

dali radę wykonać o około 5 – 6 więcej przysiadów z obciążeniem w czasie 40s. Szybkość mierzona biegiem na 60m również została poprawiona na co wskazały czasy krótsze o około 0,1 – 0,4s. Wytrzymałość sprawdzana biegiem na 1000m również poprawiła się, a sportowcy pokonali dystans krócej o 2 - 9s. Ostatni badany parametr, czyli wydolność i wytrzymałość krążeniowo - oddechową sprawdzono za pomocą BEEP TEST, który potwierdził, że sportowcy osiągnęli więcej punktów w próbie drugiej, czyli po dodatkowych treningach pływania.

3. Piłkarze i siatkarze dodatkowo trenujący pływanie mieli lepsze wyniki w próbach siły, szybkości i wytrzymałości na tle sportowców nietrenujących pływania.

Bibliografia:

1. Michniewicz I. Starożytna historia pływania, [w:] „Ratownictwo Wodne Rzeczypospolitej”, 2016 nr 4;

2. Siewierski M., Wielkość i struktura obciążeń treningowych pływaków najwyższej klasy w bezpośrednim przygotowaniu startowym do zawodów głównych, [w:] „Pol J Sport Tourism”, 2010 nr 18.

Józef Sarosiek¹

Krzysztof Sobolewski¹

Aleksander Żurawski² <https://orcid.org/0000-0003-0029-1357>

REALIZACJA ZAJĘĆ FAKULTATYWNYCH W SZKOŁACH GIMNAZJALNYCH WOJEWÓDZTWA PODLASKIEGO

¹Wyższa Szkoła Wychowania Fizycznego i Turystyki w Białymstoku

²Polesski Państwowy Uniwersytet, Pińsk

Adnotacja. *Artykuł przedstawia wyniki badań na temat realizacji programu zajęć fakultatywnych w szkołach gimnazjalnych województwa podlaskiego. Rodzi się tu pytanie, jakie zajęcia fakultatywne wybrała młodzież i czy spełniają one ich oczekiwania. Czy odbywają się w trakcie zajęć wychowania fizycznego czy też po zajęciach. Czy mają wpływ na rozwój młodzieży? Czy zajęcia fakultatywne spełniają swoje cele? Czy uczniowie chętnie na nie uczęszczają, czy ogólnie wzrasta wśród nich zainteresowanie kulturą fizyczną? Co zrobić, aby uczeń weryfikował i wpływał na swoją sprawność fizyczną?*

Annotation. *The article presents the results of research on the implementation of the curriculum of elective classes in junior high schools in Podlaskie Voivodeship. This raises the question of what optional classes the youth chose and whether they meet their*

expectations. Are they held during PE classes or after classes? Do they influence the development of young people? Do the elective courses fulfill their goals? Are students eager to attend, or is their interest in physical education generally increasing? What to do for the student to verify and influence his physical fitness?

Ключові слова: школа, фізична культура, факультативні заняття.

Ключевые слова: школа, физическая культура, факультатив.

Key words: school, physical education, extracurricular activities.

Trafność tematu badań. Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 roku wprowadzono nową podstawę programową wychowania przedszkolnego i kształcenia ogólnego we wszystkich typach szkół. Wprowadzono również zmiany w zakresie tematyki wychowania fizycznego [1,2].

Obecnie rolą szkoły jest przekazanie uczniom niezbędnych wiadomości, praktycznych umiejętności i kompetencji aby stali się świadomymi i samodzielnyimi współtwórcami własnego życia. Szkoła powinna wprowadzić ucznia w świat wartości kultury fizycznej. Wartości te powinny stać się fundamentem postaw uczniów wobec aktywności fizycznej. Środowisko szkolno-wychowawcze dążąc do realizacji tego zadania powinno być otwarte na nowoczesność oraz zmiany zachodzące w oświacie. Dlatego najważniejszym celem współczesnego wychowania fizycznego jest tworzenie czynników do pełnego, perspektywicznego rozwoju człowieka mądrego, sprawnego i zaradnego życiowo, nawiązującego otwarte kontakty z innymi ludźmi, wychowanego do nieprzerwanej dbałości o zdrowie oraz funkcjonującego w twórczy sposób w aktualnej i przyszłej rzeczywistości [3].

Cel badania. Określenie stosowania nowej podstawy programowej w realizacji programu zajęć fakultatywnych w szkołach gimnazjalnych województwa podlaskiego.

Organizacja i przebieg badań. Badania przeprowadzono w ramach studenckiego koła naukowego Wyższej Szkoły Wychowania Fizycznego i Turystyki w Białymstoku z lat 2011-2018. Materiał zawarty w artykule pochodzi z badań, które zostały przeprowadzone w latach po roku 2010. Dobór opracowań był celowy, tj. zmierzający do zebrania wszystkich wyników, ich zanotowania i ponownego przeliczenia, wg zakładanych argumentów niniejszych badań, celem analizy i odpowiedzi na postawione zagadnienia badawcze. Badaniem została objęta

wyselekcjonowana grupa komputerowych maszynopisów, zawierająca wyodrębnione statystyki liczbowe uczniów z I - II i III-klas gimnazjalnych z terenu województwa podlaskiego, która ewidentnie określiła preferencje co do wybranego fakultetu wychowania fizycznego. Przeanalizowano treść ponad 15-prac. Zgodność badawcza i kompletność tych danych, ukonstytuowała ostatecznie 8 prac, z których wyselekcjonowano niezbędne wyniki do dalszych etapów realizacji celu badania.

