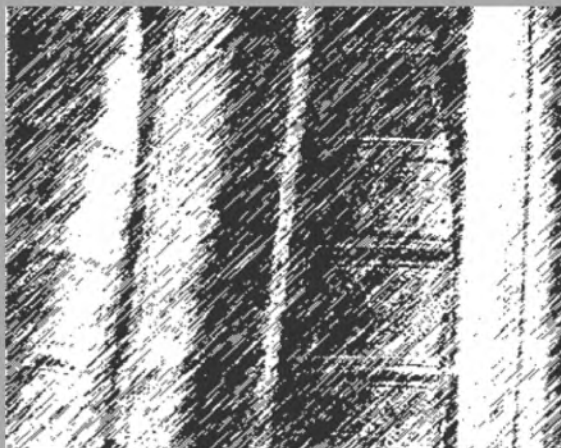




**Andrzej Krawański: *Interaktywne uczenie się
i nauczanie w wychowaniu fizycznym i fizjoterapii*
Tworzenie stosunku człowieka do ciała i zdrowia
Poznań, Akademia Wychowania Fizycznego
2006, ss. 268
ISBN 83-88-923-74-9**

Proces kształtowania świadomości prozdrowotnej i pożądaných zachowań człowieka wobec własnego ciała jest niezwykle trudny i wymaga wykorzystania wszelkich dostępnych środków oddziaływania pedagogicznego. Jednym z nich jest zaplanowana i celowa edukacja fizyczna skierowana na rozwój fizyczny i sprawność ciała człowieka, dzięki której odbywa się proces wspomagania zdrowia. Edukacja fizyczna jest niezwykle istotnym elementem promocji zdrowia oraz stanowi bezpośrednio o jakości zdrowia człowieka. Recenzowana praca podejmuje niezwykle interesujące zagadnienie adaptacji współczesnej dydaktyki do kultury fizycznej i zdrowotnej. Autor w nietuzinkowy sposób propaguje wykorzystanie nowoczesnych metod nauczania i uczenia się w procesie kształtowania świadomości i zachowań człowieka wobec własnego ciała i zdrowia. Wątkiem przewodnim jest interaktywne uczenie się i nauczanie, które z powodzeniem może być wykorzystane w edukacji prozdrowotnej. Autor celowo zrezygnował z medycznych i biologicznych charakterystyk aktywności fizycznej człowieka, nie znajdziemy tu także wyczerpującego wykładu dotyczącego metod i sposobów kształtowania sprawności i wydol-

ności organizmu za pomocą środków kultury fizycznej. Głównym celem podjętych w pracy studiów jest poszukiwanie odpowiedzi na pytania: Jak kreować stosunek człowieka do własnego ciała? Jak motywować go do dbania o własne zdrowie i sprawność fizyczną? Jest to zatem, jak podkreśla autor we wprowadzeniu do książki, rodzaj dyskursu pedagogicznego, którego celem jest szeroka promocja zdrowia i zdrowego stylu życia. Autor stawia się w roli zaangażowanego pedagoga, któremu bliska jest troska o kondycję psychofizyczną współczesnego człowieka, pedagoga, który poszukuje sposobów uświadomienia czytelnika o ważności dbania o własne zdrowie i ciało, który świadomy jest konieczności odpowiedzi na pytanie: W jaki sposób za pomocą środków kultury fizycznej zwrócić uwagę człowieka na jego ciało i zdrowie? Można powiedzieć, że monografia jest próbą wskazania istotnych kwestii dotyczących podnoszenia efektywności procesu nauczania i ulepszania pracy dydaktyczno-wychowawczej wszystkich osób zaangażowanych w proces prozdrowotnego kształcenia dzieci, młodzieży i osób dorosłych. Publikacja powstała z myślą o potrzebach współczesnego człowieka, który żyjąc w świecie nowoczesnych technologii, zatracił nawyki wykorzystywania sił fizycznych na rzecz biernego i pozbawionego aktywności fizycznej spędzania wolnego czasu i nie uświadamia sobie własnej roli w systematycznym dbaniu o własne ciało i zdrowie. Autor dzieli się z czytelnikiem refleksjami, przemyśleniami, czasami wątpliwościami, mającymi bezpośrednie implikacje w życiu codziennym i praktyce pedagogicznej. Ze względu na wagę podejmowanych zagadnień książka może być adresowana do szerokiego grona odbiorców. Z jednej strony może stanowić pożyteczną lekturę dla studentów kierunków przygotowujących przyszłych edukatorów kultury fizycznej, a więc studentów pedagogiki, psychologii, rehabilitacji, medycyny. Z drugiej strony może okazać się wartościową lekturą dla praktyków: nauczycieli, lekarzy, fizjoterapeutów, trenerów, rehabilitantów. Z pewnością także wiele cennych wskazówek odnajdą w niej osoby na co dzień zajmujące się wychowaniem dzieci i młodzieży, a więc rodzice, wychowawcy i opiekunowie.

