

ANTROPOMOTORYKA

SPIS TREŚCI

ROZPRAWY I ARTYKUŁY

Hojabrnia Zahra, Mohsen Ghanbarzadeh, Parivash Nourbakhsh

Wpływ wysokiego i średniego poziomu VO_2 max na ogólny stan zdrowia studentek Shahid Chamran University

Roholah Fatemi, Mohsen Ghanbarzadeh, Azra Ahmadi

Zależność pomiędzy parametrami oddechowymi a poziomem VO_2 max u młodych mężczyzn

Mohsen Ghanbarzadeh, Saeed Shakeryan

Ocena składu ciała studentów Shahid Chamran University na podstawie badania fałdu skórniego

Edward Mleczko, Waclaw Mirek

Przemiany społeczne a międzypokoleniowa zmienność rozwoju somatycznego i motorycznego krakowskich studentów

Edward Mleczko, Grażyna Nowak-Starz, Elżbieta Cieśla

Wpływ poziomu aktywności motorycznej, zdolności motorycznych oraz sprawności fizycznej na poczucie koherencji krakowskich studentów

Ewa Dybińska, Marcin Kaca

Znaczenie jakości przekazu informacji wizualno-werbalnej w procesie uczenia się i nauczania czynności pływackich studentów AWF w Krakowie

Anna Demuth, Urszula Czerniak

Nadwaga i otyłość u kobiet

PRACE PRZEGLĄDOWE

Josef M. Feigenberg, Waclaw Petryński

Przewidywanie prawdopodobne w przetwarzaniu informacji u człowieka

Waclaw Petryński, Josef M. Feigenberg

Czynniki emocjonalne w sterowaniu ruchami u człowieka

Waldemar Makuła

Postawy wobec wartości ciała w kulturze fizycznej

Hojabrnia Zahra, Mohsen Ghanbarzadeh, Parivash Nourbakhsh

Wpływ wysokiego i średniego poziomu VO_2 max na ogólny stan zdrowia studentek Shahid Chamran University

Cel badań. Celem badań było ustalenie wpływu wysokiego i średniego maksymalnego minutowego poboru tlenu (VO_2 max) na ogólny stan zdrowia studentek Shahid Chamran University.

Materiał i metody. Badaniem objęto 100 kobiet, wybranych losowo, które następnie podzielono na dwie grupy ze względu na uzyskaną wartość wskaźnika VO_2 max, tj. grupę osobniczek o wysokim VO_2 max, utworzoną przez studentki trenujące wyczynowo (liczebność grupy $n = 50$) oraz grupę kobiet uzyskujących średnie wartości VO_2 max, preferujących aktywny fizycznie styl życia (liczebność grupy $n = 50$). Do ustalenia wysokości i średniego poziomu współczynnika VO_2 max posłużono się testem Skubica i **Hodgkinsa** (1963), a do oceny ogólnego stanu zdrowia wykorzystano kwestionariusz Goldberga i Hillera.

Wyniki i wnioski. W trakcie analizy wyników badań odnotowano różnicę poziomu ogólnego stanu zdrowia w grupach studentek o wysokich i średnich wartościach współczynnika VO_2 max.

Na podstawie uzyskanych danych stwierdzono lepszy ogólny stan zdrowia studentek oraz ich kondycję psychiczną, tj. poziom odczuwanego lęku, nieprzystosowania społecznego, stany depresyjne w grupie deklarującej średni poziom aktywności fizycznej. Stwierdzono zatem istnienie związku pomiędzy wartością współczynnika VO_2 max a ogólnym stanem zdrowia badanych.

Roholah Fatemi, Mohsen Ghanbarzadeh, Azra Ahmadi

Zależność pomiędzy parametrami oddechowymi a poziomem VO_2 max u młodych mężczyzn

Cel pracy. W niniejszym artykule dokonano oceny związku między parametrami oddechowymi FEV1, FVC i FEV1/FVC a maksymalnym minutowym poborem tlenu (VO_2 max) u młodych mężczyzn.

