



Ministerstwo
Edukacji i Nauki



**RAPORT Z PRZEBIEGU PROJEKTU
„SPORTOWA KLASA”
FUNDACJI AKTYWNEGO ROZWOJU**



**NAUKA DLA
SPOŁECZEŃSTWA**

Raport z przebiegu projektu „Sportowa Klasa”

Magdalena Zajac¹, Mirosława Szark-Eckardt²

¹Department of Special Pedagogy and Speech Therapy, Kazimierz Wielki University, 85-064 Bydgoszcz, Poland

²Institute of Physical Education, Kazimierz Wielki University, 85-064 Bydgoszcz, Poland

Adres do korespondencji: magzaj@ukw.edu.pl

Publikacja naukowa dofinansowana ze środków budżetu państwa w ramach programu Ministra Edukacji i Nauki pod nazwą „Nauka dla Społeczeństwa” nr projektu Id:551521, Nr rej.: NdS/551521/2022/2022, kwota dofinansowania 500.000,00zł całkowita wartość projektu 520.000,00zł.

Adres wydawniczy: Fundacja Aktywnego Rozwoju Skowrońska-Fularczyk-Malinowski, 2023

Raport z projektu jest dostępny na licencji [CC BY 3.0 Polska](https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/us/deed.pl)
(<https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/us/deed.pl>)

Wprowadzenie

Województwo Kujawsko-Pomorskie należy do grupy województw, w których zanotowano najwięcej zakażeń COVID-19 w przeliczeniu na liczbę mieszkańców. Jednym z obszarów, które dotknęła pandemia stała się szkoła. Po ponad dwóch latach obostrzeń sanitarnych, których efektem była nauka zdalna, sprawa kondycji fizycznej, a co za tym idzie zdrowia dzieci i młodzieży, stała się jednym z fundamentalnych wyzwań przed jakim stanęły polskie szkoły oraz sprawujące nad nimi nadzór władze samorządowe i kuratoria.

Jeszcze przed wybuchem pandemii eksperci nauk o zdrowiu jednoznacznie wskazywali na konieczność wzmacniania działań na rzecz regularnej aktywności ruchowej wśród dzieci i młodzieży jako warunku *sine qua non* budowy zdrowego społeczeństwa. W dobie post pandemicznej postulat ten nabrał ogromnego znaczenia. Przed polskim system edukacji stało i wciąż stoi trudne zadanie minimalizowania niepożądanych skutków wynikających z izolacji uczniów, która odcisnęła swoje negatywne piętno na ich kondycji fizycznej jak i psychicznej.

Jedną z odpowiedzi, która wychodziła naprzeciw temu postulatowi był program tworzenia klas sportowych, których istnienie w społeczności szkolnej zwiększa zainteresowanie sportem, a tym samym poprawia aktywność ruchową uczniów. Klasy sportowe wpływają bowiem na zwiększenie świadomości prozdrowotnej uczniów oraz nauczycieli, a także – co niezmiernie ważne – rodziców. Każda forma „usportowienia” szkoły, a taką są bez wątpienia klasy sportowe, buduje pozytywny wizerunek placówki jako tej, która w praktyczny sposób potrafi łączyć naukę i aktywność fizyczną uczniów. Efekt tego

przekłada się nie tylko na zmniejszoną absencję uczniów na lekcjach (wszak sport to zdrowie), ale również na osiągnięte przez nich wyniki w nauce.

Program „Sportowa Klasa” opracowany i przeprowadzony przez Fundację Aktywnego Rozwoju to jedno z praktycznych narzędzi, które sprzyja procesowi powstawania klas sportowych. Na podstawie szczegółowej analizy i wymiernych danych, przedsięwzięcie dostarczyło rodzicom, opiekunom oraz nauczycielom, odpowiedzi ukazującej na jakim etapie rozwoju fizycznego znajdują się dzieci biorące udział w programie. Określone zostały ich predyspozycje, umożliwiające zapisy dzieci do klas sportowych na poziomach 1 i 4 klasy szkoły podstawowej. Jego istotą był cykl zajęć sprawdzająco-doskonających, składający się z zestawu ćwiczeń i testów sprawnościowych.

Materiał i metoda

W badaniach wzięło udział 1975 dzieci z zerówek oraz trzecich klas szkół podstawowych z 78 placówek zlokalizowanych na terenie województwa kujawsko-pomorskiego. Miejsca prowadzenia zajęć zostały ustalone we współpracy z Kujawsko-Pomorskim Kuratorem Oświaty na zasadzie otwartego systemu zgłoszeń. W programie uczestniczyło 87 nauczycieli, którzy poprowadzili 100 grup badawczych.

20 września 2022 roku w Instytucie Kultury Fizycznej Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego odbyło się szkolenie dla nauczycieli, na którym zostały przedstawione założenia teoretyczne programu. Część praktyczną przeprowadził Marcin Kaczocho, który opracował poszczególne próby sprawnościowe. Na szkoleniu odnotowano 100% frekwencję nauczycieli.

Zajęcia w szkołach odbywały się raz w tygodniu na przełomie października i listopada 2022 roku. W trakcie zajęć wykonywano zestaw prostych ćwiczeń, przygotowujących do testów sprawnościowych obowiązujących podczas naboru do klas sportowych.

Nauczyciele na bieżąco odnotowywali rezultaty uzyskiwane przez dzieci w przygotowanych w tym celu "Dzienniczkach Sprawności Motorycznej", służących obrazowaniu stanu sprawności uczniów w poszczególnych szkołach. Dodatkowo w trzech wskazanych terminach - po zajęciach 1, 5 i 8 - wprowadzali oni wyniki pomiarów prób sprawnościowych uzyskiwane przez dzieci do systemu przygotowanego przez pracowników Instytutu Kultury Fizycznej Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.

Dodatkowo w badaniach wzięli udział rodzice dzieci uczestniczących w projekcie. Przed rozpoczęciem projektu wypowiedziało się 1096 opiekunów na temat tego, jak

postrzegają aktywność fizyczną oraz jaką rolę odgrywa ona w rozwoju ich podopiecznych. Ponadto ocenili możliwość swojego udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych. Po zakończonym projekcie ponownie wypowiedziało się 767 opiekunów na temat wyżej wymienionych kwestii, dodatkowo oceniając wpływ programu „Sportowa Klasa” na rozwój umiejętności dziecka, niezbędnych w rekrutacji do klas sportowych.

Zaproponowane próby:

1. ZWINNOŚĆ (bieg wahadłowy 4 x 10 m, pomiar czasu)
2. SKOCZNOŚĆ (skok w dal z miejsca, pomiar odległości)
3. SIŁA RAMION (rzut 2kg piłką lekarską, pomiar odległości)
4. SZYBKOŚĆ (próba szybkości biegowej)
5. GIBKOŚĆ (skłon tułowia w przód: stanie w pozycji na baczność)
6. MIĘŚNIE BRZUCHA (skłony w przód z leżeniem tyłem)
7. WYTRZYMAŁOŚĆ (bieg na dystansie 270m/600m)

Opis prób:

1. ZWINNOŚĆ (bieg wahadłowy 4 x 10 m, pomiar czasu):

a) wykonanie:

Na sygnał "na miejsca" badany staje na linii startu. Na komendę "start" biegnie do drugiej linii (odległość 10 m), podnosi klocek/woreczek, po czym wraca na linię startu, gdzie kładzie klocek (klocek/woreczek nie może być rzucony). Następnie biegnie po drugi klocek i wracając kładzie go ponownie w półkolu.

b) pomiar:

Liczy się czas, mierzony z dokładnością do 1/10 s. Próba zostaje zakończona z chwilą, gdy drugi klocek/woreczek znajduje się na podłożu.

c) uwagi:

Próba zostaje unieważniona, gdy klocek jest rzucony.

2. SKOCZNOŚĆ (skok w dal z miejsca, pomiar odległości):

a) wykonanie:

Badany staje za linią, po czym z jednoczesnego odbicia obunóż wykonuje skok w dal na odległość.

b) pomiar:

Skok mierzony w cm. Długość skoku zawarta jest pomiędzy linią skoku a ostatnim śladem pięt.

c) uwagi:

Skok z upadkiem w tył na plecy jest nieważny.

3. SIŁA RAMION (rzut 2kg piłką lekarską, pomiar odległości):

a) wykonanie:

Badany staje za linią w rozkroku na szerokość bioder, trzymając oburącz piłkę wykonuje zamach z lekkim skłonem tułowia w tył po czym wyrzuca ją jak najdalej w przód.

b) pomiar:

Rzut mierzony w cm.

c) uwagi:

W trakcie wykonania rzutu nie wolno odrywać stóp od podłoża

4. SZYBKOŚĆ (próba szybkości biegowej):

a) wykonanie:

Na sygnał „na miejsca” testowany staje nogą wykroczną za linią startową w pozycji startowej wysokiej (nie stosuje się startu niskiego). Następnie na sygnał „start” biegnie jak najszybciej do mety na odległość 20m.

b) pomiar:

Czas mierzy się z dokładnością do 1\10 sekundy.

5. GIBKOŚĆ (skłon tułowia w przód: stanie w pozycji na baczność):

a) wykonanie:

Badany staje na podwyższeniu/laweczce tak, by palce stóp dotykały krawędzi. Stopy zwarte, kolana wyprostowane. Następnie wykonuje skłon w przód, zaznaczając jak najniżej palcami rąk ślad na przymocowanej w tym celu podziałce.

b) pomiar:

Wynik odczytywany jest w cm, ujemnie poniżej poziomu "0" lub dodatnio powyżej poziomu "0".

c) uwagi:

W czasie wykonywania próby badany trzyma nogi wyprostowane w kolanach. Skłon należy wykonać płynnie.

6. MIĘŚNIE BRZUCHA (skłony w przód z leżeniem tyłem):

a) wykonanie:

Badany leży na macie z rozstawionymi na szerokość 30 cm stopami i kolanami ugiętymi pod kątem prostym, ręce splecione na karku. Testowanemu pomaga partner, który przytrzymuje stopy tak, aby nie odrywały się od podłoża. Na sygnał „start” badany wykonuje skłony w przód, dotykając łokciami kolan, następnie wraca do pozycji wyjściowej (dotyka łopatkami materaca). Ćwiczenie trwa 30 sekund.

b) pomiar:

Notowana jest ilość wykonanych skłonów w ciągu 30 sekund.

c) uwagi:

Badanego nie dyskwalifikuje się w wypadku, gdy robi dłuższe przerwy w czasie wykonywania skłonów.

7. WYTRZYMAŁOŚĆ (bieg na dystansie 270m/600m):

a) wykonanie:

Badany startuje na sygnał z pozycji stojącej, pokonując dystans w dowolny sposób w jak najkrótszym czasie.

b) pomiar:

Próbę wykonuje się jeden raz, pomiar z dokładnością do 0,1s.

d) uwagi:

Ze względu na złe warunki pogodowe bieg na bieżni może zostać zamieniony na 5 lub 11 okrążeń wokół boiska do siatkówki w sali gimnastycznej.

Metody statystyczne

W analizie statystycznej wykorzystano statystyki opisowe parametryczne (średnia, odchylenie standardowe) i nieparametryczne (min-max, mediana, rozkład kwartylowy), różnice między 2 grupami (test t-Studenta dla prób zależnych i niezależnych), różnice między trzema grupami test Anova rang Friedmanna. Do analizy włączono tylko kompletne wyniki, poprawnie zapisane przez nauczycieli. Za istotne statystycznie przyjęto wyniki spełniające warunek że $p < 0,05$. Analiz dokonano za pomocą pakietu Statistica 13.

Dodatkowo przeanalizowano opinie rodziców na temat programu – na początku jego trwania oraz na końcu.

Wyniki badań

W pierwszej części rozdziału *Wyniki badań* zostały przedstawione rezultaty pomiarów poszczególnych zdolności motorycznych dokonane w trzech terminach w trakcie trwania projektu.

Pomiar I

Tabela 1. Statystyki deskryptywne prób sprawnościowych

Zmienna	Bez podziału na grupy Statystyki opisowe							
	N ważnych	Średnia	Mediana	Minimum	Maksimum	Dolny Kwartyl.	Górny Kwartyl.	Odch. Std
bieg wahadłowy 4x10	1708	14,8108	14,4300	10,3700	40,5000	13,2200	16,0000	2,92581
skok w dal	1709	114,0257	114,0000	27,0000	188,0000	95,0000	133,0000	28,23279
rzut piłką lekarską	1712	241,3067	240,0000	55,0000	350,0000	160,0000	310,0000	99,45510
bieg sprinterski	1689	5,8356	5,1500	4,2000	15,2000	4,5600	6,0700	3,30018
skłon tułowia	1705	0,3363	0,0000	-25,0000	48,0000	-4,0000	4,0000	9,29023
skłon z leżenia tyłem	1706	13,4766	14,0000	0,0000	35,0000	10,0000	18,0000	6,61676
bieg wytrzymałościowy	1454	179,1673	188,4000	82,8000	440,0000	108,0000	232,0000	71,91164

Początkowy pomiar sprawności badanych opisano za pomocą statystyk opisowych. W zakresie biegu wahadłowego najkrótszy czas wykonania to 10,37 sekundy, zaś najdłuższy 40,5 sek. Przeciętny czas wykonania próby wynosił 14,81 sekundy, a u większości badanych oscylował w granicach między 13,22 a 16 sekund. Średni skok w dal z miejsca miał długość 114,02 cm, najkrótszy miał 27 cm, zaś najdłuższy 188 cm; połowa wyników mieściła się w granicach między 95 a 133 cm. Przeciętny rzut piłką lekarską wykonany został na odległość 241,3 cm, najkrótszy miał 55 cm, zaś najdłuższy 350cm, połowa wyników mieściła się w zakresie między 160 a 310 cm. Średnia długość trwania biegu sprinterskiego wynosiła 5,83 sek, najczęściej wyniki badanych zawierały się w przedziałach między 4,56 a 6,07 sek. Skłon tułowia oceniany był na skali dopuszczającej wyniki ujemne – najgłębszy skłon został wykonany na głębokość -25 cm, zaś najpłytszy skłon na +48 cm, przeciętny wynik osiągniany przez badanych wynosił 0,33, zaś mediana wskazuje, że połowa badanych jest w stanie wykonać skłon do podłoża lub głębiej, grupa dzieci między 25 a 75 kwartylem była w stanie wykonać skłon między -4 a 4cm. Skłon z leżenia tyłem oceniany był jako ilość prawidłowo wykonanych powtórzeń. Przeciętnie dzieci wykonywały ok 14 skłonów (średnia 13,47) – począwszy od dzieci, które nie wykonały żadnego do maksymalnie 35 skłonów. Połowa dzieci wykonywała między 10 a 18 skłonów. Bieg wytrzymałościowy realizowany był w

średnio ok 3 minut (średnia 179,16), połowa badanych przebiegła wyznaczony odcinek w czasie od 108 do 232 sekund.

Tabela 2.

Statystyki deskryptywne prób sprawnościowych przeprowadzonych u dziewcząt (Pomiar I)

Zmienna	Statystyki opisowe prób u kobiet							
	N ważnych	Średnia	Mediana	Minimum	Maksimum	Dolny Kwartyl.	Górny Kwartyl.	Odch.std
bieg wahadłowy	798	15,1686	14,8250	10,3700	40,5000	13,6600	16,2800	2,86552
skok w dal	798	108,4223	110,0000	27,0000	179,0000	92,0000	125,0000	25,60340
rzut piłką lekarską	800	221,2275	220,0000	55,0000	320,0000	152,5000	280,5000	87,26844
bieg sprinterski	785	6,1305	5,3200	4,4900	15,2000	4,7600	6,2000	3,60760
skłon tułowia	797	1,4749	1,0000	-25,0000	48,0000	-2,0000	5,0000	8,86013
skłon z leżenia tyłem	798	12,7519	13,0000	0,0000	31,0000	9,0000	17,0000	6,34425
bieg 270/600	681	181,1420	193,2000	86,4000	440,0000	105,0000	240,0500	75,07034

W porównaniu do wyników całej badanej próby dziewczęta miały mniej korzystne wyniki prób, co jest oczekiwaną tendencją. Wyniki chłopców - przedstawione w tabeli poniżej były lepsze niż wyniki uśrednionej populacji badanych.

Tabela 3.

