



wychowania fizycznego powinien w każdym kraju gwarantować wysoki stan aktywności ruchowej uczniów oraz ich pełną świadomość jej zdrowotnych motywów.

Celem niniejszego opracowania jest określenie stanu aktywności ruchowej młodzieży gimnazjalnej w wybranych krajach europejskich oraz wykazanie występowania jej prozdrowotnego podłoża. Postawiono następujące pytania badawcze:

- ⇒ Jaki odsetek badanej młodzieży podejmuje aktywność ruchową w czasie wolnym?
- ⇒ Ile godzin badana młodzież poświęca tygodniowo na podejmowanie aktywności ruchowej w czasie wolnym?
- ⇒ Jakie są główne motywy podejmowania przez badaną młodzież aktywności ruchowej w czasie wolnym?
- ⇒ Czy i jakie różnice w uzyskanych wynikach wystąpiły między badanymi dziewczętami i chłopcami?
- ⇒ Czy i jakie różnice wystąpiły w wynikach uzyskanych w poszczególnych krajach?

### MATERIAŁ BADAWCZY

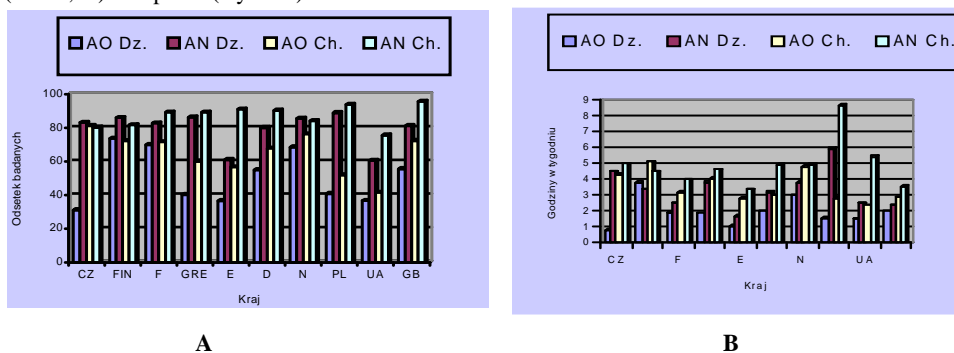
Ogółem badaniami objęto 2275 dziewcząt oraz 2229 chłopców w wieku 12 – 15 lat z dziesięciu krajów Europy – Czech (CZ), Finlandii (FIN), Francji (F), Grecji (GRE), Hiszpanii (E), Niemiec (D), Norwegii (N), Polski (PL), Ukrainy (UA) i Wielkiej Brytanii (GB). Badani pochodzili ze środowisk wielkomiejskich i uczęszczali do szkół posiadających standardową bazę do realizacji procesu wychowania fizycznego.

### METODA

Podstawową metodą badawczą był sondaż diagnostyczny z zastosowaniem techniki ankietowej i standaryzowanego kwestionariusza pt. „Zainteresowania w obszarze aktywności ruchowej”. Zastosowane narzędzie opracowano w ramach realizacji projektu badawczego nr RS95R5002, „Struktura sportownich zajęć a pohybových aktivit mládeže”, finansowanego grantem ministerialnym Republiki Czeskiej. Wyniki sondażu opracowano za pomocą specjalnie skonstruowanego oprogramowania komputerowego (Frömel i wsp. 1998). Badania przeprowadzono w latach 2003-2004.

### WYNIKI

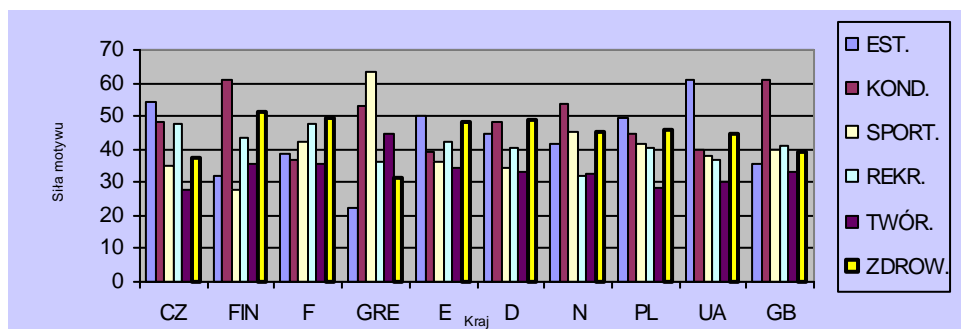
Dokonując analizy aktywności ruchowej młodzieży należy przyjąć, że jej stan może być wynikiem skuteczności organizacyjnej lub pedagogicznej systemu edukacyjnego. W związku z tym, należy niezależnie od siebie uwzględniać stan aktywności podejmowanej w organizowanych formach (AO) – proponowanych młodzieży przez system oraz aktywności niezorganizowanej (AN) - podejmowanej przez młodzież zupełnie samodzielnie. W badanych krajach, przeciętnie 50,79% (SD=15,8) dziewcząt i 65,19% (SD=12,31) chłopców objętych sondażem podejmuje zorganizowaną aktywność. Aktywność samodzielną podejmowana jest odpowiednio przez 79,56% (SD=10,23) dziewcząt i 87,12% (SD=6,44) chłopców (wyk.1A)



