

# Postawy uczniów szkół ponadpodstawowych wobec kultury fizycznej, lekcji wychowania fizycznego i ćwiczeń

## Attitudes of secondary school students towards physical culture, physical education lessons and exercises

Eligiusz Madejski<sup>1,\*</sup>, Adrian Jaros, Roger Madejski<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie  
University of Physical Education, Krakow, Poland

### Article history:

Otrzymano/Received:  
01.07.2019 Przyjęto do druku/Ac-  
cepted: 04.07.2019  
Opublikowano/Publication date:  
Czerwiec 2019/June 2019

### Streszczenie

**Wstęp:** Kształtowanie pozytywnych postaw uczniów wobec kultury fizycznej jest najważniejszym zadaniem szkoły oraz nauczyciela wychowania fizycznego. Celem badań było określenie postaw uczniów szkół ponadpodstawowych wobec kultury fizycznej, lekcji wf i ćwiczeń.

**Materiał i metody:** Badania zostały zrealizowane w roku szkolnym 2015/2016 wśród uczniów szkół ponadpodstawowych w gminie Niepołomice. Ogółem przebadano 238 uczniów, w tym 103 dziewczęta i 135 chłopców. Podstawową metodą badawczą był sondaż diagnostyczny, a narzędziem Kwestionariusz do badania postaw młodzieży wobec kultury fizycznej autorstwa S. Strzyżewskiego.

**Wyniki:** Badania wykazały przeciętny poziom postaw uczniów wobec kultury fizycznej. Większość uczniów (61,4%) uczestniczyłaby w lekcjach wychowania fizycznego, nawet wtedy, gdyby były nieobowiązkowe. Duża grupa badanych (50,4%) uważa, że należałoby jeszcze zwiększyć liczbę godzin wychowania fizycznego w szkole. Chłopców częściej niż dziewczętom, ćwiczenia fizyczne sprawiały przyjemność. Czuli też większą potrzebę gry w piłkę.

**Wnioski:** Postawy uczniów wobec kultury fizycznej, lekcji wf i ćwiczeń ruchowych były zadowalające. Płeć badanych różnicowała uzyskane wyniki w wielu obszarach, gdzie wartości procentowe były wyższe u chłopców. Wskazane byłoby większe zaangażowanie nauczycieli wychowania fizycznego w kształtowanie u uczniów pożądanych postaw wobec kultury fizycznej.

**Słowa kluczowe:** postawy, uczniowie, kultura fizyczna, lekcja, ćwiczenia

### Wstęp

Podając za Encyklopedią pedagogiczną [1], *pod pojęciem postawy rozumie się zazwyczaj względnie trwałe ukształtowanie przekonań, emocji i uczuć oraz zachowań jednostki w odniesieniu do danego obiektu (osoby, przedmiotu, idei)*. Według Grabowskiego [2] postawa rozpatrywana jako pozytywny stosunek do własnego ciała i określana mianem prosumatycznej to *względnie trwała dyspozycja do zachowań kreacyjnych, rekreacyjnych i rehabilitacyjnych wobec ciała, na podłożu poznania ich znaczenia dla zdrowia, sprawności i urody oraz pozytywnego stosunku emocjonalnego do nich*. Zdaniem Makuły [3] na pozytywny obraz postawy prosumatycznej powinno składać się zrozumienie przez ucznia powodów troski o ciało (czynnik poznawczy), wyrażanie chęci troski o ciało (czynnik emocjonalny) i świadome podejmowanie decyzji o jej realizacji m.in. poprzez udział w aktywności fizycznej (czynnik działaniowy).

Kształtowanie pozytywnych postaw prosumatycznych powinno być priorytetowym celem wychowania fizycznego. W szkole za ten obszar działalności odpowiedzialny jest nauczyciel, który ma motywować uczniów do aktywności fizycznej poprzez zainteresowanie różnymi formami ruchu, dążyć do tego, aby jego wychowankowie chcieli brać aktywny udział nie tylko w lekcjach wychowania fizycznego, ale i zajęciach pozalekcyjnych. Chcąc zachęcić uczniów do aktywności fizycznej, należy tak dobierać treści programowe oraz ćwiczenia, aby sprawiały uczniom przyjemność i spełniały ich oczekiwania. O ile efekty kształcenia są wymierne i widoczne po zakończeniu procesu dydaktycznego, to efekty wychowania można dostrzec dopiero po wielu latach.

