
Grażyna ROCHOWIAK-KWIECIEN
Zespół Szkół Ogólnokształcących
w Grzegorzowicach

„Niewiele aktywności ludzkich
niesie ze sobą takie bogactwo treści,
jakie właśnie sport”²

Vittorio Peri

WYKORZYSTANIE ZADAŃ PRAKTYCZNYCH W NAUCZYCIELSKIM SYSTEMIE KSZTAŁCENIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Wychowanie fizyczne jest specyficznym i wyspecjalizowanym działem wychowania ogólnego, którego zadanie nie polega tylko na wyławianiu talentów sportowych i otaczaniu ich specjalną opieką, ale również, a może przede wszystkim na wychowaniu jak największej rzeszy ludzi aktywnych fizycznie, zdolnych i twórczych.

Zgodnie z najnowszymi światowymi kierunkami wiedzy o świecie i człowieku, za najważniejszy cel wychowania fizycznego należy uznać, zarówno doskonalenie ciała i funkcji psychomotorycznych wychowanka, ale również należy skoncentrować pracę szkoły, a co zatem idzie i pracę nauczycieli, na ukształtowaniu w uczniach takiego systemu wiedzy, umiejętności i nawyków, oraz postaw wobec kultury fizycznej, który w praktyce przejawiać się będzie w dążeniu i działaniu na rzecz utrzymania przez całe życie wysokiej sprawności fizycznej i zdrowia.¹

Ze względu na swoje wielorakie walory, kultura fizyczna staje się ważnym czynnikiem kształtowania zdrowia, stymulacji społecznej, a także gospodarczej. Tymczasem, jak czytamy w Narodowym Programie Zdrowia 1996/2005, zadawalający, z punktu widzenia zdrowia, poziom aktywności fizycznej cechuje: 70% dzieci 6-7 letnich, 20-30% uczniów w wieku 11-15 lat i tylko 10% dorosłych.²

Powodów niskiej aktywności biologicznej polskiego społeczeństwa należy szukać w dotychczasowej polityce prowadzonej na obszarze kultury fizycznej, a polegającej na powszechnym lansowaniu hasła uzasadniającego korzystny wpływ wyczynu sportowego na rozwój powszechnej kultury fizycznej. Sport coraz rzadziej był traktowany jako cenny środek wychowawczy, a stawał się celem samym w sobie. Igrzyska młodzieży szkolnej najmniej służyły ogółowi młodzieży, były natomiast wielowarst-

wowym sitem selekcyjnym służącym do wylławiania najlepszych. Natomiast nauczyciele zamiast wszechstronnej pracy z całą grupą, preferowali pracę z uczniami uzdolnionymi ruchowo. Na efekty nie trzeba było długo czekać. Sprawność fizyczna młodzieży nie tylko systematycznie się obniżała, ale również negatywnie wpływała na ich psychikę. Stawało się to przyczyną wielu fobii, lęków, braku pewności siebie, a nawet rozwoju różnych form patologii społecznej. W obliczu tych faktów prorocza staje się przestroga ks. Jana Bosko, który przed laty stwierdził, że „boisko martwe – diabeł żywy, boisko żywe – diabeł martwy”.

Nadzieją na zmianę tej sytuacji jest, jak się wydaje, być może wdrażana reforma systemu oświaty, a w szczególności zmiana sposobu realizacji programu nauczania, zgodnie z którą główny ciężar odpowiedzialności za wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do kształtowania zachowań afirmujących aktywność ruchową i systematyczne jej praktykowanie, spada na szkoły i placówki wychowania pozaszkolnego.

Nauczyciele wychowania fizycznego do realizacji celów mogą wykorzystywać całą gamę środków zawartych w treściach podstawy programowej wychowania fizycznego, wykorzystując równocześnie swoją kreatywną postawę.

Standardy pożądanych osiągnięć z wychowania fizycznego odnoszą się do wiedzy, umiejętności, sprawności oraz postaw uczniów. O ile realizacja działań związanych z umiejętnościami, w ramach podstawy programowej, nie budzi zbyt wielu trudności i emocji wśród nauczycieli, o tyle sposoby i formy realizacji programu związane z przekazywaniem uczniom wiadomości budzą wiele dyskusji i kontrowersji. Poniżej przedstawiam kilka konkretnych i praktycznych form realizacji zadań, wynikających ze standardów osiągnięć uczniów z zakresu wychowania fizycznego w obszarze obejmującym tę część programu, która związana jest z przekazywaniem różnych form wiadomości i kształtowaniem postaw.

1. Zadanie na „szóstkę” - „Mój sportowy idol”

Zgodnie z najnowszymi kierunkami rozwoju oceniania szkolnego nauczyciele zobowiązani są do wyznaczania zadań nie tylko na poziomie podstawowym i ponad podstawowym, ale również na poziomie wykraczającym poza poziom P i PP.

