



Regina Kumala, Małgorzata Krzak  
AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO WE WROCŁAWIU

## RETROSPEKTYWNY OBRAZ NAUCZYCIELA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO A POSTAWA STUDENTA WOBEC AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ

### ABSTRACT

A retrospective image of the P.E. teacher versus the student's attitude towards physical activity

**Background.** The authors got interested in the problem of the P.E. teacher's role on various stages of the school education, particularly the ways of forming in pupils a proper attitude towards taking up physical activity in everyday life, also after leaving school. The approach is often defined as a permanent organization of emotional, motivational and incentive cognitive processes, associated with a given aspect of the individual's world: in the case of this study it is motor activity. **Material and methods.** The research comprised 129 students of three colleges, namely: Wrocław University, University School of Physical Education in Wrocław and The Witelon University of Applied Sciences in Legnica, who as representatives of the selected age group, thanks to their retrospective look at the image of P.E. teacher from years of their compulsory education, may become sources in invaluable knowledge about the role of the teacher with reference to the forming of such attitudes towards taking the physical activity in their daily living. The diagnostic survey was used, i.e. a questionnaire designed by the authors. **Results.** Only Wrocław University students had a negative image of their P.E. lessons, which resulted in lower physical activity. Students of the other two schools liked their P.E. lessons and indicated relax and pleasure as the main motives of taking up physical activities. **Conclusions.** The study confirmed the importance of the P.E. teacher for the future attitude towards physical activity.

**Key words:** P.E. teacher, attitude towards physical activity

### WPROWADZENIE

Współczesny świat się zmienia, a wraz z nim ludzie. Przemianom zatem podlegają również nauczyciele polskiej szkoły. Od nich oczekuje się, jak twierdzi Denek, „[...] by byli promotorami zmian, specjalistami w dziedzinie metod kształcenia, znawcami przedmiotu nauczania, ludźmi wrażliwymi na potrzeby swoich wychowanków, lokalnego środowiska, a przy tym oczywiście ludźmi twórczymi i dyspozycyjnymi” [1, s. 124]. Rzeczywistość polskiej szkoły pokazuje jednak, że nauczyciel jest uwikłany w konflikt ról zawodowych, który – zdaniem Ostrowskiej – stanowi jedną z psychologicznych stron problemu wypalenia zawodowego [2, s. 16–17]. Wskazane zjawiska dotyczą nauczycieli różnych przedmiotów szkolnych, w tym także nauczyciela wychowania fizycznego.

Postawa nauczyciela wychowania fizycznego ma bardzo istotny wpływ na udział młodych pokoleń w aktywności fizycznej. „Przygotowanie ucznia do podejmowania aktywności ruchowej bez stymulowania go przez nauczyciela wymaga – jak twierdzi Umiasłowska – wykształcenia trwałej postawy wobec uczestnictwa w kulturze fizycznej” [3, s. 170].

Można zauważyć, że nastawienie studentów różnych uczelni do aktywności fizycznej jest zazwyczaj uwarunkowane doświadczeniami zdobytymi na lekcjach wychowania fizycznego w szkołach podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. Doświadczenia te niejednokrotnie dotyczą nie tylko tego, co studenci robili na lekcjach wychowania fizycznego, jakie zdobyli umiejętności i wiedzę, ale bardzo często są związane z postawą nauczyciela wychowania fizycznego wobec swoich wychowanków. To właśnie

postawa nauczyciela wychowania fizycznego, z którym student miał wcześniej kontakt, w istotny sposób mogła przyczynić się do podejmowania bądź unikania przez niego aktywności fizycznej w życiu codziennym.

Czy zatem retrospektywny obraz nauczyciela wychowania fizycznego może mieć wpływ na postawę studenta wobec aktywności fizycznej? Na to pytanie i kilka innych problemów, które się z nim łączą, postanowiły odpowiedzieć autorki niniejszego doniesienia.

### CEL BADAŃ

Celem badań było poznanie opinii studentów wybranych uczelni wyższych dotyczących obrazu nauczyciela wychowania fizycznego w odniesieniu do deklarowanych przez nich postaw wobec aktywności fizycznej.

