

## Jakość pracy nauczyciela a atrakcyjność lekcji wychowania fizycznego

*Kondycja wychowania fizycznego w szkołach praktycznie od zawsze stanowi temat wielu dyskusji i polemik. W obecnej sytuacji, gdy społeczeństwo – dążąc do większego dobrobytu i poprawy jakości życia – staje się coraz bardziej konsumpcyjne, wydawać by się mogło, że będzie równie precyzyjnie stawiać określone wymagania wobec szkolnego wychowania fizycznego. Systematyczne podnoszenie poziomu życia teoretycznie powinno dotyczyć również tych dziedzin, w których porusza się w swojej pracy nauczyciel tego przedmiotu. Należałoby przypuszczać, że świadomość i kompetencje szkoły, rodziców, uczniów czy środowiska lokalnego będą jednym z bodźców do wzmocnienia roli wychowania fizycznego w hierarchii przedmiotów szkolnych.*

Czy tak jest w istocie? Przed nauczycielem wychowania fizycznego pojawiają się coraz to nowe wyzwania, którym musi sprostać. Należy pamiętać, że nauczanie jest długim procesem oraz że okoliczności, w jakich przebiega, nie są ani niezmiennie, ani przewidywalne. To właśnie od nauczyciela zależy, czy będzie potrafił dostrzec i dostosować swoje metody pracy do zmieniającej się rzeczywistości.

Większość nauczycieli wychowania fizycznego z całą pewnością zdaje sobie doskonale sprawę, że czasy, w których na osiedlu tylko nieliczni byli posiadaczami piłki, już

dawno minęły. Wtedy dla większości dzieci to właśnie lekcje wychowania fizycznego były jedyną możliwością kontaktu z piłką do piłki ręcznej, nożnej, siatkowej, koszykowej czy też założenia koszulki z numerem, by zagrać w reprezentacji szkoły. Nauczyciel był w komfortowej sytuacji, ponieważ sama możliwość korzystania z przyborów i przyrządów stanowiła o wysokiej atrakcyjności lekcji. Może to właśnie stąd wzięło się słynne już określenie „zajęcia na macie”?

W obecnej rzeczywistości uczniowie nie rzadko są posiadaczami sprzętu sportowego wyższej jakości od tego, którym dysponuje

szkoła. Dlatego też kluczowe są jakość prowadzonych zajęć oraz stosowane przez nauczyciela metody i formy prowadzenia lekcji – to one świadczą o atrakcyjności jej przebiegu. Potrzebą nie jest już możliwość korzystania z dostępnych w szkole przyborów, ale nabranie umiejętności używania ich w sposób jak najbardziej efektywny i ciekawy, a to stanowi dla współczesnych uczniów największy problem.

Wielu nauczycieli zwraca uwagę na fakt, że coraz częściej pojawia się konieczność nauczania czynności ruchowych, które do niedawna większość dzieci rozpoczynających ▶

### Wspieranie dziecka z nadwagą i otyłością w społeczności szkolnej

Praca zbiorowa pod redakcją  
Anny Oblacińskiej  
Warszawa: ORE, 2013

Polecamy poradnik dla dyrektorów szkół, nauczycieli, pielęgniarek szkolnych i rodziców *Wspieranie dziecka z nadwagą i otyłością w społeczności szkolnej*. Publikacja obejmuje zagadnienia pracy z dzieckiem na terenie szkoły, współpracy z rodzicami oraz problematykę nowoczesnej edukacji zdrowotnej, polegającej na stosowaniu aktywizujących metod na zajęciach warsztatowych. Mamy nadzieję, że poradnik będzie pomocny i zainspiruje Państwa do rozszerzenia w codziennej pracy działań na rzecz uczniów z problemem nadwagi i otyłości. ▶

► naukę w szkole miała już opanowane. Proste – wydawałoby się: elementarne – umiejętności ruchowe stanowią dla wielu z nich duże wyzwanie, któremu wcale nie tak łatwo sprostać. Zmieniający się styl życia niewątpliwie powinien mieć istotne znaczenie w funkcjonowaniu szkoły, a w związku z tym nauczyciele wychowania fizycznego powinni szukać takich rozwiązań, aby w jak największym stopniu sprostać oczekiwaniom i potrzebom społecznym.

