

Przedstawienie wyników  
poziomu sprawności dzieci z  
przedszkola

„*BAJKA*”

na tle ich rówieśników z innych  
przedszkoli

Opracowali: *Marcin Nowak*

*mgr Marcin Matysiak*

# GŁÓWNE ZADANIA I CELE TESTU

Głównym celem testu była ocena poziomu sprawności fizycznej dzieci w naszym przedszkolu. Następnie zestawienie tych wyników z ich rówieśnikami z innych przedszkoli.

Do wykonania oceny posłużyliśmy się Wrocławskim Testem Sprawności Fizycznej, który w opracowaniu B. Sekity został odpowiednio zmodyfikowany dla dzieci w wieku przedszkolnym.

Narzędzie to pozwoliło na ocenę czterech podstawowych cech motorycznych (zwinność, moc, siła, szybkość)



# MATERIAŁ BADAWCZY I ORGANIZACJA BADAŃ

Badaniem zostały objęte dzieci w wieku 3, 4 ,5 i 6 lat z przedszkoli z terenu województwa kujawsko – pomorskiego (Bydgoszcz) oraz dzieci 4 i 5 letnie z województwa zachodnio - pomorskiego (Szczecin).



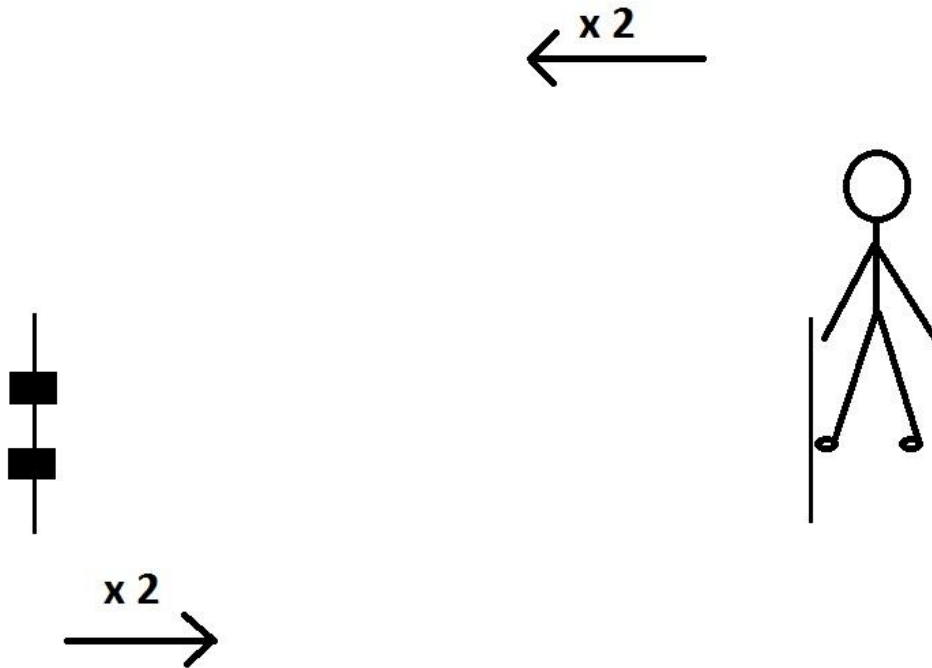
Dzieci zostały podzielone na grupy badawcze ze względu na wiek i płeć. Grupa dzieci uczestniczących w zajęciach pływania (z Bydgoszczy) była bazą porównawczą dla dzieci nie uczestniczących w takich zajęciach (ze Szczecina).



Każde z dzieci biorące udział w badaniu wykonywało cztery różne próby sprawnościowe określające poziom ich cech motorycznych.



# PIERWSZA PRÓBA - PRÓBA ZWINNOŚCI

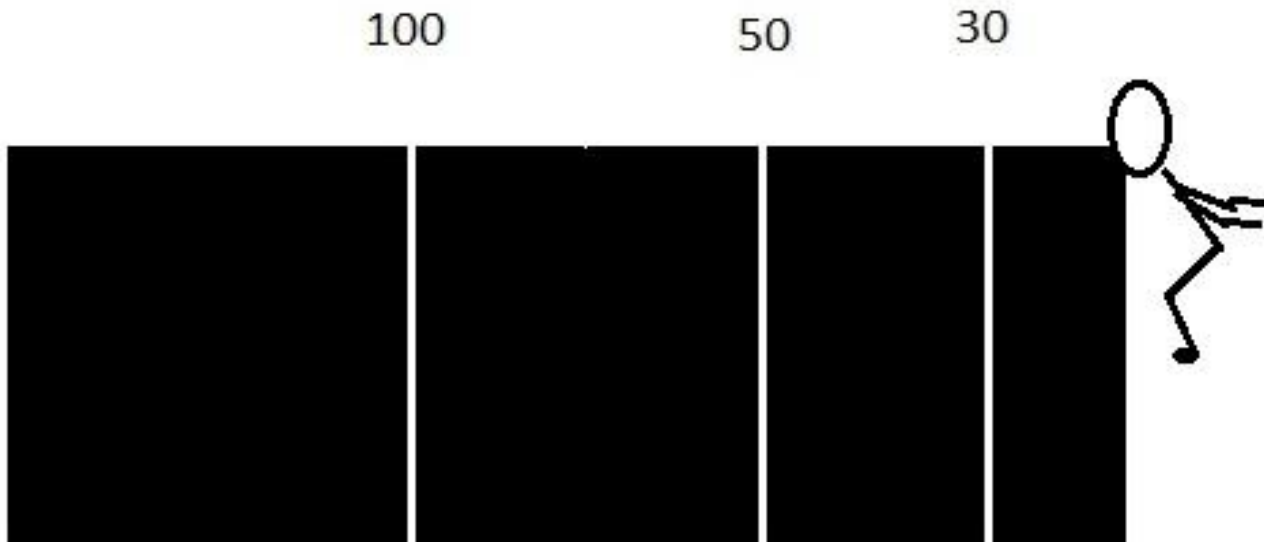


Próba polegała na wykonaniu biegu wahadłowego 4x5 m. Próba wykonywana była na płaskim odcinku liczącym 5 m. Długość 5 m., została wyznaczona dwoma liniami, które tworzyły szarfy położone na parkiecie. Na jednej szarfie ustawione były dwa kloki w odległości ok. 20 cm od siebie.

Przed drugą z linii ustawione było badane dziecko, któremu podano następującą instrukcję: „Na sygnał dźwiękowy wykonany gwizdkiem pobiegiesz jak najszybciej potrafisz i przyniesiesz klocek. Postawisz go na linii, przed którą teraz stoisz i, nie zatrzymując się, pobiegiesz po drugi klocek. Drugi klocek również postawisz na linii przed którą teraz stoisz. Pamiętaj, że klocek nie wolno rzucać”.

Każde z dzieci wykonuje próbę dwukrotnie. Czas wykonania mierzy się z dokładnością do 0,1 s. Natomiast za miarę zwinności przyjmuje się czas próby szybciej wykonanej.

