

Wiesław Pięta (Częstochowa)

Barbara Pięta (Częstochowa)

„... nigdy ten nie nauczy nikogo,
kto swojej nauki nie umie zrobić
przyjemną...”

Jędrzej Śniadecki

Nauczyciel wychowania fizycznego i sportu w XXI wieku

1. Wychowanie zdrowotne w polskiej myśli pedagogicznej

Polskie tradycje w zakresie wychowania fizycznego i zdrowotnego sięgają czasów Komisji Edukacji Narodowej. Wówczas to Grzegorz Piramowicz widział w osobie nauczyciela aktywnego propagatora kultury higienicznej w szkole i w środowisku. Jako propagator zwracał uwagę na sposób odżywiania, ubierania się wychowanków, czystości powietrza i nasłonecznionych mieszkań. Dbał o potrzebę wyrobienia nawyku higieny osobistej, zachęcał do rozrywki i wesołości, doszukując się w tych elementach fizycznego odpoczynku i postaw do utrzymania zdrowia psychicznego. Postulując Komisji Edukacji Narodowej wprowadzenie wychowania fizycznego jako przedmiotu nauczania, starał się podnieść jego rangę poprzez wypracowanie odpowiednich programów, które miały być poddawane ocenie i kontroli. Tym samym nauczyciel winien dostosować program wychowania fizycznego do rozwoju wychowanka.¹ W połowie XIX w. nastąpił rozwój systemów gimnastycznych, które oprócz usprawniania i wzmacniania aparatu ruchowego, oddziaływały na kształtowanie psychiki. Rozwijano zabawy ruchowe i ćwiczenia na świeżym powietrzu (ogródki Jordanowskie). W czasach II Rzeczypospolitej organizację wychowania fizycznego pozostawiono inicjatywie nauczyciela. Po II wojnie światowej w latach pięćdziesiątych młodzież zdobywała odznaki SPO i BSPO, uczestniczyła gremialnie w biegach narodowych i pokazach gimnastycznych z okazji rocznic państwowych – nauczyciel w-f. pracował trzydzieści sześć godzin w tygodniu² pensum (nie licząc godzin ponadwymiarowych), oceniano go za wyniki we współzawodnictwie sportowym.

¹G. Piramowicz., *Powinności nauczyciela*, Warszawa 1988.

²S. Dobosiewicz, *Reforma Szkoły Podstawowej*, Warszawa 1971.

W latach sześćdziesiątych w myśl nowej Ustawy o rozwoju systemu oświaty i wychowania w Polsce Ludowej z 15 lipca 1961 r. uczeń powinien osiągnąć wysoki stopień sprawności fizycznej oraz kształtować nawyki i umiejętności w zakresie uprawiania sportu. Doceniając jego znaczenie, wprowadzono przysposobienie sportowe (2 godz.) jako przedmiot nadobowiązkowy – uzupełnienie i rozszerzenie programu realizowanego na lekcjach w-f. Pensum nauczyciela w-f. wynosiło 26 godz. w szkole podstawowej, 22 godz. w szkole średniej.³ Przyczynkiem do uchwały były sukcesy na mistrzostwach świata, medale olimpijskie w grach zespołowych. Sport wyczynowy dawał wówczas znaczną szansę awansu społecznego, a wobec „żelaznej kurtyny” pozwalał poznać zawodnikom inne kraje spoza bloku wschodniego. W ślad za sukcesami międzynarodowymi naszych sportowców wzrastała swoistego rodzaju moda na uprawianie różnych dyscyplin sportu masowego, jak np.: narciarstwo, tenis, siatkówka, kolarstwo, piłka nożna itp. Budowano z wielkim rozmachem korty tenisowe i boiska sportowe, rozwinął się przemysł turystyczny. Lata transformacji ustrojowej przyniosły wiele pozytywnych zmian w myśleniu, m.in. przyjęto prozdrowotny model wychowania fizycznego z państw Europy Zachodniej, zmieniono relacje nauczyciel – uczeń, zaczęto myśleć o zmianach w kształceniu i doksztalcaniu nauczycieli. Dotychczas nauczyciel pełnił rolę uniwersalnego instruktora ćwiczeń ruchowych i ewentualnie specjalisty od jednej dyscypliny sportowej.