Statystyki deskryptywne prób sprawnościowych przeprowadzonych u chłopców (Pomiar I)

Zmienna	Statystyki opisowe prób u chłopców							
	N ważnych	Średnia	Mediana	Minimum	Maksimum	Dolny Kwartyl.	Górny Kwartyl.	Odch.std
bieg wahadłowy	910	14,4970	14,0600	10,5000	35,5000	12,9800	15,5900	2,9436
skok w dal	911	118,9341	120,0000	28,0000	188,0000	100,0000	140,0000	29,5007
rzut piłką lekarską	912	258,9200	265,0000	80,0000	350,0000	180,0000	330,0000	105,9874
bieg sprinterski	904	5,5795	5,0000	4,2000	15,1000	4,4800	5,9000	2,9864
skłon tułowia	908	-0,6631	0,0000	-25,0000	43,0000	-5,0000	3,0000	9,5455
skłon z leżenia tyłem	908	14,1134	15,0000	0,0000	35,0000	10,0000	19,0000	6,7871
bieg 270/600	773	177,4276	187,0000	82,8000	437,0000	111,7400	220,0000	69,0114

Określono także różnice ze względu na płeć – ustalono, że różnice te są istotne statystycznie dla wszystkich prób poza biegiem wytrzymałościowym – tam różnice na korzyść chłopców są zbyt małe w odniesieniu do odchylenia standardowego, by uznać je za istotne statystycznie.

Tabela 4.

Różnice w wykonaniu prób sprawnościowych między dziewczętami a chłopcami (Pomiar I)

Zmienna	Testy t; Grupująca: płeć				
	Średnia mężczyzna	Średnia kobieta	t	df	P
bieg wahadłowy	14,4970	15,1686	-4,76292	1706	0,000002
skok w dal	118,9341	108,4223	7,81298	1707	0,000000
rzut piłką lekarską	258,9200	221,2275	7,96530	1710	0,000000
bieg sprinterski	5,5795	6,1305	-3,43293	1687	0,000612
skłon tułowia	-0,6631	1,4749	-4,77139	1703	0,000002
skłon z leżenia tyłem	14,1134	12,7519	4,26207	1704	0,000021
bieg 270/600	177,4276	181,1420	-0,98279	1452	0,325876

Pomiar II

Kolejny pomiar sprawności badanych również opisano za pomocą statystyk opisowych.

Tabela 5.

Statystyki deskryptywne prób sprawnościowych (Pomiar II)

Zmienna	Bez podziału na grupy Statystyki opisowe							
	N ważnych	Średnia	Mediana	Minimum	Maksimum	Dolny Kwartyl.	Górny Kwartyl.	Odch. std
bieg wahadłowy	1540	14,3841	14,0550	9,8000	39,0000	12,9900	15,3800	3,9785
skok w dal	1540	120,8390	120,0000	39,0000	196,0000	102,5000	140,0000	26,6830
rzut piłką lekarską	1541	260,3465	260,0000	64,0000	360,0000	180,0000	325,0000	100,4432
bieg sprinterski	1524	5,9009	5,0000	4,1000	14,9000	4,5000	5,8050	4,7291
skłon tułowia	1525	1,1237	1,0000	-25,0000	45,0000	-2,0000	5,0000	6,5422
skłon z leżenia tyłem	1518	15,8017	16,0000	1,0000	37,0000	12,0000	20,0000	5,7316
bieg 270/600	1493	168,5152	183,0000	81,4000	391,8000	96,0000	211,0700	66,9986

W zakresie biegu wahadłowego najkrótszy czas wykonania to 9,8 sekundy, zaś najdłuższy 39 sek. Przeciętny czas wykonania próby wynosił 14,38 sekundy, a u większości badanych oscylował w granicach między 12,99 a 15,38 sekund. Średni skok w dal z miejsca miał długość 120,83 cm, najkrótszy miał 39 cm, zaś najdłuższy 196 cm; połowa wyników mieściła się w granicach między 102,5 a 140 cm. Przeciętny rzut piłką lekarską wykonany został na odległość 260,34 cm, najkrótszy miał 64 cm, zaś najdłuższy 360 cm, połowa wyników mieściła się w zakresie między 180 a 325 cm. Średnia długość trwania biegu sprinterskiego wynosiła 5,90 sek, najczęściej wyniki badanych zawierały się w przedziałach między 4,50 a 5,80 sek. Skłon tułowia oceniany był na skali dopuszczającej wyniki ujemne –

najgłębszy skłon został wykonany na głębokość -25, zaś naj płytszy skłon na +45 cm, przeciętny wynik osiągany przez badanych wynosił 1,12, zaś mediana wskazuje, że połowa badanych jest w stanie wykonać skłon do podłoża, grupa dzieci między 25 a 75 kwartylem była w stanie wykonać skłon między -2 a 5cm. Skłon z leżenia tyłem oceniany był jako ilość prawidłowo wykonanych powtórzeń. Przeciętnie dzieci wykonywały ok 16 skłonów (średnia 15,80) – począwszy od dzieci, które wykonały 1 skłon do maksymalnie 37 skłonów. Połowa dzieci wykonywała między 12 a 20 skłonów. Bieg wytrzymałościowy realizowany był w średnio ok 3 minut (średnia 168,51), połowa badanych przebiegła wyznaczony odcinek w czasie od 96 do 211,07 sekund.

Tabela 6.

Statystyki deskryptywne prób sprawnościowych przeprowadzonych u dziewcząt (Pomiar II)

Zmienna	Statystyki opisowe prób u kobiet							
	N ważnych	Średnia	Mediana	Minimum	Maksimum	Dolny Kwartył.	Górny Kwartył.	Odch.std
Bieg wahadłowy 4x10	805	14,7169	14,3550	10,5000	39,0000	13,2250	15,7000	3,91263
Skok w dal	805	115,4455	116,0000	39,0000	190,0000	100,0000	130,0000	24,04706
Rzut piłką lekarską	804	234,6630	240,0000	64,0000	328,0000	167,5000	300,0000	79,97806
Bieg sprinterski	799	5,7878	5,1300	4,3700	14,9000	4,6600	6,1400	2,05448
Skłon tułowia	797	2,3413	2,0000	-24,0000	42,0000	0,0000	6,0000	6,31114
skłon z leżenia tyłem	793	15,2003	15,0000	1,0000	32,0000	12,0000	19,0000	5,57146
Bieg sprinterski 270/	785	171,1780	188,4000	81,4000	330,0000	91,8000	215,4000	67,69951

Podobnie, jak w pierwszym pomiarze, wyniki dziewcząt były nieco słabsze niż w ogóle badanych, z jedną różnicą – bieg wytrzymałościowy uzyskał lepsze wyniki niż wśród populacji badanych. Wyniki chłopców zawarte poniżej pozostawały na wyższym poziomie niż w całej grupie badanych (poza biegiem wytrzymałościowym).

Tabela 7.

Statystyki deskryptywne prób sprawnościowych przeprowadzonych u chłopców (Pomiar II)

Zmienna	Statystyki opisowe prób u chłopców							
	N ważnych	Średnia	Mediana	Minimum	Maksimum	Dolny Kwartył.	Górny Kwartył.	Odch. std
Bieg wahadłowy 4x10	735	14,0503	13,7200	9,8000	38,1000	12,7000	15,0600	2,15341
Skok w dal	735	125,6368	128,0000	43,0000	196,0000	107,0000	146,0000	27,97925
Rzut piłką lekarską	737	264,8947	280,0000	81,0000	360,0000	195,0000	350,0000	83,51198
Bieg sprinterski	725	5,3232	4,8400	4,1000	14,5000	4,3600	5,6000	1,60607
Skłon tułowia	728	0,0345	1,0000	-25,0000	45,0000	-3,0000	4,0000	6,36532
skłon z leżenia tyłem	725	16,3358	17,0000	1,0000	37,0000	12,0000	20,0000	5,82169
Bieg sprinterski 270/600	708	168,3677	180,6000	82,2000	391,8000	105,1000	207,0000	63,13907

Różnice w drugim pomiarze pozostawały istotne w taki sam sposób jak w pierwszym pomiarze - były zazwyczaj lepsze niż dziewcząt. Wyjątkiem jest bieg wytrzymałościowy – wyniki dziewcząt były lepsze niż chłopców, jednak różnica ta obiektywnie niewielka, była nieistotna statystycznie.

Tabela 8.

Różnice w wykonaniu prób sprawnościowych między dziewczętami a chłopcami (Pomiar II)

Zmienna	Testy t; Grupująca: płeć				
	Średnia mężczyzna	Średnia kobieta	t	df	p
bieg wahadłowy	14,0056	14,7297	-3,58126	1538	0,000353
skok w dal	126,4517	115,7143	8,04944	1538	0,000000
rzut piłką lekarską	280,1058	242,2338	7,52602	1539	0,000000
bieg sprinterski	5,5811	6,1911	-2,51922	1522	0,011863
skłon tułowia	-0,2515	2,3798	-8,00625	1523	0,000000
skłon z leżenia tyłem	16,3434	15,3064	3,53442	1516	0,000421
bieg 270/600	169,0938	167,9935	0,31677	1491	0,751466

Pomiar III

Końcowy pomiar sprawności badanych opisano tak jak wcześniej, za pomocą statystyk opisowych.

Tabela 9.

Statystyki deskryptywne prób sprawnościowych (Pomiar III)

Zmienna	Bez podziału na grupy Statystyki opisowe							
	N ważnych	Średnia	Mediana	Minimum	Maksimum	Dolny Kwartyl.	Górny Kwartyl.	Odch. std
bieg wahadłowy	1519	14,1142	13,9200	9,6000	36,1200	12,8500	15,1900	2,1126
skok w dal	1524	125,6306	125,0000	45,0000	207,0000	108,0000	145,0000	26,8223
rzut piłką lekarską	1527	273,9247	270,0000	83,0000	371,0000	190,0000	340,0000	104,1209
bieg sprinterski	1507	5,2386	4,8500	4,0800	11,1900	4,3800	5,5000	1,5089
skłon tułowia	1541	1,6753	2,0000	-25,0000	41,0000	-1,0000	5,0000	6,6766
skłon z leżenia tyłem	1513	17,1428	17,0000	1,0000	35,0000	14,0000	21,0000	5,7224
bieg 270/600	1485	168,7907	180,6000	79,0000	370,2000	102,0000	214,0000	66,3467

W zakresie biegu wahadłowego najkrótszy czas wykonania to 9,6 sekundy, zaś najdłuższy 36,12 sek. Przeciętny czas wykonania próby wynosił 14,11 sekundy, a u większości badanych oscylował w granicach między 12,85 a 15,19 sekundy. Średni skok w dal z miejsca miał długość 125,63 cm, najkrótszy miał 45 cm, zaś najdłuższy 207 cm; połowa wyników mieściła się w granicach między 108 a 145 cm. Przeciętny rzut piłką lekarską wykonany został na odległość 273,92 cm, najkrótszy miał 83 cm, zaś najdłuższy 371 cm, połowa wyników mieściła się w zakresie między 190 a 340 cm. Średnia długość trwania

biegu sprinterskiego wynosiła 5,23 sek, najczęściej wyniki badanych zawierały się w przedziałach między 4,38 a 5,50 sek. Skłon tułowia oceniany był na skali dopuszczającej wyniki ujemne – najgłębszy skłon został wykonany na głębokość -25, zaś naj płytszy skłon na +41 cm, przeciętny wynik osiągany przez badanych wynosił 1,67, zaś mediana wskazuje, że połowa badanych jest w stanie wykonać skłon do podłoża, grupa dzieci między 25 a 75 kwartyłem była w stanie wykonać skłon między -1 a 5cm. Skłon z leżenia tyłem oceniany był jako ilość prawidłowo wykonanych powtórzeń. Przeciętnie dzieci wykonywały ok 17 skłonów (średnia 17,14) – począwszy od dzieci, które nie wykonały tylko 1 skłon do maksymalnie 35 skłonów. Połowa dzieci wykonywała między 14 a 21 skłonów. Bieg wytrzymałościowy realizowany był w średnio poniżej 3 minut (średnia 168,79), połowa badanych przebiegła wyznaczony odcinek w czasie od 102 do 214 sekund.

Tabela 10.

Statystyki deskryptywne prób sprawnościowych przeprowadzonych u dziewcząt (Pomiar III)

Zmienna	Statystyki opisowe prób u kobiet							
	N ważnych	Średnia	Mediana	Minimum	Maksimum	Dolny Kwartyl.	Górny Kwartyl.	Odch.std
Bieg wahadłowy 4x10	793	14,3538	14,2000	9,8000	36,1200	13,1000	15,4500	2,05286
Skok w dal	791	120,3831	120,0000	45,0000	195,0000	103,0000	135,0000	24,73477
Rzut piłką lekarską	793	254,7112	245,0000	83,0000	350,0000	170,0000	320,0000	98,19408
Bieg sprinterski	781	5,3288	5,0000	4,3000	11,1900	4,5000	5,7600	1,53225
Skłon tułowia	799	2,6795	3,0000	-25,0000	35,0000	0,0000	7,0000	6,43584
skłon z leżenia tyłem	784	16,7717	17,0000	1,0000	33,0000	13,0000	21,0000	5,56537
Bieg sprinterski 270/	778	169,4878	187,2000	79,8000	370,2000	100,0000	220,0000	67,79477

W porównaniu do wyników całej badanej próby dziewczęta miały mniej korzystne wyniki prób, co jest oczekiwaną tendencją. Wyniki chłopców - przedstawione w tabeli poniżej były lepsze niż wyniki uśrednionej populacji badanych.

Tabela 11.

Statystyki deskryptywne prób sprawnościowych przeprowadzonych u chłopców (Pomiar III)

Zmienna	Statystyki opisowe prób u chłopców				
	N ważnych	Średnia	Minimum	Maksimum	Odch.std
Bieg wahadłowy 4x10	726	13,8525	9,62700	29,9800	2,1471
Skok w dal	733	131,2933	52,0000	207,0000	27,8336
Rzut piłką lekarską	734	294,6826	101,0000	371,0000	106,3989
Bieg sprinterski	726	5,1416	4,08000	10,8000	1,4784
Skłon tułowia	742	0,5941	-21,0000	41,0000	6,7660
skłon z leżenia tyłem	729	17,5418	1,0000	35,0000	5,8642
Bieg sprinterski 270/600	707	168,0236	79,0000	358,2000	64,7550

Badano różnice ze względu na płeć - ustalono, że różnice te są istotne statystycznie dla wszystkich prób poza biegiem wytrzymałościowym – tam różnice na korzyść chłopców są zbyt małe w odniesieniu do odchylenia standardowego, by uznać je za istotne statystycznie.

Tabela 12.

Różnice w wykonaniu prób sprawnościowych między dziewczętami a chłopcami (Pomiar III)

Zmienna	Testy t; Grupująca: płeć				
	Średnia mężczyzna	Średnia kobieta	T	df	p
bieg wahadłowy pomiar III	13,8525	14,3538	-4,65083	1517	0,000004
skok w dal pomiar III	131,2933	120,3831	8,10046	1522	0,000000
rzut piłką lekarską pomiar III	294,6826	254,7112	7,63445	1525	0,000000
bieg sprinterski pomiar III	5,1416	5,3288	-2,41027	1505	0,016060
skłon tułowia pomiar III	0,5941	2,6795	-6,20047	1539	0,000000
skłon z leżenia tyłem pomiar III	17,5418	16,7717	2,62087	1511	0,008858
bieg 270/600 pomiar III	168,0236	169,4878	-0,42462	1483	0,671176

Różnice między pomiarami

Główna analiza dotyczyła różnic w wykonanych próbach między pomiarami. W tym celu porównano pomiar wyjściowy z pomiarami kolejnymi. Ostatecznie dokonano także porównania wszystkich trzech pomiarów. W pierwszym kroku, ustalono jakie są różnice pomiędzy pomiarem I oraz II.

Pomiar I vs pomiar II

Określono wartości przeciętne oraz zbadano różnice między średnimi na podstawie testu t-Studenta. W przypadku biegu wahadłowego wyjściowa wartość pomiaru czasu była wyższa niż w pomiarze ponownym o niemal 0,5 sekundy. Różnica ta okazała się istotna statystycznie.

Tabela 13.

Różnice w wykonaniu biegu wahadłowego w pomiarze I i II

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	T	df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch.st d Grupa 1	Odch.st d Grupa 2	iloraz F Wariancje	p Wariancje
bieg wahadłowy	14,81077	14,38411	3,504101	3246	0,000464	1708	1540	2,925814	3,978492	1,849028	0,00

Wyniki skoku w dal w drugim pomiarze badane dzieci poprawiły średnio o 6 cm, tutaj także różnice były istotne statystycznie.

Tabela 14.

