

O potrzebie indywidualizacji w wychowaniu fizycznym

On the Need for Individualisation in Physical Education

Józef Węglarz^a

^a Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Tarnowie (State Higher Vocational School in Tarnow)

Article history:

Otrzymano/Received: 05.11.2018

Przyjęto do druku/Accepted:
29.11.2018

Opublikowano/Publication date:
Grudzień 2018/December 2018

Summary

Individualisation in the process of physical education is a contemporary challenge. The forms of conducting classes used so far, based on collective, most often homogeneous effort without taking into account the diverse abilities of students, do not stand the test of time. This may cause problems, mainly in terms of behaviour, as the student's rights at school have been strengthened and his/her dissatisfaction with the programme has an impact on the course of the didactic process. It is necessary to think in advance about possible manifestations of such reluctance or lack of acceptance of the proposed offer so that the authority of the school does not suffer and the pupils are satisfied that the offer meets their expectations. This will be possible when the curriculum of physical education takes into account, more than before, the needs of the individual.

Keywords: individualisation, physical education, programming

Wprowadzenie

Każdy człowiek ma inne możliwości życiowe. Decydują o nich cechy i predyspozycje zapisane w kodzie genetycznym, różniące populację morfologicznie i funkcjonalnie. Reszty dopełniają warunki życia oraz wychowanie, nauczanie i kształcenie, aktywność własna; czasami także przypadek. Dlatego w przygotowaniu jednostki do samodzielności osiągnane są różne rezultaty. Istotą wszelkich zabiegów zmierzających do najpełniejszego wykorzystania indywidualnego potencjału jest wyposażenie każdej osoby w optymalne kompetencje, pozwalające jej na najpełniejsze, wartościowe, dojrzałe życie. To implikuje wyzwania dla edukacji, by dostrzegała potrzeby i możliwości jednostki, czyli stosowała, możliwie najszerzej, indywidualizację w nauczaniu, wychowaniu i kształceniu. W tym optimum powinno być miejsce dla rozumnej dbałości o ciało, bo to jest cel edukacji fizycznej.

Szkic obrazu współczesnego wychowania fizycznego

W porównaniu do okresu przed transformacją, obecne wychowanie fizyczne zyskało spore wzmocnienie. Jest nim o wiele lepsza baza materialna do realizacji jego procesu, czyli obiektów kubaturowych, uniwersalnych otwartych boisk, a także nowoczesnego sprzętu. W ostatnich latach ich liczba wyraźnie wzrosła. Powoli do historii przechodzą rozwiązania upowszechniające różnego rodzaju zajęcia prowadzone w naturalnych warunkach przyrodniczych, lekcje w obiektach zastępczych, czy

też niekonwencjonalny sprzęt pomocniczy do ich realizacji oraz związane z nim wskazania metodyczne. Były one przez wiele lat, w niektórych środowiskach, wiodącymi programami, jako konieczność tamtych czasów, gdyż niedostatek w szkole był zjawiskiem powszechnym. Wtedy wielu ambitnych nauczycieli-praktyków i ludzi nauki poszukiwało niekonwencjonalnych rozwiązań, by proces edukacji fizycznej przebiegał efektywnie i był dla ucznia atrakcyjny. Niektórzy z nich, jak: J. Bielski, Z. Cendrowski, A. Kalinowski, E. Madejski, W. Pańczyk, S. Strzyżewski, S. Sulisz prowadzili w tym obszarze badania naukowe, eksperymenty, innowacje, tworzyli poradniki, programy i publikowali propozycje rozwiązań metodycznych. Dziś każda szkoła, przy właściwym zaangażowaniu osób odpowiedzialnych za jej funkcjonowanie, może wyposażyć zaplecze do wychowania fizycznego na odpowiednim poziomie. To nie oznacza, że współczesne wychowanie fizyczne ma tamte zdobycze eliminować z programów, bo walory wielu wypracowanych pomysłów mają niepodważalną wartość.

