



19.

Dobro i radość wynikające ze wspólnego uprawiania sportu

I. PROSPEKT WARTOŚCI



1.1. CEL OGÓLNY

Rozwój woli



1.2. CEL SZCZEGÓŁOWY

Umiejętność pracy w grupie oraz umiejętność pełnienia przypisanych ról społecznych



1.3. CEL WYCHOWAWCZY

Praca nad sobą oraz kształtowanie postawy solidarności

1.4. PROPONOWANE TEMATY



- Uprawianie sportu jest okazją do kształtowania wytrwałości, wyrzeczenia, męstwa oraz odpowiedzialności za kolegów.
- Indywidualny i społeczny wymiar sportu.
- Od konkurencji i rywalizacji do integracji i solidarności w sporcie.
- Moralność w sporcie.
- Integralny rozwój natury ludzkiej, cielesnej i duchowej.

1.5. ZADANIA DLA UCZNIA, SAMOWYCHOWANIE



Normy

- Sport jest doskonałą szkołą przezwyciężania swoich słabości i kształtowania charakteru.
- Sport wymaga samodyscypliny i posłuszeństwa.
- W sporcie obowiązuje zasada poszanowania drugiego człowieka.
- W sporcie ważne są opanowanie i praca, nie tylko nad swoim ciałem, ale również nad emocjami, uczuciami i wolą.
- Sport rozwija umiejętność współpracy, pracy zespołowej.

Zasady

- Uczę się przyjmować porażki oraz przegrane (osobiste lub swojej drużyny).
- Nie gardzę osobami, które odnoszą lepsze lub słabsze ode mnie wyniki w sporcie.
- We wspólnym uprawianiu sportu; nie odbieram innym wyznaczonych dla nich ról.
- Zwycięstwa i przegrane w sporcie są dla mnie szkołą codziennego życia.

1.6. ZADANIA DLA RODZICÓW



Normy

- Rodzinny sport (rower, kajaki, wspinaczka górską, wycieczka) jest okazją do pogłębienia kontaktu z dzieckiem, poświęcenia mu uwagi i czasu oraz wspólnych doświadczeń i przeżyć.
- Zmęczenie pracą umysłową, napięcia emocjonalne można rozładowywać we wspólnie uprawianym sporcie.

- Sport uprawiany w gronie rodziny jest okazją do realizacji konkretnych ról, jakie powinien spełniać każdy członek rodziny: starszy brat wobec młodszego brata, ojciec wobec syna itp.

Zasady

- Poprzez zadania i gry sportowe wychowuję, zachęcam dziecko do odważnego podejmowania wysiłku i wyrzeczenia; uczę je cierpliwego znoszenia niepowodzeń i ćwiczenia silnej woli.
- Czuwam nad tym, by osiągnięcia dziecka w dziedzinie fizycznej odpowiadały etapom jego rozwoju fizycznego, emocjonalnego i społecznego.
- Cieszę się z osiągnięć sportowych dziecka.



1.7. ZADANIA DLA SZKOŁY, WYCHOWAWCY

Normy

- Ćwiczenia i praca fizyczna mają duży wpływ na osobowość człowieka.
- Sport może być dla ucznia okazją do budowania poczucia własnej wartości i odnalezienia swojego miejsca w grupie.
- Indywidualne sukcesy uczniów rzutują na obraz całej klasy i szkoły.

Zasady

- Staram się docenić indywidualny wysiłek i osiągnięcia sportowe każdego ucznia, na miarę jego możliwości, bez faworyzowania i poniżania.
- Podczas organizowania zawodów sportowych sprzyjam atmosferze solidarności i zdrowej rywalizacji.
- Organizuję takie gry zespołowe i zadania, które prowadzą do osobistego wkładu w dobro wspólne, integracji osób w grupie i jednoczenia się we wspólnym wysiłku.
- Oceniając wyniki sportowe, wspólnie z uczniami przestrzegamy zasad etycznych.



1.8. SPOSÓB REALIZACJI

Zachęcamy uczniów do zorganizowania olimpiady sportowej. Może być to impreza dla młodszego rodzeństwa z okazji Dnia Dziecka, paraolimpiada dla niepełnosprawnych ruchowo kolegów lub olimpiada ogólnoszkolna, w której udział wezmą uczniowie, nauczyciele oraz personel szkoły. Ważne jest, aby organizatorzy także wzięli udział w konkurencjach sportowych.