2. Kultura fizyczna w założeniach reformy edukacji

Nauczyciele w ramach podstawy programowej powinni dążyć do wszechstronnego rozwoju ucznia jako nadrzędnego celu pracy edukacyjnej, w którym powinno być miejsce na kulturę fizyczną⁴.

Tabela 1. Ramowe plany nauczania dotyczące reformy edukacji⁵

Lp.	Stopnie szkół	Zadania edukacyjne	Liczba godzin
1.	I etap edukacyjny	zajęcia ruchowe	9
		gimnastyka korekcyjna	6
2.	II etap edukacyjny	wychowanie fizyczne	9
		wychowanie prozdrowotne	w ramach godzin dyrektora, wychowawcy
3.	gimnazjum	wychowanie fizyczne	9
		wychowanie prozdrowotne	w ramach godzin dyrektora, wychowawcy

³Karta Praw i Obowiązków Nauczyciela z dnia 27 kwietnia 1972 roku.

⁴Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 15 lutego 1999 roku w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego, s.17. Komentarz do dziennika ustaw.

⁵Ministerstwo Edukacji Narodowej. Reforma systemu edukacji. Projekt, Warszawa 1998.

W treściach kształcenia zintegrowanego znajdujemy działania edukacyjne nastawione na poznanie przez ucznia własnego ciała, dbałość o zdrowie, higienę własną i otoczenie, zasady zdrowego żywienia, gry i zabawy ruchowe, ćwiczenia terenowe, wędrowki piesze, umiejętności ruchowe, ćwiczenia korygujące postawę ciała, przestrzeganie reguł w grach i zabawach ruchowych.⁶

Począwszy od II etapu edukacyjnego, ustawodawca wprowadza ścieżki edukacyjne o charakterze edukacyjno-dydaktycznym, w których treściami wychowania fizycznego są: ćwiczenia kształtujące postawę ciała, doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej, ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne, podstawowe elementy techniki i taktyki gier zespołowych, lekkiej atletyki, gier rekreacyjnych, tańców, pływania i sportów zimowych, badanie i ocena rozwoju oraz sprawności funkcjonowania organizmu, zasady współzawodnictwa sportowego, propozycje spędzania czasu wolnego. W ramach edukacji prozdrowotnej celem będzie ułatwienie nabywania umiejętności dbania o swoje zdrowie.⁷

W gimnazjum nauczyciele będą przygotowywać uczniów do samodzielnej pracy. Treści wychowania fizycznego na tym etapie kształcenia to przede wszystkim: ćwiczenia kształtujące i korygujące postawę ciała, ćwiczenia z obciążeniem na zmiennych dystansach, marsze, biegi, skoki, gimnastyka, organizowanie i sędziowanie zawodów sportowych, rekreacyjnych i turystycznych, zasady funkcjonowania organizmu, regeneracji sił i czynnego odpoczynku, zapobieganie chorobom.⁸

Celem edukacyjnym wychowania prozdrowotnego jest kształtowanie zdrowego stylu życia i inspirowanie harmonijnego rozwoju młodego organizmu gimnazjalisty poprzez: higienę osobistą, bezpieczeństwo, znajomość zasad pierwszej pomocy i korzystania z pomocy służby zdrowia, zdrowego odżywiania, aktywność ruchową i umysłową, sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych.⁹

Dzisiejsza szkoła nie może być oderwana od życia społecznego, musi być skupiona na uczniu, który w XXI wieku aktywnie będzie się włączał do życia w szybko zmieniającej się wokół niego rzeczywistości. Odporność fizyczna i psychiczna stanowiąc będą istotny kapitał w przewyżnianiu codziennych problemów i odnalezieniu swojego miejsca w społeczeństwie. Nowoczesna szkoła powinna przygotowywać młodzież do aktywnego uczestnictwa w sferze szeroko pojętej kultury fizycznej. Zmniejszająca się liczebność klas uczniów w klasie stwarza warunki do rozwoju aktywności i samodzielności ucznia.