Praca polega na wykonaniu planszy, na której uczniowie powinni zaprezentować swoich ulubionych sportowców, oraz przekazać jak najwięcej wiadomości związanych z uprawianą przez ich idoli dyscypliną sportu.

Cele zadania:

Cel ogólny – kształtowanie osobowości wrażliwej na sport i rekreację, na zasady fair play w życiu i w sporcie, wymaga poznania podstawowych zasad i przepisów gier zespołowych i sportów indywidualnych. Przedmiotem postawy może być tylko to, z czym człowiek się wcześniej zetknął, jeżeli kontakt z tym czymś budzi dodatnie skojarzenia, to wyzwała on skłonność to pozytywnych zachowań wobec niego.

Cele operacyjne:

- Stworzenie odpowiedniej atmosfery do współzawodnictwa i sprawdzenia się na gruncie nie tylko sportowym.
- Stworzenie szansy uczniom mniej zdolnym ruchowo na uzyskanie jak najwyższych ocen.
- Możliwość prezentacji zainteresowań na forum szkoły.

2. Udział w konkursach szkolnych:

„SYDNEY 2000”, „OPLIMPIADA I PARAOLIMPIADA”

„Własne cele uczniów są niewątpliwie cenne, ale zgodnie z prawem heterogonii celów zainteresowania i aspiracje młodych ludzi rozwijają się w procesie kształcenia i są w większym stopniu wynikiem uczenia się niż jego ogólną wytyczną.”³

Cele zadania:

Cel ogólny – uczeń zdobywa umiejętność docenienia społecznej wartości aktywności ruchowej, spędzania wolnego czasu w gronie ludzi interesujących się sportem, rekreacją i turystyką nie tylko wśród osób zdrowych ale również wśród niepełnosprawnych.

Cele operacyjne:

- uczeń zapoznaje się z historycznymi podwalinami sportu, poznaje tradycje ruchu olimpijskiego,
- uczeń poznaje przepisy różnych form aktywności sportowej oraz zasady czystej gry na praktycznym przykładzie konkretnego widowiska sportowego
- uczeń poznaje zasady organizacji dużych widowisk sportowych
- wychowanie ucznia do roli kibica sportowego.

Przykładowe prace uczniów:

Większość prac wykonana była w formie ilustrowanych kronik przedstawiających najważniejsze wydarzenia olimpijskie, związane najczęściej z poczynaniami reprezentantów polski. Część albumów zawierała również krótkie informacje dotyczące historii ruchu olimpijskiego.*

3. Tworzenie programów profilaktycznych.

„MENS SANA IN CORPORE SANO”

Zadanie główne: A „Sportowa mapa Polski”.

Zadanie dodatkowe: B Szczegółowa charakterystyka wybranej dyscypliny sportowej.

Pytanie główne: C Czy dana dyscyplina sportu jest perspektywna?

(B, C- forma pisemna jako załącznik do pracy głównej).

1. Nazwa zadania: „Sportowa mapa Polski” .

Niniejszy temat wspiera tematycznie pierwszy krok profilaktycznego programu przeciw-alkoholowego „program 7 kroków” pod nazwą „Poszukiwanie szczęścia”.

Zadania dodatkowe (pkt. B,C) mają zwrócić dzieciom uwagę na sporty, które można wykonywać przez całe życie.

2. Cel metody, scenariusze:

„Zdrowie i pełna sprawność fizyczna są nie tylko podstawą i atrybutem szczęścia jednostki, ale również podstawą rozwoju społeczno-ekonomicznego państwa.... jak organizować sobie życie, jak działać, aby te cele osiągnąć”.¹

Celem konkursu jest przekazanie ogólnych informacji dotyczących różnorodnych form sportowych.

Wiedza ta ma uzmysłwić dzieciom, jak bogaty jest „świat sportu”, a co za tym idzie, jak różne mogą być formy spędzania wolnego czasu.

Praca może być wykonywana dowolnym sposobem, w dowolnej formie plastycznej.

Wykonawcami „Sportowej mapy Polski” może być cała klasa, albo jej część (potwierdzona przez nauczyciela, podając liczbę jej wykonawców – listę dołączyć do pracy).

W pracy mogą pomagać wychowawcy oraz inni nauczyciele przedmiotowi (geograf, polonista, plastyk, nauczyciel kultury fizycznej itd.).

Ramy konkursu ograniczone są jedynie pomysłowością i inwencją twórczą jej uczestników. Nagrodą w konkursie był ufundowany przez Wójta Gminy wyjazd na parku wodnego w Polkowicach, gdzie dzieci miały okazję poznać jeden z najnowszych polskich obiektów rekreacyjnych.

