

Program



## „AKADEMIA MAŁYCH ZDOBYWCÓW”

### Potrzeby wskazujące na konieczność wprowadzenia programu

Główną ideą Projektu „Akademia Małych Zdobywców” jest zachęcenie uczniów klas I-III szkół podstawowych do zdobywania nowych umiejętności ruchowych oraz podnoszenia sprawności fizycznej, kształtowania odpowiednich nawyków i postaw, w tym zwłaszcza dotyczących zdrowego stylu życia, a także podniesienie atrakcyjności zajęć, wzmocnienie roli nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej i wychowania fizycznego.

Istnieje realna potrzeba metodycznego i organizacyjnego wzmocnienia zajęć sportowych w klasach I-III szkół podstawowych. W ponad 90% szkół, zajęcia WF w klasach I-III prowadzone są przez nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej dysponujących niewystarczającą wiedzą w zakresie kształtowania aktywności fizycznej.

Wg badań prowadzonych przez m.in. prof. B. Woynarowską tylko część szkół wyższych prowadzących studia na kierunku edukacja wczesnoszkolna uwzględnia metodykę wychowania fizycznego w swoich planach i programach nauczania. Przedmiot ten realizowany jest przez ok. 30 godzin przeznaczonych w większości na zajęcia teoretyczne. Wielu z ankietowanych nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej stwierdza, że nie jest odpowiednio przygotowanych do prowadzenia lekcji wychowania fizycznego i deklaruje chęć dokończenia studiów podyplomowych i innych typach szkoleniach.

Także w programach studiów na Akademiach Wychowania Fizycznego i uczelniach kształcących na kierunkach wychowanie fizyczne niewiele jest godzin przeznaczonych na zdobycie umiejętności pracy z małym dzieckiem. Do

rzadkości należą także obowiązkowe praktyki studentów tych kierunków odbywane w klasach I-III szkół podstawowych.

Badania prowadzone w latach 2002/2003 przez W. Pańczyka w 48 wylosowanych szkołach województw podkarpackiego i wykazały, że:

- Zajęcia wychowania fizycznego prowadzone są przez nauczycielki kształcenia zintegrowanego w 60% szkół w miastach i 100% na wsi;
- Powszechny jest brak dostępu dzieci klas I-III do sal gimnastycznych, nawet gdy one są;
- Zajęcia wychowania fizycznego w tych klasach to w większości „epizody ruchowe” w pomieszczeniach zamkniętych;
- Rzadkie jest wychodzenie w plener na zajęcia wf, wiele zajęć przeznaczonych na ruch zamienia się na inne;
- 80% dzieci nie ćwiczyło na powietrzu; 89% boi się ćwiczeń terenowych („zimno, mokro, można się spocić i zabrudzić”).

Niewystarczające warunki bazowo sprzętowe szkół, niewystarczająca wiedza i umiejętności nauczycieli uczących w klasach I-III, słaba wiedza rodziców na temat zdrowia i dobrodziejstw płynących z aktywności fizycznej powodują niedostateczną ofertę dla dzieci ze strony szkoły i rodziny. A to przecież w okresie wczesnoszkolnym, tak zwanym „złotym wiekiem szkolnym”, dzieci z dużą łatwością zdobywają nowe wiadomości i umiejętności, w tym także z zakresu wychowania fizycznego i sportu. Najczęściej w wieku 6 – 10 lat objawiają się talenty sportowe, a wrodzona, biologiczna skłonność do ruchu sprzyja wdrażaniu do treningu i do podejmowania bardziej systematycznego wysiłku.

Nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej zostaną zachęcani do udziału w programie, którego realizacja zaspokaja w dużej części zadania, które postawiono przed szkołami podstawowymi w związku z realizacją podstawy programowej.

### Cele programu

Celem głównym programu jest poprawa stanu zdrowia i sprawności fizycznej uczniów klas I - III poprzez nabycie przez dzieci, które przystąpią do programu *Akademia Małych Zdobywców* umiejętności ruchowych związanych ze zdobywaniem nowych sprawności.