Polskiej szkole w rozpoczynającym się XXI wieku brakuje wszystkiego: obiektów, środków dydaktycznych, finansowych na uposażenia nauczycielskie, kadry nauczającej (za wychowanie fizyczne w klasach I-III odpowiada nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej, który jest nie w pełni przygotowany do pełnienia roli animatora wyrabiania nawyków powszechnego uprawiania sportu od najmłodszych lat edukacji).

⁶Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 15 lutego 1999 roku, s. 19–20.

⁷Tamże, s. 26.

⁸Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 15 lutego 1999 r., s. 37.

⁹Tamże, s. 39.

Niepokojące są wskaźniki zdrowotne w opiniach nauczycieli i wychowawców młodego pokolenia, a także jego racjonalnego uczestnictwa w kulturze fizycznej. Za fatalną należy uznać w tym szczególnie sytuację higieniczno-zdrowotną uczniów, a aktualnie wprowadzana reforma zdrowia może tę sytuację znacznie pogłębić. Wzrasta rola powielanego amerykańskiego stylu życia – w tym szczególnie odżywiania (moda na fast-food opanowała cały kraj).¹⁰ Wzrasta liczba zachorowań na choroby układu krążenia, oddechowego. Młodzież szkolna chętnie sięga po ogólnodostępne papierosy, narkotyki, alkohole. Plagą stała się: próchnica zębów, wady postawy ciała, zaburzenia wzroku, obniżona pojemność życiowa płuc i siedzący tryb życia – oglądanie telewizji, gry komputerowe i odrabianie lekcji wypełniają prawie w całości czas wolny dziecka. Podane wyrywkowo wskaźniki wpływają znacznie na zmniejszoną wytrzymałość i wydolność fizyczną organizmu młodego człowieka. Zajęcia sportowo-rekreacyjne realizowane w szkole i poza szkołą stanowią zaledwie 3,5% czasu wolnego.¹¹ Obniżona aktywność fizyczna uznawana jest za jeden z czynników zagrożenia zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego dzieci i młodzieży. Wobec tych faktów Sejm III RP w ustawie o kulturze fizycznej z 18 stycznia 1996 roku podniósł rangę wychowania fizycznego i ustalił docelowo 5 godzin wychowania fizycznego tygodniowo w szkole (później zmniejszono do 3 godzin).

Aktualnie podstawowymi formami wychowania fizycznego i sportu w szkole są zajęcia obowiązkowe, natomiast zajęcia korekcyjno-kompensacyjne i inne zajęcia nadobowiązkowe prowadzą placówki szkolne w zależności posiadanych dotacji od władz samorządowych. Często powtarzającą się niedogodnością zarówno dla uczniów, jak i nauczycieli przy funkcjonowaniu klasowo-lekcyjnego rozkładu zajęć, jest umieszczanie zajęć wychowania fizycznego w różnych porach dnia pracy dziecka – tym samym z przyczyn organizacyjnych realny czas aktywnych ćwiczeń mieści się w przedziale 9–19 minut¹², pozostała część tego czasu to sprawdzanie obecności i czas oczekiwania ucznia na ćwiczenia, co w sumie daje około 1 godz. tygodniowo efektywnych ćwiczeń. Oczywiście uwagi powyższe odnoszą się do organizacji pracy szkoły.

Nauczyciel nie zawsze potrafi tak zorganizować tok lekcji, by dzieci równomiernie i efektywnie pracowały podczas tych 45 minut. Świadczy to o niskiej intensywności i prymitywnym szkoleniu w jednej dyscyplinie. W nieco lepszej sytuacji jest młodzież uzdolniona ruchowo, dla niej funkcjonują klasy i szkoły z rozszerzonym programem wychowania fizycznego i sportu (Szkoły Mistrzostwa Sportowego). Lukę w sporcie masowym starają się zapewnić Szkolne Kluby Sportowe i powołane niedawno Uczniowskie Kluby Sportowe z programem sportu dla wszystkich.

¹⁰Prozdrowotne Wychowanie Fizyczne Sport Dzieci i Młodzieży, Warszawa – Spała 1995 r., M. Wyględowski, *Prozdrowotne wychowanie dzieci i młodzieży*, s. 22.