Obowiązująca już na wszystkich etapach edukacyjnych tzw. nowa podstawa programowa jest często przyjmowana w środowisku nauczycieli wychowania fizycznego nieufnie i dość niechętnie. Jak wiadomo, wszystkie nowości i zmiany na początku spotykają się najczęściej z dużym oporem i dystansem. Obawa przed zaburzeniem dotychczas obowiązującego porządku stanowi dużą barierę dla wprowadzanych zmian, lecz szkoła musi się zmieniać, aby nie funkcjonować dla samej siebie. Warto dokładnie przeanalizować, jakie nowe możliwości daje obowiązująca podstawa programowa i jak ją najlepiej wykorzystać do podniesienia jakości i atrakcyjności wychowania fizycznego – tym bardziej, że zmiany stały się faktem.

Kluczową zmianą, która daje największą możliwość działań szkole i nauczycielowi

wychowania fizycznego, jest swoboda w wyborze struktury organizacyjnej tych zajęć. W zależności od wielu czynników warunkujących sposób pracy z uczniami, prowadzący ma możliwość takiej organizacji zajęć, która pozwoli wyjść naprzeciw oczekiwaniom i uczniów, i nauczycieli. Warianty organizacji, jakie w tym zakresie stwarza podstawa programowa, pozwalają na bardzo dużą swobodę w budowaniu strategii pracy, a jednocześnie wymagają od nauczyciela dogłębnej analizy potrzeb uczniów, oczekiwań środowiska i własnych umiejętności.

Drugą kluczową sprawą jest wykorzystanie najlepszego spośród dostępnych wariantu realizowanego programu nauczania. Jak wiadomo, nauczyciel może sam napisać program, przyjąć program stworzony przez innego autora bądź też go zmodyfikować. Dlatego niezwykle istotne jest rzetelne i przemyślane zaplanowanie pracy przez nauczyciela wychowania fizycznego.

Spośród wszystkich etapów planowania, w kontekście podniesienia atrakcyjności i prestiżu lekcji, na pierwszy plan wysuwa się właściwa diagnoza, która jest kluczem do sukcesu realizowanych zadań i przedsięwzięć w ramach prowadzonych zajęć. Zarówno w przypadku wyboru struktury wychowania fizycznego oraz programu na-

uczania, jak i tworzenia planów nauczania należy w jak najszerszym zakresie znać potrzeby i możliwości wszystkich mających wpływ na przebieg tego procesu.

Bardzo istotnym obszarem, który trzeba dokładnie poznać, są potrzeby, możliwości i zainteresowania uczniów. Każda szkoła, poprzez lata funkcjonowania i za sprawą pracujących w niej nauczycieli wychowania fizycznego, wypracowała swój sposób pracy z uczniami – wpłynęli na niego wszyscy nauczyciele, którzy kiedykolwiek w niej uczyli. Z całą pewnością raz ukształtowane metody pracy nie powinny pozostawać niezmiennie w obliczu zmieniającego się świata, a w związku z tym zmieniających się postaw i oczekiwań dzieci uczęszczających do szkoły. Wiąże się z tym konieczność diagnozy potrzeb, którą powinna przeprowadzić szkoła dbająca o dobrą jakość pracy.

Również tradycje sportowe szkoły i środowiska mają niebagatelne znaczenie i stanowią nierozdzielny i integralny całość w płaszczyźnie współpracy pomiędzy nimi. W związku z tym należy kultywować zakorzenione w lokalnej społeczności naturalne predyspozycje i skłonności do podejmowania aktywności fizycznej w preferowanym obszarze. Zapewnia to dobrą współpracę szkoły z rodzicami, którzy chętniej będą



Serdecznie zachęcamy szkoły zainteresowane bezpłatnym otrzymaniem ww. poradnika w wersji drukowanej do zgłaszania zapotrzebowania drogą elektroniczną na adres: [valentina.todorowska@ore.edu.pl](mailto:valentina.todorowska@ore.edu.pl) lub [bozena.jodczyk@ore.edu.pl](mailto:bozena.jodczyk@ore.edu.pl)

[Publikacja do pobrania](#)

▶ wspierać działania nauczycieli związane z kulturą fizyczną i motywować swoje dzieci do aktywnego w nich uczestnictwa. Nie oznacza to jednak, że należy rezygnować z nowych pomysłów, ponieważ to co dziś jest nowe, jutro może stać się tradycją.

