

Instytut Programów Szkolnych

**KULTURA FIZYCZNA**  
w klasach I-IV szkół ponadpodstawowych  
w roku szkolnym 1989/90

Materiały informacyjne dla nauczycieli



Warszawa 1989



INSTYTUT PROGRAMÓW SZKOLNYCH



KULTURA FIZYCZNA

W KLASACH I-IV SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH  
W ROKU SZKOLNYM 1989/1990

Materiały informacyjne dla nauczycieli

Warszawa 1989

Autor: dr Radosław Botwiński



311.2:496(013)

2549/b/c

W dotychczas wydanych materiałach informacyjnych dotyczących realizacji programu kultury fizycznej w latach szkolnych 1986/87, 1987/88 i 1988/89 przedstawiono istotę zmian jakościowych pracy nauczycieli klas I-III szkół ponadpodstawowych.

Sledząc jednakże dotychczasowy przebieg wdrażania nowych programów kultury fizycznej do szkół ponadpodstawowych stwierdzić należy, że nauczyciele nadal nie znają podstawowych założeń wielostronnego kształcenia i wychowania fizycznego, stanowiących wykładnię realizacyjną tego programu.

Zajęcia lekcyjne są wciąż prowadzone według wzorców dydaktycznych wypracowanych i obowiązujących w odniesieniu do dawnych programów wychowania fizycznego. W szkołach ponadpodstawowych nadal dominuje jednostronne nauczanie ćwiczeń ruchowych i to podporządkowane bardziej wymogom treningu sportowego niż zadaniom dydaktyczno-wychowawczym. W tej sytuacji młodzież w pełni, rozwoju psychosomatycznego, wkraczająca w okres dojrzałości społecznej, traktowana jest wyłącznie przedmiotowo, pozbawiana jakichkolwiek motywacji uczestnictwa w różnych przejawach kultury fizycznej. Jest to zjawisko ze wszechmiar negatywne, tym bardziej, że przygotowanie zawodowe nauczycieli, stopień nasycenia szkół ponadpodstawowych kadrami wysoko kwalifikowaną i baza materialna tych szkół są znacznie korzystniejsze niż w szkolnictwie podstawowym. Z tych też powodów nowy program kultury fizycznej powinien być realizowany o wiele bardziej efektywnie, tak w sferze rozwiązań metodyczno-organizacyjnych, jak i osiągniętych wyników kształcenia i wychowania. Wymaga to jednakże przewartościowania dotychczasowych stereotypów myślenia i działania ogółu nauczycieli, metodyków i nadzoru pedagogicznego; zrozumienie wreszcie, jakie przeobrażenia dokonują się w kształceniu i wychowaniu fizycznym młodzieży, a nie tylko w sporcie.

Stosowanie podczas lekcji jednostronnych form, metod i treści, narzucanie ich młodzieży, prowadzi do eliminowania tych wartości podmiotowych, które mają dominować w kształtowaniu kultury fizycznej każdego ucznia i zbiorowości uczniowskiej. Jest to sprzeczne z potrzebami, wymaganiami, aspiracjami współczesnej młodzieży, szkoły i

społeczeństwa. Rutyna zawodowa, formalizm dydaktyczny, archaiczny sposób interpretowania celów i zadań kultury fizycznej w szkole, nie tylko przez nauczycieli przedmiotu, powoduje negację tego wszystkiego, co wiąże się ze współuczestnictwem i współpartnerstwem młodzieży w procesie kształcenia oraz wychowania fizycznego, a w konsekwencji z przygotowaniem do aktywnego udziału w samoedukacji fizycznej. Dlatego obowiązkiem nauczycieli jest poznanie i przeanalizowanie generalnych założeń nowego programu kultury fizycznej, jakościowo odmiennych od tych, które obowiązywały w jednostronnym nauczaniu ćwiczeń ruchowych.

Brak elementarnego rozeznania w różnicach między programem kultury fizycznej, a programem nauczania wychowania fizycznego wskazuje na konieczność wypunktowania najistotniejszych założeń, które są niezbędne dla modyfikacji pracy zarówno nauczyciela, jak i uczniów. Nie przypadkowo nazwa przedmiotu oraz programu została rozszerzona o hasło "kultura fizyczna". Wynika to z faktu, iż proces kształtowania oraz upowszechniania kultury fizycznej powinien stanowić integralną działalność szkoły. Kształtowanie kultury fizycznej młodzieży jest związane z tokiem obligatoryjnych zajęć, za które bezpośrednio odpowiada nauczyciel z racji pełnionych obowiązków zawodowych.

