

# WYCHOWANIE FIZYCZNE W SZKOLE PODSTAWOWEJ W KLASACH I-III W PERSPEKTYWIE INTERAKCYJNEJ

Celem artykułu jest wskazanie czynników wpływających na kształt przedmiotu wychowanie fizyczne w szkole podstawowej w klasach od I do III. Pojęciem używanym w Polsce do objęcia całokształtu zjawisk związanych z aktywnością ruchową jest termin kultura fizyczna. W literaturze anglosaskiej „autorzy piszą o sporcie, wychowaniu fizycznym bądź ogólnie o aktywności fizycznej (ruchowej)”<sup>1</sup>. W ujęciu Władysława Tatarkiewicza, „kultura fizyczna jest dbałością psychiki o ciało”<sup>2</sup>. Według Zbigniewa Krawczyka, jest to „względnie zintegrowany i utrwalony system zachowań w dziedzinie dbałości o rozwój fizyczny, sprawność ruchową, zdrowie, urodę, cielesną doskonałość i ekspresję człowieka, przebiegających według przyjętych w danej zbiorowości wzorów, a także rezultaty owych zachowań”<sup>3</sup>. Zbigniew Drozdowski wymienia cztery elementy kultury fizycznej: wychowanie fizyczne, sport, rehabilitację ruchową oraz turystykę i rekreację ruchową<sup>4</sup>.

Wychowanie fizyczne jest definiowane m.in. jako „całokształt działań zmierzających do zapewnienia prawidłowego fizycznego rozwoju organizmu,

---

<sup>1</sup> P. Godlewski (2010), *Etymologia i konotacje terminu kultura fizyczna – próba analizy retrospektywnej*. W: J. Nowocień, J. Chełmecki [red.], *Společno-edukacyjne oblicza współczesnego sportu i olimpizmu*, Warszawa: 357.

<sup>2</sup> Por. S. Szczepański (2008), *Kluczowe zagadnienia dydaktyki wychowania fizycznego*, Opole: 20.

<sup>3</sup> Z. Krawczyk (1997), *Kultura fizyczna*. W: Tenże [red.], *Encyklopedia kultury polskiej XX wieku. Kultura fizyczna, sport*, Warszawa: 13.

<sup>4</sup> Z. Drozdowski (1987), *Wybrane zagadnienia metodologii badań naukowych w zakresie kultury fizycznej*, Poznań 1987, za: I. Kiełbasiewicz-Drozdowska (2010), *Zarys rozwoju refleksji teoretycznej nad problematyką rekreacji*. W: W. Siwiński, B. Pluta [red.], *Teoria i metodyka rekreacji*, Poznań: 24-25.

doskonalenia sprawności ruchowej i wyrabiania nawyków rekreacyjnych”<sup>5</sup>. Stanisław Strzyżewski jako cel naczelný wychowania fizycznego wskazuje „zarówno doskonalenie ciała i funkcji psychomotorycznych wychowanka, jak również ukształtowanie u niego takiego systemu wiedzy, umiejętności i nawyków oraz postaw wobec kultury fizycznej, które w praktyce przejawiać się będą w dążeniu i działaniu na rzecz utrzymania przez całe życie wysokiej sprawności fizycznej i zdrowia”<sup>6</sup>.