Wyk. 1. Odsetek badanych podejmujących aktywność ruchową oraz jej tygodniowy czas

Na wykresie 1B przedstawiona została struktura czasowa aktywności ruchowej badanych. Podane czasy zostały uśrednione dla całych badanych populacji krajowych. Przeciętny tygodniowy czas aktywności zorganizowanej wynosi 1,96 godziny (SD=0,88) u dziewcząt i 3,54 godziny (SD=0,95) u chłopców. W odniesieniu do aktywności niezorganizowanej jest wyraźnie wyższy i wynosi odpowiednio 3,37 (SD=1,21) i 4,9 (1,47) godziny.

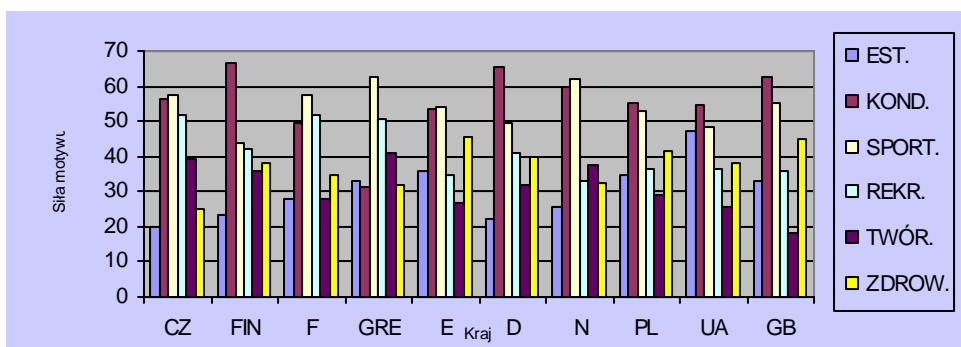
Struktura motywów podejmowania aktywności ruchowej przedstawiona na wykresach 2 i 3 jest związana z konstrukcją narzędzia badawczego, będącą wynikiem badań pilotażowych. Zawiera ona 6 głównych motywów: estetyczny, kondycyjny, sportowy, rekreacyjny twórczy oraz zdrowotny. Poza nimi, nieliczni respondenci podawali dodatkowe motywy, najczęściej towarzyskie. Wartości siły motywu określone są w skali rosnącej od 0 do 100. Dla dziewcząt siła motywów zdrowotnych wynosi przeciętnie 44,10 (SD=6,28) i zajmuje drugie miejsce po motywach kondycyjnych 48,6 (SD=8,57) i przed motywami estetycznymi 43,09 (SD=11,39).



Wyk. 2. Rozkład sił motywów podejmowania aktywności ruchowej przez badane dziewczęta

U chłopców siła motywów zdrowotnych jest wyraźnie niższa 37,2 (SD=6,37). Zdecydowanie silniejsze są motywy kondycyjne 55,57 (SD=10,06), sportowe 54,37 (SD=5,88), a także rekreacyjne 41,40 (SD=7,55). Motywy zdrowotne jako najsilniejsze występują jedynie u dziewcząt francuskich i niemieckich. Dla chłopców w żadnym z krajów nie są najważniejsze.

Interesującym zjawiskiem jest podobieństwo struktur motywacyjnych występujące między poszczególnymi krajami. Na podstawie analizy skupień metodą Warda – tabele 1 i 2, określić można grupy państw, w których struktura motywacji jest statystycznie podobna.



