

## PROGRAM PROMOCJI AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ JAKO ZADANIE WSPÓŁCZESNEJ SZKOŁY

„Aktywność fizyczna” (*physical activity*) jest pojęciem powszechnie stosowanym w anglojęzycznej literaturze związanej z zachowaniami zdrowotnymi stanowiąc, w pewnym sensie, odpowiednik polskiego (i stosowanego jeszcze w innych krajach, zwłaszcza Europy Wschodniej i Środkowej) pojęcia „kultura fizyczna”. W wielu badaniach ankietowych prowadzonych w Europie powszechnie stosuje się również określenie „sport” jako synonim aktywności fizycznej. Jest to zgodne z definicją przyjętą przez Radę Europy, określającą „sport” jako „wszelkie formy aktywności fizycznej, które poprzez uczestnictwo doraźne lub zorganizowane, stawiają sobie za cel wypracowanie lub poprawienie kondycji fizycznej i psychicznej, rozwój stosunków społecznych lub osiągnięcie wyników sportowych na wszelkich poziomach”<sup>1</sup>. W związku z procesami integracji europejskiej, globalizacji oraz współpracy międzynarodowej w programach sportowych, dydaktycznych i naukowych, pojęcie „aktywność fizyczna” w paradygmacie nauk kultury fizycznej w Polsce powinno zostać w większym stopniu rozpropagowane i powszechniej niż dotychczas stosowane dla określenia różnorodnych przejawów działalności rekreacyjno-sportowej dzieci, młodzieży i dorosłych.

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) definiuje aktywność fizyczną jako: „każdy wymagający wydatku energetycznego ruch ciała wykonywany dzięki pracy mięśni szkieletowych”<sup>2</sup>. Przyjmuje się również, że aktywnością fizyczną jest jakikolwiek ruch ciała związany z kurczeniem się mięśni, który zwiększa wydatek energetyczny powyżej poziomu spoczynkowego. Może on być związany z wysiłkiem fizycznym w trakcie wykonywania pracy zawodowej, pracami domowymi, przemieszczaniem się oraz zachowaniami rekreacyjnymi i sportem w czasie wolnym<sup>3</sup>.

---

1 Komisja Wspólnot Europejskich (2007), *Biała Księga. Biała Księga Na Temat Sportu.*, Bruksela, s. 2.

2 [http://www.who.int/topics/physical\\_activity/en](http://www.who.int/topics/physical_activity/en), 30.04.2010.

3 W. Mynarski i wsp. (2007), *Sprawność fizyczna ukierunkowana na zdrowie (H-RF) populacji Górnego Śląska*. Katowice.

Uświadomienie mieszkańcom Europy roli sportu w systemie edukacji oraz znaczenia zajęć ruchowych w programach szkolnych było główną ideą ustanowienia roku 2004 Europejskim Rokiem Edukacji poprzez Sport (European Year of Education through Sport). Akcentowano także promowanie edukacji przez sport w procesie kształcenia i wychowania młodzieży jako narzędzia integracji społecznej oraz w celu rozwijania wiedzy i umiejętności uczniów poprzez zachęcanie do współpracy instytucji edukacyjnych i organizacji sportowych. Podsumowując wyniki tego programu postulowano, by w kolejnych latach wykorzystać dotychczasowe doświadczenia w celu propagowania konieczności realizacji programów promocji sportu i aktywności fizycznej w szkołach (np. poprzez tworzenie „Szkół zorientowanych na sport”). Za istotne uznano też zwiększanie świadomości wzajemnych korzyści dla instytucji edukacyjnych i organizacji sportowych płynących z bliższej ich współpracy. Zaowocować to powinno wykorzystaniem potencjału sportu w nabywaniu i rozwijaniu kluczowych kompetencji, niezbędnych dzieciom i młodzieży, takich jak zdolności interpersonalne, międzykulturowe, społeczne i obywatelskie<sup>4</sup>.