Niewiele natomiast zmieniło się w zakresie spojrzenia na rolę wychowania fizycznego w procesie edukacji młodego pokolenia. Nadal ten wycinek rzeczywistości szkolnej jest marginalizowany, bo pedagogika na temat tego „działu wychowania” konsekwentnie milczy, a jego cele od lat są niezmiennie. Obowiązująca obecnie podstawa programowa ogłasza „świeże spojrzenie” na edukację fizyczną, ale wczytując się jej treść, trudno doszukać się owej „świeżości”. I nie chodzi tylko o zakres oczekiwanych uczniowskich kompetencji, ale o widzenie ucznia-podmiotu w tym procesie. Wykazy proponowanych uczniowskich osiągnięć są zunifikowane i adresowane do

wszystkich jednakowo, na każdym etapie edukacji szkolnej [1]. W tym obowiązującym dokumencie są mało widoczne potrzeby jednostki. Więcej można było wyczytać z poprzednich podstaw programowych z 2008 r. Tam podjęto próbę rozszerzenia *spektrum* oddziaływania na ucznia w kilku formach aktywności (sport, rekreacja, turystyka, taniec) i, co istotne, dostrzegano także zróżnicowane oczekiwania, zainteresowania i możliwości edukowanych podmiotów. Szkoda, że mało pozostało z tych zapisów, bo możliwości wyboru danej formy zajęć w ramach „strategii oferowanej” były w gestii indywidualnej decyzji ucznia [2]. Należało podążać tym tropem i je udoskonalać.

Podobnie jest z kształceniem kadr dla wychowania fizycznego. Uczelnie przygotowujące do tej specjalności nauczycielskiej „okrzepły” w swych programach i trudno oczekiwać, aby w najbliższym okresie nastąpiła radykalna zmiana. Szkoły wyższe będą obecnie bardziej skupione na wdrażaniu w życie nowych przepisów prawa o szkolnictwie wyższym, niż pracami nad programami kształcenia. Zmiany są jednak niezbędne, bo w dzisiejszych czasach nauczycielowi wychowania fizycznego już nie wystarczają opanowane ciągi metodyczne w nauczaniu nawet wielu umiejętności ruchowych, technologia rozwijania zdolności motorycznych, znajomość toków lekcyjnych różnych typów i rodzajów lekcji, umiejętność planowania dydaktycznego, podstawy treningu sportowego, kanony w ocenie ucznia itp. Potrzeba głębszej refleksji nad tym, co ostatnie ćwierćwiecze nam przyniosło, jak się zmieniła skala wartości dla współczesnego człowieka. Nauczyciel powinien wiedzieć, rozumieć i umieć trafnie rozpoznać uczniowskie oczekiwania, a następnie prowadzić tak proces edukacji, by był dla nich satysfakcjonujący.

Nie bez powodu najpierw wymieniono nauczycielską wiedzę znamionującą przede wszystkim przygotowanie psychologiczno-pedagogiczne. Jest to bowiem początek drogi do tego zawodu. Każde kształcenie zawodowe wprawdzie wyposaża kandydata na specjalistę w wiedzę ogólną z danej dziedziny, która stanowi fundament kompetencyjny, a dopiero później wprowadza go w szczególne obszary teorii i praktyki danej profesji. W przypadku kształcenia kadr wychowawców fizycznych, sytuacja jest dokładnie odwrotna – najpierw specjalista, a później pedagog. Zauważył ten problem przed laty H. Grabowski pisząc, że w planach studiów kształcących nauczycieli zaledwie kilka procent obejmuje wiedzę psychologiczno-pedagogiczną i dydaktykę, natomiast całą resztę wypełnia kształcenie przedmiotowe [3]. Absolwent wyższej uczelni wchodzi w świat edukacji szkolnej przygotowany do nauczania umiejętności ruchowych i rozwijania sprawności fizycznej, lecz przeważnie bezradny wobec problemów uczniowskich.

I kolejna, ostatnia sfera rzeczywistości szkolnej, po obiektach, programach i osobach stanowiących o jej istnieniu – najważniejsza, czyli uczeń. On wypełnia przestrzeń edukacyjną i dla niego ta instytucja została powołana. Szkoła jest od wieków niezmienna w swej roli, gdyż ma go przygotować do dokony-

wania wartościowych wyborów, określania własnej tożsamości, zdobywania potrzebnych dla życia kompetencji, w tym także pozytywnych zmian siebie i otaczającej rzeczywistości. Ten młody, chłonny wiedzy człowiek przekracza jej mury najpierw z powodów formalnych (wiek szkolny), a następnie z rodzącą się nadzieją, że opuszczając ją będzie gotów do samodzielności. Efekty edukacji zależą od zdolności oraz motywacji danej osoby, i są adekwatne do włożonego wysiłku. Wśród nich powinna się znaleźć umotywowana wiedza i umiejętności dbałości o zdrowie, sprawne i wydolne ciało, a także opanowane procedury tej dbałości, jako finalne osiągnięcie edukacji fizycznej. W obecnych realiach droga do takiej postawy jest dla wszystkich prawie jednakowa, a możliwości edukowanych podmiotów – zróżnicowane.