1.9. OSIĄGNIĘCIA, EFEKTY

Sport uprawiany w grupie utrwala relacje międzyosobowe, wnosi nową jakość do relacji między uczniami. Wspólnota zawiązana w trakcie aktywności sportowej umacnia relacje uczniowskie, uczy poświęcenia na rzecz dobra grupy, odpowiedzialność za siebie i innych osób. Uczniowie, którzy ze względu na słabe wyniki w nauce nie cieszą się poważaniem i przyjaźnią w klasie, mają okazję zaistnieć w grupie, ujawnić swoje umiejętności sportowe oraz doświadczyć solidarności i współpracy.



1.10. ZAGROŻENIA

Sport jest traktowany jedynie jako środek doskonalenia własnych sprawności fizycznych. Młodzi ludzie uprawiają sport jedynie dla wyników sportowych i ostrej rywalizacji i konkurencji. Nie potrafią ze sobą współpracować. Taka postawa może przenosić się na inne dziedziny życia, co w konsekwencji prowadzi do izolacji i osamotnienia. Może wystąpić ambicjonalne nastawienie na odnośzenie sukcesów, bez uwzględniania praw i potrzeb innych¹.



¹ „Chociaż moralność wzywa do poszanowania życia fizycznego, nie czyni z niego wartości absolutnej. Sprzeciwia się ona koncepcji neopogańskiej, która zmierza do popierania *kultu ciała*, do poświęcania mu wszystkiego, do bałwochwalczego stosunku do sprawności fizycznej i sukcesu sportowego. Z powodu selektywnego wyboru, jakiego dokonuje między silnymi a słabymi, koncepcja ta może prowadzić do wypaczenia stosunków międzyludzkich”. KKK 2289.



II. PEDAGOG

2.1. TREŚĆ MATERIAŁU

Sport jest jednym z kluczowych elementów życia społecznego. Ludzie na całym świecie uprawiają sport dla utrzymania kondycji fizycznej i zdrowia, jak również dla adrenaliny związanej z rywalizacją i poczucia wspólnoty z innymi. Niewątpliwie uprawianie sportu buduje siłę charakteru, uczy działania zespołowego, tolerancji i sprawiedliwości. Aktywność fizyczna jest więc istotnym narzędziem wychowawczym. Już we wczesnym dzieciństwie i młodości sport znacząco wpływa na rozwój fizyczny i społeczny, ale także psychiczny i intelektualny. Zaspokajają naturalną dla młodego człowieka potrzebę ruchu. Dlatego też wychowanie fizyczne powinno rozwijać się we wszystkich szkołach, by było atrakcyjne dla uczniów.

Również rodzice muszą zwracać uwagę na rozwój fizyczny dziecka i zachęcać je do aktywności fizycznej i ruchu. Przede wszystkim cała rodzina powinna spędzać aktywnie czas wolny, na wycieczce rowerowej po okolicy,

spacerze, wspólnej grze w piłkę lub wspólnej wyprawie na basen. Rodzice stają się dla dziecka dobrym przykładem, gdy sami uprawiają sport, dbając w ten sposób o swoją kondycję i zdrowie.

2.2. LITERATURA WYBRANA Z KOMENTARZEM



Powieść *Przygody Tomka Sawyera* Marka Twaina opowiada o przygodach tytułowego bohatera i jego rówieśników. Autor opisał szkolne życie Tomka, beztroskie dzieciństwo, dziecięce przygody i związane z nimi dramatyczne wydarzenia oraz uczucie miłości, które zrodziło się w bohaterze do koleżanki Becky. Tomek był sierotą i bardzo tęsknił za swoimi rodzicami, mimo tego był pewny siebie i bardzo samodzielny. To nietuzinkowy chłopak z mnóstwem pomysłów, które niejednokrotnie pakują go w tarapaty. Nie może usiedzieć na miejscu i wszędzie go pełno. Bardzo uparty, odważnie dąży do osiągnięcia postawionego sobie celu.

Tą pasją był nowy, bardzo efektowny sposób gwizdania, którego Tomek właśnie nauczył się od pewnego Murzyna. Od dawna marzył o tym, by móc spokojnie sobie poćwiczyć. Sztuka ta polegała na dotykaniu językiem podniebienia w krótkich odstępach czasu, w miarę wydobywania dźwięku. Był to rodzaj specyficznego trelu, jakby ptasiego świergotu. Czytelnik prawdopodobnie wie, jak to zrobić, o ile był kiedyś chłopcem. Wyrwałość i skupienie wkrótce zaowocowały sukcesem – siedł ulicą z ustami pełnymi harmonijnych trel i duszą wypełnioną wdzięcznością. Czuł się trochę jak astronom, który odkrył nową planetę – z tym, że radość chłopca była niewątpliwie większa.

