

# Aktywny powrót do szkoły

ARTUR KOŚCIUK

Mamy za sobą wyjątkowe półrocze. Od roku szkolnego 2019/2020 po raz pierwszy przepracowaliśmy całe półrocze „nie zaznając takiego dobra” jak tzw. zdalne nauczanie. Z wielką radością przyjęliśmy my, nauczyciele wychowania fizycznego fakt powrotu do formy zajęć stacjonarnych. Jednocześnie, jako czynni sportowcy (niestety już jako amatorzy) zdawaliśmy sobie sprawę, iż przyjdzie nam się mierzyć z nowymi wyzwaniem u naszych uczniów, m.in. takimi, jak: wzrost wskaźnika masy ciała, spadek wytrzymałości biegowej, wydolności krążeniowo-oddechowej. Stąd z jednej strony nasz udział w dwóch projektach pt. „WF z AWF – Aktywny powrót uczniów do szkoły po pandemii”, z drugiej – mój autorski pomysł: opracowanie i wdrożenie programu: „W drodze po medal”.

Główne założenia mojego programu to m.in. poprawa poziomu sprawności fizycznej dzieci i młodzieży, profesjonalna i konstruktywna pomoc dzieciom i młodzieży w walce z otyłością, integrowanie ucznia z grupą rówieśniczą po długim okresie izolacji, zakodowanie mody na regularną aktywność fizyczną. Zwłaszcza ten ostatni cel w moim programie jest odniesieniem się i realizacją rekomendacji Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), dotyczących podejmowania regularnej aktywności fizycznej przez uczniów. Dlatego też w naszej szkole CKZiU w Łodzi podjęliśmy działania mające na celu zwiększenie udziału wszystkich grup wiekowych w zorganizowanych pozaszkolnych zajęciach sportowych. Ponadto założyłem przybliżenie uczniom postaci wybitnych sportowców i ich trenerów zarówno zasłużonych dla środowiska sportowego ogólnopolskiego, jak i województwa łódzkiego oraz podstawowych informacji dotyczących poszczególnych dyscyplin sportowych.

W swoim programie przewidziałem następujące etapy:

Etap I – diagnoza uczniów, którzy powrócili do nauki stacjonarnej oraz wyposażenie nas, nauczycieli wychowania fizycznego w dodatkową wiedzę i umiejętności z obszaru przeciwdziałania hipokinezji, izolacji społecznej i odległym, negatywnym efektem pocovidowym, a w konsekwencji zorganizowanie zajęć ukierunkowanych na zwiększenie aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży. Szkolenia nauczycieli były realizowane z uwzględnieniem podziału terytorialnego na województwa. Nasze województwo korzystało z umiejętności, wiedzy oraz doświadczenia pracowników AWF w Katowicach. Ten etap był realizowany w okresie od 1 marca do 22 czerwca 2022 roku.

Etap II – przybliżenie postaci wybitnych sportowców i ich trenerów zarówno zasłużonych dla środowiska sportowego ogólnopolskiego, jak i województwa łódzkiego oraz podstawowych informacji dotyczących poszczególnych dyscyplin sportowych. Ten etap był realizowany w okresie od 1 września 2022 roku do 13 stycznia 2023 roku. Podczas zajęć uczennice poznawały i przygotowywały w miesiącach wrze-

sień – listopad podstawowe informacje o wybitnych olimpijczykach z naszego województwa, m.in. o Arturze Partyce, a uczniowie o wybitnych kobietach – olimpijkach, m.in. o Marii Kwaśniewskiej. Ukazanie brązowej medalistki Olimpiady w Berlinie (1936 rok) miało podwójny cel. Z jednej strony ukazanie młodej kobiety, która potrafiła w sposób niezwykle inteligentny odpowiedzieć ówczesnemu przywódcy Niemiec (III Rzeszy) na niezbyt kulturalne zwrócenie się do kobiety – Polki, z drugiej zaś wskazanie przykładu, jak ważną rolę odegrał w jej życiu sportowym nauczyciel wychowania fizycznego Ludwik Szumlewski (znany później komentator sportowy Polskiego Radia Łódź i trener lekkiej atletyki w Łódzkim Klubie Sportowym). Natomiast postać Artura Partyki oraz jego sportowe pojedynki, choćby z Charlesem Austinem oraz Javierem Sotomayorem Sanabrią są najlepszym przykładem realizacji programu FIFA Stop rasizm. Stop violence.

Etap III – to lekcje z udziałem dziś wybitnych zawodników drużyn zespołowych reprezentujących nasze miasto w najwyższych klasach rozrywkowych z zakresu siatkówki, piłki nożnej oraz koszykówki. Zaproszeni zawodnicy to Adam Marciniak, Oskar Koprowski oraz trener Marcin Pogożała z ŁKS Łódź. Ponadto w planowanych zajęciach wezmą udział lekkoatleci z naszego podwórka, którzy zakończyli kariery sportowe w 2022 roku lub są na początku swojej kariery sportowej. Ten etap będzie realizowany w okresie od 1 marca do 30 maja 2023 roku.

Etap IV – to ewaluacja oraz podsumowanie programu „W drodze po medal”. Do tego etapu zostaną zaproszeni nie tylko uczniowie, ale także ich rodzice oraz nauczyciele. Wśród wyżej wymienionych zostaną przeprowadzone, m.in. ankiety dotyczące diagnozy kondycji fizycznej uczniów CKZiU w Łodzi. Na podstawie przeprowadzonych badań zostaną sformułowane wnioski i rekomendacje. Wnioski i rekomendacje będą dotyczyły, m.in. dalszego naszego doskonalenia zawodowego, kwestii konstruktywnego uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego uczniów ze specjalnymi potrzebami oraz skuteczności przeprowadzonej wśród uczniów kampanii nawołującej do odpowiedniej aktywności fizycznej. Tak dokładne zbadanie preferencji sportowych uczniów pomoże na napisanie programu zajęć wychowania fizycznego, aby wychodził na przeciw potrzebom i predyspozycjom sportowym młodych ludzi. Ten etap będzie realizowany w okresie od 2 czerwca do 20 czerwca 2023 roku.

