

# AKTYWNOŚĆ RUCHOWA LUDZI W RÓŻNYM WIEKU

NR (33) 1/2017





Partnerem publikacji jest IASK



Publikację wspiera  
Zakład Ubezpieczeń Społecznych

**Nr (33) 1/2017**

**ISSN 2299-744X**

**ISBN 978-83-64559-09-9**

**[arlrw.usz.edu.pl](http://arlrw.usz.edu.pl)**

**ADRES REDAKCJI:**

Al. Piastów 40b

71-065 Szczecin

**Zespół redakcyjny:**

**Redaktor naczelna i redakcja naukowa:** dr hab. Danuta Umiastowska, prof. US

[danuta\\_umiastowska@usz.edu.pl](mailto:danuta_umiastowska@usz.edu.pl)

tel. (91) 444 27 60

**Sekretarz Redakcji:** Milena Schefs

[aktywnosc.sekretariat@gmail.com](mailto:aktywnosc.sekretariat@gmail.com)

**Współpraca - recenzenci:**

prof. dr hab. Leonard Nowak; dr hab. Ryszard Asienkiewicz prof. UZ; dr hab. Małgorzata Bronikowska prof. AWF; dr hab. Krystyna Górniak prof. AWF; dr hab. Jan Konarski prof. AWF; dr hab. Mariusz Lipowski prof. AWFIS; dr hab. Tomasz Lisicki prof. UZ; dr hab. Maria Nowak; dr hab. Tadeusz Rynkiewicz prof. UW-M; dr hab. Marek Sawczuk prof. US; dr hab. Wojciech Wiesner prof. AWF; dr hab. Anna Zwierzchowska prof. AWF; dr Robert Nowak; dr Piotr Zarzycki

**Korekta:** Danuta Sepuco

**Redakcja techniczna:** Natalia Mirowska

**Opracowanie graficzne, DTP:** Maciej Umiastowski

**Wydawca:** Agencja Wydawnicza koncertowo.pl Mieczysław Podsiadło  
[albatros91@wp.pl](mailto:albatros91@wp.pl)



Uniwersytet Szczeciński

# SPIS TREŚCI

## TEORETYCZNE ASPEKTY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

<i>Krystyna Górna-Łukasik, Monika Marszałek, Krzysztof Skalik</i> Baza sportowa a wychowanie fizyczne w szkole średniej.....	5
<i>Anna Makarczuk, Robert Głuchowski</i> Rodzice wobec problemu aktywności ruchowej i korekcji postawy ciała dzieci w wieku wczesnoszkolnym.....	19
<i>Ewa Malchrowicz-Moško, Joanna Poczta</i> Turystyka sportowa na obszarach leśnych w Polsce – szanse i zagrożenia .....	29

## FIZJOLOGICZNO-ZDROWOTNE PODSTAWY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

<i>Włodzimierz Starosta, Iwona Dębczyńska-Wróbel</i> Uwarunkowania dominującego kierunku obrotów w ćwiczeniach zawodników 23 dyscyplin sportu i osób nieuprawiających sportu .....	41
--	----

## AKTYWNOŚĆ RUCHOWA LUDZI DOROSŁYCH

<i>Małgorzata Fortuna, Antonina Kaczorowska, Jacek Szczurowski, Iwona Demczyszak, Aleksandra Katan, Krzysztof Wawrzyn</i> Sprawność fizyczna a wydolność aerobowa pensjonariuszy domu opieki społecznej .....	55
<i>Magdalena Muszyńska, Ewa Przysiężna, Lilianna Jaworska-Burzyńska, Joanna Szczepańska-Gieracha</i> Samopoczucie i nastrój u kobiet po 60 roku życia podejmujących regularną aktywność fizyczną i działania prozdrowotne .....	65

## AKTYWNOŚĆ RUCHOWA DZIECI I MŁODZIEŻY

<i>Jerzy Saczuk, Agnieszka Wasiluk, Adam Wilczewski</i> Zmiany w sprawności fizycznej dziewcząt w latach 2006–2016 z uwzględnieniem niedoboru i nadmiaru masy ciała .....	79
<i>Agnieszka Wasiluk, Jerzy Saczuk, Adam Wilczewski</i> Trzydziestoletnie zmiany w sprawności fizycznej dziewcząt w wieku 10–12 lat ze środowiska miejskiego i wiejskiego .....	91





