



Marcin Ściślak\*, Andrzej Rokita, Małgorzata Kołodziej,  
Krzysztof Kałużny, Marek Popowczak  
AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO WE WROCŁAWIU

## ZAINTERESOWANIA FORMAMI AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ UCZNIÓW LICEÓW OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH WROCŁAWIA

### Abstract

The forms of physical activity Wrocław senior high school students are interested in

**Purpose.** Forms of physical activity people take up depend on sex, place of residence, age, season of the year and many other factors. The aim of the study was to find out what forms of physical activity senior high school students in Wrocław are interested in, and analyze them. It was assumed hypothetically that their interests depend upon sex, age and school the participants attended. In order to verify this hypothesis, the following research questions were posed: 1. Which forms of physical activity are senior high school students in Wrocław interested in? 2. Which of them are girls interested in and which are boys interested in? 3. Which forms of physical activity are students in various grades interested in (grades one, two and three)? 4. Which forms of physical activity are students of one school interested in and do they differ from those of students attending other schools? 5. Do interests in forms of physical activity depend upon age, sex and school?

**Methods.** The study comprised 789 students (486 girls and 303 boys) of grades 1–3 of six senior high schools in Wrocław. The basic research method was a diagnostic survey and the technique was a questionnaire. For the purpose of determining their interests in forms of physical activity, a standardized survey questionnaire was used: 'Interests in the scope of physical activity'.

**Key words:** interest, forms of physical activity, senior high school student, physical education  
**Słowa kluczowe:** zainteresowania, aktywność ruchowa, licealiści, wychowanie fizyczne

### WPROWADZENIE

Jednym z najistotniejszych zadań nauczyciela w procesie kształcenia i wychowania jest rozbudzanie zaciekań i ich utrwalanie, aby przetrwały się w określone zainteresowania ucznia. Równie ważne jest rozwijanie zamiłowań młodzieży, zwłaszcza w procesie wychowania do kultury fizycznej. Jak wiadomo, zamiłowania są właściwością psychiczną, którą charakteryzuje pozytywny stosunek do określonych czynności wykonywanych przez daną osobę (Gurycka 1989).

Treści, zakres i dojrzałość zainteresowań uzależnione są od wielu ogólnych czynników rozwojowych. Wśród czynników, których rolę podkreśla się i zarazem dyskutuje,

w psychologii zainteresowań można wyróżnić dwie grupy: czynniki biogenetyczne oraz czynniki społeczno-kulturowe (Gurycka 1989).

Wśród czynników biogenetycznych można wymienić zależność zainteresowań od wieku, płci i zdolności. Wśród czynników społeczno-kulturowych wyróżnia się zależność zainteresowań od środowiska społecznego oraz programu i metod szkolnego wychowania (Gurycka 1989).

W nowej podstawie programowej wychowania fizycznego zapisano, że szkoła, biorąc pod uwagę wymagania określone w podstawie programowej, powinna rozwijać własną ofertę programową. Dlatego każdy twórca programu nauczania ma prawo, a także obowiązek poszerzania treści kształcenia, uwzględniając potrzeby i zainteresowania uczniów oraz lokalne tradycje w dziedzinie wychowania fizycznego (Cendrowski i wsp. 2008).

\* Autor korespondencyjny

Zajęcia wychowania fizycznego, począwszy od IV klasy szkoły podstawowej przez gimnazjum i szkołę ponadgimnazjalną, powinny odbywać się częściowo w grupach zainteresowań, zgodnie z wyborem dokonany przez ucznia. Wymaga to od szkół tworzenia własnej oferty zajęć uwzględniających różnorodne formy aktywności ruchowej w ramach grup do wyboru (Cendrowski i wsp. 2008).

Przedstawiony model realizacji wychowania fizycznego to wyzwanie i jednocześnie szansa m.in. na spełnienie oczekiwań ucznia, a więc lepszą motywację i większe zaangażowanie – ćwiczy to, co lubi, co samodzielnie wybrał z oferty (Cendrowski i wsp. 2008). Tym samym istnieje szansa, że w przyszłości (jako dorosła osoba) będzie powracał do tego, co w przeszłości dawało mu przyjemność. Jest to zgodne z prawem efektu Thordnike'a (Joncich 1968).

Każda szkoła ma za zadanie przygotować własną ofertę zajęć do wyboru dla uczniów. Głównym celem zajęć do wyboru jest spełnienie oczekiwań uczniów wobec szkolnego wychowania fizycznego dzięki umożliwieniu im pogłębiania wiedzy i rozwijania umiejętności w obszarach, którymi są szczególnie zainteresowani. Przed przystąpieniem do opracowania szkolnej oferty zajęć do wyboru należy dokonać diagnozy m.in. potrzeb, możliwości i zainteresowań uczniów (Cendrowski i wsp. 2008).

Dlatego, jak wykazał Rokita (1999, 2005), aby realizować w szkole (zwłaszcza w gimnazjum i liceum) cele wychowania fizycznego, powinno się rozpoznawać zainteresowania aktywnością ruchową uczniów i zaspokajać je, powodując powstawanie zamiłowań do określonych form aktywności ruchowej.

Badania preferowanych przez dzieci i młodzież form aktywności ruchowej prowadziło wielu badaczy zarówno w Polsce (m.in. Karkosz 1994, Górna 1997, Pławińska 1997, Rokita 1995–1999, 2001, 2005, Bartoszewicz 2007, 2011), jak i w Europie (m.in. Frömel i wsp. 1995/96, Sindik i wsp. 2009, Al-Isa i wsp. 2011).

W roku 1994 Karkosz (1994) zdiagnozował zainteresowania sportowo-rekreacyjne młodzieży licealnej. Spośród 18 form aktywności ruchowej największą popularnością cieszyły się gry sportowe (koszykówka, piłka

nożna i piłka siatkowa). Najmniej popularny był tenis ziemny, wrotki i deskorolka oraz saneczkarstwo.

Podobne badania przeprowadziła Górna (1997) w latach 1995–1996. Wśród 665 licealistów najbardziej popularnymi formami aktywności ruchowej były: piłka siatkowa, pływanie i koszykówka wśród dziewcząt oraz koszykówka, piłka nożna, piłka siatkowa i pływanie wśród chłopców.

W latach 1995–2001 Rokita (2001) zdiagnozował zainteresowania 1693 uczniów I klas liceum ogólnokształcącego w ciągu siedmiu kolejnych lat. Zastosował bezimienną ankietę „Moje ulubione dyscypliny sportowe, które chciałbym ćwiczyć na lekcjach wychowania fizycznego”. W każdym roku badań zawsze największą popularnością cieszyły się: koszykówka, piłka nożna, pływanie i tenis stołowy. Najmniej popularne były: gimnastyka, ringo, tańce i rolki.

Bartoszewicz (2011) w latach 2002–2003 przeprowadził badania zainteresowań uczniów gimnazjum w wybranych krajach europejskich. Badania objęły grupę 2418 dziewcząt oraz 2263 chłopców z dziesięciu krajów europejskich. W większości krajów największe zainteresowanie budziły tańce i pływanie. Dość popularne były ponadto: aerobik, gry sportowe oraz łyżwiarstwo. Najmniejsze zainteresowanie dziewcząt wzbudzały: kulturystyka, biegi na orientację, sporty techniczne i sporty wodne. Wśród chłopców największą popularnością cieszyło się pływanie i gry sportowe. Ponadto duże zainteresowanie budziły: lekkoatletyka, sporty techniczne oraz sporty walki. Najmniej popularny wśród chłopców był aerobik, gimnastyka artystyczna, taniec oraz biegi na orientację.

Główny Urząd Statystyczny (2009) zrealizował badania „Uczestnictwo Polaków w sporcie i rekreacji ruchowej w 2008 roku”. Zdiagnozował 4691 gospodarstw domowych, w których skład wchodziły osoby zróżnicowane pod względem wieku, płci, miejsca zamieszkania, miejsca pracy, stopnia zamożności, poziomu wykształcenia oraz stopnia niepełnosprawności. Największe zainteresowanie wśród dziewcząt w wieku 15–19 budziły: kolarstwo, rekreacyjna jazda na rowerze, pływanie i piłka siatkowa. Najrzadziej

wybierany był tenis ziemny, szachy, kultura i sporty siłowe. Wśród chłopców w wieku 15–19 lat najpopularniejsze były: piłka nożna, kolarstwo oraz rekreacyjna jazda na rowerze i pływanie. Najmniej popularna okazała się gimnastyka, taniec i tenis ziemny.

Analizując literaturę przedmiotu, stwierdzono, że zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów są różne w zależności od płci, miejsca zamieszkania, wieku badanych, pory roku i wielu innych czynników (Telama 1978, Rokita 1995, 1996–1999, Pławińska 1997, Mynarski i Tomik 2005, Kałużny i Rokita 2011a,b, Greenwood i wsp. 2001).

### CEL BADAŃ

Celem poznawczym badań było zdiagnozowanie zainteresowań formami aktywności ruchowej uczniów liceów ogólnokształcących we Wrocławiu z uwzględnieniem płci, wieku oraz szkoły, do której uczęszczają uczniowie.