W zaleceniach do realizacji podstawy programowej wychowania fizycznego bardzo mocno podkreślana jest konieczność realizacji jak największej liczby lekcji na świeżym powietrzu, dlatego też niebagatelne znaczenie mają warunki terenowe najbliższej okolicy. Większość z dostępnych programów nauczania dedykowana jest dla szkół dysponujących klasyczną infrastrukturą. Jednak nauczyciele, decydując się na inną strukturę niż 4+0 (czyli wszystkie lekcje wychowania fizycznego prowadzone w systemie klasowo-lekcyjnym), powinni uwzględnić to, czym dysponują poza budynkiem szkoły. Oczywisty i niepodważalny jest fakt, że inną ofertę może zaproponować szkoła funkcjonująca w terenie górskim, a inną nad morzem, innymi możliwościami dysponuje szkoła ulokowana w mieście, a innymi mieszcząca się w środowisku wiejskim. Dlatego, tworząc taką ofertę, warto rozejrzeć się dookoła i wykazać się pomysłowością i kreatywnością, co z całą pewnością wpłynie na atrakcyjność proponowanych zajęć.

Bezspornie kluczowymi aspektami planowania pracy są baza sportowa szkoły i środowiska oraz jej wyposażenie, mające niebagatelny wpływ na wachlarz możliwości realizacji lekcji wychowania fizycznego. Choć w ostatnich latach można zaobserwować znaczną poprawę w zakresie wyposażenia szkół, także w sprzęt sportowy, to jednak zróżnicowanie pomiędzy szkołami i ich możliwościami w realizowaniu podstawy programowej jest nadal duże. Proponując określony rodzaj zajęć, należy dokładnie przemyśleć, czy w perspektywie czasu będzie w pełni możliwe zrealizowanie jego założeń oraz czy pomysły na sposoby realizacji zadań faktycznie zachęcą uczniów do aktywności i kreatywności.

Kolejnym równie niezwykle istotnym aspektem, jeżeli chodzi o zaplanowanie procesu nauczania wychowania fizycznego, są kwalifikacje nauczycieli, którzy mają go realizować. Wiadomo, że każdy z prowadzących zajęcia, pomimo pełnego przygotowania do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego na wszystkich jego płaszczyznach, zawsze będzie chętniej skłaniał się ku tym dziedzinom, w których czuje się najlepiej. Indywidualne preferencje odgrywają zasadniczą rolę w doborze metod i form pracy proponowanych uczniom. Aby lekcje wychowania fizycznego były atrakcyjne, powinny nie tyl-

ko odzwierciedlać zainteresowania uczniów, lecz także kwalifikacje i umiejętności nauczycieli. Podopieczni, widząc pełne zaangażowanie prowadzącego, sami bardziej angażują się w pracę na lekcji i poza nią.

Konieczne jest również zdiagnozowanie grup, z którymi nauczyciel wychowania fizycznego rozpoczyna pracę. W planach pracy bezwarunkowo należy uwzględnić lekcje o charakterze pozwalającym na, w miarę możliwości, jak najszersze i dokładne poznanie uczniów tworzących jedną grupę ćwiczeniową na lekcji. Trzeba wystrzegać się jednakowego postępowania z klasami, w których prowadzimy zajęcia. Jak każdy nauczyciel wie doskonale, poziom umiejętności, wiadomości czy motywacji do udziału w zajęciach bywa bardzo zróżnicowany. Dlatego też to co jest ciekawe i atrakcyjne dla jednych, dla innych może być zupełnie nieinteresujące, a rolą nauczyciela jest takie dobieranie metod i form pracy, aby wszystkie założone cele zostały zrealizowane. Wydaje się, że znakomitym narzędziem do takiej diagnozy są lekcje, na których wykorzystywane są gry i zabawy ruchowe.

Taka forma ruchowa daje możliwość obserwacji wychowanków w różnych sytuacjach, dzięki czemu nauczyciel może nie tylko określić możliwości ruchowe uczniów (różne ▶

**KONKURS 2014!**

**Młodzi dla Wolności**

**2014! Młodzi dla Wolności – konkurs trwa!**

W związku dużym zainteresowaniem konkursem przedłużamy do 20 grudnia 2013 r. termin przyjmowania zgłoszeń. Wszystkich zainteresowanych zapraszamy do rejestrowania się poprzez [stronę internetową](#). Do stu pierwszych uczestników Kancelaria Prezydenta prześle broszurę Ośrodka KARTA 1989. Koniec systemu.