# DRUGA PRÓBA - PRÓBA MOCY

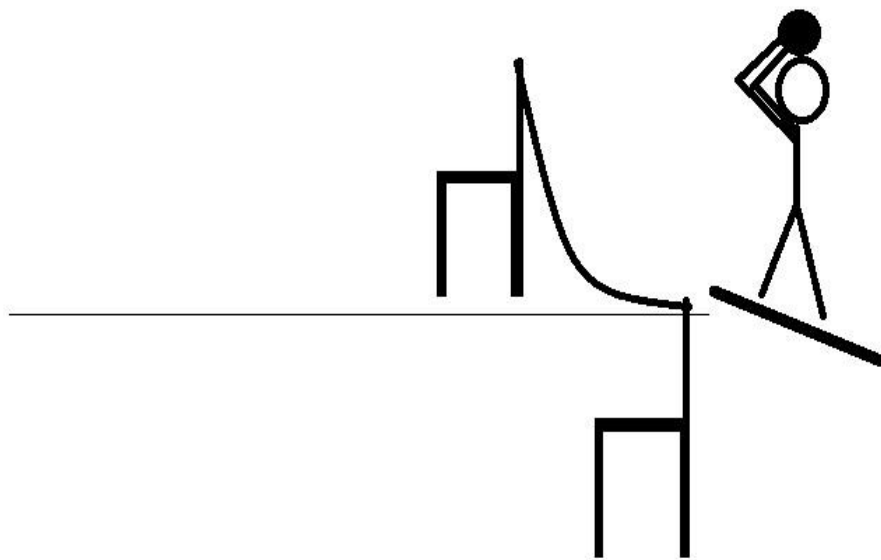


Aby wykonać próbę mocy należało zsunąć ze sobą dwa materace gimnastyczne wzdłuż ich krótszych krawędzi. W odległości 30cm od materaca narysowałem kredą białą linię, w odległości 50cm drugą linię i w odległości 100cm – trzecią,

Badane dzieci stawały kolejno na początku materaca w taki sposób, aby palce stóp stykały się z jego krawędzią. Następnie dostawały następującą instrukcję: „Ugnij lekko nogi i postaraj się skoczyć jak potrafisz najdalej. Pamiętaj, aby odbić się jednocześnie z dwóch nóg i skoczyć tak, aby stopy po wylądowaniu znajdowały się jak najbliżej siebie”. Każde z dzieci wykonywało 4 skoki, z czego jeden był próbnym, a trzy mierzone. Długość wykonywanych skoków mierzone były z dokładnością do 1 centymetra. Za miarę mocy przyjęto długość najdalej wykonanego skoku.



# TRZECIA PRÓBA - PRÓBA SIŁY

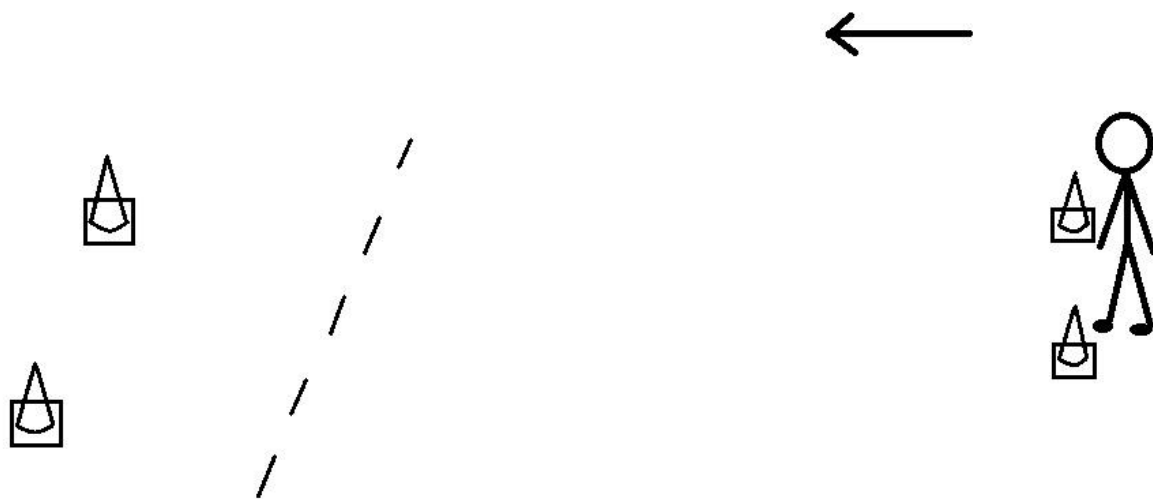


Trzecia z prób czyli próba siły polegała na wykonaniu rzutu piłką lekarską o masie 1kg znad głowy.

Badane dzieci stawały kolejno w lekkim rozkroku przy linii początkowej, tak aby paluchy stóp dotykały linii początkowej. Następnie otrzymywały instrukcję wykonania próby: „Twoim zadaniem jest rzucenie piłki znad głowy, jak umiesz najdalej, ponad zawieszoną taśmę”.

Każde z dzieci wykonywało w sumie po 5 rzutów, na które składały się dwa rzuty próbne i trzy mierzone. Odległości wykonywanych rzutów mierzone były z dokładnością do 10 cm. Za miarę siły przyjęto największą odległość, na jaką dziecko wykonało rzut, w jednej z trzech prób.

# CZWARTA PRÓBA - PRÓBA SZYBKOŚCI



Próba szybkości polegała na wykonaniu biegu na odległość 20 m ze startu wysokiego. Na wyznaczonej powierzchni o długości ok. 40 m i szerokości 20 m na krótko ściętej trawie bez górek i wzniesień. Na wyżej opisanej powierzchni wyznaczony został odcinek o długości 25 m.

Na początku linii, za pomocą dwóch żółtych pachołków ustawionych w odległości 60 cm od siebie, wyznaczone zostało miejsce startu. Następnie w odległości 20 m od linii startu wyznaczona została linia pomiaru czasu, a 5 m dalej ustawione zostały dwa czerwone pachołki, takie same jak te przy linii wyznaczającej start, które sygnalizowały dzieciom biorącym udział w próbie linię mety.

Badane dzieci stawały na linii i otrzymywały następującą instrukcję: „Na sygnał START pobiegiesz najszybciej jak potrafisz do czerwonych pachołków”. Każde z dzieci wykonywało próbę dwukrotnie, biegnąc indywidualnie. Czas próby mierzony był z dokładnością do 0,1 s. Natomiast za miarę szybkości biegowej dziecka uważa się czas próby lepszej, wykonanej szybciej.

Każda z wykonywanych prób była poprzedzona pokazem aby zobrazować i ułatwić jej wykonanie. Po każdej wykonanej próbie dzieci otrzymywały pochwały, które sprawiały u dzieci poczucie zadowolenia i satysfakcji z prawidłowo wykonanego zadania.



## **Według wytycznych ustalonych przez twórców testu żeby ocenić sprawność fizyczną dziecka należało:**

- ⦿ Obliczyć wiek metrykalny dziecka (z dokładnością do 1 miesiąca) w dniu badań.
- ⦿ Ustalić kategorię wiekową dziecka. Do grupy 4 – latków zaliczało się dzieci, które w dniu badania miały ukończone 3 lata i 6 miesięcy, ale nie przekroczyły 4 lat i 5 miesięcy. To samo tyczy się grupy 5 – latków do których należały dzieci w przedziale wiekowym od 4 lat i 6 miesięcy do 5 lat i 5 miesięcy.

- ⦿ Przeprowadzić próby sprawnościowe podane w teście.
- ⦿ Odczytać w tabelach punktacji liczbę punktów przypisaną danej wielkości pomiaru testowego. Przy odczytywaniu należało zwrócić uwagę na wiek i płeć dziecka.
- ⦿ Zsumować liczbę punktów, jaką uzyskało dziecko za wykonanie wszystkich czterech prób.