Celem badań było określenie postaw uczniów szkół ponadpodstawowych wobec szeroko rozumianej kultury fizycznej, lekcji wf i ćwiczeń.

Wyniki przeprowadzonych badań miały być odpowiedzią na następujące pytania:

\* Adres do korespondencji/Address for correspondence:  
e.madejski@op.pl

1. Jak kształtuje się postawa badanych wobec kultury fizycznej w ujęciu globalnym oraz w zakresie poszczególnych komponentów?
2. Jaka jest postawa uczniów w stosunku do lekcji wychowania fizycznego oraz ćwiczeń ruchowych?
3. Czy płeć różnicuje postawy badanych w poszczególnych jej obszarach?

## Materiał i metody

Badania zostały zrealizowane w roku szkolnym 2015/2016 wśród uczniów szkół ponadpodstawowych w gminie Niepołomice. Na udział uczniów w badaniach uzyskano wymagane zgody. Ogółem przebadano 238 uczniów, w tym 103 dziewczęta i 135 chłopców.

Podstawową metodą badawczą był sondaż diagnostyczny, a narzędziem *Kwestionariusz do badania postaw młodzieży wobec kultury fizycznej* autorstwa S. Strzyżewskiego [4]. Kwestionariusz zawierał 67 pytań. Uczniowie mieli do wyboru pięć możliwych odpowiedzi. Z ogółu pytań, 47 było punktowanych według klucza: 4 pkt. – zdecydowanie tak, 3 pkt. – tak, 2 pkt. – nie wiem, 1 pkt. – nie, 0 pkt. – zdecydowanie nie. Natomiast 20 pytań punktowanych było odwrotnie od 0 do 4 pkt. Kwestionariusz uwzględniał trzy komponenty. Komponent poznawczy – KP (26 pytań), komponent emocjonalny – KE (21 pytań) i komponent behawioralny – KB (20 pytań).

Wskaźnik globalny postawy i poszczególne komponenty ob-

$$\text{Wskaźnik KP} = \frac{\text{suma punktów}}{26}$$

$$\text{Wskaźnik KE} = \frac{\text{suma punktów}}{21}$$

$$\text{Wskaźnik KB} = \frac{\text{suma punktów}}{20}$$

$$\text{Wskaźnik globalny postawy} = \frac{\text{suma punktów KP} + \text{KE} + \text{KB}}{67}$$

liczono według następujących wzorów:

## Wyniki

Analiza wyników badań wykazała zróżnicowanie średnich wartości wskaźników postaw uczniów i uczennic wobec szeroko rozumianej kultury fizycznej. Średnia wartość wskaźnika globalnego wyniosła 2,40. Najwyższą średnią wartość (2,60) odnotowano w przypadku wskaźnika komponentu poznawcze-

go, a najniższą (2,23) osiągnął wskaźnik komponentu behawioralnego (Tab. 1).

Średnie wartości w poszczególnych komponentach były wyższe u chłopców niż u dziewcząt. Największa różnica między płciową dotyczyła wskaźnika komponentu behawioralnego i globalnego (Tab. 2).

Cztery pytania kwestionariusza (9, 10, 11, 65) związane były z postawami uczniów wobec lekcji wychowania fizycznego. Większość uczniów (61,4%) uczestniczyłaby w lekcjach wychowania fizycznego, nawet wtedy, gdyby były nieobowiązkowe. Jednak co piąty uczeń nie byłby tym zainteresowany. Dla ponad połowy badanych (56,4%) lekcje wf w których brali udział były ciekawe, a prawie 60% odczuwało zadowolenie. Około 2/3 uczniów potwierdziło, że jeżeli byłoby zdrowi to zawsze uczestniczyliby w lekcjach wychowania fizycznego (Tab. 3).

Udział w nieobowiązkowych zajęciach wf zadeklarowało znacznie więcej chłopców (65,9%) niż dziewcząt (55,3%). Okazało się, że dziewczęta częściej też nudzą się na lekcjach wychowania fizycznego. Wyraźne różnice między płciowe odnotowano w odpowiedziach na pytania dotyczące zadowolenia z udziału w lekcji. Większość chłopców (67,4%) odczuwało pozytywne emocje z uczestnictwa w lekcjach wf, a jeszcze większy odsetek (75,5%) chciałby w nich brać udział jeżeli stan zdrowia by im na to pozwalał (Tab. 4).