Opracowanie składa się z czterech rozdziałów, poprzedzanych wprowadzeniem i zakończonych podsumowaniem. Rozdział pierwszy, zatytułowany: *Pryncypia edukacji fizycznej i zdrowotnej*, dotyczy zagadnienia współczesnych dylematów edukacji fizycznej. Rozdział ten jest syntezą przemyśleń, wiedzy, znajomości literatury przedmiotu i poglądów Autora na temat celów, istoty, roli edukacji fizycznej i zdrowotnej. A. Krawański znakomicie wprowadza czytelnika w meandry społecznych i edukacyjnych problemów kultury zdrowotnej i fizycznej. W interesujący a zarazem przystępny sposób charakteryzuje paradygmat wychowania fizycznego i paradygmat pedagogiki zdrowia, rysując wynikające z nich konsekwen-

cje dla promocji zdrowia. W rozdziale tym w przejrzysty sposób wyeksponowane zostały pryncypia edukacji fizycznej w kontekście istniejącej tradycji nauczania. Autor wielokrotnie podkreśla specyfikę interakcji pomiędzy edukatorem a edukowanym, której celem jest wzbudzenie u tego drugiego pozytywnych zmian w psychice, kreowanie nowego stosunku człowieka do ciała i kształtowanie osobowości człowieka zorientowanego na dbałość o ciało i zdrowie. Według autora, wyzwaniem intelektualnym dla każdego pedagoga, nauczyciela, niezależnie od miejsca jego pracy, jest dostosowanie własnej wiedzy oraz umiejętności pedagogicznych do postaw, potrzeb fizycznych i zdrowotnych wychowanków czy podopiecznych.

Rozdział drugi nosi tytuł: *Edukacja fizyczna i terapia zdrowotna – niezbędna płaszczyzna pedagogiczna*. Autor stawia w nim tezę, że zasadniczym celem edukatora zdrowia nie jest jedynie dbałość o wykonywanie zabiegów ogólnorozwojowych w formie ćwiczeń, które mają prowadzić do wyćwiczenia ciała podopiecznego oraz uzyskanie określonego wyniku sportowego, ale oddziaływanie za pomocą środków kultury fizycznej na psychikę człowieka w taki sposób, aby powstała w niej refleksja prozdrowotna. W rozdziale tym poruszone zostały kwestie natury pedagogicznej i socjologicznej związane z rolą edukatora zdrowia w procesie socjalizacji zdrowotnej wychowanków. Autor podkreśla wielokrotnie, że przedmiotem zainteresowań, troski każdego pedagoga powinny być uwarunkowania, prawidłowości procesu kształtowania pożądanых postaw, nawyków, zachowań wobec ciała i zdrowia w domu, szkole, zakładzie pracy, miejscu zamieszkania etc. W dalszej części prezentuje koncepcje pedagogiczne oparte na wychowaniu autorytarnym i antyautorytarnym oraz ich konsekwencje w edukacji zdrowotnej, której celem jest kształtowanie osobowości dbającej o ciało i zdrowie. W odrębnym podrozdziale zamieszcza aksjologiczne refleksje związane z edukacją zdrowotną i daje wyraz przeświadczeniu, że tylko uświadomienie człowiekowi perspektywy aksjologicznej, stanowiącej zasadniczy sens wychowania, doprowadzi do wykształcenia właściwego stosunku człowieka do dbałości o ciało i zdrowie oraz uchroni go przed działaniem instrumentalnym. „Człowiek, podejmując decyzje dotyczące swojego ciała i zdrowia, nie jest całkowicie wolny, musi szanować prawa innych, dostrzegać rolę ciała i zdrowia w perspektywie humanistycznej, a nie wyłącznie utylitarnej czy zdrowotnej”. Uświadomienie człowiekowi tej prawdy jest jednym w najważniejszych zadań edukacji.

W rozdziale trzecim zatytułowanym: *Interaktywne i współuczestniczące nauczanie i uczenie się*, zaprezentowane zostały strategie nauczania niezbędne do realizacji celów edukacji zdrowotnej i fizycznej. Treści omówione w tym rozdziale oparte są na założeniu, że uczący się (uczeń, pacjent) nie może być jedynie biernym naśladowcą i wykonawcą poleceń

nauczyciela, edukatora czy terapeuty. Ma on połączyć otrzymaną, nową wiedzę z już posiadaną i dzięki refleksjom, doświadczeniom wykorzystać ją w świadomy i celowy sposób. Toteż w dalszej części rozdziału uwaga czytelnika zwrócona zostaje na wyjaśnienie pojęć związanych z aktywnym i współuczestniczącym uczeniem się, uczeniem się i nauczaniem przez doświadczanie (cykl Kolba), czyli metodami typowymi dla nowoczesnej dydaktyki. Autor dowodzi, że aktywizujące metody nauczania i uczenia się nadają się szczególnie do tych aspektów, które dotyczą zachowania człowieka, a więc mogą być z powodzeniem wykorzystane w edukacji zdrowotnej. W kolejnych podrozdziałach zostały opisane metody i techniki dydaktyczne, które mogą być wykorzystane w realizacji celów prozdrowotnych: zajęcia typu warsztatowego, metody i techniki aktywizujące w dydaktyce wychowania fizycznego (integracyjne, diagnostyczne, rozwijające twórcze myślenie i twórcze rozwiązywanie problemów, dyskusyjne, grupowego podejmowania decyzji, planowania).