*Krystyna Górna-Łukasik, Monika Marszołek, Krzysztof Skalik*

*Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach*

## **Baza sportowa a wychowanie fizyczne w szkole średniej**

**Słowa kluczowe:** *wychowanie fizyczne,  
szkoła średnia, baza sportowa*

### **Wstęp**

Znaczenie stylu życia dla zdrowia człowieka jest faktem niepodważalnym potwierdzanym wielokrotnie wynikami badań naukowych. Aktywność fizyczna i odżywianie, jako główne elementy zdrowego stylu wciąż są przedmiotem badań naukowych i znajdują bardzo liczną reprezentację wśród polskich i światowych publikacji naukowych. Dotychczasowe badania naukowe skupiają się wokół wielu problemów. Obejmują one diagnozę zachowań prozdrowotnych w stylu życia, jak również ich różnorodne uwarunkowania u osób w różnych grupach wiekowych [1, 2, 3]. Szczególne znaczenie dla popularyzacji zdrowego stylu życia powinno mieć wychowanie fizyczne w zintegrowanym systemie edukacji prozdrowotnej w szkole. Taka intencja wyrażona była niemal pół wieku temu w sformułowanych przez M. Demela [4] kryteriach nowoczesności wychowania fizycznego i od lat jest popularyzowana przez wybitnych polskich teoretyków wychowania fizycznego. Wymiar praktyczny postulowanych intencji edukacyjnych mają wytyczne dla nauczycieli określone w podstawie programowej kształcenia ogólnego [5]. Pomimo że organizacyjno-prawne regulacje dotyczące szkolnego wychowania fizycznego prezentują się korzystnie na tle innych krajów [6] dotychczasowe efekty edukacyjne nie są zadowalające, poddawane są krytyce. Od wielu lat niepokojącym zjawiskiem jest nie tylko podejmowanie aktywności fizycznej w czasie wolnym przez niewielki procent młodzieży, ale także unikanie ćwiczeń na lekcji wychowania fizycznego przez dzieci i młodzież. Im wyższy etap edukacji, tym więcej osób niećwiczących, zwłaszcza dziewcząt. Szczególnie niepokojące jest unikanie lekcji przez młodzież ze szkół ponadgimnazjalnych [7, 8, 9].

Wskazywana wielokrotnie potrzeba poszerzenia oferty zajęć ruchowych w procesie wychowania fizycznego usankcjonowana została prawnie. Podstawy programowe mają charakter otwarty, pozostawiają nauczycielowi dużą swobodę w sposobie realizacji jej wytycznych, w tym wykorzystywanych dyscyplin sportowo-rekreacyjnych. Dodatkowo możliwość organizowania dwóch godzin poza systemem klasowo-lekcyjnym [10] stwarza szansę na popularyzację aktywności fizycznej poprzez prowadzenie zajęć zgodnych z wyborem ucznia. Ma to szczególne znaczenie w ostatnim etapie edukacji szkolnej z uwagi na duże zróżnicowanie celów podejmowanej aktywności fizycznej i zainteresowań młodzieży. W świetle dotychczasowych badań szkoły średnie w niewielkim procencie stosują to rozwiązanie [8], a oferta dyscyplin w większości szkół nie zmienia się od lat [11].

Cele i zakładane efekty edukacyjne osiągnąć są w procesie wychowania fizycznego w szkołach o zróżnicowanych warunkach [8, 11]. Zgodnie z wykładnią prawodawcy „konkretne rozwiązania w różnych szkołach mogą przybrać odmienną postać, w zależności od dotychczasowych doświadczeń szkół i nauczycieli w tym zakresie oraz w zależności od lokalnych warunków kształcenia” [12]. Warunki kształcenia to między innymi baza sportowo-rekreacyjna. Nawet bez badań naukowych można stwierdzić, że jest niezbędna do prowadzenia zajęć ruchowych. W świetle danych [8] sytuacja w tym zakresie w Polsce nie jest korzystna.

### ***Cel badań***

Celem prezentowanych badań była ocena warunków realizacji wychowania fizycznego oraz ich związku z realizowanym procesem wychowania fizycznego w szkołach średnich województwa śląskiego: 1) diagnoza stosowanych form zajęć wychowania fizycznego z młodzieżą; 2) diagnoza bazy materialnej wykorzystywanej do wychowania fizycznego w szkołach średnich; 3) ocena związku między bazą materialną wykorzystywaną do zajęć a jakością wybranych aspektów zajęć lekcyjnych i pozalekcyjnych.

### ***Materiał i metoda***

Badania przeprowadzono w maju 2016 r. w Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach w losowo dobranych grupach studentów kierunku wychowania fizycznego oraz kierunku aktywności fizycznej i żywienia w zdrowiu publicznym. Udział w badaniach był dobrowolny. Łącznie przebadano 72 kobiety i 84 mężczyzn. Badania przeprowadzono w sposób audytoryjny w czasie zajęć dydaktycznych w salach wykładowych. Poprzedzone były przekazaniem informacji o celu badań, przewidywanym sposobie wykorzystania wyników, a także o zapewnieniu pełnej anonimowości wypowiedzi.

Badania miały charakter retrospektywny. Studenci wypowiedali się o bazie materialnej oraz różnych aspektach wychowania fizycznego, w tym o lekcjach wychowania fizycznego, w których uczestniczyli jako uczniowie szkoły średniej. Wypełniali zweryfikowany pod względem trafności i rzetelności „Kwestionariusz do oceny realizacji wychowania fizycznego w szkole średniej”. Warunki realizacji wychowania fizycznego oceniali uwzględniając: bazę szkoły *wykorzystywaną* do zajęć wychowania fizycznego (pytanie wielokrotnego wyboru z możliwością uzupełnienia), *wykorzystywane* obiekty poza szkołą (pytanie otwarte) oraz formy realizacji obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego (pytanie zamknięte jednokrotnego wyboru).

