maciej Ostrowski*

**ROZDZIAŁ 8. Teologia rekreacji 236**

- 8.1. Stworzenie, grzech, nowe stworzenie 237
- 8.2. Rekreacja a wolny czas 240
- 8.3. Odpoczynek 241
- 8.4. Rekreacja i radość 242
- 8.5. Rekreacja a ludzkie życie i zdrowie 243
- 8.6. Kilka palących praktycznych problemów 244
  - 8.6.1. Kreacja duchowych sił 244
  - 8.6.2. Kreacja i rekreacja międzyludzkich odniesień 245
  - 8.6.3. Zdrowie społeczeństwa 246
  - 8.6.4. Szacunek dla sakralnego wymiaru dnia  
świętecznego 247
  - 8.6.5. Umiejętność rekreacji 248

*Sabina Owsianowska*

**ROZDZIAŁ 9. Czas wolny i rekreacja a płęć kulturowa 251**

- 9.1. Wprowadzenie 251
- 9.2. U źródeł refleksji nad płcią kulturową – myśl feministyczna  
i jej ewolucja 253

|                                                                                         |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 9.2.1. Początki ruchu kobiecego                                                         | 255 |
| 9.2.2. Druga fala feminizmu                                                             | 257 |
| 9.2.3. Ponowoczesność i zmiana paradygmatu w badaniach nad płcią                        | 260 |
| 9.2.4. Płeć w perspektywie <i>gender studies</i>                                        | 263 |
| 9.3. Czas wolny, rekreacja i turystyka a problematyka płci kulturowej                   | 267 |
| 9.3.1. Problemy epistemologiczne studiów nad płcią kulturową, czasem wolnym i rekreacją | 269 |
| 9.3.2. Androcentryzm klasycznych teorii czasu wolnego i rekreacji                       | 271 |
| 9.3.3. Znaczenie czasu wolnego i rekreacji w życiu kobiet – szanse i ograniczenia       | 272 |
| 9.3.4. Mężczyźni i (re)konstrukcje męskości w czasie wolnym i rekreacji                 | 275 |
| 9.3.5. Perspektywy dalszych badań nad płcią kulturową, czasem wolnym i rekreacją        | 278 |
| 9.4. Podsumowanie                                                                       | 280 |

|              |     |
|--------------|-----|
| Bibliografia | 283 |
|--------------|-----|

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| Informacje o Autorach | 306 |
|-----------------------|-----|