# PUNKTACJA TESTU

## **Punktacja proponowana dla pojedynczych prób:**

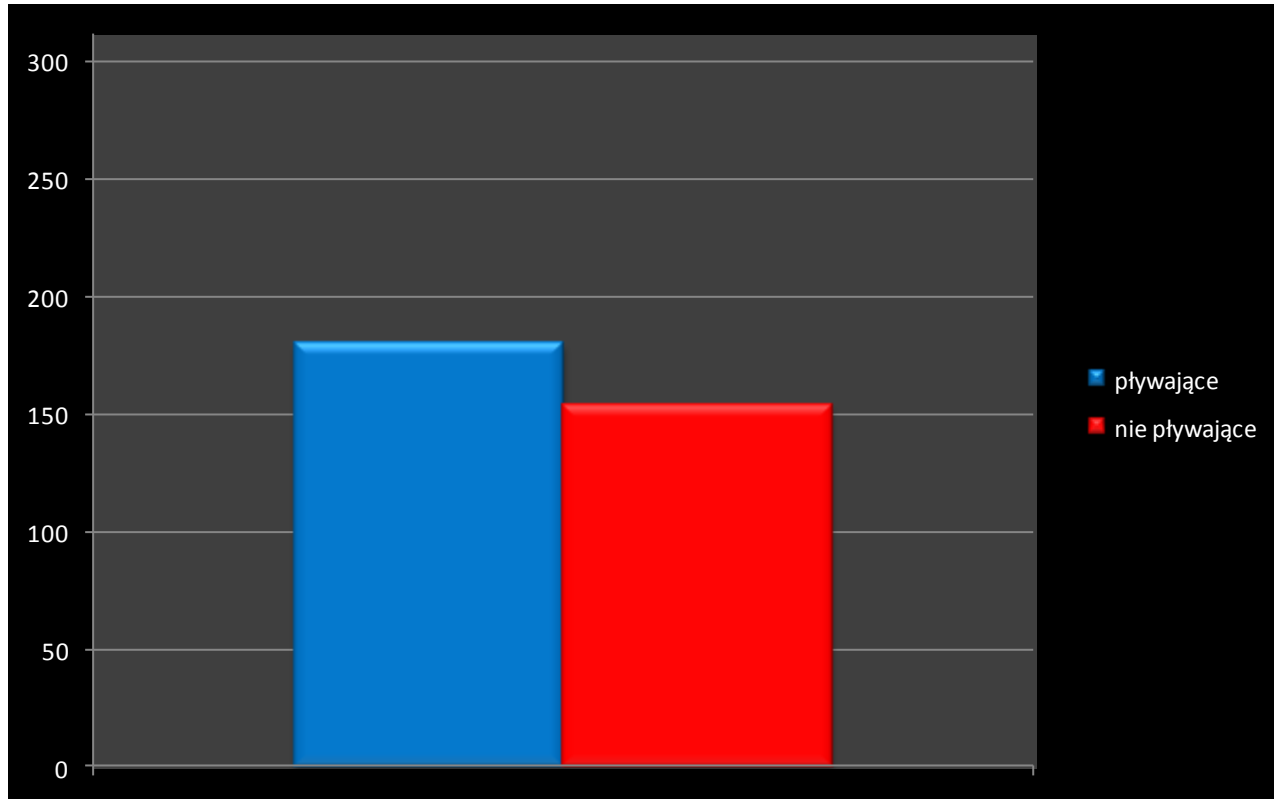
- Do 39 pkt. – niski, niedostateczny poziom cechy,
- 40 – 49 pkt. – dostateczny poziom cechy,
- 50 – 59 pkt. – dobry poziom cechy,
- 60 i więcej pkt. – wysoki, bardzo dobry poziom cechy.

## **Punktacja dla całego testu (suma wszystkich czterech prób):**

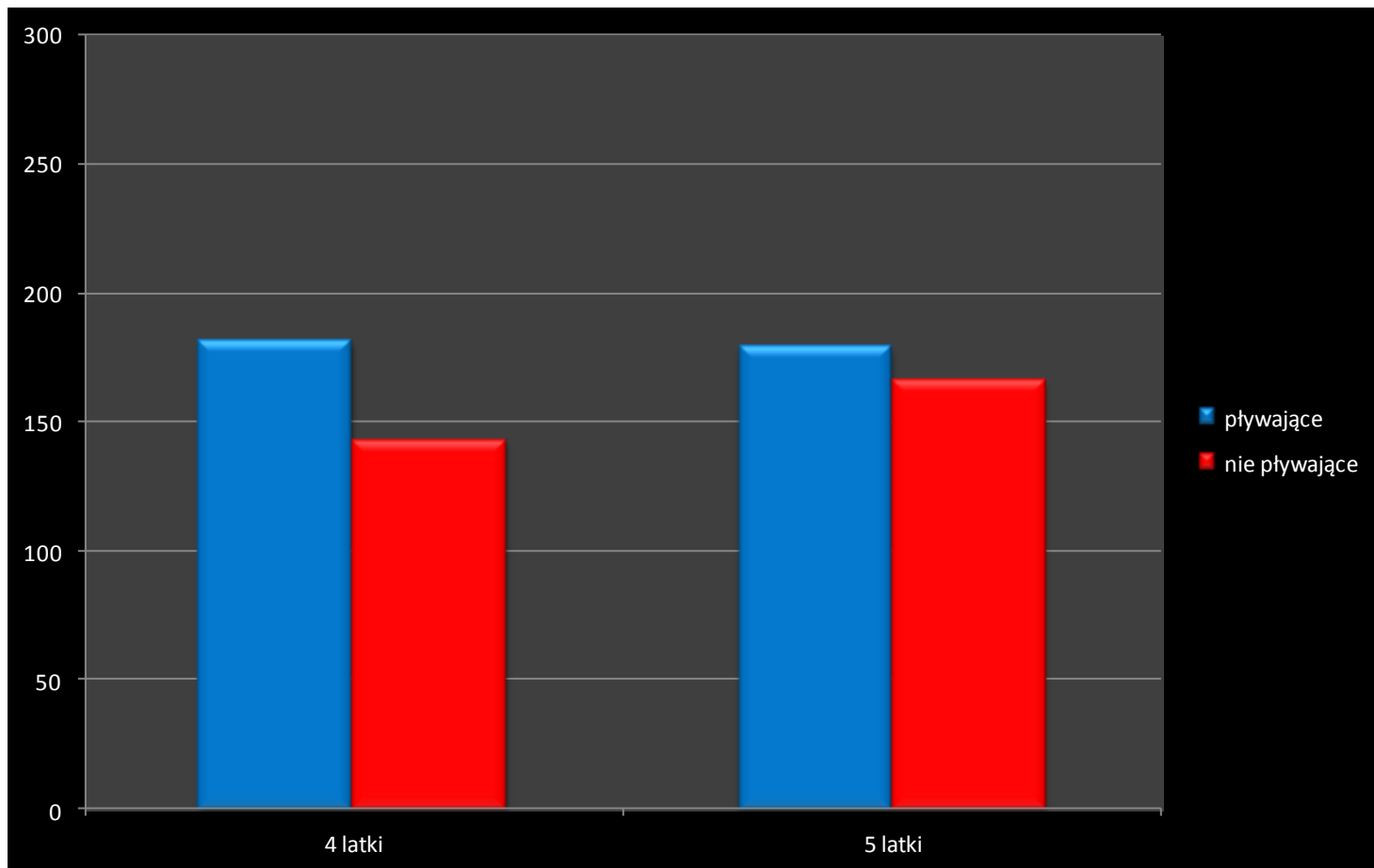
- Do 159 pkt. – niski, niedostateczny poziom sprawności fizycznej,
- 160 – 199 pkt. – dostateczny poziom sprawności fizycznej,
- 200 – 239 pkt. – dobry poziom sprawności fizycznej,
- 240 i więcej pkt. – wysoki, bardzo dobry poziom sprawności fizycznej.