Dla oceny jakości wychowania fizycznego wykorzystano 13 spośród 36 twierdzeń zawartych w „Kwestionariuszu”. Każde twierdzenie oceniane było przez studentów w skali 5-cio punktowej, gdzie 1 pkt. to ocena najniższa, 5 pkt. ocena najwyższa. Ogólnym wskaźnikiem jakości wychowania fizycznego w danej szkole była łączna suma przyznanych punktów. Dla ocenianej grupy twierdzeń współczynnik rzetelności Alfa-Cronbacha wynosi: dla dziewcząt 0,93, dla chłopców 0,91, dla ogółu 0,92.

Materiał badawczy opracowano, stosując metody opisu statystycznego, nieparametryczny test Spearmana oraz test  $\chi^2$ , z wykorzystaniem programu MS SPSS Statistics 23.0.

## Wyniki

W liceach ogólnokształcących i technikach w województwie śląskim dominującą formą wychowania fizycznego badanych studentów były lekcje (tab. 1.). Stanowiły one około 75% godzin przeznaczonych na wychowanie fizyczne. Wśród form zajęć fakultatywnych (ok. 25%) najczęściej oferowany był wybór treści lekcji przez uczniów, następnie wyjazdy turystyczne lub sportowe, a w najmniejszym procencie zajęcia (lekcje) fakultatywne w wymiarze jednej lub dwóch godzin tygodniowo. 6,5% badanych wskazało dwa rodzaje zajęć fakultatywnych, w tym wyjazdy rekreacyjne lub turystyczne.

Tabela 1.

Formy zajęć wychowania fizycznego

forma zajęć	studentki (n = 72)		studenci (n = 84)		razem (n = 156)	
	n	%	n	%	n	%
tylko lekcja	59	81,9	57	67,9	116	74,4
lekcje o treściach według wyboru uczniów	8	11,1	13	15,5	21	13,5
fakultet 1 lub 2 godziny	3	4,2	6	7,1	9	5,8
wyjazdy	4	5,6	11	13,1	15	9,6

Źródło: badania własne

Najczęściej wykorzystywanym miejscem zajęć wychowania fizycznego (tab. 2.) była sala gimnastyczna, a następnie boisko sportowe i siłownia szkolna. Ponad 1/3 badanych ćwiczyła w salce do tenisa oraz salce treningowej. Następny pod względem liczby wskazań był park lub las (28,8%) oraz basen (23,5%). Niewielki procent ankietowanych wymieniał inne miejsca. Należały do nich stadion lekkoatletyczny, orlik, lodowisko oraz jednostkowo wymieniane: bieżnia, skocznia, korty tenisowe, siłownia na dworze, balon do piłki plażowej, sala fitness, mini lasek, sala do sportów walki, sala taneczna, hol urządzony, korytarz, hala sportowa, boisko do piłki plażowej, strzelnica, ścieżki rowerowe, narciarskie trasy biegowe.

Liczba wymienianych przez ankietowanych miejsc, w których odbywało się ich wychowanie fizyczne w okresie nauki mieściła się w przedziale od jednego do dziewięciu (ryc. 1.). Ponad 1/3 szkół wykorzystywała w tym celu obiekty poza szkołą. Dominowały zajęcia prowadzone w 3–4 miejscach (ryc. 1.). Różnica między dziewczętami a chłopcami pod względem liczby miejsc ćwiczeń nie była statystycznie istotna ( $\chi^2 = 4,719$ ;  $df = 2$ ;  $p > 0,05$ ).

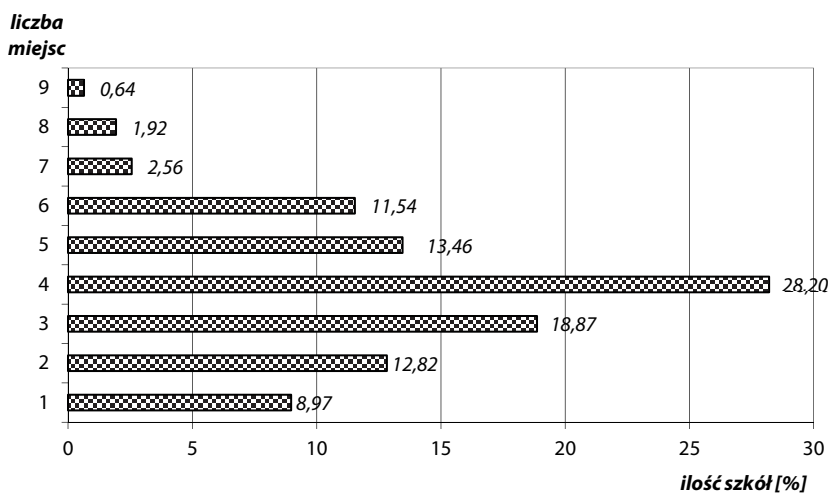
Tabela 2.