W ramach tych zajęć pierwszoplanowym zadaniem nauczyciela jest wdrożenie młodzieży do aktywnego samodoskonalenia różnych form usprawnienia, umiejętności, nabywania i wykorzystywania wiedzy użytecznej praktycznie. Służyć to ma nie tylko prawidłowemu rozwojowi biologicznemu człowieka, lecz także psychofizycznemu przygotowaniu młodzieży do pokonywania ujemnych wpływów cywilizacyjnych, przystosowaniu do zróżnicowanych warunków przyszłej pracy zawodowej i czynnego spędzania czasu wolnego. Tak więc w obrębie obowiązkowych zajęć szkolnych główny akcent powinien być położony na eksponowanie tych wartości kultury fizycznej, które mają bezpośredni związek z osobowośćwo-somatycznym rozwojem każdej jednostki i samoedukacją fizyczną młodzieży. W praktyce założenie to może być ure-

alnione wówczas, gdy nauczyciel zrezygnuje z przywileju wyłącznego decydowania, przyznając młodzieży prawo do jej własnych przemyśleń, dociekań, poszukiwań i inicjatyw we współtworzeniu tego, co dotyczy bezpośrednio kształtowania kultury fizycznej.

Wielostronne ujęcie celów i zadań dydaktyczno-wychowawczych, z wyróżnieniem osobowościowo-somatycznych oraz społecznych wartości kultury fizycznej, wyjście poza ramy nakazowo-wykonawczych współzależności między nauczycielem i uczniem, a w związku z tym konieczność modyfikacji rozwiązań metodyczno-organizacyjnych - to istota zmian dotyczących założeń i realizacji nowego programu. Wyraźnie podkreślono we wstępie do nowych programów kultury fizycznej, iż stanowią one podstawę do rozwoju różnorodnych zajęć pozalekcyjnych, odpowiadających potrzebom i zainteresowaniom młodzieży, a tym samym służących wymienionym w programie celom. Integralną częścią pracy szkoły w tej sytuacji staje się działalność SZS oraz organizacji młodzieżowych

Wskazując na zasadność nadania rangi kulturotwórczej procesowi kształcenia i wychowania fizycznego, tak w wymiarze obowiązkowego przedmiotu, jak i w działalności pozalekcyjnej szkoły, skupimy naszą uwagę na najważniejszych zadaniach, jakie wyznacza nowy program w szkołach ponadpodstawowych.

Program kultury fizycznej należy rozpatrywać w odniesieniu do zawartych w nim celów, kierunków i zakresu poczynań dydaktyczno-wychowawczych, a nie wyłącznie koncentrować się na interpretacji treści materiału szczegółowego.

Cele ogólne ujęte są jednolicie dla wszystkich typów szkół. Określają one, co uczniowie mają osiągnąć w efekcie kształcenia i wychowania fizycznego. Cele etapowe wskazują, do czego należy zmierzać w szkole ponadpodstawowej, realizując zadania dydaktyczno-wychowawcze w poszczególnych klasach.

\* Wstęp do programów kultury fizycznej dla szkół ponadpodstawowych. Warszawa, WSiP 1985.

Kierunki wielostronnych oddziaływań dydaktyczno-wychowawczych wyznaczają działy programu, informując nauczyciela o tym, iż należy łącznie kształtować to, co jest niezbędne dla osobowościowo-somatycznego rozwoju ucznia (sprawność, umiejętności, wiadomości) oraz dla rozwoju indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej. Z takiego ujęcia celów wynika układ materiału (treści kształcenia i wychowania) w działach programowych. Zwłaszcza w dziale "Umiejętności" zwrócić należy uwagę, iż treści tam zawarte ujęte są pod hasłem "Indywidualne oraz zespołowe formy aktywności". Wyróżnienie to uczyniono po to aby wskazać, iż chodzi o kształtowanie zróżnicowanej aktywności ruchowej uczniów przy wykorzystaniu całego bogactwa środków, jakie mogą być stosowane w zajęciach ruchowych. Uaktywnianie ucznia i zespołu uczniowskiego powinno się dokonywać przez oferowanie młodzieży wielorakich i atrakcyjnych środków służących kształceniu i wychowaniu. Takie środki zostały zaproponowane w materiale szczegółowym dla poszczególnych klas, bez normatywnego określania sposobu i możliwości ich wykorzystania. Mogą one być stosowane wymiennie i modyfikowane, w zależności od inwencji nauczyciela i uczniów oraz możliwości realizacji programu.