W trakcie czwartego spotkania Grupy Roboczej UE „Sport i Zdrowie”, które odbyło się 25 września 2008 r. w Brukseli, zatwierdzono dokument pod tytułem *Wytyczne UE dotyczące aktywności fizycznej. Zalecana polityka działań na rzecz wspierania aktywności fizycznej poprawiającej zdrowie*. Zwrócono tam uwagę, że obecnie dzieci i młodzież, w wyniku sedentaryjnego trybu życia, coraz częściej cierpią na choroby metaboliczne, układu krążeniowo-oddechowego oraz nadwagę i otyłość. Dzieci takie nie trafiają na ogół do klubów sportowych, gdyż te swoją ofertę kierują głównie do jednostek najsprawniejszych. Wychowanie fizyczne, jako obowiązkowy przedmiot, powinno umożliwić wszystkim uczniom, również tym o niskiej sprawności fizycznej, systematyczny udział w aktywności fizycznej i, dzięki temu, doprowadzić do poprawy zdrowia i popularyzacji zachowań zdrowotnych wśród dzieci i młodzieży. Dla zwiększenia intensywności tych działań należy również w szkołach organizować rekreacyjno-sportowe zajęcia pozalekcyjne oraz promować partnerstwo szkół z innymi podmiotami zajmującymi się sportem i rekreacją. Dla zapewnienia uczniom aktywności fizycznej na co dzień i we wszystkich klasach należy uwzględnić ją w programach nauczania. Istotne jest zwrócenie uwagi już na dzieci w przedszkolach, a promować zachowania prozdrowotne powinni również trenerzy w klubach i rodzice. Wymieniono również warunki, jakie szkoły powinny spełniać dla umożliwienia uczniom udziału w zdrowotnie zorientowanej aktywności fizycznej:

- klasy na zajęciach ruchowych mają liczyć 24 uczniów,

---

<sup>4</sup> Komisja Wspólnot Europejskich (2005), *Komunikat Komisji Europejskiej do Parlamentu Europejskiego, Rady, Europejskiego Komitetu Ekonomiczno-Społecznego oraz Komitetu Regionów. Działanie UE w dziedzinie edukacji przez sport: kontynuacja osiągnięć EYES 2004*, Bruksela.

- szkoły należy wyposażyć w odpowiedni sprzęt sportowy,
- aktywność fizyczna musi być elementem szkolnego programu dydaktyczno-wychowawczego,
- należy stosować właściwe procedury oceny uczniów z wychowania fizycznego,
- szkoła powinna współpracować z lokalnymi klubami sportowymi,
- obiekty sportowe szkoły należy udostępniać uczniom po lekcjach<sup>5</sup>.

Analizując zachowania zdrowotne w zależności od stanu zdrowia dorastającej młodzieży polskiej B. Zawadzka wykazała ich niezadowalający stan. Prawie połowa zdrowych chłopców uprawiała ćwiczenia fizyczne w czasie wolnym 1-3 razy w tygodniu, 38,5% powyżej 4 razy, a 14,5% nie ćwiczyła wcale. W grupie dziewcząt 53,5% ćwiczyło 1-3 razy w tygodniu, a odsetek ćwiczących ponad 4 razy i niepodejmujących aktywności ruchowej wynosił około 23%. Jednocześnie znacząca część respondentów (61,7%) deklarowała, że oglądała telewizję lub wideo 1-3 godzin dziennie, a 24% – 4 godziny i więcej. Na gry komputerowe 78,7% dziewcząt oraz 67,4% chłopców przeznaczało do godziny dziennie, a 17,8% dziewcząt i 21,9% chłopców aż 1-6 godzin w ciągu dnia spędzało przed komputerem. Jednym z wniosków wynikających z tych badań było stwierdzenie: „młodzież w wieku od 14 do 18 lat, która systematycznie podejmuje różne formy aktywności ruchowej poza szkołą, w mniejszym odsetku pali papierosy niż młodzież nie ćwicząca wcale. Istnieje zależność istotna statystycznie między uprawianiem aktywności fizycznej a piciem alkoholu. Młodzież, która w czasie wolnym ćwiczy częściej i więcej godzin w tygodniu, mniej bądź wcale nie pije alkoholu”<sup>6</sup>. Wyniki wskazujące na stosunkowo niski poziom aktywności fizycznej polskich dzieci i młodzieży w porównaniu z rówieśnikami z innych krajów Europy odnotowano także w badaniach Głównego Urzędu Statystycznego z 2008 roku<sup>7</sup> oraz sondażu zleconym przez Komisję Europejską z 2009 r.<sup>8</sup>

Obiektywnymi powodami konieczności promocji aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży są między innymi następujące przesłanki:

Aktywność fizyczna jest niezbędnym czynnikiem prawidłowego psychofizycznego rozwoju dzieci i młodzieży<sup>9</sup>.