Kwestionariusz S. Strzyżewskiego zawierał także pytania (5, 14, 41, 46, 63, 64, 67), które bezpośrednio dotyczyły postaw dziewcząt i chłopców wobec ćwiczeń fizycznych. Jak wynika z badań, 72,7% uczniów ćwiczących w czasie lekcji wf odczuwało satysfakcję, pomimo iż proponowane przez nauczyciela ćwiczenia były dla nich męczące. Poza tym większość uczniów (76,1%) stwierdziło, że samo wykonywanie ćwiczeń fizycznych sprawia im przyjemność. Pozytywne było również to, że połowa badanej populacji (50,4%) widząc piłkę chce nią grać, a dla porównywalnej grupy uczniów (55,6%) nie liczy się wynik lecz zadowolenie z udziału w grze. Dość duża grupa badanych (50,4%) uważa, że należałoby zwiększyć liczbę godzin wychowania fizycznego, a jeszcze większy odsetek (58,4%) byłby z tego faktu zadowolony (Tab. 5).

Analiza wyników wykazała, że płeć badanych wyraźnie różnicowała ich postawy wobec ćwiczeń fizycznych. Chłopców częściej niż dziewczętom, ćwiczenia fizyczne sprawiały przyjemność. Czuli też większą potrzebę gry w piłkę, ale dla tej grupy badanych ważniejszy był jednak wynik gry. Postulowałiby również o zwiększenie liczby godzin wychowania fizycznego. Z kolei dziewczęta były mniej znudzone ćwiczeniami ruchowymi, a uczestnictwo w grze traktowały jako przyjemność (Tab. 6).

**Tabela 1.**

Wartości wskaźników postaw badanych wobec kultury fizycznej

Przedziały klasowe		KP		KE		KB		WG	
		N	%	N	%	N	%	N	%
1	0,5-0,75	0	0,0	1	0,4	1	0,4	0	0,0
2	0,75-1	0	0,0	1	0,4	2	0,8	1	0,4
3	1-1,25	2	0,8	5	2,1	4	1,7	3	1,3
4	1,25-1,5	2	0,8	5	2,1	14	5,9	4	1,7
5	1,5-1,75	4	1,7	12	5,0	21	8,8	8	3,4
6	1,75-2	7	2,9	28	11,8	31	13,0	17	7,1
7	2-2,25	26	10,9	52	21,8	40	16,8	46	19,3
8	2,25-2,5	45	19,0	53	22,3	51	21,5	68	28,6
9	2,5-2,75	72	30,3	33	14,0	35	14,7	39	16,4
10	2,75-3	43	18,1	27	11,3	21	8,8	31	13,0
11	3-3,25	20	8,4	19	8,0	9	3,8	15	6,3
12	3,25-3,5	10	4,2	2	0,8	5	2,1	6	2,5
13	3,5-3,75	7	2,9	0	0,0	4	1,7	0	0,0
<b>Ogółem</b>		<b>238</b>	<b>100</b>	<b>238</b>	<b>100</b>	<b>238</b>	<b>100</b>	<b>238</b>	<b>100</b>
Maksymalna wartość		3,69		3,38		3,70		3,48	
Minimalna wartość		1,19		0,52		0,55		0,85	
<b>Średnia</b>		<b>2,60</b>		<b>2,32</b>		<b>2,23</b>		<b>2,40</b>	
Odchylenie standardowe		0,43		0,48		0,54		0,43	
Mediana		2,62		2,33		2,25		2,42	
Modalna		2,69		2,33		2,40		2,46	

**Tabela 2.**

Zestawienie średnich wartości postaw badanych wobec kultury fizycznej z podziałem na płeć

Płeć	Wskaźniki postaw wobec kultury fizycznej			
	KP	KE	KB	WG
Dziewczeta	2,52	2,22	2,08	2,29
Chłopcy	2,67	2,39	2,35	2,49

**Tabela 3.**

Postawy badanych wobec lekcji wychowania fizycznego

Pytania	Kategorie odpowiedzi									
	Zdecydowanie tak		Tak		Nie wiem		Nie		Zdecydowanie nie	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Pytanie 9	65	27,4	81	34,0	44	18,5	22	9,2	26	10,9
Pytanie 10	26	10,8	39	16,4	39	16,4	77	32,4	57	24,0
Pytanie 11	41	17,2	101	42,4	49	20,6	28	11,8	19	8,0
Pytanie 65	84	35,3	81	34,0	17	7,1	42	17,7	14	5,9

Legenda:

Pytanie 9: Czy uczestniczyłbyś(abys) w lekcjach wf, gdyby nie były one obowiązkowe?