[Więcej informacji](#)

▶ w zależności od proponowanych gier i zabaw), lecz także – przede wszystkim – doskonale ukazać indywidualne cechy charakteru. Atrakcyjność tego typu lekcji wyzwala w uczniach naturalną swobodę i poczucie bezpieczeństwa, ponieważ nie wymaga się od nich znajomości ściśle określonych reguł i specjalistycznych umiejętności technicznych, dzięki czemu każdy z nich jest w stanie odnaleźć w nich miejsce dla siebie. Dzięki naturalności i swobodzie działania uczniów prowadzący poprzez obserwacje może określić, kto w klasie ma cechy przywódcze, kto chętnie współpracuje w grupie, kto jest kreatywny i pomysłowy, kto przyjmuje pozycję bardziej wycofaną itd.

Mając taką wiedzę, nauczyciel ma możliwość zaplanowania pracy w taki sposób, aby jak najlepiej wykorzystać potencjał grupy. Ze względu na specyfikę przedmiotu, jakim jest wychowanie fizyczne, nauczyciel ma największą możliwość poznania ucznia jako indywidualności, ale także łatwiej niż inni pedagodzy może zaobserwować podział na grupy nieformalne wewnątrz klasy czy też rywalizację na różnych płaszczyznach pomiędzy nimi.

Właściwa diagnoza ważna jest nie tylko w szkole podstawowej, lecz także – może szczególnie – na poziomie gimnazjum czy

szkoły ponadgimnazjalnej. Na tych właśnie poziomach edukacyjnych spotykają się uczniowie z różnych szkół, często z różnych miejscowości, gdzie pracowano przy pomocy różnych programów, inne były tradycje szkoły czy też oczekiwania środowiska lokalnego. Konieczność poznania potrzeb, umiejętności, wiadomości i oczekiwań uczniów stanowi dla prowadzącego lekcje kluczowy element w jego pracy. Dlatego też właściwe przygotowanie nauczyciela i postawienie możliwie najdokładniejszej diagnozy przed przystąpieniem do realizacji zamierzonych celów staje się czynnikiem, bez którego nie można mówić o dobrej jakości wychowania fizycznego.

Często niedocenianym elementem w procesie planowania pracy jest ewaluacja, która w pewien sposób pozwala zweryfikować jakość pracy nauczyciela. Ze względu na to, że efekty nauczania tego przedmiotu nie podlegają sprawdzaniu w jakichkolwiek egzaminach zewnętrznych, nauczyciele wychowania fizycznego nie otrzymują praktycznie żadnych informacji zwrotnych o osiągniętych wynikach swojej pracy. Czasami może to być przyczyną braku chęci do dokonywania zmian w metodach pracy. Jednak rzetelnie pracujący pedagodzy z całą pewnością będą chcieli wiedzieć, w jaki sposób ich działania na rzecz rozwoju ucznia są

odbierane przez wychowanków, ich rodziców i środowisko lokalne oraz czy stosowane formy i metody pracy są zgodne z ich oczekiwaniami i wreszcie – czy przynoszą oczekiwane efekty.

Dlatego też należy zadbać o to, aby taką wiedzę posiadać. Ewaluacja pozwala na korygowanie nieprzewidzianych okoliczności oraz daje możliwość dokonywania zmian w trakcie bieżącej realizacji. Do form ewaluacji pojedynczej lekcji należą przede wszystkim obserwacje czy zachęcanie uczniów do krótkich wypowiedzi w części końcowej zajęć. Jest to szybka informacja zwrotna dla nauczyciela, dzięki której może on bezpośrednio po zakończeniu założonych działań ocenić ich skuteczność. Wiadomo, że takie sposoby ewaluacji są najmniej czasochłonne, jednak nie zawsze są do końca wiarygodne. Uczniowie mogą obawiać się swobodnie i szczerze wypowiadać na forum grupy, jak i przed samym nauczycielem.

Warto więc poświęcić trochę więcej czasu i przygotować proste karty ewaluacji, które pozwolą uczestnikom wypowiedzieć się anonimowo. Oczywiście powinny one być nieskomplikowane i szybkie do wypełnienia, a jednocześnie łatwe do interpretacji. W zależności od tego, jakie informacje zwrotne chcemy otrzymać, może to być ▶



### Wychowanie fizyczne w szkole

Poradnik dla nauczyciela

*Mariusz Berczyński*  
Warszawa: ORE, 2012

Zapraszamy do lektury nowej publikacji ORE *Wychowanie fizyczne w szkole. Poradnik dla nauczyciela*. Jednym z tematów omówionych w poradniku są zagadnienia dotyczące bezpiecznej aktywności fizycznej.