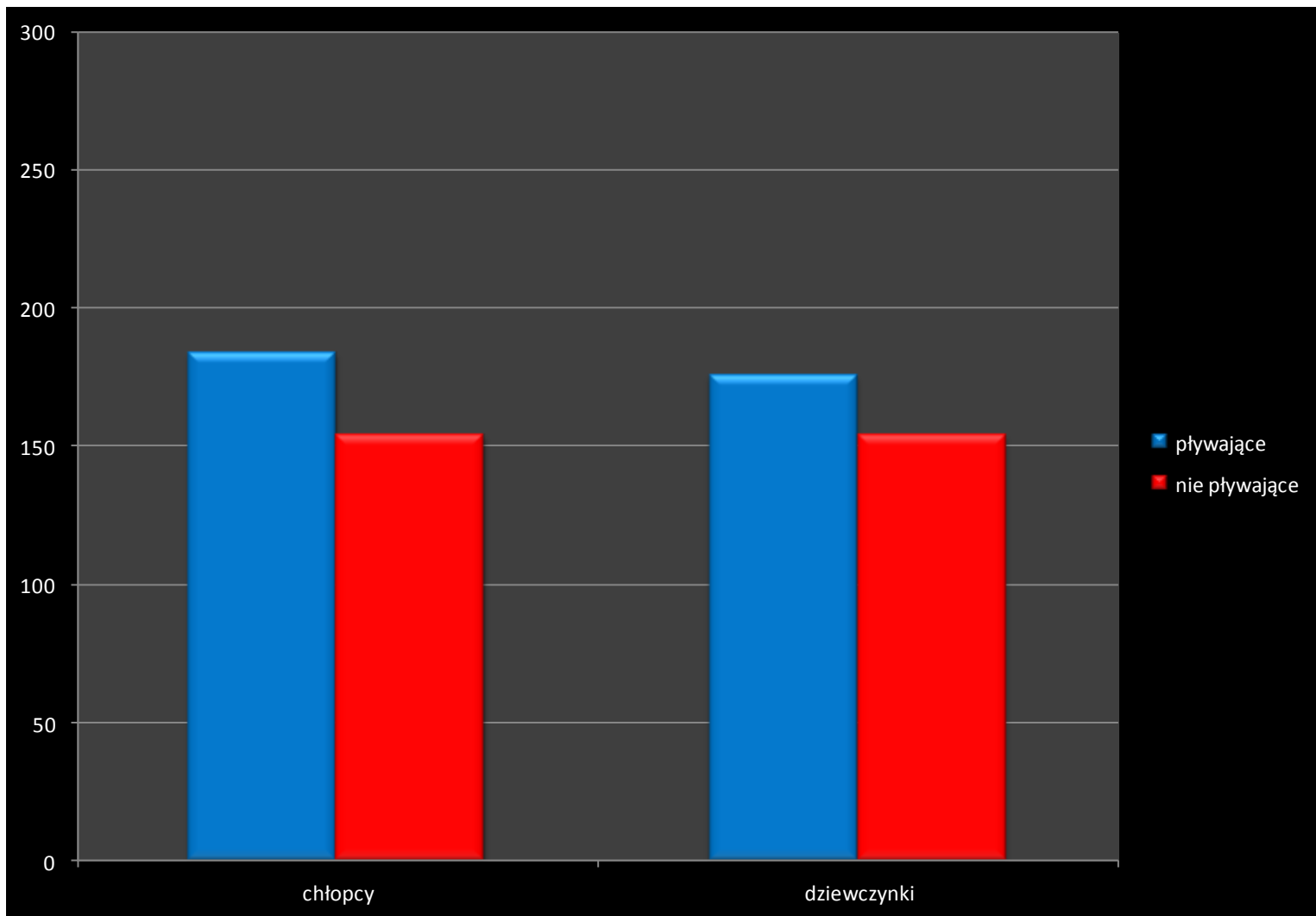
# PORÓWNANIE POZIOMU SPRAWNOŚCI DZIECI PŁYWAJĄCYCH Z DZIEĆMI NIE PŁYWAJĄCYMI



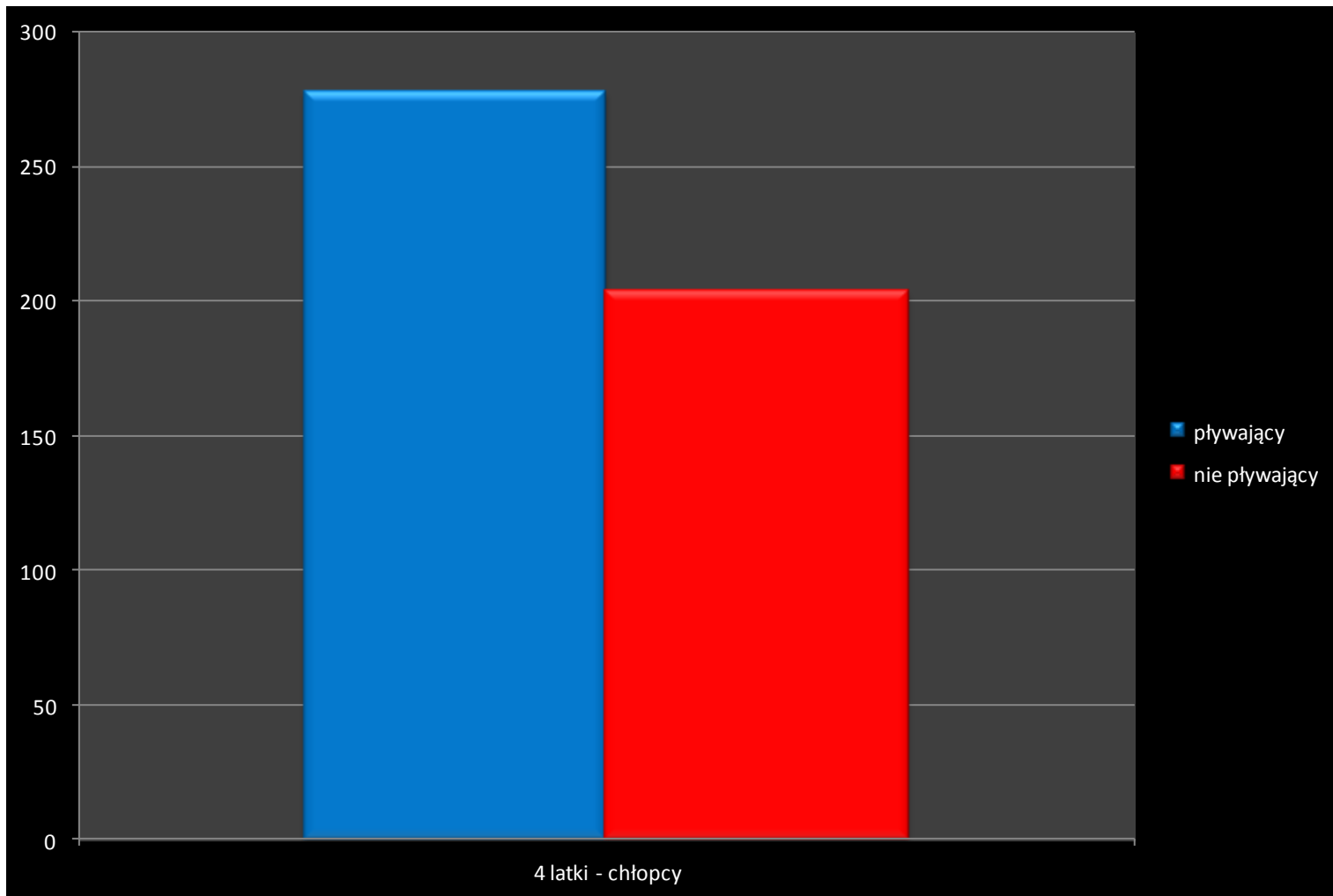
Wykres 1. Porównanie średniej punktowej uzyskanej w teście przez dzieci „pływające i „nie pływające”