Celem praktycznym było wykorzystanie wyników badań do programowania i organizacji zajęć do wyboru w szkołach, w których realizowano badania, zgodnie z nową podstawą programową (Rozporządzenie MEN, 2008).

Opracowane wyniki badań przekazane zostały dyrekcjom i nauczycielom wychowania fizycznego badanych szkół.

Poszukiwano odpowiedzi na następujące pytania badawcze:

1. Jakimi formami aktywności ruchowej zainteresowani są uczniowie liceów ogólnokształcących we Wrocławiu?

2. Jakimi formami aktywności ruchowej zainteresowane są dziewczęta, a jakimi chłopcy?

3. Jakimi formami aktywności ruchowej zainteresowani są uczniowie klas I i II, a jakimi uczniowie klas III w poszczególnych szkołach?

4. Czy zainteresowania formami aktywności ruchowej zależą od wieku, płci i szkoły, do której uczęszczają uczniowie?

### MATERIAŁ I METODY BADAŃ

W badaniach wzięli udział uczniowie klas I–III sześciu losowo dobranych szkół ponadgimnazjalnych z Wrocławia: I LO (115 uczniów), II LO (146 uczniów), IV LO (141 uczniów), V LO (138 uczniów), XVII LO (167 uczniów), XXX LO (82 uczniów). Dóbr losowy polegał na wylosowaniu sześciu z trzydziestu publicznych liceów ogólnokształcących z Wrocławia. Do losowania użyto programu komputerowego Microsoft Excel, wykorzystując generator liczb losowych. W każdym liceum w badaniach brali udział uczniowie z dwóch klas z każdego poziomu. Zawsze były to klasy A oraz jedne z pozostałych klas w poziomie nauczania. Zdiagnozowano zainteresowania formami aktywności ruchowej 789 uczniów (486 dziewcząt i 303 chłopców) (tab. 1).

Badania przeprowadzono podczas lekcji wychowania fizycznego, w trakcie pierwszego semestru nauki (tj. w listopadzie 2011 r.). W badaniach wzięli udział wyłącznie uczniowie niemający semestralnych lub całorocznych zwolnień lekarskich.

Podstawową metodą badawczą był sondaż diagnostyczny, a techniką – ankieta. W celu określenia zainteresowań formami aktywności ruchowej zastosowano wystandaryzowany kwestionariusz ankietowy „Zainteresowania w zakresie aktywności ruchowej” (Frömel i wsp. 1995/96).

Ze względu na podjętą tematykę badań do analizy statystycznej wykorzystano wyniki 4 grupy (1 podgrupy – dyscypliny sportowe) pytań z kwestionariusza.

Przed przystąpieniem do badań zapoznano uczniów z kwestionariuszem ankietowym oraz uzyskano zgody uczniów (w przypadku pełnoletności) lub ich rodziców na udział w badaniach.

Wypełnienie kwestionariusza polegało na zaznaczeniu płci, wieku, klasy oraz wskazaniu według rankingu 5 najbardziej lubianych dyscyplin sportowych spośród 17 oraz 5 najbardziej ulubionych gier sportowych spośród 11. Zarówno w przypadku dyscyplin, jak i gier sportowych występowało pytanie otwarte i można było wskazać inne formy aktywności ruchowej niż wyszczególnione

Tab. 1. Liczba badanych uczniów

Płeć	Szkoła																		Ogółem
	I LO			II LO			IV LO			V LO			XVII LO			XXX LO			
	klasa			klasa			klasa			klasa			klasa			klasa			
	I	II	III	I	II	III	I	II	III	I	II	III	I	II	III	I	II	III	
Dziewczęta	31	16	10	34	29	24	24	36	34	40	23	26	34	35	35	30	12	13	486
Chłopcy	21	21	16	15	19	25	18	12	17	15	18	16	20	23	20	13	6	8	303
Suma	51	37	26	49	48	49	42	48	51	55	41	43	54	58	55	43	18	21	789

w kwestionariuszu (Frömel i wsp. 1995/96, za: Bartoszewicz 2011).

Badania przeprowadzane były na początku lekcji wychowania fizycznego. Ankieterzy na początku lekcji zapoznawali uczniów z instrukcją kwestionariusza ankietowego, a następnie uczniowie zaznaczali według rankingu (od 1 do 5) te formy aktywności ruchowej, którymi najbardziej się interesowali.

Istotność statystyczną zależności zainteresowań formami aktywności ruchowej uczniów szkół ponadgimnazjalnych od płci, wieku i liceum, do którego uczęszczali, oceniano nieparametrycznym testem niezależności  $\chi^2$  Pearsona na poziomie istotności  $\alpha = 0,05$ .

Wszystkie analizy statystyczne wykonano w Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. Zastosowano program statystyczny STATISTICA 9 (StatSoft Polska).

## WYNIKI

### Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów liceów ogólnokształcących

Korzystając z testu  $\chi^2$  Pearsona, weryfikowano hipotezę o zależności zainteresowań formami aktywności ruchowej uczniów liceów ogólnokształcących od płci. Okazało się, że płeć uczniów miała istotny wpływ ( $p < 0,05$ ) na wybór 8 form aktywności ruchowej przez uczniów (dziewczęta preferowały gimnastykę artystyczną, tańce, aerobik i łyżwiarstwo, a chłopcy – sztuki walki, sporty motorowe, kulturystykę i gry sportowe). Dlatego dalszą analizę prowadzono w rozbięciu na grupę dziewcząt i chłopców.

Korzystając z testu  $\chi^2$  Pearsona weryfikowano hipotezę o zależności zainteresowań formami aktywności ruchowej uczniów liceów ogólnokształcących od wieku i liceum, do którego uczęszczali. Wyniki testu  $\chi^2$  wykazały, że wiek miał statystycznie istotny wpływ ( $p < 0,05$ ) na wybór jednej formy aktywności ruchowej przez uczniów (gry sportowe).

Ze względu na to, że liceum, do którego uczęszczali uczniowie, miało wpływ na wybór 6 form aktywności ruchowej (narciarstwo zjazdowe i biegowe, gimnastyka artystyczna i sportowa, gry sportowe i tańce), dalszą analizę prowadzono w rozbięciu na licea.

### Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów I LO we Wrocławiu

Płeć uczniów I LO we Wrocławiu miała istotny wpływ ( $p < 0,05$ ) na wybór 7 form aktywności ruchowej – dziewczęta preferowały gimnastykę artystyczną, tańce, aerobik i łyżwiarstwo, a chłopcy – sztuki walki, sporty motorowe i gry sportowe.

Wśród dziewcząt z klas I największym zainteresowaniem cieszyły się tańce (22,58%) i pływanie (19,5%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana sportami motorowymi, kulturystyką, narciarstwem biegowym, biegami na orientację, aerobikiem, gimnastyką sportową oraz żeglarstwem i windsurfin-giem (tab. 2).

Wśród chłopców z klas I największą popularnością cieszyły się gry sportowe (28,57%), pływanie (23,81%) oraz sporty motorowe (19,05%). Żaden z chłopców nie wybrał kajakarstwa i wioślarstwa, kulturystyki, narciarstwa biegowego, gimnastyki artystycznej

Tab. 2. Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów I LO we Wrocławiu [%]

Formy aktywności ruchowej	Klasa I		Klasa II		Klasa III	
	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy
Lekkoatletyka	3,23	4,76	0	0	0	6,25
Sporty motorowe	0	19,05	0	19,05	0	0
Kajakarstwo i wioślarstwo	3,23	0	0	0	0	0
Kulturystyka	0	0	0	14,29	0	0
Narciarstwo biegowe	0	0	0	0	0	0
Narciarstwo zjazdowe	6,45	4,76	18,75	14,29	10	6,25
Gimnastyka artystyczna	6,45	0	6,25	0	0	0
Biegi na orientację	0	0	0	0	10	6,25
Pływanie	19,5	23,81	12,5	4,76	20	0
Aerobik	0	0	0	0	10	0
Gimnastyka sportowa	0	0	6,25	0	0	0
Gry sportowe	3,23	28,57	0	19,05	0	18,75
Tańce	22,58	4,76	25	0	10	0
Turystyka	3,23	0	6,25	0	0	6,25
Sztuki walki	3,23	0	0	9,52	0	6,25
Łyżwiarstwo i łyżworolki	6,45	0	12,5	0	10	0
Żeglarstwo i windsurfing	0	0	6,25	0	0	6,25
Inne	6,45	4,76	6,25	0	0	6,25

i sportowej, biegów na orientację, aerobiku, turystyki, sztuk walki, łyżwiarstwa i łyżworolek, żeglarstwa i windsurfingu (tab. 2).

Dziewczęta z klas II najbardziej zainteresowane były tańcami (25%) i narciarstwem zjazdowym (18,75%). Żadna z dziewcząt nie wybrała lekkoatletyki, sportów motorowych, kajakarstwa i wioślarstwa, kulturystyki, narciarstwa zjazdowego, biegów na orientację oraz aerobiku i sztuk walki (tab. 2).