Dokumentem określającym zakres treści realizowanych w szkole podstawowej w klasach I-III jest podstawa programowa zawarta w rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej. Dokument ten określa cele kształcenia (wymagania ogólne) na etapie edukacji wczesnoszkolnej. „Zbiór celów ogólnych” obejmuje cztery obszary rozwojowe dziecka: fizyczny, emocjonalny, społeczny i poznawczy. W przypadku sfery rozwoju fizycznego ucznia założono osiągnięcie przez niego właściwego poziomu sprawności motorycznych i sensorycznych, uzyskanie świadomości zdrowotnej w zakresie higieny, pielęgnacji ciała, odżywiania się, trybu życia, nabycie umiejętności wykorzystania własnej aktywności ruchowej w różnych sferach działalności człowieka, przestrzegania m.in. przepisów gier i zabaw, organizacji bezpiecznych gier i zabaw ruchowych. Rozwinięciem celów ogólnych rozwoju ucznia są cele szczegółowe (wymagania szczegółowe) zapisane w formie efektów kształcenia, które przyporządkowano do poszczególnych dziedzin edukacji. W przypadku wychowania fizycznego wyróżniono osiągnięcia „w zakresie utrzymania higieny osobistej i zdrowia”, „osiągnięcia w zakresie sprawności motorycznych”, „osiągnięcia w zakresie różnych form rekreacyjno-sportowych” W zakresie sprawności motorycznej uczeń powinien opanować przyjmowanie podstawowych pozycji do ćwiczeń, wykonywanie wskazanych ćwiczeń związanych z bieganiem, rzutami, skokami, ćwiczeń zwinnościowych, równoważnych, przewrotu w przód z przysiadu podpartego, ćwiczeń prowadzących do zapobiegania wadom postawy. W przypadku osiągnięć w zakresie różnych form rekreacyjno-sportowych uczeń powinien umieć zorganizować zabawę zespołową lub grę ruchową, ułożyć zespołową zabawę ruchową, uczestniczyć w zabawach i grach zespołowych, wykonywać wymienione elementy charakterystyczne dla gier zespołowych, jeździć na dostępnym sprzęcie sportowym. Ponadto zwrócono uwagę na konieczność zachowania „powściągliwości w ocenie sprawności fizycznej koleżanek

---

<sup>5</sup> *Encyklopedia Popularna PWN* (1991), Warszawa: 959.

<sup>6</sup> S. Strzyżewski (1986), *Proces wychowania w kulturze fizycznej*, Warszawa: 21-32, za: S. Szczepański (2008), dz. cyt.: 28.

i kolegów”, radzenia sobie w sytuacji przegranej oraz przestrzegania przepisów, reguł zabaw i gier ruchowych, przepisów ruchu drogowego<sup>7</sup>.

Zgodnie z ramowym planem nauczania dla szkoły podstawowej w klasach I-III, „podziału godzin w każdej klasie na poszczególne obowiązkowe zajęcia edukacyjne (...) dokonuje nauczyciel prowadzący te zajęcia” Jednak wyraźnie po tym zaznaczono, że „w klasach I-III szkoły podstawowej na zajęcia wychowania fizycznego należy przeznaczyć po 3 godziny tygodniowo w każdej klasie” Zajęcia z wychowania fizycznego w klasach I-III mogą być również prowadzone przez innego nauczyciela, niż ten, „któremu powierzono prowadzenie edukacji wczesnoszkolnej” (warunkiem jest posiadanie odpowiednich kwalifikacji). W tym przypadku liczba godzin wychowania fizycznego w czasie tygodnia w każdej klasie wynosi także 3 godziny<sup>8</sup>.

W przypadku prowadzenia lekcji wychowania fizycznego w klasach I-III szkoły podstawowej przez nauczyciela realizującego całość zajęć z zakresu edukacji wczesnoszkolnej możemy mieć do czynienia z przeciwstawnymi tendencjami. Z jednej strony jest to postawa nauczycieli traktujących wychowanie fizyczne jako równorzędny w stosunku do pozostałych działań edukacji. Z kolei Urszula Kierczak w poradniku metodycznym *Wychowanie fizyczne w edukacji wczesnoszkolnej* zwraca uwagę na drugą z możliwości. „Obserwując rzeczywistość, należy jednak z niepokojem stwierdzić, że pojawiają się tendencje do traktowania zajęć ruchowych w nauczaniu zintegrowanym jako przerywnika w innych zajęciach, dodatkowego, niezbyt ważnego elementu edukacji. Zminimalizowane i ograniczone do dwudziestominutowych zabaw i gier wychowanie fizyczne pozostaje na uboczu nurtu edukacyjnego. W większości programów nauczania zintegrowanego edukacji ruchowej poświęcono bardzo mało miejsca. A przecież realizacja czynności ruchowych oraz zdobycie wiedzy i umiejętności opisanych w standardach osiągnięć podstawy programowej wymagają przemyślanych sposobów działania, odpowiednich warunków, specjalistycznego sprzętu, właściwego przygotowania nauczyciela

---

<sup>7</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej, Dz. U. z dnia 24 lutego 2017 r., poz. 356: 31-32, 33, 46-47.