¹¹W. Osiński, *Wychowanie fizyczne w reformie systemu edukacji – rejestr problemów najwaźniejszych*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne” 1999 nr 2, s. 65.

¹²Prozdrowotne Wychowanie Fizyczne i Sport Dzieci i Młodzieży, Warszawa – Spała 1995, J. Mulak, *Sport narzędziem wychowania prozdrowotnego*, s. 16.

3. Społeczne aspekty wychowania fizycznego i zdrowotnego u progu XXI wieku

Społeczeństwo polskie tradycyjnie nie zdradza większego zainteresowania wychowaniem fizycznym dzieci i młodzieży, traktuje je najczęściej jako wewnętrzną sprawę szkoły. Kultura fizyczna nie zajmuje doniosłego miejsca w hierarchii wartości przeciętnego dorosłego obywatela, ustępując zdecydowanie sprawom ekonomicznym i politycznym. Świadomość Polaków w tym względzie jest niezadowolająca. Dużo do zaoferowania w zmianie tego stanu rzeczy ma UKFiT, większą aktywność winny przejawiać władze samorządowe. Niestety, dotychczasowa praktyka wskazuje na to, iż środki przeznaczone na kulturę fizyczną systematycznie ulegają obniżeniu wobec „silnych” racji istotnych potrzeb. Naukowcy biją na alarm. Ruch i wysiłek fizyczny zdolne są usuwać defekty rozwojowe i to nie tylko w obrębie narządu ruchu. Konieczne jest przewartościowanie dotychczasowego spojrzenia na kulturę fizyczną i sport na terenie szkoły, rodziny i środowiska rówieśniczego. Stosunek władz samorządowych do kultury fizycznej jest odzwierciedleniem poziomu świadomości i potrzeb polskiego społeczeństwa oraz stylu i sposobu życia większości rodzin. W polskich domach ukształtował się styl życia sportowego, który sprawdza się do spacerów niedzielnych, oglądania zawodów sportowych najczęściej w telewizji oraz rozmów kibiców na tematy sportowe. W rodzinach o zasobniejszych portfelach rodzice, poddając się nowobogackiej modzie, wyjeżdżają najczęściej za granicę na narty, uprawiają tenis, żeglowanie, koszykówkę, siatkówkę, tenis stołowy itp.

Zmienia się popularność dyscyplin sportowych: koszykówka, karate, taekwondo, judo, narty, snowboard, rolki (dzięki wspaniałej akcji promocyjnej w TV-NBA – ligi zawodowej w koszykówce czy też dzięki filmom z Bruceem Lee, młodzież naśladuje i utożsamia się z gwiazdami światowego sportu). Czego efektem są pełne boiska młodzieży rzucającej do kosza i ćwiczących w białych kimonach.

W państwach skandynawskich i Europy zachodniej spędzenie czasu wolnego w sposób aktywny tworzy codzienny obyczaj. W dobie rewolucji naukowo-technicznej, gdzie odchodzi się od pracy, przechodząc na tryb pracy siedzącej, istotne dla zachowania kondycji psychofizycznej jest codzienne uprawianie sportu.

4. Diagnostyczno-terapeutyczna rola nauczyciela kultury fizycznej

Nim przejdę do omówienia roli nauczyciela kultury fizycznej w szkole przyszłości, chciałbym wpieryw odpowiedzieć na pytanie: w jakim kierunku powinna zmierzać ewolucja programowa wychowania fizycznego na poziomie szkoły podstawowej i gimnazjum? Biorąc pod uwagę znane powszechnie fakty niewłaściwego, odbiegającego od norm rozwoju fizycznego dzieci i młodzieży, jak również wzrost patologii społecznej wśród uczniów szkół podstawowych, należy stwierdzić, iż:

1. nie w pełni zgodnie z założeniami teoretycznymi i koncepcjami programowymi funkcjonowania szkół przebiega proces diagnozowania uczniów pod kątem ich fizycznego i psychicznego rozwoju,

