

Rekreacyjne uprawianie sportu w perspektywie samooceny umiejętności sportowych studentów

Recreational sport activity viewed in the self-assessment perspective of sporting skills by students

W polskim społeczeństwie dominuje bierny sposób wypoczynku. Przyczyn takiego stanu rzeczy jest wiele. Jedną z nich jest brak umiejętności sportowych lub ich niski poziom, często będący przyczyną obaw przed ośmieszeniem, a tym samym zniechęcający do własnej aktywności sportowej w czasie wolnym.

Osoby dorosłe wykorzystują w celach rekreacyjnych głównie sporty indywidualne¹. Natomiast w zajęciach ruchowych na każdym poziomie edukacji preferowane są zespołowe gry sportowe a zaniedbywane gimnastyka i lekka atletyka. W niedostatecznym stopniu prezentowane są natomiast formy ruchowe przydatne w samodzielnej rekreacji fizycznej.

Działanie człowieka jest ograniczone przez czynniki zewnętrzne i wewnętrzne, ale może on wpływać na kształtowanie tych czynników, a przy silnej motywacji może osiągnąć założony cel nawet w nieprzychylnych warunkach. W zakresie warunków wewnętrznych ważne jest między innymi to, jakimi instrumentalnymi właściwościami (poziom wiedzy, umiejętności, zdolności) dysponuje podmiot².

¹ R. Winiarski: *Spór o istotę rekreacji fizycznej: dylematy teoretyczne – konsekwencje wychowawcze*. „Wychowanie fizyczne i sport” nr2/1991, s. 69-81; T. Wolańska: *Rekreacja ruchowa*. [W:] *Raport o kulturze fizycznej w Polsce*. Red.: Z. Krawczyk, R. Przywęda, T. Ulatowski. Warszawa 1989.

² T. Mądrzycki: *Osobowość jako system tworzący i realizujący plany*. Gdańsk 1996.

Głównym czynnikiem skłaniającym ludzi do podejmowania określonego rodzaju zachowań, w tym zmiany dotychczasowego sposobu postępowania, jest mechanizm poznawczy, określany w teorii A. Bandury mianem poczucia własnej skuteczności. Jeżeli człowiek ma silne przekonanie, że jest w stanie podjąć określone zadanie i wykonać je w swoim przekonaniu dobrze, to istnieje duże prawdopodobieństwo, że takie zadanie podejmie. Jeżeli nie ma on poczucia własnej skuteczności to nie przystąpi do tego zadania nawet jeśli jest przekonany o tym, że jest ono niezbędne, pożyteczne dla niego³.

Celem pracy jest pozyskanie wiedzy o poziomie umiejętności sportowych w badanym środowisku młodzieży akademickiej, które są jednym z warunków podejmowania czynnego uczestnictwa w rekreacji fizycznej w przyszłości, w całym dorosłym życiu.

W badaniach przyjęto hipotezę (H1) mówiącą, że im większe przekonanie mają studenci o swoich dużych umiejętnościach sportowych tym częściej uprawiają sport w czasie wolnym.

Młodzież mieszkająca w większych ośrodkach miejskich ma łatwiejszy dostęp do obiektów sportowych, klubów sportowych, imprez sportowych. Młodzież wiejska częściej realizuje zajęcia wychowania fizycznego w trudnych warunkach bazowych, bez sal gimnastycznych, bez boisk, bez sprzętu sportowego.

W związku z powyższym przyjęto drugą hipotezę (H2), która zakłada, że studenci pochodzący z dużych miast częściej od swoich rówieśników przekonani są o swoich bardzo dobrych umiejętnościach sportowych.

Materiał i metoda

W badaniach własnych zastosowano metodę sondażu diagnostycznego, a za podstawowe techniki zbierania danych empirycznych przyjęto badania ankietowe. Ankieta skierowana była do studentów studiów dziennych, do grupy wylosowanej spośród studentów wszystkich lat studiów, dająca możliwość oceny stanu kultury fizycznej badanego środowiska akademickiego.

