

**ANALIZA ZAJĘĆ FAKULTATYWNYCH Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA  
PRZYKŁADZIE GIMNAZJUM IM. JANA PAWŁA II  
W SOKYLCE**

**J. Sarosiek**

*Promotor – dr. K. Sodolewski*

*Wyższa Szkoła wychowania fizycznego i turystyki w Białymstoku*

**Wstęp.** W dzisiejszych czasach coraz więcej młodych ludzi ma kiepską sprawność fizyczną. Coraz więcej młodzieży jest otyła lub ma nadwagę, korzysta z różnych używek, takich jak alkohol, papierosy, narkotyki czy też słodczyce lub nadmierne jedzenie. Coraz więcej młodych ludzi jest uzależnionych od obecnych zdobycz techniki takich jak komputer, smartfon czy też telewizor [1, s. 82]. Ważne jest zatem, aby zainteresować ich czymś pozytywnym, dzięki czemu mogliby uwolnić się od tych problemy. Bez wątplenia lekarstwem na to wszystko jest aktywność ruchowa, którą wzbudza zainteresowanie coraz większej rzeszy ludzi [2, s. 46]. Wprowadzenie zajęć fakultatywnych z wychowania fizycznego w szkole przyczynia się do pokazania młodzieży alternatywnych sposobów spędzania wolnego czasu [3, s. 136]. Jest to atrakcyjny program moim zdaniem, ponieważ udostępnia im wybór jak chcą spędzić czas po lekcji. Fakultety z wychowania fizycznego dostępne obecnie w szkołach to: sportowe, rekreacyjne, turystyczne oraz taneczne. Widać zatem, że uczniowie mogą wybrać taką formę ruchu jaka im najbardziej odpowiada.

**Celem** głównym niniejszej pracy było sprawdzenie czy fakultety przyczyniły się do wzrostu zainteresowania aktywnością fizyczną przez uczniów.

Celem pośrednim pracy było przedstawienie punktu widzenia uczniów odnośnie zajęć fakultatywnych z wychowania fizycznego, czy uczniowie lubią wybrane przez siebie zajęcia, czy uczęszczają na nie aktywnie oraz które z nich uważają za najciekawsze? Pytania badawcze. W odniesieniu do celu pracy, problemu badawczego oraz hipotezy ogólnej w pracy odpowiedziano na poniższe pytania badawcze:

1. Czy fakultety z WF przyczyniły się do wzrostu zainteresowania aktywnością ruchową wśród uczniów gimnazjum?
2. Czy uczniowie są zadowoleni z podziału na fakultety oraz zajęcia ogólne z WF?
3. Jakie fakultety cieszą się największą popularnością wśród uczniów gimnazjum?
4. Jaki ma wpływ nauczyciel wychowania fizycznego na przyszłość uczniów?
5. Czy program fakultetywny spełnia swoją rolę?

**Metody i organizacja badań.** W odniesieniu do celu oraz problematyki pracy zastosowano następujące metody badawcze:

1. Analizę piśmiennictwa.
2. Metodę sondażu diagnostycznego.

Pierwsza metoda została zastosowana w celu opisu zagadnień związanych z tematem pracy, czyli kultury fizycznej, gimnazjum, zajęć fakultatywnych, podstawy programowej oraz czasu wolnego. Została ona użyta do przeanalizowania literatury. Druga metoda została wykorzystana w celu uzyskania oraz przedstawienia wyników badań na podstawie kwestionariusza ankiety rozdanej uczniom w trzech klasach w Gimnazjum nr 1 im. Jana Pawła II w Sokylce. Kwestionariusz zawierał do określenia; 1. płeć: 2. wiek: 3. klasę: 4. czy interesujesz się sportem? 5. czy przed rozpoczęciem nauki w gimnazjum interesowałeś/aś się sportem? 6. czy uprawiasz jakąś dyscyplinę sportową? jeśli tak, to jaką? 7. jak często w tygodniu ćwiczysz w czasie wolnym? 8. jak często ćwiczysz na zajęciach wychowania fizycznego w szkole? 9. jak często uczęszczasz na zajęcia fakultatywne z wychowania fizycznego? 10. czy udział w zajęciach fakultatywnych sprawił, iż zacząłeś/zaczęłaś interesować się zajęciami ruchowymi w czasie wolnym? 11. jakie zajęcia fakultatywne podobają Ci się najbardziej? 12. czy podobają Ci się wybrane przez Ciebie zajęcia fakultatywne z wychowania fizycznego? 13. co sądzisz o podziale na zajęcia fakultatywne oraz ogólne zajęcia z wychowania fizycznego? Czy jest on ? 14. w jaki sposób najczęściej spędzasz czas wolny?

**Wnioski:**

1. Fakultety są ciekawym rozwiązaniem dla uczniów gimnazjum, którzy mogą wybrać zajęcia ich interesujące w ramach nauki.
2. Fakultety z wychowania fizycznego przyczyniają się do wzrostu zainteresowania aktywnością ruchową wśród uczniów.
3. Nauczyciele wychowania fizycznego to osoby, które muszą ciągle zdobywać nowe umiejętności i rozwijać się w kierunku kultury fizycznej poprzez doszkalanie się.

4. Większość uczniów chętnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego oraz w fakultetach z wychowania fizycznego.

5. Ponad jedna trzecia uczniów w czasie wolnym najwięcej czasu poświęca na rekreację oraz sport. Jednak spora część uczniów jest bardziej pochłonięta mediami, TV oraz telefonem i komputerem.

6. Podstawa programowa powinna być ciągle ulepszana, tak aby zrealizowała wszystkie swoje cele i założenia, umożliwiając uczniom wzięcie czynnego udziału w kulturze fizycznej w ciągu całego przyszłego życia.

7. Prawie jedna czwarta uczniów nie ćwiczy w czasie wolnym, natomiast pozostałe trzy czwarte ćwiczą przynajmniej raz w tygodniu.

### **Bibliografia**

1. Dąbrowski A., Zarys Teorii Rekreacji Ruchowej, WSE, AWF, Warszawa, 2006, s. 156.
2. Kołodziej M., Polak E., Michno M., Kołodziej J., Kurzak M., Lekcje wychowania fizycznego w gimnazjum – poradnik metodyczny, FOSZE, Rzeszyw, 2010, s. 89.
3. Osiński W., Teoria wychowania fizycznego, AWF, Poznań, 2011, s. 286.