Finalnie w założeniu mojego projektu/programu jest wdrożenie „Aktywnego powrotu do szkoły” poprzez kształtowanie wśród uczniów postaw prozdrowotnych, podniesienie rangi lekcji wychowania fizycznego, a nauczycielom wychowania fizycznego przywrócenie należnego statusu społecznego.

*Artur Kościuk*

Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Łodzi

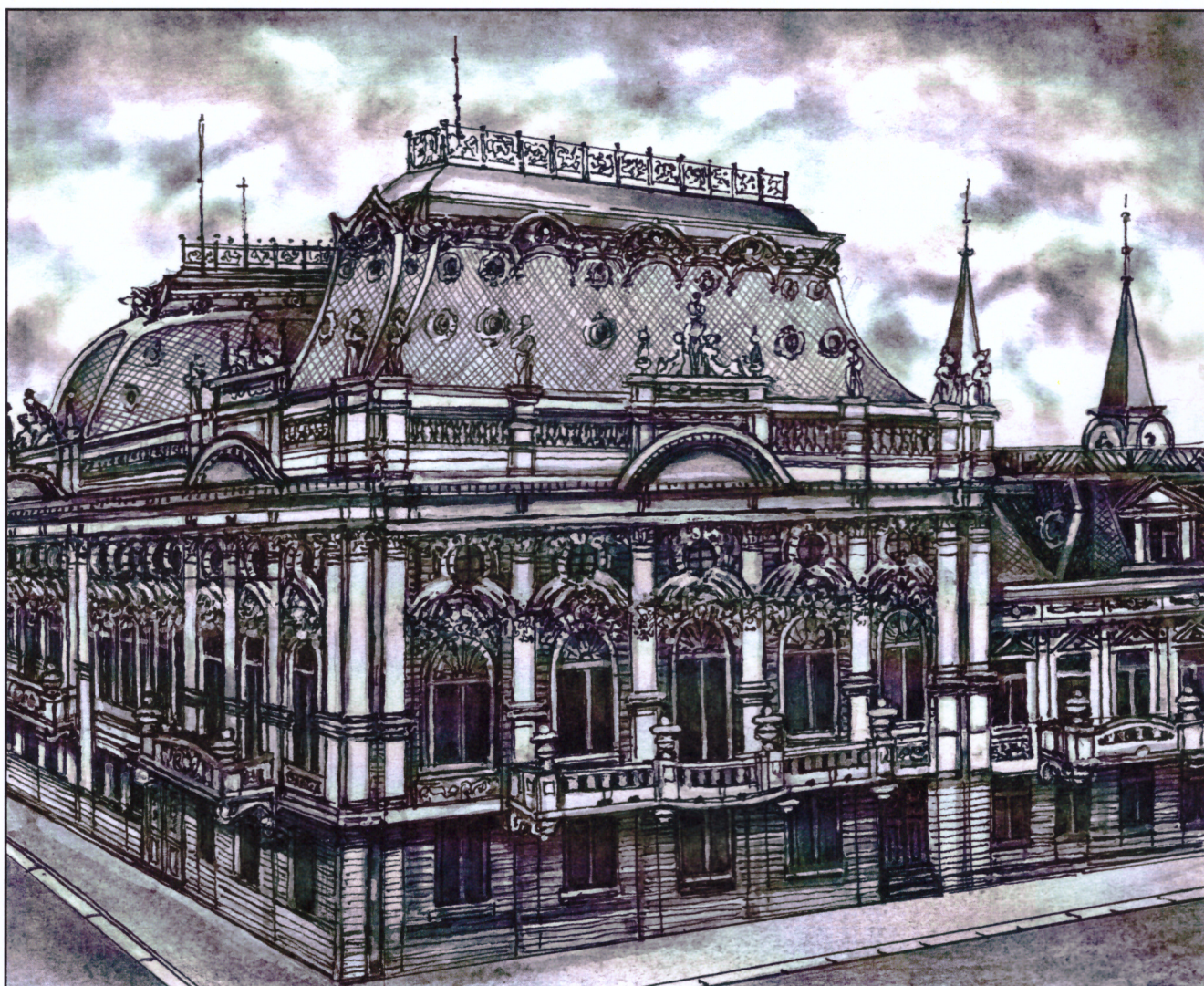
CENTRUM ROZWOJU EDUKACJI WOJEWÓDZTWA ŁÓDZKIEGO W ŁÓDZI  
WOJEWÓDZKI OŚRODEK DOSKONALENIA NAUCZYCIELI W ŁÓDZI

# PRZEGLĄD *Edukacyjny*

1  
(128)

PISMO NAUCZYCIELI

Łódź, styczeń-marzec 2023



PAŁAC IZRAELA POZNAŃSKIEGO (OBECNIE MUZEUM MIASTA ŁÓDZI) UL. OGRODOWA 15, RÓG UL. ZACHODNIEJ

## W numerze m.in.:

- Odkrywanie Mikołaja Kopernika w 550 rocznicę jego urodzin
- MeMo to najnowocześniejsza filia Biblioteki Miejskiej w Łodzi
- Motywowanie uczniów do nauki
- Jak szabla Armii Łódź trafiła do Szkoły Podstawowej nr 153 w Łodzi?
- Bajka edukacyjno-terapeutyczna przyjechała z Krakowa...

ISSN 1231-322X