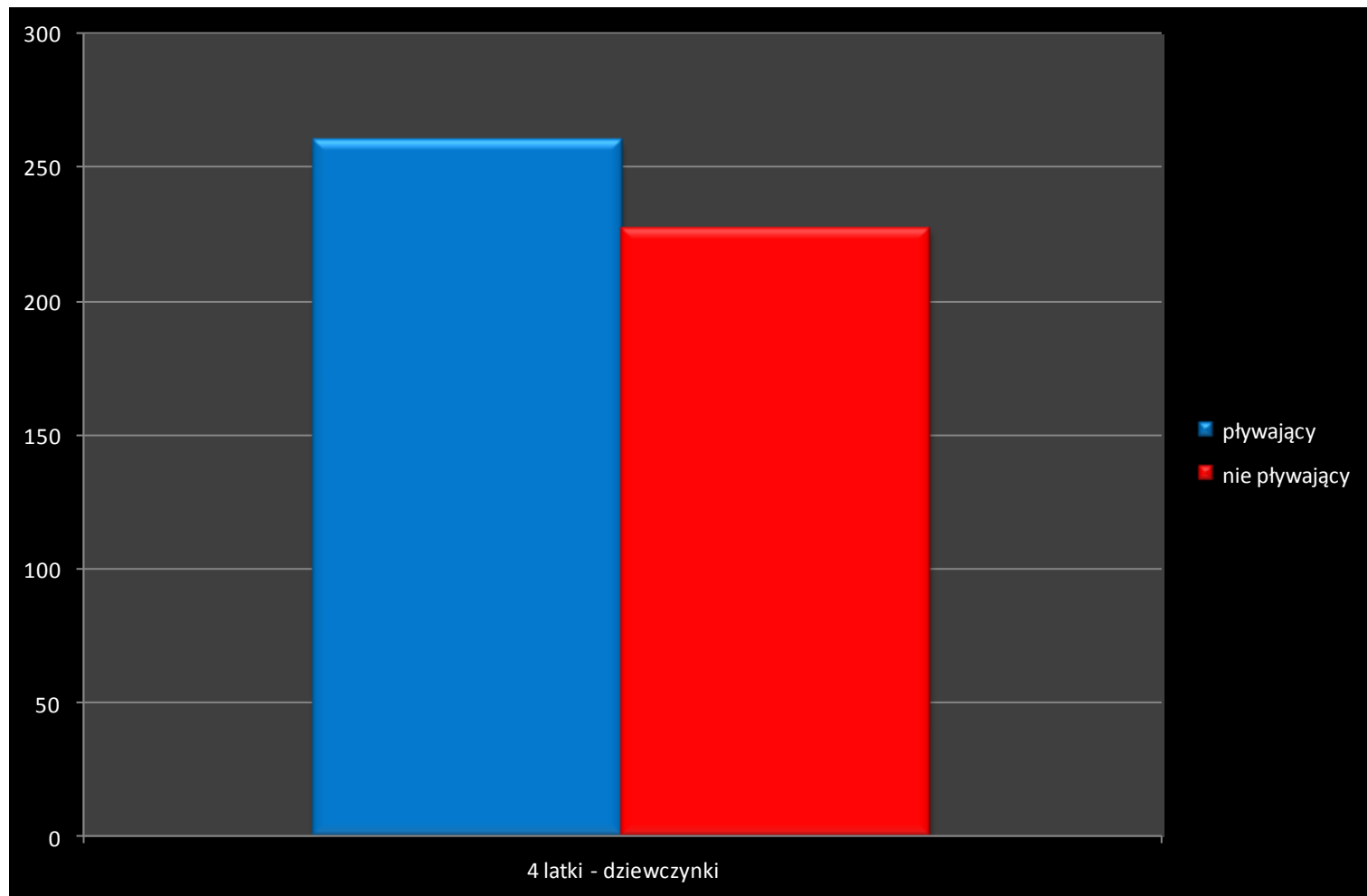
Wykres 2. Porównanie średniej punktowej u dzieci „pływających” i „nie pływających” z uwzględnieniem podziału na wiek.



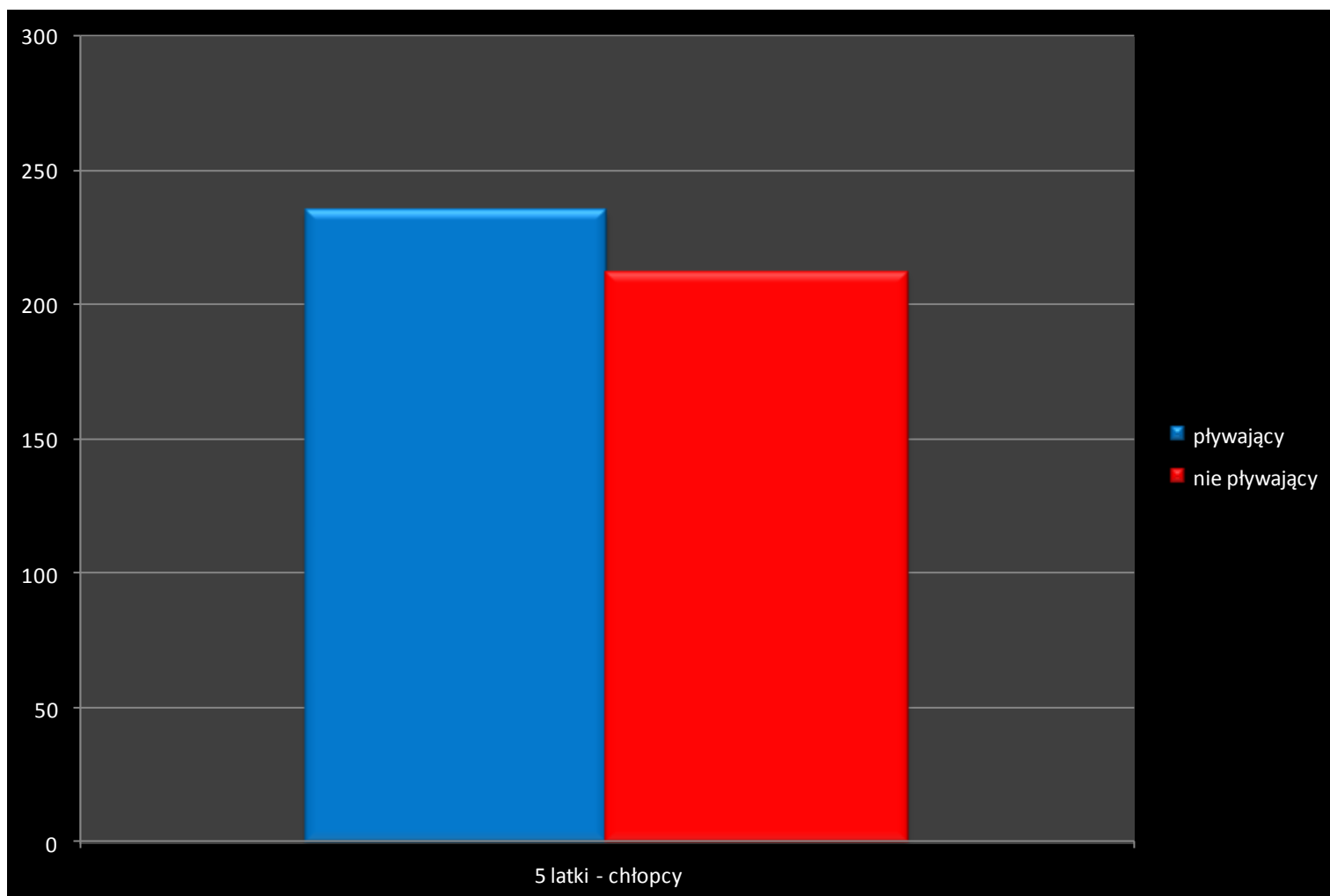
Wykres 3. Porównanie średniej punktowej u dzieci „pływających” i „nie pływających” z uwzględnieniem podziału na płeć.



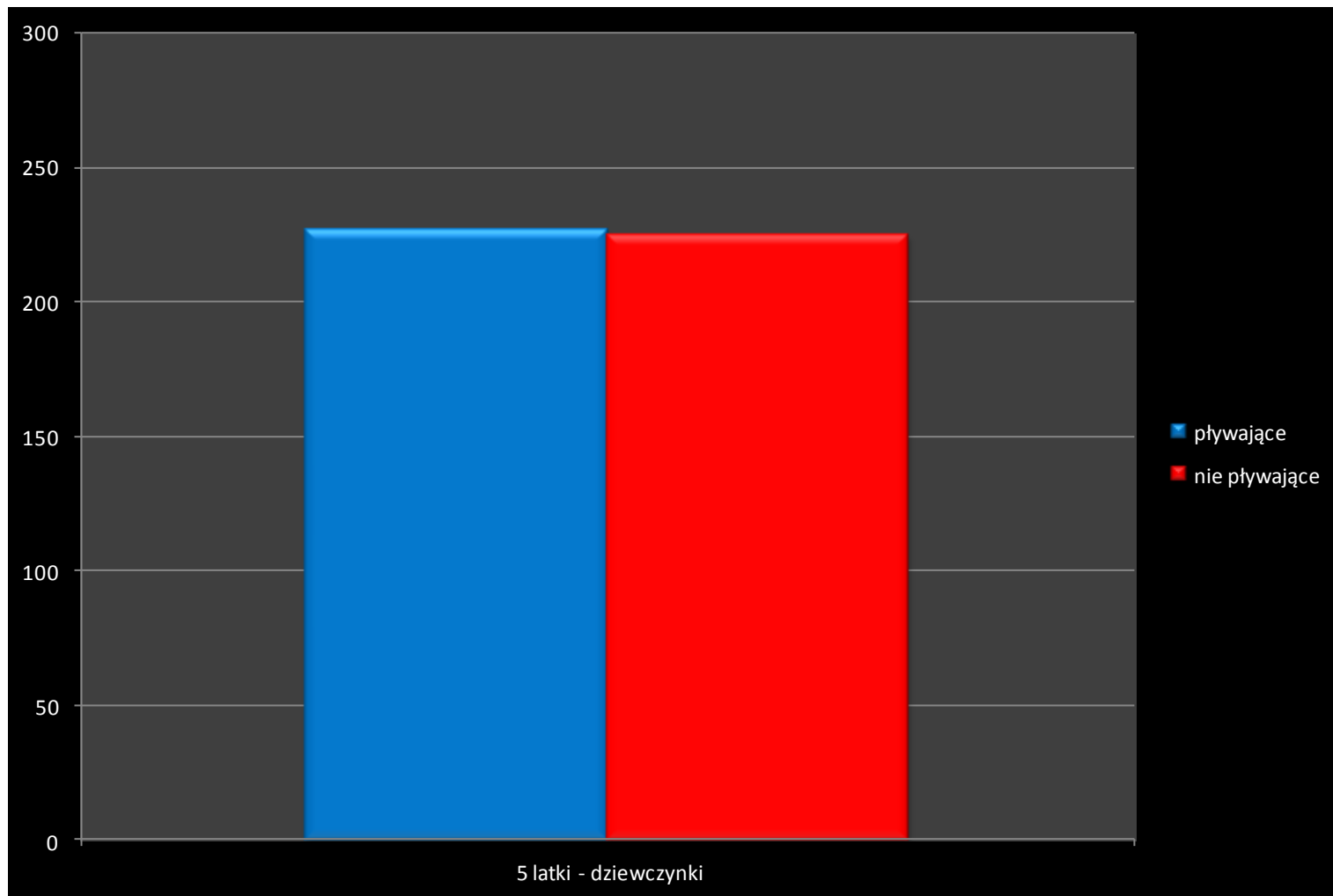
Wykres 4. Różnica punktowa pomiędzy najlepszym wynikiem zdobytym pośród chłopców „pływających” i „nie pływających” w grupie 4 latków.