W pracy postawiono następujące pytania badawcze:

1. Jaka jest deklarowana postawa wobec aktywności fizycznej studentów wybranych uczelni wyższych?
2. W jakich formach aktywności fizycznej uczestniczą badani w czasie wolnym?
3. Jakie są motywy podejmowania przez nich aktywności fizycznej?
4. Który z nauczycieli na poprzednich etapach edukacji, według opinii badanych, w największym stopniu przyczynił się do obecnie deklarowanej postawy wobec aktywności fizycznej?

### MATERIAŁ I METODY BADAŃ

Badaniami objęto 129 studentów, w tym 30 studentów Wydziału Wychowanie Fizyczne Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, 41 studentów Uniwersytetu Wrocławskiego (różnych kierunków) oraz 58 studentów Wydziału Pedagogiki, Turystyki i Rekreacji Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. Witelona w Legnicy (kierunku turystyka i rekreacja). Dobierając materiał badawczy, założono, że występują różnice w opiniach studentów różnych szkół wyż-

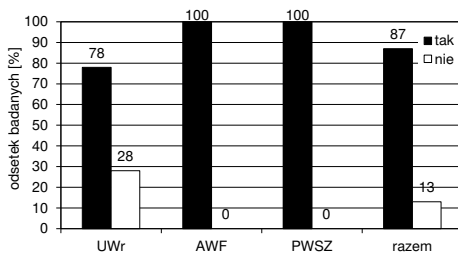
szych (m.in. niezwiązanych bezpośrednio z kierunkiem wychowanie fizyczne) dotyczących spostrzeżeń i doświadczeń wynikających z bezpośredniego kontaktu z nauczycielami wychowania fizycznego w toku dotychczasowej edukacji. Podczas badań zastosowano metodę sondażu diagnostycznego, wykorzystując kwestionariusz ankietowy RG 01/2011 własnego autorstwa. Badania miały charakter anonimowy i dobrowolny.

### WYNIKI

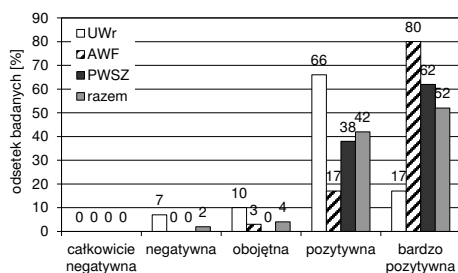
Można przypuszczać, że aktywność fizyczna jest działaniem chętnie podejmowanym przez osoby o pozytywnej wobec niej postawie. Autorki analizę wyników rozpoczęły zatem od sprawdzenia deklarowanych odpowiedzi na pytanie: „Czy Pan/Pani lubi aktywność fizyczną?”. Dane zaprezentowane na rycinie 1 wskazują jednoznacznie, że istnieją wyraźne różnice w deklaracjach studentów z wybranych uczelni. Zgodnie z oczekiwaniami autorek aktywność fizyczną zdecydowanie preferują studenci AWF we Wrocławiu oraz PWSZ w Legnicy (100%), w przeciwieństwie do studentów UW r, wśród których około 1/3 nie lubi aktywności fizycznej (28%). Spośród wszystkich badanych tylko około 13% nie lubi aktywności fizycznej.

W celu potwierdzenia wyników uzyskanych na podstawie poprzedniego pytania poproszono respondentów o określenie swojej postawy wobec aktywności fizycznej. Rezultaty przedstawiono na rycinie 2.

Na podstawie analizy wyników stwierdzono, że bardzo pozytywne nastawienie wobec aktywności fizycznej ma ponad po-



Ryc. 1. Procentowy rozkład odpowiedzi ankietowanych na pytanie: „Czy Pan/Pani lubi aktywność fizyczną?”



Ryc. 2. Procentowy rozkład odpowiedzi ankieterów uzyskanych w odniesieniu do twierdzenia: „Postawa Pana/Pani wobec aktywności fizycznej jest...”

łowa badanych (52%). Nie uzyskano skrajnie negatywnych odpowiedzi, trzeba jednak zaznaczyć, że w grupie badanych studentów UW r negatywną postawę wskazało 7%. Wynik ten może stanowić potwierdzenie rezultatów otrzymanych na podstawie poprzedniego pytania, na które również tylko studenci UW r udzielili odpowiedzi, iż nie lubią aktywności fizycznej. Postawę obojętną zadeklarowało 10% badanych studentów UW r i 3% studentów AWF we Wrocławiu. Należy podkreślić, że największe zróżnicowanie odpowiedzi odnotowano wśród badanych studentów UW r.