Związki między zmiennymi badano za pomocą kilku miar. Użyto oparty na statystyce chi-kwadrat, współczynnik kontyngencji C Pearsona, który przyjmuje wartości od 0 do wartości zależnej od liczby pól

³ K. Sas-Nowosielski: *Wychowanie dla aktywności fizycznej*. Katowice 2003, s. 51-52.

tabeli korelacyjnej. Aby ułatwić porównania i interpretację wyników dokonano standaryzacji współczynnika względem wartości maksymalnej właściwej dla danego analizowanego przypadku. Zależność cech badano też za pomocą współczynnika V-Cramera. Interpretację otrzymanych miar korelacyjnych dokonywano na podstawie, przyjętej powszechnie dla badań pedagogicznych, klasyfikacji Andrzeja Góralskiego. Siłę związku między cechami ustalano też za pomocą stosunku korelacyjnego eta.

Przeprowadzone badania są badaniami reprezentacyjnymi, a reprezentatywną próbę uzyskano poprzez zastosowanie schematu losowania grupowego. Przed przystąpieniem do realizacji programu badań sporządzono zestawienie (operat losowania) wszystkich szkół wyższych działających na terenie Kielc (z uwzględnieniem liczby grup dziekańskich na poszczególnych wydziałach i latach studiów we wszystkich badanych uczelniach).

Posługując się powyższym zestawieniem dokonano doboru grupowego, przyjmując grupę dziekańską jako jednostkę losowania i losując 4% z 551 grup ponumerowanych kolejnymi liczbami. Założoną próbę stanowią 22 grupy dziekańskie, co przy teoretycznym założeniu o równej liczebności w grupach daje 563 studentów.

W badaniach wzięło udział 528 studentów. Do dalszej analizy, po odrzuceniu ankiet błędnie wypełnionych, niekompletnych, zakwalifikowano 513 osób (378 kobiet i 135 mężczyzn).

Badania przeprowadzono techniką audytoryjną, w salach wykładowych, podczas ćwiczeń, które dają w założeniu większą szansę na dużą frekwencję studentów na zajęciach niż wykłady, często traktowane jako nieobowiązkowe. Uzyskano wysoki stopień realizacji badań w założonej próbie losowej, który wyniósł 91,1%.

Oceniając reprezentatywność próby porównano rozkłady uzyskanych wyników z danymi Wojewódzkiego Urzędu Statystycznego w Kielcach. W próbie mamy do czynienia z nadreprezentacją kobiet (8,2%), natomiast reprezentatywność próby ze względu na miejsce studiowania wypada na niekorzyść uczelni niepublicznych – nadreprezentacja państwowych szkół wyższych wynosi 7,4%.

W próbie losowej znalazła się młodzież od 19 do 26 lat, ale większość z nich (92,2%) stanowią studenci pomiędzy 20 a 24 rokiem życia ($\bar{x}=21,6$ $s=1,3$), a 98% to osoby stanu wolnego. Blisko 40% badanych pod-

czas studiowania mieszkało z rodzicami, 22,4% w akademiku, a 21,4% w samodzielnych mieszkaniach.

Tylko co czwarty badany studiujący w kieleckich uczelniach na stałe mieszka w tym mieście (25,8%), natomiast blisko połowa (49%) pochodzi z małych miasteczek i wsi. Ludność wiejska zazwyczaj jest słabiej wykształcona. W dużej mierze pochodzenie terytorialne studentów odzwierciedla poziom wykształcenia ich rodziców. Tylko 13,4% rodziców posiada wykształcenie wyższe, blisko połowa legitymuje się wykształceniem średnim (47,8%) i zarówno wśród ojców jak też matek badanej młodzieży zdecydowanie przeważa ten poziom wykształcenia.

Wśród badanych 65,3% stanowią studenci Akademii Świętokrzyskiej, 27,1% Politechniki Świętokrzyskiej i 7,6% Wszechnicy Świętokrzyskiej. Co trzeci z badanych jest studentem pierwszego roku (32,2%), a co piąty czwartego roku studiów (19,3%). Najwięcej respondentów (33,3%) studiuje na kierunku zarządzanie i marketing, a najmniej na kierunkach technicznych (9,4%).