Różnice w wykonaniu skoku w dal w pomiarze I i II

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	T	df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch.st d Grupa 1	Odch.st d Grupa 2	iloraz F Warianc je	p Warianc je
skok w dal	114,025 7	120,839 0	- 7,0490 7	324 7	0,00000 0	1709	1540	28,2327 9	26,6830 1	1,11953 6	0,02334 8

Wyniki rzut piłką lekarską różniły oba pomiary, w sposób, który był zakładany – w pierwszym pomiarze był on krótszy o niemal 19 cm niż w drugim pomiarze. Różnica ta również była istotna statystycznie.

Tabela 15.

Różnice w wykonaniu rzutu piłką lekarską w pomiarze I i II

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	T	df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch.st d Grupa 1	Odch.st d Grupa 2	iloraz F Warianc je	p Warianc je
Rzut piłką lekarską	241,3067	260,3465	- 5,4263 0	325 1	0,00000 0	1712	1541	99,4551 0	100,443 2	1,01996 8	0,68997 7

Różnice w zakresie wyników biegu sprinterskiego również były zgodne z przewidywaniami, dzieci poprawiły swój pierwotny rezultat średnio o niemal 1,5 sekundy. Różnice te były istotne statystycznie.

Tabela 16.

Różnice w wykonaniu biegu sprinterskiego w pomiarze I i II

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	T	df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch.st d Grupa 1	Odch.st d Grupa 2	iloraz F Warianc je	p Warianc je
Bieg sprinterski	7,38187 7	5,90091 9	2,15368 6	321 7	0,03133 9	1695	1524	26,4667 6	4,72913 6	31,3211 8	0,00

Skłon tułowia oceniany był jako zdolność skłonu do podłoża (punkt 0) lub głębiej (wyniki ujemne). W pierwszej próbie badane dzieci wykonywały głębszy skłon niż

w ponownym pomiarze różnica ta była istotna statystycznie. Pamiętać jednak należy, że naturalny przyrost wysokości w tym czasie wynoszący ok 5 cm na rok może wpływać na osiągnięcia dzieci.

Tabela 17.

Różnice w wykonaniu skłonu tułowia w pomiarze I i II

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	t	df	P	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch. std Grupa 1	Odch. std Grupa 2	iloraz F Wariacje	p Wariacje
skłon tułowia pomiar I vs. skłon tułowia pomiar II	0,336317	1,123698	-2,75471	3228	0,005907	1705	1525	9,290231	6,542154	2,016562	0,00

W zakresie skłonu z leżenia tyłem widoczna jest poprawa wyników pomiędzy 1 i 2 pomiarem – średnio dzieci wykonywały o ponad 2 skłony więcej niż na początku. Różnice te były istotne statystycznie.

Tabela 18.

Różnice w wykonaniu skłonu z leżenia tyłem w pomiarze I i II

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	t	df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch. std Grupa 1	Odch. std Grupa 2	iloraz F Wariacje	p Wariacje
skłon z leżenia tyłem	13,47655	15,80171	-10,6020	3222	0,000000	1706	1518	6,616764	5,731599	1,332722	0,000000

W zakresie biegu wytrzymałościowego widoczne jest zmniejszenie czasu potrzebnego na przebiegnięcie całego dystansu o ponad 9 sekund. Tutaj także różnica jest istotna statystycznie.

Tabela 19.

Różnice w wykonaniu biegu 270/600 w pomiarze I i II

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	t	df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch. std Grupa 1	Odch. std Grupa 2	iloraz F Wariacje	p Wariacje
bieg 270/600	179,1673	168,5152	4,161816	2945	0,0000032	1454	1493	71,91164	66,99860	1,152038	0,006632

W kolejnym kroku porównano pomiar początkowy z końcowym - Pomiar I i III.

W przypadku biegu wahadłowego wyjściowa wartość pomiaru czasu była wyższa niż w pomiarze ponownym o niemal 0,7 sekundy. Różnica ta okazała się istotna statystycznie.

Tabela 20.
Różnice w wykonaniu biegu wahadłowego w pomiarze I i III

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	t	df	P	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch. std Grupa 1	Odch. std Grupa 2	iloraz F Warianc je	p Warianc je
bieg wahadłowy	14,810 77	14,114 24	7,6691 57	322 5	0,0000 00	1708	1519	2,92581 4	2,11263 1	1,91799 0	0,00

Wyniki skoku w dal w drugim pomiarze badane dzieci poprawiły o średnio 11 cm, tutaj także różnice były istotne statystycznie.

Tabela 21.
Różnice w wykonaniu skoku w dal w pomiarze I i III

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	t	Df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch. std Grupa 1	Odch. std Grupa 2	iloraz F Warianc je	p Warianc je
skok w dal	114,0257	125,6306	- 11,944 1	323 1	0,0 0	1709	1524	28,2327 9	26,8223 0	1,107938	0,040090

Rezultaty rzutu piłką lekarską różniły oba pomiary, w sposób, który był zakładany – w pierwszym pomiarze był on krótszy o ponad 22 cm niż w drugim pomiarze. Różnica ta także była istotna statystycznie.

Tabela 22
Różnice w wykonaniu rzutu piłką lekarską w pomiarze I i III

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	t	df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch. std Grupa 1	Odch. std Grupa 2	iloraz F Warianc je	p Warianc je
Rzut piłką lekarską	241,30 67	273,92 47	- 9,1134 4	323 7	0,0000 00	1712	1527	99,4551 0	104,120 9	1,09602 9	0,06527 3

Różnice w zakresie biegu sprinterskiego również były zgodne z przewidywaniami, dzieci poprawiły swój pierwotny wynik średnio o ponad 2 sekundy. Różnice te były istotne statystycznie.

Tabela 23.

Różnice w wykonaniu biegu sprinterskiego w pomiarze I i III

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średni a Grupa 1	Średni a Grupa 2	t	df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch. std Grupa 1	Odch. std Grupa 2	iloraz F Warianc je	p Warianc je
Bieg sprinterski pomiar	7,3818 77	5,2385 87	3,1390 83	320 0	0,0017 10	1695	1507	26,4667 6	1,50893 8	307,651 3	0,00

W pierwszej próbie badane dzieci wykonywały głębszy skłon niż w końcowym pomiarze o niemal 1,5 cm, różnica ta była istotna statystycznie.

Tabela 24.

Różnice w wykonaniu skłonu tułowia w pomiarze I i III

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	T	Df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch. std Grupa 1	Odch. std Grupa 2	iloraz F Warianc je	p Warianc je
skłon tułowia	0,336317	1,675341	- 4,6716 9	324 4	0,00000 3	1705	1541	9,29023 1	6,67661 4	1,93615 7	0,00

W zakresie skłonu z leżenia tyłem widoczna jest poprawa wyników pomiędzy 1 i 3 pomiarem – średnio dzieci wykonywały o ponad 3 skłony więcej niż na początku. Różnice te pozostają istotne statystycznie.

Tabela 25.

Różnice w wykonaniu skłonu z leżenia tyłem w pomiarze I i II

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	t	df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch. std Grupa 1	Odch. std Grupa 2	iloraz F Warianc je	p Warianc je
skłon z leżenia tyłem	13,47655	17,1427 6	- 16,7110	321 7	0,0 0	1706	1513	6,61676 4	5,72236 6	1,337026	0,000000

W zakresie biegu wytrzymałościowego widoczne jest zmniejszenie czasu potrzebnego na przebiegnięcie całego dystansu o niemal 11 sekund. Tutaj także różnica jest istotna statystycznie.

Tabela 26.
Różnice w wykonaniu biegu 270/600 w pomiarze I i II

Grupa 1 wz. Grupy 2	Testy dla prób niezależnych										
	Średnia Grupa 1	Średnia Grupa 2	t	df	p	N ważnych Grupa 1	N ważnych Grupa 2	Odch. std Grupa 1	Odch. std Grupa 2	iloraz F Warianc je	p Warianc je
bieg 270/600	179,1673	168,7907	4,06696 9	293 7	0,00004 9	1454	1485	71,9116 4	66,3467 1	1,17478 9	0,00203 4

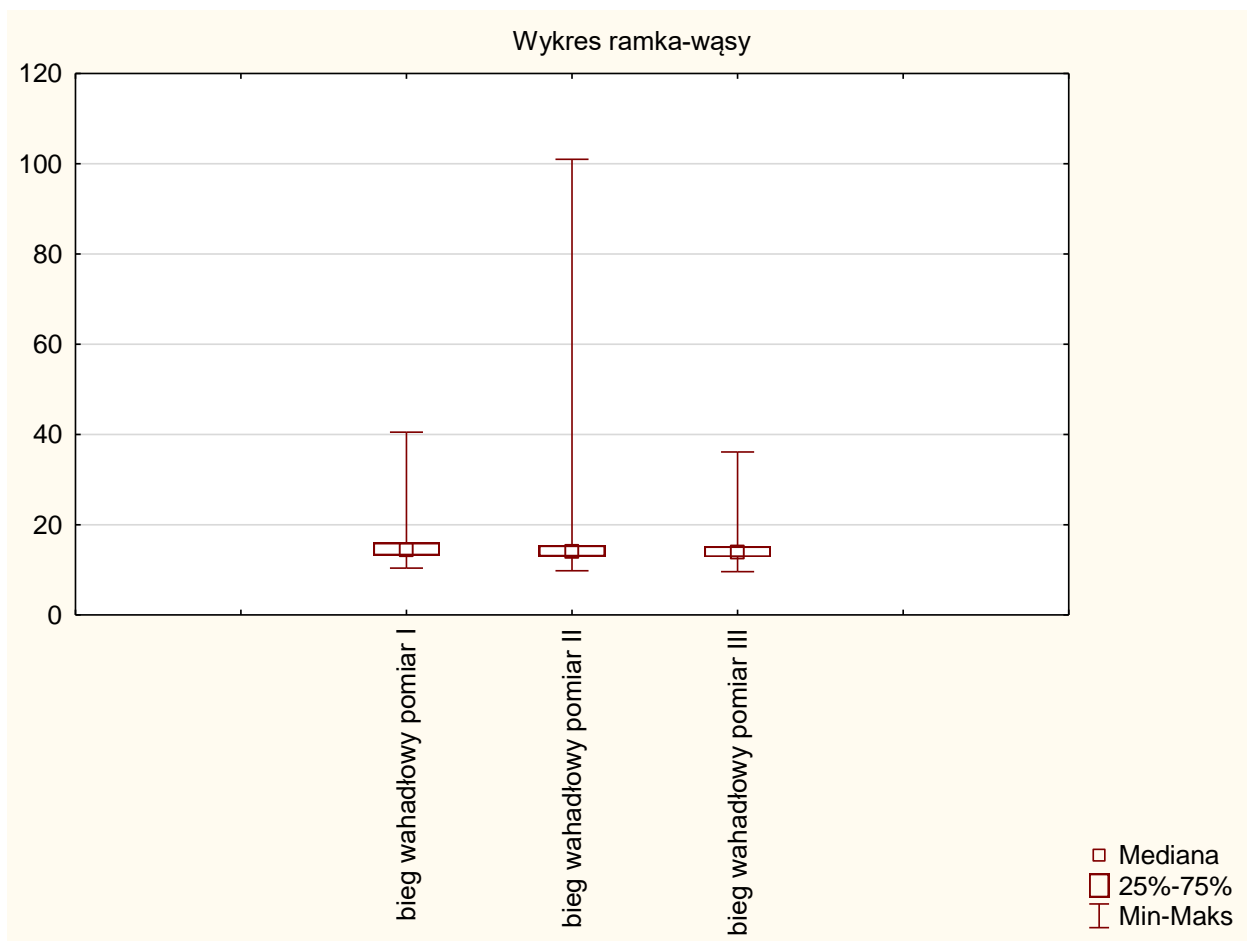
Porównanie 3 pomiarów

Porównano wszystkie 3 pomiary wykorzystując test Anova Friedmana – uzyskano istotną statystycznie różnicę w zakresie biegu wahadłowego

Tabela 27
Różnice w zakresie wykonania biegu wahadłowego we wszystkich pomiarach

Zmienna	ANOVA Friedmana i współczynnik zgodności Kendalla Chi kwad. ANOVA(N = 1419, df = 2) = 58,86622 p = ,00000 Współczynnik zgodności = ,02074 r śred. rang = ,02005			
	Średnia Ranga	Suma Rang	Średnia	Odch .std
bieg wahadłowy pomiar I	2,160677	3066,000	14,82423	2,900649
bieg wahadłowy pomiar II	1,956307	2776,000	14,32552	3,378612
bieg wahadłowy pomiar III	1,883016	2672,000	14,12741	2,124225

Widoczne jest systematyczne obniżanie czasu wykonania w kolejnych pomiarach. Ponadto poza jedną obocznością (odchylenie Standardowe) w pomiarze II można zauważyć większą spójność uzyskiwanych rezultatów w kolejnych próbach – co obrazuje poniższy wykres.



Wykres 1. Rozkład wyników biegu wahadłowego we wszystkich pomiarach

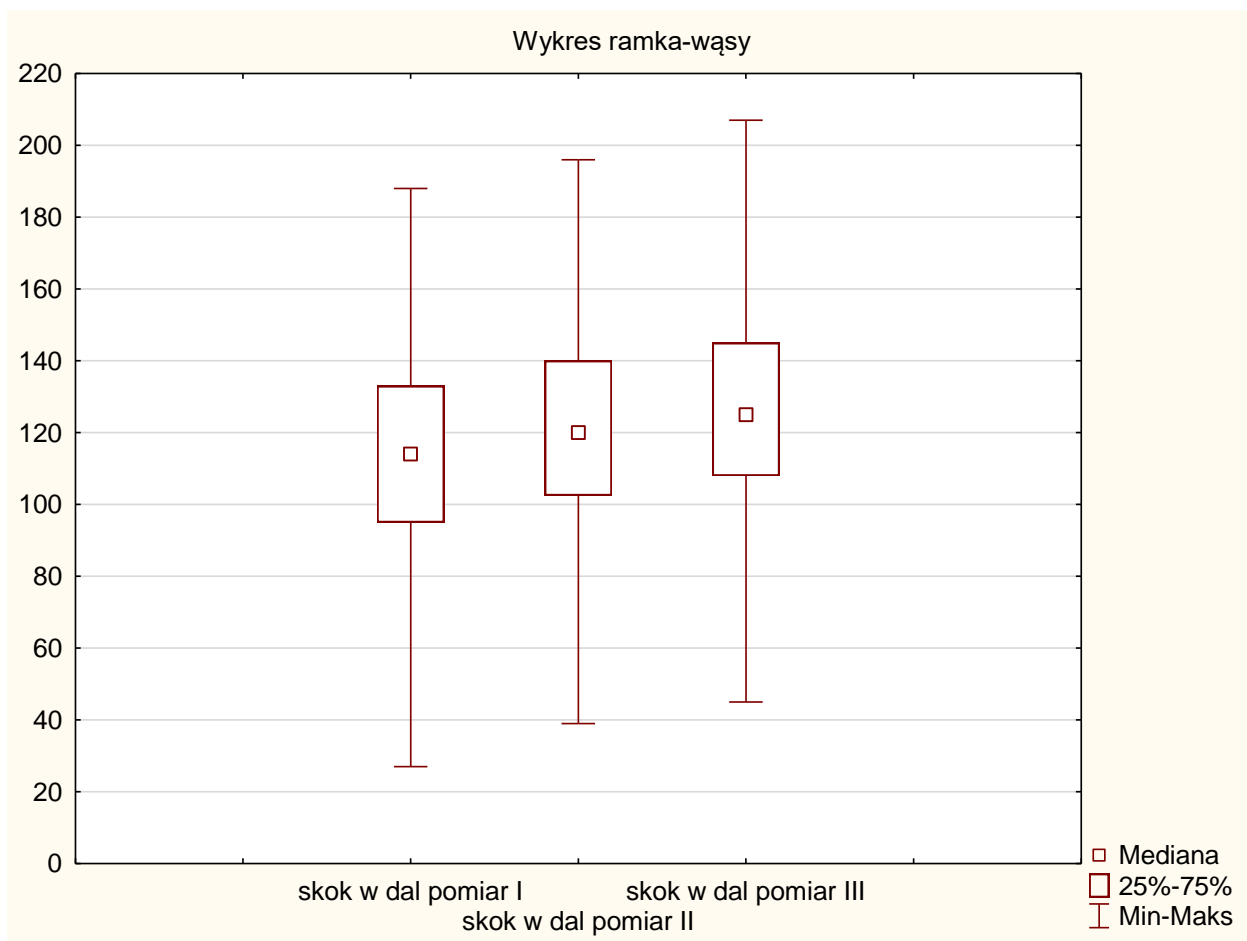
W przypadku skoku w dal widać, podobnie jak w biegu wahadłowym pożądaną zmianę wyników przeciętnych – istotną na poziomie $p < 0,0001$.

