

„WYCHOWANIE PRZEZ SPORT”

Autor programu:

mgr Michał Stygar

„Nie masz wyboru. Jesteś wzorem do naśladowania i wychowawcą moralnym, czy ci się to podoba, czy nie. Kwestia nie leży w tym, czy jako trener zdecydujesz się uczyć wartości, lecz jakich wartości będziesz uczył...”

Krzysztof Sas - Nowosielski

1. WPROWADZENIE

Czytając te słowa o zawodzie trenera uznałem, iż dotyczą one również wychowawców, rodziców, kolegów i innych, należących do grupy najważniejszych i obdarzonych największym autorytetem osób dla naszych wychowanków. Zatem wszystko, co robię, w jaki sposób prowadzę zajęcia, jakie metody wychowawcze stosuję, jak zwracam się do swoich podopiecznych, jak komentuję wydarzenia (nie tylko sportowe), w jaki sposób motywuję, jakich definicji sukcesu uczę etc. - może nieść za sobą skutki dla rozwoju osobowości młodego człowieka - jego samooceny, uznawanych wartości, postaw itp., nawet jeśli obydwie strony nie są tego świadome.

Biorąc pod uwagę, że sport dla niektórych stanowi główną sferę aktywności, a dodatkowo są oni często niewrażliwi na rutynowe środki i metody wychowania moralnego, zajęcia sportowe stwarzają szanse na ukształtowanie sylwetki społeczno-moralnej. Aktywność fizyczna ma dużą moc przyciągania uwagi, a jednocześnie tworzy wiele okazji na wprowadzanie w życie społecznie pożądanых wartości i uczenia wielu umiejętności społecznych. Sport pobudza ambicje, uczy określonych reguł rywalizacji, przez co zmusza do szacunku dla przeciwnika i realnej oceny własnych możliwości, wpływa korzystnie na rozwój fizyczny i psychiczny. Uczy opanowania, obowiązkowości i pracy w zespole, a także odpowiedzialności za siebie i innych. Wyrabia refleks i odwagę. Pobudza poczucie tożsamości z drużyną, ulubionym zawodnikiem, czy grupą ludzi uprawiających daną dyscyplinę. Sport posiada ściśle związki z etyką i z estetyką. Jednak wychowawcze znaczenie sportu nie jest jednoznaczne, uprawianie go niesie za sobą zarówno szanse jak i zagrożenia dla procesu wychowania. Nie powinno się ukierunkowywać dzieci i młodzieży pod kątem sukcesów sportowych. Podstawowym kryterium wychowawczym jest integralny rozwój osoby. W dzisiejszym społeczeństwie sport jest grą, zabawą, rozrywką, tak indywidualną jak i grupową, ale jest też machiną organizacyjną, handlem i widowiskiem skierowanym do mas. Dlatego tak istotne jest podejście prowadzącego zajęcia i innych znaczących osób z otoczenia naszych wychowanków, aby cytaty, które wypiszę poniżej nie stały się pustymi słowami bez odzwierciedlenia w realnej pracy z dziećmi i młodzieżą.

„W życiu ważny jest nie triumf, lecz walka. Istotną rzeczą jest nie zwyciężać, lecz toczyć rycerski bój.”

„Sport może nas uczyć szacunku i uczciwości, może ukazać nam wartość zaangażowania, ciężkiej pracy i uczciwego wysiłku. Gdy uczestniczymy w nim w prawidłowy sposób, może przynosić radość, może tworzyć wzniosłego ducha, może nas łączyć. Ale, gdy nie traktujemy go prawidłowo, może nas rozczarować. Może być wstrętny, brutalny i bezsensowny. Może ranić nasze dzieci.”

„Zabawa czy gra nie jest tylko przejawem potrzeby, rozrywki, leczy nawet wtedy, gdy nie zdajemy sobie z tego sprawy, jest okazją do kształtowania charakteru i pielęgnowania cnót.”

Analizując powyższe teksty odniosłem wrażenie, iż część uwag w nim zawartych odnosi się nie tylko do sportu, ale również innych dziedzin czy elementów życia codziennego. Wybrałem jednak program „wychowanie przez sport” ze względu na moje zainteresowania. W moim odczuciu sposób bycia jaki prezentuję pozwoli mi w sposób rzetelny i uczciwy przekazać wartości moralne, postawy społeczne i umiejętności, podnosząc jednocześnie sprawność fizyczną moich wychowanków. W tworzeniu tego wstępu wykorzystałem idee, przemyślenia i cytaty, które zainspirowały mnie do stworzenia tego programu zawarte w artykule „Wychowanie przez sport - między nadzieją a zwątpieniem”, którego autorem jest Krzysztof Sas-Nowosielski.