5 *EU Physical Activity Guidelines. Recommended Policy Actions in Support of Health-Enhancing Physical Activity. Fourth Consolidated Draft, Approved by the EU Working Group "Sport & Health" at its meeting on 25 September 2008.* Brussels, 10 October 2008.

6 B. Zawadzka (2007), *Dorastająca młodzież wobec problemu własnego zdrowia*, Kraków, s. 267.

7 Informacje i Opracowania Statystyczne. GUS (2009), *Uczestnictwo Polaków w sporcie i rekreacji ruchowej w 2008 r.*, Warszawa.

8 *Sport and Physical Activity.* Special Eurobarometr 72.3, March 2010. European Commission.

9 W. Osiński (2003), *Antropomotoryka*, Poznań; R. Przewęda, J. Dobosz (2003), *Kondycja fizyczna polskiej młodzieży*, Warszawa; J. Raczek (1995), *Hipokinezja i jej skutki, jako problem*

Aktywność fizyczna w czasie wolnym staje się dla współczesnych pokoleń nie tyle kwestią dowolnego wyboru co koniecznością, powinnością, moralnym obowiązkiem i biologiczną potrzebą, gdyż jej niedostatek (hipokineza) jest główną przyczyną tzw. chorób cywilizacyjnych, zwanych w związku z tym hipokinetycznymi<sup>10</sup>.

W świetle wyników badań, aktywność fizyczna młodego pokolenia Polaków jest wysoce niewystarczająca i odbiega od standardów europejskich<sup>11</sup>.

Tworzenie szkolnych programów promocji aktywności fizycznej wymaga znajomości subiektywnych uwarunkowań podejmowania (lub nie podejmowania) przez uczniów zachowań rekreacyjnych. Są to m.in. motywy podejmowania takich zachowań, zainteresowania poszczególnymi formami ruchowymi oraz bariery powodujące nie podejmowanie takich działań. Wyniki poniższych badań stanowią pewne wskazówki dla przygotowywania programów aktywności fizycznej dla uczniów.

Młodzież w wieku 15-24 lata z 27 krajów Europy na pytanie o miejsce uprawiania sportu i aktywności fizycznej najczęściej (34% ankietowanych, 32% płci męskiej i 36% żeńskiej) wskazywała na park i środowisko naturalne<sup>12</sup>.

Z badań Głównego Urzędu Statystycznego *Uczestnictwo Polaków w sporcie i rekreacji ruchowej w 2008 r.* wynika, że niezależnie od płci respondentów najpopularniejszymi formami aktywności fizycznej dzieci w wieku 10-14 lat były jazda na łyżworolkach, deskorolce, wrotkach (36,8%), piłka ręczna (33,6%), lekkoatletyka (27,1%), piłka nożna (25,3%) i koszykówka (24,1%). Młodzież 15-19 letnia preferowała koszykówkę (28,2%), piłkę ręczną (27,7%), piłkę nożną (25,6%) i lekką atletykę (24,0%)<sup>13</sup>.

---

współczesnej cywilizacji. W: B. Chmielewski [red.], *Nauki o kulturze fizycznej wobec wyzwań współczesnej cywilizacji*, Katowice; R. Szeklicki (1997), *Aktywność fizyczna dzieci i młodzieży polskiej w wieku 11, 13, 15 lat*. Poznań, (praca doktorska); B. Woynarowska (2007), *Edukacja zdrowotna*, Warszawa.