Tabela 28.

Różnice w zakresie wykonania skoku w dal we wszystkich pomiarach

Zmienna	ANOVA Friedmana i współczynnik zgodności Kendalla (pomiary zintegrowane) Chi kwad. ANOVA(N = 1424, df = 2) = 90,05925 p = 0,00000 Współczynnik zgodności = ,03162 r śred. rang = ,03094			
	Średnia Ranga	Suma Rang	Średnia	Odch.std
skok w dal pomiar I	1,810744	2578,500	114,2338	27,89430
skok w dal pomiar II	2,029494	2890,000	121,1461	26,55843
skok w dal pomiar III	2,159761	3075,500	125,7360	26,79102

W przypadku skoku w dal widoczne jest też zmniejszenie rozpiętości pomiędzy wynikiem minimalnym i maksymalnym pomiędzy I pomiarem a pozostałymi. Wyniki z zakresu 2 i 3 kwartyła pozostają w podobnej rozpiętości.



Wykres 2. Rozkład wyników skoku w dal we wszystkich pomiarach

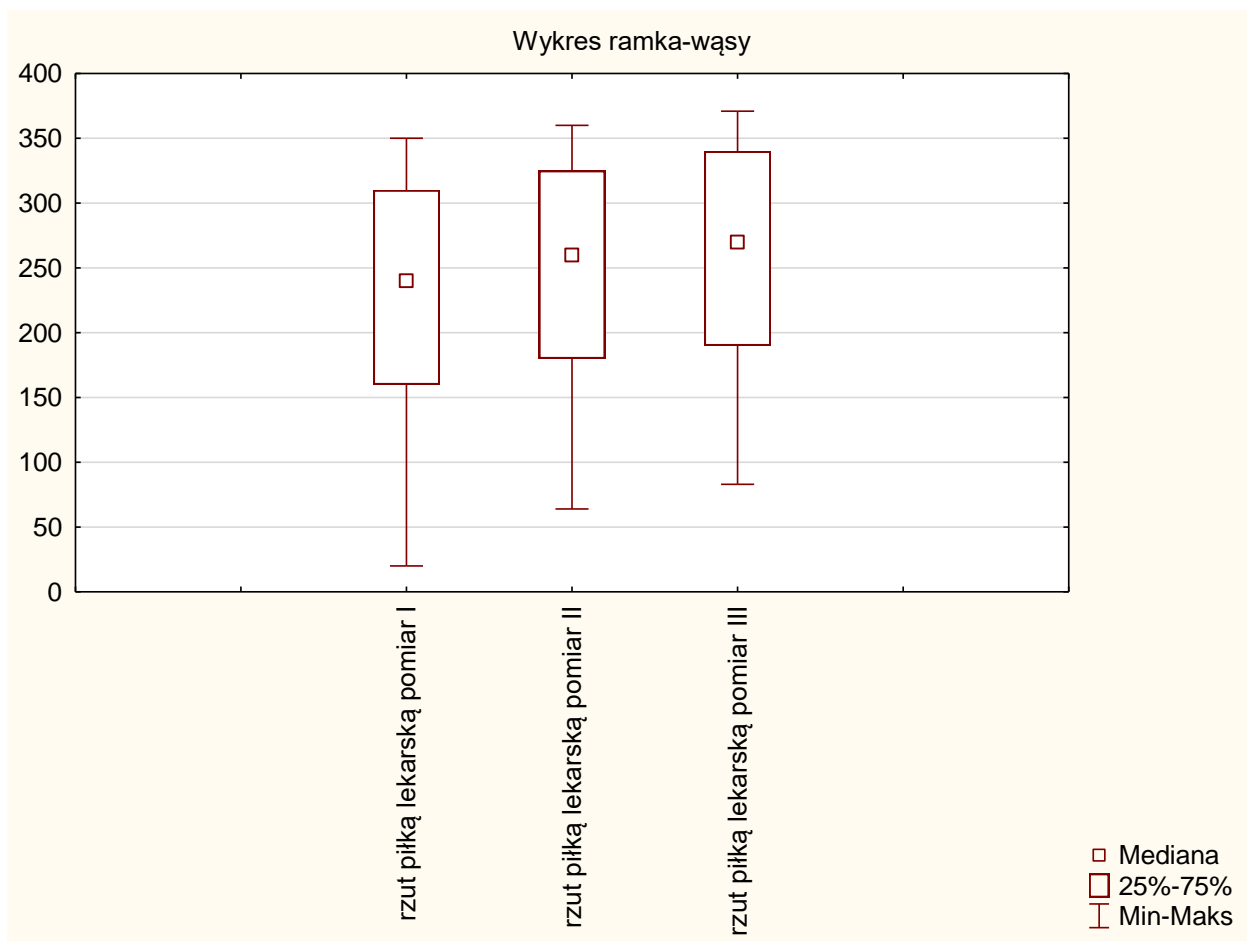
Rzut piłką lekarską zmienia się w kolejnych pomiarach w sposób oczekiwany - zwiększa się długość rzutu w sposób istotny statystycznie.

Tabela 29

Różnice w zakresie wykonania rzutu piłką lekarską we wszystkich pomiarach

Zmienna	ANOVA Friedmana i współczynnik zgodności Kendalla (pomiarzy zintegrowane) Chi kwad. ANOVA(N = 1431, df = 2) = 81,28897 p = ,00000 Współczynnik zgodności= ,02840 r śred. rang = ,02772			
	Średnia Ranga	Suma Rang	Średnia	Odch.std
rzut piłką lekarską pomiar I	1,813417	2595,000	240,2963	98,7609
rzut piłką lekarską pomiar II	2,048567	2931,500	260,8232	100,4475
rzut piłką lekarską pomiar III	2,138015	3059,500	273,3718	104,6472

Poprawa wyniku tej próby wiązały się jednocześnie ze zwiększeniem zróżnicowania badanych w zakresie siły rzutu – odchylenie standardowe zwiększa się, również rozstęp wyników min-max jest duża.



Wykres 3. Rozkład wyników rzutu piłką lekarską we wszystkich pomiarach

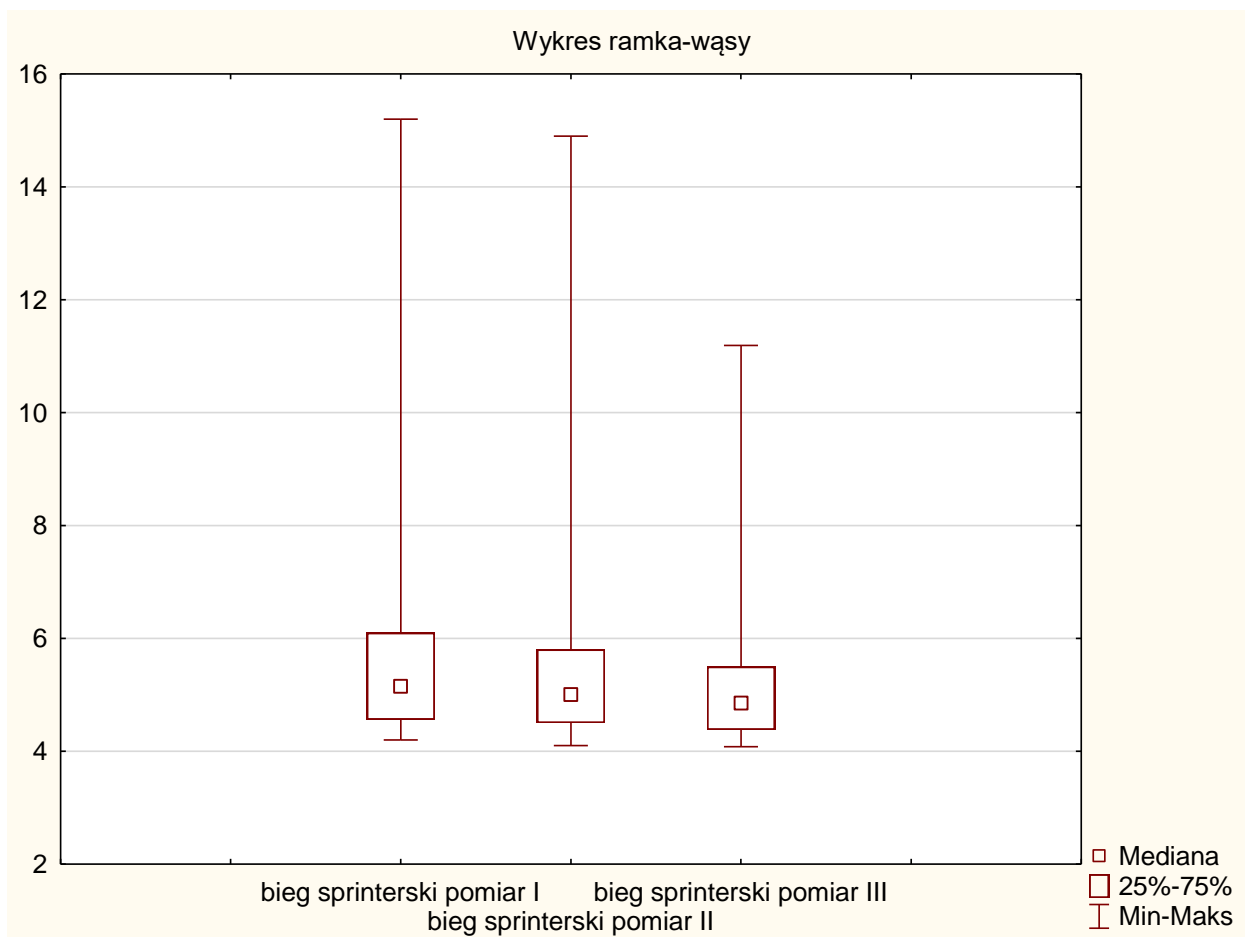
Szybkość mierzona w biegu sprinterskim podobnie jak wcześniejsze próby poprawia się – czas potrzebny do przebiegnięcia dystansu systematycznie się zmniejsza. Różnica ta jest istotna na poziomie $p < 0,000001$

Tabela 30.

Różnice w zakresie wykonania biegu sprinterskiego we wszystkich pomiarach

Zmienna	ANOVA Friedmana i współczynnik zgodności Kendalla (pomiary zintegrowane) Chi kwad. ANOVA(N = 1375, df = 2) = 59,61739 p = ,00000 Współczynnik zgodności= ,02168 r śred. rang = ,02097			
	Średnia Ranga	Suma Rang	Średnia	Odch.std
bieg sprinterski pomiar I	2,142909	2946,500	5,801827	3,292395
bieg sprinterski pomiar II	2,007636	2760,500	5,938887	4,876200
bieg sprinterski pomiar III	1,849455	2543,000	5,248007	1,517545

W przypadku biegu sprinterskiego istotna jest także zmiana zakresu wyników – są one znacznie bardziej homogeniczne niż w pierwszym pomiarze, co jest dodatkowym zyskiem, wskazującym na spójne i systematyczne działanie.



Wykres 4. Rozkład wyników biegu sprinterskiego we wszystkich pomiarach

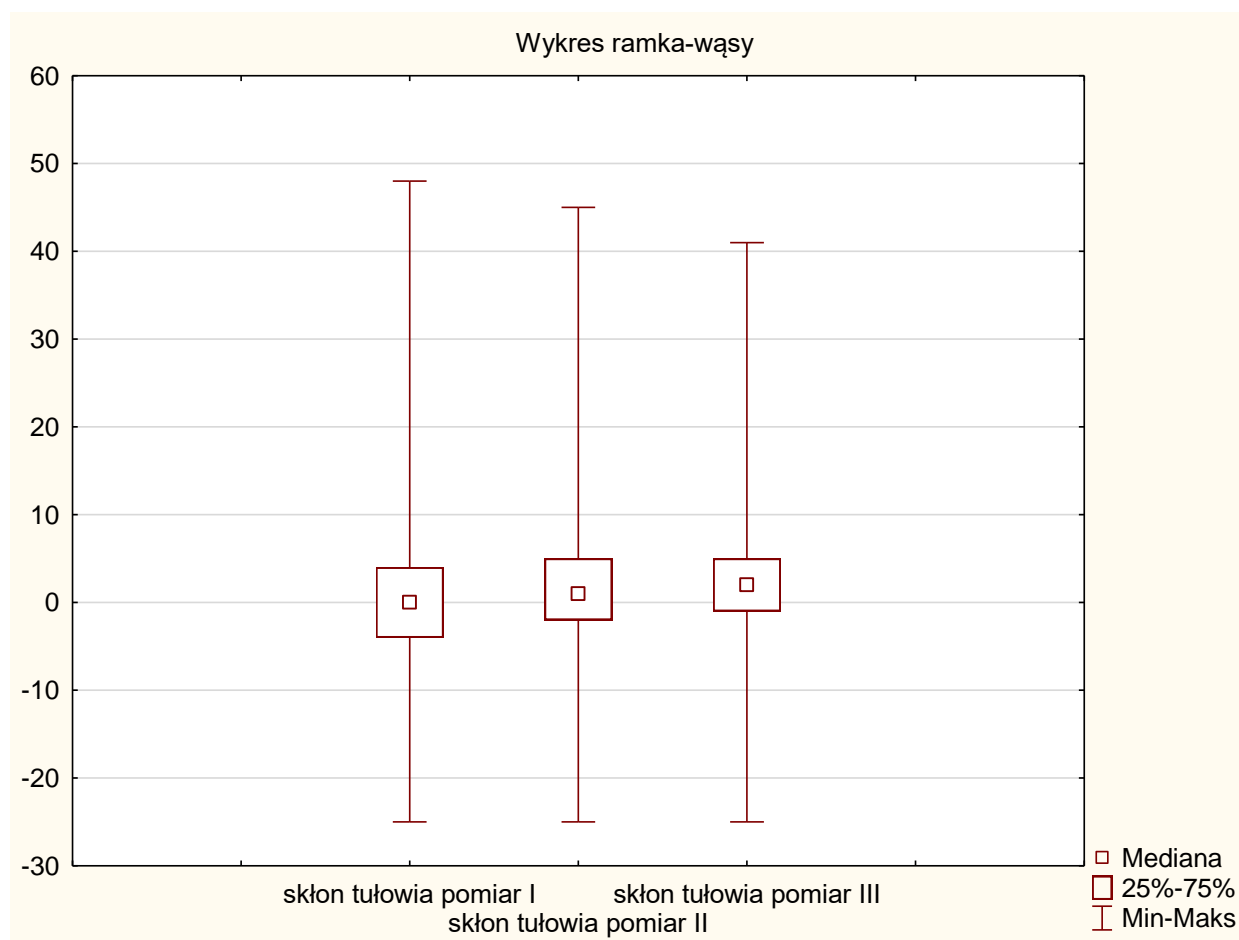
W zakresie skłonu tułowia widoczna jest istotna statystycznie różnica, jednak jej kierunek jest niezgodny z zakładanym. Skłon wykonywany przez dzieci nie ulega pogłębieniu, a niewielkiemu spłyceniu. Jak wcześniej wskazano, być może jest to cecha związana z intensywną zmianą wzrostu dzieci.

Tabela 31.

Różnice w zakresie wykonania skłonu tułowia we wszystkich pomiarach

Zmienna	ANOVA Friedmana i współczynnik zgodności Kendalla (pomiar zintegrowany) Chi kwad. ANOVA(N = 1426, df = 2) = 47,06088 p = ,00000 Współczynnik zgodności = ,01650 r śred. rang = ,01581			
	Średnia Ranga	Suma Rang	Średnia	Odch.std
skłon tułowia pomiar I	1,865358	2660,000	0,323647	8,921316
skłon tułowia pomiar II	2,019635	2880,000	1,067069	6,578689
skłon tułowia pomiar III	2,115007	3016,000	1,736115	6,675431

Wykres obrazuje rozkłady wyników – dla I oraz III pomiaru rozstęp i zakres kwartyli wydają się być zbliżone.