Pytanie 10: Czy lekcje wf Cię nudzą?

Pytanie 11: Czy odczuwasz zadowolenie, gdy bierzesz udział w lekcji wf?

Pytanie 65: Czy gdy jesteś zdrowy zawsze uczestniczysz w lekcjach wf?

**Tabela 4.**

Postawy badanych wobec lekcji wychowania fizycznego w zależności od płci

Płeć	Pytania	Kategorie odpowiedzi									
		Zdecydowanie tak		Tak		Nie wiem		Nie		Zdecydowanie nie	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Dziewczeta	Pytanie 9	16	15,5	41	39,8	23	22,3	13	12,6	10	9,7
	Pytanie 10	14	13,6	23	22,3	18	17,5	31	30,1	17	16,5
	Pytanie 11	9	8,7	42	40,7	25	24,3	15	14,6	12	11,7
	Pytanie 65	26	25,2	37	35,9	7	6,8	23	22,3	10	9,7
Chłopcy	Pytanie 9	49	36,3	40	29,6	21	15,6	9	6,7	16	11,8
	Pytanie 10	12	8,9	16	11,8	21	15,6	46	34,1	40	29,6
	Pytanie 11	32	23,7	59	43,7	24	17,8	13	9,6	7	5,2
	Pytanie 65	58	43,0	44	32,5	10	7,4	19	14,1	4	3,0

Legenda:

Pytanie 9: Czy uczestniczyłbyś(abys) w lekcjach wf, gdyby nie były one obowiązkowe?

Pytanie 10: Czy lekcje wf Cię nudzą?

Pytanie 11: Czy odczuwasz zadowolenie, gdy bierzesz udział w lekcji wf?

Pytanie 65: Czy gdy jesteś zdrowy zawsze uczestniczysz w lekcjach wf?

**Tabela 5.**  
Postawy badanych wobec ćwiczeń fizycznych

Pytania	Kategorie odpowiedzi									
	Zdecydowanie tak		Tak		Nie wiem		Nie		Zdecydowanie nie	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Pytanie 5	74	31,1	99	41,6	30	12,6	10	4,2	25	10,5
Pytanie 14	16	6,7	54	21,8	48	20,2	90	37,8	30	12,6
Pytanie 41	49	20,6	71	29,8	28	11,8	68	28,6	22	9,2
Pytanie 46	18	7,6	39	16,4	49	20,6	96	40,3	36	15,1
Pytanie 63	51	21,4	69	29,0	47	19,8	70	29,4	1	0,4
Pytanie 64	71	29,8	68	28,6	43	18,1	27	11,3	29	12,2
Pytanie 67	86	36,1	100	42,0	21	8,8	15	6,3	16	6,7

Legenda:

Pytanie 5: Czy odczuwasz przyjemność podczas ćwiczeń fizycznych, pomimo, że Cię to męczy?

Pytanie 14: Czy ćwiczenia ruchowe zwykle Cię nudzą?

Pytanie 41: Czy gdy widzisz piłkę, czujesz wewnętrzną potrzebę grania nią?

Pytanie 46: Czy gdy bierzesz udział w grze, ważniejszy dla Ciebie jest wynik niż przyjemność udziału w grze?

Pytanie 63: Czy uważasz, że zwiększenie ilości godzin wf w szkole jest konieczne?

Pytanie 64: Czy byłbyś zadowolony gdyby w szkole zwiększono ilość godzin wf?

Pytanie 67: Czy ćwiczenia fizyczne sprawiają Ci przyjemność?