2. CHARAKTERYSTYKA PROGRAMU

Program ten jest zgodny z podstawą programową i będzie realizowany w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym im. Kawalerów Orderu Uśmiechu w Tanowie.

Prowadzona przeze mnie grupa jest w przedziale wiekowym 12-16 lat, dzieci są upośledzone w stopniu umiarkowanym, a zajęcia sportowe będą odbywały się na boisku „Orlik”, w hali sportowej SP w Tanowie, oraz w sali rehabilitacyjnej i siłowni w naszym Ośrodku w czasie pozaszkolnych zajęć w internacie. Program ten może być stosowany na każdym etapie edukacyjnym, przy modyfikacji poziomu trudności i treści w zależności od poziomu i zainteresowań podopiecznych. Skoncentrowałem się na piłce nożnej i koszykowej ze względu na swoje zainteresowania i popularność tych dyscyplin wśród wychowanków.

3. CELE PROGRAMU

1. Wszechstronny rozwój osobowości.
2. Rozpowszechnienie wzorców aktywnego spędzania czasu wolnego.
3. Zwiększenie aktywności ruchowej.
4. Integracja wewnątrz grupy oraz z dziećmi i młodzieżą lokalną.
5. Organizowanie współzawodnictwa sportowego.
6. Uczestnictwo w imprezach sportowych.
7. Uczucie pozytywnych postaw podczas dopingu sportowego.
8. Rozwój sprawności fizycznej.
9. Doskonalenie elementów techniki i taktyki gry w piłkę nożną i koszykówkę.

4. TREŚCI WYCHOWANIA I KSZTAŁCENIA

Oddziaływania społeczno-wychowawcze:

1. Kształtowanie osobowości poprzez poddanie się dyscyplinie wynikającej z przepisów i regulaminów sportowych, z przyjęcia pozytywnych (pisanych i niepisanych) norm i wzorów zachowań ogólnie uznanych przez nasze społeczeństwo i kulturę, a następnie przeniesienie ich na inne płaszczyzny życia w Ośrodku i poza nim (wychowanek zna i stosuje się do regulaminu zachowania w naszym Ośrodku, umie kulturalnie zachować się w miejscach publicznych, przestrzega zasad higieny osobistej i zdrowego odżywiania).

2. Budowanie mocnych więzi osobowych, współpracy, szacunku dla kolegów i rywali, przestrzeganie zasad sportowych w duchu „fair play”, wzrost odpowiedzialności społecznej – poprzez zajęcia w grupach, wyznaczanie wspólnego celu, nagradzanie pozytywnych zachowań (wychowanek pomaga innym w obowiązkach całej grupy, szanuje wyposażenie Ośrodka, pracę swoją i kolegów).
3. Rozwijanie sportowych zainteresowań, odkrywanie uzdolnień, poznawanie swoich mocnych i słabych stron, aktywizacja według potrzeb i zainteresowań wychowanek (poprzez rozmowy, wspólne planowanie zajęć, wzmacnianie pozytywne), tak aby każdy znalazł coś co go cieszy w danej dyscyplinie (zaangażowanie do współtworzenia przebiegu zajęć oraz przeniesienie tych umiejętności na aktywne spędzanie i samodzielne organizowanie czasu wolnego).
4. Wyjazdy na zawody, mecze i imprezy sportowe w charakterze kibiców (mecze lokalnej drużyny piłkarskiej i amatorskie rozgrywki w Szczecinie) poprzez pokazywanie pozytywnych postaw podczas dopingowania sportowego, wskazywanie cech, postaw i umiejętności wśród obserwowanych, godnych do naśladowania zawodników (wychowanek potrafi zdać relację z imprezy i wymienić co mu się podobało).