Materiał i metody. W badaniu wzięło udział 50 zdrowych mężczyzn (średnia wieku 22,1–2,47 lat życia, średnia wartość współczynnika FEV1 3,41–3,66 litra, średnia wartość wskaźnika FVC 3,96–,56 litra, średnia wartość VO_2 max 38,83–9,83 $ml \cdot kg^{-1} \cdot min^{-1}$), studentów Shahid Chamran University. Po określeniu wartości wskaźników spirometrycznych FEV1, FVC i FEV1/FVC u poszczególnych badanych zmierzono ich pułap tlenowy za pomocą spirometru cyfrowego. Do zmierzenia poziomu VO_2 max posłużono się testem Åstrand-Rhyminga, który wykonano za pomocą ergometru rowerowego. Do analizy uzyskanych danych posłużono się metodami statystycznymi, obliczając współczynnik korelacji rang Spearmana.

Wyniki i wnioski. Na podstawie uzyskanych wyników można stwierdzić istotną statystycznie korelację między FEV1, FVC, FEV1/FVC oraz VO_2 max. Oznacza to, iż na podstawie danych spirometrycznych można z dużym prawdopodobieństwem określić wartość VO_2 max.

Mohsen Ghanbarzadeh, Saeed Shakeryan

Ocena składu ciała studentów Shahid Chamran University na podstawie badania fałdu skórniego

W krajach rozwiniętych odnotowano dodatnią korelację między otyłością i podatnością na choroby metaboliczne oraz przemiany materii, których konsekwencją jest coraz większa śmiertelność. Niedawno pracownicy naukowo-dydaktyczni Shahid Chamran University przeprowadzili i opisyli badania, w których skupili się na pomiarze i analizie powodów występowania wysokiego wskaźnika otyłości u studentów z wykorzystaniem antropometrii. Jak się bowiem powszechnie uważa, oferuje ona najbardziej dogodne, najtańsze i nieinwazyjne narzędzia badawcze

do analizy składu ciała. Badania opisane w niniejszym artykule przeprowadzono w trakcie zajęć laboratoryjnych z udziałem studentów Shahid Chamran University. Zajęcia te zaplanowano jako wprowadzenie do pomiarów antropometrycznych ukierunkowanych na ustalenia składu ciała ludzkiego. Podczas zajęć wykorzystano równania opisujące grubość fałdu skórniego, stosując je do określenia zawartości tłuszczu oraz masy mięśniowej ciała szczupłego. Uzyskane w czasie pomiarów dane były następnie analizowane i interpretowane pod kątem płci, aktywności fizycznej lub jej braku u badanych, a następnie porównywane i interpretowane na spotkaniach, które prowadzono pod koniec kursu. Dodatkowo istotne statystycznie korelacje wykryto pomiędzy współczynnikami masy ciała i tkanki tłuszczowej, procentową zawartością masy tłuszczowej oraz między wolną od tłuszczu masą mięśniową. Wyższy procent masy tłuszczu stwierdzono u studentów prowadzących sedenteryjny tryb życia w porównaniu do osobników bardziej aktywnych. Należy podkreślić, że zajęcia w laboratorium nie tylko wzbogacają wiedzę i umiejętności praktyczne studentów w zakresie stosowania klasycznych technik antropometrycznych, ale także stanowią zachętę do prowadzenia aktywnego fizycznie trybu życia i wykorzystywania wiadomości na temat oceny składu ciała w praktyce.

Edward Mleczo, Wacław Mirek

Przemiany społeczne a międzypokoleniowa zmienność rozwoju somatycznego i motorycznego krakowskich studentów

Celem badań było znalezienie podobieństw w zakresie i kierunku zmian międzypokoleniowych u studentów siedmiu państwowych wyższych uczelni Krakowa, wywodzących się z różnych środowisk społecznych (inteligencja, robotnicy, chłopcy) oraz długookresowych tendencji przemian ich budowy somatycznej i poziomu sprawności motorycznej. Na podstawie analizy wyników badań stwierdzono nasilenie niekorzystnych zmian, których źródeł należy upatrywać w przemieszczaniu się polskiej młodzieży ze środowisk o niższym statusie społecznym do wyższych warstw społeczeństwa. Badaniem objęto głównie młodych ludzi z obszarów miejskich i środowisk inteligentnych. W przypadku studentów reprezentujących różne środowiska społeczne nie odnotowano żadnych międzypokoleniowych zmian poziomu rozwoju somatycznego i ruchowego, które mogłyby zostać opisane matematycznie.

