

у хлопців. Враховуючи попередні дані, можливо зробити наступні висновки:

1. Наслідки в човниковому бігу 4x9 м. свідчать про те, що з віком показники спритності поліпшуються.
2. Показники спритності у хлопців усіх вікових груп перевищують показники дівчат.
3. Найкраща просторова орієнтація на фоні подразнення спостерігається у школярів 12-13 років, притому, дівчата у всіх вікових групах проявляють кращу орієнтацію, ніж хлопці.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Бернштейн М.О. *О построении движений.*-М.: Медгиз, 1947.
2. Заціорський В.М. *Фізичні якості спортсмена.*-М.: ФІС, 1970.
3. Любомирський Л.Є. *Керівництво рухами дітей та підлітків.*-М.: 1974.
4. Hirts P., Thomas S. *Theor. And Prax. Der Korperkult.*, 1977, N3
5. Лях В.І. *Сенситивні періоди розвитку координаційних здібностей дітей 7-17 років* // *Нові дослідження по віковій фізіології.* М., 1984.
6. *Зигзаги спритності* \ І.М. Туревський, В.П. Філін та ін. - Тула: Приок.кн. ун-т, 1992-208 с.

### PECULIARITIES OF TRAINING AGILITY WITH SCHOOLCHILDREN OF JUNIOR AND MIDDLE CLASSES OF SECONDARY SCHOOLS OKSANA .SOROKINA

*Kharkiv State Institute of Physical Culture*

The state of the development of agility with schoolchildren of 7-15 years of age based on the data of shuttle running and space orientation after regular irritation describes in this article. The results of investigation testify to the fact that indexes of agility are being improved with age, the boys compared with girls being best in the first test and worse in the second one.

### ZAINTERESOWANIA FORMAMI AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ DZIEWCZĄT I MĘCZNIÓW SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH Z WYBRANYCH MIAST DOLNEGO ŚLĄSKA

ANDRZEJ ROKITA

*Akademia Wychowania Fizycznego Wrocław, Polska*

Analizę zainteresowań formami aktywności ruchowej dziewcząt i męczyń przeprowadzono na podstawie uzyskanych danych z badań

ankietowych 1298 uczniów (Rokita 1997). Największym zainteresowaniem cieszyło się wśród nich pływanie (67% osób chciałoby realizować wychowanie fizyczne na pływalni, w tym 76% dziewcząt i 59% chłopców). Porównując trzy najpopularniejsze zespołowe gry sportowe (koszykówka, piłka siatkowa, piłka nożna) z pozostałymi formami aktywności ruchowej w badanej grupie okazało się, że 45% uczniów średnio interesowało się tymi formami aktywności ruchowej.

Najmniejszą popularnością wśród badanych cieszyło się ringo - 7% (9% dziewcząt i 4% chłopców), piłka ręczna - 15% (13% dziewcząt i 16% chłopców), lekkoatletyka - 16% dziewcząt i chłopców oraz łucznictwo - 16% (15% dziewcząt i 16% chłopców) (Rokita 1997). Korzystając z metod statystycznych uzyskano następujące wyniki: okazało się, że płeć miała wpływ na wybór 15 form aktywności ruchowej (piłka nożna, koszykówka, piłka siatkowa, pływanie, łyżwiarstwo, gimnastyka, narciarstwo, tenis stołowy, tenis ziemny, jeździectwo, badminton, ringo, wrotkarstwo, taniec towarzyski, kulturystyka), natomiast nie miała wpływu na wybór 6 pozostałych (piłka ręczna, lekkoatletyka, judo-karate, kolarstwo, łucznictwo, inne).

Ponieważ płeć miała wpływ na zainteresowania uczniów większością form aktywności ruchowej, dalszą analizę przeprowadzono osobno dla dziewcząt i chłopców.

#### DZIEWCZĘTA

Analizę tę przeprowadzono na podstawie danych uzyskanych z badań ankietowych 609 uczennic. Wśród nich największą popularnością cieszyło się pływanie (76%). Piłka siatkowa i taniec towarzyski miały mniej zwolenniczek (odpowiednio 58 i 56%). Połowa badanych uczennic chciałaby w ramach zajęć wychowania fizycznego uprawiać łyżwiarstwo, 1% mniej chciałaby uczyć się grać w tenisa ziemnego (Rokita 1997).