Wyniki i dyskusja

Wysoka samoocena umiejętności sportowych na pewno pomaga uwierzyć we własne możliwości podjęcia aktywności fizycznej bez narażania się na poczucie nieporadności ruchowej. Tylko 8,2% studentów ocenia swoje umiejętności sportowe jako bardzo dobre, niespełna połowa wyżej niż przeciętne, a co dwudziesty student uznaje je jako złe. Obserwacja rzeczywistości zdaje się przeczyć tym subiektywnym ocenom gdyż w salach gimnastycznych bardzo często można ujrzeć studentów nieporadnych ruchowo. Mniej niż połowa (45,4%) uważa, że posiada przeciętne umiejętności sportowe. Studenci obserwując umiejętności swoich koleżanek i kolegów z grupy zapewne uznają, że nie odbiegają od przeciętności, ale przeciętność w tym wypadku jest chyba zbyt optymistycznie pojmowana.

Mężczyźni częściej od kobiet i pochodzący z dużych miast częściej niż pochodzący ze wsi i mniejszych miast oceniają wyżej posiadane umiejętności sportowe. Są to związki istotne statystycznie, ale o słabej sile (tabela 1).

Tabela 1.
Samoocena umiejętności sportowych studentów (dane w %)

Kategoria badawcza	bardzo dobre	dobre	mniej niż dobre	istotność różnic	miara zależności
Płeć:					
kobiety	7,7	36,0	56,3	$\chi^2 = 6,1$	$C = 0,24$
mężczyźni	9,6	48,2	42,2	$p < 0,05$	$V = 0,20$
Rok studiów:					
I	7,5	27,4	65,1		
II	7,4	38,3	54,3	$\chi^2 = 9,87$	$C = 0,21$
III	11,6	44,9	43,5	p n.i.	$V = 0,12$
IV	5,8	41,9	52,3		
Pochodzenie terytorialne:					
wieś	3,9	37,8	58,3		
miasto do 10 tys. mieszk.	8,9	35,6	55,7	$\chi^2 = 18,98$	$C = 0,28$
miasto do 100 tys. mieszk.	3,7	39,5	56,8	$p < 0,05$	$V = 0,16$
miasto pow.100 tys. mieszk.	15,8	35,6	48,6		

Źródło: badania własne

Ponad połowa respondentów pochodzących z Kielc i innych dużych miast co najmniej jako dobre ocenia swoje umiejętności sportowe, a czterokrotnie częściej, we własnej ocenie, jako bardzo dobrze opanowane w porównaniu do studentów pochodzących ze wsi i średnich miast. Odsetek młodzieży dobrze i bardzo dobrze oceniającej posiadane umiejętności sportowe wzrasta przez pierwszy, drugi i trzeci rok studiów, a na czwartym roku obniża się.

Ważniejsze dla nas jest to jak wysoko student ocenia swoje umiejętności, niż to, jaki jest ich stan faktyczny w ocenie nauczyciela, czy prowadzącego badania. Od tego, co sądzi badany o swoich możliwościach zależy jego poczucie własnej skuteczności⁴, a tym samym pomyślność podjęcia aktywności fizycznej i nie zniechęcenia się do jej kontynuowania.

⁴ D.L. Rudolph, E. McAuley: *Self-efficacy and perceptions of effort: A reciprocal relationship*. "Journal and Sport & Exercise Psychology 18/1996, s. 216-223.

Tabela 2.
Poziom wybranych umiejętności sportowych w samoocenie
badanej młodzieży akademickiej (dane w %)

Umiejętność	umiem bardzo dobrze	umiem dobrze	umiem słabo	nie umiem	suma pozycji
	3	2	1	0	3 i 2
jazda na rowerze	71,9	26,9	0,8	0,4	98,8
gra w badmintona (kometkę)	19,1	49,7	19,7	11,5	68,8
gra w siatkówkę	7,6	61,2	29,6	1,6	68,8
pływanie	12,3	39,2	27,3	21,2	51,5
gra w koszykówkę	6,2	39,8	46,4	7,6	46,0
gra w tenis stołowy	6,6	35,9	39,4	18,1	42,5
gra w piłkę nożną	6,2	25,2	41,1	27,5	31,4
jazda na łyżwach	6,1	22,6	26,3	45,0	28,7
gra w tenis ziemny	1,4	15,8	32,3	50,5	17,2
jazda na nartach	1,9	11,9	20,1	66,1	13,8
pływanie kajakiem	1,4	9,0	18,3	71,3	10,4
jazda konno	1,4	4,5	15,2	78,9	5,9
karate/judo	1,2	2,3	9,8	86,7	3,5
żeglowanie	0,2	1,4	5,4	93,0	1,6