10 P. O. Astrand (2000), Dlaczego wysiłek? *Medicina Sportiva*, nr 4, ss. 83-100; W. K. Balsewicz (2000), *Ontokinezylogia człowieka. Teoria i Praktyka Fizycznej Kultury*, Moskwa; A. Dąbrowski [red.] (2006), *Zarys teorii rekreacji ruchowej*, Warszawa; J. Drabik (1997), *Aktywność, sprawność i wydolność fizyczna jako miernik zdrowia człowieka*, Gdańsk; B. Hodań, T. Dohnal (2005), *Rekreologie*, Olomouc.

11 M. Bronikowski (2003), Zmiany sprawności fizycznej u 13-letnich chłopców i dziewcząt z Poznania na przestrzeni lat 1979-1999. *Human Movement*, nr 1, ss. 33-38; A. Cabak, B. Woynarowska (2004), Aktywność fizyczna młodzieży w wieku 11-15 lat w Polsce i innych krajach w 2002 roku, *Wychowanie Fizyczne i Sport*, nr 4, ss. 355-366; B. Woynarowska, J. Mazur (2000), *Zachowania zdrowotne i zdrowie młodzieży szkolnej w Polsce i w innych krajach*, Warszawa.

12 *Sport and Physical Activity*. Special Eurobarometr 72.3, March 2010. European Commission.

13 Informacje i Opracowania Statystyczne. GUS (2009), op. cit.

W opinii dzieci i młodzieży Europy (podobnie jak dorosłych) zdecydowanie najważniejszą korzyścią z uprawiania sportu jest poprawa własnego zdrowia zarówno fizycznego jak i psychicznego, akcentuje się także poprawę sprawności fizycznej oraz relaks i zabawę (tab. 1.)<sup>14</sup>. W badaniach przeprowadzonych wśród Europejczyków w 2009 roku najczęściej wymieniane korzyści z uprawiania sportu były takie same, jednak odsetek wskazujących na główne motywy nieco niższy – na poprawę zdrowia wskazało 52% respondentów w wieku 15-24 lat (51% płci męskiej, 53% żeńskiej), na rozwój sprawności fizycznej – 45% (47% i 43%)<sup>15</sup>.

**Tabela 1.** Wyniki badań ankietowych dotyczących motywów podejmowania aktywności fizycznej przez młodzież

Korzyść z uprawiania sportu i aktywności fizycznej	Odsetek odpowiedzi respondentów	
	Wiek do 15 lat	16-19 lat
Poprawa własnego zdrowia (psychicznego i fizycznego)	75%	79%
Dla rozwoju sprawności fizycznej	38%	49%
Dla relaksu	36%	43%
Dla zabawy	28%	35%
Dla spotkań z przyjaciółmi	26%	33%

Źródło: *The citizens of the European Union and Sport*.

Głównym powodem braku regularnego udziału w sporcie i aktywności fizycznej, jaki podają badani przedstawiciele europejskiej młodzieży w wieku 15-24, lat jest brak czasu. Takiej odpowiedzi udzieliło 53% dziewcząt i 48% chłopców<sup>16</sup>. Podobny wniosek z badań uczniów różnych typów polskich szkół wyciągnął K. Sas-Nowosielski, który jako główną barierę aktywności fizycznej wskazuje brak czasu, a w dalszej kolejności brak miejsca do ćwiczeń, brak motywacji i bariery fizyczne<sup>17</sup>.

Szkoła, która swoim wpływem przez wiele lat obejmuje całą populację dzieci i młodzieży, powinna pełnić istotną rolę w przygotowaniu uczniów do racjonalnego wypełniania czasu wolnego. R. Tauber i W. Siwiński wyrażali opinię, że „do placówek wychowania pozaszkolnego trafiają wybrani. Z tego względu prowadzenie na terenie szkoły różnych form zajęć masowych, zespołowych i indywidualnych jest dawaniem szans wszystkim, niezależnie od miejsca zamieszkania i poziomu kultury rodziny. W ramach wielu zajęć pozaszkolnych młodzież mogłaby samodzielnie projektować, realizować i oce-

14 *The citizens of the European Union and Sport*. Special Eurobarometer 213, 2004.

15 *Sport and Physical Activity* op. cit.