Autorki starały się określić także formy aktywności fizycznej, w których uczestniczą respondenci. Wyniki zaprezentowano na rycinie 3. Ze względu na możliwość wielokrotnego wyboru odpowiedzi przedstawiono wartości liczbowe, a nie procentowe.

Wśród określonych form aktywności fizycznej podejmowanych w czasie wolnym

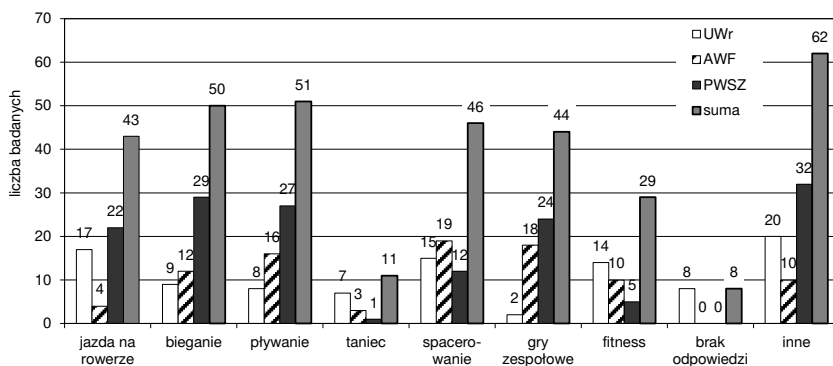
najwięcej respondentów wskazało bieganie. Niewiele mniej osób wymieniło pływanie. Badani w zbliżonej liczbie w trzeciej kolejności zaznaczyli spacerowanie, jazdę na rowerze i gry zespołowe. Między studentami wybranych uczelni wystąpiły różnice, wśród których warto podkreślić na przykład tę dotyczącą jazdy na rowerze. Bardzo mało studentów AWF we Wrocławiu w stosunku do słuchaczy UW r i PWSZ w Legnicy korzysta z tej formy aktywności.

Na uczestnictwo w aktywności fizycznej wpływ mogą mieć różne czynniki, zarówno wewnętrzne, jak i zewnętrzne. Autorki zapytały zatem respondentów, co lub kto decyduje o tym, że dana osoba podejmuje aktywność fizyczną.

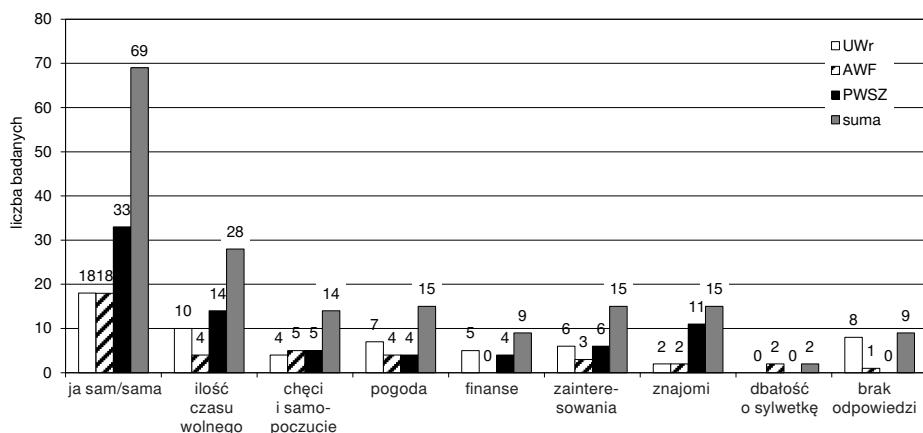
Wyniki zaprezentowano na rycinie 4. Ze względu na możliwość wielokrotnego wyboru odpowiedzi przedstawiono, podobnie jak w przypadku ryciny 3, wartości liczbowe, a nie procentowe.

Najwięcej osób spośród badanych twierdziło, że o podejmowaniu aktywności fizycznej decydują sami. Kolejnymi czynnikami były: ilość czasu wolnego i pogoda, chęci i samopoczucie oraz zainteresowania i znajomi. W najmniejszym stopniu według badanych na ich udział w aktywności ruchowej wpływają finanse oraz dbałość o sylwetkę.