<sup>8</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 kwietnia 2019 r. w sprawie ramowych planów nauczania dla publicznych szkół, Dz. U. z dnia 4 kwietnia 2019 r., poz. 639: 8.

i uczniów”<sup>9</sup>. W kontekście potencjalnego umniejszania znaczenia zajęć ruchowych w ramach edukacji szkolnej warto przytoczyć uwagę Ziemowita Włodarskiego. „Oprócz kształcenia ogólnego i zawodowego określone zadania szkoły dotyczą przygotowania człowieka do różnorodnych ról związanych z funkcjonowaniem w rodzinie, z aktywnością społeczną, rekreacją. Ta ostatnia zasługuje na szczególną uwagę w związku ze zmianami, jakie zachodzą w budżecie czasu jednostki”<sup>10</sup>.

W przypadku prowadzenia zajęć wychowania fizycznego w ramach edukacji wczesnoszkolnej należy zwrócić uwagę na charakterystykę rozwoju fizycznego dziecka w wieku 7-9 lat oraz ewentualne zadania wynikające z tego dla nauczyciela. Przede wszystkim konsekwencje przejścia dziecka z przedszkola do szkoły (zamiana dużej swobody w zabawach ruchowych na system klasowo-lekcyjny, konieczność przebywania przez określony czas w pozycji siedzącej w ławce szkolnej). W połączeniu z naturalną potrzebą ruchu i dążeniem do współzawodnictwa w przypadku dzieci w wieku 7-9 lat wymuszają zapewnienie im odpowiedniej liczby zajęć związanych z aktywnością ruchową. Jednocześnie uczniowie w wieku wczesnoszkolnym ukierunkowani są na czerpanie radości z wykonywanych czynności oraz szybko nużą się często powtarzanymi ćwiczeniami. Stąd nauczyciel powinien znać dużą liczbę gier i zabaw ruchowych oraz ćwiczeń służących rozwijaniu sprawności fizycznej w celu uatrakcyjnienia lekcji wychowania fizycznego. W procesie nauczania należy uwzględnić także inne cechy charakterystyczne dla rozwoju organizmu dzieci w wieku 7-9 lat (wolniejszy przyrost wysokości, wagi ciała i masy mięśniowej, zdolność wykonywania obszernych, elastycznych ruchów, które są jednak mniej precyzyjne i skoordynowane ze względu na brak odpowiedniego rozwoju obwodowego układu nerwowego, niebezpieczeństwo powstawania wad postawy w obrębie klatki piersiowej i kręgosłupa ze względu na miękkie i elastyczne kości, tendencja do szybszego występowania zmęczenia podczas dłuższych wysiłków z powodu słabiej rozwiniętego serca i jednocześnie zdolność szybszej regeneracji organizmu, co pozwala na dłuższą aktywność fizyczną dziecka w tym wieku pod warunkiem dokonywania częstych i krótkich momentów odpoczynku, większa zdolność w przypadku ośmiolatków i dziewięciolatków do uczenia się nowych czynności ruchowych)<sup>11</sup>.

<sup>9</sup> U. Kierczak (2012), *Wychowanie fizyczne w edukacji wczesnoszkolnej. Poradnik metodyczny*, Kraków: 8.

<sup>10</sup> M. Przetacznik-Gierowska, Z. Włodarski (1998), *Psychologia wychowawcza*, t. 1, Warszawa: 113.

<sup>11</sup> S. Szczepański (2008), dz. cyt.: 43-45; J. Szopa, E. Mleczko, S. Żak (1996), *Podstawy antropomotoryki*, Warszawa-Kraków: 62-63.

Oprócz stałych czynników charakteryzujących rozwój dziecka w trakcie edukacji wczesnoszkolnej należy zwrócić uwagę na różnice w zakresie sprawności fizycznej pomiędzy poszczególnymi rocznikami uczniów. Różnice te można zilustrować poprzez przytoczenie wyników uzyskiwanych przez dzieci w tym samym wieku w próbach sprawności fizycznej. W przypadku skoku w dal z miejsca średnia wyników chłopców w wieku 7 lat w 1979 r. była lepsza o 20 centymetrów od ich rówieśników w 2009 r. (1979 – 1,29 m, 2009 – 1,09 m). Z kolei w próbie zwisu na drążku w sekundach uśredniony wynik 7-latków w 1979 r. był lepszy od ich rówieśników w 2009 r. o 10 sekund w przypadku chłopców (1979 – 17 sekund, 2009 – 7 sekund) i 7,5 sekundy w przypadku dziewczynek (1979 – 14 sekund, 2009 – 6,5 sekundy)<sup>12</sup>.