16 Op. cit.

17 K. Sas-Nowosielski (2009), *Determinanty wolnoczasowej aktywności fizycznej młodzieży i ich implikacje dla procesu wychowania do uczestnictwa w kulturze fizycznej*, Katowice.

niać efektywność osiągnięć własnych, mając jednocześnie świadomość możliwości skorzystania i faktycznie korzystając z fachowego doradztwa i realnej pomocy nauczycieli-wychowawców w momentach, gdy pomoc taka okaże się niezbędna. Może to być optymalny wariant układu: inicjatywa i samodzielność młodzieży i integracja wychowawcza dorosłych”<sup>18</sup>.

Znacznie większy odsetek obywateli Polski (86%) niż innych krajów Europy (średnia europejska 77%) uważa, że w szkolnych planach powinno być więcej sportu. W opinii zdecydowanej większości badanych mieszkańców Polski (93% odpowiedzi „zdecydowanie tak”) współpraca instytucji oświatowych i organizacji sportowych powinna być lepsza. W pozostałych krajach, poza Maltą, współpraca ta jest oceniana pozytywniej<sup>19</sup>.

Konieczność rozszerzenia oferty szkolnej kultury fizycznej postulował W. Osiński, wyznaczając kierunki modernizacji szkolnego wychowania fizycznego w związku z wprowadzaniem reformy systemu edukacji. Autor ten zwrócił uwagę na następujące możliwości: „część programu wychowania fizycznego trzeba realizować również w innym niż lekcja formach w czasie dla młodzieży wolnym – także w soboty i w niedziele oraz także poza szkołą – na obozach, wycieczkach, turniejach czy po prostu – w rodzinie. (...) Wychowanie fizyczne może tu spełniać też zupełnie wyjątkową – a tak akceptowaną w reformie systemu edukacji – rolę w stopniowym przywracaniu szkole pełnego charakteru wychowawczego, w zapewnieniu pomocy w przypadkach trudnych, w patologich społecznych”<sup>20</sup>.

Tymczasem R. Winiarski, analizując wpływ różnych czynników na poziom usportowienia młodzieży krakowskich szkół średnich wykazał, że oddziaływanie szkoły jest znacznie mniejsze od wpływu kolegów, rodziny lub indywidualnych cech samego ucznia. Wynikało to z faktu, że zaledwie 12,8% młodzieży (10,4% dziewcząt i 14,6% chłopców), wskazało szkołę jako miejsce uprawiania sportu<sup>21</sup>. Z danych GUS wynika, że w roku szkolnym 2007/2008 na sportowe zajęcia pozalekcyjne uczęszczało 16,8% uczniów szkół podstawowych, 17,4% gimnazjalistów i 10,4% uczniów szkół ponadgimnazjalnych<sup>22</sup>.

Aktywność fizyczną zarówno dzieci i dorosłych uznaje się za podstawowy warunek i determinant zdrowia. Jednym z celów operacyjnych *Narodowego*

---

18 R. Tauber, W. Siwiński (2002), *Pedagogika czasu wolnego. Zarys wykładu*, Poznań, s. 48.

19 *The citizens of the European Union and Sport* op. cit.

20 W. Osiński (1999), Wychowanie fizyczne w przededniu reformy systemu edukacji – rejestr problemów najważniejszych. W: W. Osiński, J. Pośpiech, A. Szcéwka [red.], *Wychowanie fizyczne w dobie reformy edukacji. Oczekiwania – realia – pespektywy*, Wrocław, s. 19.

21 R. Winiarski (1995), *Aktywność sportowa młodzieży: geneza, struktura uwarunkowania*, Kraków.

22 *Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2007/2008. Informacje i opracowania statystyczne*. GUS, Warszawa 2008.

*Programu Zdrowia na lata 2007-2015 (NPZ)*<sup>23</sup> jest „Zwiększenie aktywności fizycznej ludności”. Zadaniem priorytetowym dotyczącym szkolnictwa są:

„Inspirowanie dyrektorów szkół wszystkich typów do wprowadzania dodatkowych godzin wychowania fizycznego, zarówno w ramach zajęć obowiązkowych jak i w godzinach pozalekcyjnych. Wdrożenie nowoczesnych programów aktywności fizycznej”<sup>24</sup>.