Wśród chłopców z klas II najpopularniejsze były gry sportowe (19,05%) oraz sporty motorowe (19,05%). Nikt z chłopców nie wybrał lekkoatletyki, kajakarstwa i wioślarstwa, narciarstwa biegowego, biegów na orientację, aerobiku, tańców, turystyki, gimnastyki artystycznej i sportowej, łyżwiarstwa i łyżworolek, żeglarstwa i windsurfingu (tab. 2).

Wśród dziewcząt z klas III największym zainteresowaniem cieszyło się pływanie (20%). Żadna z dziewcząt nie wybrała lekkoatletyki, sportów motorowych, kajakarstwa i wioślarstwa, kulturystyki, narciarstwa biegowego, gimnastyki artystycznej i sportowej, gier sportowych, turystyki, sztuk walki, żeglarstwa i windsurfingu (tab. 2).

Chłopcy z klas III najbardziej zainteresowani byli grami sportowymi (18,75%). Nikt z chłopców nie wybrał sportów motorowych, kajakarstwa i wioślarstwa, kulturystyki, narciarstwa biegowego, pływania, aerobiku, tańców, gimnastyki artystycznej i sportowej, łyżwiarstwa i łyżworolek (tab. 2).

W podsumowaniu należy stwierdzić, że niezależnie od klasy największym zainteresowaniem wśród dziewcząt uczących się w I LO we Wrocławiu cieszyły się tańce i pływanie. Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana sportami motorowymi, kulturystyką oraz narciarstwem biegowym (tab. 2).

Wśród chłopców niezależnie od klasy największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe. Nikt z chłopców nie był zainteresowany kajakarstwem i wioślarstwem, narciarstwem biegowym, gimnastyką artystyczną, aerobikiem, gimnastyką sportową, łyżwiarstwem i łyżworolkami (tab. 2).

### Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów II LO we Wrocławiu

Płeć uczniów miała statystycznie istotny wpływ ( $p < 0,05$ ) na wybór 4 form aktywności ruchowej przez uczniów (dziewczęta preferowały tańce i aerobik, a chłopcy – sztuki walki i kulturystykę).

Dziewczęta z klas I najbardziej zainteresowane były tańcami (23,53%) i gramami sportowymi (17,65%). Chłopcy preferowali gry sportowe (21,43%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana sportami motorowymi, kulturystyką, narciarstwem biegowym, aerobikiem, turystyką oraz żeglarstwem lub windsurfingiem. Nikt z chłopców nie wybrał kajakerstwa i wioślarstwa, kulturystyki, narciarstwa biegowego, gimnastyki artystycznej, biegów na orientację, aerobiku oraz łyżwiarstwa i łyżworolek (tab. 3).

Wśród dziewcząt z klas II najpopularniejsze były również tańce (24,24%) i gry sportowe (21,21%). Chłopcy preferowali gry sportowe (26,67%) i kulturystykę (20%). Żadna z dziewcząt nie wybrała sportów motorowych, kajakerstwa i wioślarstwa, kulturys-

tyki, narciarstwa biegowego, gimnastyki artystycznej, biegów na orientację, aerobiku oraz turystyki. Nikt z chłopców nie wybrał kajakerstwa i wioślarstwa, narciarstwa biegowego i zjazdowego, gimnastyki artystycznej, biegów na orientację, aerobiku, turystyki oraz łyżwiarstwa i łyżworolek (tab. 3).

W klasach III dziewczęta najczęściej wybierały tańce (29,17%), a chłopcy – inne formy aktywności ruchowej (20,83%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kulturystyką, narciarstwem biegowym, gimnastyką artystyczną i sportową, biegami na orientację, oraz sztukami walki. Nikt z chłopców nie wybrał narciarstwa biegowego, biegów na orientację, tańców oraz turystyki (tab. 3).

W podsumowaniu należy stwierdzić, że niezależnie od klasy największym zainteresowaniem wśród dziewcząt uczących się w II LO we Wrocławiu cieszyły się tańce, gry sportowe i pływanie. Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kulturystyką oraz narciarstwem biegowym (tab. 3).

Wśród chłopców niezależnie od klasy największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe, lekkoatletyka i sztuki walki. Nikt z chłopców nie był zainteresowany narciar-

Tab. 3. Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów II LO we Wrocławiu [%]

Formy aktywności ruchowej	Klasa I		Klasa II		Klasa III	
	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy
Lekkoatletyka	5,88	14,29	12,12	13,33	4,17	8,33
Sporty motorowe	0	7,14	0	6,67	16,67	4,17
Kajakerstwo i wioślarstwo	2,94	0	0	0	4,17	4,17
Kulturystyka	0	0	0	20	0	8,33
Narciarstwo biegowe	0	0	0	0	0	0
Narciarstwo zjazdowe	14,71	7,14	6,06	0	8,33	12,5
Gimnastyka artystyczna	2,94	0	0	0	0	4,17
Biegi na orientację	2,94	0	0	0	0	0
Pływanie	14,71	7,14	15,15	13,33	4,17	12,5
Aerobik	0	0	0	0	4,17	4,17
Gimnastyka sportowa	5,88	7,14	3,03	0	0	4,17
Gry sportowe	17,65	21,43	21,21	26,67	8,33	4,17
Tańce	23,53	7,14	24,24	0	29,17	0
Turystyka	0	7,14	0	0	4,17	0
Sztuki walki	2,94	14,29	3,03	13,03	0	4,17
Łyżwiarstwo i łyżworolki	2,94	0	3,03	0	4,17	4,17
Żeglarstwo i windsurfing	0	7,14	3,03	6,67	4,17	4,17
Inne	2,94	0	3,03	0	4,17	20,83

stwem biegowym oraz biegami na orientację (tab. 3).

#### Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów IV LO we Wrocławiu

Płeć uczniów miała istotny wpływ ( $p < 0,05$ ) na wybór 2 form aktywności ruchowej przez uczniów (dziewczęta preferowały tańce, a chłopcy – gry sportowe).

Dziewczęta z klas I najbardziej zainteresowane były tańcami (16,67%), natomiast chłopcy – grami sportowymi (22,22%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana sportami motorowymi, kajakerstwem i wioślarstwem, gimnastyką sportową, sztukami walki, kulturystyką, narciarstwem zjazdowym, biegami na orientację, aerobikiem oraz żeglarstwem i windsurfingiem. Nikt z chłopców nie wybrał lekkoatletyki, sportów motorowych, kulturystyki, narciarstwa biegowego, gimnastyki artystycznej i sportowej, pływania, aerobiku, biegów na orientację, tańców, turystyki, sztuk walki oraz żeglarstwa i windsurfingu (tab. 4).

Wśród dziewcząt z klas II najpopularniejsze były: narciarstwo zjazdowe, tańce oraz łyżwiarstwo i łyżworolki (po 13,89%). Chłopcy zdecydowanie preferowali gry sportowe (25%) i narciarstwo zjazdowe (16,67%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kajakerstwem i wioślarstwem, kulturystyką, narciarstwem biegowym oraz gimnastyką sportową. Nikt z chłopców nie wybrał lekkoatletyki, kulturystyki, narciarstwa biegowego, gimnastyki artystycznej i sportowej, aerobiku, biegów na orientację, tańców, turystyki oraz łyżwiarstwa i łyżworolek, a także żeglarstwa i windsurfingu (tab. 4).

W klasach III dziewczęta najczęściej wybierały tańce (17,76%). Chłopcy najbardziej interesowali się sportami motorowymi (17,65%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana narciarstwem biegowym, gimnastyką sportową, biegami na orientację, aerobikiem i turystyką. Nikt z chłopców nie wybrał lekkoatletyki, kajakerstwa i wioślarstwa, narciarstwa biegowego i zjazdowego, gimnastyki artystycznej i sportowej, aerobiku, biegów na orientację i turystyki (tab. 4).

W podsumowaniu stwierdzono, że nie-

Tab. 4. Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów IV LO we Wrocławiu [%]

Formy aktywności ruchowej	Klasa I		Klasa II		Klasa III	
	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy
Lekkoatletyka	4,17	0	2,78	0	2,94	0
Sporty motorowe	0	0	2,78	8,33	2,94	17,65
Kajakerstwo i wioślarstwo	0	5,56	0	8,33	11,76	0
Kulturystyka	0	0	0	0	2,94	11,76
Narciarstwo biegowe	4,17	0	0	0	0	0
Narciarstwo zjazdowe	0	5,56	13,89	16,67	5,88	0
Gimnastyka artystyczna	4,17	0	2,78	0	2,94	0
Biegi na orientację	0	0	2,78	0	0	0
Pływanie	25	0	5,56	8,33	2,94	5,88
Aerobik	0	0	2,78	0	0	0
Gimnastyka sportowa	0	0	0	0	0	0
Gry sportowe	25	22,22	5,56	25	11,76	11,76
Tańce	16,67	0	13,89	0	17,76	5,88
Turystyka	4,17	5,56	8,33	0	0	0
Sztuki walki	0	0	2,78	8,33	8,82	5,88
Łyżwiarstwo i łyżworolki	8,33	5,56	13,89	0	5,88	5,88
Żeglarstwo i windsurfing	0	0	5,56	0	2,94	5,88
Inne	4,17	11,11	0	0	0	11,76

zależnie od klasy największym zainteresowaniem wśród dziewcząt uczących się w IV LO we Wrocławiu cieszyły się tańce i gry sportowe. Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana gimnastyką sportową (tab. 4).