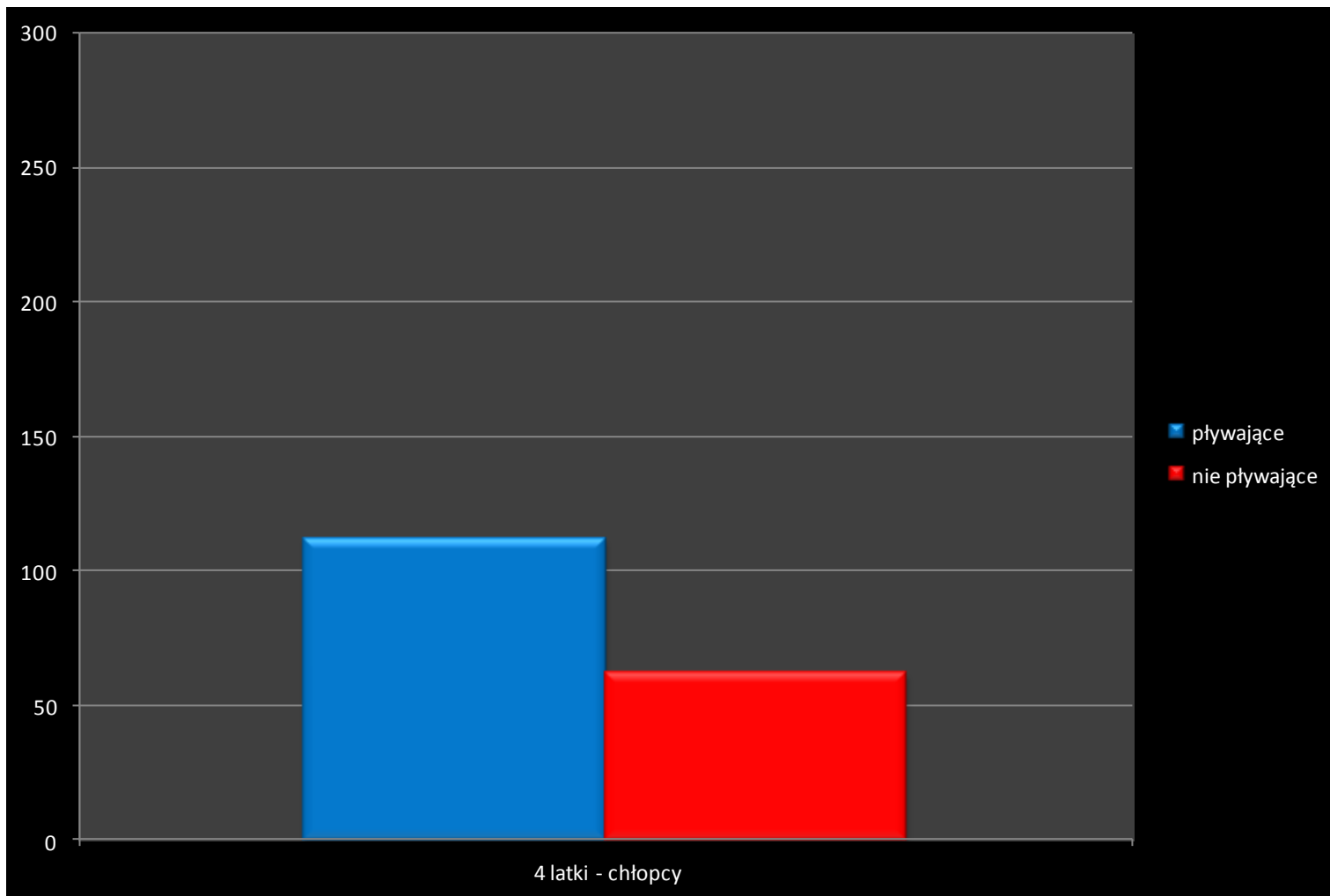
Wykres 5. Różnica punktowa pomiędzy najlepszym wynikiem zdobytym pośród dziewczynek „pływających” i „nie pływających” w grupie 4 latków.



Wykres 6. Różnica punktowa pomiędzy najlepszym wynikiem zdobytym pośród chłopców „pływających” i „nie pływających” w grupie 5 latków