Pozostałymi celami zadania są:

- Upowszechnianie i zwiększenia aktywności fizycznej dzieci;
- Promowanie nowych, atrakcyjnych form zajęć ruchowych;
- Zachęcenie uczniów do podejmowania nowych form aktywności fizycznej;
- Określenie preferencji w wyborze aktywności fizycznej uczniów;
- Tworzenie warunków do aktywnego spędzania czasu wolnego oraz kształtowanie zdrowego stylu życia;
- Wsparcie nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej w zaplanowaniu i przeprowadzeniu ciekawych zajęć wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej. Nowoczesną wiedzę na temat prowadzenia zajęć, założeń programu i spraw związanych ze zdrowiem dzieci nauczyciele nabędą na zaplanowanych konferencjach szkoleniowych dla realizatorów programu prowadzonych przez specjalistów m.in. z Uniwersytetu Rzeszowskiego oraz doświadczonych nauczycieli prowadzących zajęcia w szkołach.
- Przekazanie wiedzy na temat zdrowia i sprawności fizycznej rodzicom dzieci realizujących program. Zadanie to realizowane będzie podczas specjalnych spotkań „wywiadówek z kultury fizycznej”.
- Promowanie i wspieranie inicjatyw pobudzających aktywność fizyczną wszystkich środowisk i grup społecznych, w tym dzieci i młodzieży;
- Promowanie prozdrowotnych, społecznych, wychowawczych i edukacyjnych wartości sportu

### Ogólne założenia programu

Ideą programu „Akademia Małych Zdobywców” jest propagowanie aktywnej postawy zdobywania umiejętności sportowych potwierdzonych zdobyciem poszczególnych sprawności.

Program polega na realizacji pozalekcyjnych zajęć sportowych w klasach I-III szkół podstawowych wg specjalnego programu umożliwiającego poznanie przez dzieci określonych sprawności i umiejętności ruchowych.

Program zakłada cykl szkoleń dla nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej i wychowania fizycznego zapoznających ich z nowoczesną wiedzą na temat wychowania fizycznego i zdrowotnego, w tym obowiązkowe szkolenia dla nauczycieli klas I przystępujących do programu. Szkolenia, dopóki nie będzie możliwości spotkań stacjonarnych, będą odbywały się online.

Planujemy również zakup sprzętu sportowego dostosowanego do wieku dzieci dla szkół realizujących program (m.in. piłki piankowe, chusty animacyjne, płotki piankowe, itp.) Sprzęt zostanie przekazany szkołom w użytkowanie na

okres 5 lat i będzie mógł być wykorzystywany podczas lekcji wychowania fizycznego i zajęć pozalekcyjnych.

Program zakłada także zatrudnienie na jedną godzinę tygodniowo nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej lub wychowania fizycznego, który prowadzi będzie te zajęcia. Planuje się w okresie trwania zadania (wrzesień – grudzień 2021) realizację 15 godzin zajęć w każdej grupie.

Od 1 września 2021 roku do programu przystąpią klasy I - III ze szkół, które zgłoszą się do programu.

Zajęcia będą ukierunkowane na zdobywanie konkretnych umiejętności i muszą być realizowane w odpowiednich warunkach bazowych i z odpowiednim sprzętem. Nauczyciel otrzymuje swobodę doboru sprawności w poszczególnych latach. Proponujemy w pierwszej kolejności realizację sprawności „bazowych”:



#### **Turysta / Rowerzysta:**

- umiejętność jazdy na rowerze; znajomość zasad bezpiecznego poruszania się na rowerze; znajomość (w podstawowym zakresie) przepisów i znaków drogowych oraz zasad bezpieczeństwa na drogach;
- w klasie III uproszczony test na kartę rowerową,
- udział w wycieczkach turystycznych w obrębie miasta i okolicy oraz udział w programowych wycieczkach turystycznych;
- bezpieczeństwo na trasach turystycznych.



#### **Piłkarz – Nożny / Ręczny / Koszykarz / Siatkarz:**

- opanowanie podstawowych umiejętności gry w piłkę nożną, ręczną, koszykówkę, siatkówkę; udział w grach i zabawach przygotowujących do „gry właściwej” oraz rozwijanie umiejętności współdziałania w zespole;
- podstawowe wiadomości z zakresu przepisów sędziowania i organizacji zabaw i gier sportowych.