Potrzeba indywidualizacji

Wspomniane powyżej zróżnicowania międzyosobnicze implikują konieczność dokonania zmiany spojrzenia na proces wychowania fizycznego. Jest ona konieczna dlatego, że w nim bardziej, niż w innych obszarach edukacji, uwidaczniają się różnice w możliwościach uczniowskich. Poziom zdolności motorycznych po stronie potencjalnej i efektywnej warunkuje bezpośrednio możliwości wykonawcze, a sprawność ciała i wydolność organizmu są determinantami właściwego doboru środków oddziaływania na organizm. Wnikając w rozważania dotyczące problemu indywidualnego traktowania ucznia, mamy w dydaktyce ogólnej wiele uzasadnień skłaniających do takiego postępowania oraz propozycji rozwiązań metodycznych i etapów jego tworzenia na bazie programowej. W myśl tych ustaleń nauczycielskie czynności sprowadzają się przede wszystkim do bycia przewodnikiem i animatorem uczniowskich działań. Zdaniem wielu, indywidualizacja powinna być środkiem wzmacniającym edukację, bo nie zachodzi konieczność, aby była jej zasadniczym celem [4].

Jawi się zatem pytanie zasadnicze: czy indywidualizacja jest możliwa w edukacji fizycznej, a jeśli tak, to w jakim zakresie? Jest możliwa i konieczna w najszerszym kręgu. Nawet pobieżna obserwacja rzeczywistości szkolnej daje obraz coraz większej uczniowskiej niechęci do ruchu. Schematyczne rozwiązania, które stanowią rdzeń tego procesu, nie wyzwalają chęci do aktywności fizycznej, a nawet ją tłumią. Brakuje strumienia różnorodnych bodźców, pobudzających ucznia do aktywności, bowiem zunifikowana oferta nie trafia do wszystkich. Obecnie już nie wystarczają stosowne od lat zachęty takie jak: rywalizacja, wysoka ocena szkolna, nagradzanie wychowawcze, proponowane wzorce zachowań, perswazja. Mało skuteczne są także: nakłanianie do uległości, przymus lub karanie wychowawcze, bo za tak potraktowanym uczniem, coraz częściej stają w obronie rodzice i opinia publiczna. W takich okolicznościach nauczyciel jest osamotniony, a jedynym rozwiązaniem dla niego są godzące w jego autorytet – ustępstwa. Aby ich unik-

nać potrzeba pogłębionej refleksji nad programem i zmianami organizacyjnymi, które zadowalałyby większość, a najlepiej wszystkich. W treściach programowych muszą znaleźć się rozwiązania wystarczająco atrakcyjne, by usatysfakcjonować ogół. Pedagog powinien być osobą wiarygodną. Tu potrzeba jego wszechstronnych jego kompetencji, opartych na dwóch filarach wiedzy – psychologiczno-pedagogicznej i specjalistycznej.

Drogi wiodące do indywidualizacji w wychowaniu fizycznym

Należy koniecznie rozszerzyć kręgi nauczycielskiej wiedzy i umiejętności, które obejmą sposoby indywidualnych procedur pracy z wychowankiem. Rysują się przynajmniej dwie drogi wyposażenia pedagoga w takie *instrumentarium*. Pierwsza, to solidny cykl tematyczny dotyczący indywidualizacji w procesie kształcenia kadr w trakcie studiów wyższych. Tam zachodzi potrzeba przekazu wiedzy psychologiczno-pedagogicznej i metodycznej obejmującej ten obszar. Niezbędna staje się też tematyka z zakresu pedagogiki opiekuńczej i specjalnej, a także umiejętności planowania oraz ewaluacji tego wycinka rzeczywistości szkolnej. Jest to więc przeorientowanie procesu kształcenia przyszłych pedagogów. Drugą drogą jest zbudowanie ogólnopolskiego programu dla czynnych nauczycieli i wprowadzanie różnych form ich doskonalenia zawodowego, w których wiodącymi tematami powinny być m.in. sprawy indywidualizacji. Można, poprzez stosowne rozporządzenia resortowe, proces ten wdrożyć i określić jego ramy. Jest oczywiste, że takie zmiany w procesie edukacji fizycznej nie będą aktem jednorazowym, lecz długofalowym zamierzeniem, rozłożonym na etapy, wspomagane solidną promocją i zachętami do wdrożeń.