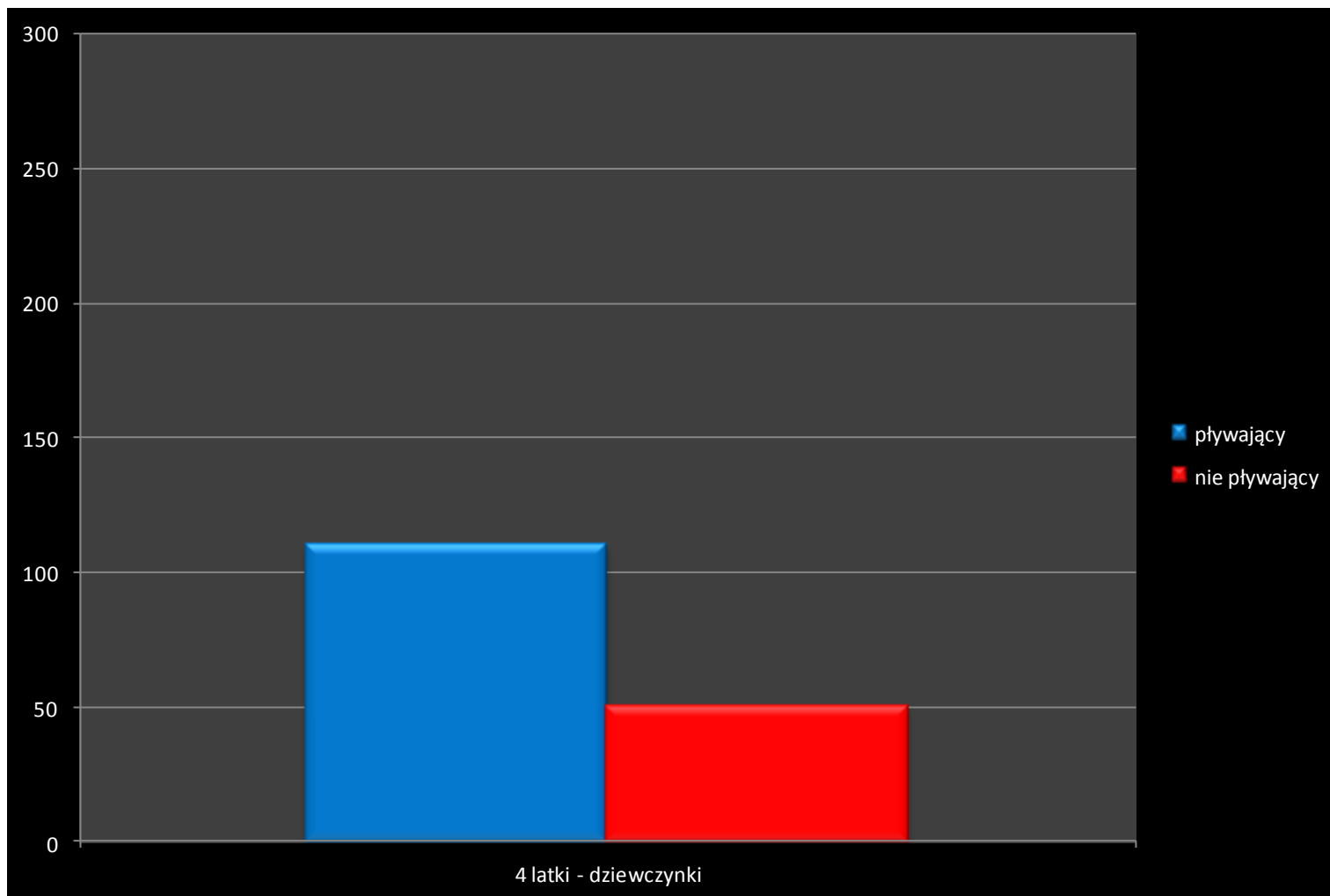


Wykres 7. Różnica punktowa pomiędzy najlepszym wynikiem zdobytym pośród dziewczynek „pływających” i „nie pływających” w grupie 5 latków

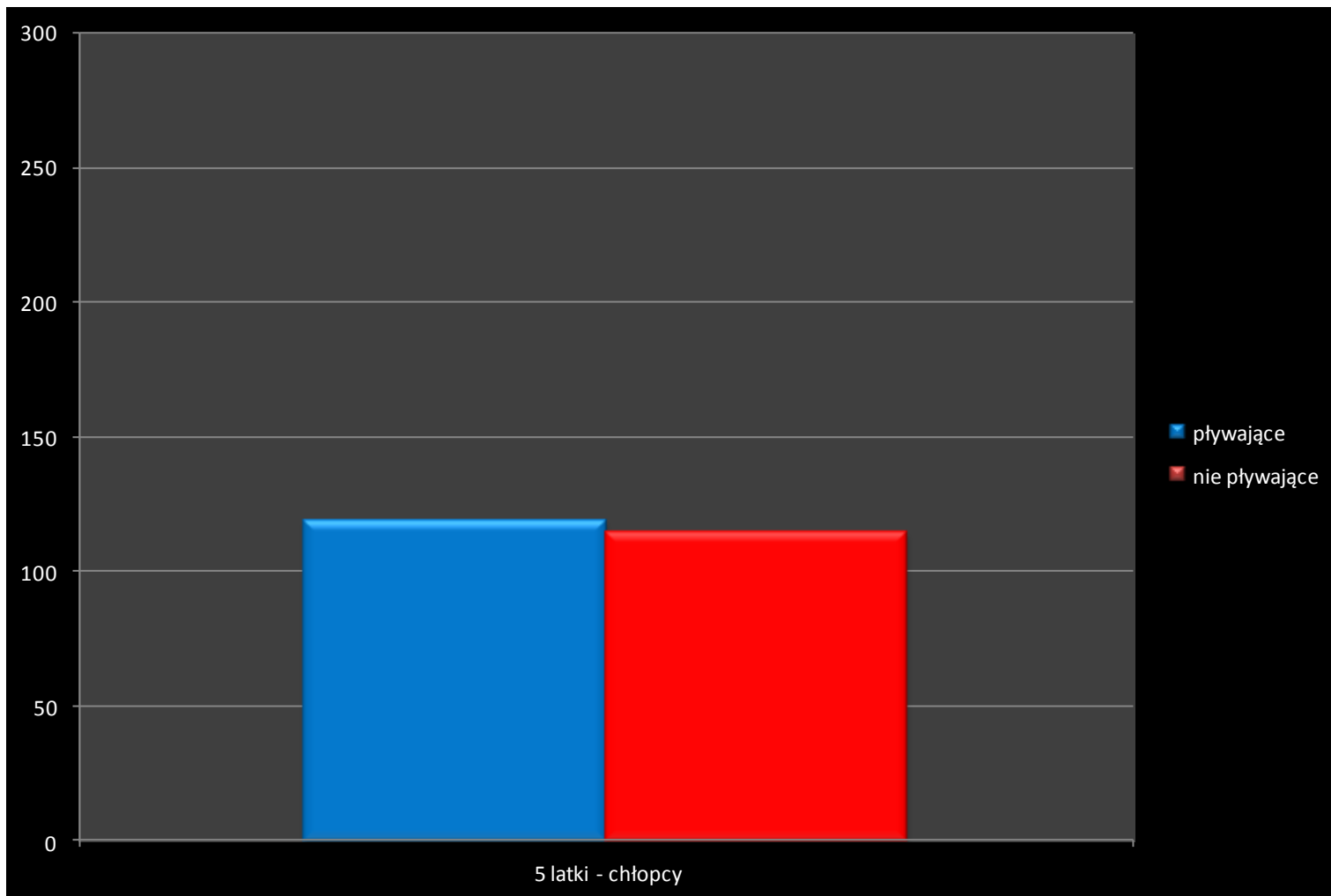


Wykres 8. Różnica punktowa pomiędzy najslabszym wynikiem zdobytym pośród chłopców „pływających” i „nie pływających” w grupie 4 latków