**Tabela 6.**  
Postawy badanych wobec ćwiczeń fizycznych w zależności od płci

Płeć	Pytania	Kategorie odpowiedzi									
		Zdecydowanie tak		Tak		Nie wiem		Nie		Zdecydowanie nie	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Dziewczeta	Pytanie 5	19	18,4	53	51,5	18	17,5	4	3,9	9	8,7
	Pytanie 14	7	6,8	14	13,6	23	22,3	40	38,8	19	18,4
	Pytanie 41	14	13,6	23	22,3	11	10,7	41	39,8	14	13,6
	Pytanie 46	4	3,9	16	15,5	21	20,4	40	38,8	22	21,4
	Pytanie 63	13	12,6	29	28,2	20	19,4	40	38,8	1	1,0
	Pytanie 64	19	18,4	30	29,1	25	24,3	15	14,6	14	13,6
	Pytanie 67	26	25,2	49	47,6	14	13,6	7	6,8	7	6,8
Chłopcy	Pytanie 5	55	40,7	46	34,1	12	8,9	6	4,4	16	11,9
	Pytanie 14	9	6,7	40	29,6	25	18,5	50	37,0	11	8,1
	Pytanie 41	35	25,9	48	35,6	17	12,6	27	20,0	8	5,9
	Pytanie 46	14	10,4	23	17,0	28	20,7	56	41,5	14	10,4
	Pytanie 63	38	28,1	40	29,7	27	20,0	30	22,2	0	0,0
	Pytanie 64	52	38,5	38	28,1	18	13,3	12	8,9	15	11,1
	Pytanie 67	60	44,4	51	37,8	7	5,2	8	5,9	9	6,7

Legenda:

Pytanie 5: Czy odczuwasz przyjemność podczas ćwiczeń fizycznych, pomimo, że Cię to męczy?

Pytanie 14: Czy ćwiczenia ruchowe zwykle Cię nudzą?

Pytanie 41: Czy gdy widzisz piłkę, czujesz wewnętrzną potrzebę grania nią?

Pytanie 46: Czy gdy bierzesz udział w grze, ważniejszy dla Ciebie jest wynik niż przyjemność udziału w grze?

Pytanie 63: Czy uważasz, że zwiększenie ilości godzin wf w szkole jest konieczne?

Pytanie 64: Czy byłbyś zadowolony gdyby w szkole zwiększono ilość godzin wf?

Pytanie 67: Czy ćwiczenia fizyczne sprawiają Ci przyjemność?

## Dyskusja

Zapewnienie wysokiego poziomu dydaktyczno-wychowawczego w wychowaniu fizycznym należy do podstawowych obowiązków szkoły i nauczycieli. Działania te mają nie tylko zaspakajać doraźne potrzeby w zakresie stymulacji fizycznego rozwoju uczniów, ale też służyć przygotowaniu ich do dbałości i troski o ciało po zakończonej edukacji [2].

Na podstawie analizy uzyskanych wyników stwierdzono, że badani uczniowie wykazali pozytywną postawę wobec kultury fizycznej, osiągając średnią wartość wskaźnika globalnego na poziomie 2,40. Najwyższą średnią wartość osiągnął komponent poznawczy, a najniższą komponent behawioralny. Identyczny układ wartości wskaźników analizowanych komponentów postaw odnotowano w badaniach K. Górnej [5]. W ujęciu globalnym chłopcy prezentowali wyższy poziom postaw wobec kultury fizycznej we wszystkich wskaźnikach w porównaniu z dziewczętami. Taką tendencję potwierdziły również badania innych autorów [5, 6].

Różnice między dziewczętami i chłopcami wystąpiły w wielu obszarach badanych postaw. Chłopcy wykazali zdecydowanie więcej pozytywnych emocji z uczestnictwa w lekcjach wychowania fizycznego. Z kolei dziewczęta na zajęciach ruchowych są bardziej znudzone. Przyczyną tego zjawiska może być nieprawidłowa organizacja lekcji oraz niedostosowanie treści programowych w grupach dziewcząt do ich zainteresowań i oczekiwań. Pozytywny wpływ zmiany organizacji zajęć ruchowych na postawy uczniów wobec kultury fizycznej wykazały badania eksperymentalne [4, 7]. Warto też zaznaczyć, że późniejsze uczestnictwo w aktywności fizycznej, zależne jest od jakości lekcji wf. [8, 9, 10]

Także postawy wobec ćwiczeń fizycznych były u chłopców bardziej pozytywne niż u dziewcząt. Słabszy poziom postaw u dziewcząt w czasie edukacji źle rokuje na późniejsze ich uczestnictwo w rekreacji ruchowej [5]. Innym źródłem przyczyn analizowanych niepowodzeń może być niedostateczna współpraca między nauczycielami a rodziną. Zależności te jak wykazały badania w istotny sposób wpływają na kształtowanie pozytywnych postaw dzieci i młodzieży wobec kultury fizycznej [11].