Książka powstała w ramach projektu „Wdrożenie podstawy programowej kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół, ze szczególnym uwzględnieniem II i IV etapu edukacyjnego”.

[Publikacja do pobrania](#)

► forma emotikonów (określenia nastroju), skali (określenie stopnia trudności) czy też krótka pisemna wypowiedź. Bardzo często informacje otrzymane od uczniów bywają dla nauczyciela zaskakujące, gdyż sposób myślenia i postrzegania określonych sytuacji przez dzieci bywa zgoła odmienny od przypuszczeń dorosłych (np. pytając o przyczyny słabszego zaangażowania uczniów w zajęcia z koszykówki, możemy się dowiedzieć, że nie było ono spowodowane złym doborem metod, lecz tym, że koleżanka miała fajniejszy kolor piłki lub uczeń nie lubił kolegi, z którym ćwiczył w parze).

Przeprowadzenie ewaluacji po określonym cyklu również jest czynnością wartą uwagi. Jednak w tym przypadku należałoby się zastanowić nad momentem jej przeprowadzenia. Zazwyczaj, zamykając pewien ciąg czynności, nauczyciel przeprowadza sprawdzian stopnia ich opanowania przez uczniów.

Należałoby się zastanowić, czy nie byłoby zasadne dokonanie takiej ewaluacji odpowiednio wcześniej – zanim uczniowie przystąpią do realizacji zadania. Da to możliwość skorygowania działań, powtórzenia elementów sprawiających największe trudności, dzięki czemu uczeń, przystępując do sprawdzianu, z całą pewnością będzie się

czuł bardziej pewnie, a nauczyciel otrzyma materiał do wyciągnięcia wniosków na przyszłość.

Niezbędne jest również dokonanie ewaluacji po zakończeniu określonego etapu cyklu kształcenia. Aby uzyskać pełen obraz, należy przeprowadzić ją na kilku płaszczyznach. Warto zapytać nauczycieli wychowania fizycznego o ich odczucia dotyczące realizacji założonych celów, oczekiwanych i uzyskanych efektów kształcenia, wychowania, słuszności wyboru programy nauczania itp. (oczywiście w przypadku kilku nauczycieli uczących w danej szkole).

Nie można również zapominać, że rodzice dzieci również powinni być zaangażowani w pracę szkoły, a ich obserwacje mogą pomóc nauczycielowi w podniesieniu atrakcyjności szkolnego wychowania fizycznego. Szczególnie na poziomie szkoły podstawowej są oni mocno zaangażowani w życie szkolne ich dzieci, dlatego warto dokonać ewaluacji także w obszarze tej grupy. W domu uczniowie często i chętnie opowiadają o swoich sukcesach, niepowodzeniach, obawach czy oczekiwaniach w stosunku do lekcji wychowania fizycznego, tym bardziej, że są to najczęściej jedne z najbardziej lubianych zajęć w szkole. Informacja od rodziców może znacząco wpłynąć na dobór metod

i form pracy, organizacji zajęć czy też sposób prowadzenia lekcji.

„Ewaluacja polega przede wszystkim na dobrym zaprojektowaniu i przeprowadzeniu badań. Badania ewaluacyjne to systematyczny, metodologiczny proces zbierania informacji, które pozwalają na sformułowanie wniosków o jakości ewaluowanych obiektów i efektywności działań. Także analizują sposób realizacji programu oraz jego funkcjonowanie. Ewaluacja daje możliwość poznania przyczyn sukcesów i porażek prowadzonych działań. Pozwala dostrzec i ocenić, co w programach jest najlepsze oraz sformułować wnioski dla realizatorów, doskonalące działania w przyszłości” (Haratym 2003).