2. słaba współpraca pomiędzy wychowawcami a nauczycielami wychowania fizycznego i lekarzem zajmującym się uczniami powoduje szereg nieprawidłowości w diagnozowaniu i przyjmowaniu właściwej terapeutyczno-ruchowej pracy z uczniem,
3. zbyt małą wagę w pedagogizacji rodziców przykłada się do zagadnień kultury fizycznej i jej wpływu na rozwój osobowościowy i psychiczny dziecka,
4. w ostatnich latach wiele uwagi poświęca się komercjalizacji uzyskiwanych wyników także w środowisku szkolnym kosztem upowszechniania kultury fizycznej dzieci i młodzieży, wyrabiania nawyków prozdrowotnego trybu życia, przełamywania barier i wyrabiania cierpliwości poprzez systematyczne ćwiczenia sportowe,
5. wartościowanie uczniów tylko z pozycji wyników sportowych, uzyskiwanych na lekcjach wychowania fizycznego, rozbudza wprawdzie ducha rywalizacji, ale w przypadku uczniów przeciętnych i słabych wzbudza zniechęcenie do ćwiczeń sportowych,
6. siedzący tryb życia, jaki coraz ciężiej postrzegamy u tzw. młodzieży telewizyjnej, stwarza barierę zniechęcenia do wysiłku fizycznego, a preferuje bardziej turystykę na szklanym ekranie, stymulowaną pilotem telewizyjnym, niż aktywną turystykę na świeżym powietrzu,
7. komercjalizacja w sporcie i turystyce powoduje trudności finansowe w wyposażeniu w odpowiedni sprzęt, dostępie do sal i innych obiektów sportowych dla dzieci średnio i mało zamożnych rodzin,
8. zbyt małą wagę przykłada się do zorganizowanego wypoczynku dzieci i młodzieży.

W nowych uwarunkowaniach problem ten również poddany został rynkowym zabiegom, w którym bardziej liczy się komercja niż właściwa troska o rozwój fizyczny i psychiczny młodego pokolenia – przeciętna cena koloni, obozu waha się w granicach 1000 zł.

Metodyka nauczania tak istotnego w procesie dojrzewania młodego człowieka przedmiotu, jakim jest wychowanie fizyczne, wymaga, jak i inne metodyki przedmiotowe, nowego przewartościowania. Dla nauczyciela „nowej szkoły” niewystarczające będzie intuicyjne rozwiązywanie problemów wychowawczych i innych trudności związanych z procesami wychowania i nauczania. W wielu przypadkach młodzież kończyć będzie swoją edukację na poziomie szkoły podstawowej lub tylko gimnazjum, tym samym wyniesione ze szkoły nawyki, wiedza i umiejętności owocować powinny aż do sędziwego wieku.

W przypadku kultury fizycznej to właśnie średni i sędziwy wiek jest sumą higienicznego i sportowego trybu życia prowadzonego w latach najmłodszych. Zatem inspiracja, pomysłowość i kreatywność nauczyciela wychowania fizycznego może dać podstawy do przełamywania wewnętrznych oporów ucznia w systematycznym uprawianiu sportu. Aby osiągnąć zamierzone cele, należałoby w większym stopniu zindywidualizować pracę z każdym uczniem, poświęcić więcej czasu na dopasowanie właściwego zestawu ćwiczeń do możliwości psychofizycznej uczniów.

Warto by w tym przypadku przeanalizować możliwości percepcji rozwiązań organizacyjnych i metodycznych stosowanych w tym przypadku w krajach skandynawskich. Jak pisze S. Sulisz w artykule *Reforma edukacji z perspektywy nauczyciela*: „Wychowanie fizyczne jak i całe wychowanie powinno spełniać określone funkcje, do których pragnę zaliczyć: diagnostyczno-prognostyczną, stymulacyjną, adaptacyjną, terapeutyczną i kompensacyjno-korekcyjną. Istotą edukacji, niezależnie od tego, czy jej przedmiotem są wiadomości, czy umiejętności, jest wywieranie wpływu na zachowanie się ucznia. Sokrates nie zastrzągał z tego, czego uczył, tylko jak to robił”. W każdym zawodzie miarą sukcesu jest trudność związana z jego wykonywaniem: chirurga ceni się za udaną operację, polityka za udane negocjacje, naukowca za wynalazek, trenera za złoty medal, a nauczyciela... Nikt też nie wini pacjenta, gdy operacja się nie udała, naukowca, gdy nie dokonał wiekopomnego wynalazku. Tylko nauczyciel ma przyzwolenie społeczne na obarczanie winą ucznia, słaby materiał sportowy, brak warunków do osiągnięcia sukcesów sportowych. Reforma kształcenia nauczyciela wychowania fizycznego dla szkoły XXI wieku opierać się winna między innymi o pedagogikę zdrowia, sporty rekreacyjne, sporty dla wszystkich, począwszy od przedszkola aż po sędziwy wiek. Nauczyciel wychowania fizycznego powinien być gwarantem i przykładem kontynuowania aktywności fizycznej przez całe życie z potrzeby fizjologicznej, jak i do humanistycznej pełni radości życia. „Nauczyciel jako doradca młodzieży w świecie zjawisk i organizator jej twórczych działań oraz przewodnik w przygotowaniu do pracy i działania społecznego, to model jak najbardziej odpowiadający współczesnym potrzebom.”¹³