Wykres 5. Rozkład wyników skłonów tułowia we wszystkich pomiarach

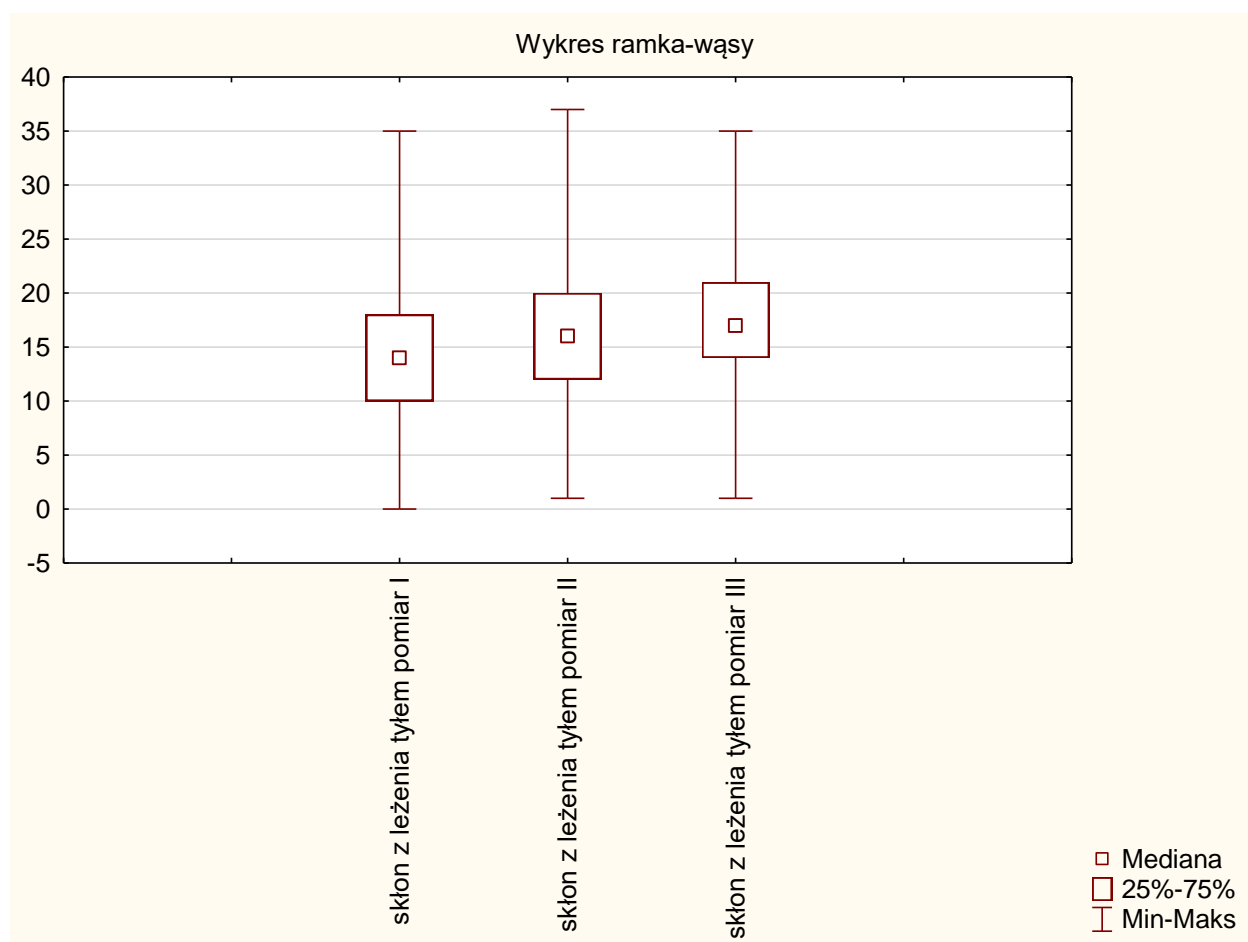
Następna porównywana próba to skłon z leżenia tyłem – w przypadku tej próby widoczna jest stała poprawa wyniku – średnio o 2 powtórzenia w każdej kolejnej próbie. Różnica ta jest istotna statystycznie.

Tabela 32.

Różnice w zakresie wykonania skłonu tułowia tyłem we wszystkich pomiarach

Zmienna	ANOVA Friedmana i współczynnik zgodności Kendalla (pomiar zintegrowany) Chi kwad. ANOVA(N = 1395, df = 2) = 216,1968 p = 0,00000 Współczynnik zgodności = ,07749 r śred. rang = ,07683			
	Średnia Ranga	Suma Rang	Średnia	Odch.std
skłon z leżenia tyłem pomiar I	1,706093	2380,000	13,46237	6,550585
skłon z leżenia tyłem pomiar II	2,047670	2856,500	15,88817	5,688630
skłon z leżenia tyłem pomiar III	2,246237	3133,500	17,15197	5,689338

Zakres ilości powtórzeń pomiędzy I a pozostałymi pomiarami zmniejsza się, również kwartyły środkowe posiadają węższy zakres, co oznacza większą homogeniczność wyników badanych dzieci.



Wykres 6. Rozkład wyników skłonu z leżenia tyłem we wszystkich pomiarach

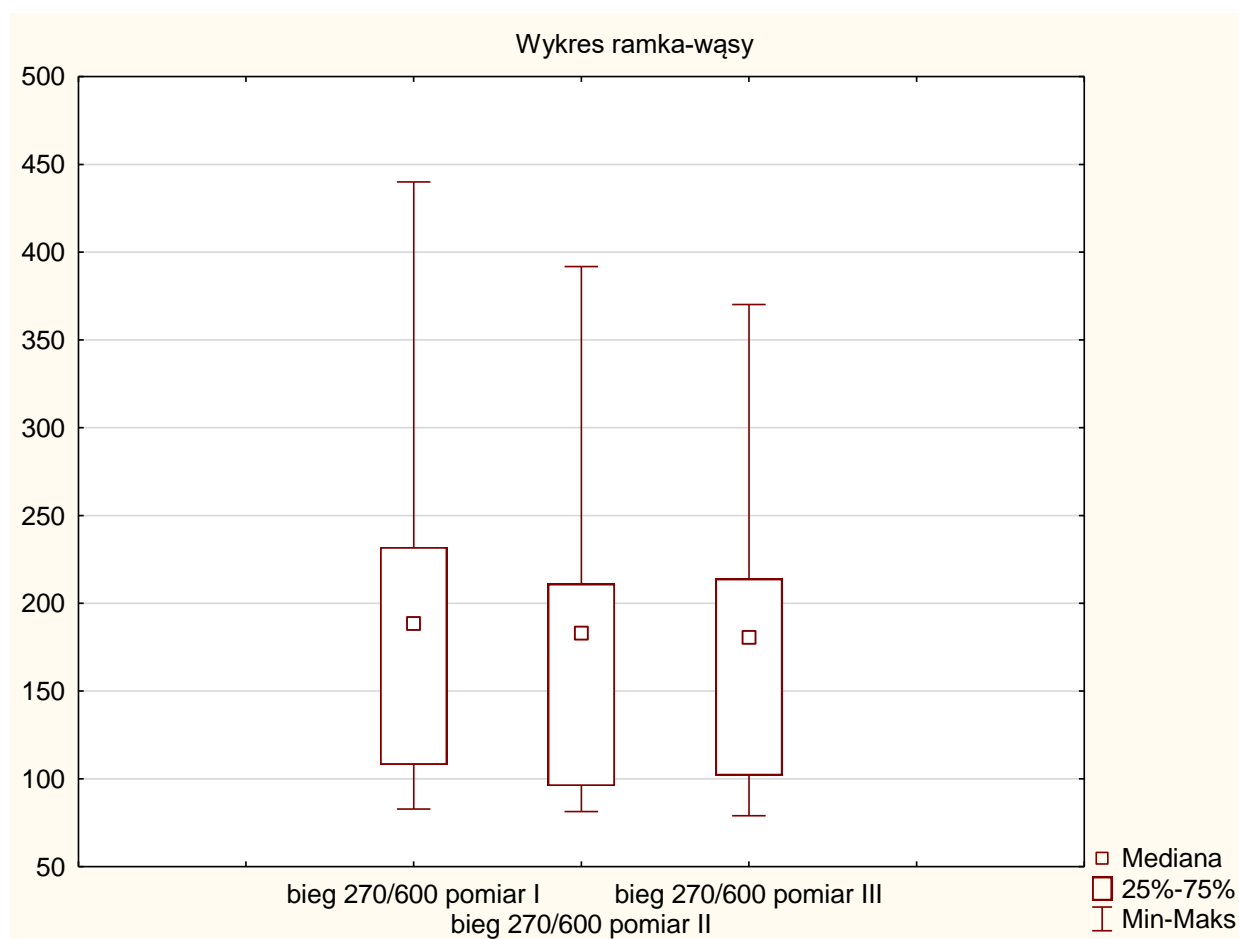
Ostatnią analizowaną próbą był bieg wytrzymałościowy – tutaj także różnica była istotna statystycznie na poziomie $p=0,00018$.

Tabela 33.

Różnice w zakresie wykonania skoku w dal we wszystkich pomiarach

Zmienna	ANOVA Friedmana i współczynnik zgodności Kendalla (pomiar zintegrowany) Chi kwad. ANOVA(N = 1161, df = 2) = 17,23719 p = ,00018 Współczynnik zgodności= ,00742 r śred. rang = ,00657			
	Średnia Ranga	Suma Rang	Średnia	Odch.std
bieg 270/600 pomiar I	2,096899	2434,500	179,9114	73,57021
bieg 270/600 pomiar II	1,932817	2244,000	171,6735	66,82953
bieg 270/600 pomiar III	1,970284	2287,500	170,0551	66,65625

Wyniki szybkości wykonania próby zwiększa się (czas biegu maleje), zmianie ulega także odchylenie standardowe – w pierwszej próbie jest znacznie wyższe niż w pozostałych. Zakresy kwartyli środkowych pozostają podobne.



Wykres 7. Rozkład wyników biegu 270/800 we wszystkich pomiarach

Opinie rodziców uczestników szkolenia na temat programu „Sportowa Klasa”

W trakcie trwania programu poproszono rodziców dzieci o wypełnienie ankiet – w tym ankiet ewaluacyjnych dotyczących programu „Sportowa Klasa”. Pomiar prowadzony był więc dwukrotnie – na początku i na końcu programu. W dalszej części raportu przedstawione zostaną rozkłady odpowiedzi badanych na pytania dotyczące zajęć sportowych oraz zrealizowanego programu. W pierwszym pomiarze jednym ze stwierdzeń, ocenianych na skali Likerta była kwestia wagi zajęć sportowych, realizowanych w pobliżu miejsca zamieszkania. Wyniki zawarto w poniższej tabeli.

Tabela 33.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: *Możliwość udziału dziecka w dodatkowych zajęciach ruchowych w pobliżu mojego miejsca zamieszkania jest dla mnie ważna*

Odpowiedź	Możliwość udziału dziecka w dodatkowych zajęciach ruchowych w pobliżu mojego miejsca zamieszkania jest dla mnie ważna					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	29	29	2,64840	2,6484	2,64840	2,6484
raczej się nie zgadzam	19	48	1,73516	4,3836	1,73516	4,3836
ani tak, ani nie	48	96	4,38356	8,7671	4,38356	8,7671
raczej się zgadzam	273	369	24,93151	33,6986	24,93151	33,6986
całkowicie się zgadzam	726	1095	66,30137	100,0000	66,30137	100,0000
Braki	0	1095	0,00000		0,00000	100,0000

Jedynie niespełna 5% rodziców nie przywiązuje wagi do możliwości uczestnictwa w zajęciach sportowych w miejscu zamieszkania, dla ponad 91% badanych jest to ważna kwestia.

Kolejne stwierdzenie dotyczyło chęci posłania dziecka na zajęcia, które przygotowałyby je do rekrutacji i nauki w klasach sportowych.

Tabela 34.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Chętnie poślę moje dziecko na dodatkowe zajęcia ruchowe przygotowujące do rekrutacji do klas sportowych

Odpowiedź	Chętnie poślę moje dziecko na dodatkowe zajęcia ruchowe przygotowujące do rekrutacji do klas sportowych					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	29	29	2,64840	2,6484	2,64840	2,6484
raczej się nie zgadzam	53	82	4,84018	7,4886	4,84018	7,4886
ani tak, ani nie	136	218	12,42009	19,9087	12,42009	19,9087
raczej się zgadzam	351	569	32,05479	51,9635	32,05479	51,9635
całkowicie się zgadzam	526	1095	48,03653	100,0000	48,03653	100,0000
Braki	0	1095	0,00000		0,00000	100,0000

Podobnie jak w poprzednim stwierdzeniu jedynie niewielki odsetek (7,48%) badanych nie wykazuje chęci do przygotowania dziecka do rekrutacji – 80% badanych wykazuje taką ochotę.

Następna kwestia, do której ustosunkowywali się badani dotyczyła roli zajęć dodatkowych w możliwości oceny sprawności fizycznej dziecka.

Tabela 35.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi lepszą ocenę sprawności jego dziecka

Odpowiedź	Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi lepszą ocenę sprawności jego dziecka					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	23	23	2,10046	2,1005	2,10046	2,1005
raczej się nie zgadzam	26	49	2,37443	4,4749	2,37443	4,4749
ani tak, ani nie	101	150	9,22374	13,6986	9,22374	13,6986
raczej się zgadzam	431	581	39,36073	53,0594	39,36073	53,0594
całkowicie się zgadzam	514	1095	46,94064	100,0000	46,94064	100,0000
Braki	0	1095	0,00000		0,00000	100,0000

Niespełna 5% badanych nie zauważa korzyści płynących z zajęć dodatkowych w postaci umożliwienia oceny sprawności dzieci. Nieco ponad 9% badanych nie ma w tym zakresie zdania, jednak aż 86% badanych taką korzyść dostrzega.

Kolejne stwierdzenie dotyczyło zwiększenia pewności, że dziecko zostanie przyjęte do klasy sportowej na skutek udziału w zajęciach przygotowujących.

Tabela 36.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie wyższej pewności że dziecko zostanie przyjęte do szkoły

Odpowiedź	Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie wyższej pewności że dziecko zostanie przyjęte do szkoły					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	23	23	2,10046	2,1005	2,10046	2,1005
raczej się nie zgadzam	60	83	5,47945	7,5799	5,47945	7,5799
ani tak, ani nie	220	303	20,09132	27,6712	20,09132	27,6712
raczej się zgadzam	459	762	41,91781	69,5890	41,91781	69,5890
całkowicie się zgadzam	333	1095	30,41096	100,0000	30,41096	100,0000
Braki	0	1095	0,00000		0,00000	100,0000

Takiej relacji nie dostrzega niespełna 8% badanych, co piąty z rodziców nie ma w tej kwestii zdania, jednak 72% badanych uważa, że zajęcia przygotowujące dają wyższe poczucie pewności, że dziecko zostanie przyjęte do szkoły sportowej.

Następne stwierdzenie dotyczyło poczucia, że udział w zajęciach przygotowujących jest działaniem na rzecz dziecka.

Tabela 37.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie, że robię dla mojego dziecka to co dla niego najlepsze

Odpowiedź	Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie, że robię dla mojego dziecka to co dla niego najlepsze					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	24	24	2,19178	2,1918	2,19178	2,1918
raczej się nie zgadzam	27	51	2,46575	4,6575	2,46575	4,6575
ani tak, ani nie	102	153	9,31507	13,9726	9,31507	13,9726
raczej się zgadzam	438	591	40,00000	53,9726	40,00000	53,9726
całkowicie się zgadzam	504	1095	46,02740	100,0000	46,02740	100,0000
Braki	0	1095	0,00000		0,00000	100,0000

Takiego poczucia nie posiada niespełna 5% badanych, co dziesiąty z rodziców nie ma w tej kwestii zdania, jednak 86% badanych uważa, że zajęcia przygotowujące są tym, co działa na rzecz i korzyść dziecka.

Odczuwanie bezpieczeństwa związanego z prowadzonymi zajęciami przygotowującymi było kolejną poruszaną kwestią.

Tabela 38.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie bezpieczeństwa

Odpowiedź	Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie bezpieczeństwa					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	27	27	2,46575	2,4658	2,46575	2,4658
raczej się nie zgadzam	37	64	3,37900	5,8447	3,37900	5,8447
ani tak, ani nie	311	375	28,40183	34,2466	28,40183	34,2466
raczej się zgadzam	422	797	38,53881	72,7854	38,53881	72,7854
całkowicie się zgadzam	298	1095	27,21461	100,0000	27,21461	100,0000
Braki	0	1095	0,00000		0,00000	100,0000

Podobnie jak w poprzednim stwierdzeniu, niespełna 5% nie zgadza się z nim, natomiast co 4 badany nie ma zdania w tej kwestii. Poczucie bezpieczeństwa odczuwa 65% badanych rodziców.

