

SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA STUDENTÓW WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ZAMIEJSCOWEGO WYDZIAŁU WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W BIAŁEJ PODLASKIEJ NA TLE INNYCH OŚRODKÓW AKADEMICKICH

Dorota OLSZEWSKA, Agnieszka WASILUK, Jerzy SACZUK, Jarosław OLSZEWSKI

*Zakład Rozwoju Biologicznego Człowieka
Zamiejscowy Wydział Wychowania Fizycznego w Białej Podlaskiej
Zespół Szkół Gimnazjum w Tuczej

Przez sprawność fizyczną rozumiemy aktualną możliwość wykonania wszelkich działań motorycznych decydujących o zaradności człowieka w życiu. Składa się na nią zintegrowany zespół trzech właściwości osobniczych: wydolności roboczej i poziomu zdolności motorycznych, umiejętności ruchowych oraz motywacji i subiektywnego zaangażowania się w działania (Przewęda i Trześniowski 1996). Za jeden z podstawowych czynników determinujących poziom sprawności fizycznej uznaje się aktywność fizyczną. Jednakże w współczesnym, polskim społeczeństwie poziom aktywności ruchowej nieustannie spada (Pławińska 1995, Dobrzeniecki 1996, Zaleszczyk i Saczuk 2000). Zjawisko to dotyczy wszystkich grup wiekowych, począwszy od dzieci i młodzieży szkolnej, poprzez młodzież akademicką, skończywszy na osobach dorosłych. Wprowadzona w roku 1990 ustawa o szkolnictwie wyższym umożliwiła Senatowi lub Radzie Wydziału wprowadzenie modyfikacji w procesach selekcji na studia jak i programach dydaktycznych. W efekcie z początkiem lat dziewięćdziesiątych w 71% uczelni wyższych ograniczony został wymiar obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego (Pełowski 1995). Ponadto w pojedynczych uczelniach podjęto decyzję o całkowitej likwidacji zajęć sportowych (Nowakowski 1994). Konsekwencją tych zmian była rezygnacja lub wyraźne ograniczenie aktywności ruchowej studentów kształcących się poza uczelniami wychowania fizycznego (Lisicki 2002), co również obniżający się poziom sprawności fizycznej młodzieży studiującej w uczelniach sportowych. Stąd za celowe wydaje się określenie poziomu sprawności fizycznej słuchaczy wychowania fizycznego z Zamiejscowego Wydziału Wychowania Fizycznego w Białej Podlaskiej na tle młodzieży z innych ośrodków akademickich. Materiał i metody badań

Materiał do niniejszej pracy obejmował zespół 72 studentek i 180 studentów I roku wychowania fizycznego z ZWWF w Białej Podlaskiej. W ramach przeprowadzonych obserwacji wykonano pomiary wysokości i masy ciała oraz określono poziom cech motorycznych wykorzystując w tym celu test Pilicza (1971). Zgromadzony materiał opracowano przy użyciu podstawowych metod statystycznych takich jak średnie arytmetyczne i odchylenia standardowe. Uzyskane wyniki zestawiono z rezultatami młodzieży studiującej w Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu (Korzewa i wsp. 2000) oraz w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Olsztynie (Czaplicki 2000). Istotność różnic pomiędzy analizowanymi zespołami oszacowano testem t Studenta. W celu graficznego zobrazowania różnic w poziomie wielkości cech somatycznych i motorycznych rezultaty słuchaczy wychowania fizycznego unormowano na średnie arytmetyczne i odchylenia standardowe studentów WSP w Olsztynie, a zatem przeciętnej populacji. Praca wykonana w ramach badań własnych nr VII/146, finansowanych przez KBN w latach 2000-2004

Tabela 1.

Podstawowe cechy somatyczne i poziom sprawności fizycznej badanych studentek na tle ich rówieśniczek z innych ośrodków akademickich.

Cecha	ZWWF w Białej Podlaskiej (grupa I)		AWF we Wrocławiu (grupa II)		WSP w Olsztynie (grupa III)		Test t Studenta		
	x	SD	x	SD	x	SD	I-II	I-III	II-III
Wysokość ciała	165,77	5,65	166,60	4,70	164,84	6,15	0,78	0,09	1,70
Masa ciała	59,14	6,28	58,03	5,50	55,60	6,99	0,92	3,91**	2,47**
Zwinność (bieg zygzakiem)	21,68	1,24	26,35	0,99	27,62	1,49	20,50**	31,15**	5,10**
Sila (rzut piłką lekarską)	701,85	97,90	811,30	132,60	626,00	90,00	4,92**	6,26**	11,16**
Moc (skok w dal)	195,51	13,89	196,90	14,80	186,90	17,57	0,49	3,86**	3,35**

* - różnice istotne statystycznie na poziomie $p \leq 0,05$

** - różnice istotne statystycznie na poziomie $p \leq 0,01$

Tabela 2.