Niektóre uczelnie pedagogiczne, w tym częstochowska WSP¹⁴, jako pierwsza wprowadziła do kształcenia wychowanie zdrowotne obligatoryjnie dla wszystkich studentów studiującej na tym wydziale. W dalszej perspektywie rozwoju cywilizacyjnego powinno wzrastać zapotrzebowanie społeczne na nauczycieli, którzy oprócz wiedzy cechować się będą znajomością kontaktu interpersonalnego, co pozwoli podnieść autorytet pedagoga do roli intelektualnego doradcy, przewodnika w kształtowaniu zdrowego stylu życia, terapeuty, animatora i promotora aktywności fizycznej. Ów nauczyciel charakteryzować się winien prospołeczną postawą, zaangażowaniem w ruch Uczniowskich Klubów Sportowych, a także interwencjami w promocji zdrowia u lokalnych władz samorządowych. W czasie organizacji zawodów sportowych nauczyciel powinien krzewić zasady „fair play”, idee olimpiizmu, idee sportu i na bazie tych uwarunkowań po prostu uczniów wychowywać.

Słusznym posunięciem byłoby powołanie z-cy dyrektora ds. zdrowia i rozwoju fizycznego szczególnie w szkole podstawowej. Należy zrezygnować z ocen z kultury fizycznej, opowiadam się raczej za charakterystyką rozwoju i postępów w pracy ucznia nad sobą (dzienniczek dokumentacji rozwoju fizycznego), w której nauczyciel notuje wszystkie umiejętności (nauka pływania, jazda na nartach, łyżwach,

¹³D. Marzec, *Kształcenie nauczycieli w dobie integracji europejskiej*, [w:] D. Marzec, *Opieka nad dzieckiem w dobie przemian społecznych*, Wrocław – Warszawa – Kraków 1999.

¹⁴Decyzja Rady Wydziału Pedagogicznego z 1989 roku

klasy sportowe, udział w reprezentacji klasy, szkoły, miasta itp., odznaki sprawności, odznaki turystyczne). Nauczyciel wychowania fizycznego ma być przyjacielem młodzieży, „za którym uczniowie chodzą”, do którego uczniowie zwracają się z „wielkimi kłopotami małych ludzi”. Przebudowy wymaga warsztat pracy, oczekuje się opracowania podręcznika kultury fizycznej dla ucznia.

5. Zakończenie

Sportowanie, termin, który w literaturze przedmiotu coraz częściej spotykany jest dla określenia swoistego stylu życia, łączenia zabawy ze sportem, jest – moim zdaniem – najbardziej adekwatnym dla całego procesu wychowania prozdrowotnego i kultury fizycznej w programach szkoły podstawowej i gimnazjum. W tym przypadku należałoby się odwołać do doświadczeń klasycznych Greków, którzy w wychowaniu fizycznym postrzegali jeden z istotniejszych elementów zdrowego społeczeństwa.

Inwestycja państwa w zdrowie młodego pokolenia nie jest wprawdzie inwestycją, która wprost daje bankowe odsetki, lecz jest tą inwestycją, która może pozwolić przetrwać najtrudniejsze próby losów państw i narodów.