Ostatnią poruszaną kwestią była atrakcyjność prowadzonych zajęć w ramach programu „Sportowa klasa”.

Tabela 39.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Oczekuję, że zajęcia przygotowujące do rekrutacji do klas sportowych będą dla mojego dziecka atrakcyjne

Odpowiedź	Oczekuję, że zajęcia przygotowujące do rekrutacji do klas sportowych będą dla mojego dziecka atrakcyjne					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	19	19	1,73516	1,7352	1,73516	1,7352
raczej się nie zgadzam	8	27	0,73059	2,4658	0,73059	2,4658
ani tak, ani nie	44	71	4,01826	6,4840	4,01826	6,4840
raczej się zgadzam	352	423	32,14612	38,6301	32,14612	38,6301
całkowicie się zgadzam	672	1095	61,36986	100,0000	61,36986	100,0000
Braki	0	1095	0,00000		0,00000	100,0000

Takie oczekiwania miało 93,5% badanych – jedynie dla 2,5% ta kwestia nie miała znaczenia, a 4% osób nie miała zdania.

W końcowym pomiarze zadano badanym ponownie powyższe pytania, by stwierdzić czy program modyfikuje opinie rodziców. Dodatkowo zadano pytania ewaluacyjne programu „Sportowa Klasa”.

Pierwsze powtórzone zagadnienie dotyczyło wagi zajęć sportowych, realizowanych w pobliżu miejsca zamieszkania.

Tabela 40.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Możliwość udziału dziecka w dodatkowych zajęciach ruchowych w pobliżu mojego miejsca zamieszkania jest dla mnie ważna

Odpowiedź	Możliwość udziału dziecka w dodatkowych zajęciach ruchowych w pobliżu mojego miejsca zamieszkania jest dla mnie ważna					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	22	22	2,87206	2,8721	2,00913	2,0091
raczej się nie zgadzam	2	24	0,26110	3,1332	0,18265	2,1918
ani tak, ani nie	23	47	3,00261	6,1358	2,10046	4,2922
raczej się zgadzam	199	246	25,97911	32,1149	18,17352	22,4658
całkowicie się zgadzam	520	766	67,88512	100,0000	47,48858	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Jedynie około 3% rodziców nie przywiązuje wagi do możliwości uczestnictwa w zajęciach sportowych w miejscu zamieszkania, dla ponad 93% badanych jest to ważna kwestia. Różnica pomiędzy pierwszym a drugim pomiarem jest zauważalna, jednak niewielka.

Kolejne stwierdzenie dotyczyło chęci posłania dziecka na zajęcia, które przygotowałyby je do rekrutacji i nauki w klasach sportowych.

Tabela 41.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Chętnie pošę moje dziecko na dodatkowe zajęcia ruchowe przygotowujące do rekrutacji do klas sportowych

Odpowiedź	Chętnie pošę moje dziecko na dodatkowe zajęcia ruchowe przygotowujące do rekrutacji do klas sportowych					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	19	19	2,48042	2,4804	1,73516	1,7352
raczej się nie zgadzam	18	37	2,34987	4,8303	1,64384	3,3790
ani tak, ani nie	65	102	8,48564	13,3159	5,93607	9,3151
raczej się zgadzam	224	326	29,24282	42,5587	20,45662	29,7717
całkowicie się zgadzam	440	766	57,44125	100,0000	40,18265	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Podobnie jak w poprzednim stwierdzeniu jedynie niewielki odsetek (4,8%) badanych nie wykazuje chęci do przygotowania dziecka do rekrutacji – 86% badanych wykazuje taką ochotę, co wskazuje na wzrost w stosunku do pierwszego pomiaru.

Następna kwestia, do której ustosunkowywali się badani dotyczyła roli zajęć dodatkowych w możliwości oceny sprawności fizycznej dziecka.

Tabela 42.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi lepszą ocenę sprawności jego dziecka

Odpowiedź	Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi lepszą ocenę sprawności jego dziecka					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	16	16	2,08877	2,0888	1,46119	1,4612
raczej się nie zgadzam	12	28	1,56658	3,6554	1,09589	2,5571
ani tak, ani nie	45	73	5,87467	9,5300	4,10959	6,6667
raczej się zgadzam	261	334	34,07311	43,6031	23,83562	30,5023
całkowicie się zgadzam	432	766	56,39687	100,0000	39,45205	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Niespełna 4% badanych nie zauważa korzyści płynących z zajęć dodatkowych w postaci umożliwienia oceny sprawności dzieci. Niespełna 6% badanych nie ma w tym zakresie zdania, jednak aż 91% badanych taką korzyść dostrzega. Tutaj również widać niewielki wzrost dostrzegania relacji między zajęciami sportowymi a oceną sprawności dziecka.

Kolejne stwierdzenie dotyczyło zwiększenia pewności, że dziecko zostanie przyjęte do klasy sportowej na skutek udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych.

Tabela 43.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie wyższej pewności że dziecko zostanie przyjęte do szkoły

Odpowiedź	Tabela licznosci: Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie wyższej pewności że dziecko zostanie przyjęte do szkoły					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	12	12	1,56658	1,5666	1,09589	1,0959
raczej się nie zgadzam	23	35	3,00261	4,5692	2,10046	3,1963
ani tak, ani nie	106	141	13,83812	18,4073	9,68037	12,8767
raczej się zgadzam	290	431	37,85901	56,2663	26,48402	39,3607
całkowicie się zgadzam	335	766	43,73368	100,0000	30,59361	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Takiej relacji, po przeprowadzeniu programu, nie dostrzega niespełna 5% badanych, co piąty z rodziców nie ma w tej kwestii zdania, jednak 82% badanych uważa, że zajęcia przygotowujące dają wyższe poczucie pewności, że dziecko zostanie przyjęte do szkoły sportowej. Tak więc po przeprowadzonym programie 10% więcej rodziców odczuwa pewność.

Następne stwierdzenie dotyczyło poczucia, że udział w zajęciach przygotowujących jest działaniem na rzecz dziecka.

Tabela 44.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie, że robię dla mojego dziecka to co dla niego najlepsze

Odpowiedź	Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie, że robię dla mojego dziecka to co dla niego najlepsze					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	16	16	2,08877	2,0888	1,46119	1,4612
raczej się nie zgadzam	10	26	1,30548	3,3943	0,91324	2,3744
ani tak, ani nie	54	80	7,04961	10,4439	4,93151	7,3059
raczej się zgadzam	259	339	33,81201	44,2559	23,65297	30,9589
całkowicie się zgadzam	427	766	55,74413	100,0000	38,99543	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Takiego poczucia nie posiada niespełna 4% badanych, co czternasty rodzic nie ma w tej kwestii zdania, jednak 89,5% badanych uważa, że zajęcia przygotowujące są tym, co działa na rzecz i korzyść dziecka. Uzyskane wyniki są zbliżone do pierwszego pomiaru, z tendencją do wzrostu opinii pozytywnych.

Odczuwanie bezpieczeństwa związanego z prowadzonymi zajęciami przygotowującymi było kolejną poruszaną kwestią.

Tabela 45.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie bezpieczeństwa

Odpowiedź	Możliwość udziału w zajęciach przygotowujących do rekrutacji do klas sportowych daje mi poczucie bezpieczeństwa					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	17	17	2,21932	2,2193	1,55251	1,5525
raczej się nie zgadzam	17	34	2,21932	4,4386	1,55251	3,1050
ani tak, ani nie	146	180	19,06005	23,4987	13,33333	16,4384
raczej się zgadzam	266	446	34,72585	58,2245	24,29224	40,7306
całkowicie się zgadzam	320	766	41,77546	100,0000	29,22374	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Podobnie jak w poprzednim stwierdzeniu, niespełna 5% nie zgadza się z nim, natomiast co 5 badany nie ma zdania w tej kwestii. Poczucie bezpieczeństwa odczuwa 74% badanych rodziców. Widoczny jest wzrost pozytywnych opinii w stosunku do pierwszego pomiaru.

Ostatnią poruszaną kwestią była atrakcyjność prowadzonych zajęć.

Tabela 46.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Oczekuję, że zajęcia przygotowujące do rekrutacji do klas sportowych będą dla mojego dziecka atrakcyjne

Odpowiedź	Oczekuję, że zajęcia przygotowujące do rekrutacji do klas sportowych będą dla mojego dziecka atrakcyjne					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	19	19	2,48042	2,4804	1,73516	1,7352
raczej się nie zgadzam	3	22	0,39164	2,8721	0,27397	2,0091
ani tak, ani nie	23	45	3,00261	5,8747	2,10046	4,1096
raczej się zgadzam	215	260	28,06789	33,9426	19,63470	23,7443
całkowicie się zgadzam	506	766	66,05744	100,0000	46,21005	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Takie oczekiwania miało 94% badanych – jedynie dla 2,9% ta kwestia nie miała znaczenia, a 3% osób nie miała zdania. Wyniki pomiaru końcowego są niemal identyczne z pomiarem początkowym.

Kolejne zdania dotyczyły oceny działania programu Sportowa Klasa. Pierwszym stwierdzeniem była pozytywna ocena wpływu programu na sprawność fizyczną dziecka.

Tabela 47.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: W trakcie zajęć programu „Sportowa Klasa” moje dziecko poprawiło swoją sprawność fizyczną

Odpowiedź	W trakcie zajęć programu „Sportowa Klasa” moje dziecko poprawiło swoją sprawność fizyczną					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	17	17	2,21932	2,2193	1,55251	1,5525
raczej się nie zgadzam	4	21	0,52219	2,7415	0,36530	1,9178
ani tak, ani nie	48	69	6,26632	9,0078	4,38356	6,3014
raczej się zgadzam	256	325	33,42037	42,4282	23,37900	29,6804
całkowicie się zgadzam	441	766	57,57180	100,0000	40,27397	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Jedynie niespełna 3% badanych nie zauważyło poprawy sprawności fizycznej, natomiast 91% rodziców zauważyło taką relację.

Kolejne zagadnienie dotyczyło poprawy konkretnych umiejętności – niezbędnych podczas rekrutacji do szkół sportowych.

Tabela 48.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: W trakcie zajęć programu „Sportowa Klasa” moje dziecko poprawiło te umiejętności, które są niezbędne w rekrutacji do klas sportowych

Odpowiedź	W trakcie zajęć programu „Sportowa Klasa” moje dziecko poprawiło te umiejętności, które są niezbędne w rekrutacji do klas sportowych					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	15	15	1,95822	1,9582	1,36986	1,3699
raczej się nie zgadzam	9	24	1,17493	3,1332	0,82192	2,1918
ani tak, ani nie	86	110	11,22715	14,3603	7,85388	10,0457
raczej się zgadzam	283	393	36,94517	51,3055	25,84475	35,8904
całkowicie się zgadzam	373	766	48,69452	100,0000	34,06393	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Nieco ponad 3% badanych nie zauważyło poprawy sprawności fizycznej w zakresie konkretnej umiejętności, natomiast 85% rodziców zauważyło taką relację. Niespełna co 10 badany nie miał zdania w tej kwestii.

Trzecie stwierdzenie dotyczyło oceny atrakcyjności zajęć dla dzieci biorących w nich udział.

Tabela 49.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Zajęcia programu „Sportowa Klasa” były atrakcyjne dla mojego dziecka

Odpowiedź	Zajęcia programu „Sportowa Klasa” były atrakcyjne dla mojego dziecka					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	22	22	2,87206	2,8721	2,00913	2,0091
ani tak, ani nie	9	31	1,17493	4,0470	0,82192	2,8311
raczej się zgadzam	171	202	22,32376	26,3708	15,61644	18,4475
całkowicie się zgadzam	564	766	73,62924	100,0000	51,50685	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Niespełna 3% badanych nie określiło zajęć jako atrakcyjnych dla dziecka, natomiast 96% rodziców zauważyło taką relację. Niespełna 1,2% badanych nie miało zdania w tej kwestii.

Następne stwierdzenie dotyczyło bezpieczeństwa zajęć prowadzonych w ramach programu.

Tabela 50.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Zajęcia programu „Sportowa Klasa” były bezpieczne

Odpowiedź	Zajęcia programu „Sportowa Klasa” były bezpieczne					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	19	19	2,48042	2,4804	1,73516	1,7352
raczej się nie zgadzam	1	20	0,13055	2,6110	0,09132	1,8265
ani tak, ani nie	6	26	0,78329	3,3943	0,54795	2,3744
raczej się zgadzam	163	189	21,27937	24,6736	14,88584	17,2603
całkowicie się zgadzam	577	766	75,32637	100,0000	52,69406	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Brak zgody z powyższym stwierdzeniem zadeklarowało niespełna 3% badanych (2,611%). Tylko co setny badany nie miał zdania, zaś aż 96% badanych uważa zajęcia programu „Sportowa Klasa” za bezpieczne.

Kolejna kwestia dotyczyła dostosowania zajęć do możliwości fizycznych dzieci.

Tabela 51.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Zajęcia programu „Sportowa Klasa” były dostosowane do możliwości uczestników programu

Odpowiedź	Zajęcia programu „Sportowa Klasa” były dostosowane do możliwości uczestników programu					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	19	19	2,48042	2,4804	1,73516	1,7352
raczej się nie zgadzam	2	21	0,26110	2,7415	0,18265	1,9178
ani tak, ani nie	17	38	2,21932	4,9608	1,55251	3,4703
raczej się zgadzam	216	254	28,19843	33,1593	19,72603	23,1963
całkowicie się zgadzam	512	766	66,84073	100,0000	46,75799	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Zgodność programu z możliwościami dzieci zadeklarowało 95% badanych, przeciwnego zdania było niespełna 3% badanych.

Ostatnia pozycja kwestionariusza dotyczyła wagi otrzymywanej informacji zwrotnej od prowadzących zajęcia w zakresie sprawności dziecka.

Tabela 52.

Liczebność odpowiedzi do stwierdzenia: Informacja o osiągnięciach dziecka uzyskanych w programie „Sportowa Klasa” jest dla mnie bardzo ważna

Odpowiedź	Informacja o osiągnięciach dziecka uzyskanych w programie „Sportowa Klasa” jest dla mnie bardzo ważna					
	Liczba	Skumulow. Liczba	Procent Ważnych	Skumul. % Ważnych	% ogółu Przypadki	Skumulow. % Ogółu
całkowicie się nie zgadzam	16	16	2,08877	2,0888	1,46119	1,4612
raczej się nie zgadzam	4	20	0,52219	2,6110	0,36530	1,8265
ani tak, ani nie	26	46	3,39426	6,0052	2,37443	4,2009
raczej się zgadzam	202	248	26,37076	32,3760	18,44749	22,6484
całkowicie się zgadzam	518	766	67,62402	100,0000	47,30594	69,9543
Braki	329	1095	42,95039		30,04566	100,0000

Otrzymywanie informacji nie ma znaczenia dla niespełna 3% badanych, kolejne 3% badanych nie ma zdania, zaś wysoką wagę do tej kwestii przywiązuje 94% badanych.

Podsumowanie i wnioski:

Po przeprowadzeniu programu biorące w nim udział dzieci istotnie poprawiają wyniki w zakresie prób ZWINNOŚCI (bieg wahadłowy 4 x 10 m, pomiar czasu), SKOCZNOŚCI (skok w dal z miejsca, pomiar odległości), SIŁY RAMION (rzut 2kg piłką lekarską, pomiar odległości), SZYBKOŚCI (próba szybkości biegowej), MIĘŚNII BRZUCHA (skłony w przód z leżeniem tyłem), WYTRZYMAŁOŚCI (bieg na dystansie 270m/600m).

Jedynie w zakresie próby GIBKOŚCI (skłon tułowia w przód: stanie w pozycji na baczność), wyniki nie uległy poprawie.

W opinii 91% rodziców w wyniku działania programu ich dzieci poprawiły swoją sprawność fizyczną. Poprawę umiejętności niezbędnych przy rekrutacji do szkół sportowych odnotowało 86%, zaś 96% uważa zajęcia za bezpieczne i atrakcyjne dla dzieci. Zgodność programu z możliwościami dzieci zadeklarowało 95% badanych, zaś 94% badanych podkreślało wagę otrzymywanych informacji zwrotnych o sprawności dziecka w ramach prowadzonego programu.

