

Wydział Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii Politechniki Opolskiej  
Faculty of Physical Education and Physiotherapy at Technical University of Opole

ZBIGNIEW BORYSIUK

***Theoretical and Intellectual Factors Versus the Level  
of Physical Fitness of Chosen Secondary School Teenagers in Opole***

---

**Czynniki intelektualno-teoretyczne a poziom sprawności fizycznej  
młodzieży w wybranych gimnazjach Opola**

Rozważania na temat wychowania fizycznego dzieci i młodzieży w wieku szkolnym od lat stanowią dziedzinę wielokierunkowych eksperymentów i badań. Za jedno z podstawowych zadań wychowania fizycznego uważa się kształtowanie, rozwijanie i podnoszenie sprawności fizycznej, czyli wszechstronne usprawnianie fizyczne dzieci i młodzieży, tak aby utrzymać tę sprawność w wieku dorosłym. Jednak, aby odpowiednio troszczyć się o swoją sprawność fizyczną trzeba posiadać także określony zasób informacji na temat samousprawniania oraz należy wiedzieć jak sterować własnym rozwojem psychomotorycznym. Zdaniem autorytetów Demel, Skład (1986) i Czabańskiego (2000), sprawność fizyczna wiąże się ze stanem całego organizmu człowieka, a nie tylko z jego aparatem ruchu. Ogólnym celem wychowania fizycznego jest więc kształtowanie u ucznia postawy, trwałych przekonań o kulturze fizycznej jako istotnej części ogólnej kultury człowieka. Postawy takie wyrażają się w myśleniu i wypowiedziach ucznia, emocjonalnym nastawieniu i przeżywaniu oraz praktycznych, psychomotorycznych zachowaniach.

Sankowski (2001) uważa, że umiejętne pokierowanie procesem aktywności sportowej dzieci i młodzieży w fazie rozwoju można uznać za zadanie podstawowe, a jednocześnie złożone i bardzo trudne w realizacji. Formowanie jakichkolwiek postaw wynika nie tylko z konieczności nauczania poprawnych nawyków i umiejętności, czy możliwie dynamicznego, wszechstronnego rozwijania sprawności fizycznej oraz wydolności, ale także wychowania, czyli ukształtowania u podopiecznego motywacji do aktywności ruchowej. Wymaga to od nauczyciela-trenera zastosowania adekwatnych metod, środków dydaktycznych.

Grabowski (1997) i Strzyżewski (1986) potwierdzają, że opanowywanie umiejętności ruchowych powinno odbywać się w sposób świadomy. W skład wiedzy o kulturze fizycznej, którą młodzież powinna w szkole opanować, wchodzi dwa podstawowe komponenty: wiedza praktyczna, którą uczniowie winni nabywać w procesie praktycznego uczestniczenia w różnych kierowanych formach działalności ruchowej oraz wiedza teoretyczna na temat mechanizmów wpływu ruchu na organizm. Rolą wychowawcy jest

więc kształtowanie postaw prosomatycznych. Skuteczność tego procesu zależy od sprawnej komunikacji dydaktycznej pomiędzy nauczycielem a wychowankami.

W niniejszej pracy przyjęto następujące pytania badawcze:

1. Jaki jest rzeczywisty poziom sprawności fizycznej i zasób wiedzy na temat wychowania fizycznego i sportu badanych uczniów?
2. Czy można stwierdzić istotne zależności pomiędzy wiedzą o kulturze fizycznej a poziomem parametrów motorycznych?

Założono ogólną hipotezę o wpływie czynników pozasportowych (wiadomości na temat samousprawniania) na poziom sprawności fizycznej badanych dziewcząt i chłopców.

Realizując założenia badawcze zastosowano znany test cech motorycznych Denisiuka (1969). Uznano, iż najlepszym narzędziem sprawdzenia stopnia opanowania wiedzy ogólnej z kultury fizycznej i sportu będzie pisemny test wiadomości wg koncepcji Bergiera (1998)

## MATERIAŁ I METODY BADAWCZE

W badaniach wzięło udział 21 uczniów i 24 uczennice trzeciej klasy z dwóch losowo wybranych gimnazjów z Opola. Badani odpowiadali na pytania zawarte w teście wiadomości z zakresu kultury fizycznej, a następnie przystąpili do testu sprawności fizycznej. Całość procedury badawczej przeprowadzono w październiku 2003 roku ściśle według instrukcji. Zarówno dziewczęta jak i chłopcy realizowali program 3 godzin wychowania fizycznego w ciągu tygodnia.