Miejsce zajęć wychowania fizycznego

w szkole			poza szkołą		
miejsce zajęć	liczba wskazań		miejsce zajęć	liczba wskazań	
	n	%		n	%
sala gimnastyczna	150	96,1	park/las	45	28,8
boiska/boisko	102	65,4	stadion la	12	7,7
siłownia	88	56,4	orlik	10	6,4
salka do tenisa	56	35,9	boisko innej szkoły	9	5,8
salka z rowerkami treningowymi	56	35,9	basen kryty	9	5,8
basen	26	16,7	lodowisko	8	5,1
mini lasek, bieżnia	3	1,8	hala sportowa	3	1,8
balon do piłki plażowej	2	1,2	siłownia na dworze	3	1,8
sala fitness	1	0,6	strzelnica	3	1,8
korty tenisowe	1	0,6	korty tenisowe	2	1,2
sala do sportów walki	1	0,6	ścieżki rowerowe	2	1,2
sala taneczna	1	0,6	trasy biegowe narciarskie	1	0,6
hol urządzony	1	0,6	boisko do piłki plażowej	1	0,6
korytarz	1	0,6			

Źródło: badania własne





**Rycina. 1.** Liczba miejsc ćwiczeń na zajęciach wychowania fizycznego

Źródło: badania własne.

Różnych aspektów wychowania fizycznego dotyczyło 13 twierdzeń o maksymalnej możliwej liczbie 75 punktów (tab. 4.). Niezależnie od płci ankietowanych, średnia arytmetyczna sumy punktów wynosi nieco powyżej 40 pkt., ale w przypadku żadnej szkoły nie osiąga maksymalnej wartości. Między ogólną oceną punktową a liczbą wykorzystywanych miejsc do ćwiczeń występuje statystycznie istotny związek zarówno w grupie studentów, studentek, jak i ogółem. Z prawdopodobieństwem  $p < 0,01$  większej liczbie miejsc zajęć częściej odpowiada wyższa ocena punktowa.

Tabela 3.

Ocena zajęć lekcyjnych i pozalekcyjnych a liczba wykorzystywanych miejsc do ćwiczeń według sumy punktów

płeć	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>Sd</i>	<i>SM</i>	<i>Min/Max</i>	<i>rho Spearmana</i>
studentki	72	40,44	13,11	1,54	16/61	0,313**
studenci	84	41,58	11,66	1,27	15/64	0,310**
ogół badanych	156	41,06	12,32	1,33	15/64	0,345**

\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

Źródło: badania własne.

Do oceny związku między bazą materialną a oceną punktową wybranych aspektów procesu wychowania fizycznego zastosowano współczynnik korelacji.

Uzyskana wartość wskaźnika informuje zatem o statystycznym prawdopodobieństwie związku między badanymi zmiennymi, a nie o zależnościach przyczynowo-skutkowych (tab. 4., tab. 5.).

We wszystkich przypadkach, w których ujawniony został związek statystycznie istotny większej liczbie miejsc odbywania zajęć odpowiadają wyższe oceny przyznane przez studentów, z określonym prawdopodobieństwem błędu.

Zarówno w grupie studentek, studentów jak i łącznie dla ogółu badanych wystąpił statystycznie istotny związek między bazą wykorzystywaną do ćwiczeń a wyrażoną w punktach oceną możliwości doskonalenia się w różnych dyscyplinach sportu, wyników międzyszkolnego współzawodnictwa sportowego oraz działalności organizacyjnej uczniów (tab. 4.). Dla ogółu badanych i dla studentów na poziomie istotności statystycznej  $p < 0,01$ , a dla studentek  $p < 0,05$ .

Tabela 4.

Wybrane aspekty aktywności fizycznej uczniów w szkole a liczba wykorzystywanych miejsc do ćwiczeń

L.p.	Twierdzenie	rho Spearmana		
		studentki (n = 72)	studenci (n = 84)	ogół badanych (n = 156)
1	Na lekcjach wychowania fizycznego można było doskonalić się w wielu różnych dyscyplinach sportu	0,276*	0,327**	0,304**
2	Szkoła osiągała bardzo dobre wyniki we współzawodnictwie sportowym	0,259*	0,302**	0,277**
3	Uczniowie czynnie uczestniczyli w organizacji pozalekcyjnych zajęć ruchowych	0,301*	0,258*	0,249**
4	W lekcji wychowania fizycznego często było coś nowego, interesującego	0,197	0,343**	0,290**
5	Uczeń przeciętny i mało sprawny ruchowo miał często możliwość pozalekcyjnej aktywności fizycznej (rajdy, zajęcia, obozy rekreacyjno-sportowe i in.)	0,189	0,293**	0,261**
6	Uczeń bardzo sprawny miał często możliwość pozalekcyjnej aktywności fizycznej (zajęcia rekreacyjne, zawody wewnątrzszkolne, obozy, rajdy)	0,220	0,332**	0,261**
7	Na lekcji wychowania fizycznego zawsze ćwiczyli wszyscy uczniowie	0,172	0,163	0,187*

\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

Źródło: badania własne.