Wśród chłopców niezależnie od klasy największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe. Nikt z chłopców nie był zainteresowany lekkoatletyką, narciarstwem biegowym, gimnastyką artystyczną i sportową, biegami na orientację i aerobikiem (tab. 4).

#### Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów V LO we Wrocławiu

Płeć uczniów miała statystycznie istotny wpływ ( $p < 0,05$ ) na wybór 5 form aktywności ruchowej przez uczniów (dziewczęta preferowały tańce, aerobik i łyżwiarstwo, a chłopcy – kulturystykę i gry sportowe).

Dziewczęta z klas I najbardziej zainteresowane były lekkoatletyką (14,29%) i tańcami (14,29%), natomiast chłopcy – grami sportowymi (21,43%). Żadna z dziewcząt nie wybrała kajakarstwa i wioślarstwa, kultu-

rystyki, aerobiku oraz gimnastyki sportowej. Nikt z chłopców nie był zainteresowany kulturystyką, narciarstwem biegowym, aerobikiem, gimnastyką artystyczną i sportową, tańcami oraz łyżwiarstwem i łyżworolkami (tab. 5).

Wśród dziewcząt z klas II najpopularniejsze były: lekkoatletyka (13,64%), aerobik (13,64%) oraz gry sportowe (13,64%). Chłopcy preferowali pływanie (27,78%). Żadna z dziewcząt nie wybrała sportów motorowych, kajakarstwa i wioślarstwa, kulturystyki, narciarstwa biegowego, biegów na orientację, pływania oraz gimnastyki sportowej. Nikt z chłopców nie był zainteresowany sportami motorowymi, narciarstwem biegowym, aerobikiem, gimnastyką artystyczną i sportową, turystyką oraz żeglarstwem i windsurfingiem (tab. 5).

W klasach III dziewczęta i chłopcy najczęściej wybierali narciarstwo zjazdowe (21,74% i 27,78%). Ponadto chłopcy interesowali się grami sportowymi (22,22%). Żadna z dziewcząt nie wybrała sportów motorowych, kulturystyki, biegów na orientację, sztuk walki oraz gimnastyki artystycznej.

Tab. 5. Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów V LO we Wrocławiu [%]

Formy aktywności ruchowej	Klasa I		Klasa II		Klasa III	
	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy
Lekkoatletyka	14,29	7,14	13,64	5,76	4,35	11,11
Sporty motorowe	9,52	14,29	0	0	0	0
Kajakarstwo i wioślarstwo	0	7,14	0	5,56	8,7	0
Kulturystyka	0	0	0	11,11	0	0
Narciarstwo biegowe	2,38	0	0	0	4,35	0
Narciarstwo zjazdowe	9,52	7,14	11,11	8,93	21,74	27,78
Gimnastyka artystyczna	4,76	0	4,55	0	0	0
Biegi na orientację	2,38	7,14	0	5,56	0	0
Pływanie	9,52	7,14	0	27,78	13,04	16,67
Aerobik	0	0	13,64	0	4,35	5,56
Gimnastyka sportowa	0	0	0	0	4,35	5,56
Gry sportowe	9,52	21,43	13,64	11,11	4,35	22,22
Tańce	14,29	0	4,55	5,56	8,7	0
Turystyka	2,38	14,29	9,09	0	4,35	5,56
Sztuki walki	2,38	14,29	9,09	16,67	0	0
Łyżwiarstwo i łyżworolki	4,76	0	4,55	5,56	13,04	0
Żeglarstwo i windsurfing	2,38	7,14	4,55	0	4,35	5,56
Inne	7,14	0	0	0	4,35	0



Nikt z chłopców nie był zainteresowany sportami motorowymi, kajakerstwem i wioślarstwem, kulturystyką, narciarstwem biegowym, aerobikiem, biegami na orientację, tańcami, sztukami walki, gimnastyką artystyczną, turystyką oraz łyżwiarstwem i łyżworolkami (tab. 5).

W podsumowaniu należy stwierdzić, że niezależnie od klasy największym zainteresowaniem wśród dziewcząt uczących się w V LO we Wrocławiu cieszyło się narciarstwo zjazdowe i lekkoatletyka. Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kulturystyką (tab. 5).

Wśród chłopców niezależnie od klasy największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe, pływanie i narciarstwo zjazdowe. Nikt z chłopców nie był zainteresowany narciarstwem biegowym i gimnastyką artystyczną (tab. 5).

#### Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów XVII LO we Wrocławiu

Płeć uczniów miała istotny wpływ ( $p < 0,05$ ) na wybór 8 form aktywności ruchowej przez uczniów (dziewczęta preferowały gimnastykę artystyczną, tańce, aerobik i łyżwiarstwo, a chłopcy – sztuki walki, kulturystykę, sporty motorowe i gry sportowe).

Dziewczęta z klas I najbardziej zainteresowane były tańcami (29,41%), natomiast chłopcy najczęściej wybierali gry sportowe (20%), turystykę i sztuki walki (20%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana sportami motorowymi, kajakerstwem i wioślarstwem, kulturystyką, narciarstwem biegowym, gimnastyką artystyczną, biegami na orientację i sztukami walki. Nikt z chłopców nie wybrał lekkoatletyki, kajakerstwa i wioślarstwa, kulturystyki, narciarstwa biegowego, gimnastyki artystycznej i sportowej oraz biegów na orientację (tab. 6).

Wśród dziewcząt z klas II najpopularniejsze były tańce (20%). Chłopcy preferowali żeglarstwo i windsurfing (21,74%) oraz gry sportowe (17,39%) i sztuki walki (17,39%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kajakerstwem i wioślarstwem, kulturystyką, narciarstwem biegowym i zjazdowym, gimnastyką sportową, biegami na orientację,

łyżwiarstwem i łyżworolkami oraz żeglarstwem i windsurfingiem. Nikt z chłopców nie wybrał kajakerstwa i wioślarstwa, narciarstwa biegowego i zjazdowego, gimnastyki artystycznej i sportowej, aerobiku, tańców oraz biegów na orientację (tab. 6).

W klasach III dziewczęta najczęściej wybierały lekkoatletykę (14,29%) oraz pływanie (17,14%). Chłopcy najbardziej interesowali się grami sportowymi (35%) oraz sportami motorowymi (20%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kulturystyką, narciarstwem biegowym i zjazdowym, gimnastyką sportową, łyżwiarstwem i łyżworolkami. Nikt z chłopców nie wybrał lekkoatletyki, kulturystyki, narciarstwa biegowego i zjazdowego, gimnastyki artystycznej i sportowej, aerobiku, tańców, biegów na orientację oraz żeglarstwa i windsurfingu (tab. 6).

W podsumowaniu należy stwierdzić, że niezależnie od klasy największym zainteresowaniem wśród dziewcząt uczących się w XVII LO we Wrocławiu cieszyły się tańce i pływanie. Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kulturystyką oraz narciarstwem biegowym (tab. 6).

Wśród chłopców niezależnie od klasy największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe i sztuki walki. Nikt z chłopców nie był zainteresowany narciarstwem biegowym, gimnastyką artystyczną, biegami na orientację, aerobikiem i gimnastyką sportową (tab. 6).

#### Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów XXX LO we Wrocławiu

Płeć uczniów miała statystycznie istotny wpływ ( $p < 0,05$ ) na wybór 3 form aktywności ruchowej przez uczniów (dziewczęta preferowały tańce, a chłopcy – kulturystykę i gry sportowe).

Dziewczęta z klas I najbardziej zainteresowane były tańcami (26,67%), natomiast chłopcy – grami sportowymi (15,38%) i turystyką (15,38%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana lekkoatletyką, kajakerstwem i wioślarstwem, kulturystyką, narciarstwem biegowym i zjazdowym, gimnastyką sportową, biegami na orientację i turystyką. Nikt z chłopców nie wybrał sportów motorowych,

Tab. 6. Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów XVII LO we Wrocławiu [%]

Formy aktywności ruchowej	Klasa I		Klasa II		Klasa III	
	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy
Lekkoatletyka	2,94	0	2,86	4,35	14,29	0
Sporty motorowe	0	5	2,86	13,04	2,86	20
Kajakarstwo i wioślarstwo	0	0	0	0	2,86	5
Kulturystyka	0	0	0	8,7	0	0
Narciarstwo biegowe	0	0	0	0	0	0
Narciarstwo zjazdowe	8,82	15	0	0	0	0
Gimnastyka artystyczna	0	0	11,43	0	11,43	0
Biegi na orientację	0	0	0	0	2,86	0
Pływanie	11,76	10	14,29	8,7	17,14	15
Aerobik	8,82	0	2,86	0	2,86	0
Gimnastyka sportowa	2,94	0	0	0	0	0
Gry sportowe	11,76	20	8,57	17,39	5,71	35
Tańce	29,41	5	20	0	8,57	0
Turystyka	8,82	20	11,43	4,35	5,71	10
Sztuki walki	0	20	5,71	17,39	8,57	15
Łyżwiarstwo i łyżworolki	11,76	5,71	0	5,71	0	2,94
Żeglarstwo i windsurfing	2,94	5	0	21,74	2,86	0
Inne	0	0	14,29	0	2,86	0