Wyk. 3. Procentowy rozkład motywów podejmowania aktywności ruchowej przez badanych chłopców

W populacji badanych dziewcząt, po przyjęciu progu odległości skupień na poziomie 30 jednostek euklidesowych, zarysowują się wyraźnie dwie grupy. Do pierwszej należą dziewczęta z Finlandii, Norwegii i Wielkiej Brytanii. W drugiej znajdują się dziewczęta z Czech, Ukrainy, Francji, Hiszpanii, Polski i Niemiec. Przy czym odległości skupień między tymi grupami wynoszące 40 jednostek euklidesowych, wskazują na istotne różnicowanie wewnętrzne struktur motywacyjnych w nich

występujących. Struktura motywacji dziewcząt greckich jest wyraźnie swoista i nie mieszczą się one w żadnej z wyodrębnionych grup.

**Tab. 1. Charakterystyka skupień struktur motywacyjnych dziewcząt – metoda Warda**

Odległość euklidesowa	Obiekt 1	Obiekt 2	Obiekt 3	Obiekt 4	Obiekt 5	Obiekt 6	Obiekt 7	Obiekt 8	Obiekt 9	Obiekt 10
10,00000	E	PL								
11,24220	E	PL	D							
15,24891	N	GB								
17,17600	CZ	UA								
18,78250	F	E	PL	D						
23,51587	FIN	N	GB							
23,99372	CZ	UA	F	E	PL	D				
44,45333	FIN	N	GB	GRE						
63,59661	CZ	UA	F	E	PL	D	FIN	N	GB	GRE

W przypadku chłopców objętych badaniami rozkład skupień wskazuje na występowanie trzech podobnych grup. Odległości euklidesowe wskazują na bardzo silne zróżnicowanie między grupą chłopców z Czech, Francji i Grecji a grupami chłopców z Finlandii, Niemiec i Norwegii oraz Hiszpanii, Polski, Wielkiej Brytanii i Ukrainy. Zróżnicowanie między tymi ostatnimi grupami jest mniejsze, lecz istotne statystycznie.

**Tab. 2. Charakterystyka skupień struktur motywacyjnych chłopców – metoda Warda**

Odległość euklidesowa	Obiekt 1	Obiekt 2	Obiekt 3	Obiekt 4	Obiekt 5	Obiekt 6	Obiekt 7	Obiekt 8	Obiekt 9	Obiekt 10
5,414456	E	PL								
7,563383	FIN	D								
16,02300	E	PL	GB							
17,86271	CZ	F								
19,03229	E	PL	GB	UA						
24,73906	FIN	D	N							
29,43976	CZ	F	GRE							
44,92546	FIN	D	N	E	PL	GB	UA			
59,94283	CZ	F	GRE	FIN	D	N	E	PL	GB	UA

## PODSUMOWANIE I WNIOSKI

W kontekście zebranych wyników należy dość sceptycznie ocenić stan aktywności badanej młodzieży. Jedyne połowa dziewcząt i nieco więcej chłopców objęta jest systematyczną i zorganizowaną aktywnością ruchową. Zdecydowanie więcej młodzieży podejmuje aktywność samodzielną. Jednak w każdym kraju występuje znaczny odsetek dziewcząt nie podejmujących żadnej systematycznej aktywności, a w Hiszpanii (33%) czy na Ukrainie (28%) można mówić o wyraźnym kryzysie w tym zakresie. U chłopców, poza Ukrainą (18%), problem ten nie jest tak drastyczny, choć jedynie w Wielkiej Brytanii wszyscy badani podejmowali systematyczną aktywność ruchową. Również pod względem zaangażowania czasowego stan aktywności młodzieży we wszystkich krajach nie jest zadawalający. Może to z pewnością mieć negatywne znaczenie dla obrazu zdrowia badanych.

Zdrowie nie jest też dla młodzieży motywem przewodnim w podejmowaniu aktywności.

Sytuacja w Polsce na tle innych krajów nie jest zła. Stosunkowo wysoki poziom samodzielnej aktywności świadczy o dobrych efektach działalności pedagogicznej naszego systemu edukacyjnego. Z kolei gorsze wyniki w zakresie aktywności zorganizowanej wskazują na jego słabość organizacyjną i bazowo-materialną. Motywy zdrowotne aktywności ruchowej są znaczące dla naszej młodzieży.

Na podstawie zebranego materiału sformułowano następujące wnioski:

Przeciętnie około połowa badanych dziewcząt i nieco ponad połowa chłopców podejmuje systematyczną zorganizowaną aktywność ruchową. Samodzielną aktywność podejmuje około 80 procent młodzieży. Występuje też, zbyt wysoki odsetek dziewcząt (14%) i chłopców (6,5%) nie podejmujących żadnej aktywności ruchowej.