Związek atrakcyjności lekcji oraz możliwości pozalekcyjnej aktywności fizycznej uczniów mało sprawnych i bardzo sprawnych z bazą do ćwiczeń nie wystąpił w grupie studentek ( $p > 0,05$ ). Współczynnik korelacji osiągnął wymagany poziom

istotności statystycznej u studentów ( $p < 0,01$ ) oraz dla ogółu badanych ( $p < 0,01$ ). (tab. 4.). Uczestnictwo w lekcji wychowania fizycznego było znacząco statystycznie skorelowane z bazą wykorzystywaną do zajęć tylko przy uwzględnieniu ocen dokonanych przez wszystkich badanych ( $p < 0,05$ ).

Tabela 5.

Aspekty poznawcze i emocjonalne lekcji wychowania fizycznego  
a liczba wykorzystywanych miejsc do ćwiczeń

L.p.	Twierdzenie	rho Spearmana		
		studentki (n = 72)	studenci (n = 84)	ogół badanych (n = 156)
1	Nauczyciel wychowania fizycznego zwracał mi uwagę na moją postawę ciała	0,197	0,212	0,206
2	Nauczyciel wychowania fizycznego uczył mnie, jak powinien być zorganizowany dzień z uwzględnieniem pracy (nauki) i wypoczynku	0,144	0,111	0,132
3	Uczniowie na lekcji wychowania fizycznego samodzielnie dozowali sobie wysiłek (ćwiczenia), żeby poprawić stan sprawności fizycznej (kondycji)	0,166	0,079	0,140
4	Nauczyciel wychowania fizycznego starał się mnie przekonać o konieczności zdrowego odżywiania się	0,280*	0,155	0,225**
5	Lekcje wychowania fizycznego prowadzone były w przyjemnej atmosferze	0,332**	0,205	0,272**
6	Nauczyciel wychowania fizycznego starał się mnie przekonać o konieczności aktywności fizycznej	0,280*	0,244*	0,261**

\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

Źródło: badania własne.

Zgodnie z przewidywaniem nie stwierdzono występowania związków statystycznie istotnych w odniesieniu do wdrażania uczniów do pracy samodzielnej na lekcji, przekazywania wiedzy dotyczącej higieny pracy i wypoczynku oraz korygowania postawy ciała ( $p > 0,05$ ) (tab. 5.). W przypadku pozostałych ocenianych przez studentów aspektów lekcji ujawniły się korelacje statystycznie istotne. Dla ogółu badanych oraz studentek dotyczyły atmosfery zajęć (odpowiednio  $p < 0,01$ ,  $p < 0,01$ ) oraz przekazywania wiedzy o odżywianiu (odpowiednio  $p < 0,01$ ,  $p < 0,05$ ). Ponadto wystąpił związek korelacyjny między bazą materialną a przekazywaniem uczniom wiedzy o konieczności podejmowania aktywności fizycznej – w grupie studentek  $p < 0,05$ , studentów  $p < 0,05$  oraz dla ogółu badanych  $p < 0,01$ .

## **Podsumowanie**

Celem prezentowanych badań była diagnoza bazy materialnej oraz form realizacji wychowania fizycznego w szkołach średnich województwa śląskiego, a także ocena związku między bazą materialną wykorzystywaną do zajęć, a wybranymi aspektami procesu wychowania fizycznego.

Postulowane ukierunkowanie zajęć ruchowych z młodzieżą na zaspokajanie ich zainteresowań i potrzeb nie jest w pełni wykonalne w systemie klasowo-lekcyjnym. Niestety w świetle badań własnych, w dominującej części szkół średnich (75%) wychowanie fizyczne odbywało się w systemie klasowo-lekcyjnym. Potwierdziły się zatem wyniki wcześniejszych badań [8, 13] ukazujące niewykorzystywanie przez dominującą większość nauczycieli możliwości prawnych umożliwiających prowadzenie dwóch godzin zajęć wychowania fizycznego zgodnie z wyborem uczniów. Zaledwie sześć procent badanych studentów miało możliwość uczestniczenia w takich zajęciach w okresie nauki szkolnej. W świetle regulacji prawnych organizowanie dwóch godzin wychowania fizycznego, jako zajęć fakultatywnych dla ucznia nie jest obowiązkiem nauczyciela, lecz jego wyborem. Faktem jest jednak, że decyzji o organizacji godzin fakultatywnych nie podejmuje sam nauczyciel. W procesie decyzyjnym uczestniczy dyrektor szkoły, grono pedagogiczne, rada rodziców oraz organ prowadzący. Ponieważ od lat niekorzystna sytuacja w tym względzie nie ulega poprawie celowe jest podejmowanie badań nad szeroko rozumianymi uwarunkowaniami organizacji godzin fakultatywnych w szkole, zwłaszcza w szkole średniej.