Sprawność fizyczną zdiagnozowano wybierając 4 próby zdolności motorycznych – szybkości, siły, skoczności, wytrzymałości. W teście uczestniczyli uczniowie zdrowi, bez zastrzeżeń do wykonywania jakichkolwiek ćwiczeń fizycznych.

Zarówno test wiedzy jak i próby sprawnościowe przeprowadzono w ciągu jednego dnia, przy zachowaniu następującej kolejności prób:

- bieg krótki- na dystansie 60 m,
- rzut piłką lekarską 3kg w tył ponad głową,
- skok w dal z rozbiegu,
- bieg na 600 m dziewczęta i 1000 m chłopcy.

Miejsce sprawdzianu: boisko szkolne

Test wiadomości z zakresu kultury fizycznej dla uczniów III klasy szkoły gimnazjalnej składał się z czterech części:

- dane osoby testowanej ( imię, nazwisko, szkoła i klasa, do której uczęszcza),
- pięć pytań otwartych, na które uczniowie wpisywali samodzielnie odpowiedzi,
- czternaście pytań, gdzie należało wybrać (zakreślić) prawidłową odpowiedź lub kilka poprawnych odpowiedzi,
- dwa ostatnie pytania informują z jakich źródeł uczniowie czerpią wiadomości na temat sportu i kultury fizycznej oraz czy uprawiają jakiś sport rekreacyjnie, w klubie sportowym lub w ogóle nie uprawiają sportu.

W sumie test zawierał 21 pytań, za które maksymalnie można było uzyskać 39 punktów.

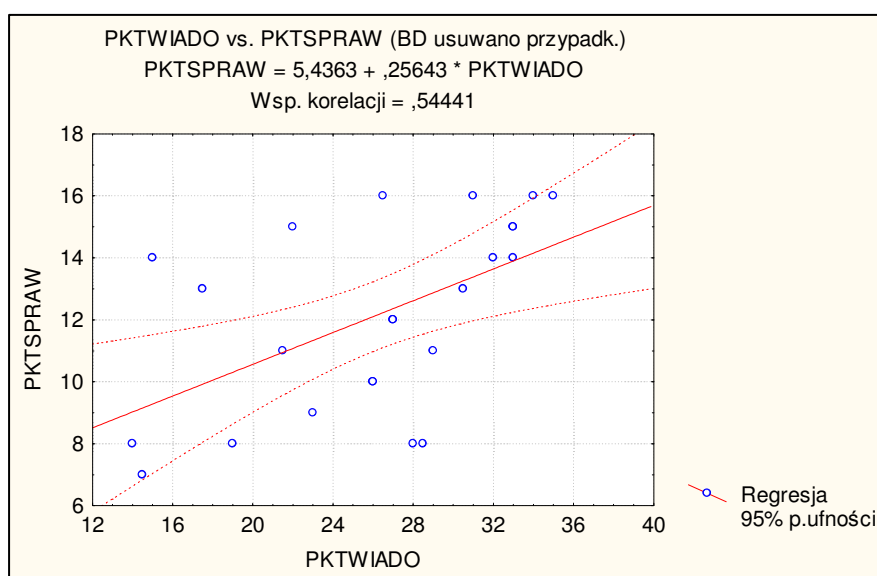
W ramach narzędzi statystycznych zastosowano statystyki opisowe: wartości średnie i odchylenie standardowe wszystkich analizowanych zmiennych. Dla stwierdzenia siły związków badanego zjawiska użyto korelacji prostej Pearsona. Obliczeń dokonano pakietem Statistica 6,0 (licencja zakupiona przez Wydział Mat-Fiz. Politechniki Opolskiej)

## WYNIKI BADAŃ

Tab.1 Statystyki opisowe cech motorycznych oraz sprawności fizycznej [pkt] i testu wiadomości [pkt] dla grupy dziewcząt