Podstawowe cechy somatyczne i poziom sprawności fizycznej badanych studentów na tle ich rówieśników z innych ośrodków akademickich.

Cecha	ZWWF w Białej Podlaskiej (grupa I)		AWF we Wrocławiu (grupa II)		WSP w Olsztynie (grupa III)		Test t Studenta		
	x	SD	x	SD	x	SD	I-II	I-III	II-III
Wysokość ciała	180,72	6,27	178,50	6,10	176,95	6,43	2,93**	3,65**	1,43
Masa ciała	75,31	8,53	74,41	7,86	68,19	9,76	0,89	4,94**	4,20**
Zwinność (bieg zygzakiem)	21,41	2,28	26,64	1,31	24,40	1,26	21,17**	8,64**	9,90**
Sila (rzut piłką lekarską)	902,60	132,38	1323,0	214,00	796,00	157,00	15,19**	4,72**	20,60**
Moc (skok w dal)	243,74	21,71	247,9	18,70	239,70	39,51	1,66	0,94	1,76

* - różnice istotne statystycznie na poziomie $p \leq 0,05$

** - różnice istotne statystycznie na poziomie $p \leq 0,01$

Wyniki badań

Z zestawień przedstawionych w tabeli 1 i na rycinie 1 wynika, iż kobiety studiujące w ZWWF w Białej Podlaskiej charakteryzowały się zbliżonym poziomem wysokości ciała w porównaniu ze studentkami kształcącymi się w AWF we Wrocławiu i WSP w Olsztynie. Różnice w wielkości tej cechy nie przekroczyły 0,3 odchylenia standardowego i nie były istotne statystycznie. Natomiast w przypadku masy ciała zaobserwowano wyraźne dysproporcje pomiędzy dziewczętami z uczelni sportowych a słuchaczkami ze szkoły pedagogicznej. Podobne zależności stwierdzono u mężczyzn (tabela 2, rycina 1). Studenci z białskiej uczelni okazali się wyżsi i ciężsi w porównaniu ze swoimi rówieśnikami grup porównawczych, przy czym większe różnice istotne statystycznie wystąpiły w zestawieniu ze słuchaczami z WSP w Olsztynie.

Zarówno kobiety, jak i mężczyźni studiujący w ZWWF w Białej Podlaskiej uzyskali lepsze rezultaty we wszystkich próbach motorycznych w porównaniu z młodzieżą pozostałych analizowanych grup. Różnice pomiędzy omawianymi zespołami były wyraźne i istotne statystycznie, a jedynym wyjątkiem u mężczyzn była moc. Ponadto studenci białskiej uczelni osiągnęli słabsze wyniki w stosunku do swoich rówieśników wrocławskiej AWF w sile ramion i tułowia oraz mocy, zaś lepsze w zwinności. Stwierdzone dysproporcje były istotne statystycznie w przypadku prób oceniających siłę ramion, tułowia oraz zwinność.

Podsumowanie

Ruch jest uniwersalnym przejawem życia człowieka, podstawową formą wszelkiej działalności i najpowszechniej stosowanym środkiem w kontakcie z otaczającym go środowiskiem. Badania prowadzone nad rozwojem fizycznej sprawnością młodzieży akademickiej reprezentującej różne typy szkół wskazują na występowanie różnic w wielkości cech somatycznych i motorycznych. Też je potwierdziły również nasze badania. Studenci wychowania fizycznego charakteryzowali się wyższym poziomem badanych cech w stosunku do słuchaczy uczelni niesportowej. Krawczyk i wsp. (1989) wykazali, iż zajęcia ruchowe młodzieży akademickiej nie spełniają stawianych przed nimi celów i nie wpływają na zmianę stosunku młodzieży do własnej kultury fizycznej, która jest równie nisko lokowana w hierarchii potrzeb i wartości w chwili podejmowania, jak i kończenia studiów. Tylko niewielki odsetek młodzieży i to przeważnie lepiej rozwiniętej fizycznie i sprawnej motorycznie, znajduje czas na udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych. Ponadto coraz liczniejsza grupa studiujących dziewcząt unika wysiłku fizycznego i systematycznej aktywności ruchowej. Uważa się, iż ma to źródło, z jednej strony w formalnym przymusie odbywania zajęć wychowania fizycznego, a z drugiej w mało atrakcyjnej ofercie programowej wynikającej z braku obiektów i niedostatku urządzeń sportowych. Ostatni z wymienionych aspektów powoduje, że zajęcia dla studentów często organizowane są dopiero w godzinach wieczornych oraz w obiektach sportowych o złym stanie sanitarno-higienicznym. Konsekwencją tego są znaczne dysproporcje w poziomie sprawności fizycznej pomiędzy słuchaczami uczelni sportowych, a studiującymi inne kierunki. Różnice te dodatkowo potęgował fakt, iż studenci wychowania fizycznego w swoim programie studiów mają więcej zajęć ruchowych, a znaczna ich część uczestniczy w dodatkowych zajęciach sportowych (Saczuk i wsp. 2003), co w efekcie wpływa na ich ogólny poziom sprawności fizycznej.