M. Twain, *Przygody Tomka Sawyera*, tłum. M. Kędroń, B. Ludwiczak, wyd. Greg, Kraków 2016, s. 9.

Tomek z wielką pasją i zaangażowaniem podszedł do nauki gwizdania. Ćwiczył tak długo i zaciekle, aż opanował tę umiejętność w stopniu dla siebie zadowalającym. Bohater odczuwa dumę i ogromną radość z tego, że ta sztuka mu się powiodła. Te same uczucia towarzyszą uprawianiu sportu i związaną z nim rywalizacją. Pokonywanie własnych ograniczeń, nabywanie nowych umiejętności i rozwijanie posiadanych sprawia, że nabieramy pewności siebie i odczuwamy radość. Mówi się, że wysiłek fizyczny wyzwala w organizmie endorfiny – hormony szczęścia.



III. NAUCZANIE RELIGIJNE

3.1. NAUCZANIE PAPIESKIE



Sport ma dziś ogromne znaczenie, ponieważ może sprzyjać upowszechnianiu wśród młodych ważnych wartości, takich jak lojalność, wytrwałość, przyjaźń, wspólnota, solidarność. Właśnie dlatego w ostatnich latach sport rozwija się coraz bardziej jako jedno z charakterystycznych zjawisk współczesności, swego rodzaju „znak czasu”, wyrażający nowe potrzeby i nowe oczekiwania ludzkości. Sport rozpowszechnił się we wszystkich częściach świata, przekraczając bariery kultur i państw.

Jan Paweł II, *Msza św. na stadionie olimpijskim w Rzymie. Rachunek sumienia dla sportu*, 29.10.2000, 2, „L'Osservatore Romano” 2001, nr 1 (229), s. 20-21.

Cieszę się, że powstaje coraz więcej parafialnych klubów sportowych, które gromadzą dzieci i młodzież. Każdy rodzaj sportu niesie z sobą bogaty skarb wartości, które zawsze trzeba sobie uświadamiać, aby móc je urzeczywistnić. Ćwiczenie uwagi, wychowanie woli, wytrwałość, odpowiedzialność, znoszenie trudu i niewygód, duch wyrzeczenia i solidarności, wierność obowiązkom – to wszystko zależy od cnót sportowca. Zachęcam was, młodych sportowców, abyście żyli zgodnie z wymaganiami tych wartości, abyście w życiu byli zawsze ludźmi prawymi, uczciwymi, zrównoważonymi, ludźmi, którzy budzą zaufanie i nadzieję.

Jan Paweł II, *Homilia w czasie nabożeństwa czerwcowego*, Elbląg, 6.06.1999, 5, w: tegoż, *Pielgrzymki do Ojczyzny: 1978, 1983, 1987, 1991, 1995, 1997, 1999, 2002. Przemówienia, homilie*, wyd. Znak, Kraków 2012, s. 1035.

Sport jest miejscem spotkania, w którym ludzie ze wszystkich warstw i grup społecznych gromadzą się, aby osiągnąć wspólny wynik. W kulturze zdominowanej przez indywidualizm i odrzucanie młodych pokoleń, a także pokolenia osób starszych sport jest uprzywilejowanym środowiskiem, wokół którego ludzie się spotykają bez względu na rasę, płeć, religię czy ideologię i gdzie możemy doświadczyć radości współzawodnictwa, aby wspólnie osiągnąć cel, jako uczestnicy drużyny, w której sukces lub porażka jest udziałem wszystkich i przezwyciężana jest wspólnie. Pomaga to nam odrzucić myśl, że cel osiąga się tylko przez skupienie na sobie samych. Potrzeba drugiej osoby obejmuje nie tylko kolegów z drużyny, ale także kierownictwo, trenera, kibiców, rodzinę – a zatem wszystkie

Franciszek. *List o chrześcijańskiej perspektywie sportu i osoby ludzkiej*, Watykan, 1.06.2018, [online:] https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/franciszek_i/listy/sport-lev_01062018.html [dostęp: 31.07.2021].

te osoby, których zaangażowanie i poświęcenie sprawiają, że można „dać z siebie wszystko”. Dzięki temu wszystkiemu sport jest katalizatorem doświadczeń wspólnoty, rodziny ludzkiej. Kiedy ojciec gra w coś ze swoim synem, gdy dzieci grają razem w parku lub w szkole, kiedy sportowiec świętuje zwycięstwo ze swoimi kibicami, to we wszystkich tych środowiskach można dostrzec wartość sportu jako miejsca jedności i spotkania osób. Świetne wyniki, zarówno w sporcie, jak i w życiu, uzyskujemy razem, w drużynie!



