

Sport szkolny szansą społecznej aktywizacji młodzieży

Współczesny świat nie idzie, lecz wręcz pędzi do przodu. Nasi uczniowie w niedalekiej przyszłości będą ludźmi w pełni samodzielnymi. Staną się pełnoprawnymi członkami społeczeństwa, dlatego należy sobie uświadomić, że to od nas zależy, czy i jak dadzą sobie radę w życiu.

Obowiązkiem moralnym człowieka jest dbanie o zdrowie oraz o jak największą sprawność organizmu po to, aby mógł on jak najlepiej służyć realizacji celów, które przed sobą dana osoba sobie stawia.

Udział w lekcjach wychowania fizycznego i zajęciach sportowych, ma na celu wszechstronny rozwój organizmu młodego człowieka. Należy sobie uświadomić jednak, że sport to nie tylko wyczyn i rozwijanie tężyzny fizycznej. Jego nadrzędnym celem jest inicjowanie procesu sportowego wychowania.

Zadania nauczyciela polegać mają na kształtowaniu dyspozycji psychicznych, dyscypliny i silnej woli po to, aby osiągnąć zaplanowany wynik. Chodzi o to, by wymienione powyżej cechy uczeń przeniósł na postępowanie pozasportowe. Szkoła, nauczyciel, muszą być trenerami społecznych doświadczeń, by w przyszłości mógł on pełnić powierzone mu role. Ważne jest również, aby uprawianie sportu przez młodzież wykorzystać do rozwijania motywacji, uczuć czy zdobywania nowych wiadomości lub doświadczeń. Aby zrealizować te cele, których nie osiągniemy tylko podczas obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego, należy wyjść poza mury szkoły czy sali gimnastycznej. Chodzi przede wszystkim o zmotywowanie młodzieży do pozaszkolnej aktywności, aktywnego wypoczynku.

Szczególne znaczenie ma tu uprawianie turystyki kwalifikowanej (np. żeglarstwa, narciarstwa) wymagającej wysiłku, pokonywania zmęczenia fizycznego, sprawdzania siebie. Rekreacja, sporty na „całe życie” - np. jogging, nordic walking – również mogą stanowić formę spędzania czasu wolnego. Można je uprawiać z przyjaciółmi czy rodziną.

Taka aktywność oprócz tego, że zasadniczo wpływa na zdrowie, stanowi świetne hobby, pozwala walczyć ze stresem i zmniejszać zagrożenie chorobami cywilizacyjnymi. Powszechnie

wiadomo bowiem, że człowiek aktywny to człowiek zdrowszy. Lepiej i dłużej służą mu zarówno serce, jak i mózg.

Potrzeba krzewienia kultury fizycznej jest tym większa, im niższy jest poziom świadomości społecznej. Badania przynoszą alarmujące dane: 40% dzieci i młodzieży wymaga czynnej opieki lekarskiej. Maleje sprawność oraz wydolność. Drastycznie spada aktywność dziewcząt i ich uczestnictwo w zajęciach wychowania fizycznego. Uczniowie mają łatwy dostęp do papierosów, alkoholu czy narkotyków.

Kolejne roczniki są coraz wyższe, cięższe i słabsze. Młodzież dużo czasu spędza przed komputerem czy telewizorem. Dostrzegając różnorodne potrzeby i problemy, należy wdrożyć do współdziałania rodziców jako ogniwo współkreujące postawy, wzory i strategie życiowe młodzieży w obrębie szkolnej i pozaszkolnej kultury fizycznej.

Wychodząc naprzeciw tym potrzebom i by zapobiegać problemom, w naszej szkole działa Uczniowski Klub Sportowy „Bartosz”. To uczniowie zdecydowali, jakie dyscypliny sportu chcą uprawiać. Największą popularnością cieszy się sekcja piłki siatkowej. Sekcja ta odnosi duże sukcesy w Amatorskiej Tarnobrzeskiej Lidze Piłki Siatkowej (TALPS).

Staraniem naszego stowarzyszenia i przy współpracy dyrekcji szkoły udało się utworzyć siłownię. Uczniowie naszej szkoły biorą udział we wszystkich turniejach sportowych i imprezach organizowanych na terenie miasta. Wdrażani są też do organizacji zawodów i sędziowania. Zajęcia pozaszkolne, tj. wycieczki krajoznawcze, piesze i rowerowe, pikniki, ogniska, mają na celu zintegrowanie uczniów. W trakcie tych zajęć młodzież uczy się współdziałania, odpowiedzialności, samooceny i samokrytyki.

Baza sportowa naszej szkoły jest bardzo skromna i nie każdą dyscyplinę czy formę sportu możemy realizować. Nie bez znaczenia jest też położenie geograficzne miasta. Nauczyciele organizują białe i zielone szkoły, podczas których młodzież uczy się jazdy na nartach, snowboardzie, saneczkarstwa czy łyżwiarstwa. Piesze wędrówki po górach, żeglarstwo, pływanie, jazda na rowerze, to formy kontaktu z przyrodą – czystą wodą i powietrzem – jakie proponujemy wychowankom. Uczniowie chętnie uczestniczą również w zajęciach tanecznych – aerobiku czy break dance’u. Staramy się do uprawiania sportu wdrożyć również uczniów z problemami dydaktycznymi czy zdrowotnymi.

Najważniejsze, by uczeń posiadał umiejętności, wiadomości i nawyki do rozwijania sprawności fizycznej i psychicznej. Staramy się ukształtować trwałe zainteresowania sportem, rekreacją, czynnym wypoczynkiem; wpoić podstawowe nawyki higieniczne.

Ważne, by młodzież umiała pokonywać trudności, osiągała sukcesy, szanowała uznane wartości. Nasze działania przynoszą rezultaty. Przykłady realizacji omówionych przed chwilą założeń przedstawi państwu przygotowana przez nas PREZENTACJA.

*Małgorzata Szaraniec,
Gimnazjum nr 3 w Tarnobrzegu*