Tab. 7. Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów XXX LO we Wrocławiu [%]

Formy aktywności ruchowej	Klasa I		Klasa II		Klasa III	
	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy
Lekkoatletyka	0	7,69	15,38	16,67	0	0
Sporty motorowe	6,67	0	0	0	0	25
Kajakarstwo i wioślarstwo	0	7,69	0	0	0	0
Kulturystyka	0	7,69	7,69	0	0	0
Narciarstwo biegowe	0	0	0	0	7,69	0
Narciarstwo zjazdowe	0	0	7,69	0	7,69	0
Gimnastyka artystyczna	6,67	0	0	16,67	15,38	0
Biegi na orientację	0	0	0	0	0	0
Pływanie	6,67	0	15,38	16,67	30,77	12,5
Aerobik	6,67	0	0	0	0	0
Gimnastyka sportowa	0	7,69	15,38	0	0	0
Gry sportowe	13,33	15,38	7,69	16,67	0	12,5
Tańce	26,67	7,69	7,69	0	23,08	0
Turystyka	0	15,38	0	0	0	0
Sztuki walki	10	7,69	15,38	33,33	0	25
Łyżwiarstwo i łyżworolki	3,33	0	7,69	0	0	0
Żeglarstwo i windsurfing	3,33	0	0	0	0	12,5
Inne	0	7,69	0	0	0	0

narciarstwa biegowego i zjazdowego, gimnastyki artystycznej, pływania, aerobiku, biegów na orientację, żeglarstwa i windsurfiningu oraz łyżwiarstwa i łyżworolek (tab. 7).

Wśród dziewcząt z klas II najpopularniejsze były: lekkoatletyka (15,38%), pływanie (15,38%), gimnastyka sportowa (15,38%) oraz sztuki walki (15,38%). Chłopcy zdecydowanie preferowali sztuki walki (33,33%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana sportami motorowymi, kajakarstwem i wioślarstwem, narciarstwem biegowym, gimnastyką artystyczną, biegami na orientację, aerobikiem, turystyką oraz żeglarstwem i windsurfiniem. Nikt z chłopców nie wybrał sportów motorowych, kajakarstwa i wioślarstwa, kulturystyki, narciarstwa biegowego i zjazdowego, gimnastyki sportowej, aerobiku, biegów na orientację oraz żeglarstwa i windsurfiningu (tab. 7).

W klasach III dziewczęta najczęściej wybierały pływanie (30,77%) i tańce (23,08%). Chłopcy najbardziej interesowali się sztukami walki (25%) i sportami motorowymi (25%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana lekkoatletyką, sportami motorowymi, kajakarstwem i wioślarstwem, kulturystyką, gimnastyką sportową, biegami na orientację, aerobikiem, turystyką, grami sportowymi, sztukami walki, łyżwiarstwem i łyżworolkami oraz żeglarstwem i windsurfiniem. Nikt z chłopców nie wybrał lekkoatletyki, kajakarstwa i wioślarstwa, kulturystyki, narciarstwa biegowego i zjazdowego, gimnastyki artystycznej i sportowej, aerobiku, biegów na orientację, tańców, turystyki oraz łyżwiarstwa i łyżworolek (tab. 7).

W podsumowaniu należy stwierdzić, że niezależnie od klasy największym zainteresowaniem wśród dziewcząt uczących się w XXX LO we Wrocławiu cieszyły się tańce i pływanie. Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kajakarstwem i wioślarstwem, biegami na orientację i turystyką (tab. 7).

Wśród chłopców niezależnie od klasy największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe i sztuki walki. Nikt z chłopców nie był zainteresowany narciarstwem biegowym i zjazdowym, biegami na orientację, aerobikiem, łyżwiarstwem i łyżworolkami oraz żeglarstwem i windsurfiniem (tab. 7).

### Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów klas I

Dziewczęta z klas I najbardziej interesowały się tańcami (od 14,29% do 29,41%), grami sportowymi (od 9,52% do 25%) i pływaniem (od 6,67% do 25%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kulturystyką (tab. 8).

Wśród chłopców z klas I największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe (od 15,38% do 26,67%), sztuki walki (do 20%). Żaden z chłopców nie wybrał narciarstwa biegowego, gimnastyki artystycznej i aerobiku (tab. 8).

### Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów klas II

Dziewczęta z klas II najbardziej interesowały się tańcami (od 7,69% do 25%). Popularne były również gry sportowe (do 21,21%) i pływanie (do 15,38%). Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kajakarstwem i wioślarstwem oraz narciarstwem biegowym (tab. 9).

Wśród chłopców z klas II największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe (od 11,11% do 26,67%), sztuki walki (od 8,33% do 33,33%) oraz pływanie (od 4,76% do 27,78%). Żaden z chłopców nie wybrał narciarstwa biegowego, gimnastyki sportowej i aerobiku (tab. 9).

### Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów klas III

Dziewczęta z klas III najbardziej interesowały się tańcami (od 8,7% do 29,17%) i pływaniem (od 2,94% do 30,77%). Najmniejsze zainteresowanie wśród dziewcząt budziła kulturystyka (do 2,94%) (tab. 10).

Wśród chłopców z klas III największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe (od 8,33% do 22,22%). Żaden z chłopców nie wybrał narciarstwa biegowego (tab. 10).

W podsumowaniu należy stwierdzić, że niezależnie od liceum, do którego uczęszczali uczniowie, największym zainteresowaniem wśród dziewcząt uczących się w liceach ogólnokształcących we Wrocławiu cieszyły się tańce, gry sportowe i pływanie. Najmniejsze zainteresowanie wśród dzie-

Tab. 8. Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów klas I [%]

Formy aktywności ruchowej	I LO		II LO		IV LO		V LO		XVIII LO		XXX LO	
	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta
Lekkoatletyka	5,88	14,29	12,12	13,33	4,17	0	14,29	7,14	2,94	0	0	7,69
Sporty motorowe	0	7,14	0	6,67	0	0	9,52	14,29	0	5	6,67	0
Kajakarstwo i wioślarstwo	2,94	0	0	0	0	5,56	0	7,14	0	0	0	7,69
Kulturystryka	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	7,69
Narciarstwo biegowe	0	0	0	0	4,17	0	2,38	0	0	0	0	0
Narciarstwo zjazdowe	14,71	7,14	6,06	0	0	5,56	9,52	7,14	8,82	15	0	0
Gimnastyka artystyczna	2,94	0	0	0	4,17	0	4,76	0	0	0	6,67	0
Biegi na orientację	2,94	0	0	0	0	0	2,38	7,14	0	0	0	0
Pływanie	14,71	7,14	15,15	13,33	25	0	9,52	7,14	11,76	10	6,67	0
Aerobik	0	0	0	0	0	0	0	0	8,82	0	6,67	0
Gimnastyka sportowa	5,88	7,14	3,03	0	0	0	0	0	2,94	0	0	7,69
Gry sportowe	17,65	21,43	21,21	26,67	25	22,22	9,52	21,43	11,76	20	13,33	15,38
Tańce	23,53	7,14	24,24	0	16,67	0	14,29	0	29,41	5	26,67	7,69
Turystyka	0	7,14	0	0	4,17	5,56	2,38	14,29	8,82	20	0	15,38
Sztuki walki	2,94	14,29	3,03	13,03	0	0	2,38	14,29	0	20	10	7,69
Łyżwiarstwo i łyżworolki	2,94	0	3,03	0	8,33	5,56	4,76	0	11,76	5,71	3,33	0
Żeglarstwo i windsurfing	0	7,14	3,03	6,67	0	0	2,38	7,14	2,94	5	3,33	0
Inne	2,94	0	3,03	0	4,17	11,11	7,14	0	0	0	0	7,69

Tab. 9. Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów klas II [%]