W porogramie wyróżniono także zagadnienia dotyczące uczenia się i samowychowania uczniów wraz z wiadomościami, jakie uczniowie powinni opanować. Tym samym podkreśla się raz jeszcze, iż celem pracy nauczyciela i uczniów nie jest formalne "przerabianie" programowych treści kształcenia i wychowania, według schematów dydaktycznych i treningowych, lecz realizacja zadań dydaktyczno-wychowawczych umożliwiającą wykorzystanie nabytych umiejętności. Na podstawie programu kultury fizycznej, adresowanego do ogółu szkół ponadpodstawowych w formie obowiązującej, każdy nauczyciel powinien opracować własny, roczny plan pracy dydaktyczno-wychowawczej, adekwatny do warunków jego realizacji. Plan pracy nauczyciela stanowi podstawowy program realizacji kultury fizycznej w danej szkole.

Na podstawie tego planu powinny być dobierane zadania lekcji, ujęte w określone cykle. Kończąc realizację cyk-



lu zadań dydaktyczno-wychowawczych w poszczególnych klasach, uczniowie osiągnąć mają to, co wyznacza program w celach etapowych.

Jest to zasadniczo odmienne podejście do realizacji programu kultury fizycznej, w konsekwencji do jakościowych zmian w sposobie prowadzenia zajęć lekcyjnych.

Powszechnie dotąd stosowany w szkołach ponadpodstawowych sposób prowadzenia zajęć nie odpowiada założeniom wielostronnego kształcenia oraz wychowania fizycznego. Oparty jest on bowiem na "przerabianiu" tematu lekcji podporządkowanemu nauczaniu ćwiczeń stanowiących dosłowne odzwierciedlenie zapisu treści ujętych w programie. Nie negując wartości nauczania ćwiczeń ruchowych, trudno jest uznać takie postępowanie za wystarczające. Korzystając z wypracowanych przez metodyków i praktyków rozwiązań metodyczno-organizacyjnych, służących wielostronnemu kształceniu i wychowaniu fizycznemu, stosować należy trzy typy lekcji: ćwiczeniowe, zdaniowe i zadań zintegrowanych.

Lekcje ćwiczeniowe - przeważające dotychczas - powinny występować tylko wówczas, gdy dotyczą ściśle określonego przez nauczyciela toku postępowania uczniów. W tym przypadku jakościowego i ilościowego doboru ćwiczeń dokonuje nauczyciel i wymaga ich opanowania oraz stosowania według wymaganych kryteriów. Lekcje tego typu powinny występować głównie w klasach pierwszych, gdy konieczne jest opanowanie lub utrwalenie tego, czego rzeczywiście uczeń nie zna lub samodzielnie nie potrafi wykonać. Później należy stwarzać uczniom możliwość wykorzystania nabytych doświadczeń w sytuacjach zadaniowych. Sytuacje zadaniowe różnią się od ćwiczeniowych tym, iż uczniowie mają w nich możliwość wykazania się własnymi działaniami, wymagającymi inwencji twórczej, poznania siebie i środowiska, a także wielorakiego i zróżnicowanego stosowania tego, co przyswoili sobie uprzednio. Stąd też w klasach pierwszych obowiązkiem nauczyciela jest sprawdzenie, co uczniowie wynieśli ze szkoły podstawowej w zakresie obowiązujących tam programów kultury fizycznej i na tej podstawie dokonanie wyboru sposobu postępowania metodyczno-organizacyjnego. Nauczyciele szkół ponadpodstawowych nagminnie kwalifikują młodzież klas

pierwszych do zajęć lekcyjnych według kryteriów związanych z opanowaniem umiejętności i poziomem sprawności niezbędnych do uprawiania danej dyscypliny sportowej lub według subiektywnie i wybiórczo dokonywanych sprawdzeń. Rutynowe stwierdzenie, iż młodzież ze szkół podstawowych nie potrafi wykonać nawet przewrotu w przód lub stania na rękach, stanowi najczęściej okazję do "prze-rabiania" od podstaw wszystkich umiejętności ruchowych, uznanych przez nauczyciela za najważniejsze. Jest to oczywiście podejście błędne i jednostronne z punktu widzenia realizacji zadań programu kultury fizycznej. Eliminują taki sposób postępowania rozwiązania praktyczne o charakterze zadaniowym. Jeżeli młodzież w szkole podstawowej nie została w pełni przygotowana do realizacji zadań programowych, to w klasie pierwszej szkoły ponadpodstawowej należy podjąć działania zmierzające do wyrównywania tych braków.

