

mgr Anna Goleń-Szczeciak. Streszczenie rozprawy doktorskiej na temat:

Jazda konna w kształtowaniu zdolności koordynacyjnych studentów-podchorążych Akademii Wojsk Lądowych we Wrocławiu

Słowa kluczowe: jazda konna, koordynacja ruchowa, równowaga ciała, platforma stabilometryczna, test statyczny, test dynamiczny

Cel badań: Określenie zależności między jazdą konną a utrzymywaniem w równowadze ciała studentów-podchorążych po zrealizowaniu programu jazdy konnej.

Hipoteza: Programowa jazda konna w kształceniu studentów-podchorążych podwyższa jakość procesu utrzymywania ciała w równowadze.

Pytania badawcze:

1. Jakie wartości przyjmują zmierzone parametry oceny procesu utrzymywania równowagi ciała przed eksperymentem badawczym?
2. Jakie wartości przyjmują zmierzone parametry oceny procesu utrzymywania w równowadze ciała po zakończeniu eksperymentu badawczego?
3. Jakie są relacje między parametrami oceny procesu utrzymywania równowagi ciała przed i po zakończeniu eksperymentu?
4. Jakie są relacje między parametrami oceny procesu utrzymywania równowagi ciała przed i po zakończeniu eksperymentu z uwzględnieniem płci?

Materiał badawczy. Grupę badanych stanowiło 19 kobiet i 85 mężczyzn w przedziale wiekowym od 18 do 26 lat. Badani zostali przyjęci na pierwszy rok pięcioletnich studiów wojskowych w Akademii Wojsk Lądowych w roku akademickim 2016/2017.

Metody badawcze. Do oceny ogólnej sprawności fizycznej badanych wybrano 8 prób sprawnościowych: bieg na dystansie 50 m, bieg przedłużony na dystansie 1000 m.

Wykonano pomiar siły ścisku dłoni, próbę podciągania na drążku, bieg wahadłowy 10^x 10 m, próbę siadów z leżenia, próbę skłony dosiężnego.

Do pomiaru parametrów wychwiał ciała w pozycji stojącej zastosowano test statyczny przy oczach otwartych i zamkniętych oraz test dynamiczny. Próby oceniające sprawność fizyczną oraz testy stabilograficzne wykonano przed i po eksperymencie badawczym.

Do oceny normalności rozkładu analizowanych parametrów zastosowano test Shapiro- - Wilka. Nie stwierdzono podstaw do odrzucenia hipotezy o rozkładzie normalnym.

Do charakterystyki statystycznej wykorzystano średnią (\bar{x}), odchylenie standardowe (s) i 95% przedziały ufności.

Zróznicowanie wieku i cech somatycznych kobiet i mężczyzn obliczono za pomocą testu t-Studenta dla grup niezależnych. Ocenę zróznicowania średnich wartości wyników testów

sprawności fizycznej wykonanych tylko w grupie mężczyzn obliczono testem t-Studenta dla prób zależnych.

Parametry zmierzone w grupie mężczyzn i kobiet przed oraz po treningu jazdy konnej oceniono analizą wariancji dla powtarzanych pomiarów, a do porównań post-hoc zastosowano test N1R (najmniejsze istotne różnice).

Wyniki badań. W większości prób sprawności fizycznej zanotowano różnice istotne statystycznie przed i po zajęciach jazdy konnej. Istotność statystyczną zanotowano także w podziale badanych na płeć przed i po zajęciach jeździeckich.

W teście stabilności różnice istotne statystycznie zanotowano w wychyleniach ciała w płaszczyźnie poprzecznej (tył-przód, lewo-prawo) oraz w długości przebytej drogi przez punkt COM przed i po zajęciach jeździeckich przy oczach otwartych i oczach zamkniętych. W teście dynamicznym różnice istotnie statystycznie odnotowano jedynie w grupie mężczyzn przed i po jeździe konnej.

Wnioski:

1. Programowe zajęcia jazdy konnej dla studentów-podchorążych AWL spełniają zakładane w nich założenia.
2. Stwierdzono, że programowe zajęcia jeździeckie dla studentów - podchorążych AWL są prowadzone w optymalnym wymiarze czasowym, ponieważ wywołały oczekiwane efekty w kształtowaniu, w wybranym zakresie, dyspozycji koordynacyjnych studentów - podchorążych AWL.
3. Potwierdzeniem założeń programowych zajęć jeździeckich dla studentów - podchorążych AWL są zmiany w obrębie parametrów: wychyleń ciała w płaszczyźnie strzałkowej przy oczach zamkniętych (rzędu 13%). Należy sądzić, iż poprawa stabilności ciała przy wyłączeniu narządu wzroku wskazuje na usprawnienie działania błędniaka.
4. Skrócenie drogi COM (o 34%) powoduje, że ciało badanych w procesie utrzymywania równowagi stabilizuje się w sposób bardziej ekonomiczny: szybciej, płynniej i łagodniej.
5. Odnotowana przewaga wychyleń ciała do tyłu w płaszczyźnie strzałkowej w stosunku do wychyleń do przodu po programowych zajęciach jazdy konnej wynika z tego, że jeździec w początkowej fazie siedzenia w siodle naturalnie pochyla się do przodu.

Wrocław 30.01.2020