Nauczyciele nie powinni obawiać się tego typu działań, ponieważ wiadomo, że nigdy – z różnych przyczyn – nie można sprostać oczekiwaniom wszystkich zainteresowanych. Jednakże wiedza o poziomie oczekiwań, niedoskonałości czy zadowolenia pozwoli na ciągłe podnoszenie jakości pracy, dzięki czemu uczeń będzie chętniej uczestniczył w lekcjach wychowania fizycznego, a nauczyciel zdobędzie nowe doświadczenia pozwalające na wychodzenie naprzeciw potrzebom zmieniającej się rzeczywistości szkolnej. ►



► Podsumowując: jakość i atrakcyjność szkolnego wychowania fizycznego zależą przede wszystkim od rzetelności pracy nauczyciela. Jego zaangażowanie, przygotowanie, a zwłaszcza osobowość mają kluczowe znaczenie w kształtowaniu podopiecznych. Otwartość na ich problemy i obawy oraz

zrozumienie potrzeb i oczekiwań pozwolą zbudować płaszczyznę do współpracy w relacji nauczyciel–uczeń. I to wydaje się największą sztuką w pracy pedagoga. Najlepszym przykładem jest odpowiedź jednego z wybitnych sportowców na pytanie, czy po zakończeniu kariery zostanie trenerem:

„Nie mogę być trenerem, ponieważ nie rozumiem osób, którym trudność sprawia to, co mi przychodzi z tak wielką łatwością”.

**Mariusz Berczyński**



**Mariusz Berczyński**

Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Gdańsku, nauczyciel dyplomowany.

Doradca metodyczny ds. wychowania fizycznego w Samorządowym Centrum Doradztwa Doskonalenia Nauczycieli w Siedlcach.

Nauczyciel ZSP nr 2 w Siedlcach.

Instruktor odnowy biologicznej, piłki nożnej, piłki ręcznej, siatkówki i koszykówki.

### Bibliografia

Berczyński M., (2012), *Wychowanie fizyczne w szkole. Poradnik dla nauczyciela*, Warszawa: ORE. | Berczyński M., *Aspekty pracy nauczyciela wychowania fizycznego. II etap edukacyjny* (w przygotowaniu). | Haratym B., (2003), *Ewaluacja w wychowaniu fizycznym*, Legnica (dostęp dn. 25.11.2013). | Kruszewski K., (1994), *Sztuka nauczania. Czynności nauczyciela*, Warszawa: PWN. | Ministerstwo Edukacji Narodowej, (2009), *Podstawa programowa z komentarzami. Wychowanie fizyczne i edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej, gimnazjum i liceum*, t. 8, Warszawa: MEN. | Osiński W., (2009), *Osiągnięcia czy zdrowie i styl życia*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne”, nr 5. | Strzyżewski S., (1986), *Proces wychowania w kulturze fizycznej*, Warszawa: WSiP. | Sulisz S., Romanowska A., (2006), *Planowanie lekcji wychowania fizycznego*, Płock: Wydawnictwo Korepetytor. | Śleboda R., Król-Zielińska M., (2007), *Trudne sytuacje – sposoby motywowania dzieci na zajęciach ruchowych*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne”, nr 12.

## Rok Szkoły w Ruchu

Jednym z priorytetowych zadań Ministerstwa Edukacji Narodowej w zakresie dbałości o bezpieczeństwo i zdrowie uczniów jest rozwój i upowszechnianie aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży szkolnej.

„Aktywność fizyczna, w tym regularne uprawianie sportu, w połączeniu ze zdrowym żywieniem, jest warunkiem zachowania i wzmocnienia zdrowia na wszystkich etapach życia człowieka” – powiedział Tadeusz Sławecki, sekretarz stanu w Ministerstwie Edukacji Narodowej, otwierając spotkanie inauguracyjne Rok Szkoły w Ruchu.

W ramach podejmowanych działań na rzecz Roku Szkoły w Ruchu MEN chce zwrócić uwagę m.in. na:

- uświadomienie uczniom, że ruch to nie tylko obowiązkowe zajęcia WF, lecz także każda aktywność fizyczna podejmowana w ciągu dnia;

- konieczność zaplanowania w ciągu dnia czasu na naukę i czasu na aktywny wypoczynek, w celu zachowania zdrowego i higienicznego trybu życia;
- związek między aktywnością fizyczną i zdrowym odżywianiem a zdrowiem, dobrą kondycją i dobrym samopoczuciem;
- uświadomienie uczniom, że aktywny tryb życia jest drogą do osiągnięcia życiowych sukcesów, pozwala zwiększyć wiarę w siebie i we własne możliwości;
- podkreślenie roli nauczycieli wychowania fizycznego jako ważnych animatorów życia szkolnego oraz ich roli w procesie edukacji zdrowotnej i wychowania młodych ludzi.