Kształt lekcji wychowania fizycznego zależy także od tradycji i aktualnych tendencji związanych z tą dziedziną edukacji. W antycznej Grecji ideałem człowieczeństwa był równomierny rozwój intelektualny i fizyczny. Istotę *kalokagathii* wyjaśnił Platon w dialogu „Timajos”: „Dlatego, kto się oddaje nauce lub innej poważnej pracy intelektualnej, powinien także ćwiczyć ciało przez uprawianie gimnastyki, a z drugiej strony ten, kto dba troskliwie o ciało, powinien to połączyć z uprawianiem w ruch duszy za pośrednictwem muzyki i ogólnej filozofii, jeśli chce być słusznie nazwany człowiekiem dobrym i pięknym”<sup>13</sup>. Wojciech Lipoński wskazał na znaczenie dwóch elementów tworzących ideał doskonałości: „*Kalos* określa przymioty fizyczne doskonale ukształtowanego ciała, przystosowanego odpowiednimi ćwiczeniami do życia w społeczeństwie, a także wysiłku wojennego. Z kolei przymiotnik *agathos* jest (...) synonimem piękna duchowego, umysłowego, ale także charakteru”<sup>14</sup>. Jednocześnie „ten teoretyczny ideał, (...), powiązany był ściśle z praktycznym modelem wszechstronnej edukacji (gr. *enkyklios paideia*)”<sup>15</sup>.

W drugiej połowie XIX w. i pierwszej połowie XX w. podkreślano znaczenie sprawności fizycznej w kontekście innych dziedzin. Zgodnie

---

<sup>12</sup> Ministerstwo Sportu i Turystyki (2010), *Sport – nawyk na całe życie*, Warszawa, <https://msit.gov.pl/pl/aktualnosci/6736,Sport-nawyk-na-cale-zycie-Ruch-to-prawo-naszyc-dzieci.html> (20.12.2020); J. Dobosz (2012), *Kondycja fizyczna dzieci i młodzieży w wieku szkolnym. Siatki centylowe*, Warszawa: 34, 40-41; Polska Agencja Prasowa (2016), *Dr Dobosz: dzieci i młodzież coraz mniej sprawne fizycznie*, <https://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2C412316%2Cdr-dobosz-dzieci-i-mlodziez-coraz-mniej-sprawne-fizycznie.html> (20.12.2020).

<sup>13</sup> Platon (1986), *Timajos. Kritias albo Atlantyck*, Warszawa: 122-123, za: W. Lipoński (2012), *Historia sportu na tle dziejów kultury fizycznej*, Warszawa: 77-78.

<sup>14</sup> W. Lipoński (2012), dz. cyt.: 76-77.

<sup>15</sup> M. Zowisło (1994), *Idea holizmu w starożytnym olimpiźmie wobec kryzysu współczesnej kultury*. W: J. Lipiec [red.], *Logos i etos polskiego olimpiźmu*, Kraków: 85.

z założeniami przeprowadzonej w 1860 r. w Prusach reformy wychowania fizycznego, „zadaniem szkolnej gimnastyki jest przygotować niższe warstwy pracującej ludności do wyszkolenia wojskowego i służby w stałej armii”<sup>16</sup>. W Związku Sowieckim kultura fizyczna miała wspierać obszar „wychowania umysłowego, politechnicznego”, „podnosić morale i zdolność do socjalistycznego współdziałania”, służyć przygotowaniu do pracy produkcyjnej i udziału w powszechnym systemie służby wojskowej<sup>17</sup>. Bardziej zrównoważone podejście do aktywności ruchowej występowało w II Rzeczypospolitej. Choć według Józefa Piłsudskiego, sport miał być „środkiem kształtującym gotowość bojową”, to zarazem dostrzegał on jego walory rozrywkowe, wychowawcze i zdrowotne. Istotne znaczenie miało odrzucenie przez państwo propozycji przejścia kontroli nad sportem młodzieży szkolnej przez związki sportowe. Celem było zapobieżenie zbyt wczesnej specjalizacji w sferze aktywności ruchowej<sup>18</sup>.