Analizując dane o zainteresowaniu różnymi formami aktywności ruchowej dziewcząt z czterech miast uzyskano odpowiedź na pytanie: **Czy miejscowość, w której znajduje się szkoła, ma wpływ na zainteresowania uczennic formami aktywności ruchowej?** Okazało się, że wpływ taki miała w przypadku 15 form aktywności ruchowej (koszykówki, piłki siatkowej, pływania, łyżwiarstwa, lekkoatletyki, narciarstwa, tenisa stołowego, tenisa ziemnego, jeździectwa, badmintona, wrotkarstwa, tańca towarzyskiego, kolarstwa, łucznictwa i innych), natomiast nie miała wpływu na wybór pozostałych 6 (piłka nożna, piłka ręczna, gimnastyka, ringo, kulturystyka, judo-karate). Z tego powodu dalszą analizę przeprowadzono w rozbiciu na poszczególne miejscowości.

We Wrocławiu największą popularnością, oprócz wspomnianego pływania (81%), cieszyła się piłka siatkowa (65%), następnie taniec towarzyski (57%), jeździectwo (55%), tenis ziemny (54%) i łyżwiarstwo (54%). Pozostałe

Formy aktywności ruchowej były mniej popularne (np. koszykówka 48%, szachy 25%). Najmniejszym zainteresowaniem wśród dziewcząt ze szkół wrocławskich cieszyła się piłka nożna (7%), wyżej w rankingu znalazły się: ringo (10%), piłka ręczna (14%) i łucznicтво (19%). Natomiast 16% uczennic chciałoby realizować na zajęciach wychowania fizycznego inne formy aktywności ruchowej niż wymienione w ankiecie (Rokita 1997). Najczęściej były to aerobik i calanetics.

Podobnie przedstawiało się zainteresowanie uczennic z Wałbrzycha. Najwięcej dziewcząt uczących się w szkołach tego miasta opowiedziało się za pływaniem (71%) i tańcem towarzyskim (67%). Gimnastyka, jeździectwo i tenis ziemny były popularne u prawie połowy badanych (odpowiednio 46, 46 i 46%). Najmniej dziewcząt chciałoby uprawiać na lekcjach wychowania fizycznego piłkę nożną i łucznicтво (4%), ringo (5%), kulturystykę, szachy i piłkę ręczną (12%) oraz tenis stołowy (18%).

Największym zainteresowaniem wśród dziewcząt z Opola - tak samo jak w pozostałych trzech miastach - cieszyło się pływanie (56%). Piłka siatkowa, narciarstwo i gimnastyka były popularne u mniej niż połowy badanych (odpowiednio: 46, 39 i 39%) natomiast jeszcze mniejszym zainteresowaniem cieszyły się jeździectwo (34%) i taniec towarzyski (33%). Pozostałe formy aktywności ruchowej miały mniej niż 30% zwolenniczek, a najmniej uczennic chciałoby uprawiać na lekcjach wychowania fizycznego piłkę nożną (5%), piłkę ręczną, ringo, kolarstwo i łucznicтво (8%) oraz tenis stołowy i kulturystykę (13%).

Podobne do zainteresowań uczennic z Wrocławia, Wałbrzycha i Opola było zainteresowanie uczennic ze Świdnicy. Najbardziej popularne było wśród nich pływanie (60%), taniec towarzyski (55%), piłka siatkowa, tenis ziemny, narciarstwo i judo-karate (50%). Poza tym wymieniały one również: kolarstwo (45%), narciarstwo (40%) i gimnastykę (30%). Natomiast pozostałe formy aktywności ruchowej miały bardzo małą liczbę zwolenniczek. Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana piłką nożną i ringiem, jak też żadna nie chciała uprawiać na lekcjach wychowania fizycznego innych form aktywności ruchowych niż zaproponowane w ankiecie.

W każdym z czterech wybranych miast największym zainteresowaniem cieszyło się pływanie, natomiast najmniejszym ringo. Były to dwie formy aktywności ruchowej mające jednakową popularność (największą bądź drugą) we wszystkich wymienionych miastach (Rokita 1997).