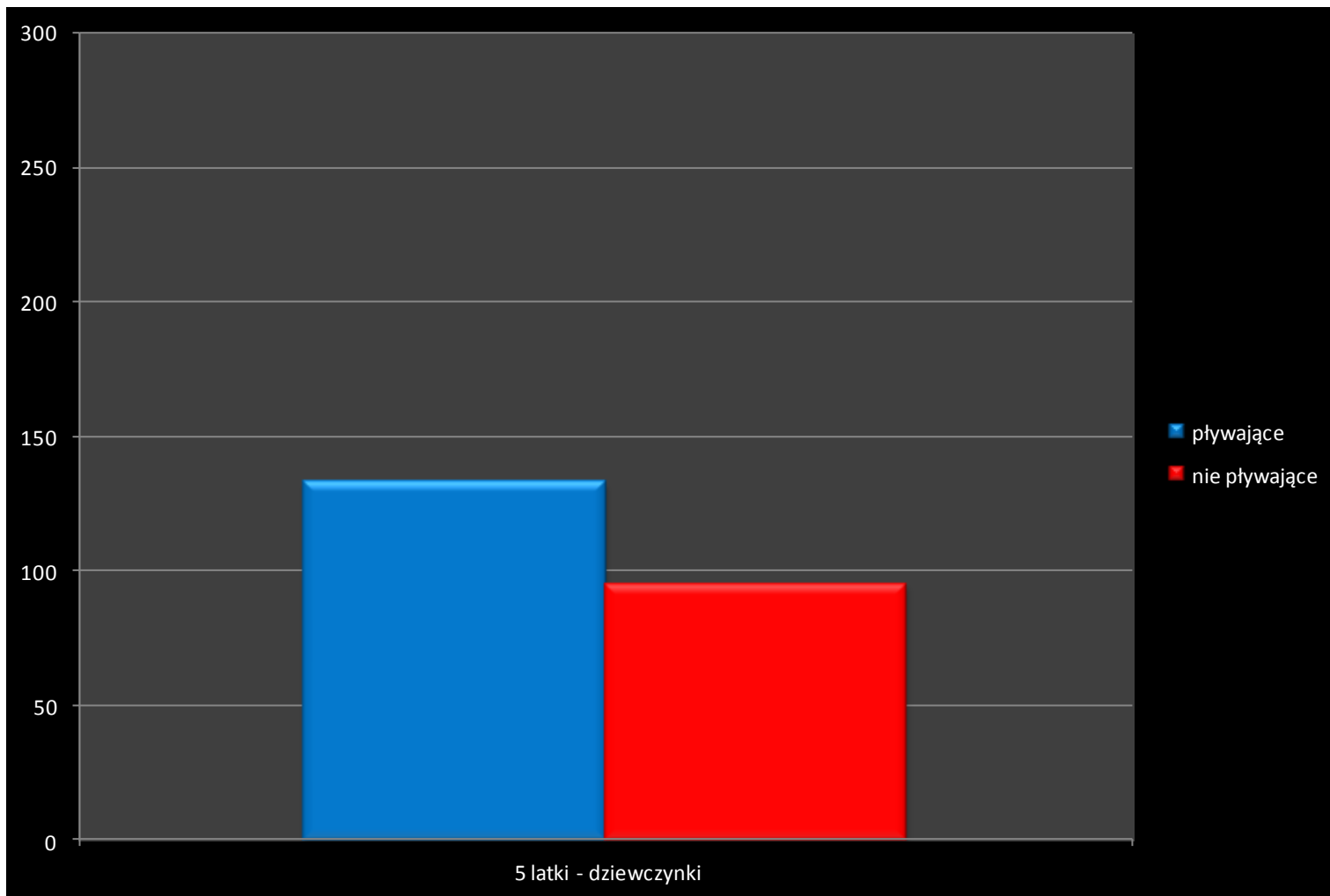




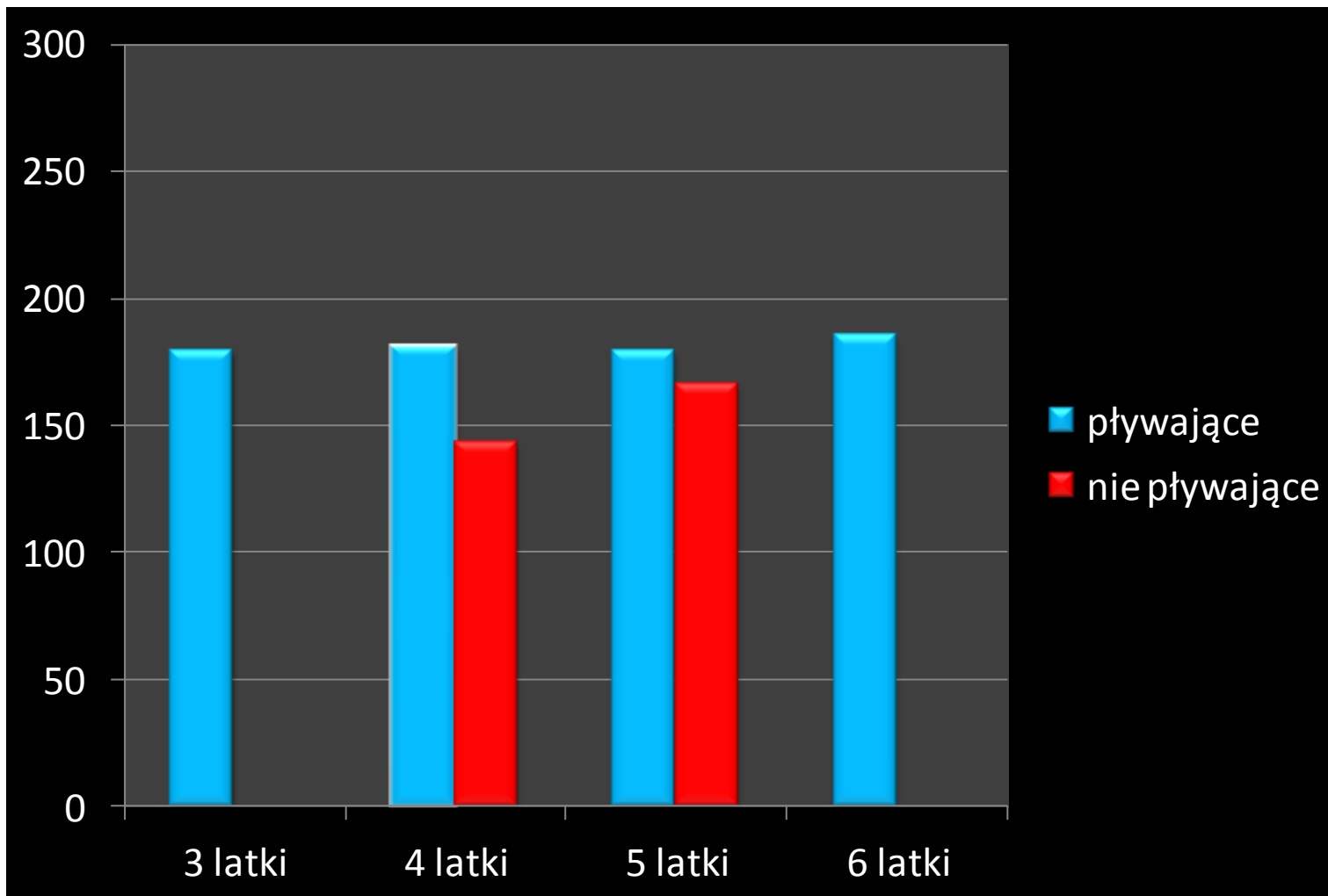
Wykres 9. Różnica punktowa pomiędzy najniższym wynikiem zdobytych wśród dziewczynek „pływających” i „nie pływających” w grupie 4 latków



Wykres 10. Różnica punktowa pomiędzy najniższym wynikiem zdobytym pośród chłopców „pływających” i „nie pływających” w grupie 5 - latków



Wykres 11. Różnica punktowa pomiędzy najniższym wynikiem zdobytym pośród dziewczynek „pływających” i „nie pływających” w grupie 5 – latków



Wykres 12. Średnia punktowa zdobyta w teście sprawnościowym we wszystkich grupach wiekowych.

# **Punktacja dla całego testu (suma wszystkich czterech prób):**

Do 159 pkt. – niski, niedostateczny poziom  
sprawności fizycznej,

**160 – 199 pkt. – dostateczny poziom  
sprawności fizycznej,**

200 – 239 pkt. – dobry poziom sprawności  
fizycznej,

240 i więcej pkt. – wysoki, bardzo dobry poziom  
sprawności fizycznej.

WIEK	Przedszkole „BAJKA”	Inne przedszkola
3 latki	dostateczny (179 pkt.)	_____
4 latki	dostateczny (181 pkt.)	niski (143 pkt.)
5 latki	dostateczny (179 pkt.)	dostateczny (166 pkt.)
6 latki	dostateczny (185 pkt.)	_____

# PODSUMOWANIE I WNIOSKI

W badaniu przeprowadzonym Wrocławskim Testem Sprawności Fizycznej udział wzięło w sumie 281 przedszkolaków w wieku 4 i 5 lat z trzech różnych przedszkoli (jedno z województwa kujawsko – pomorskiego z Bydgoszczy i dwa przedszkola z województwa zachodnio – pomorskiego ze Szczecina).

Dzięki przeprowadzeniu prób sprawności na dużej ilości dzieci udało się uzyskać wyniki pokazujące rozwój ich cech motorycznych.

Przeprowadzone badania pozwoliły na wyciągnięcie wniosków z których wynika, że **uczestnictwo w zajęciach na basenie ma pozytywny wpływ na rozwój cech motorycznych u dzieci w wieku przedszkolnym.**

Pomimo różnic punktowych, przemawiających za pozytywnym wpływem jakie niesie ze sobą regularne uczestnictwo w zajęciach na basenie, (które zostały pokazane szczegółowo w wykresach i potwierdzone w badaniach) to analizując je, nie można pominąć faktu, że uzyskane wyniki nie są w pełni zadowalające.

Słabe wyniki uzyskane przez badane dzieci pokazują, że sprawność fizyczna u najmłodszych jest zaniedbana i znajduje się zaledwie na dostatecznym poziomie.

Dlatego w **Przedszkolu Niepublicznym „Bajka”** podejmować będziemy działania mające na celu dalsze wspieranie rozwoju fizycznego dzieci.