#### **Saneczkarz – Narciarz – Łyżwiarz:**

W zależności od możliwości oraz tradycji:

- jazda na sankach z góry i po terenie płaskim, zabawy ze współwiczającymi;
- spacer na nartach biegowych połączony z lepieniem różnych form ze śniegu oraz mini zawody na nartach biegowych;

- podstawowe umiejętności jazdy na nartach zjazdowych po wyznaczonej trasie, mini zawody z pokonywaniem przeszkód;
- jazda na łyżwach – elementy jazdy figurowej i hokeja na lodzie;
- wiedza z zakresu bezpieczeństwa zajęć na śniegu i lodzie oraz zasadach hartowania organizmu.



### **Gimnastyk:**

- nabycie podstawowych umiejętności zgodnie z założeniami podstawy programowej;
- „Gimnastyka dla Zdrowia” – ćwiczenia korekcyjne i wiedza o prawidłowej postawie ciała;



### **Lekkoatleta:**

- nabycie umiejętności związanych z biegami, skokami i rzutami spójnych z podstawą programową WF klas I-III
- udział w szkolnych zawodach lekkoatletycznych,



### **Tancerz:**

- opanowanie prostych form tanecznych – tańców ludowych, „turniejowych” lub młodzieżowych oraz elementów rytmiki.

Istnieje także możliwość zastąpienia sprawności „bazowych” nowymi, możliwymi do realizacji w szkole ze względu na warunki, tradycję, itd. Proponujemy nauczycielom m.in. realizację innych sprawności takich jak: badmintonista, tenisista, tenisista stołowy, unihokeista, szachista, mistrz ringo, rolkarz - wrotkarz oraz innych, wg programów autorskich nauczycieli.

Nauczyciele w okresie roku szkolnego przeprowadzają pozalekcyjne zajęcia sportowe wg zaproponowanego toku, kończąc każdy blok sprawdzianem dla dzieci umożliwiającym zbadanie umiejętności jakie nabyły podczas zajęć. Zdobyte danej sprawności zakończone jest mini testem sprawnościowym i wręczeniem wklejki do legitymacji „Małego Zdobywcy”.

Poszczególne bloki (sporty) przedstawione są w układzie czasowym zgodnym z rokiem szkolnym i dostosowane między innymi do warunków atmosferycznych, co w niczym nie ogranicza inwencji nauczycieli w realizacji programu według własnej koncepcji związanej z możliwościami danej placówki oświatowej.

Zaproponowane sprawności mogą być prowadzone przez nauczyciela w ciągu trzech lat nauki w klasach I – III, z tym, że z każdym rokiem zwiększają się wymagania, którym powinno sprostać dziecko. Nauczyciel może w kolejnych latach zmieniać niektóre sprawności i np. w I klasie w ramach sprawności Piłkarz realizować zajęcia piłki nożnej, a w następnych latach np. koszykówki czy siatkówki.

Program tworzy możliwość udziału w nim rodziców, dlatego chcielibyśmy, żeby byli oni włączani w niektóre działania programu, a także byli informowani przez nauczycieli na bieżąco o stanie sprawności dziecka i innych zagadnieniach związanych ze zdrowym stylem życia podczas planowanych w ramach programu „wywiadówek z kultury fizycznej”.

### Harmonogram programu

- Na początku czerwca 2021 r. zostanie przeprowadzony nabór szkół, klas, nauczycieli do programu:
  - Akcja informacyjna zostanie skierowana do jednostek samorządu terytorialnego województwa podkarpackiego – organów prowadzących szkoły podstawowe na temat założeń programu, współpracy pomiędzy tymi organami a Szkolnym Związkiem Sportowym – koordynatorem wojewódzkim oraz zasadach współfinansowania Programu z funduszy Samorządu Województwa Podkarpackiego i środków samorządów gminnych.
  - Nastąpi ogłoszenie naboru szkół podstawowych przez Urzędy Gmin na stronach internetowych SZS, Urzędu Marszałkowskiego, JST. Wystąpienie z pismem informującym o programie do szkół podstawowych w województwie podkarpackim.
  - Kolejny etap to zebranie przez Urzędy Gmin zgłoszeń od szkół podstawowych chcących przystąpić do Programu. Zebranie kart zgłoszeń i danych nauczycieli, którzy wyrażą chęć udziału w programie.
  - Następnie nastąpi przekazanie przez Urzędy Gmin do Szkolnego Związku Sportowego szczegółowych list szkół podstawowych wytypowanych w gminie oraz nauczycieli do udziału w Programie. Wskazanie osób odpowiedzialnych za Program w Urzędzie Gminy.
  - Komisja dokona wyboru szkół i klas, które wezmą udział w Programie w 2021 roku, przy którym zostaną uwzględnione następujące kryteria:

- udział w Programie szkół z gmin, które wyraziły akces przystąpienia,
  - objęcie Programem jak największej ilości gmin (nie więcej niż 2 szkoły z 1 gminy) naszego województwa z jednoczesnym podpisaniem porozumienia pomiędzy Urzędem Gminy a Podkarpackim Wojewódzkim Szkolnym Związkiem Sportowym w Rzeszowie o współpracy i o zasadach finansowania programu.
- Przewidujemy, że do programu w województwie podkarpackim zgłosi się 100 klas z ok. 100 szkół tj. ok. 1.500 dzieci (maksymalnie po 2 szkoły z 1 gminy).
- W czerwcu 2021 r. planowany jest I etap szkoleń tj. konferencja metodyczno-szkoleniowa dla nauczycieli zakwalifikowanych do projektu:
  - Organizacja konferencji przy współpracy z Instytutem Nauk o Kulturze Fizycznej Uniwersytetu Rzeszowskiego i niektórymi Okręgowymi Związkami Sportowymi.
  - Podczas szkolenia omawiane będą założenia Programu oraz m.in. tematy: „Zdrowotne aspekty ćwiczeń fizycznych”, „Zasady bezpieczeństwa na szkolnych obiektach sportowych”, „Znaczenie aktywności ruchowej w życiu dziecka”, „Wskazania metodyczne do prowadzenia zajęć ruchowych z dziećmi w wieku młodszym szkolnym wynikające z wieku, zdrowia oraz potrzeb rozwojowych”.
- W lipcu i sierpniu 2021 r. zostanie zakupiony specjalistyczny sprzęt sportowy, dostosowany do wieku dziecka (m.in. chusty animacyjne, piłki piankowe, płotki samowstające, szarfy itp.).
  - Zostanie przeprowadzony przetarg na dostawę sprzętu.
  - W ramach programu zostanie zakupiony sprzęt sportowy o wartości do 800 za 1 pakiet. Sprzęt otrzymają szkoły przystępujące do programu od 1.09.2021 r. na zasadach użyczenia na okres 5 lat.
- W lipcu i sierpniu 2021 zostaną zakupione materiały szkoleniowe i promocyjne:
  - Zostaną opracowane i wykonane materiały promocyjne (płytki CD z materiałami szkoleniowymi, materiały szkoleniowe dla nauczycieli, plakaty, legitymacje i wklejki dla dzieci, itp.)
  - Planuje się przygotowanie 100 płytek CD z materiałami szkoleniowymi. Dla każdej klasy planowany jest zakup broszury

„Akademia Małych Zdobywców” oraz kompletu legitymacji i wklejek dla uczniów, plakatu promocyjnego.

- We wrześniu 2021 r. planowany jest II etap szkoleń tj. praktyczne warsztaty szkoleniowe dla nauczycieli zakwalifikowanych do projektu:
  - Warsztaty będą zorganizowane przy współpracy z Instytutem Nauk o Kulturze Fizycznej Uniwersytetu Rzeszowskiego, niektórymi Okręgowymi Związkami Sportowymi.
  - Podczas szkoleń przedstawiane będą poszczególne próby w dyscyplinach i zestawy ćwiczeń pomagających dzieciom i nauczycielom w przygotowaniu do zaliczenia ich.
  - Planuje się udział każdego nauczyciela w co najmniej 2 szkoleniach (czerwiec i wrzesień).
- W okresie 1.09.2021 – 22.12.2021 r. nastąpi realizowanie pozalekcyjnych zajęć sportowych w klasach I - III SP w zakwalifikowanych 100 grupach szkoleniowych wg zasad określonych w założeniach programu przez okres 15 tygodni (15 tygodni x 1 godzina zajęć tygodniowo). Zostaną podpisane stosowne umowy – zlecenia z nauczycielami prowadzącymi zajęcia pozalekcyjne. Nauczyciele otrzymają materiały szkoleniowe (podręcznik i wklejki do legitymacji), dzieci – legitymacje, szkoły – materiały promocyjne (plakaty, itp.).



