

Міністерство освіти і науки України  
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Сумський державний університет  
Тираспольський державний університет імені Т. Г. Шевченка (Молдова)



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ  
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ  
II МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
(Україна, Суми, 16–17 квітня 2015 року)

Суми  
Сумський державний університет  
2015

## **CHARAKTERYSTYKA RÓŻNYCH FORM ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W CENTRUM KULTURY FIZYCZNEJ UMCS W LUBLINIE**

Bielecki T., Dr., Krawczyk K., Dr. Centrum Kultury Fizycznej  
*Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie,*  
*Polska*  
*tomasz.bielecki@umcs.pl*

Szkoła wyższa jest niezależną jednostką, określającą program nauczania i zakres realizowanych zadań edukacyjnych. Decyduje także o rozwoju kultury fizycznej na uczelni, a do jej zadań należy stworzenie odpowiednich warunków. Aktualnie system szkolnictwa wyższego potwierdza konieczność podejmowania działań mających na celu ustawiczne podnoszenie jakości kształcenia. Wychodząc z takiego założenia Centrum Kultury Fizycznej wychodzi naprzeciw oczekiwaniom studentów i dokonuje zmian w organizacji zajęć wychowania fizycznego w Uniwersytecie Marii Curie Skłodowskiej w Lublinie przygotowując ofertę zajęć dydaktycznych.

Zajęcia dydaktyczne w CKF UMCS w roku akademickim 2014/2015.

Centrum Kultury Fizycznej realizuje obowiązkowe zajęcia z wychowania fizycznego w Uniwersytecie Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie. Centrum świadczy usługi z kultury fizycznej w uczelni. Centrum Kultury Fizycznej w roku akademickim 2014/2015 zatrudnia 22 nauczycieli akademickich.

Do zadań jednostki należy prowadzenie zajęć dydaktycznych wychowania fizycznego oraz zajęć treningowych w ramach sekcji sportowych Klubu Uczelnianego AZS UMCS.

W ramach działalności prozdrowotnej pracownicy CKF prowadzą zajęcia z gimnastyki korekcyjnej i leczniczej dla studentów z dysfunkcją aparatu ruchowego.

Centrum Kultury Fizycznej doceniając znaczenie płynące z przyjętej polityki zmian.

Dysponując bardzo dobrą bazą dydaktyczną a także wykwalifikowaną kadrą nauczycieli można zaoferować studentom dość duży wachlarz dyscyplin do wyboru.

Kilka lat temu wprowadzono pełną wybieralność zajęć. Studenci mogą w sposób dowolny wybierać dyscyplinę zgodnie z własnymi zainteresowaniami.

W roku akademickim 2012/2013 nastąpiły znaczące zmiany programów studiów. Efektem tych zmian była nowa organizacja zajęć wychowania fizycznego. Przede wszystkim istotną różnicą w stosunku do lat ubiegłych było pojawienie się zajęć wychowania fizycznego na studiach stacjonarnych drugiego stopnia oraz na studiach niestacjonarnych. Na większości kierunków studiów stacjonarnych pierwszego i drugiego stopnia wychowanie fizyczne realizowane jest w zmniejszonym wymiarze 30 CA w czasie jednego semestru zajęć.

Tabela 1. Dane ilościowe studentów UMCS objętych obowiązkowymi zajęciami wychowania fizycznego w roku akademickim 2014/2015.

Rodzaj zajęć	Semestr zimowy 2014/2015					Semestr letni 2014/2015				
	Liczba grup	K (n)	M (n)	Ogółem (n)	Średnia x	Liczba grup	K (n)	M (n)	Ogółem (n)	Średnia x
Aerobic	6	236	0	236	39,33	10	369	0	369	36,90
Aqua fitness	8	230	0	230	28,75	3	91	0	91	30,33
Badminton	6	129	40	169	28,16	2	49	7	56	28,00
Fitness	12	349	0	349	29,08	1	35	0	35	35,00
Gimnastyka lecznicza	4	87	6	93	23,25	1	23	2	25	25,00
Nordic Walking	6	112	44	156	26,00	2	47	13	60	30,00
Piłka koszykowa	6	78	60	138	23,00	2	20	29	49	24,50
Piłka nożna	6	0	162	162	27,00	7	0	179	179	25,57

Piłka siatkowa	11	180	67	247	22,45	7	113	60	173	24,71
Pływanie	34	206	294	500	14,70	23	182	162	344	14,95
Spinning	34	589	67	656	19,29	15	274	28	302	20,13
Siłownia	45	665	385	1050	23,33	23	277	305	582	25,30
Samoobron	8	143	0	143	17,87	2	40	0	40	20,00
Tenis stołowy	8	107	99	206	25,75	3	25	59	84	28,00
Zajęcia teoretyczne	3	75	21	106	35,33	1	21	8	29	29,00
<b>RAZEM</b>	<b>197</b>	<b>2986</b>	<b>1245</b>	<b>4231</b>	<b>25,55</b>	<b>102</b>	<b>1566</b>	<b>852</b>	<b>2418</b>	<b>26,49</b>

W tabeli 1 przedstawiono dane liczbowe dotyczące ilości studentów objętych obowiązkowymi zajęciami wychowania fizycznego, ilości grup poszczególnych profilów wraz z podziałem na płeć studentów oraz średnią ilość osób na danej specjalizacji.