Rozwój ogólnej i specjalnej dla danej dyscypliny sprawności fizycznej:

1. Prowadzenie zajęć zgodnie z zasadą wszechstronności rozwoju: szybkość, wytrzymałość, siła, zręczność, gibkość, koordynacja ruchowa (poprawa ogólnej sprawności fizycznej).
2. Przygotowania do udziału w zawodach - zajęcia praktyczne poparte teorią (wychowanek zna zasady sportowej rywalizacji i stosuje je w praktyce).
3. Doskonalenie techniki i taktyki gry w piłkę nożną (wychowanek potrafi przyjąć i podać piłkę „po ziemi”, oddać strzał na bramkę, w obronie kryje wyznaczonego przeciwnika) .
4. Doskonalenie techniki i taktyki gry w piłkę koszykową (wychowanek potrafi złapać i podać piłkę „w powietrzu” i „kozłem”, oddać rzut na kosz oburącz, w obronie kryje wyznaczonego przeciwnika utrzymując właściwą postawę).
5. Udział w rajdach pieszych i biegach przełajowych po okolicach naszego Ośrodka (wychowanek zna zasady bezpieczeństwa poruszania się po drogach publicznych i w lesie).
6. Udział w imprezach i zawodach sportowych na terenie Ośrodka jak i poza nim (wychowanek w sposób godny reprezentuje nasz Ośrodek).

5. PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW.

Podczas zajęć będę koncentrował się na jak najbardziej harmonijnym kształtowaniu osobowości i umiejętności interpersonalnych, a aktywność fizyczną (sport) wykorzystam jako narzędzie. Po poznaniu zainteresowań, mocnych i słabych stron, indywidualnych cech charakteru i nabytych do tej pory postaw moich podopiecznych chcę zainteresować ich tym tematem, podzielić się swoją pasją i zaangażować do współtworzenia zajęć, a raczej organizowania czasu wolnego, ponieważ nie chcę by miało to charakter obowiązkowych lekcji czy szkoleń.

Zamierzam stworzyć wspólny temat do rozmów, zbliżyć się, a wręcz zaprzyjaźnić z jak największą liczbą zainteresowanych sportem i aktywnym spędzaniem czasu wolnego, a następnie w sposób naturalny, szczerzy i uczciwy z mojej strony przenieść oczekiwane wzorce zachowań na elementy życia codziennego. Wzmacnianie pozytywne, czyli pochwały, wyróżnienia i nagrody odegrają dużą rolę w osiągnięciu celów. W czasie pracy będę miał pod opieką od 6 do 8 osób, więc podczas zajęć sportowych będą przeważały formy ćwiczeń w grupach,

drużynach, parach, ale względu na różnice psychiczne i fizyczne wychowanków nie obędzie się bez pracy indywidualnej, gdzie kluczową rolę odegra uporządkowanie kolejności planowanych efektów wychowawczych.

Do realizacji celów wykorzystam następujące metody: problemowa, ekspresji twórczej, zadaniowo - ściśła, naśladowczo-ściśła, zabawowo-naśladowcza, zabawowo-klasyczna, bezpośredniej celowości ruchu, programowego usprawniania.

6. PRZEWIDYWANE OSIĄGNIĘCIA.

1. Stosowanie się do zasad i regulaminów sportowych (za najważniejsze uważam wyeliminowanie agresji czynnej i słownej, szacunek wobec innych i poszanowanie czyjejs własności).
2. Stosowanie się do zasad obowiązujących w naszym ośrodku (jw.).
3. Stosowanie się do ogólnie przyjętych norm społecznych i kulturowych (jw.).
4. Umiejętność samooceny, wzmocnienie poczucia własnej wartości.
5. Integracja w środowisku lokalnym.
6. Poprawa sprawności takich cech jak : szybkość, wytrzymałość, siła, zręczność, gibkość, koordynacja ruchowa.
7. Poprawa poszczególnych umiejętności technicznych i taktycznych w piłce nożnej i koszykowej.

7. EWALUACJA PROGRAMU.

Formą ewaluacji będzie arkusz obserwacji wychowanków pod kątem takich zachowań jak: umiejętność rozwiązywania sytuacji spornych, umiejętność powstrzymania się od agresji czynnej i słownej, umiejętność dostosowania się do zasad panujących w Ośrodku, szacunek wobec siebie oraz innych i ich własności.

WZÓR ARKUSZA OBSERWACJI

LP	IMIĘ I NAZWISKO	DATA	UWAGI POZYTYWNE	UWAGI NEGATYWNE
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				