- Na bieżąco, co miesiąc będzie wypłacane wynagrodzenie za przeprowadzone zajęcia.
- Przez cały okres trwania zadania, na bieżąco będzie prowadzony jego monitoring, kontrola (poprzez wizytacje zajęć w szkołach) oraz ewaluacja (głównie poprzez badanie ankietowe).
- Na bieżąco, przez cały okres trwania zadania będą prowadzone działania promocyjne poprzez aktualizacje strony internetowej, wysyłanie materiałów do szkół, nauczycieli, zamieszczanie informacji w lokalnych środkach masowego przekazu, organizację „wywiadówek z kultury fizycznej” itp.



## Zadania partnerów programu

### **Podkarpacki Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy w Rzeszowie – operator programu:**

1. Poinformowanie Urzędów Gmin o założeniach programu „Akademia Małych Zdobywców”, przedstawienie założeń współpracy przy realizacji Programu i założeń finansowych.
2. Ogłoszenie naboru szkół podstawowych poprzez zamieszczenie informacji na stronach internetowych SZS, Urzędu Marszałkowskiego, Urzędów Gmin. Wystąpienie z pismem informującym o programie do wszystkich szkół podstawowych w województwie podkarpackim.
3. Wybranie szkół, klas i nauczycieli, którzy wezmą udział w Programie w roku szkolnym 2021/2022.
4. Podpisanie umów zlecenia z nauczycielami zakwalifikowanymi do programu.
5. Uaktualnianie strony internetowej [www.szs.rzeszow.pl](http://www.szs.rzeszow.pl)
6. Organizacja konferencji/szkoleń dla nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej i nauczycieli wychowania fizycznego dla nauczycieli przystępujących do programu.
7. Realizacja Programu w klasach I-III w szkołach wytypowanych do uczestnictwa w nim, w tym organizacja lekcji specjalnych, „lekcji z mistrzem” i „wywiadówek z kultury fizycznej”.
8. Ewaluacja i monitoring Programu.
9. Promocja programu.
10. Przekazanie sprzętu sportowego dla szkół, które przystąpią do programu.

### **Jednostka Samorządu Terytorialnego lub inny organ prowadzący szkołę:**

1. Zgłasza szkołę do programu.
2. Monitoruje realizację programu i pomaga w realizacji przedsięwzięć szkoły związanych z realizacją programu.
3. Pokrywa częściowe koszty realizacji programu, poprzez wpłatę po 200 zł za każdą zakwalifikowaną grupę na konto PW SZS.

### **Szkoła przystępująca do programu:**

1. Zgłasza klasy do działania w programie w roku szkolnym 2021/2022 i deleguje nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej lub wychowania fizycznego, który realizować będzie Program.
2. Zabezpiecza możliwość przeprowadzenia przynajmniej jednej godziny pozalekcyjnych zajęć sportowych w tygodniu w klasach zgłoszonych do

programu w warunkach umożliwiających realizację poszczególnych sprawności (sala gimnastyczna, boisko lub inny odpowiedni obiekt).

3. Umożliwia nauczycielom edukacji wczesnoszkolnej i wychowania fizycznego udział w konferencjach metodycznych i innych formach szkoleniowych związanych z programem.
4. Umożliwia nauczycielom pracującym w programie realizację jego zadań obowiązkowych oraz zadań ponadstandardowych zaproponowanych przez Operatora Wojewódzkiego, w tym: wywiadówek z kultury fizycznej, lekcji z mistrzem, lekcji specjalnych.
5. Umożliwia przeprowadzenie badań ewaluacyjnych programu.
6. Dbą o sprzęt sportowy zakupiony dla szkoły do realizacji zadania.

#### **Nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej / wychowania fizycznego:**

1. Zgłasza chęć realizacji programu.
2. Obowiązkowo uczestniczy w konferencjach metodycznych dla nauczycieli.
3. Przeprowadza pozalekcyjne zajęcia sportowe zgodnie z założeniami programu, które gwarantują dzieciom zdobycie minimum sześciu sprawności w ciągu roku szkolnego.
4. Podejmuje działania umożliwiające jak najpełniejszą realizację programu, w tym: organizuje wydarzenia sportowo-rekreacyjne, wywiadówki z kultury fizycznej, lekcje z mistrzem, lekcje specjalne, itp.
5. Informuje o działaniach podejmowanych w programie za pomocą szkolnej strony internetowej, mediów i innych.