W ramach odrębnej tradycji wspólne uczestnictwo w ćwiczeniach, grach i zabawach ruchowych traktowane jest jako środek wychowawczy. Według świętego Jana Pawła II, „Sport jest prawdziwą szkołą lojalności, szczerości, uczciwości, poświęcenia, odwagi, siły, wytrzymałości, solidarności i poszanowania rywala”<sup>19</sup>. Przykładem takiego podejścia do sfery aktywności ruchowej jest system prewencyjny edukacji salezjańskiej. Zgodnie z nim uczestnictwo w zajęciach sportowych służy „odprężeniu, relaksowi, radości, odpoczynkowi”, „stymulacji rozwoju fizycznego i zdrowotnego młodzieży” oraz umożliwia jej „rozwój w sferze psychicznej, duchowej, intelektualnej, moralnej, kulturowej i społecznej” (także religijnej). Boisko w systemie prewencyjnym jest miejscem spotkania wychowawców z wychowankami, „wchodzenia w indywidualne i wspólnotowe interakcje”, daje możliwość „inicjowania ciekawych sportowych pomysłów” i poznawania „stanu psychofizycznego wychowanków”. W konsekwencji opiekun może korygować i kształtować zachowania podopiecznych zgodnie z zasadą świętego Jana Bosko: „Należy tylko uważać, żeby sama rozrywka, jej uczestnicy, ale także wypowiedane słowa, były nienaganne”<sup>20</sup>.

<sup>16</sup> W. Lipoński (2012), dz. cyt.: 412-413.

<sup>17</sup> P. Godlewski (2010), dz. cyt.: 359.

<sup>18</sup> L. Szymański (1994), *Sport w polityce II Rzeczypospolitej*. W: J. Lipiec [red.], dz. cyt.: 495.

<sup>19</sup> Przemówienie Papieża Jana Pawła II wygłoszone podczas audiencji udzielonej członkom MKOl w dniu 27 maja 1982 r., za: M. Ponczek (2010), *Znaczenie wypowiedzi o sporcie papieża XX wieku dla jego społeczno-edukacyjnego rozwoju*. W: J. Nowocień, J. Chełmecki [red.], dz. cyt.: 379.

<sup>20</sup> Z. Dziubiński (2014), *Sport w perspektywie salezjańskiej*, Warszawa: 9-10, 26-27, 30.

Program szkolnego wychowania fizycznego może być ukształtowany w oparciu o inne prądy intelektualne związane ze sportem. Edukacja olimpijska podkreśla znaczenie uczestnictwa w akcie rywalizacji sportowej, przyjęcia właściwej postawy wobec przeciwnika, podjęcia trudu rozwijania własnego talentu. Celem jest wychowanie rzeczywistych olimpijczyków i ukształtowanie osób zdolnych „realizować olimpijskie cele w wielu innych obszarach – zarówno na skromniejszych imprezach sportowych, jak i przede wszystkim w życiu pozasportowym”<sup>21</sup>. Z kolei tradycja „czystej, uczciwej, szlachetnej gry” (*fair play*) wskazuje na podejście sportowca do jego rywali („troska o zdrowie, odpowiedzialność w walce sportowej, przestrzeganie reguł i przepisów w rywalizacji sportowej i zachowanie równości szans zawodników w sporcie”)<sup>22</sup>.

Wyrazem aktualnych tendencji związanych z wychowaniem fizycznym jest fragment tekstu rozporządzenia dotyczącego podstawy programowej w szkole podstawowej. „Wychowanie fizyczne to nie tylko przygotowanie sprawnościowe, ale przede wszystkim prozdrowotne. Pełni ono, oprócz swej funkcji doraźnej, również funkcję perspektywną (przygotowuje do dokonywania w życiu wyborów korzystnych dla zdrowia). W podstawie programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej widoczna jest personalistyczna koncepcja wychowania oraz koncepcja sprawności fizycznej ukierunkowanej na zdrowie”<sup>23</sup>. Choć uwaga ta dotyczy zajęć w klasach IV-VIII, to można ją uznać za ogólną zasadę wyznaczającą cel wychowania fizycznego na każdym etapie nauczania. W konsekwencji podejmowanie aktywności ruchowej w szkole ma służyć kreacji wartości dotyczących osoby ucznia oraz odnoszących się głównie do jego aktualnego i przyszłego stanu zdrowia.

Wychowanie fizyczne jest nierozzerwalnie związane z pozostałymi elementami kultury fizycznej. Sport pełni rolę w zakresie popularyzacji aktywności ruchowej. Czynnikiem mogącym wpływać na kształt zajęć wychowania fizycznego w czasie edukacji wczesnoszkolnej jest udział najmłodszych dzieci w różnych zajęciach sportowych.