W klasach drugich i trzecich należy stopniowo przygotowywać młodzież do współuczestnictwa w programowaniu i realizacji zadań lekcyjnych, w których mają znaleźć odzwierciedlenie treści dotyczące kształtowania różnicowanych form aktywności ruchowej, a przede wszystkim użytecznej-zdrowotnej i rekreacyjno-sportowej. Organizacja zajęć powinna stwarzać możliwość indywidualizacji i pracy uczniów w małych grupach. Młodzież powinna samodzielnie dochodzić do praktycznych rozwiązań zadań formułowanych przez nauczyciela i na tej podstawie tworzyć także własne pomysły wykorzystania nabytej wiedzy, umiejętności i sprawności.

Nie do pomysłenia jest bowiem, jak ma to miejsce dotychczas aby we współczesnej szkole 16-18 letnia młodzież wykonywała ściśle pod dyktando nauczyciela tak podstawowe czynności, jak ćwiczenia kształtujące na wstępie lekcji lub tak zwane ćwiczenia "uspokajająco-korekcyjne" pod koniec lekcji. Nagminnym zjawiskiem w szkołach ponadpodstawowych jest widok uczniów ustawionych i wykonujących bezrefleksyjnie ćwiczenia gimnastyczne, techniczne lub taktyczne, według schematów eliminujących samodzielność myślenia i działania. Wszystko to jest wynikiem utrwalenia i stosowania ćwiczeniowych stereotypów lekcji. Z tych też

powodów i wielu innych deformacji założeń programu kultury fizycznej, należy w klasach drugiej i trzeciej główny akcent położyć na prowadzenie lekcji typu zadaniowego i zadań zintegrowanych. Informacje na ten temat znajdują się w publikacjach zamieszczanych od lat na łamach miesięcznika "Wychowanie Fizyczne i Higiena Szkolna" oraz w wydawnictwach książkowych.

Młodzież w klasie czwartej (piątej) powinna mieć warunki do samorealizacji zadań zintegrowanych aby kończąc szkołę mogła samodzielnie i aktywnie uczestniczyć w różnych przejawach kultury fizycznej oraz oznacza to, iż zajęcia lekcyjne powinny uwzględniać uczenie się i samowychowanie, a tym samym dać możliwości wykorzystywania doświadczeń uczniów w nowych dla nich sytuacjach dydaktycznych i wychowawczych, wzajemnie ze sobą powiązanych. W sytuacjach dydaktycznych należy zwrócić uwagę na powiązanie zadań sprawnościowych (samodzielne wykonanie czynności usprawniających, dobór środków, samoocena i samokontrola) z zadaniami podporządkowanymi wykorzystaniu indywidualnych i zespołowych umiejętności działania w zróżnicowanych warunkach wychowawczych (pełnienie ról asystenta nauczyciela, przywódcy grupy, inicjatora pomysłów, młodzieżowego organizatora sportu, itp.).

Zadania dydaktyczne i wychowawcze powinny być tak konstruowane aby nauczyciel wspólnie z uczniami mógł je rzeczywiście zrealizować w czasie jednostki lekcyjnej lub w cyklu lekcji. Możliwość wspólnej realizacji zadań jest szczególnie istotna przy opracowywaniu toku zajęć ruchowych. Nauczyciel formułując zadanie główne i szczegółowe, musi uwzględnić możliwości ich realizacji przez uczniów w warunkach pracy danej szkoły. Jeśli bowiem zadania będą tylko w sposób formalny zgodne z założeniami programu, bez możliwości wykorzystania podmiotowych walorów nauczyciela i uczniów, to wówczas obraz takich lekcji

\*) Kultura fizyczna w powszechnej szkole średniej. Poradnik dla nauczyciela. Praca zbiorowa pod redakcją L. Denisiuka, G. Badory, R. Botwińskiego. Warszawa: WSiP, 1980; R. Botwiński, Kultura fizyczna w szkole. Warszawa: WSiP, 1985; St. Strzeszewski, Proces wychowania w kulturze fizycznej. Warszawa: WSiP, 1986.

nie będzie się wiele różnił od dawnych stereotypów metodycznych. Dlatego też punktem wyjścia dla określenia koncepcji lekcji powinno być zawsze rozeznanie potrzeb i możliwości podmiotu, dostrzeganie wartości podmiotowych, które określone zostały w programie, wreszcie zrozumienie iż synteza tych wartości dokonuje się w trakcie współdziałania nie tylko między nauczycielem i uczniem, lecz także wewnątrz grup młodzieży. Stąd też zadania nauczyciela i uczniów powinny być wyrażane równorzędnie, w tych samych kategoriach wartości, lecz adresowane w jednym przypadku do przedmiotu wychowującego, w drugim - do przedmiotu wychowywanego.