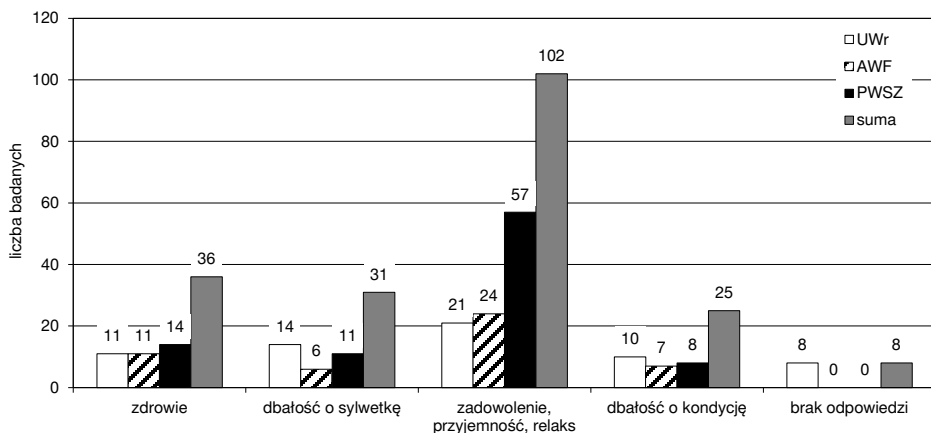
W kręgu zainteresowań auterek znalazły się motywy kierujące decyzjami o uczestnictwie w aktywności fizycznej przez studentów, dlatego oprócz pytania: „Co lub kto decyduje o podejmowaniu przez Pana/Panią aktywności fizycznej?”, które zadano respon-



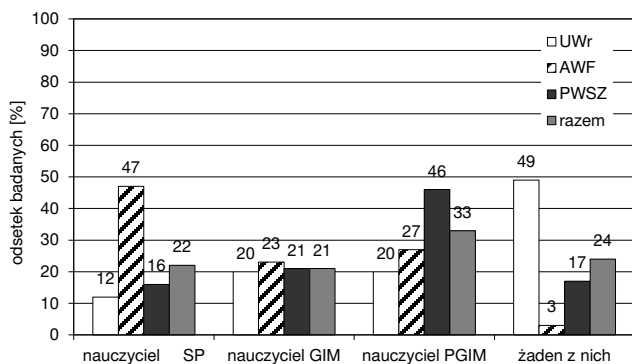
Ryc. 3. Rozkład odpowiedzi ankieterów na pytanie: „Jakie formy aktywności fizycznej podejmuje Pan/Pani w czasie wolnym?”



Ryc. 4. Rozkład odpowiedzi ankietowanych na pytanie: „Co lub kto decyduje o podejmowaniu przez Pana/Panią aktywności fizycznej?”



Ryc. 5 Rozkład odpowiedzi ankietowanych na pytanie: „Dlaczego Pan/Pani podejmuje aktywność fizyczną?”



Ryc. 6. Procentowy rozkład odpowiedzi ankietowanych na pytanie: „Który z nauczycieli wychowania fizycznego z poprzednich etapów edukacji w największym stopniu wpłynął na Pana/Panią obecną postawę wobec aktywności fizycznej?”

dentom, zapytano ich wprost o to, dlaczego postanowili być aktywni fizycznie. Wyniki zaprezentowano na rycinie 5, podając wartości liczbowe z powodu możliwości udzielenia przez badanych więcej niż jednej odpowiedzi.

Z analizy danych zawartych na rycinie 5 wynika, że zdecydowana większość badanych jako główny motyw podejmowania aktywności fizycznej wskazała zadowolenie, przyjemność oraz relaks. W drugiej kolejności respondenci wymienili zdrowie, a w następnej dbałość o sylwetkę oraz kondycję. Dwa ostatnie motywy zaznaczyły osoby w zbliżonej liczbie.

Rozpatrując wyniki różnicujące studentów wybranych uczelni, należy zauważyć, że na przykład w deklaracjach dotyczących zadowolenia, przyjemności i relaksu jako motywu podejmowania aktywności fizycznej prawie 100% studentów PWSZ w Legnicy wybrało tę odpowiedź. Studenci pozostałych uczelni wskazali również ten motyw jako najważniejszy, jednak ich liczba była mniejsza. W odniesieniu do pozostałych motywów nie zaobserwowano różnic między studentami objętymi badaniem.