Formy aktywności ruchowej	I LO		II LO		IV LO		V LO		XVIII LO		XXX LO	
	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta
Lekkoatletyka	0	0	12,12	13,33	2,78	0	13,64	5,76	2,86	4,35	15,38	16,67
Sporty motorowe	0	19,05	0	6,67	2,78	8,33	0	0	2,86	13,04	0	0
Kajakarstwo i wioślarstwo	0	0	0	0	0	8,33	0	5,56	0	0	0	0
Kulturystryka	0	14,29	0	20	0	0	0	11,11	0	8,7	7,69	0
Narciarstwo biegowe	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Narciarstwo zjazdowe	18,75	14,29	6,06	0	13,89	16,67	11,11	8,93	0	0	7,69	0
Gimnastyka artystyczna	6,25	0	0	0	2,78	0	4,55	0	11,43	0	0	16,67
Biegi na orientację	0	0	0	0	2,78	0	0	5,56	0	0	0	0
Pływanie	12,5	4,76	15,15	13,33	5,56	8,33	0	27,78	14,29	8,7	15,38	16,67
Aerobik	0	0	0	0	2,78	0	13,64	0	2,86	0	0	0
Gimnastyka sportowa	6,25	0	3,03	0	0	0	0	0	0	0	15,38	0
Gry sportowe	0	19,05	21,21	26,67	5,56	25	13,64	11,11	8,57	17,39	7,69	16,67
Tańce	25	0	24,24	0	13,89	0	4,55	5,56	20	0	7,69	0
Turystyka	6,25	0	0	0	8,33	0	9,09	0	11,43	4,35	0	0
Sztuki walki	0	9,52	3,03	13,03	2,78	8,33	9,09	16,67	5,71	17,39	15,38	33,33
Łyżwiarstwo i łyżworolki	12,5	0	3,03	0	13,89	0	4,55	5,56	0	5,71	7,69	0
Żeglarstwo i windsurfing	6,25	0	3,03	6,67	5,56	0	4,55	0	0	21,74	0	0
Inne	6,25	0	3,03	0	0	0	0	0	14,29	0	0	0

Tab. 10. Zainteresowania formami aktywności ruchowej uczniów klas III [%]

Formy aktywności ruchowej	I LO		II LO		IV LO		V LO		XVIII LO		XXX LO	
	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta	chłopcy	dziewczęta
Lekkoatletyka	0	6,25	4,17	8,33	2,94	0	4,35	11,11	14,29	0	0	0
Sporty motorowe	0	0	16,67	4,17	2,94	17,65	0	0	2,86	20	0	25
Kajakarstwo i wioślarstwo	0	0	4,17	4,17	11,76	0	8,70	0	2,86	5	0	0
Kulturystryka	0	0	0	8,33	2,94	11,76	0	0	0	0	0	0
Narciarstwo biegowe	0	0	0	0	0	0	4,35	0	0	0	7,69	0
Narciarstwo zjazdowe	10	6,25	8,33	12,50	5,88	0	21,74	27,78	0	0	7,69	0
Gimnastyka artystyczna	0	0	0	4,17	2,94	0	0	0	11,43	0	15,38	0
Biegi na orientację	10	6,25	0	0	0	0	0	0	2,86	0	0	0
Pływanie	20	0	4,17	12,5	2,94	5,88	13,04	16,67	17,14	15	30,77	12,5
Aerobik	10	0	4,17	4,17	0	0	4,35	5,56	2,86	0	0	0
Gimnastyka sportowa	0	0	0	4,17	0	0	4,35	5,56	0	0	0	0
Gry sportowe	0	18,75	8,33	4,17	11,76	11,76	4,35	22,22	5,71	35	0	12,5
Tańce	10	0	29,17	0	17,76	5,88	8,7	0	8,57	0	23,08	0
Turystyka	0	6,25	4,17	0	0	0	4,35	5,56	5,71	10	0	0
Sztuki walki	0	6,25	0	4,17	8,82	5,88	0	0	8,57	15	0	25
Łyżwiarstwo i łyżworolki	10	0	4,17	4,17	5,88	5,88	13,04	0	0	2,94	0	0
Żeglarstwo i windsurfing	0	6,25	4,17	4,17	2,94	5,88	4,35	5,56	2,86	0	0	12,5
Inne	0	6,25	4,17	20,83	0	11,76	4,35	0	2,86	0	0	0

czą budziły: kulturystyka, narciarstwo biegowe, biegi na orientację oraz kajakerstwo i wioślarstwo (tab. 8–10).

Wśród chłopców niezależnie od liceum, do którego uczęszczali uczniowie, największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe i sztuki walki. Najmniejsze zainteresowanie wśród chłopców budziły: narciarstwo biegowe, aerobik, gimnastyka artystyczna i sportowa (tab. 8–10).

## DYSKUSJA

Wyniki kontroli uczestnictwa uczniów w zajęciach wychowania fizycznego przeprowadzonej przez Najwyższą Izbę Kontroli w latach 2007–2009 wykazały bardzo niekorzystne tendencje (Buczyński 2011). W skontrolowanych szkołach (w sumie 18 661 uczniów) odnotowano niski poziom aktywnego uczestnictwa uczniów w zajęciach wychowania fizycznego z tendencją spadkową, z 77,5% w roku szkolnym 2007/2008 do 76,7% w roku szkolnym 2008/2009. Liczba uczniów aktywnie uczestniczących w zajęciach zmniejszała się na kolejnych etapach edukacji oraz w badanych latach szkolnych, tj.: na II etapie (klasy IV–VI szkoły podstawowej) – 16,8% (w badanym okresie spadek o 0,2%), na III etapie (gimnazjum) – 21,1% (spadek o 0,6%) i na IV etapie (szkoły ponadgimnazjalne) – 30,7% (spadek o 1,6%).

Wyniki badań Głównego Urzędu Statystycznego (2009) wykazały ponadto, że aktywność rekreacyjno-sportowa Polaków w większości dyscyplin sportowych istotnie maleje wraz z wiekiem.

Wyniki te są potwierdzeniem rezultatów badań, które w 2000 r. opublikowali Dobosz i Trzcińska. Autorzy wykazali, że z powodu długoterminowych zwolnień lekarskich w zajęciach wychowania fizycznego nie uczestniczy 10,6% dziewcząt i 8,4% chłopców.

Zupełnie odmiennie sytuacja wygląda w liceach ogólnokształcących w Bawarii. Badania Sawickiego (2009) wykazały, że wychowanie fizyczne należy do najbardziej lubianych przez uczniów przedmiotów szkolnych. Jest ponadto jednym z ważniejszych przedmiotów według opinii uczniów liceów bawarskich.

Moegling wskazuje natomiast na zupełnie inną tendencję preferencji młodzieży w wyborze różnych postaci rekreacji fizycznej na Zachodzie. „Pojęcie kultury ruchu rozciąga się od sportu po różnorodność globalnej kultury ruchu, która wychodzi poza sportowe zasady i zorientowana jest na inne znaczenia i wartości. W spectrum pozasportowych kultur ruchu zawierają się orientalne tańce, capoeira, taili, sztuki walki i praktyki jogi” (Moegling 2006, s. 275).

Wyniki kontroli Ministerstwa Sportu i Turystyki (2013) przeprowadzonej w ramach kampanii „Stop zwolnieniom z WF” przez NIK w latach 2007–2009 wykazały, że polskie dzieci tyją najszybciej w Europie, aktywność fizyczna polskich dzieci w ciągu ostatnich 20 lat wyraźnie spadła, polskie dzieci są mniej aktywne niż dzieci z innych europejskich krajów, aktywność fizyczna wyraźnie spada wraz z wiekiem naszych dzieci, polskie dzieci mają wady postawy częściej niż ich rówieśnicy z innych państw Unii Europejskiej, sprawność fizyczna polskich dzieci w ciągu ostatnich 30 lat dramatycznie się pogorszyła. Piszą o tym również m.in. Dobosz i Trzcińska (2000). Przewęda (2009) w roku 1999 przebadła populację 73 tys. dzieci i młodzieży. Wyniki badań wykazały, że polska młodzież jest coraz większa somatycznie i coraz słabsza motorycznie.

Zamierzając zmienić tendencje zwiększającej się absencji uczniów na lekcjach wychowania fizycznego, postanowiono zdiagnozować zainteresowania formami aktywności ruchowej i zaspokajać je w procesie kształcenia i wychowania fizycznego, chociażby poprzez przygotowanie zajęć do wyboru zgodnych z zainteresowaniami uczniów.

Wśród uczniów liceów ogólnokształcących we Wrocławiu największym zainteresowaniem cieszyły się: taniec, pływanie i gry sportowe wśród dziewcząt oraz gry sportowe i sztuki walki wśród chłopców. Najmniejsze zainteresowanie wśród dziewcząt budziła kulturystyka i narciarstwo biegowe. Wśród chłopców najmniej popularne były: narciarstwo biegowe, aerobik, gimnastyka artystyczna i sportowa.

Dziewczęta z klas I najbardziej zainteresowane były tańcami, gramami sportowymi i pływaniami. Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kulturystyką.

Dziewczęta z klas II preferowały tańce. Popularne były również gry sportowe i pływanie. Żadna z dziewcząt nie była zainteresowana kajakerstwem i wioślarstwem oraz narciarstwem biegowym.

Dziewczęta z klas III najbardziej interesowały się tańcami i pływaniem. Najmniejsze zainteresowanie wśród dziewcząt budziła kulturystyka.

Wśród chłopców klas I największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe i sztuki walki. Żaden z chłopców nie wybrał narciarstwa biegowego, gimnastyki artystycznej i aerobiku.

Wśród chłopców z klas II największe zainteresowanie budziły gry sportowe, sztuki walki oraz pływanie. Żaden z chłopców nie wybrał narciarstwa biegowego, gimnastyki sportowej i aerobiku.

Wśród chłopców z klas III największym zainteresowaniem cieszyły się gry sportowe. Żaden z chłopców nie wybrał narciarstwa biegowego.