Źródło: badania własne

Umiejętnością opanowaną, na co najmniej dobrym poziomie, jest we własnej ocenie jazda na rowerze (98,8%), gra w siatkówkę i badmintona (po 68,8%), pływanie (51,5%), gra w koszykówkę (46,0%) i w tenis stołowy (42,5%). Ze względu na słaby dostęp do pływalni i zorganizowanych zajęć nauki pływania, należy uznać za pozytywny fakt posiadanie umiejętności pływania, na co najmniej dobrym poziomie, przez co drugiego badanego, a tylko co piąty nie umie pływać (21,2%). Gorzej jest w zakresie innych form wypoczynku latem na wodzie czy zimą na stoku narciarskim lub lodowisku – 2/3 badanej młodzieży nie umie jeździć na nartach, 45% nie umie jeździć na łyżwach, a 71,2% nie umie pływać kajakiem. Szczegóły zawiera tabela 2.

Tabela 3.
Zależność poziomu umiejętności sportowych od płci i pochodzenia terytorialnego studentów

Kategoria badawcza	Poziom umiejętności sportowych		Istotność różnic	Miara zależności
	\bar{x}	s		
Płeć:				
kobiety	4,8	1,8	F = 7,14 p < 0,01	$\eta^2 = 21,85\%$
mężczyźni	5,6	2,0		
Pochodzenie terytorialne:				
wieś	4,3	1,8	F = 4,83 p < 0,001	$\eta^2 = 7,92\%$
miasto do 10 tys. mieszk.	5,7	2,1		
miasto do 100 tys. mieszk.	4,9	1,4		
miasto powyżej 100 tys. mieszk.	5,6	1,8		