W roku akademickim 2014/2015 Centrum Kultury Fizycznej UMCS zorganizowało obowiązkowe zajęcia wychowania fizycznego dla 6649 studentów, głównie lat pierwszych studiów pierwszego i drugiego stopnia w 299 grupach. W semestrze pierwszym utworzono 197 grupy, zaś w drugim 102. Większość studentów (n= 4231) odbywało obowiązkowe zajęcia w semestrze zimowym, a tylko 2418 w semestrze letnim. Największą liczbę grup w pierwszym i drugim semestrze utworzono na siłowni (odpowiednio n=45 i n=23), następnie na pływalni (n=34 i n=23) oraz spinningu (n=34 i n=15). Średnia ilość osób w jednej grupie studenckiej wynosiła w semestrze zimowym  $x = 25,55$ , a w letnim  $x = 26,49$ . CKF przygotowało ofertę zajęć w 15 dyscyplinach w grupach profilowanych.

Tak duża dysproporcja w ilości studentów odbywających obowiązkowe zajęcia spowodowała nierównomierne obciążenie godzinowe nauczycieli w ramach pensum.

Zajęcia fakultatywne. W roku akademickim 2012/2013 i 2013/2014 studenci wszystkich kierunków i lat studiów stacjonarnych (I i II stopnia oraz jednolitych) mogli uczestniczyć w

fakultecie z wychowania fizycznego w zakresie następujących przedmiotów: pływanie, spinning, siłownia, piłka nożna, fitness. Przygotowano ofertę zajęć fakultatywnych uwzględniającą profile zajęć, czasokres wyboru zajęć, sposób podziału na grupy, miejsce, czas trwania i termin odbywania zajęć oraz nazwisko nauczyciela prowadzącego. Oferta została zaakceptowana przez prorektora ds. studenckich i wdrożona do realizacji.

Głównym celem utworzenia fakultatywnych zajęć wychowania fizycznego było wspieranie rozwoju fizycznego, psychicznego i społecznego oraz zdrowia studentów a także kształtowanie aktywności fizycznej i troski o zdrowie w okresie ich całego życia poprzez:

1. Umożliwienie studentom wyboru ulubionego profilu zajęć, uwzględnienie ich uzdolnień i zainteresowań.

2. Kształtowanie aktywności fizycznej służącej zdrowiu, wypoczynkowi.

3. Przygotowanie studentów do systematycznej aktywności fizycznej w czasie wolnym przez całe życie oraz ochrona i doskonalenie zdrowia własnego oraz innych.

4. Umożliwienie udziału studentów w aktywności fizycznej, kształtującej sprawność fizyczną, poprawiającej wydolność organizmu i koordynację ruchową.

5. Pogłębienie wiedzy i kształtowanie umiejętności studentów w dziedzinach, którymi są szczególnie zainteresowani.

W zakresie wiedzy student zna znaczenie i rolę ćwiczeń ruchowych i ich wpływ na prawidłowe funkcjonowanie organizmu, zna znaczenie podstawowych pojęć związanych z poszczególnymi rodzajami zajęć (np. fitness, spinning), zna rodzaje wysiłku oraz charakterystykę wysiłków aerobowych i anaerobowych.

W zakresie umiejętności potrafi indywidualnie planować zajęcia ruchowe, posiadać umiejętności prowadzenia fragmentów zajęć oraz dokonać samooceny i samokontroli sprawności motorycznej.

W zakresie kompetencji społecznych posiada, poczucie odpowiedzialności za zdrowie innych i własne, utrzymuje poprawną sprawność fizyczną oraz wykazuje znajomość metod pracy zespołowej.

Wnioski.

1. Pomimo wielu trudności pojawiających się przy modyfikacji systemu elektronicznych zapisów studentów, wprowadzenie szerokiej oferty zajęć wychowania fizycznego oraz możliwości ich swobodnego wyboru jest w nowym systemie edukacji bardzo ważne i potrzebne.

2. Autonomia uczelni w zakresie m.in. programów nauczania, czy też realizowanych zadań edukacyjnych potwierdza konieczność ciągłych poszukiwań i doskonalenia metod pracy nauczycieli wychowania fizycznego, tak by prowadzone przez nich zajęcia stawały się bardziej atrakcyjne i spełniały oczekiwania studentów.

3. W czasie pierwszego semestru zajęć fakultatywnych z wychowania fizycznego można było zaobserwować duże zaangażowanie i aktywność studentów, ich dużą chęć do wykonywania różnorodnych ćwiczeń.

4. Nauczyciele prowadzili zajęcia z ogromną przyjemnością gdyż studenci ćwiczyli to co lubią, a nie to co czasami narzucała im uczelnia. Wydaje się, iż dzięki wprowadzeniu zajęć fakultatywnych Centrum Kultury Fizycznej UMCS ma ciekawszą, bardziej konkurencyjną ofertę zajęć.

### **Bibliografia:**

1. Bielecki T. Model akademickiego nauczyciela wychowania fizycznego w percepcji studentów wyższych uczelni Lublina, niepublikowana rozprawa doktorska, Lublin 2004.
2. Bogaj M. Funkcjonowanie współczesnej szkoły – dylematy teorii i praktyki badań, [w:] J. Małachowicz (red.), Edukacja w toku przemian. Wyd. WSP TWP, Warszawa 1996.
3. Strategia rozwoju sportu w Polsce do roku 2012 – cele i zadania, Ministerstwo Edukacji Narodowej i Sportu, Warszawa 2003.
4. Ustawa o Kulturze Fizycznej z dnia 18.01. 1996. Dz.U. 2007 Nr 226 poz. 1675.