

# **PROJEKT EDUKACYJNY**

w Zespole Szkół w Byszewie

**„Olimpijczyk – wzór do naśladowania ”**

## **OPRACOWANIE:**

mgr Wojciech Onichimiuk

mgr Aleksandra Lewandowska

mgr Monika Kubiak

Byszew 2012/2013

## **IDEA PROJEKTU**

Pomysł realizacji projektu edukacyjnego „Olimpijczyk – wzór do naśladowania” narodził się w trakcie trwających w tym roku Igrzysk Olimpijskich. Wielokrotnie poruszany w mediach temat nieatrakcyjności zajęć sportowych w szkole, brak pasji i promocji sportu oraz zdrowia wśród młodzieży skłonił nas do analizy tego zagadnienia, a przede wszystkim uświadomienia uczniom, że warto mieć pasję i prowadzić zdrowy tryb życia.

Być sportowcem nie oznacza tylko technicznej strony posiadania danej umiejętności, dyscypliny.

Czynne uprawianie sportu jest procesem niezwykle skomplikowanym, na który składa się wiele aspektów. Pojmowanie uprawiania zawodowo danej dyscypliny jako umiejętności do opanowania od strony technicznej w oderwaniu od zdrowego trybu życia, zdrowego odżywiania, jest nieprawdziwe. W cieniu czerpania przyjemności z uprawiania sportu zawodowo, pozostaje znaczenie danej umiejętności, zastosowanie jej w praktyce oraz podporządkowanie jej wielu dziedzin z życia sportowca.

W czasach, kiedy rozwój multimediów jest tak ogromny, potrzeba promowania sportu i zdrowego stylu życia, wolnego od dopingu jest niezbędna.

Świadomi zagrożeń, z którymi styka się na co dzień współczesna młodzież, zmotywowaliśmy się do podjęcia wzmożonych działań prozdrowotnych, profilaktycznych, promujących sport na wyższym poziomie zaangażowania, a także prezentujących sylwetkę sportowca w wielu jego wymiarach. Pragniemy zachęcić młodzież do aktywnego i zawodowego uprawiania sportu poprzez analizę osoby sportowca, nie tylko umiejętności, ale także trybu życia, ograniczeń i jego osobowości. Zaplanowane przez nas działania mają na celu poza promocją sportu, analizę wpływu dopingu na organizm człowieka, a przy tym promowanie zdrowego odżywiania. Ideą jest więc ukazanie sylwetki sportowca, osoby bezwzględnie wolnej od nałogów i stosującej racjonalne odżywianie się.

Posłużył temu opracowany przez nas w obecnej formie – projekt „Olimpijczyk – wzór do naśladowania”, który w pierwszym obszarze ma na celu zapoznanie uczniów z wybranymi dyscyplinami olimpijskimi i prezentację jednej wybranej dyscypliny olimpijskiej. Drugi obszar to negatywny wpływ dopingu na organizm człowieka oraz analiza osobowości sportowca. Trzeci obszar stanowić będzie o zdrowym odżywianiu. Młodzi ludzie z reguły pełni zapału i chęci do uprawiania sportu muszą być świadomi jakie wymagania i ograniczenia stoją przed nimi, jeśli pragną czynić to zawodowo.

## **PLAN PRACY Z PROJEKTEM**

# **„Olimpijczyk – wzór do naśladowania”**

### **CELE GŁÓWNE:**

- Analiza sylwetki sportowca w aspekcie sportowym, psychologicznym i zdrowotnym
- Promowanie aktywności sportowej przez całe życie
- Propagowanie zdrowego stylu życia, wolnego od nałogów

### **CELE SZCZEGÓŁOWE:**

#### **1. Obszar sportowy**

- uczeń wie czym charakteryzują się zawody sportowe – Igrzyska Olimpijskie
- uczeń wie jakie dyscypliny sportowe zalicza się do IO i zna ich przepisy
- poznanie osobowości sportowca
- trening

#### **2. Obszar profilaktyczny**

- uczeń pozna problem nielegalnego dopingu w sporcie
- uczeń zna charakterystykę osobowości sportowca

#### **3. Obszar prozdrowotny.**

- uczniowie znają piramidę zdrowia
- uczniowie posiadają wiedzę na temat zdrowego żywienia
- uczniowie potrafią w praktyce zaplanować system zdrowego żywienia

### **METODY REALIZACJI PROJEKTU:**

- pogadanka
- ćwiczenia praktyczne
- praca w grupach

### **FORMY REALIZACJI PROJEKTU:**

- zajęcia lekcyjne.
- zajęcia praktyczne

### **ŚRODKI MATERIAŁY DO REALIZACJI:**

Uczestnicy projektu korzystają z różnych źródeł informacji na temat zdrowia. Mogą korzystać z literatury i czasopism medycznych, książek, materiałów z Internetu oraz wykorzystując wiedzę zdobytą na zajęciach szkolnych.

### **UMIEJĘTNOŚCI UCZNIÓW NABYWANE W TRAKCIE REALIZACJI PROJEKTU:**

- wypowiedania się
- współdziałania w grupie
- twórczego myślenia
- poszukiwania, obserwowania
- korzystania z różnych źródeł informacji.
- umiejętność pływania

### **CZAS REALIZACJI**

Rok szkolny 2012/2013 – klasa IB gimnazjum

Założone w projekcie działania będą podejmowane w ramach lekcji w-f, zajęć świetlicowych.