Edward Mleczo, Grażyna Nowak-Starz, Elżbieta Cieśla

Wpływ poziomu aktywności motorycznej, zdolności motorycznych oraz sprawności fizycznej na poczucie koherencji krakowskich studentów

Celem badań własnych było ustalenie zależności między aktywnością motoryczną krakowskich studentów a poziomem ich sprawności fizycznej, badanej w konwencji zdrowia (*Health-Related Fitness*) oraz poziomem poczucia koherencji.

W niniejszej pracy wzięto pod uwagę wyniki 2005 testów wybranej losowo grupy 164 studentów krakowskich szkół wyższych, z której wyłączono osoby studiujące na Wydziale Wychowania Fizycznego AWF. Trzydzieści procent badanych uczestniczyło w zajęciach organizowanych przez uczelniane kluby AZS (Akademicki Związek Sportowy), a pozostali brali udział w obowiązkowych zajęciach rekreacyjnych. Do pomiaru stanu psychicznego zastosowano opracowany w 1987 r. przez A. Antonovsky'ego [1] Kwestionariusz Orientacji Życiowej (SOC). Pomiar sprawności fizycznej badanej w konwencji zdrowia przeprowadzono za pomocą baterii testów Eurofit, a także wybranych pomiarów oraz indeksów antropometrycznych.

Zgodnie z teorią A. Antonovsky'ego [1] można przypuszczać, że im większa aktywność fizyczna studentów, tym silniejsze jest u nich poczucie koherencji oraz jego komponentów: zrozumiałości, zaradności i sensowności.

Wyniki badań własnych wskazują na korzystny wpływ, jaki aktywność fizyczna ma na zwiększenie poczucia koherencji – istotnego składnika indywidualnego dobrostanu psychicznego. To zaś prowadzi do konkluzji, że w środowisku akademickim należy spopularyzować uprawianie sportu.

Ewa Dybińska, Marcin Kaca

Znaczenie jakości przekazu informacji wizualno-werbalnej w procesie uczenia się i nauczania czynności pływackich studentów AWF w Krakowie

Cel pracy. Usprawnianie skuteczności metod uczenia się i nauczania czynności motorycznych stale pozostaje w kręgu poszukiwań empirycznych wielu badaczy. Wyniki dotychczasowych badań wykazały, iż zastosowanie odpowiednio dobranych metod przekazu informacji może wpływać na efekty procesu uczenia się i nauczania czynności motorycznych. Celem pracy było określenie wpływu wzbogaconego przekazu informacji wizualno-werbalnej w procesie uczenia się i nauczania czynności pływackich na postępy w opanowaniu techniki pływania kraulem oraz na poziom wiedzy z zakresu nauczanej techniki.

Materiał i metody. Badania przeprowadzono w roku akademickim 2007/2008 i objęto nimi 158 studentów AWF w Krakowie. Podstawową metodą badawczą stanowił naturalny eksperyment pedagogiczny z zastosowaniem grup równoległych (eksperymentalnej i kontrolnej). Czynnikiem eksperymentalnym była metoda nauczania polegająca na wzbogaceniu przekazu informacji wizualno-werbalnej w odniesieniu do tradycyjnych działań dydaktycznych.

Wyniki i wnioski. Uzyskane wyniki badań potwierdziły większą skuteczność zaproponowanej metody nauczania w porównaniu do standardowo stosowanej. Różnice w postępach dotyczących opanowania techniki pływania kraulem oraz wiedzy z tej tematyki zaobserwowane u uczestników badań w grupach eksperymentalnej i kontrolnej okazały się istotne statystycznie, przemawiając na korzyść grup kształtujących swoje kompetencje pływackie z wykorzystaniem wzbogaconego przekazu informacji wizualno-werbalnej.

Anna Demuth, Urszula Czerniak

Nadwaga i otyłość u kobiet

Cel pracy. Określenie typu otluszczenia, nadwagi i otyłości kobiet po mastektomii.

Materiał i metody. Materiał uzyskany w trakcie badań obejmuje pomiary antropometryczne 550 członkiń klubu „Amazonki” z całej Polski oraz kobiet po mastektomii pracujących w różnych instytucjach administracji rządowej w Poznaniu. Wiek badanych wahał się od 30 do 79 lat.

Wyniki i wnioski. Badanie czynników charakteryzujących właściwości biologiczne kobiet po mastektomii pozwala uznać wzrost otluszczenia ciała za jeden z czynników zwiększonego ryzyka zachorowania na raka u Polek. Z podobną sytuacją mamy do czynienia także w innych częściach świata.