### Statystyki opisowe

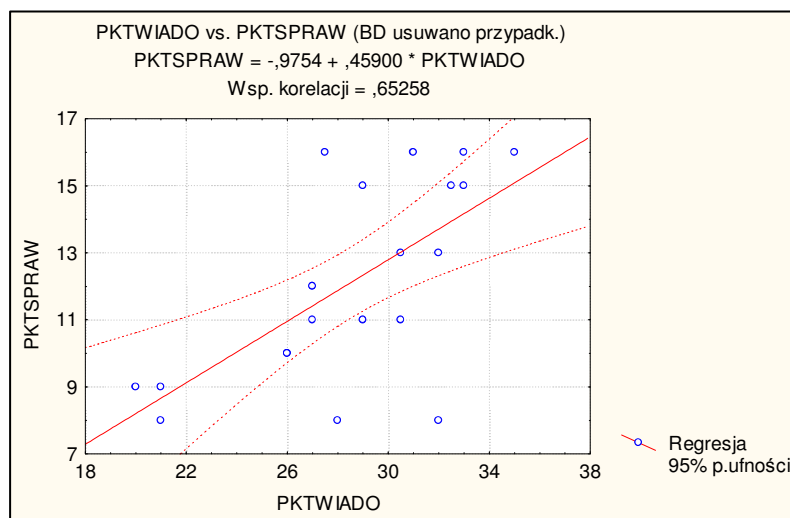
Zmienne	Nważnych	Średnia	Minimum	Maksimum	Odch.Std
BIEG60M	24	9,805833	8,95	10,5	0,421374
RZUTPIŁK	24	5,576667	4,11	7,1	0,842562
SKOKWDAL	24	3,57375	2,65	4,95	0,495675
BIEG600	24	2,50125	2,12	3,51	0,367888
PKTSPRAW	24	12,125	7	16	3,040488
PKTWIADO	24	26,08333	14	35	6,454972



Wykr1. Ilustruje korelację prostą Pearsona pomiędzy sprawnością fizyczną [pkt] i poziomem wiadomości [pkt] grupy dziewcząt

Tab.2 Statystyki opisowe cech motorycznych oraz sprawności fizycznej [pkt] i testu wiadomości [pkt] dla grupy chłopców

Zmienne	Nważnych	Średnia	Minimum	Maksimum	Odch.Std
BIEG60M	21	8,438571	7,8	9,5	0,465889
RZUTPIŁK	21	9,292857	5,8	11,7	1,439469
SKOKWDAL	21	4,739524	3,97	5,56	0,434045
BIEG1000	21	3,294762	2,58	3,56	0,212829
PKTSPRAW	21	12,09524	8	16	2,913842
PKTWIADO	21	28,47619	20	35	4,142693



Wykr2. Ilustruje korelację prostą Pearsona pomiędzy sprawnością fizyczną [pkt] i poziomem wiadomości [pkt] grupy chłopców

Analiza sprawności fizycznej dziewcząt i chłopców klas III gimnazjów (średnie nieco powyżej 12 pkt, przy maximum 16pkt)) pokazuje, że poziom zdolności motorycznych dla tej kategorii wiekowej jest zbliżony do danych populacyjnych Migasiewicz (1999). Jednocześnie na co wskazuje wielu autorów, m.in. Bielski (2002) poziom sprawnościowy polskiej młodzieży jest poniżej możliwości potencjalnych związanych z korzystnymi tendencjami rozwojowymi, szczególnie w budowie somatycznej. Według wspomnianych badaczy powodem przeciętnej kondycji naszej młodzieży jest swoista fluktuacja w zakresie aktywności sportowej. Zjawisko to wynika z braku systematyczności a czasem zanikania nawyków uprawiania sportu co powoduje wyraźne obniżenie sprawności motorycznej. W teście wiedzy z zakresu kultury fizycznej badana grupa uczniów zarówno chłopcy jak i dziewczęta wykazała się zadawalającą znajomością wiedzy na temat samousprawniania i sportu. Z przedstawionych w tabelach 1,2 danych wynika, że średnio o dwa punkty chłopcy prezentowali lepsze rezultaty.

Z punktu widzenia głównego celu badawczego istotna jest analiza związków pomiędzy poziomem sprawności fizycznej a wynikami testu wiadomości z wychowania fizycznego i sportu. Z przedstawionych (wyk.1,2) danych analizy korelacyjnej wynika, że wśród uczniów kończących edukację w gimnazjum w większości przypadków, istnieje zależność pomiędzy sprawnością fizyczną i wiedzą z zakresu kultury fizycznej, czyli uczniowie posiadający większy zasób wiadomości z zakresu samousprawniania i sportu osiągnęli lepsze wyniki w badanych zdolnościach motorycznych niż ich koledzy i koleżanki, którzy uzyskali gorsze rezultaty w teście wiadomości z kultury fizycznej. Wśród dziewcząt współczynnik korelacji (0,54) jest niższy niż u chłopców (0,64). Generalnie należy stwierdzić, iż obserwowane związki mimo istotności statystycznej są umiarkowane a u dziewcząt na granicy znaczenia statystycznego, co może dowodzić, że u około 40% młodzieży gimnazjalnej wiedza w zakresie kultury fizycznej nie prognozuje wysokiej sprawności motorycznej.