Nie wydaje się, aby było możliwe stworzenie uniwersalnych, ogólnopolskich podstaw programowych obejmujących wszystkie zagadnienia związane z indywidualizacją, które byłyby gotową wykładnią do działania dla wszystkich środowisk. Centralne sterowanie jest już reliktem wszelkiej władzy. Tu szerokim podłożem może być przede wszystkim nauczycielska wiedza, traktująca o tym zjawisku. Na niej należy budować programy takie, jak pisał H. Grabowski, *...by uczeń w swej roli nie służył realizacji programu, ale ów program pozostawał w służbie jego potrzeb* [3 s. 136]. Współczesne wychowanie fizyczne jest wyjąłowane, bo tkwi w tradycji i dlatego potrzebuje nowych impulsów, które osadziłoby je obecnych realiach. Trzeba zatem radykalnych zmian, głównie w diagnozie, która powinna się stać wykładnią, jak należy ten proces tworzyć i realizować. Ilość powinna się zmieniać w jakość. Potwierdzeniem, niech będzie następujący przykład: aby osiągnąć zamierzony efekt w podnoszeniu sprawności układu krążenia potrzeba wysiłku, podczas którego tętno osiągnie określony fizjologiczny parametr korzystnych zmian (HR ok. 130). Wtedy najczęściej stosuje się bieg lub marszobieg, które dla wielu stanowi wysiłek dolegliwy i nużący. Podobny efekt można uzyskać podczas np.

w radosnej grze w piłkę, jeździe na wrotkach lub na rowerze, intensywnym marszu pod górę w turystycznej wyprawie, pływaniu dowolną techniką, walce na tatami, zabawach biegowych, brnięciu w głębokim piasku lub śniegu. Przykład ten może posłużyć także do stwierdzenia, że nie ma konieczności wyposażania uczniów w rozległą paletę umiejętności ruchowych, aby byli przygotowani do uczestnictwa w kulturze fizycznej. Większość z przyswojonych umiejętności po zakończeniu edukacji ulega zapomnieniu, a pozostają tylko te, które były interesujące i zyskały aprobatę podmiotu. Wystarczy nawet jedna dyscyplina, ale wybrana przez ucznia, akceptowana i ćwiczona bez przymusu, niosąca zadowolenie, przyjemność i ciekawość, by ten naczelny cel procesu edukacji fizycznej został osiągnięty. Nastąpi to wtedy, gdy opanowane zostanie uznane, zapamiętane i stosowane. Można z powodzeniem funkcjonować w życiu codziennym bez umiejętności przerzutu bokiem, rzutu do kosza z dwutaktu, uderzania piłki wewnętrznym podbiciem, startu niskiego i zmiany pałeczki sztafetowej, wymyku, kozłowania piłki itp. Nie można jednak żyć w pełni bez minimalnej, fizjologicznej dawki ruchu.

Konieczne jest rozpoznanie uczniowskich zainteresowań i ich preferencji, które w procesie edukacyjnym należy spełniać w jak największym wymiarze. Metodyka wychowania fizycznego zna formy prowadzenia zajęć oparte na indywidualnej pracy ucznia. Stosuje się je jednak rzadko, ze względu na trudności organizacyjne w systemie klasowo-lekcyjnym. Przeszkodą jest także duża liczebność grup ćwiczących. Aby indywidualizacja mogła mieć powszechny wymiar, trzeba wzmocnić zajęcia do wyboru i rozszerzyć ich zakres. Należy także przemyśleć organizację zajęć w różnych grupach wiekowych i koedukacyjnych, a ich treścią powinny być wybrane przez uczniów rodzaje i formy ruchu. Początek został już zrobiony przez zajęcia fakultatywne.