Źródło: badania własne

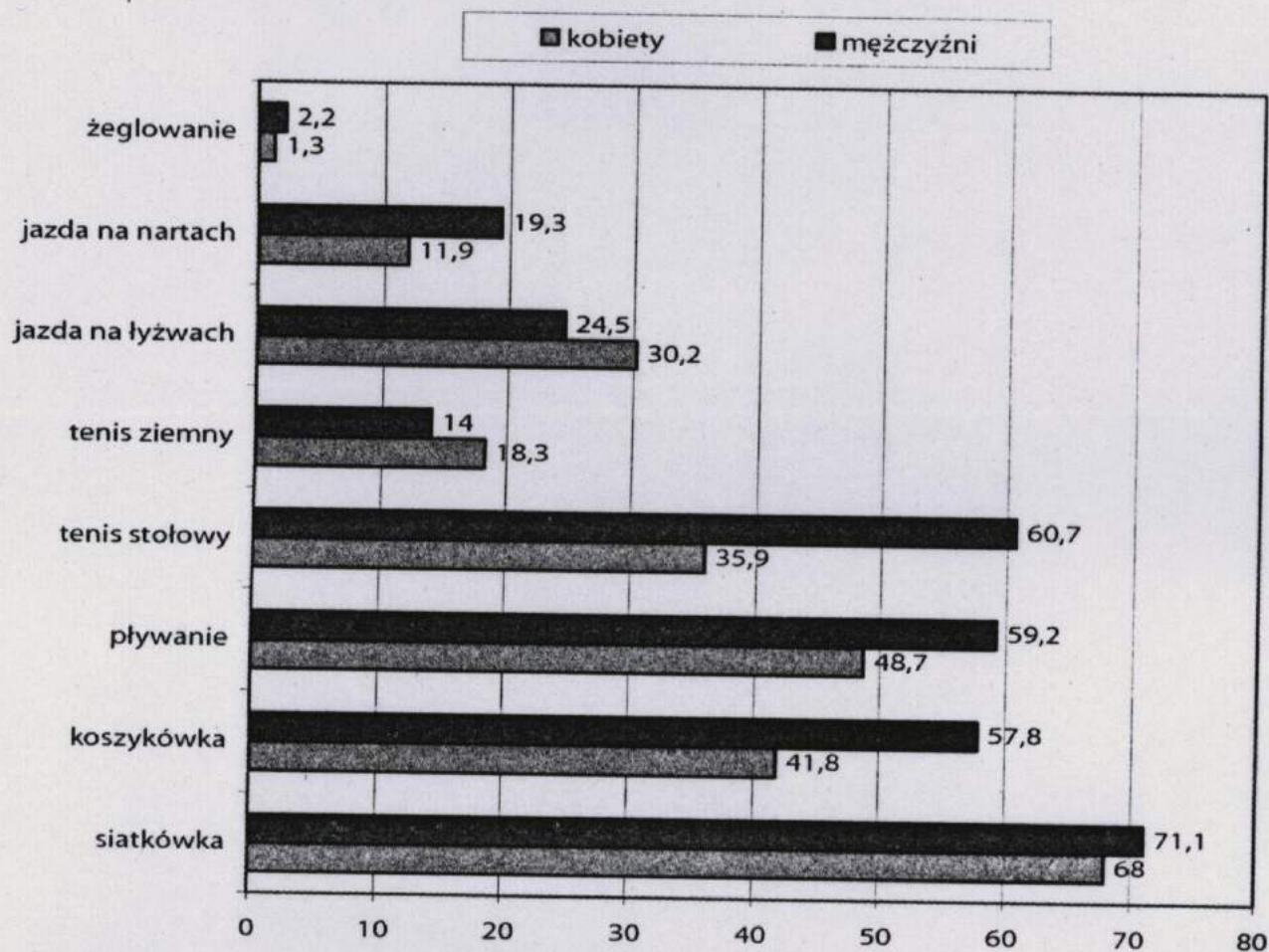
Płeć w sposób istotny statystycznie ($F=7,14$; $p<0,01$) różnicuje posiadane umiejętności sportowe (tabela 4). Jako miarę zależności zastosowano wskaźnik eta-kwadrat, czyli tzw. stosunek korelacyjny⁵ (Ferguson, Takane 1999, Winiarski 1995). Za pomocą wyników uzyskanych przez badanych studentów obu płci można wyjaśnić blisko 22% wariacji ogólnej poziomu umiejętności sportowych badanych, mierzonego ilością opanowanych, w stopniu co najmniej dobrym, umiejętności z wybranych dyscyplin sportowych. Różnice pomiędzy miejscem pochodzenia, chociaż statystycznie istotne, wyjaśniają niespełna 8% całkowitej wariacji poziomu umiejętności sportowych badanej młodzieży akademickiej. Test najmniejszych istotnych różnic ukazuje je między grupą badanych pochodzących ze wsi, a pochodzącymi z małych miasteczek i dużych miast ($p<0,05$).

Pomiędzy samooceną umiejętności sportowych, a ilością dyscyplin opanowanych w co najmniej stopniu dobrym w ocenie studentów, zaznaczony jest związek ($\chi^2=76,8$; $p<0,001$) o przeciętnej sile ($C=0,45$).

Oprócz gry w piłkę nożną (20% do 6,9%), co można było założyć, mężczyźni częściej potrafią pływać kajakiem, grać w koszykówkę i tenis stołowy, pływać, jeździć na nartach. Kobiety natomiast częściej

⁵ Stosunek korelacyjny obliczony według wzoru: $\eta^2 = \frac{\text{wariancja międzygrupowa} \cdot 100\%}{\text{wariancja całkowita}}$

od swoich kolegów ze studiów posiadają umiejętność gry w badminton (75,4% do 49,6%) i tenis ziemny czy jazdy na łyżwach. Różnice przedstawia rycina 1.



Ryc. 1. Płeć a wybrane umiejętności sportowe badanej młodzieży akademickiej
(Źródło: badania własne)

Choć, jak wspomniano, piłka nożna uważana jest za męską grę – umiejętności w zakresie tej dyscypliny deklaruje 73,3% mężczyzn – to coraz częściej powstają kobiece sekcje sportowe tej dyscypliny, a wśród badanych studentek co szósta potrafi dryblować piłką (16,4%).