Według przeprowadzonych w 2010 r. badań w przypadku dzieci sześcioletnich zarówno w dni powszednie po powrocie z przedszkola (78,4%)

---

<sup>21</sup> J. Lipiec (2010), *Edukacyjne wartości olimpizmu*. W: J. Nowocień, J. Chełmecki [red.], dz. cyt.: 19-22.

<sup>22</sup> Z. Żukowska, R. Żukowski (2010), *Fair play jako wartość edukacyjna w sporcie a sprawności moralne nauczyciela wychowania fizycznego i trenera*. W: Ciże [red.], *Fair play w sporcie i olimpizmie. Szansa czy utopia*, Warszawa: 62.

<sup>23</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej..., dz. cyt.: 28.

oraz w soboty i w niedziele (74,4%) przeważały bierne formy spędzania czasu wolnego, np. oglądanie programów w telewizji, gry komputerowe, zabawy plastyczne, zabawy tematyczne i konstrukcyjne. Udział sześciolatków w zajęciach wymagających podjęcia przeciętnej aktywności fizycznej (zabawy na huśtawkach, drabinkach, zabawa w chowanego itp.) wyniósł 10,1% w dni powszednie po powrocie z przedszkola oraz 15,3% w soboty i w niedziele. Z kolei uczestnictwo tej samej grupy wiekowej w zajęciach wymagających wysokiej aktywności fizycznej (bieganie, gry i zabawy ruchowe na dworze, np. jazda na rowerze, hulajnodze, gra w piłkę) wyniosło 11,6% w dni powszednie po powrocie z przedszkola oraz 10,4% w soboty i w niedziele<sup>24</sup>.

Badania przeprowadzone przez Centrum Badania Opinii Społecznej wskazują na skalę i rodzaj uczestnictwa dzieci w wieku szkolnym w dodatkowych zajęciach edukacyjnych i ogólnorozwojowych (w szkole oraz poza nią) opłacanych przez ich rodziców. W roku szkolnym 2018/2019 dwie trzecie rodziców (67%) zadeklarowało, „że przynajmniej jedno z ich dzieci uczęszcza lub będzie uczęszczać w rozpoczętym roku szkolnym na takie zajęcia” W kolejnym roku szkolnym odsetek ten wynosił 63% (spośród tej grupy 83% rodziców opłacała dodatkowe zajęcia wszystkim swoim dzieciom, stanowi to 51% dzieci w wieku szkolnym). Według CBOS w roku szkolnym 2019/2020: „najpopularniejszym obecnie rodzajem płatnych zajęć edukacyjnych dla dzieci i młodzieży są różnego typu zajęcia sportowe, w tym roku finansuje je lub zamierza sfinansować 41% rodzin, w których są dzieci w wieku szkolnym” (mniejsze grupy rodziców opłacają naukę języków obcych – 39%, korepetycje i kursy przygotowawcze – 25%, płatne zajęcia artystyczne – 18%)<sup>25</sup>.

Współcześnie udział w zajęciach sportowych biorą już dzieci w wieku 4 lat. Zajęcia te stanowią formę przygotowania do treningu sportowego lub mają charakter rekreacyjny jako jeden z elementów procesu umożliwiającego wszechstronny rozwój dziecka<sup>26</sup>. W przypadku przedmiotu wychowanie fizyczne w klasach I-III skutkiem opisywanej tendencji może być większe zróżnicowanie uczniów pod względem sprawności fizycznej. Przyczyną tego stanu będzie udział poszczególnych dzieci w wieku przedszkolnym w różnych zajęciach służących pogłębianiu ich rozwoju fizycznego i intelektualnego

<sup>24</sup> B. Biniakiewicz, J. Gebreselassie (2010), *Aktywność fizyczna sześciolatków i ich rodziców*. W: J. Nowocień, J. Chełmecki [red.], dz. cyt.: 153-154, 160.

<sup>25</sup> Centrum Badania Opinii Społecznej (2020), *Wydatki rodziców na edukację dzieci w roku szkolnym 2019/2020*, Warszawa: 5-8, [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2019/K\\_135\\_19.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2019/K_135_19.PDF) (20.12.2020).