Wyniki badań. W tabeli nr 1 przedstawiono wyniki badań wyboru fakultetów w badanych szkołach gimnazjalnych województwa podlaskiego. Biorąc pod uwagę kompletność danych w badanych pracach do opracowania przyjęto dwanaście szkół. Odpowiedź „tak” oznacza, że dany fakultet był realizowany, natomiast „nie” mówi o braku jego realizacji. Z przeprowadzonych badań wynika, że oferta szkół co do realizacji fakultetów jest w zdecydowanej większości ograniczona do wyboru fakultetu sportowego. Dziwi fakt, że fakultet turystyczny czy też taneczny nie był realizowany w większości szkół, gdyż do ich realizacji nie są potrzebne szczególne warunki.

Tabela 1. Wybór realizacji fakultetów w badanych szkołach

pleć fakultet	szk oła 1	szk oła 2	szk oła 3	szk oła 4	szk oła 5	szk oła 6	szk oła 7	szk oła 8	szk oła 9	szk oła 10	szk oła 11	szk oła 12
chłopcy												
sport	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	nie
rekreacja	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	nie	tak	tak
turystyka	nie	tak	tak	nie	tak	tak	nie	nie	tak	nie	nie	nie
taniec	nie	tak	tak	nie	tak	tak	nie	nie	nie	nie	nie	nie
dziewczeta												
sport	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	tak	nie
rekreacja	tak	tak	tak	tak	tak	tak	nie	nie	tak	nie	tak	tak
turystyka	nie	tak	tak	nie	tak	nie	nie	tak	nie	nie	nie	nie
taniec	tak	tak	tak	nie	tak	tak	tak	nie	tak	nie	nie	nie

Okazało się, że najbardziej liczną grupę prezentuje aglomeracja poza-białostocka (teren) - 513 analizowanych gimnazjalistów, a aglomeracja białostocka - 492-gimnazjalistów. Należy zwrócić uwagę, iż pomimo, że autorzy niektórych badanych opracowań wskazywali, że dokonują oceny młodzieży z klas gimnazjalnych I-III, to jednak nie odnotowano wykazów liczbowych co do wybieranych fakultetów wychowania fizycznego na etapie edukacyjnym w kasie III. Wyniki w tabeli 2 na poziomie zmiennej klasa III w aglomeracji białostockiej nie zawierają danych liczbowych. W związku z tym nie ujęto ich w statystykach procentowych zaprezentowanych.

Tabela 2. Liczebność gimnazjalistów w klasach I-III, wybierających dany fakultet

klasa/wybrany fakultet		Białystok	Teren	Suma
Klasa I	sportowy	164	54	218
Klasa I	rekreacyjny	27	50	77
Klasa I	turystyczny	28	51	79
Klasa I	taniec	29	14	43
Klasa II	sportowy	130	88	218
Klasa II	rekreacyjny	53	51	104
Klasa II	turystyczny	29	17	46
Klasa II	taniec	32	16	48
Klasa III	sportowy	0	81	81
Klasa III	rekreacyjny	0	45	45
Klasa III	turystyczny	0	15	15
Klasa III	taniec	0	31	31
Suma		492	513	1005

Najliczniej wybieranym fakultetem był sport, zarówno u dziewcząt 33,8% jak i chłopców 36,7%. W przypadku tych drugich oni także na tym samym poziomie wybierali fakultet o charakterze rekreacyjnym – 36,7%. Natomiast dziewczęta na poziomie 27%. Na wykresie 1 i 2 zaprezentowano procentowy podział wybieranych fakultetów przez dziewczęta i chłopców.

Wnioski:

1. Oferta szkół co do realizacji fakultetów jest w zdecydowanej większości ograniczona do fakultetu sportowego, zwłaszcza na terenie Białegostoku;

2. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej dotyczące fakultetów nie obliguje nauczycieli do realizacji wszystkich rodzajów fakultetów w toku nauki;

3. Podobny problem występuje również w nowym rozporządzeniu, gdzie edukacja zdrowotna została przyporządkowana do rekreacji. Wynika z tego, że w szkołach w których nie będzie realizowana rekreacja nie będzie edukacji zdrowotnej;

4. Nauczyciele powinni w większym stopniu zadbać o atrakcyjność fakultetów zwłaszcza w odniesieniu do dziewcząt;

5. Realizowane fakultety nie powinny być utożsamiane z obowiązkowymi zajęciami wychowania fizycznego w ramach podstawy programowej;

6. Nauczyciele wychowania fizycznego powinni uczestniczyć w szkoleniach w zakresie przygotowania do realizacji wszystkich fakultetów.

Bibliografia:

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 26 sierpnia 2009 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania sprawdzianów i egzaminów w szkołach publicznych, Dz. U. nr 141, poz. 1150.

2. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 grudnia 2003 r., w sprawie dopuszczalnych form realizacji dwóch godzin obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego, Dz. U. nr 217, poz. 2128.

3. Tumilowicz-Lesiuk D. Zajęcia Fakultatywne w wychowaniu fizycznym wprowadzone w ramach reformy Programowej w 2009 roku w ocenie uczniów i nauczycieli wybranych gimnazjów. UKW Bydgoszcz. - 2017. - S. 148.

Банах В.І. <https://orcid.org/0000-0002-0903-5002>

ПЕРСОНАЛІЗОВАНИЙ ПІДХІД ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія ім.
Тараса Шевченка

Анотація. У публікації обґрунтовується необхідність застосування персоналізованого підходу фізичного виховання. Встановлено, персоналізоване навчання базується на індивідних, особистісних та емоційно почуттєвій сфері особистості. В статті представлені форми персоналізованого