## WNIOSKI

Analiza zebranego materiału pozwala na przedstawienie następujących wniosków ogólnych:

1. W badaniach sprawności fizycznej uczniów klas III gimnazjów nie zaobserwowano istotnych różnic. Chłopcy i dziewczęta odnotowali podobne średnie punktowe, odpowiednio 12,09 i 12,13-dziewczęta, przy 16 pkt maximum. W punktacji zastosowano procedurę adiustacji wpływu różnic dymorficznych.
2. Większym zakresem wiadomości z kultury fizycznej popisali się chłopcy (28,49), dziewczęta (26,08) na 39 pkt możliwych do uzyskania.
3. Analiza korelacyjna wpływu wiedzy o kulturze fizycznej na sprawność motoryczną młodzieży gimnazjalnej nie w pełni potwierdziła założenia pracy. Współzależności okazały się umiarkowanie istotne: u chłopców (0,64), u dziewcząt (0,54).

## LITERATURA

1. Bergier J., Wiedza dzieci o nauczanych czynnościach ruchowych a skuteczność działania w grze zespołowej, Wyd. AWF, Warszawa, 1998.
2. Bielski J., Zarys metodyki wychowania fizycznego, Lider nr 9, Warszawa, 2002.
3. Czabański B., Kształcenie psychomotoryczne, Wydawnictwo AWF, Wrocław, 2000.
4. Demel M., Skład A., Teoria wychowania fizycznego, Warszawa 1986.
5. Denisiuk L., Milcerowa H., Rozwój sprawności motorycznej dzieci i młodzieży w wieku szkolnym, PZWS, Warszawa, 1969.
6. Grabowski H., Teoria fizycznej edukacji, WSiP, Warszawa 1997.
7. Migasiewicz J., Wybrane przejawy sprawności motorycznej dziewcząt i chłopców w wieku 7-18 lat na tle ich rozwoju morfologicznego, Wydanie AWF, Wrocław, 1999.
8. Sankowski T., Wybrane psychologiczne aspekty aktywności sportowej, Wydawnictwo AWF, Poznań 2001.
9. Strzyżewski S., Proces wychowania w kulturze fizycznej, WSiP, Warszawa 1986.

## SUMMARY

In this work the assessment of physical fitness and the level of knowledge concerning the physical culture among gymnasium school pupils was made. The research group was established by 24 girls and 21 boys who were coincidentally chosen. The work's goal was to survey a correlation between the levels of theoretical knowledge about the physical culture and a physical fitness which were measured by motoric tests. Typical statistics (medium value of variables and standard deviation) and simple correlation by Pearson were used as devices for the statistical analysis. Among the tests of physical fitness we decided to choose the test of physical abilities by Denisiuk (1969) which is commonly used by researchers. The level of knowledge concerning physical culture and sport was examined using modified version of test by Bergier (1998). During the presentation of all received data graphical application of Statistica 6.0 was used. The results of scientific procedure which was conducted didn't confirm our previous hypothesis which anticipated significant influence of intellectual factors towards physical fitness. Slight correlation was affirmed between the physical education knowledge and the boys' motorical abilities. Marginal differences were observed among girls' considering the problem mentioned above. Generally teenagers who were

examined represented common level of physical fitness comparing to the reference data delivered by Migasiewicz (1999) and a satisfying standard of the physical culture knowledge.

### **STRESZCZENIE**

W pracy podjęto próbę oceny predyspozycji sprawności fizycznej i poziomu wiedzy na temat kultury fizycznej młodzieży gimnazjalnej. Materiał badawczy stanowiła losowo wybrana grupa 24 dziewcząt i 21 chłopców z trzeciej klasy gimnazjum. Celem pracy było zbadanie współzależności pomiędzy stopniem opanowania wiedzy z zakresu w.f. a poziomem sprawności motorycznej badanych uczniów. Jako narzędzia analizy statystycznej wykorzystano statystyki opisowe (średnie wartości zmiennych i standardowego odchylenia) oraz analizę korelacji prostej Pearsona. Spośród testów sprawności fizycznej wybrano powszechnie stosowany w kulturze fizycznej test cech motorycznych autorstwa Denisiuka (1969). Poziom wiedzy z zakresu wychowania fizycznego i sportu oceniono zmodyfikowanym testem Bergiera (1998). W prezentacji danych wykorzystano możliwości graficzne pakietu Statistica 6.0. Rezultaty procedury badawczej nie potwierdziły założenia o przemożnym wpływie czynników intelektualnych na sprawność fizyczną badanych. Stwierdzono umiarkowaną korelację pomiędzy poziomem wiedzy o kulturze fizycznej i sprawnością motoryczną u chłopców i marginalne zależności w przypadku dziewcząt. Generalnie badana młodzież gimnazjalna wykazała się przeciętną sprawnością fizyczną w porównaniu z danymi referencyjnymi Migasiewicz (1999) i dobrym poziomem wiedzy o kulturze fizycznej.