Wypowiedzi studentów ujawniły również, że tylko w trzynastu na sto szkół nauczyciele pozostawiali uczniom możliwość wyboru formy aktywności fizycznej w ramach niektórych lekcji. Jest to niepokojące, zwłaszcza, że dotyczy pracy z młodzieżą szkół średnich. W świetle uzyskanych wyników badań konieczne wydaje się popularyzowanie tej formy realizacji zajęć wychowania fizycznego wśród nauczycieli szkół średnich. Zakres przedstawionych wyników badań nie upoważnia do analizy przyczyn tej sytuacji. Faktem jest jednak, że takie, popularyzowane przez metodyków rozwiązanie nie wymaga specjalnych zabiegów organizacyjnych, jak w przypadku zajęć fakultatywnych. Wymaga jednak od nauczycieli przekonania o konieczności zaspokajania potrzeb subiektywnych uczniów w procesie wychowania fizycznego, zwłaszcza w okresie dorastania i młodzieńczym. Uzasadniona jest zatem refleksja, czy w procesie kształcenia nauczycieli wystarczająco eksponowane jest znaczenie intencji wychowawczych wychowania fizycznego.

W prezentowanych badaniach nie oceniano stanu bazy materialnej posiadanej przez szkołę, ale bazę materialną wykorzystywaną do zajęć wychowania fizycznego w szkołach, w których uczyli się badani studenci. Interesowało nas przede wszystkim to, w jakich warunkach bazowych odbywały się lekcje niezależnie od tego, czy były w posiadaniu szkoły. W szkołach średnich województwa śląskiego

baza materialna wykorzystywana do zajęć wychowania fizycznego jest bardzo zróżnicowana. Obok szkół wykorzystujących dziewięć różnych miejsc zajęć zdarzają się szkoły (ponad 20%), w których przez trzy lata nauki miejscem zajęć ankietowanych była tylko sala gimnastyczna i ewentualnie dodatkowo boisko szkolne. Uzyskane wyniki badań zmuszają do refleksji, zwłaszcza w kontekście możliwości organizowania zajęć do wyboru przez uczniów. W innych badaniach szkół ponadgimnazjalnych województwa śląskiego wykazano [11], że ponad 30% szkół prowadzi lekcje w trudnych warunkach. Uzyskane wyniki badań własnych nie dają podstaw do takiej oceny, ponieważ nie diagnozowano liczby uczniów w szkołach ani częstotliwości odbywania zajęć w wymienianych obiektach. Pozytywnym faktem wynikającym z naszych badań jest to, że znaczna liczba miejsc, w których ankietowani odbywali zajęcia wychowania fizycznego jest przede wszystkim przejawem aktywności nauczycieli. Występujące w szkołach, oprócz sali gimnastycznej – siłownia, salka do tenisa, salka taneczna i inne – są niewątpliwie efektem zabiegów nauczycieli i dyrekcji o poprawę warunków do zajęć. Prawdopodobnie także z ich inicjatywy lekcje wychowania fizycznego odbywały się w różnych miejscach poza szkołą. Aktualnie istnieją programy rządowe poprawy warunków bazowych szkół do zajęć rekreacyjno-sportowych i tworzenia bazy sportowej w środowisku lokalnym, także do wykorzystania przez szkoły. Według raportu NIK [8] nie są one jednak wystarczające. Poprawa warunków do zajęć wychowania fizycznego zależy zatem w dużej mierze od działań podejmowanych w szkołach. W świetle przedstawionych wyników badań jest to możliwe, a w wielu szkołach konieczne.

Czy różnorodność miejsc zajęć może mieć znaczenie dla jakości procesu wychowania fizycznego? Wyniki badań własnych wykazały statystycznie istotny związek między wskazywaną przez studentów liczbą miejsc, w których było realizowane wychowanie fizyczne a możliwością doskonalenia się w różnych dyscyplinach sportowo-rekreacyjnych. Biorąc pod uwagę stwierdzoną w niniejszych badaniach różnorodność miejsc odbywania zajęć wychowania fizycznego przez ankietowanych wynik ten wydaje się uzasadniony. Konsekwencją powyższego może być także ujawniony związek wykorzystywanej bazy materialnej z wynikami sportowej rywalizacji międzyszkolnej zarówno według oceny studentów jak i studentek.

W szkołach o korzystniejszych warunkach bazowych częściej organizowane były zajęcia pozalekcyjne dla chłopców niezależnie od ich sprawności fizycznej. Niewątpliwie łatwiej jest organizować zajęcia pozalekcyjne dla uczniów zgodnie z ich potrzebami i zainteresowaniami w sytuacji dostępu do zróżnicowanej bazy materialnej, stąd prawdopodobnie stwierdzony związek. Fakt ten nie znalazł jednak potwierdzenia w wypowiedziach studentek. Nie stwierdzono istotnego związku bazy materialnej z organizowaniem zajęć pozalekcyjnych dla dziewcząt. Udział w zajęciach pozalekcyjnych, czyli podejmowanie aktywności fizycznej przez młodzież poza obowiązkowymi lekcjami wychowania fizycznej jest zawsze kwestią

decyzji ucznia. Wielokrotnie w badaniach naukowych zostało potwierdzone, że chłopcy chętniej podejmują aktywność fizyczną w czasie wolnym niż dziewczęta, które także w większym procencie unikają lekcji wychowania fizycznego. Brak potwierdzenia związku bazy materialnej z organizacją zajęć pozalekcyjnych dla dziewcząt może wynikać z ich stosunku do aktywności fizycznej; być może małej liczby chętnych do dodatkowej, nie obowiązkowej aktywności fizycznej.