Podobne wyniki uzyskała Górna (1997). Siatkówka była najbardziej popularną grą wśród dziewcząt. Chłopcy natomiast najbardziej zainteresowani byli koszykówką, piłką nożną i siatkówką. Gimnastyka zajmowała wśród dziewcząt wysoką trzecią pozycję spośród najpopularniejszych form aktywności ruchowej. Nikt z chłopców nie był zainteresowany turystyką, aerobikiem i narciarstwem biegowym.

Podobne rezultaty uzyskał również Pośpiech (2006). Gry zespołowe należały do najbardziej lubianych przez uczniów i uczennice treści lekcji wychowania fizycznego (79,8% chłopców i 63,9% dziewcząt). Najbardziej nie lubianą treścią zajęć ruchowych w szkołach podstawowych i gimnazjach była gimnastyka (42% chłopców i 35,2% dziewcząt w szkole podstawowej oraz 54% chłopców i 56,9% dziewcząt w gimnazjum).

Badania Kocemby (1997) przeprowadzone w kilkunastu krajach wykazały, że pływanie niezmiennie od wielu lat zajmuje wysoką pozycję wśród preferowanych przez młodzież dyscyplin sportowych. Piłkę nożną natomiast wskazała niewiele ponad 1/4 mieszkańców Pragi, 1/6 Finów i co dwunasty Estończyk. Do uprawiania tenisa przyznawało się od 40% do 50% młodzieży we wszystkich

badanych krajach. Oprócz tenisa wysokie pozycje na liście preferencji zajmowały: jeździectwo, żeglarstwo i sporty motorowe.

Odmienne wyniki uzyskali Bartoszewicz i Frömel (2006), wykazując, że najmniejszym zainteresowaniem wśród dziewcząt cieszyła się kulturystyka i narciarstwo biegowe. Wśród chłopców natomiast najmniej popularne były: narciarstwo biegowe, gimnastyka artystyczna i aerobik.

Zainteresowanie dziewcząt tańcem i pływaniami może wynikać z wartości użytecznych tych form aktywności ruchowej. Wydaje się również, że na popularność tańca wpływ mają media (m.in. programy taneczne: „Taniec z Gwiazdami”, „You Can Dance” i „Mam Talent”). Licznie powstające szkoły tańca umożliwiają zapoznanie się z różnymi jej odmianami na każdym poziomie trudności.

Wydaje się, że na popularność gier sportowych i sztuk walk wśród uczniów liceów ogólnokształcących Wrocławia wpływ mają również media (m.in. transmisje rozgrywek PlusLigii, Ligii Światowej, Champions League, walk zawodowych w boksie, MMA) oraz uczestniczące w najwyższych rozgrywkach ligowych wrocławskie zespoły ligowe (Impel Wrocław – piłka siatkowa, Śląsk Wrocław – piłka nożna, koszykówka, Gwardia Wrocław – boks, judo). Wydaje się również, że organizacja we Wrocławiu imprez sportowych o randze europejskiej (ME kobiet w piłce siatkowej 2009, ME mężczyzn w koszykówce 2009, ME mężczyzn w piłce nożnej 2012) determinuje stale rosnącą popularność tych dyscyplin.

Nieco odmienne wyniki zainteresowań formami aktywności ruchowej uczniów uzyskali Frömel i wsp. (1995/96, 2000). W przeprowadzonych przez nich badaniach dziewczęta najbardziej zainteresowane były grami sportowymi, pływaniami oraz łyżwiarstwem, natomiast chłopcy preferowali pływanie, narciarstwo zjazdowe i gry sportowe.

Wydaje się, że różnice między wynikami badań Frömela i wsp. (1995/96, 2000) oraz badań autorów niniejszego opracowania mogły wynikać ze środowiska badawczego i roku ich realizacji. Jak wykazał Rokita (2005), rok badań ma wpływ na wybór niektórych form aktywności ruchowej (tańców wśród



dziewcząt oraz sztuk walki wśród chłopców). Wybór pływania i gier sportowych natomiast nie zależy od roku badań i środowiska. O prawdopodobnych motywach wyboru gier sportowych pisano powyżej. Wydaje się, że zainteresowanie pływaniem wynika z wartości użytecznych i zdrowotnych, o czym pisali także Rokita (1999, 2005), Bartoszewicz (2007, 2011), Frömel i Bartoszewicz (1998) oraz Frömel i Novosad (1998).

Pośpiech (2003) na podstawie analizy publikacji krajowych i zagranicznych sformułował wnioski wskazujące, że najbardziej aprobowaną treścią zajęć przez chłopców są zespołowe gry sportowe, dziewczęta natomiast preferują indywidualne formy aktywności ruchowej (m.in. tańce). Większość dziewcząt i chłopców uznaje pozytywny wpływ ćwiczeń fizycznych na funkcjonowanie organizmu i dobrą sylwetkę.

Rokita (1998) wykazał ponadto, że tworzenie w sposób obiektywny (uwzględniający zainteresowania) programu nauczania wychowania fizycznego w liceach to potrzeba chwili. Jest bowiem szansa, by zaspokajając zainteresowania aktywnością ruchową uczniów, utrwalić pozytywne (lub zmienić negatywne) postawy wobec kultury fizycznej młodzieży. Istnieje duże prawdopodobieństwo, że uczniowie uczestniczący w realizacji programów wychowania fizycznego zgodnie ze swoimi zainteresowaniami będą podejmować dodatkową systematyczną aktywność fizyczną poza szkołą i w przyszłości.

W związku z tym zasadne wydaje się diagnozowanie zainteresowań aktywnością ruchową uczniów, a następnie zaspokajanie ich w procesie kształcenia i wychowania fizycznego.

## WNIOSKI

1. Uczniowie wybranych liceów ogólnokształcących we Wrocławiu najczęściej wybierali taniec, pływanie oraz gry sportowe i sztuki walki.

2. Wyniki badań potwierdziły potrzebę odmiennego programowania i prowadzenia lekcji wychowania fizycznego dla dziewcząt i chłopców. Dziewczęta niezależnie od wieku najbardziej zainteresowane były tańca-

mi i pływaniem, a chłopcy – grami sportowymi i sztukami walki.

3. Zainteresowania aktywnością ruchową uczniów w badanych liceach różnią się w obrębie szkoły, do której uczęszczają uczniowie. Ze względu na to, że liceum, do którego uczęszczali uczniowie, miało wpływ na wybór 6 form aktywności ruchowej (narciarstwa zjazdowego i biegowego, gimnastyki artystycznej i sportowej, gier sportowych i tańców), niezbędne jest odmiennie programowanie i prowadzenie lekcji wychowania fizycznego w poszczególnych placówkach oświatowych.

## BIBLIOGRAFIA

- Al-Isa A.N., Campbell J., Desapriya E., Wijesinghe N. (2011), Social and Health Factors Associated with Physical Activity among Kuwaiti College Students, *Journal of Obesity*, 1–6.
- Bartoszewicz R. (2007), Transfer między zainteresowaniami sportowymi a aktywnością ruchową uczniów gimnazjalnych w wybranych krajach europejskich, *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, Sectio E*, 1, 137–142.
- Bartoszewicz R. (2011), Aktywność ruchowa młodzieży gimnazjalnej z południowo-zachodniej Polski na tle wybranych ośrodków europejskich, *Studia i Monografie AWF we Wrocławiu*, 101.
- Bartoszewicz R., Frömel K. (2006), Motor activity of junior high school students in the period of socio-economic transformations in Poland and the Czech Republic, *Human Movement*, 7 (1), 14–24.
- Buczyński G. (2011), NIK o wychowaniu fizycznym w szkole, <http://www.nik.gov.pl> [data dostępu: 09.10.2011].
- Cendrowski Z., Czernska E., Frołowicz T., Małdejski, E., Pośpiech J., Przybylski W. (2008), Komentarz do podstawy programowej przedmiotu wychowanie fizyczne [W:] Podstawa programowa z komentarzami. T. 8: Wychowanie fizyczne i edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej, gimnazjum i liceum. MEN, Warszawa, 37–44.
- Dobosz J., Trzczińska D. (2000), Kto i dlaczego nie ćwiczy na lekcjach wf, *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*, 2/3, 81–83.
- Frömel K., Bartoszewicz R. (1998), Aspect of organization in the structure of sporting interests and motor activity in children in the regions of Olomouc and Wrocław, [w:] Pavlović T. (red.), Sport Mladih: III Mednarodni