Rozdział czwarty: *Nauczanie i uczenie się stosunku do ciała i zdrowia – niezbędna płaszczyzna dydaktyczna*, zawiera bogaty opis postępowania dydaktycznego, którego zasadniczym celem jest wdrożenie interaktywnego sposobu nauczania i uczenia się do procesu edukacji fizycznej i zdrowotnej w placówkach oświatowych i medycznych. Autor prezentuje stanowisko, że dotychczasowy sposób realizacji celów edukacji fizycznej we wspomnianych placówkach wymaga zasadniczej zmiany. Wykorzystanie przez edukatora nowoczesnych metod nauczania w edukacji fizycznej nie tylko doprowadzi do aktywnego udziału edukowanego w procesie kształtowania własnego rozwoju i sprawności fizycznej ciała, ale przede wszystkim umożliwi edukatorowi wpływ na reorientację stosunku człowieka do własnego ciała i zdrowia oraz spowoduje uświadomienie sobie związku tego rodzaju aktywności życiowej z uzyskiwaną poprawą jakości życia. W szczególności sposób Autor zwraca uwagę czytelnika na aktywizujące i kreatywne metody nauczania, a wśród nich metody zabawowe, problemowe, ekspresji ruchowej, metodę ruchu rozwijającego. Odrębne miejsce poświęca Autor koncepcji uczenia się przez doświadczanie w zastosowaniu do edukacji fizycznej i terapii zdrowotnej.

W rozdziale znajdziemy także obszernie analizy ujęcia lekcji wychowania fizycznego w perspektywie interaktywnej oraz propozycje nauczania stosunku do ciała i zdrowia w placówce medycznej. Rozdział kończy niezwykle cenny opis wykorzystania metody projektu do wprowadzania zmian w środowisku rodzinnym uczniów, pacjentów, wychowanków.

Do wytworzenia trwałych zmian w zachowaniach i nawykach człowieka nie wystarczy świadome uczestnictwo w lekcji wychowania fizycznego w szkole czy w zajęciach rehabilitacyjnych w szpitalu bądź w sanatorium. Po cyklu doraźnych ćwiczeń związanych z dbałością o rozwój

i sprawność ciała, kolejnym krokiem jest umiejętne zaplanowanie nowego, zdrowego stylu odżywiania się i trybu życia. Dlatego w rozdziale tym znajdujemy interesujący opis projektów dotyczących planowego i usystematyzowanego wprowadzania zmian w stylu życia, sposobie odżywiania, aktywności fizycznej.

W pracy zamieszczono także cenne aneksy, w których zawarto przykładowe kwestionariusze ankiet do badania prozdrowotnych determinantów stylu życia. Czytelnik odnajdzie tu przejrzyste i wartościowe schematy wyjaśniające prawidłowe nawyki żywieniowe. Książkę kończy bogata bibliografia zawierająca pozycje źródłowe z literatury rodzimej jak również obcojęzycznej.

Istotnym walorem poznawczym książki jest sposób narracji, jakim posługuje się Autor. Z jednej strony mamy do czynienia z naukowym i rzetelnym wykładem, z drugiej strony w żywy i lekki sposób omawia on problematykę, skłaniając czytelnika do własnych przemyśleń. Poruszona w rozdziale czwartym koncepcja refleksyjnego praktyka została przez Autora w znakomity sposób wykorzystana w kontakcie z czytelnikiem, który dzięki lekturze książki staje się refleksyjnym odbiorcą, zastanawiającym się nad własną kondycją psychofizyczną, nawykami żywieniowymi i prozdrowotną świadomością. Walor ten wydaje się szczególnie istotny, gdyż aby skutecznie realizować proces nauczania i wychowania prozdrowotnego, każdy wychowawca, rodzic, nauczyciel czy pracownik służby zdrowia musi wykazać się twórczością i refleksyjnością w swych działaniach. Omawiane w pracy treści mają nie tylko niezaprzeczalną wartość w sensie poznawczym czy informacyjnym, ale przede wszystkim pobudzają do myślenia, wysnucia własnych wniosków i powzięcia postanowień.

Kończąc lekturę omawianej książki czytelnik uświadamia sobie ogrom zadań, jakie stoją przed każdym edukatorem zdrowia pragnącym skutecznie wywiązywać się ze swej roli. Rola ta jest niezwykle trudna, gdyż jej istota polega na podejmowaniu takich działań pedagogicznych, które doprowadzą do uświadomienia sobie przez osobę edukowaną, jak ważna jest troska o własne ciało i zdrowie, dostrzeganie związków podejmowanych aktywności ze zdrowiem i jakością życia, doświadczanie walorów i słabości własnego ciała oraz pojawienie się głębokich, osobistych refleksji dotyczących preferowanego stylu życia.

Beata Dyrda