Implikacje teoretyczne i praktyczne:

Biorąc pod uwagę fakt, że zajęcia sportowe w ramach programu Sportowa Klasa prowadzone były w każdej grupie raz w tygodniu przez godzinę na przestrzeni zaledwie ośmiu tygodni, należy oczekiwać, że progres wyników uczestniczących dzieci byłby jeszcze wyższy, w następstwie prowadzenia takich zajęć w systemie ciągłym przez cały rok szkolny. Konsekwencją tego będzie podniesienie poziomu sprawności fizycznej dzieci oraz zwiększenie zainteresowania zarówno dzieci jak i rodziców naborami do klas o profilu sportowym na poziomie 1. oraz 4. klas szkół podstawowych, co potwierdzają wyniki ankiet przeprowadzonych w trakcie programu. Taki wzrost zainteresowania oraz większa liczba dzieci uczęszczających do klas o profilu sportowym na poziomie szkoły podstawowej, wpłynie korzystnie na rekrutację do sekcji klubów sportowych w różnych dyscyplinach, ponieważ ogólnorozwojowa charakterystyka ćwiczeń w programie Sportowa Klasa została tak dobrana, aby nie ukierunkowywać uczestników w wąskim zakresie zainteresowań.

Wiele zapytań w trakcie trwania zajęć pokazuje, że kolejną implikacją programu sportowa klasa jest niewątpliwie wzrost popularności i tzw. mody na aktywność fizyczną, ponieważ na tak wczesnym etapie edukacji dzieci nieuczestniczące w zajęciach obserwując progres koleżanek i kolegów chcą również w nim uczestniczyć i poprawiać swoje rezultaty.

Piramida korzyści programu Sportowa Klasa wydaje się zatem nieograniczona i kończyć się może stwierdzeniem o generalnym wpływie na ogólną poprawę sprawności społeczeństwa, jak również kondycji polskiego sportu, co w praktyce przełoży się na zwiększenie szans na sukcesy na arenach krajowych i międzynarodowych.

Program Sportowa Klasa może stanowić bazę dla dalszych działań służących nie tylko poprawie sprawności fizycznej i popularyzacji sportu wśród dzieci i młodzieży, ale także badań naukowych, których wyniki mogłyby w wymierny sposób wpłynąć na poszerzenie refleksji nad podstawą programową wychowania fizycznego, tak aby przedmiot ten stał się jednym z wiodących w systemie edukacji. Postulat ten stanowi palące wyzwanie w sytuacji szybko zmieniających się okoliczności (pandemii, izolacji społecznej), których twórcy programów nauczania nie byli w stanie przewidzieć, kiedy je opracowywali. Być gotowym, by służyć rozwiązaniami, to także jedna z implikacji programu Sportowa Klasa, którą trzeba dostrzec i wyjść jej naprzeciw.

Raport opracowały:

dr Magdalena Zając

dr hab. Mirosława Szark-Eckardt

Program „Sportowa Klasa”

– w mediach i portalach społecznościowych

Wpisy z mediów społecznościowych oraz stron internetowych na temat odbioru programu przez społeczność szkolną, uczestników programu czy prowadzących zajęcia.

Poniżej informacje zamieszczone na stronie Kuratorium Oświaty w Bydgoszczy oraz profilu społecznościowym Ministra Edukacji i Nauki:

Program badawczy wsparcia naborów do klas o profilu sportowym „Sportowa Klasa”
Zachęcamy szkoły podstawowe do wzięcia udziału w programie „Sportowa Klasa”. Program ten w ramach pilotażu prowadzony jest tylko w województwie kujawsko-pomorskim. Formularz zgłoszeniowy należy wydrukować, wypełnić, zeskanować i przesłać na podany adres mailowy. Termin zgłoszeń do 15 lipca 2022 r.

Przedsięwzięcie pn. Program badawczy wsparcia naborów do klas o profilu sportowym „Sportowa Klasa” to inicjatywa nastawiona na wsparcie ogólnego rozwoju reprezentantów polskiego młodego pokolenia. Na podstawie szczegółowej analizy i wymiernych danych, przedsięwzięcie dostarczy rodzicom, opiekunom oraz nauczycielom odpowiedzi dotyczącej tego, na jakim etapie rozwoju fizycznego znajdują się dzieci. W ten sposób określone będą predyspozycje umożliwiające zapisy dzieci do klas sportowych na poziomach 1 i 4 klasy szkoły podstawowej. W związku z tym, bezpośrednimi uczestnikami projektu będą dzieci z zerówek (priorytetowo) oraz 3 klas szkół podstawowych.

https://www.gov.pl/web/ko-bydgoszcz/program-badawczy-wsparcia-naborow-do-klas-o-profilu-sportowym-sportowa-klasa?fbclid=IwAR19qciHbdlecOYSOI_35GIKv6qiisx9IWWqqsNhi-Od1qxwEVIJFErt5U

Relacja z praktycznej części szkolenia programu „Sportowa Klasa”, które odbyło się 20 września 2022 roku w Instytucie Kultury Fizycznej Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy.

Projekt badawczy Fundacji Aktywnego Rozwoju wsparcia naborów do klas o profilu sportowym "Sportowa Klasa" finansowany jest ze środków Ministerstwa Edukacji i Nauki w ramach programu pod nazwą "Nauka dla Społeczeństwa"

<https://www.facebook.com/CzarnekPL/posts/pfbid0f9zErBbi8rks9td86GnshzroPWoxwWN1otubfzAC47DBiTff3byNVVVVPkyssPjesl>

Poniżej informacje, jakie ukazały się na portalach mediów oraz samorządów:

Niemal 2 tys. dzieci ze szkół z całego województwa bierze udział w projekcie „Sportowa klasa”.

<https://bydgoszcz.tvp.pl/65096628/sport-14122022>

To może być przełom we wczesnym odkrywaniu talentów sportowych! Wystartował program badawczy wsparcia naborów do klas o profilu sportowym. Dzięki niemu na wczesnym etapie będzie można cenić predyspozycje dzieci do sportu i zwiększyć zainteresowanie rekrutacją.

<https://nowosci.com.pl/ruszyl-program-badawczy-wsparcia-naborow-do-klas-sportowych-to-moze-byc-przelom/ar/c2-16899881>

W Szkole Podstawowej nr 20 zakończył się pilotażowy program „Sportowa Klasa”. Jest to inicjatywa nastawiona na wsparcie ogólnego rozwoju młodego pokolenia. Na podstawie szczegółowej analizy i wymiernych danych, przedsięwzięcie dostarczy rodzicom, opiekunom oraz nauczycielom odpowiedzi dotyczącej tego, na jakim etapie rozwoju fizycznego znajdują się dzieci. Jak zapewnia dyrekcja SP20 ten program zdał egzamin.

Dzięki programowi odkryto nowe talenty, które wcześniej były niewidoczne.

W programie „Sportowa Klasa” w SP20 udział wzięło ok. 100 uczniów.

https://www.kujawy.info/puls-miasta/sportowa-klasa-zdala-egzamin/?fbclid=IwAR19qciHbdlecOYSOI_35GIKv6qiisx9IIWWqqsNhi-Od1qxwEVIJFert5U

W Zespole Szkolno - Przedszkolnym w Dobrczu na dodatkowych zajęciach sportowych prowadzonych przez nauczyciela w-f: Pawła Michałowskiego w ramach powyższego programu udział wzięli uczniowie klasy 0. W trakcie tych zajęć wykonywane były zestawy prostych, ale wymiernych ćwiczeń przygotowujących do testów sprawnościowych do klas sportowych, w tym m.in. udoskonalających szybkość, gibkość, skoczność, wytrzymałość i zwinność. Na każdych zajęciach nauczyciel prowadzący dokonywał także wśród uczestników zajęć pomiarów poszczególnych cech motorycznych. Wyniki tych testów były zapisywane w specjalnym dzienniczku, który otrzymali uczniowie. Dzięki temu uczestnicy programu jak i ich rodzice mogli zapoznać się z wynikami pomiarów, sprawdzić czy nastąpił progres i opanowanie danych ćwiczeń.

<https://www.facebook.com/DobrczGmina/posts/pfbid02SvtHPoZnxpzf5gAHhQbRZwkeTGWbMWGFZYFTEAeZzTsXoS1z3wN8dRtkVqY6GswBl>

Pozostałe gazety i portale:

<https://dziennikpolski24.pl/ruszyl-program-badawczy-wsparcia-naborow-do-klas-sportowych-to-moze-byc-przelom/ar/c2-16899881>

<https://sportowefakty.wp.pl/inne/1022169/mistrzynie-olimpijska-to-moze-byc-przelom-we-wczesnym-odkrywaniu-talentow-sportow>

<https://pozatorun.pl/sport/sportowa-klasa-to-moze-byc-przelom-w-odkrywaniu-talentow/>

<https://tylkotorun.pl/temat/sportowa-klasa/>

http://www.bydgoski24.pl/_Sportowa_klasa._Na_zakonczenie_dzieci_otrzymaly_dyplomy,_medale_i_statuetki,65588.html

<https://pomorska.pl/ruszyl-program-badawczy-wsparcia-naborow-do-klas-sportowych-to-moze-byc-przelom/ar/c2-16899881>

<https://www.portalsamorzadowy.pl/edukacja/byla-wioslarka-magdalena-fularczyk-kozłowska-twarza-akcji-sportowa-klasa,408031.html>

<https://www.radiopik.pl/4,103769,rozpoczela-sie-szkolna-klasa-2-tys-dzieci-wezmie>

<https://expressbydgoski.pl/ruszyl-program-badawczy-wsparcia-naborow-do-klas-sportowych-to-moze-byc-przelom/ar/c2-16899881>

Informacje zamieszczone na profilach i stronach internetowych placówek szkolnych i przedszkoli:

„22 listopada klasa 3a wraz z realizatorką programu Panią Magdaleną Kwaśniewską zakończyli swoje sportowe wyzwanie. Podczas 8 kolejnych zajęć uczniowie klasy trzeciej wykonywali proste ćwiczenia, po których dokonywano pomiaru zdolności motorycznych. (...). Za aktywny udział włożone serce zapal i pokonywanie własnych słabości uczestnicy zostali nagrodzeni statuetkami i medalami oraz otrzymali imienne certyfikaty ukończenia programu **Sportowa Klasa**.

Nigdy się nie poddawajcie! Uwierźcie w siebie! Wszystko jest możliwe! Jesteście wielcy!
<https://www.facebook.com/ZPSnr1/posts/pfbid0qdJdBz3Jxq8XYiNzW7ZaUMsYXDZbPYFDWWUdnFWvRkK6ANCKp1ekgDrLTHMzfwBYI>

Już teraz można powiedzieć, że wszyscy w większym czy mniejszym stopniu poprawili swoje osiągi w każdym testowanym elemencie. Mało tego, niektórzy z nich mają wielkie predyspozycje, aby w przyszłości stać się wybitnymi sportowcami (może także olimpijczykami?).

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02AuWMj6miY4QreQfwd2LQaMQdrbswTi8qSViwZ8nijzxS2hgnX3cr3rkqMCMbougpl&id=100064381884252

Mimo, że program już się zakończył uczniowie wraz z opiekunem postanowili dalej spotykać się na zajęciach sportowych do końca roku szkolnego.

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid021pZuhEB99vmrKr6RaKGDsD9vctLqiTYvWSKbdTiTtWfL5zBho7nWg8GYmjUuewprl&id=100087683646101

Mamy nadzieję, że młodzi adepci zarażą się pasją do sportu, a być może w naszej szkole jest talent na miarę przyszłej gwiazdy sportu. Za wszystkich uczestników trzymamy mocno kciuki, powodzenia !!!

<https://szkolabatkowo.pl/n,projekt-sportowa-klasa>

Uczniowie klasy III naszej szkoły zakończyli zajęcia w ramach pilotażowego programu badawczego wsparcia naborów do klas o profilu sportowym pn. #SportowaKlasa. Gratulujemy wszystkim uczestnikom, bo każdy z nich osiągnął sukces na miarę swoich możliwości. Podczas ostatnich zajęć nastąpiło uroczyste podsumowanie, podczas którego Pani dyrektor oraz Norbert Świerblewski- trener zapasów wręczyli uczestnikom dyplomy, medale i puchary w nagrodę za aktywny udział w zajęciach.

<https://www.facebook.com/SPSicienko/posts/pfbid0pizaG9AN7NGHB5jKuokTu6KVJpMyvoxcaTESy9gMUeT1aF7YBUUsMD9wu7fryM4nSl>

Pod koniec września w naszej szkole wystartował program badawczy wsparcia naborów do klas o profilu sportowym. Dzięki niemu na wczesnym etapie będzie można ocenić predyspozycje dzieci do sportu i zwiększyć zainteresowanie rekrutacją.

W naszej szkole w ramach tego programu uczestniczyło 17 uczniów z klasy 3. Przez kolejnych 8 tygodni począwszy od 28 września raz w tygodniu wykonywali oni zestaw prostych ćwiczeń do testów sprawnościowych do klas sportowych, w tym m.in. udoskonalających szybkość, gibkość, skoczność, wytrzymałość i zwinność. Każdy z uczestników na początku otrzymał koszulkę z logiem programu, a także woreczek na strój sportowy.

Już teraz można powiedzieć, że wszyscy w większym czy mniejszym stopniu poprawili swoje osiągnięcia w każdym testowanym elemencie. Mało tego, niektórzy z nich mają wielkie predyspozycje, aby w przyszłości stać się wybitnymi sportowcami (może także olimpijczykami?).

Za zaangażowanie na zajęciach każdy z uczestników na końcu realizacji projektu otrzymał pamiątkowy puchar, certyfikat i medal.

http://splubiewo.edu.pl/uczniowie-klasy-3-brali-udzial-w-programie-sportowa-klasa/?fbclid=IwAR2dr8-GFII_aLHx2BJ-gdgrnxpJM5QALq6zXlz0DLRHTTr0BIuM7DBWSkkY

Projekt „Sportowa klasa” dobiegł końca. Brała w nim udział każdorazowo ta sama grupa dzieci, uczęszczających do grupy Miś Uszatek oraz Żaki. W trakcie zajęć wykonywany był zestaw prostych, ale wymiernych ćwiczeń przygotowujących do testów sprawnościowych do klas sportowych, w tym m.in. udoskonalających szybkość, gibkość, skoczność, wytrzymałość i zwinność. Wykonanie każdego z przedstawionych w metodyce ćwiczeń przez wszystkich uczestników projektu ośmiokrotnie i na przestrzeni ośmiu tygodni, pozwoliło na określenie skali dokonywanego postępu dzieci. Dziękujemy wszystkim małym sportowcom i życzymy dalszych sukcesów

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02hccbtQk7KLeSeqr1BEfBgCqw64Whyzt7hABXXdmpHpSYwiYg3SXmH8mNqvzFAf9al&id=100038006095059

W Brudnowie odkrywali sportowe talenty. Zakończyli projekt "Sportowa klasa" (...) W akcji wzięła udział szkoła w Brudnowie, jako druga z powiatu aleksandrowskiego i jedyna z gminy Waganiec. Przez osiem tygodni uczniowie klas trzecich i zerówki uczestniczyli w zajęciach sportowych, podczas których starali się poprawić swoją sprawność fizyczną. W czasie treningów wszyscy wykonywali proste ćwiczenia przygotowujące do testów sprawnościowych do klas sportowych, w tym m.in. udoskonalających szybkość, gibkość, skoczność, wytrzymałość i zwinność.

(...) Uczniowie zdali test doskonale i od początku widzieli, jak poprawiają się ich wyniki.

<https://aleksandrowkujawski.naszemiasto.pl/w-brudnowie-odkrywali-sportowe-talenty-zakoczyli-projekt/ar/c5-9109301>

Zajęcia sprawiły dzieciom mnóstwo radości i satysfakcji. Pokazały również, że warto "zarażać" sportem od najmłodszych lat.

<https://www.facebook.com/100063497892994/videos/6331593893535685/>

25 listopada odbyły się ostatnie zajęcia Sportowej Klasy z projektu Fundacji Aktywnego Rozwoju finansowanego ze środków Ministerstwa Edukacji i Nauki w ramach programu pod nazwą "Nauka dla Społeczeństwa". Dla każdego uczestnika organizatorzy przygotowali nagrody w postaci dyplomu, medalu i pucharu. Wszystkim dzieciom, które włożyły wielki wysiłek i zaangażowały się w rozwój swojej sprawności gratulujemy oraz życzymy bezpiecznej i pełnej radości zabawy ze sportem.

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02f2LnamsKipFiKsPuxQprTgkaBaEBasE2tvYH5H9NcNN6Fr8mKUtvDTvCXCu9LpLl&id=100076661214304

Sportowa klasa

To już przedostatnie zajęcia z programu "Sportowa klasa". W przyszłym tygodniu zakończenie i nagroda dla uczestników za wysiłek włożony w wykonanie testów.