Jednym z oczekiwanych efektów NPZ w tym obszarze w 2015 roku ma być zaangażowanie w różne formy aktywności ruchowej, o określonej intensywności i częstotliwości w czasie wolnym, co najmniej 60% dzieci i młodzieży oraz 35% dorosłych. Wskaźnikiem ewaluacji po zakończeniu programu będzie liczba szkół mających sale gimnastyczne oraz realizujących nowy program wychowania fizycznego<sup>25</sup>

Biorąc pod uwagę funkcje, jakie powinien pełnić czas wolny w życiu dzieci i młodzieży oraz zadania w tym względzie szkoły, wydaje się, że dla znacznej części populacji uczniów właśnie zajęcia o charakterze sportowym będą najbardziej efektywnym sposobem na zaspokojenie osobistych potrzeb i zainteresowań w zakresie odpoczynku i rozrywki. Konieczność organizowania zajęć przygotowujących do podejmowania samodzielnej aktywności fizycznej w czasie wolnym wynika wprost z ustawy o systemie oświaty<sup>26</sup>, zgodnie z którą system oświaty powinien w szczególności zapewniać m.in. warunki do rozwoju zainteresowań i uzdolnień uczniów przez organizowanie zajęć pozalekcyjnych i pozaszkolnych oraz wdrażania do aktywności społecznej i umiejętnego spędzania czasu wolnego.

Sondażowe badania własne przeprowadzone w 2009 roku za pomocą kwestionariusza ankiety „Bilans oferty szkoły w zakresie pozalekcyjnych zajęć rekreacyjno-sportowych” przeczą obiegowej opinii o braku pozalekcyjnych zajęć ruchowych w polskich szkołach. W większości objętych badaniami placówek organizowanych było kilka rodzajów zajęć pozalekcyjnych o charakterze rekreacyjno-sportowym. Zainteresowani uczniowie, mają więc możliwość dodatkowej aktywności fizycznej w czasie wolnym, poza obowiązkowymi czterema godzinami wychowania fizycznego w tygodniu (tab. 2)<sup>27</sup>.

---

23 Załącznik do Uchwały Nr 90/2007 Rady Ministrów z dnia 15 maja 2007 r.

24 Ibid., s. 31.

25 Ibid., Rozdział II. *Cele dotyczące czynników ryzyka i działania w zakresie promocji zdrowia.*

26 Ustawa z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty. Dz. U. 2004, nr 256, poz. 2572 z późniejszymi zmianami.

27 Badaniami objęto nauczycieli wychowania fizycznego z 292 szkół. Najwięcej – 173 (59,3%) wypowiedzi – dotyczyło szkół podstawowych, sondaż przeprowadzono również w 72 (24,7%) gimnazjach i 47 (16,1%) szkołach ponadgimnazjalnych. Szkoły objęte badaniami znajdowały się zarówno w dużych aglomeracjach (ponad 100 tys. mieszkańców) – 79 placówek (27,1%), jak i w średnich miastach (25-100 tys.) – 77 (26,4%), małych miastach (do 25 tys.) – 33 (11,3%) oraz na wsiach – 103 (35,3%).

te zapewne w kolejnych latach zwiększą się w związku ze zmianami w *Karcie Nauczyciela*, które obligują nauczycieli do prowadzenie dodatkowych (poza lekcjami) zajęć opiekuńczych i wychowawczych uwzględniających potrzeby i zainteresowania uczniów<sup>28</sup>.

**Tabela 2.** Zasięg pozalekcyjnych zajęć rekreacyjno-sportowych w poszczególnych rodzajach szkół

Rodzaj zajęć pozalekcyjnych	Szkoła podstawowa		Gimnazjum		Szkoła ponadgimnazjalna		Razem	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Finansowane z budżetu gminy (powiatu)	107	61,85	50	69,44	24	51,06	181	61,99
W ramach godzin do dyspozycji dyrektora	61	35,26	22	30,56	14	29,79	97	33,22
Prowadzone przez nauczyciela bez wynagrodzenia	101	58,38	50	69,44	30	63,83	181	61,99
Finansowane z budżetu profilaktyki antyalkoholowej	44	25,43	24	33,33	4	8,51	72	24,66
Finansowane z innych źródeł	44	25,43	23	31,94	7	14,89	74	25,34

Źródło: Badania własne.