Przeciętny tygodniowy czas aktywności ruchowej badanych należy uznać za niewystarczający z fizjologiczno-zdrowotnego punktu widzenia. Więcej czasu badani poświęcają na aktywność samodzielną niż na zorganizowaną (o około 34%), a jej czas jest wyraźnie wyższy (o około 38%) u chłopców.

Motywy zdrowotne w podejmowaniu aktywności nie są dla badanych najważniejsze. Dziewczeta zdecydowanie silniej kierują się nimi niż chłopcy. Zarówno dla dziewcząt i chłopców najistotniejsze są motywy kondycyjne.

Stan aktywności badanych w poszczególnych krajach jest zbliżony. Jedynie w Ukrainie, Hiszpanii i Czechach wystąpiły istotne statystycznie negatywne różnice w stosunku do pozostałych krajów. Bardzo istotne zróżnicowanie struktury motywów podejmowania aktywności ruchowej wystąpiło jedynie u dziewcząt w Grecji.

#### PIŚMIENNICTWO

1. Downie R. i wsp. Health Promotion, Models and Values. Oxford University Press, Oxford, 1996.
2. Frömela K. i wsp. Pohybová aktivita a sportovní zájmy mládeže. UP, Olomouc, 1999.
3. Hardman K. World-wide survey on the state and status of PE in schools. World Summit on PE, Berlin 3-5 XI 1999, Berlin, 1999.
4. King A.C. Community intervention for promotion of physical activity and fitness. Exercise and Sport Sciences Reviews, nr 19, 1991, ss. 211-259.
5. Narodowy Program Zdrowia 1996-2005, Lider, nr 1, 1997.
6. WHO (World Health Organization) Constitution. WHO, New York, 1948.
7. Włodarczyk C. Polityka zdrowotna w społeczeństwie demokratycznym. Uniwersyteckie Wydawnictwo Medyczne Vesalius, Kraków, 1996.

#### STRESZCZENIE

Celem niniejszego opracowania jest określenie stanu aktywności ruchowej młodzieży gimnazjalnej w wybranych krajach europejskich oraz wykazanie występowania jej prozdrowotnego podłoża. Badaniami przeprowadzonymi w latach 2003 – 2004, objęto 2275 dziewcząt oraz 2229 chłopców w wieku 12 – 15 lat z dziesięciu krajów Europy. Podstawową metodą badawczą był sondaż diagnostyczny z zastosowaniem techniki ankietowej i standaryzowanego kwestionariusza. Na podstawie zebranego materiału sformułowano następujące wnioski:

Przeciętnie około połowa badanych dziewcząt i nieco ponad połowa chłopców podejmuje systematyczną zorganizowaną aktywność ruchową. Samodzielną aktywność podejmuje około 80 procent młodzieży. Występuje też, zbyt wysoki odsetek dziewcząt (14%) i chłopców (6,5%) nie podejmujących żadnej aktywności ruchowej.

Przeciętny tygodniowy czas aktywności ruchowej badanych należy uznać za niewystarczający z fizjologiczno-zdrowotnego punktu widzenia. Więcej czasu badani poświęcają na aktywność samodzielną niż na zorganizowaną (o około 34%), a jej czas jest wyraźnie wyższy (o około 38%) u chłopców.

Motywy zdrowotne w podejmowaniu aktywności nie są dla badanych najważniejsze. Dziewczeta zdecydowanie silniej kierują się nimi niż chłopcy. Zarówno dla dziewcząt i chłopców najistotniejsze są motywy kondycyjne.

#### SUMMARY

The aim of the present work is to estimate the state of the grammar-school youth physical activity in selected countries of Europe, and also to prove its pro-salubrious basis. The research conducted in 2003-2004 embodied 2275 girls and 2229 boys at the age of 12-15 years, coming from ten European countries. The basic method of the research was a diagnostic survey together with the application of the inquiry technique and a standardized questionnaire. On the ground of the gathered data, the following conclusions have been formulated:

On average, about a half of the girls and a little more than a half of the boys being examined, undertake systematic organized physical activity. Individual forms of the activity are carried out by about 80% of the youth. What is also to be observed is the occurrence of too high percentage of girls (14%) and boys (6.5%) undertaking no forms of physical activity at all.

As far as physiological-salubrious aspects are concerned, the average weekly period of time of physical activity of the examined, can be recognized as insufficient. In comparison to organized forms, more time is being spent on the independent activity (by about 34%), and its period is markedly longer (by about 38%) in boys.

When undertaking the physical activity, the motives of health are not perceived by the examined as the crucial ones. The girls are decidedly more influenced by them than the boys. Both for girls and boys, training motives are the most important.