Oprócz oczywistego wpływu środowiska rodzinnego na kształtowanie się postawy wobec aktywności fizycznej u młodego człowieka niewątpliwie znaczenie dla tego procesu może mieć środowisko szkolne, a w szczególności nauczyciel wychowania fizycznego. W związku z tym autorki podjęły próbę rozpoznania opinii badanych na temat wpływu nauczycieli wychowania fizycznego z określonego etapu edukacji na ich obecną postawę wobec aktywności fizycznej. Rezultaty ilustruje rycina 6.

Na podstawie analizy wyników można stwierdzić, że w odniesieniu do nauczyciela gimnazjum deklaracje badanych były bardzo zbliżone, w odniesieniu do nauczyciela szkoły podstawowej natomiast zdecydowanie studenci AWF we Wrocławiu wskazali jego osobę jako tego nauczyciela z poprzednich etapów edukacji, który w największym stopniu wpłynął na ich obecną postawę wobec aktywności fizycznej. Dla studentów PWSZ w Legnicy nauczycielem tym okazał się z kolei nauczyciel szkoły ponadgimnazjalnej. Interesujące jest to, że prawie 50% studentów

UWr uznało, że żaden z nauczycieli wychowania fizycznego nie miał wpływu na ich nastawienie do aktywności fizycznej.

## DYSKUSJA

Aktywność fizyczna w ujęciu terminologicznym bardzo często jest używana zamiennie z aktywnością ruchową. Jak twierdzą Bouchard i Shephard [4], aktywność fizyczna to każda praca wykonywana przez mięśnie szkieletowe, charakteryzująca się ponadspoczynkowym wydatkiem energetycznym. Kontrowersje związane z definiowaniem wymienionych pojęć warto jednak rozpatrzeć, wskazując cel tego typu aktywności. Zdaniem Grabowskiego [5] jest nim zwiększenie możliwości własnego ciała w zakresie zaspokajania różnych potrzeb jednostki w obrębie różnorodnych obszarów kultury fizycznej. Aktywność fizyczną można również określać jako „[...] proces edukacyjny, którego najważniejszym elementem na gruncie kultury fizycznej nie jest usprawnianie, lecz uzyskanie nawyku podejmowania prozdrowotnych czynności ruchowych” [6, s. 52]. Mając na myśli proces edukacyjny, należy pamiętać o istotnej roli nauczyciela wychowania fizycznego. Przygotowanie do podejmowania aktywności ruchowej w życiu dorosłym wymagać będzie od niego ukształtowania u ucznia trwałej postawy wobec uczestnictwa w kulturze fizycznej. Okaże się to możliwe, jeśli nauczyciel nie ograniczy się jedynie do bycia instruktorem ćwiczeń cielesnych, jak uważa Pawłucki [7], a stanie się także przewodnikiem po kulturze ciała. Oznacza to, że osiągnięcie powyższy cel, jeżeli nie skoncentruje się wyłącznie na biotechnologicznej stronie procesu edukacyjnego, a taką samą lub większą wagę będzie przykładał do procesu wychowawczego, rozwijając u ucznia kierunkowe dyspozycje osobowościowe.

Przeprowadzone badania dostarczyły interesujących informacji dotyczących opinii badanych na temat wpływu nauczycieli wychowania fizycznego na ich obecną postawę wobec aktywności fizycznej. Retrospektywny obraz nauczyciela wychowania fizycznego, który wyłonił się na podstawie odpowiedzi studentów UWr, zdecydowanie różni się od

obrazu nakreślonego przez słuchaczy pozostałych badanych uczelni. Prawdopodobnie świadomość i wiedza studentów kierunków blisko związanych z kulturą fizyczną na temat roli nauczyciela wychowania fizycznego w kształtowaniu postaw wobec aktywności fizycznej są o wiele większe. Prawie połowa studentów UWr nie powiązała obecnego nastawienia do aktywności fizycznej z nauczycielem wychowania fizycznego, argumentując swoją odpowiedź negatywnymi spostrzeżeniami, na przykład brakiem autorytetu nauczyciela tego przedmiotu, monotonią prowadzenia zajęć czy niewłaściwą postawą prezentowaną przez nauczyciela. Można zatem stwierdzić, iż mimo raczej negatywnych wspomnień dotyczących lekcji wychowania fizycznego postawa wobec aktywności fizycznej badanych studentów UWr nie wiąże się z nauczycielem wychowania fizycznego.