## Wnioski

Na podstawie wyników przeprowadzonych badań sformułowano następujące wnioski:

1. Postawy uczniów szkół ponadpodstawowych wobec kultury fizycznej w obrębie poszczególnych wskaźników były zadawalające. Najwyższe wartości odnotowano w komponencie poznawczym, a najniższe w behawioralnym.
2. Większość badanych prezentowała pozytywne postawy wobec lekcji wychowania fizycznego i ćwiczeń ruchowych.
3. Wyniki badań były zróżnicowane w zależności od płci.

Chłopcy częściej byli zadowoleni z ćwiczeń, czuli większą potrzebę gry w piłkę i postulowaliby o zwiększenie liczby godzin wychowania fizycznego. Natomiast dziewczęta były mniej znudzone ćwiczeniami ruchowymi, a uczestnictwo w grze traktowały jako przyjemność.

Wskazane byłoby systematyczne prowadzenie badań nad postawami uczniów wobec kultury fizycznej, których wyniki ułatwiłyby nauczycielowi planowanie pracy dydaktyczno-wychowawczej oraz lepsze przygotowanie uczniów do uczestnictwa w całościowej aktywności fizycznej.

## Piśmiennictwo/References

- [1] Kozłowski, W. (1993). Postawy i nastawienia. [w]: Encyklopedia pedagogiczna. Red. W. Pomykało, Fundacja Innowacja, Warszawa, 611–615.
- [2] Grabowski, H. (1999). *Teoria fizycznej edukacji*. Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa.
- [3] Makuła, W. (2003). Rola wychowania fizycznego w kształtowaniu u wychowanków całościowej troski o ciało. [w]: Szkice z teorii i metodyki wychowania fizycznego. Red. G. Kosiba. Podręczniki i skrypty, AWF Kraków, 20, 13–26.
- [4] Madejski, E. (2000). *Wpływ modernizacji szkolnego systemu wychowania fizycznego na efektywność zajęć oraz postawy uczniów wobec kultury fizycznej*. Studia i Monografie, AWF Kraków, 12.
- [5] Górna, K. (2001). *Przygotowanie młodzieży do uczestnictwa w kulturze fizycznej*. AWF, Katowice.
- [6] Koj, P. (1992). Z badań nad postawami wobec kultury fizycznej młodzieży kończącej zasadnicze szkoły zawodowe. [w]: *Efektywność kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej*. Wydawnictwo AWF, Katowice, 1–9.
- [7] Bukowiec, M. (1990). *Postulowane, założone i rzeczywiste funkcje wychowania fizycznego w przygotowaniu do uczestnictwa w kulturze fizycznej*. Wydawnictwo Monograficzne AWF Kraków, 39.
- [8] Risto, M., Ray, N. F., Stephen, S. (2018). Changes in student attitude toward physical education across a unit of instruction. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(1), 62–70.
- [9] Leisterer, S. & Jekauc, D. (2019). Students' emotional experience in physical education – a qualitative study for New theoretical insights. *Sports*, 7(10), 2–15.
- [10] Papla, M., Wojdała, G., Rasek, J., Królikowska, P., Starzak, J., Górna-Lukasik, K. (2019). Attitudes towards physical education lessons in students at different levels of education. *Journal of Education, Health and Sport*, 9(4), 301–316.
- [11] Madejski, E. (2013). *Wybrane uwarunkowania osobnicze, rodzinne i szkolne aktywności ruchowej dzieci w młodszym wieku szkolnym*. Monografie, AWF Kraków, 13.

---

## Summary

**Introduction:** Forming positive attitudes of students towards physical culture is the most important task of the school and the physical education teacher. The aim of the study was to determine the attitudes of secondary school students towards physical culture, PE lessons and exercises.

**Material and methods:** The research was conducted in the school year 2015/2016 among secondary school students in the Niepołomice commune. A total of 238 students were examined, including 103 girls and 135 boys. The basic research method was a diagnostic survey and the tool was the questionnaire to study youth attitudes towards physical culture by S. Strzyżewski.

**Results:** The research showed an average level of students' attitudes towards physical culture. Most students (61.4%) would participate in physical education lessons, even if they were optional. A large group of respondents (50.4%) believe that it would be necessary to increase the number of physical education hours at school. Boys enjoyed exercise more often than girls. They also felt a greater need to play ball games.

**Conclusions:** Students' attitudes towards physical culture, PE lessons and physical exercises were satisfying. The gender of the respondents differentiated the results in many areas where the percentages were higher in boys. It would be advisable to involve more physical education teachers in forming students' desirable attitudes towards physical culture.

**Keywords:** attitudes, students, physical culture, lesson, exercises

---