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid022akhyjcYaz9ftZ8U2BtpDiAb7Da9eE1jGCu7CXitDXarZGjr9uLimKPy4KM35Ufl&id=100076661214304

Program badawczy ma na celu wsparcie naborów do klas sportowych, rozbudzanie zainteresowania sportem, propagowanie zdrowego stylu życia. Zajęcia cieszyły się ogromnym zainteresowaniem dzieci, postęp wykonywanych ćwiczeń został odnotowany w „Dzienniczku Sprawności Motorycznej Ucznia”

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02XvcsyUssvmm8S1qcAUzF34sCi1yyG9kYjGsf3BdVVkAzdZqkgKCV5zcboHUsvysTl&id=733979200121943

Wszyscy uczestnicy zdali test rewelacyjnie. Sami zobaczyli jak poprawiła się ich sprawność od pierwszych zajęć do ostatnich.

<https://www.facebook.com/brudnowo/posts/pfbid02Bvopb9bLe7WZ6gow8msdhg592ZShvcqLN6b8MQA7vXGgwTRfGbiipum1xkuENoXzl>

Mamy nadzieję, że najmłodsze dzieci zarażą się pasją do sportu, a być może w naszej szkole jest talent na miarę przyszłej gwiazdy sportu.

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02SXWmUS42HndRJPkUtGgbxkyjXfxEUw6oGBMkdGWmRXFe3rZ8KRVQTDMUPL3voA4rl&id=100075798464310

Uczestnicy, na miarę swoich możliwości, osiągnęli sukces, który uświadomił Im, że systematyczna praca potrafi przynosić efekty. Realizacja programu sprawiła uczestnikom wiele radości, a prowadzącym pokazała, jak wielki, sportowy potencjał drzemie w Uczniach.

<https://www.facebook.com/SP2Gniewkowo/posts/pfbid063Jt2dSF4XgHVyRmpmWtJAoSYUmeipE1zZQACMf8kwBippTKaENAA33uVXPYfH9Tl>

Mieliśmy to szczęście, że byliśmy w grupie wybranych szkół! Pani Renata Dziurzyńska przez 8 tygodni zapewniła swoim podopiecznym tyle sportowych wrażeń, że nie chcieli, aby zajęcia się zakończyły:

W trakcie zajęć wykonywany był zestaw prostych, ale wymiernych ćwiczeń przygotowujących do testów sprawnościowych do klas sportowych, w tym m.in. udoskonalających szybkość, gibkość, skoczność, wytrzymałość i zwinność. Wykonanie każdego z przedstawionych w metodyce ćwiczeń przez wszystkich uczestników projektu ośmiokrotnie pozwolił na zaobserwowanie postępu prawie u wszystkich uczestników, co bardzo ucieszyło prowadzącą. Gratulujemy:

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid0Eo8r52xFyrnPXPgPm7F6q6f9SJmTDDDB68MgEqSUBEVgX8uJbm3KwF2aFBBfusvTpl&id=100063679325489

Wszystko co fajne szybko się kończy

Dziękuję wszystkim dzieciakom za zaangażowanie i udział w tym programie.

Oli też zawiedziony, że to już koniec. Dziękujemy Paulina Wyborska za te kilka tygodni super zabawy
<https://www.facebook.com/paulina.wyborska.7/posts/pfbid0qg2ym3ugAoqAEvyG7AYAPQA49yAGE7Z1cMPeFH2RqoC99RzeaUvDLfPs6AiL8DiMI>

Aż trudno uwierzyć, że to już koniec... A może to dopiero początek wspaniałej sportowej przygody! Zakończyliśmy projekt badawczy #SportowaKlasa program wymyślony i opracowany przez Fundację Aktywnego Rozwoju założoną m.in. przez wybitną sportsmenkę Magdalenę Fularczyk-Kozłowską i telewizyjnego dziennikarza sportowego Hubert Malinowskiego.

Udział w tym projekcie pozwolił dowiedzieć się nam więcej o naszych możliwościach fizycznych i pokazał, że dzięki treningom możemy szybciej, dalej i mocniej ... Możemy bić swoje rekordy życiowe.

Gratulacje dla wszystkich uczestników projektu i podziękowania dla instruktorów (...).

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02vbWUwbtPVgSFPkPgFXSj7ztPfMx1kgRuWdAbjHwT3oKDGnhkUNCF95qF7aVLBehPl&id=976773159124858

Wypowiedzi nauczycieli prowadzących zajęcia w ramach programu Sportowa Klasa – opracowana na podstawie wiadomości mailowych:

Program cieszył się ogólnym zainteresowaniem ze strony Rodziców oraz Dzieci w nim uczestniczących. Również pracujący w placówce Nauczyciele chętnie zaglądali przez przysłowiową "dziurkę od klucza", żeby podpatrywać starania Dzieci.

Program Sportowa Klasa realizowany był w grupie przedszkolnej i w grupie klas trzecich. Zrealizowano wszystkie godziny przeznaczone na te zajęcia. Cieszyły się one dużym zainteresowaniem wśród uczestników projektu. Program dał dzieciom wiele radości, zadowolenia i mocnych wrażeń. Mam nadzieję, że wzbudził zainteresowanie sportowe. Dla mnie samej program się podobał, wniósł nowe doświadczenie w zakresie pracy z najmłodszymi uczestnikami zajęć. Dzieci chętnie wzięłyby udział w kolejnych tego typu zajęciach. Dziękujemy za możliwość uczestniczenia w tym projekcie.

Zajęcia bardzo udane, temat trafiony. Gratuluję dobrego pomysłu.

Wrażenia po testach są ogólnie pozytywne, u dzieci też - na początku nie były dobrze nastawione, że co tydzień tylko testy, a na trzecich zajęciach już pytały, czy poprawiły swój wynik. Na pewno dzieci nauczyły się systematyczności i cierpliwości. Myślę, że dziewczęta są zadowolone z udziału w programie - dodatkowo dostały koszulki, medale i statuetki, z czego się bardzo cieszyły. Dla mnie też to było wyzwanie, no ale końcowa radość, że wiele dziewcząt poprawiało swoje rekordy i wiele z nich wybiera się do sportowej klasy w przyszłym roku szkolnym.

Patrząc na zaangażowanie, chęci uczestnictwa, nie doczekania się kolejnych zajęć przez moją grupę dużym optymizmem napawa to na przyszłość. Już teraz pomimo tego że projekt się skończył chęć dalszych spotkań jest tak duża że będziemy to kontynuować troszkę w innej formie ale zawsze w sposób aktywny co w dzisiejszych czasach nie jest takie oczywiste. Ze swojej strony jako sugestie na przyszłość mogę tylko dodać że testowanie całej grupy młodzieży która ma do czynienia z dużą halą ich szaleństwem, entuzjazmem jest nie lada wyczynem zrobić to w 60 minut. Mam nadzieję że program będzie kontynuowany w latach następnych i zachęci to młodzież do sportu pod różnego rodzaju postacią.

Dziękujemy serdecznie za możliwość uczestniczenia w nim. Nauczyciele uczniów klasa III widzą różnice w zwiększeniu sprawności, zwłaszcza u dzieci słabszych. Rodzice mega zadowoleni

Dzieci z żalem pożegnały salę gimnastyczną, są rozczarowane, że to już koniec. Bardzo chętnie i z zaangażowaniem wykonywały zadania sprawnościowe, widać było coraz lepsze wyniki i ich poprawiającą się sprawność. Mnie również przyniosła ta praca zadowolenie i z ciekawością obserwowałam postępy dzieci, ich zapał. Żadne z nich się nie poddało.

Mogę nadmienić, że Państwa inicjatywa spotkała się z zadowoleniem dzieci i na pewno u większości z nich zaowocowała większą sprawnością fizyczną.

Pozostałe strony szkolne i prywatne:

<https://www.facebook.com/TrenerMentalnySzarkEckardt/posts/pfbid02ZZjxQ1FaY9fAauDr6YNrQwQJbS68S UugUF1z7agqxKEAx5y9KEzWfRgJwXHZwpvJI>

<https://www.facebook.com/magdafularczykkozłowska/posts/pfbid02WLSptRt6P7CxRWjovLY6dZL3Jvj1bUi5vff6AHkEjMs83G1fJTpU3q4Nf9VVMU7fl>

<https://www.facebook.com/norbert.swierblewski/posts/pfbid024toJRyuLFeubcZoN6eAP2Q9GUXcTnpxHXCBuXzpxZLe3br2fmSZ8vqwaPHh8bkt6l>

<https://www.facebook.com/sp3chelmza/posts/pfbid02Fj5shvtmAVWcdWcduC2v7a2J1ymV2aPEXpdudo8rQu66xg8WZaHZvADJeeTa8SHI>

<https://www.facebook.com/GminaGolubDobrzyn/posts/pfbid0h9rnZyjVJC9WELMdBQcF3Dm1q9xWy2qDNwFAd4UepeuRkU2zRr54WcKCZL1HTF9v1>

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid0VSTnhwtS51NKmo7TSUWPQaDiSsK633Z8CPEK1yT7me5eKvzhdxbgpjPeP8EftiYAl&id=100063640014630

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid037KTg1o6tZSMzG4pWgMnwAyrwyn9PQDYq11RNMUH8TcZQ8BZxqf6NNxcTUGCHJL2HI&id=100057256367623

<https://www.facebook.com/SP2Gniewkowo/posts/pfbid0vhGjUykBta4q8Kxj8sTAuZftQCxNrhaqkViMeWuyV51CbkdRmZowF8UZTRF6k8j1>

<https://www.facebook.com/sp1ciechocinek/posts/pfbid02vi4XumAsCTNfytxxXQFtbTDs3Gmuhv779Qm8pWwvue4KVY0Su7hbguYR6x9Z7tDR1>

<https://www.facebook.com/szkolaTurzany/posts/pfbid02RWYLCe8poyEfaU23bHcMY3xgfHjqRFmF16GqtXZ4MHnjpKJ197AkdwXVdkNoV3iwl>

<http://www.spdobrcz.pl/art,1348,program-sportowa-klasa-w-zespole-szkolno-przedszkolnym-w-dobrczu>

<https://szkolabatkowo.pl/?strona=3>

<https://sp1barcin.edupage.org/news/#790>

<https://sp-murzynno.edu.pl/realizowane-programy/>

<https://sp3chelmza.szkolnastrona.pl/a,1752,program-sportowa-klasa>

<http://sp9ino.com/2022/11/21/sportowa-klasa/>

<http://p3barcin.pl/sportowa-klasa/>

<https://www.facebook.com/ZSPDobrcz/posts/pfbid0viAvmBpoZTHEnwpTNyF7U71e5h8VUheEVQnBERrQ97KdwmBZHFdqjrMmhqLJV6ePt1>

<https://www.facebook.com/sp1kruszwica/posts/pfbid02hcPw81EzTjJiITUaqQyqTpvxqQGin3VEEgPdZLg7C15FUjNwgZ4BQBgWx3ouYsFl>

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid0BAgtqjDerNgh1ZM9MU6hYsvCmWsJtditR1hBJL9Kk4x2W7gstniEi6HxMFh3odpl&id=100049841506487

<https://www.facebook.com/szkolawstynwagu/posts/pfbid021QYPUe8iusrrpBuJ5QLY8WXNh8GvtXFCcay8GBCxCNL9rp4NPT7bzeU1o5EM2gccl>

<https://www.facebook.com/zspmichelson/posts/pfbid0QZpwSgGoHqoyRMCHMqbm77ghvFuuAqCknYM1oTnGGanKyGbdUdti26z4oLzgSy11>

<https://www.facebook.com/SPSKMiesiaczkowo/posts/pfbid0eYABrUQXnshBZ1YFgi7rHGNReYKD2nJvPtqCq1G53tvJFMPBnU6TW38eLKxSBEfcl>

<https://www.facebook.com/szkolagora/posts/pfbid0CapCi8nAz6hxEVYjCtbS36SqKRWYyhgJMLLinMFEUhnYZZYZnvZDGbtHVkCKoMNMl>

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02gQikKwMSzyJsCCsxKt1efPh786dXM9UK6wVNjukEyzQRLXsttL1aq5Aued1BgGEwl&id=100049841506487

<https://www.facebook.com/szkolagora/posts/pfbid0v2xxLRsiGuKGuZTdqtydJ15CfQyFN9zZycqy9dxxEHDXGYjRN8yBDdrqPpAKArkl>

<https://www.facebook.com/sp20wloclawek/posts/pfbid02C99ar3ssYpHRPtQhKcULJ4Wjs1vrVTdupRpeVrg9LwratLBoGAaTXQGeY3QdE1Pvl>

<https://www.facebook.com/SP24Torun/posts/pfbid0JvXPBHLExyfiaW8ZRN4aszKAVUDfJmT9yZzMjwPp3yKsZv4fy1ju5rhvE89hPnh5l>

<https://www.facebook.com/sp32torun/posts/pfbid0PiuFP7nsDmY1S3S5YCPGBcpNdsffZB2MdJyDBVZjHABwmkbhdFsAeqHmPoaUGH53l>

<https://www.facebook.com/sp3chelmza/posts/pfbid02KfE1pYB4NKWruix6g7qWcKA6DAzEieTiFnFiTiJ5AAyx1xQy2oBKNKBpSwLLRnMil>

<https://www.facebook.com/ZPSnr1/posts/pfbid0fPxzQtZm8Z7cFKFC84oHUCi1kMnfvChpLxA5PcCyzYv4TrK81BVw2pfWeemx6Wbl>

<https://www.facebook.com/zspmichelson/videos/518421340173070>

<https://www.facebook.com/sp20wloclawek/posts/pfbid02P1wqvE7p1HFsCms3RekiEjd4VtYoGRKYZBNgm3JAH61PRKcBZucps2XS1Dij5h6l>

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02HeG5QFDLF3ZATQFDtKehyu16Kr2EQaQzsszFCzzQP2XNDJrjVp8TfVDyLqVYyJYl&id=100081325061491

<https://www.facebook.com/PM18wToruniu/posts/pfbid0bnB3UoMoa1dSbB8yRT5bsP2FP9FecR1asw7p6XSzUXKLzEskDtvD2vzwr3Zk16zTl>

<https://www.facebook.com/SPSicienko/posts/pfbid033SGaftqcGFQ38r4rTQxN4NEjVfCQz5S33sSsXWJVPFCqLJMkVtFFF32SpZUXxeSwl>

<https://www.facebook.com/FundacjaAktywnegoRozwoju/posts/pfbid0tAjmyaw4FzP7uH8jGz1WqSw3oaeKB2RWwVcHRXBYoTdmz4ZMy7cNLdc1muy3sJzBl>

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid0yxLkmcayke7fXfmqkijMS3C159PFiS9b2xSvKfZTmHsfnpGic7b3QS4mC3fW5Vl&id=100057488948151

<https://www.facebook.com/100063679325489/videos/673114560856189/>

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid0qCQRumxhJ1SyfK3P9sfBavgi9grmse4QmPt7MTJyJPmym2vAwhWeNuRihKiop95Ql&id=100063480009640

<https://www.facebook.com/szkolawstynwagu/posts/pfbid0jtm17dEUEc6x96PjdtogT8Qc6uHHguAgGR3MP3pqKzmAxu1EH6Fu6FS8w6RooB6ol>

<https://www.facebook.com/SPSicienko/posts/pfbid02kXfvU95ES1h1G8jhzLCcjbdbB66rbLz63vxn1GHk231juK03pbniCKfpmYCKtigwl>

<https://www.facebook.com/SPPluznica/posts/pfbid0P3FuzKBaPCcdqwwHcdd6A1Weuu1NeUtz2JndSBhG5vuPBWB3jrJGGXRaovhNENNI>

<https://www.facebook.com/sp20wloclawek/posts/pfbid02P1wqvE7p1HFsCms3RekiEjd4VtYoGRKYZBNgm3JAH61PRKcBZucps2XS1Dij5h6l>

<https://www.kujawy.info/puls-miasta/jak-odnalezc-prawdziwy-sportowy-talent-wsrod-dzieci/?fbclid=IwAR21ROK0BWXiFs0Sd1KqO2ko3isrJcTzU4dsC5x2xQVXYZ7AQPzHjezkubM>

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02QTAUBrhHPRVDbyyfqFgPrnVkBGRdrdv8q4WeQJEztQDkjNCUTXhp4fnhWSx3e2zbl&id=976773159124858

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02tK9Syy9YK1nFTV3ieEqgE966W2gS6wj67yvPQh88y2SxV48mivKVVRdnjQpw5jncl&id=100057434709939