W praktycznym postępowaniu ważne jest, w jakim stopniu uogólnienia należy formułować zadania zintegrowane lekcji. Zadanie główne może być ujęte w sposób mniej lub bardziej uogólniony, lecz nie na tyle ogólnie aby przybrało charakter zadania ujętego w planie pracy nauczyciela i nie na tyle szczegółowo, aby nie było powtórzeniem treści zapisu materiału programowego. Zbyt ogólne potraktowanie zadań głównych utrudnienia nauczycielowi wyróżnienie elementów operacyjnych, które powinny dominować w lekcji, zgodnie z zamierzeniami określonymi w planie pracy. Szczegółowe potraktowanie zadania prowadzi do jego tematyicznego ujęcia i sugeruje tym samym, że nauczyciel będzie "przerabiał" treści programowe.

Relacje: cele etapowe programu - zadania dydaktyczno-wychowawcze wynikające z planu pracy-zadania główne lekcji, należy rozpatrywać w odpowiednio uogólnionych kategoriach zamierzeń realizacyjnych.

Przykładowo:

Cel etapowy związany z umiejętnościami wskazuje, iż należy opanować wiadomości i umiejętności z różnych dyscyplin sportowych, objętych programem, które przydatne będą w różnych formach aktywności rekreacyjnej, sportowej, służącej zdrowiu. W planie pracy nauczyciela można sformułować jedno z zadań dydaktycznych w sposób następujący: Kształtowanie umiejętności stosowania form ruchu niezbędnych w działalności utylitarnej. Wówczas podany przykład zadania dydaktyczno-wychowawczego można przełożyć w kategoriach operacyjnych zadania głównego lekcji w sposób następujący: Wykorzystanie umiejętności określonych sko-

ków wolnych lub mieszanych (w dal, wzwyz, zawrotne, odwrotne, kuczne) przez przyrzady typowe lub nietypowe, w określonej formie aktywności indywidualnej lub zespołowej, związanej z czynnościami praktycznie użytecznymi w życiu człowieka. Oczwiscie jest to zapis wyjasniajacy sens konstruowania zadani lekcyjnych, a nie sluzacy formalnemu wpisowi do dziennika lekcyjnego. Z tym zadaniem glownym wiadzac sie beda takze zadania dotyczace usprawnienia i przekazywania wiadomosci. Integrujacy element jest tu ukierunkowanie na osiaganie celow uzytarnych z wykorzystaniem srodkow stosowanych w sporcie.

Kolejnym elementem skladowym lekcyjnych zadani zintegrowanych sa czynnosci podejmowane wspolnie przez nauczyciela i uczniow. Do tych czynnosci zaliczamy: przygotowanie uczniow do realizacji zadani lekcyjnych, przygotowanie organizmu do realizacji zadani praktycznych, realizacje zadani zintegrowanych, okieslenie efektow pracy nauczyciela i uczniow. Wymienione czynnosci zalicza sie do skladnikow stalych, ktore powinny wystapic w kazdej lekcyjnej godzinie. Zmiennymi elementami beda szczegolowe rozwiazania praktyczne, wskazane przez nauczyciela lub inspirowane przez uczniow.

W kontekscie przedstawionych zalozen, niezbednych dla wlasciwej realizacji programu kultury fizycznej, nasuwa sie istotne z punktu widzenia praktyki szkolnej pytanie Jak postepowac aby dokonac przejscia z jednostronnego nauczania cwiczen ruchowych do wielostronnej realizacji zadani zintegrowanych? Jesli nauczyciel (pracuje) szereg lat wedlug toku cwiczeniowego, to w dalszej kolejnosci powinien wzbogacac zajecia lekcyjnymi zadaniowymi. To z kolei umozliwi stopniowe przejscie do realizacji zadani zintegrowanych. Pomocne w tym przypadku sa doswiadczenia metodykow oraz nauczycieli, ktorzy opanowali ten sposob realizacji programu w szkołach podstawowych i nielicznych ze szkół ponadpodstawowych.

\*) Szerzej opisano te zagadnienia w cyklu artykulow pt. "Metodyka realizacji zadani dydaktyczno-wychowawczych". R. Botwinski, "Wychowanie Fizyczne i Higiena Szkolna" nr 8/9 z 1986 roku.