Przykładem tworzenia w szkołach programów promocji aktywności fizycznej z wykorzystaniem środków unijnych są działania podejmowane w gminie Wilamowice. Stworzono tam program edukacyjny *Wilamowice-Edukacja-Rozwój*, który realizowany był w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki, współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego (Priorytet IX – Rozwój wykształcenia i kompetencji w regionach, podpunkt 9.1.2 wyrównywanie szans edukacyjnych uczniów). W ramach tego przedsięwzięcia w szkołach realizowane były 22 formy zajęć edukacyjnych, z których dzieci i młodzież korzystała nieodpłatnie. Wśród propozycji dla uczniów były też zajęcia sportowe, rekreacyjne oraz nauka pływania<sup>29</sup>

Wprowadzanie do szkół programów promocji aktywności fizycznej zgodnie jest z europejskimi tendencjami zawartymi w *Białej Księdze Sportu* przyjętej przez Komisję Europejską w 2007 roku<sup>30</sup>. Sformułowano w niej wytyczne

28 Ustawa z dnia 21 listopada 2008 r. o zmianie ustawy – Karta Nauczyciela, art. 42, Dz. U. z 2009 r. nr 1, poz. 1.

29 Informacja uzyskana od dyrektora Gimnazjum im. Jana Pawła II w Pisarzowicach Macieja Źarskiego – kierownika projektu *Wilamowice-Edukacja-Rozwój*.

30 „Biała Księga Sportu jest pierwszą całościową inicjatywą, w której Komisja Europejska zajmuje się zagadnieniami związanymi ze sportem. Jej głównym celem jest określenie strategicznych wytycznych dla roli sportu w Europie, zachęcenie do dyskusji nad konkretnymi problemami, spopularyzowanie znaczenia sportu w unijnym procesie politycznym oraz zwiększe-

dotyczące szerokokorozumianego sportu oraz utworzenia unijnej sieci na rzecz aktywności fizycznej. Postulatami zawartymi w planie działań są m.in.:

- „ustanowienie przyznawanie europejskiego znaku jakości szkołom, które aktywnie uczestniczą w popieraniu i propagowaniu aktywności sportowej w środowisku szkolnym”,
- „propagowanie sportu i wychowania fizycznego jako podstawowych elementów wychowania wysokiej jakości i jako sposób uatrakcyjnienia szkoły i zwiększenia obecności na zajęciach”<sup>31</sup>.

Pozalekcyjne zajęcia sportowo-rekreacyjne, wewnątrzszkolne zawody w ramach szkolnych igrzysk sportowych, dobrze zorganizowana oferta współzawodnictwa sportowego między szkołami pod egidą Szkolnego Związku Sportowego, aktywna turystyka szkolna, a także prężnie działający uczniowski klub sportowy, powinny poszerzać ofertę szkoły w dziedzinie kultury fizycznej i stać się częścią programu wychowawczego szkoły. W połączeniu z obowiązkowymi lekcjami wychowania fizycznego elementy te powinny stworzyć spójny program promocji aktywności fizycznej, uwzględniający działania dydaktyczno-wychowawczych zarówno z uczniami o ponadprzeciętnych predyspozycjach sportowych, jak i tymi o niskim poziomie sprawności fizycznej.

---

nie świadomości społeczeństwa odnośnie potrzeb i szczególnych cech tego sektora. Inicjatywa ta ma na celu przedstawienie ważnych zagadnień, m.in. takich jak zastosowanie unijnego prawodawstwa w dziedzinie sportu, wytycza również dalsze działania związane ze sportem na szczeblu europejskim.

31 [http://ec.europa.eu/sport/white-paper/doc/wp\\_on\\_sport\\_pl.pdf](http://ec.europa.eu/sport/white-paper/doc/wp_on_sport_pl.pdf), 30.04.2010.