#### WNIOSKI

Analizę zainteresowań formami aktywności ruchowej w grupie chłopców przeprowadzono na podstawie danych uzyskanych z badań ankietowych 689 uczniów. Wśród nich największą popularnością cieszyły się dwie formy aktywności ruchowej: koszykówka i pływanie (59%). Piłka nożna miała tylko o

4% mniej zwolenników. Piłką siatkową i łyżwiarstwem interesowała się prawie połowa badanych chłopców (odpowiednio: 46 i 44%). Tenisem stołowym, narciarstwem i kulturystyką jako formą aktywności ruchowej, którą chcieliby realizować na lekcjach było zainteresowanych odpowiednio: 35, 33 i 30% chłopców. Mniej zwolenników miały: ringo (4%), taniec towarzyski (11%), gimnastyka (12%), wrotkarstwo (13%), badminton (14%), lekkoatletyka, piłka ręczna i łucznictwo (16%) oraz jeździectwo 18% (Rokita 1997).

Analizując dane o zainteresowaniu różnymi formami aktywności ruchowej chłopców z wybranych czterech miast uzyskano odpowiedź na pytanie: Czy miejscowość, w której znajduje się szkoła, ma wpływ na zainteresowania uczniów formami aktywności ruchowej? Okazało się, że tak było w przypadku 16 form aktywności ruchowej (piłki siatkowej, pływania, łyżwiarstwa, gimnastyki, lekkoatletyki, narciarstwa, tenisa stołowego, jeździectwa, badmintona, wrotkarstwa, tańca towarzyskiego, kulturystyki, judo-karate, kolarstwa, łucznictwa i innych), natomiast nie miała wpływu na wybór pozostałych 5 (piłki nożnej, koszykówki, piłki ręcznej, tenisa ziemnego, ringo, kolarstwo). Z tego względu dalszą analizę przeprowadzono w rozbiciu na poszczególne miejscowości.

Największym zainteresowaniem w badanej grupie osób w czterech miastach cieszyły się pływanie (we Wrocławiu 62% i Opolu 69%) oraz koszykówka (w Wałbrzychu 62% i Świdnicy 58%). We Wrocławiu największą popularnością wśród badanych chłopców cieszyły się: pływanie (62%) i trzy zespołowe gry sportowe (koszykówka - 60%, piłka nożna - 56%, piłka siatkowa - 49%). Co trzeci uczeń chciałby uczyć się na lekcjach wychowania fizycznego: narciarstwa i tenisa stołowego (36%), kulturystyki (34%), judo-karate (32%) oraz tenisa ziemnego (31%). Mniejszym zainteresowaniem cieszyły się: ringo (6%), taniec towarzyski (13%), gimnastyka (14%), wrotkarstwo, łyżwiarstwo i lekkoatletyka (po 16%) oraz badminton (18%). Pozostałych pięciu form aktywności ruchowych chciałoby się uczyć we Wrocławiu od 19 do 25% chłopców. Były to: piłka ręczna (19%), jeździectwo (20%), łucznictwo (21%), kolarstwo (25%) oraz inne nie wymienione w ankiecie (21%) (Rokita 1997).

Zainteresowania uczniów z Wałbrzycha były inne. Najbardziej popularne w badanej grupie chłopców z Wałbrzycha cieszyły się dwie gry zespołowe: koszykówka (62%) i piłka nożna (53%). Pływania i piłki siatkowej chciałoby się uczyć na lekcjach wychowania fizycznego mniej niż połowa badanych (odpowiednio 45 i 44%) chłopców. Pozostałe formy aktywności ruchowej wymienione w ankiecie cieszyły się około 30-procentowym zainteresowaniem. Natomiast mniej popularne były: ringo (2%), wrotkarstwo i taniec towarzyski (3%), gimnastyka (4%), badminton (5%), łyżwiarstwo (6%), łucznictwo (8%). Prawie 1/3 badanych (27%) chciałaby uczyć się na lekcjach wychowania

fizycznego innych form aktywności ruchowej niż wymienione w ankiecie. Najczęściej były to żeglarstwo i windsurfing.