Mężczyźni nieznacznie częściej uznają swoje umiejętności sportowe za bardzo dobre (9,6% – 7,7%). Nie ma znacznych różnic w ocenie omawianej cechy ze względu na rok studiów. Umiejętności sportowe najwyższą oceną studenci trzeciego roku. Najlepsze opinie wystawia sobie młodzież pochodząca z dużych miast. Tylko pochodzenie terytorialne różnicuje w sposób istotny statystycznie ocenę umiejętności sportowych ($\chi^2=18,98$; $p<0,05$; $C=0,28$).

Uczestnictwo w sporcie pozostaje w związku z samooceną umiejętności sportowych, ale wartość tych zależności, mierzona współczynnikiem kontyngencji C Pearsona i współczynnikiem V Cramera jest niska (tabela 4).

Tabela 4.
Związek samooceny umiejętności sportowych studentów z uprawianiem przez nich sportu

Oceniana cecha		Osoby uprawiające sport (w %)	Istotność różnic	Miara zależności
Umiejętności sportowe	bardzo dobre	71,4	chi ² = 33,94 p < 0,001	C = 0,32 V = 0,26
	dobrze	58,4		
	słabe	35,8		

Źródło: badania własne

Im wyższa ocena umiejętności sportowych tym większy odsetek badanych osób uprawia sport. Tylko co trzeci ze studentów nisko oceniających omawianą cechę przejawia aktywność sportową, spośród tych, którzy oceniają ją bardzo dobrze dotyczy to blisko 3/4 respondentów.

Wnioski

1. Studenci, którzy mają poczucie swoich dużych umiejętności sportowych częściej uprawiają rekreacyjnie sport w czasie wolnym. Im mniejsza pewność co do opanowanych umiejętności tym rzadziej badani uprawiają rekreacyjnie sport. Tym samym została potwierdzona pierwsza hipoteza.

2. Młodzież pochodząca z dużych aglomeracji miejskich najczęściej ocenia swoje umiejętności sportowe jako bardzo dobre, co w późniejszym okresie czasu zwiększa szansę na wykorzystanie czasu wolnego do wypoczynku aktywnego fizycznie. Druga hipoteza została potwierdzona.

3. Mężczyźni uznają się za bardziej sprawnych ruchowo od swoich koleżanek ze studiów, ale są dyscypliny, w których studentki częściej deklarują swoje umiejętności sportowe, np. gra w badminton, jazda na łyżwach czy gra w tenisa ziemnego.

Piśmiennictwo

- Ferguson G.A., Takane Y.: *Analiza statystyczna w psychologii i pedagogice*. Warszawa 1999.
- Mądrzycki T.: *Osobowość jako system tworzący i realizujący plany*. Gdańsk 1996.
- Rudolph D.L., McAuley E.: *Self-efficacy and perceptions of effort: A reciprocal relationship*. „Journal and Sport & Exercise Psychology” 18/1996, s. 216-223.
- Sas-Nowosielski K. *Wychowanie do aktywności fizycznej*. Katowice 2003.
- Winiarski R.: *Spór o istotę rekreacji fizycznej: dylematy teoretyczne – konsekwencje wychowawcze* „Wychowanie Fizyczne i Sport” 2/1991, s. 69-81.
- Winiarski R.W.: *Aktywność sportowa młodzieży. Geneza – struktura – uwarunkowania*. Kraków 1995.
- Wolańska T.: *Rekreacja ruchowa*. [W:] *Raport o kulturze fizycznej w Polsce*. Red.: Z. Krawczyk, R. Przewęda, T. Ulatowski.

Summary

Passive type recreational activities are dominating among Polish people. There are many causes of this state of affairs. One of them is either the lack of sports skills or a low level of such skills, which is often ridiculed and in consequence people fear sport related activities. This is why many people are discouraged to be active in sports during their free time.

The goal of this work is acquiring knowledge about the sporting skills level in the researched student of higher learning environment, which condition taking active part in physical.

Wszechnica Świętokrzyska w Kielcach
Ludowego Towarzystwa Naukowo-Kulturalnego w Warszawie



ZESZYTY
WSZECHNICY ŚWIĘTOKRZYSKIEJ

Seria: Turystyka

1/24

Pod redakcją
Zbigniewa Kowalczewskiego

Kielce 2006