Skuteczne wychowanie fizyczne powinno być powiązane z lubianą przez uczniów formą aktywności, a lekcje prowadzone w sposób odpowiadający uczniom [14]. Należało, zatem, oczekiwać, że bardziej urozmaicona baza materialna wykorzystywana do zajęć, stwarza korzystniejsze warunki do zwiększenia atrakcyjności lekcji z uwagi na szansę urozmaicenia oferty form aktywności sportowo-rekreacyjnych. Stwierdzony w badaniach własnych związek nie jest jednoznaczny. Potwierdził się dla ogółu 156 badanych oraz dla studentów. Nie potwierdził się u badanych studentek. Można przypuszczać, że uzyskany wynik po raz kolejny potwierdza specyfikę oczekiwań uczniów względem lekcji wychowania fizycznego w zależności od płci. W świetle dotychczasowych badań wśród ulubionych dyscyplin sportowych chłopców dominują gry sportowe i pływanie [3, 15]. Ważniejsza zatem dla chłopców jest prawdopodobnie baza materialna stwarzająca możliwość uprawiania różnych sportów, przyczyniając się do większej atrakcyjności lekcji. Wśród dziewcząt obok siatkówki najbardziej lubiane są wszelkiego rodzaju formy taneczne [3, 15]. Do realizacji lekcji ukierunkowanych na takie cele nie jest niezbędna typowo sportowa baza materialna. Stąd prawdopodobnie brak związku oceny atrakcyjności lekcji z warunkami ich realizacji u dziewcząt. Poza tym, dobrze udokumentowane w literaturze naukowej są specyficzne oczekiwania dziewcząt odnośnie do zajęć wychowania fizycznego, wykraczające poza ofertę form aktywności fizycznej.

Badania własne wykazały również związek między liczbą wykorzystywanych miejsc zajęć wychowania fizycznego a studencką oceną realizacji celów lekcji nie związanych bezpośrednio z aktywnością fizyczną uczniów. Oczywiście nie wolno wysuwać wniosku o związku bezpośrednim. Można jednak na tej podstawie domniemywać o jakości pracy nauczycieli, o ich postawie wobec wykonywanego zawodu. Można przypuszczać, że znaczny procent nauczycieli, poza dążeniem do poprawy warunków swojej pracy rozumie współczesne cele wychowania fizycznego i stara się je osiągać w pracy z uczniem. Stąd być może stwierdzony w badaniach pośredni związek realizacji celów w zakresie przekazywania wiadomości z bazą wykorzystywaną do ćwiczeń.

Jedno z twierdzeń kwestionariusza dotyczyło frekwencji uczniów na lekcjach wychowania fizycznego. Ujawnił się statystycznie istotny związek z warunkami do zajęć według danych dotyczących ogółu badanych, natomiast nieistotny w grupach według płci. W świetle uzyskanych badań można zatem wnioskować o występowaniu tendencji do lepszej frekwencji uczniów w szkołach o korzystniejszych

warunkach. Oczywiście jest, że aktywny udział uczniów w lekcji wychowania fizycznego uzależniony jest od wielu czynników. Liczne teorie z obszaru nauk społecznych, a także wyniki badań odnoszące się do diagnozy i uwarunkowań uczestnictwa w lekcjach wychowania fizycznego oraz podejmowania aktywności fizycznej przez młodzież ukazują, jak skomplikowane są mechanizmy warunkujące zachowanie człowieka. Baza materialna zawsze tworzy jedynie warunki, w których odbywają się zajęcia ruchowe. O tym, jak przebiega proces edukacyjny, jakie cele i w jaki sposób są realizowane decyduje w ostateczności nauczyciel. Można dysponować urozmaiconą bazą materialną do ćwiczeń, a prowadzić lekcje schematyczne, nieskuteczne, w sposób zniechęcający uczniów do aktywności fizycznej. Ale można prowadzić atrakcyjne, urozmaicone, satysfakcjonujące uczniów lekcje, mając do dyspozycji tylko salę gimnastyczną. W świetle uzyskanych wyników badań warunki, w jakich odbywa się proces wychowania fizycznego nie są jednak bez znaczenia.

## **Wnioski**

1. W województwie śląskim około 75 procent szkół nie wykorzystuje regulacji prawnych umożliwiających organizowanie dwóch godzin wychowania fizycznego w formie zajęć fakultatywnych ani nie stwarza możliwości wyboru formy aktywności fizycznej w czasie lekcji wychowania fizycznego.
2. Baza sportowa wykorzystywana do zajęć wychowania fizycznego w szkołach jest bardzo zróżnicowana. W większości szkół podejmowane są działania zmierzające do poprawy warunków do zajęć poprzez tworzenie dodatkowych sal ćwiczeń oraz korzystanie z obiektów pozaszkolnych.
3. Baza materialna może być czynnikiem sprzyjającym poznawaniu przez uczniów różnych dyscyplin sportowo-rekreacyjnych i włączaniu się uczniów do działań organizacyjnych. Związek organizowania zajęć pozalekcyjnych oraz atrakcyjności zajęć ruchowych z bazą materialną dotyczy chłopców, natomiast nie potwierdza się u dziewcząt.