- Simpozij: zbornik, Univerzita Ljubljana, Ljubljana, 94–99.
- Frömel K., Ludva P., Formankova S. (1995/96), Structure of sporting interests and motor activities of young people, *Telesna Kultura*, 26, 5–47.
- Frömel K., Novosad J. (1998), Motor activity in a week's routine of secondary school pupils, [w:] Pawlovic M. (red.), Sport of the young, Faculty of Sport, Ljubljana 100–106.
- Frömel K., Skalik K., Sigmund E., Vasendova J., Neuls F., Wirdheim E. (2000), Analysis of physical activity in 16 and 18 year-old grammar school students within international context, *Journal of Human Kinetics*, 3, 103–113.
- Greenwood M., Stillwell J., Byars A. (2001), Activity preferences of middle school physical education students, *Educator*, 2, 26–29.
- Górna K. (1997), Zainteresowania młodzieży licealnej formami aktywności sportowo-rekreacyjnej, *Kultura i Edukacja, Szkoła Wyższa im. Pawła Włodkowica w Płocku, Katowice*, 151–159.
- Gurycka A. (1989), *Rozwój i kształtowanie zainteresowań*, PWN, Warszawa.
- GUS (2009), Uczestnictwo Polaków w sporcie i rekreacji ruchowej w 2008 roku, <http://www.stat.gov.pl/gus> [data dostępu: 31.08.2009].
- Jonçich G. (1968), *A biography of Edward L. Thorndike*, Wesleyan University Press, Middletown.
- Kałużny K., Rokita A. (2011a), Zainteresowania uczniów klas I–III gimnazjum integracyjnego różnymi formami aktywności ruchowej, *Rozprawy Naukowe AWF we Wrocławiu*, 35, 151–155.
- Kałużny K., Rokita A. (2011b), Zainteresowania uczniów klas integracyjnych szkoły podstawowej aktywnością ruchową, *Rozprawy Naukowe AWF we Wrocławiu*, 35, 146–150.
- Karkosz K. (1994), Zainteresowania i aktywność sportowo-rekreacyjna młodzieży licealnej, *Zeszyty Metodyczno-Naukowe AWF w Katowicach*, 5, 71–80.
- Kocemba W. (1997), Uczestnictwo młodzieży w kulturze fizycznej, [w:] Jankowski K.W., Krawczyk Z. (red.), *Wartości i wzory kultury fizycznej młodzieży. Badania porównawcze, Studia i Monografie AWF w Warszawie* 67, 95–101.
- Ministerstwo Sportu i Turystyki (2013) Stop zwolnieniom z WF, <http://www.msit.gov.pl> [data dostępu: 16.12.2013].
- Moegling K. (2006), Bildung als Ausweg "des Menschen aus seiner selbstverschuldeten Unmündigkeit – Zum Bildungsverständnis und zur Konzeption einer zeitgemäßen Sport und Bewegungspädagogik, *Ido-Ruch dla Kultury, Rocznik Naukowy*, 6, 268–275.
- Mynarski W., Tomik R. (2005), Formy i zakres aktywności ruchowej w czasie wolnym uczennic i uczniów gimnazjum, *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska*, 60 (341), 28–31.
- Pławińska L. (1997), Zainteresowania młodzieży szkolnej wychowaniem fizycznym i sportem, *Zeszyty Naukowe. Prace Instytutu Kultury Fizycznej Uniwersytetu Szczecińskiego*, 12, 71–79.
- Pośpiech J. (2003), Wychowanie fizyczne i sport szkolny w krajach europejskich – wybrane problemy, *Politechnika Opolska, Opole*.
- Pośpiech J. (2006), Jakość europejskiego wychowania fizycznego w świetle badań, PTNKF, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa, Racibórz.
- Przewęda R. (2009), Zmiana kondycji fizycznej polskiej młodzieży w ciągu ostatnich dekad, *Studia Ecologiae et Bioethicae*, 7 (1), 57–71.
- Rokita A. (1995), Zainteresowanie uczniów liceów ogólnokształcących zespołami grami sportowymi, [w:] Naglak Z., Panfil R. (red.), *Zespołowe gry sportowe w wychowaniu fizycznym i sporcie*, AWF, Wrocław, 31–36.
- Rokita A. (1996), Zainteresowania aktywnością ruchową uczniów szkoły średniej a planowanie i realizacja zajęć dydaktycznych z wychowania fizycznego, [w:] Ślężyński J. (red.), *Efekty kształcenia w kulturze fizycznej*, AWF, Katowice, 189–194.
- Rokita A. (1997), Zainteresowania formami aktywności ruchowej a postawa wobec kultury fizycznej uczniów szkół ponadpodstawowych. *Rozprawa doktorska*, AWF, Wrocław.
- Rokita A. (1998), Planowanie budżetu godzin z wychowania fizycznego a zaspokajanie zainteresowań uczniów aktywnością ruchową, [w:] Ślężyński J. (red.), *Efekty kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej*, PTNKF, Katowice, 47–50.
- Rokita A. (1999), The timetable of physical education (PE) activities as an example of providing interest in mobile activity for students, [w:] Parisi P. (red.), *Proceedings of the 4<sup>th</sup> Annual Congress of the European College of Sport Science, Sport Science '99 in Europe*, Roma, 397.
- Rokita A. (2001), Zainteresowania aktywnością ruchową z piłką uczniów klas I liceum ogólnokształcącego w latach 1995–2001, *Human Movement*, 1 (3), 93–96.
- Rokita A. (2005), The interest in sport activity among first year secondary school students in the years 1995–2001, *Kinesiology*, 37 (1), 99–105.
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego

- oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół, DzU z 2009 r., nr 4, poz. 17.
- Sawicki Z. (2009), Pozaszkolna aktywność sportowa 14-letnich uczniów szkół niemieckich, *Rozprawy Naukowe AWF we Wrocławiu*, 28, 419–427.
- Sindik J., Andrijasević M., Ćurković S. (2009), Relation of Students Attitude Toward Leisure Time Activities and Their Preferences Toward Sport Recreation Activities, *Acta Kinesiologicala*, 1, 54–58.
- Telama R. (1978), Pupils' Interest and Motivation for Sport in Finland, *International Journal of Physical Education*, 1 (1), 14–23.

Praca wpłynęła do Redakcji: 12.02.2014  
Praca została przyjęta do druku: 17.04.2014

*Adres do korespondencji:*

Marcin Ściślak  
Katedra Zespołowych Gier Sportowych  
Akademia Wychowania Fizycznego  
ul. Mickiewicza 58  
51-617 Wrocław  
e-mail: marcin.scislak@awf.wroc.pl

## Kwestionariusz Zainteresowania w zakresie aktywności ruchowej

1. Płeć      Klasa      Wiek
2. Jeśli uczestniczysz w zajęciach sportowych poza lekcjami, w szkole, w klubie, sekcji itp., podaj, w jakiej dyscyplinie sportu ..... i przez ile godzin przeciętnie w tygodniu .....
3. Podaj, jakie formy aktywności ruchowej – jakie dyscypliny sportu – podejmujesz najczęściej w czasie wolnym samodzielnie lub z kolegami ..... Podaj, ile godzin poświęcasz na to przeciętnie w tygodniu .....
4. Zaznacz w kolejności pięć form lub preferencji związanych z aktywnością ruchową z każdej z podanych niżej dziewięciu grup, które Cię najbardziej INTERESUJĄ! Na kresce przed nazwą wstaw liczby od 1 do 5 (w grupie V, VI i IX do 4) wskazujące na kolejność (ranking) Twoich zainteresowań. Na końcu każdej grupy możesz też wpisać inne swoje zainteresowania lub preferencje.

### I. DYSCYPLINY SPORTOWE

- lekkoatletyka
- sporty motorowe
- kajakerstwo i wioślarstwo
- kulturystyka
- narciarstwo biegowe
- narciarstwo zjazdowe
- gimnastyka artystyczna
- biegi na orientację
- pływanie
- aerobik i podobne
- gimnastyka sportowa
- gry sportowe
- tańce
- turystyka
- sztuki walki
- łyżwiarstwo i łyżworolki
- żeglarstwo
- i windsurfing
- inne .....

### II. GIMNASTYKA

- akrobatyka
- poręczce
- drążek
- równoważnia
- kółka
- skoki
- trampolina
- inne .....

### III. LEKKOATLETYKA

- biegi długie
- rzuty (oszczep, dysk, piłeczka)
- skok w dal
- skok w wzwyż
- sprinty
- pchnięcie kulą
- biegi sztafetowe
- inne .....

### IV. GRY SPORTOWE

- badminton
- piłka ręczna
- piłka nożna
- koszykówka
- hokej na lodzie
- siatkonoga
- siatkówka
- softball i baseball
- tenis stołowy
- tenis ziemny
- piłka wodna
- inne .....

### V. TURYSTYKA

- rowerowa
- piesza
- wodna
- motorowa
- inne .....

### VI. RODZAJE WYSIŁKU

- zwinnościowe
- szybkościowe
- siłowe
- wytrzymałościowe

### VII. CELE AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ

- estetyczne (piękno ruchu, elegancja, zgrabność itp.)
- kondycyjne (dbałość o rozwój siły, wytrzymałości itp.)
- sportowe (współzawodnictwo, doskonałość w grze itp.)
- twórcze (kreatywność, samorealizacja, samodoskonalenie itp.)
- zdrowotne (zachowanie zdrowia, dobre samopoczucie itp.)
- inne .....

### VIII. SPORTY TECHNICZNE

- paragliding
- biathlon
- triathlon
- sporty motorowe
- kolarstwo
- nurkowanie
- strzelectwo
- inne .....

### IX. PŁYWANIE

- kraul (styl dowolny)
- żabka (styl klasyczny)
- na plecach (styl grzbietowy)
- delfin (styl motylkowy)