PRACE PRZEGLĄDOWE

Josef M. Feigenberg, Wacław Petryński

Przewidywanie prawdopodobne w przetwarzaniu informacji u człowieka

Podstawą niniejszej pracy jest teoria budowy ruchów Nikołaja Aleksandrowicza Bernsteina. Jednakże Bernstein skupiał swoją uwagę głównie na czynnikach neurofizjologicznych i biomechanicznych, natomiast w niniejszej pracy autorzy podejmują próbę uzupełnienia oryginalnej teorii Bernsteina o czynniki psychologiczne z uwzględnieniem osiągnięć współczesnej teorii systemów. Takie ujęcie ukazuje rolę czynników uczuciowych w sterowaniu zachowaniem człowieka na różnych poziomach tego sterowania (pobudzenie, wrażenie, uczucie i postawa). Następnie autorzy przedstawiają definicje pojęć „instynkt”, „inteligencja” i „intuicja” według proponowanego wzorca. Zestawienie terminu „inteligencja” z teorią przewidywania prawdopodobnego, opracowaną przez J.M. Feigenberga, umożliwia budowę hipotezy wyjaśniającej zależność między „inteligencją płynną” a „inteligencją skryzalizowaną” wg R. Cattella, a także pozwala znaleźć „wspólny mianownik” dla obu tych pojęć.

Wacław Petryński, Josef M. Feigenberg

Czynniki emocjonalne w sterowaniu ruchami u człowieka

W 1947 roku wybitny rosyjski uczony N.A. Bernstein (1896–1966) przedstawił teorię pięciopoziomowego wzorca budowy ruchów u człowieka. Podkreślał głównie czynniki neurofizjologiczne i anatomiczne, a w mniejszym nieco stopniu również psychologiczne.

Niestety, jego najbardziej poglądowe dzieło przedstawiające tę teorię (*O lowkości i jejo razwitii*) zostało opublikowane po rosyjsku po raz pierwszy dopiero w 1991 roku, a jego angielskie tłumaczenie ukazało się dopiero w 1996 roku w znakomitym przekładzie M. Latasha. Teoria Bernsteina była w istocie systemowym ujęciem zagadnienia sterowania ruchami przez człowieka, choć pełny wykład teorii systemów został przedstawiony przez L. von Bertalanffy'ego dopiero w 1968 roku (w dwa lata po śmierci Bernsteina). Uzasadnione jest zatem zastosowanie podstawowych zasad współczesnej teorii systemów do teorii Bernsteina, uwzględniając również czynniki psychologiczne. Ogólnie, system ma strukturę warstwową, w której – według J.M. Morawskiego – głównymi zasadami są: zasada hierarchii warstw, zasada autonomii warstw i zasada zgodności skal.

W sterowaniu ruchami przez człowieka czynniki natury uczuciowej odgrywają rolę wybiórczych „wzmacniaczy” odbieranej informacji (uwaga). Decydują zatem o hierarchii informacji, która jest przetwarzana rozumowo. Następnie, po wypracowaniu odpowiedzi, wybiórczo wzmacniają lub osłabiają jej wykonanie (rozważa). Takie ujęcie umożliwia lepsze określenie różnych czynników uczuciowych oraz ich zróżnicowanie na każdym z poziomów w systemie Bernsteina.

Waldemar Makuła

Postawy wobec wartości ciała w kulturze fizycznej

Ze względu na rosnące zainteresowania badawcze nad postawami w wychowaniu fizycznym, w pracy zawarto przegląd polskich i zagranicznych koncepcji, dotyczących postaw wobec wartości ciała w obszarze kultury fizycznej. W tym kontekście zostały również przywołane teorie postaw, sformułowane przez M. Fishbeina i I. Ajzena, F. Heidera, L. Festingera, J.W. Brehma oraz E.L. Thorndike'a. Ponadto w pracy został zaprezentowany autorski model struktury postawy prosomatycznej, traktowanej w kategoriach celu perspektywicznego wychowania fizycznego. Dalsze badania prowadzone w tym obszarze przybliżą odpowiedź, na ile założenia teoretyczne dotyczące postaw kulturze fizycznej odpowiadają rzeczywistości w tym obszarze.