Oczekiwane efekty:

Wychowanie uczniów w trzeźwości wymaga działań wielokierunkowych i permanentnych. Ideę trzeźwości trzeba zaszcześcić młodzieży jak najszybciej, bo w niedalekiej przyszłości będzie ona kształtować obyczajowość życia rodzinnego. Propozycją konkursu w ramach „Szukania szczęścia” jest szukanie swojego miejsca w życiu poprzez sport.

Zmobilizowanie uczniów do zapoznania się z „bogactwem oferty sportu – ruchu” może wpłynąć determinująco na ich aktualne zainteresowania i przyszłe zachowania w dorosłym życiu.

Najlepszym sposobem szerzenia profilaktyki antyalkoholowej jest likwidacja nudy i beczynności.

W szeroko pojętych ramach tego konkursu zawarta jest także korelacja między przedmiotowa, która łączy treści z kultury fizycznej z innymi przedmiotami.

Prezentacja jednej z wielu prac grupowych wykonanych w ramach konkursu.

Pływanie to umiejętność poruszania się w wodzie za pomocą ruchów tułowia, ramion i nóg, bez użycia przyborów pomocniczych. Rozwój tego sportu w Europie nastąpił w końcu XIX wieku. Pierwsze zawody pływackie odbyły się w Anglii w 1877 roku, pierwsze Mistrzostwa Europy w 1890 roku. Od 1896 roku pływanie weszło do programu nowożytnych igrzysk olimpijskich. W 1908 roku powołano Międzynarodową Federację Amatorskiego Pływania (FINA), w 1920 roku powstał Polski Związek Pływacki (PZP). W pozostałych sportach stosuje się cztery style: kraul na piersiach (styl dowolny), kraul na grzbiecie (styl grzbietowy), klasyczny na piersiach (żabka) i styl motylkowy (delfin). Do programu igrzysk olimpijskich (od 1976 roku) wchodzi następujące konkurencje dla kobiet i mężczyzn: 100, 200 i 400 metrów stylem dowolnym, 100 i 200 metrów stylem grzbietowym, klasycznym i motylkowym, 400 metrów stylem zmiennym (zawodnik pokonuje kolejno odcinki 100-metrowe stylem grzbietowym, żabką, delfinem i stylem dowolnym), oraz sztafeta 4x100 metrów stylem zmiennym, ponadto dla kobiet 800 metrów i 4x100 metrów, a dla mężczyzn 1500 metrów i 4x200 metrów stylem dowolnym.

Pływać ma możliwość każdy człowiek niezależnie od wzrostu, siły, wagi, a także zdrowia, bo nawet osoby niepełnosprawne z poważnymi urazami głowy, mózgu czaszki, z niedowładami rąk, nóg mogą rehabilitować się w wodzie.

Dziecko od narodzin potrafi pływać w wodzie lepiej niż dorosły człowiek. Osoba znajdująca się w wodzie nie odczuwa przyciągania ziemskiego i może się czuć w niej swobodnie. Pływać można w każdym dozwolonym miejscu i o każdej porze pod opieką osoby dorosłej lub ratownika.

4. Portfolio ucznia z wychowania fizycznego.*

Cele ogólne – umiejętność rejestrowania własnego rozwoju fizycznego i motorycznego.

Każdy uczeń zakłada na początku pierwszego etapu edukacyjnego – zeszyt, w którym zapisuje podstawowe parametry rozwoju (wzrost i waga) wg przykładu:

	IV klasa	przyrost	V klasa	przyrost	VI klasa	przyrost
waga	30 kg	+3 kg	35 kg	+2 kg	37 kg	

oraz wyniki podstawowych prób motorycznych.

	IV klasa	przyrost	V klasa	przyrost	VI klasa	przyrost
rzut piłką lekarską	5,60	0,70 ↑	7,20	0,10 ↓	7,10	

5. Działalność uczniów związanych z kołami zainteresowań.

W trakcie pracy z uczniami często wylania się potrzeba wyodrębnienia dzieci szczególnie aktywnych i chętnych do podejmowania dodatkowych zadań.

Oto efekt pracy grupy składającej się z sześciu dziewcząt, które wzięły udział w konkursie pod hasłem „alkohol szkodzi zdrowiu”.

Cel ogólny - konkurs wspiera realizację standardu osiągnięć w zakresie mówiącym o odpowiedzialności za zdrowie własne i zdrowie innych, w tym także (w przyszłości) własnej rodziny.

Cel operacyjny: uczeń zapoznaje się z zagrożeniami jakie niesie ze sobą współczesna cywilizacja i jaki to ma wpływ na zdrowie człowieka.

Przypisy

1. Strzyżewski S., *Wychowanie fizyczne i higiena szkolna*, nr 1.
2. Biblioteczka reformy nr 26.
3. Niemierko B., *Pomiar wyników kształcenia*.

* Przykłady prac uczniów będą przedstawione na CD-romie zawierającym materiały z konferencji.