Dla realizacji tych działań Ministerstwo Edukacji Narodowej wspólnie z Ośrodkiem Rozwoju Edukacji zorganizowało akcję „Ćwiczycy każdy może”. Jest ona skierowana do dyrektorów szkół i przedszkoli, nauczycieli oraz

uczniów. Placówki deklarują przystąpienie do akcji i wykonują zadania związane z aktywnością fizyczną. W ten sposób powstaje mapa Polski pokazująca biorące udział w akcji szkoły i przedszkola w poszczególnych miejscowościach – jest ich już 3 tysiące.

W celu wsparcia przedsięwziętej inicjatywy Ministerstwa Edukacji Narodowej pod nazwą Roku Szkoły w Ruchu zawiązuje się Koalicja na rzecz rozwoju i upowszechniania aktywności fizycznej wśród uczniów. Obecnie zrzesza 35 organizacji.

Więcej informacji na stronie internetowej [Roku Szkoły w Ruchu](#)

### Uwaga!

W związku z bardzo dużym zainteresowaniem akcją „Ćwiczycy każdy może” możliwość rejestrowania się szkół i przedszkoli została wydłużona do 31 grudnia 2013 r.

[Więcej informacji o akcji](#)

[Film promujący akcję](#)

## Działania MEN popularyzujące aktywność fizyczną wśród dzieci i młodzieży

Ministerstwo Edukacji Narodowej podejmuje działania zmierzające do podkreślenia znaczenia ruchu w życiu młodego człowieka i kształtowania u niego zdrowych nawyków. Wprowadzona w 2009 r. podstawa programowa umożliwi zainteresowanie dzieci sportem i organizowanie wychowania fizycznego zgodnie z lokalnymi tradycjami i warunkami. „Każda szkoła ma swobodę w organizacji lekcji wychowania fizycznego. Przygotowując program nauczania, nauczyciel wychowania fizycznego ma prawo poszerzania treści kształcenia, uwzględniając możliwości, potrzeby i zainteresowania uczniów” – mówi Alina Sarnecka, naczelnik w Departamencie Kształcenia Ogólnego i Wychowania MEN. „Podstawa programowa nie wymienia wprost dyscyplin sportu, tylko umiejętności, które uczeń powinien zdobyć w trakcie edukacji” – dodaje.

W 2009 r. MEN upowszechniło publikację *Podstawa programowa z komentarzami,*

*Tom 8. Wychowanie fizyczne i edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej, gimnazjum i liceum.* Odbłyły się także informacyjne posiedzenia rad pedagogicznych, dotyczące reformy kształcenia ogólnego. W 2012 r. opublikowano poradnik dla dyrektorów i nauczycieli dotyczący metod prowadzenia edukacji zdrowotnej, a w 2013 – po trzy modelowe programy nauczania przedmiotu dla danego typu szkoły oraz poradnik dla nauczycieli.

Minister edukacji narodowej ogłosił rok szkolny 2013/2014 Rokiem Szkoły w Ruchu (RSR), dostrzegając konieczność wzmocnienia kondycji fizycznej i psychicznej oraz promowania aktywności fizycznej i zdrowego trybu życia wśród dzieci i młodzieży. We współpracy z instytucjami rządowymi, środowiskami naukowymi oraz organizacjami pozarządowymi, przygotowano stronę internetową, na której znajdują się materiały informacyjne dotyczące działań podejmo-

wanych przez szkoły, przedszkola i organizacje pozarządowe – koalicjantów akcji RSR na rzecz promowania aktywności fizycznej, zdrowego stylu życia i bezpieczeństwa. „Mamy przyjemność współpracować z Ministerstwem w ramach Roku Szkoły w Ruchu. Podobne trendy obserwuje się również w USA czy Finlandii. Wierzę, że nasz wspólny wysiłek przyczyni się do popularyzowania, wśród dzieci i młodzieży ale też nauczycieli i rodziców, ciekawych form aktywności fizycznej. Pamiętajmy, że sport to zdrowie” – mówi Anna Klimczak, koordynatorka programu WF z klasą prowadzonego przez Centrum Edukacji Obywatelskiej.

[Źródło](#)



Rok szkoły  
w ruchu