Słuchacze wszystkich badanych uczelni zadeklarowali pozytywne nastawienie wobec aktywności fizycznej, z wyjątkiem niewielkiej grupy studentów UWr, która określiła swoją postawę wobec aktywności fizycznej jako negatywną.

Głównym motywem podejmowania aktywności fizycznej przez słuchaczy trzech badanych uczelni był relaks, rozumiany przez nich również jako przyjemność i zadowolenie. Motyw ten sugeruje, iż aktywność fizyczna odgrywa istotną rolę w życiu studentów, eliminując negatywne napięcia związane z codziennymi wyzwaniem (na przykład nauką, pracą czy problemami osobistymi). Taki sposób radzenia sobie ze stresem można zatem uznać za element prozdrowotnego stylu życia, a określone formy aktywności ruchowej – za czynności prozdrowotne.

#### PODSUMOWANIE

Opinie studentów UWr wskazują na to, jak ważne i istotne są nastawienie nauczyciela wychowania fizycznego oraz jego rola w kształtowaniu postaw swoich podopiecznych wobec kultury fizycznej. Nauczyciele nie uwzględniają tego, że ich niewłaściwa postawa prezentowana na lekcjach wycho-

wania fizycznego, przejawiająca się na przykład w monotonii zajęć, może w znaczący sposób zaważyć na negatywnym stosunku do całonocnej aktywności fizycznej ich wychowanka.

Przypuszczalnie spojrzenie na swe uprzednie doświadczenia związane pośrednio z lekcją wychowania fizycznego, a bezpośrednio z nauczycielem tego przedmiotu pozwoliło studentom na krytyczną analizę wpływu nauczyciela wychowania fizycznego na ich obecne nastawienie do aktywności fizycznej.

Należy zatem pamiętać, jak twierdzi Wereszczyńska, że to właśnie nauczyciel jako wychowawca młodego pokolenia „[...] w poczuciu odpowiedzialności za dobre przygotowanie ucznia do dorosłego życia, [...] powinien dążyć do nabywania nowych wiadomości i umiejętności na miarę potrzeb współczesnego społeczeństwa, jak też prognozowanych na przyszłość” [8, s. 164–165].

#### BIBLIOGRAFIA

- [1] Denek K., Ku dobrej edukacji, Akapit, Toruń-Leszno 2005, 124.
- [2] Ostrowska M., Wypalenie zawodowe nauczycieli wychowania fizycznego a wypadkowość szkolna, *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*, 2008, 5, 13–18.
- [3] Umiałowska D., Zadania nauczyciela w przygotowaniu ucznia do podejmowania aktywności ruchowej, *Roczniki Naukowe AWF w Poznaniu*, 2005, 54, 167–171.
- [4] Bouchard C., Shephard R.J., Physical Activity, Fitness and Health: The model and the key concepts, [w:] Bouchard C., Shephard R.J., Stephens T. (red.) *Physical Activity, Fitness and Health, Human Kinetics, Champaign 1994*, 77–88.
- [5] Grabowski H., Teoria fizycznej edukacji, WSiP, Warszawa 1997.
- [6] Tomczak M., Walczak M., Wybrane aspekty aktywności fizycznej studentów turystyki i rekreacji oraz ich rodziców w kontekście zachowań zdrowotnych, [w:] Kaiser A., Sokołowski M. (red.), Środowisko społeczno-przyrodnicze a aktywność fizyczna człowieka, Wielkopolska Wyższa Szkoła Turystyki i Zarządzania w Poznaniu, Poznań 2010, 51–64.
- [7] Pawłucki A., *Pedagogika wartości ciała*, AWF, Gdańsk 1996.
- [8] Wereszczyńska K., Współczesny wychowawca w opinii studentów specjalności pedagogicznych – przyszłych nauczycieli, [w:] Denek K., Kamińska A., Kojs W., Oleśniewicz P. (red.), *Edukacja jutra. Kształcenie i wychowanie*, Humanitas, Sosnowiec 2011, 148–165.