Podobnie jak we Wrocławiu, największym zainteresowaniem w Opolu cieszyły się pływanie (69%) i piłka nożna (63%). Koszykówką interesowała się prawie połowa badanych chłopców (49%), a piłką siatkową - porównywalnie jak w innych miastach - 46% uczniów. Mniejszym zainteresowaniem badanej grupy młodzieży cieszył się tenis stołowy (42%). Pozostałe formy aktywności ruchowej miały 32% i mniej zwolenników. Tylko 2% uczniów w badanej grupie chciałoby się uczyć na lekcjach wychowania fizycznego gry w ringo, 5% łyżwiarstwa, a 8% gry w badmintona. Ponad 1/3 badanych (podobnie jak we Wrocławiu i w Wałbrzychu) chciałaby uczyć się innych form aktywności ruchowych niż wymienione w ankiecie. Najczęściej były to żeglarstwo i wspinaczka skałkowa.

Tak samo jak w Wałbrzychu, największym zainteresowaniem uczniów ze Świdnicy cieszyły się koszykówka (58%) i pływanie (53%). Popularne były też piłka nożna (39%), ale i tak miała najmniejszą liczbę zwolenników tej formy aktywności ruchowej w porównaniu z innymi miastami. Pozostałych form aktywności ruchowych wymienionych w ankiecie chciałoby się uczyć na lekcjach wychowania fizycznego 25% i mniej uczniów. Nikt z respondentów nie miał ochoty na naukę gry w ringo i jazdę konną. Łyżwiarstwem, żeglarstwem, tańcem towarzyskim i wrotkarstwem było zainteresowanych 3% badanych chłopców, natomiast 6% uczniów chciałoby uczyć się gry w badmintona i innych form aktywności ruchowych nie wymienionych w ankiecie (Rokita 1997).

## PIŚMIENICTWO

- Rokita A. (1997), *Zainteresowania formami aktywności ruchowej, a postawa wobec kultury fizycznej uczniów szkół ponadpodstawowych*, AWF Wrocław (praca doktorska).

## INTEREST IN FORMS MOTORIAL ACTIVITY PUPILS OF THE SECONDARY SCHOOL FROM LOWER SILESIA

**Key words:** interest forms motorial activity, pupil, secondary school.

**The aim of my research** was to find answer for several questions: What sorts of forms motorial activity are pupil interested in Secondary School ?

Are pupils (girls and boys) interested in different motorial activity ?  
 Are pupils (girls and boys) who comes from different town interested in different forms motorial activity ?  
 In this aim, I have surveyed 1298 pupils, who comes from Lower Silesia (Wrocław, Wałbrzych, Opole and Świdnica). The subject in inquiry which I used was: My the best fovourite forms motorial activity, which I would like to learn during the physical education (Rokita 1997).

## ВИХОВАННЯ У ДІТЕЙ

### НОРМ І НАВИКІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

ІРИНА КЛІШ

*Волинський державний університет імені Лесі Українки*

Здоров'я дітей залежить не тільки від медицини і його охорони, а також від впливу складного комплексу природних і соціально-економічних умов життя. Теза про соціальну обумовленість здоров'я знаходить все більше однодумців як серед вчених, так і серед лікарів-практиків. Соціальні умови обумовлюються суспільним ладом, соціально-економічною і політичною структурою суспільства. Сьогодні в Україні надзвичайно загострились протиріччя між людиною і суспільством. Важкий стан економіки, зниження матеріального достатку, безробіття викликає розпач, стан загальної депресії, що в першу чергу позначається на показниках здоров'я.

І з такими проблемами людина стикається ще з дитинства. Матеріальний стан сім'ї, її психологічний клімат, особливості внутрішніх сімейних відносин, склад сім'ї, харчування впливає на стан здоров'я дітей. Тому так важливо протиставити цим критеріям фізичну активність дітей, мотивацію до збереження здоров'я, навчити здоров'ю. Саме навчати берегти здоров'я здорових важливіше, економічно вигідніше, ніж лікувати хворих. На це і спрямована наука валеологія – наука про здоров'я здорових.

Норм і навиків здорового способу життя ніде не вчать. Єдиним джерелом знань у цій ділянці є приклад батьків і санітарно-фізична освіта. Першими і найкращими педагогами стають батьки. Важливим моментом у розробці стратегій виховання дітей батьками має бути знання особистісних якостей дитини: фізичне і психічне здоров'я, стійкість нервової системи, реакція на різні види подразнень, витривалість, інтереси