<sup>26</sup> U. Drewes, B. Merkel (brw.), *Podręcznik trenera piłki nożnej dzieci*, Warszawa: 15-25, <https://www.pzpn.pl/dzieci-i-mlodziez/akademia-pilkarska-grassroots/publikacje> (20.12.2020).

(np. sportowego, muzycznego, językowego). Z naturalnych przyczyn uczestnicy zajęć ruchowych będą przewyższali pod względem sprawności fizycznej swoich rówieśników pozbawionych takich możliwości.

Zróznicowanie dzieci pod względem sprawności fizycznej może mieć także swoje pozytywne skutki. Uczniowie o wyższym poziomie zdolności i sprawności uczą się funkcjonować w grupie zróżnicowanej. Nauczyciel w miarę możliwości może im przydzielić dodatkowe zadania. W przypadku wychowania fizycznego może to być prezentacja ćwiczeń, pomoc w ich wykonywaniu innym dzieciom, wykonywanie trudniejszych ćwiczeń. Natomiast uczniowie o mniejszej sprawności i umiejętnościach ruchowych odnoszą korzyści w postaci możliwości ich poprawy poprzez współdziałanie z uczniami bardziej sprawnymi<sup>27</sup>.

Sposób prowadzenia zajęć przygotowujących najmłodsze dzieci do treningu sportowego może mieć konsekwencje dla sportu i wychowania fizycznego. W przypadku prowadzenia treningu z najmłodszymi grupami wiekowymi zwrócono uwagę, że „zbyt często była to kalka treningu dorosłych, gdzie królują stereotypowe formy ćwiczeń. Tak ważna w tym wieku radość z gry w ogóle nie była uwzględniana, a dzieci miały niewiele frajdy z trenowania i gry”. Efektem było wypracowanie form treningowych przypominających rekreacyjną grę w piłkę nożną znaną z podwórek czy boisk osiedlowych (np. zamiast gry 11x11 gra treningowa 4x4 bez przydziału pozycji na boisku, skutkiem jest większe zaangażowanie zawodników w grę oraz obniżenie poziomu stresu i presji)<sup>28</sup>. W efekcie szkoła może korzystać z osiągnięć metodycznych w obszarze poszczególnych dyscyplin sportowych. Wybrane ćwiczenia i zabawy mogą być wykorzystane w czasie lekcji wychowania fizycznego w klasach I-III ze względu na ich ukierunkowanie na radość jaką mają sprawiać ćwiczącym<sup>29</sup>.

Wśród czynników wpływających na kształt przedmiotu wychowanie fizyczne w szkole podstawowej w klasach od I do III należy wskazać akty normatywne określające zakres realizowanych treści w czasie lekcji (podstawa programowa), praktyczne podejście nauczycieli do tego działu edukacji, uwarunkowania związane z charakterystyką rozwoju fizycznego dziecka w wieku od 7 do 9 lat, aktualny poziom sprawności fizycznej uczniów, całokształt tradycji związanej z aktywnością ruchową, poziom zróżnicowania uczniów

---

<sup>27</sup> Por. M. Przetacznik-Gierowska, Z. Włodarski (1998), dz. cyt.: 329

<sup>28</sup> U. Drewes, B. Merkel (brw.), dz. cyt.: 99.

<sup>29</sup> Por. Niemiecka Federacja Piłki Nożnej (DFB), *Piłka nożna w szkole. Zeszyt nr 2*, Warszawa: 8-15, <https://www.pzpn.pl/dzieci-i-mlodziez/akademia-pilkarska-grassroots/publikacje> (20.12.2020).

w zakresie posiadanych umiejętności ruchowych i sprawności fizycznej, aktualne tendencje dotyczące prowadzenia zajęć sportowych z dziećmi. Zwiększenie efektywności nauczania może nastąpić poprzez przygotowanie dla nauczycieli prowadzących lekcje wychowania fizycznego w klasach I-III ułatwienia w postaci dostępnego w internecie poradnika zawierającego przykłady ćwiczeń, gier i zabaw ruchowych (zgodnie z ich podziałem w aktualnej podstawie programowej). Natomiast w zakresie kształtowania postaw można wykorzystać doświadczenia i wiedzę związane z salezjańskim systemem prewencyjnym, edukacją olimpijską, tradycją „czystej gry”. W konsekwencji wychowanie fizyczne może stać się istotnym elementem formowania osobowości uczniów w systemie edukacji wczesnoszkolnej.