Piśmiennictwo

1. Dobrzeniecki J. (1996) *Zainteresowania sportowo-rekreacyjne dzieci i młodzieży. Rocznik Naukowy AWF w Gdańsku. 4: 151-171.*
2. Korzewa L., Misiólek E., Listos E. (2000) *Wytrzymałość biegowa młodzieży dojrzałej w aspekcie uwarunkowań somatycznych i motorycznych. W: Wartość biologiczna oraz sprawność fizyczna młodzieży akademickiej. Red. J. Tatarczuk i R. Asienkiewicz. WSP w Zielonej Górze: 67-74.*
3. Krawczyk Z., Przewęda R., Ulatowski T. (1989) *Raport o kulturze fizycznej w Polsce, Komitet Nauk o Kulturze Fizycznej. PAN. AWF w Warszawie.*
4. Lisicki T. (2002) *Ogólna sprawność fizyczna oraz postawy wobec profilaktyki zdrowotnej i aktywności ruchowej studentów I roku studiów. Na przykładzie studentów szkół wyższych Trójmiasta. Wydawnictwo AWFIS w Gdańsku.*
5. Nowakowski A. (1994) *Wychowanie fizyczne i sport w szkołach wyższych po 1989 roku. Wychowanie Fizyczne i Sport. 4: 127-321.*
6. Peplowski A. (1995) *Kultura fizyczna w promocji zdrowia środowiska akademickiego Lublina. W: Uczelnia promująca zdrowie. Założenia programu. (red.) Z. Kawczyńska-Butrym. Wydawnictwo UMCS w Lublinie.: 81-101.*
7. Pilicz S. (1971) *Testy sprawności fizycznej polskiej młodzieży szkolnej. Z Warsztatów Badawczych. INKF w Warszawie.*
8. Pławińska L. (1995) *Zainteresowania młodzieży szkolnej wychowaniem fizycznym i sportem. Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego. Prace Instytutu Kultury Fizycznej. 12: 71-79.*
9. Przewęda R., R. Trzeźniowski (1996) *Sprawność fizyczna polskiej młodzieży w świetle badań z 1989 roku. Studia i Monografie AWF w Warszawie.*
10. Saczuk J., A. Wasiluk, M. Bytniewski (2003) *Wpływ aktywności ruchowej na poziom rozwoju fizycznego i wytrzymałość krążeniowo-oddechowa studentów wychowania fizycznego. Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio D. 3: 50-54. Supplement 13.*
11. Zaleszczyk A., J. Saczuk (2000) *Aktywność ruchowa dziewcząt i chłopców. W: Wybrane wskaźniki rozwoju biologicznego dziewcząt i chłopców wiejskich z Podlasia. (red.) M. Skład. Instytut Wychowania Fizycznego i Sportu w Białej Podlaskiej. : 261-270.*

PHYSICAL AGILITY OF STUDENTS FROM FILIAL OF PHYSICAL EDUCATION IN BIALA PODLASKA COMPARED TO THAT OF STUDENTS FROM OTHER INSTITUTES.

The aim of the presented research was to define the physical agility level of students from the Faculty of Physical Education in Biala Podlaska. During the research there were surveyed 72 female and 72 male first year students.

Physical agility was defined using Pilicz test. Students from Biala Podlaska were characterized by lower level of physical agility when compared to students from High Pedagogic School in Olsztyn, and achieved similar results in motor exercises when compared to youth that study in the Academy of Physical Education in Wrocław Education in Wrocław.