Zakończenie

Finlandia, aby osiągnąć aktualny stan oświaty oraz znakomite kompetencje nauczycielskie, połączone z należnym prestiżem społecznym dla tego zawodu, czyniła to konsekwentnie przez niemal czterdzieści lat. Dziś może się poszczycić najlepszą szkołą w Europie, a kto wie, czy nie na świecie, w której indywidualizacja jest kluczową normą. Sukcesy tego kraju, w przygotowywaniu swych obywateli do dorosłego życia, są oparte na jednostkowym traktowaniu ucznia, uwolnionego, w dużej mierze, z systemu wszelakich *uniwersaliów* i surowości ocen. Taka edukacja, preferująca dialog i partnerstwo nauczyciela z uczniem jest wzorcową dla całej Europy, bo legitymizuje różnorodność ludzkich możliwości [5]. Gdyby słowa M. Demela sprzed wielu lat mówiące, że: *...Postulatu indywidualizacji nie spełnią schematyczne formy zajęć szkolnych, lecz zróżnicowane formy pracy pozaszkolnej, zwłaszcza indywidualny program pracy ucznia nad sobą* (podkr. aut.), *sugerowany przez nauczyciela stosownie do potrzeb jednostki* [6 s. 22], potraktowano

z należytą powagą – mielibyśmy obecnie inny obraz współczesnego wychowania fizycznego.

Przebieg lekcji wychowania fizycznego, w której stosuje się formę indywidualną, można by porównać do wykonywania utworu przez orkiestrę symfoniczną. W orkiestrze muzyk, w zależności na jakim gra instrumencie, ma swoją partyturę. Jednak wspólne wykonanie dopiero sprawia, że słyszymy dzieło w pełnym brzmieniu, w jakim je stworzył kompozytor. Taka lekcja jest graną symfonią, czyli wysiłkiem różnym dla każdego, dla wspólnego celu. Wiemy, że Beethoven i Schubert mają w swoim dorobku symfonie niedokończone, które też są wykonywane. Ale lepiej będzie, kiedy rozpoczęty proces wdrażania indywidualizacji zostanie dokończony. Bo warto...

Piśmiennictwo/References

- [1] Podstawa programowa kształcenia ogólnego, z komentarzem. (2017). Szkoła podstawowa. Wychowanie fizyczne. Warszawa.
- [2] Podstawa programowa z komentarzem. (2008). Wychowanie fizyczne i edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej, gimnazjum i liceum. Tom 8, Warszawa.
- [3] Grabowski, H. (1997). *Teoria fizycznej edukacji*. Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- [4] Hłobił, A. (2015). Indywidualizacja kształcenia szansą urzeczywistnienia potrzeb i możliwości uczniów. *Edukacja Humanistyczna*, 1, Szczecin.
- [5] <https://forsal.pl/galerie/644675,duze-zdjecie,1,10-fakto-w-na-temat-edukacji-w-finlandii-najlepszego-systemu-nauki-na-swiecie.html> [data dostępu: 20.10.2018].
- [6] Demel, M. (1998). *Szkice krytyczne o kulturze fizycznej*. Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha.

Streszczenie

Indywidualizacja w procesie wychowania fizycznego jest współczesnym wyzwaniem. Nie wytrzymują próby czasu dotychczas stosowane formy prowadzenia zajęć, oparte na zbiorowym, najczęściej jednorodnym wysiłku, bez uwzględniania zróżnicowanych możliwości uczniów. To może być powodem problemów, głównie wychowawczych, gdyż prawo ucznia w szkole uległo wzmocnieniu i jego niezadowolenie z programu może utrudniać przebieg procesu dydaktycznego. Należy uprzedzać ewentualne przejawy takiej niechęci lub braku akceptacji dla proponowanej oferty, by autorytet szkoły na tym nie cierpiał, a uczniowie mieli satysfakcję, że spełnia ona ich oczekiwania. Będzie to możliwe wtedy, kiedy program nauczania z wychowania fizycznego uwzględni, bardziej niż dotychczas, potrzeby jednostki.

Słowa kluczowe: indywidualizacja, edukacja fizyczna, programowanie