## **Piśmiennictwo**

1. Bauman, A. E., Reis, R. S., Sallis J. F., Wells, J. C., Loose R. J, Martin, B. W., *Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not?*, „Lancet”. 2012, nr 380, s. 258-271. DOI: 10.1016/S0140-6736(12)60735-1 (dostęp: 12. 07. 2012).
2. Groffik, D., *Struktura aktywności fizycznej młodzieży 15-17 letniej Górnego Śląska*. Katowice. Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki, 2015.
3. Nałęcz, H., Dzielska, A., *Motywy podejmowania aktywności fizycznej przez młodzież*. [W:] Aktywność fizyczna młodzieży szkolnej w wieku 9–17 lat. Aktualne wskaźniki, tendencje ich zmian oraz wybrane zewnętrzne uwarunkowania. Raport końcowy cz. Badań ilościowe. Warszawa, Instytut Matki i Dziecka, s. 69–77. s3-eu-west-1.amazonaws.



com/fs.siteor.com/msport/files/badania\_i\_analazy/dzieci/aktywnosc\_9-17\_ilosciowy.pdf?1438846009 (dostęp: 13.08.2015).

4. Demel, M., *Szkice krytyczne o kulturze fizycznej*. Warszawa. Sport i Turystyka, 1973.
5. *Rozporządzenie MEN z dnia 27 sierpnia 2012 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego i kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół*. (Dz.U. z 2012, poz. 977, z późn. zm.).
6. Komisja Europejska/EACEA/Erudice, *Physical Education and Sport at School in Europe (Wychowanie fizyczne i sport w szkołach w Europie)*. Luksemburg. Urząd Publikacji Unii Europejskiej, 2013. DOI: 10.2797/1900.
7. Bergier, B., Flisiak, A., Flisiak, M., *Nauczyciele wychowania fizycznego o edukacji fizycznej dziewcząt. Physical education teachers about physical education of female pupils*. „Rozprawy Społeczne”. 2015, nr 1 (IX), 50–56.
8. Najwyższa Izba Kontroli, *Informacja o wynikach kontroli “Wychowanie fizyczne i sport w szkołach publicznych i niepublicznych”*. Warszawa. Najwyższa Izba Kontroli, 2013. [www.nik.gov.pl/kontrole/wyniki-kontroli-nik/kontrola,12071.html](http://www.nik.gov.pl/kontrole/wyniki-kontroli-nik/kontrola,12071.html) (dostęp: 28.11.2013).
9. Woynarowska, B., Mazur, J., Oblacińska, A., *Uczestnictwo uczniów w lekcjach wychowania fizycznego w szkołach w Polsce. Participation of students in physical education lessons in schools in Poland*. „Hygea Public Health”. 2015, nr (50) 1, 183–190.
10. *Rozporządzenie MEN z dnia 9 sierpnia 2011 w sprawie dopuszczalnych form realizacji dwóch godzin wychowania fizycznego* (Dz.U. z 2011, nr 175, poz. 1042).
11. Tomik, R., Mikołowicz, D., Bursy, B., *Program i warunki realizacji wychowania fizycznego w szkołach województwa śląskiego*. [W:] J. Polechoński, K. Skalik (red.) *Współczesne problemy wychowania fizycznego*, red., cz. 2. Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach, Katowice, s. 113-126.
12. *ABC wychowania fizycznego. Ministerstwo Edukacji Narodowej*. [men.gov.pl/zycie-szkoly/abc-wychowania-fizycznego/2-co-ma-byc-w-programie-podstawa-programowa-wf.html](http://men.gov.pl/zycie-szkoly/abc-wychowania-fizycznego/2-co-ma-byc-w-programie-podstawa-programowa-wf.html) (dostęp: 23.06.2014).
13. Wróblewski P., *Realizacja podstawy programowej z wychowania fizycznego*. Warszawa . Ośrodek Rozwoju Edukacji, 2011. [www.bc.ore.edu.pl](http://www.bc.ore.edu.pl) (dostęp: 23.10.2014).
14. Bronikowski M., *Nowoczesne myślenie o wychowaniu fizycznym – szanse na sukces*. „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne”. 2008, nr 4, 42–47.
15. Ściślak M., Rokita A., Popowczak M., *Secondary school students’ interest in various forms of physical activity*. „Human Movement”. 2013, nr 14, 11–19.



## **PHYSICAL EDUCATION IN SECONDARY SCHOOL AND THE SCHOOL SPORT BASE**

### ***Summary***

**Keywords:** *physical education, high school, sport facilities*

The aim of the research was diagnosis of the sport facilities for physical education, the forms of realization of physical education and the relationship the quality of physical education with sport facilities in secondary schools. The data relate to 108 schools in the province of Silesia. The study was conducted in randomly selected groups of students. Methodologically verified "Questionnaire was applied. In high schools are 1 - 7 of sport facilities to conduct physical education lessons. Additionally over 1/3 of the schools uses of sports facilities (1-3), which not belong to school. A few statistically significant relationships were found.

*Translated by Krystyna Górna*