3.2. PISMO ŚWIĘTE

Ty więc, moje dziecko, nabieraj mocy dzięki łasce, która jest w Chrystusie Jezusie, a to, co usłyszałeś ode mnie za pośrednictwem wielu świadków, przekaz wiarygodnym ludziom, którzy będą zdolni nauczać też innych. Bierz udział w trudach i przeciwnościach jako dobry żołnierz Chrystusa Jezusa. Nikt walczący po żołniersku nie wikła się w zabiegi około utrzymania, żeby się spodobać temu, kto go zaciągnął. Również jeżeli ktoś staje do zapasów, otrzymuje wieniec tylko wtedy, gdy walczył przepisowo. Rolnik, który się trudzi, pierwszy powinien korzystać z plonów. Rozważaj, co mówię, albowiem Pan da ci zrozumienie we wszystkim. Pamiętaj na Jezusa Chrystusa, potomka Dawida. On według Ewangelii mojej powstał z martwych. Dla niej znoszę niedolę aż do więzów jak złoczyńca; ale słowo Boże nie uległo spętaniu. Dlatego znoszę wszystko przez wzgląd na wybranych, aby i oni dostąpili zbawienia w Chrystusie Jezusie razem z wieczną chwałą.

2 Tm 2,1-10;
por. 1 Kor 9,24-27.



3.3. KATECHIZM KOŚCIOŁA KATOLICKIEGO

Niektóre społeczności, takie jak rodzina i państwo, odpowiadają bardziej bezpośrednio naturze człowieka. Są dla niego konieczne. Aby umożliwić jak największej liczbie osób uczestnictwo w życiu społecznym, należy zachęcać do tworzenia zrzeszeń i instytucji wybieralnych „dla celów gospodarczych i społecznych, kulturalnych i rozrywkowych, sportowych, zawodowych i politycznych. Są to społeczności albo o zasięgu krajowym, albo międzynarodowym”.

KKK 1882;
por. 2187.





IV. LITERATURA

- Aksjologia sportu*, red. Z. Dziubiński, wyd. Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2001.
- Blanco L., Carbonell S., *Wartości w życiu rodziny. Ponad 100 zabaw rozwijających wrażliwość na wartości ogólnoludzkie*, tłum. P. Szuflński, wyd. Jedność, Kielce 2017.
- Franciszek, *List o chrześcijańskiej perspektywie sportu i osoby ludzkiej*, Watykan, 1.06.2018, [online:] https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/franciszek_i/listy/sport-lev_01062018.html [dostęp: 31.07.2021].
- Jan Paweł II, *Homilia w czasie nabożeństwa czerwcowego*, Elbląg, 6.06.1999, w: tegoż, *Pielgrzymki do Ojczyzny: 1978, 1983, 1987, 1991, 1995, 1997, 1999, 2002. Przemówienia, homilie*, wyd. Znak, Kraków 2012, s. 1030-1035.
- Jan Paweł II, *Msza św. na stadionie olimpijskim w Rzymie. Rachunek sumienia dla sportu*, 29.10.2000, „L'Osservatore Romano” 2001, nr 1 (229), s. 20-21.
- Jarvis M., *Psychologia sportu*, tłum. M. Gajdzińska, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2003.
- Kongregacja Nauki Wiary, *Katechizm Kościoła Katolickiego*, wyd. Pallottinum, Poznań 2002.
- Kowalczyk S., *Elementy filozofii i teologii sportu*, wyd. KUL, Lublin 2002.
- Mit o Dedalu i Ikarze*, w: A. Nożyńska-Demianiuk, *Mity greckie*, wyd. Ibis, Poznań 2018, s. 83-86.
- Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu. Biblia Tysiąclecia*, wyd. Pallottinum, Poznań 2012.
- Społeczny wymiar sportu*, red. Z. Dziubiński, wyd. Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2003.
- Sport na przełomie tysiącleci. Szanse i nadzieje*, red. Z. Dziubiński, wyd. Salezjańska Organizacja Sportowa Rzeczypospolitej Polskiej, Warszawa 2000.
- Twain M., *Przygody Tomka Sawyera*, tłum. M. Kędroń, B. Ludwiczak, wyd. Greg, Kraków 2016.

FILM EDUKACYJNY

Dobro i radość wynikające ze wspólnego uprawiania sportu

https://youtu.be/fjENkqt_GLo

