

# MAŁY MISTRZ 2015 EWALUACJA PROGRAMU W WOJEWÓDZTWIE DOLNOŚLĄSKIM



## RAPORT Z BADAŃ

Operator regionalny: Szkolny Związek Sportowy „Dolny Śląsk”

Operator krajowy: Szkolny Związek Sportowy

Autor raportu: Paweł Zembura

Na podstawie badań: Centrum Wyzwań Społecznych UW, Szkolny Związek Sportowy „Dolny Śląsk”

Warszawa, styczeń 2016

# Wprowadzenie

Mały Mistrz to ogólnopolski program, którego nadrzędnym celem jest podniesienie sprawności fizycznej i nabycie kompetencji ruchowych wśród dzieci z klas I-III szkoły podstawowej. Inne cele programu to między innymi promocja atrakcyjnych zajęć ruchowych i zachęcanie dzieci do próbowania nowych dyscyplin sportu. Osiągnięcie tych rezultatów ma się odbywać poprzez wspieranie nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej przez nauczycieli wychowania fizycznego w prowadzeniu interesujących zajęć wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej.

Mały Mistrz w ogólnopolskiej skali ma zaledwie dwuletnią historię, jednak jest on wzorowany na "Sprawnym Dolnoślązaczku" - programie realizowanym już wcześniej na dużą skalę w województwie dolnośląskim. "Sprawny Dolnoślązaczek" od semestru zimowego 2010 obejmował bowiem corocznie 10 tysięcy uczniów. Małego Mistrza rozpoczęto w 2014 w klasach I, w 2015 włączono do niego klasy II, a w 2016 mają zostać zaangażowane również klasy III.

Założenia programu to wsparcie nauczycieli wychowania wczesnoszkolnego w prowadzeniu ciekawych zajęć z obszaru aktywności ruchowej dzieci. Owo wsparcie to przede wszystkim obecność i współpraca z nauczycielem wychowania fizycznego na zajęciach wychowania fizycznego, przez co najmniej jedną godzinę lekcyjną tygodniowo. Nauczyciele mają również możliwość uczestniczenia w wojewódzkich i ogólnopolskich szkoleniach, a także otrzymują materiały dydaktyczne. Materiały to głównie przygotowany na potrzeby programu podręcznik będący przewodnikiem po zdobywaniu odznak sprawności fizycznej, zawierający propozycje ćwiczeń kształtujących cechy motoryczne dzieci i wykorzystania form aktywności fizycznej w procesie edukacji, jak i porady dotyczące aktywizacji tej grupy. Podręcznik zawiera też charakterystykę testu sprawności fizycznej, którego przeprowadzenie jest obowiązkiem nauczycieli biorących udział w Małym Mistrzu.

Realizując program dziecko przerabia kolejne, ustanowione wcześniej bloki sportowe (z możliwością poszerzania ich zakresu) zdobywając przy okazji opisujące te dokonania odznaki. Bloki te to: Rowerzysta-Turysta, Gimnastyk-Tancerz, Saneczkarz-Narciarz-Lyżwiarz,

Piłkarz, Lekkoatleta, Pływak-Wodniak. W każdym bloku uczeń ma szansę opanowania określonych umiejętności i wiadomości, za które nagradzany jest odznaka.

Operatorem krajowym programu w 2015 był Szkolny Związek Sportowy. Operatorami wojewódzkimi były wojewódzkie Szkolne Związki Sportowe, a w województwie pomorskim Fundacja Rozwoju Kultury Fizycznej. Aby wziąć udział w programie do operatorów wojewódzkich (poprzez JST) zgłaszały się szkoły chętne do udziału. Nauczyciel i szkoła przystępująca do programu „Mały Mistrz” deklarują realizację cyklu zajęć i sprawdzianów dla dzieci, które przy współpracy nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej oraz nauczyciela wychowania fizycznego zapoznają się z nowymi formami aktywności fizycznej. Szkoły zakwalifikowane do programu otrzymują materiały do realizacji programu oraz sprzęt sportowy o wartości 1500 zł (w I roku udziału w programie). Drugą pulę sprzętu o mniejszej wartości (750 zł) mają otrzymać w 2016 te szkoły, które kontynuują udział w programie przez 3 lata. Oprócz tego teoretycznie szkoły mają możliwość zatrudnienia na jedną godzinę WF tygodniowo nauczyciela wychowania fizycznego, którego zadaniem było wspieranie nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej w prowadzeniu zajęć.

Wg stanu na 10.11.2015 r. w programie w całej Polsce uczestniczyło 83 949 uczniów z 3999 klas. W świetle danych przekazanych przez Szkolny Związek Sportowy najwięcej dzieci brało udział w Małym Mistrzu w województwie dolnośląskim. W drugim semestrze 2015 roku w 824 klasach wzięło w nim udział 18037 dzieci.

## Zawartość

Podsumowanie .....	5
Koncepcja i metodologia badania ewaluacyjnego.....	7
Postawy uczestników względem sportu .....	8
Kondycja i sprawność fizyczna dzieci .....	8
Ćwiczenie z rodzicami .....	9
Ćwiczenie z innymi osobami .....	11
Ocena zajęć WF w szkole .....	12
Częstotliwość ćwiczeń dzieci.....	13
Ulubione i najczęściej uprawiane dyscypliny sportu .....	15
Przyczyny niskiej aktywności fizycznej dzieci.....	17
Bierne spędzanie czasu przez dzieci .....	18
Badana grupa nauczycieli.....	20
Ogólne opinie nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej o realizacji programu.....	21
Współpraca między nauczycielami w trakcie realizacji programu .....	26
Współpraca nauczycieli z rodzicami .....	27
Dostęp do infrastruktury i sprzętu.....	29
Wsparcie nauczycieli: oczekiwania dotyczące szkoleń .....	31
Realizacja zajęć Małego Mistrza .....	32
Dzieci .....	33
Rodzice .....	34
Nauczyciele .....	34
Rodzice - rekomendacje.....	36
Nauczyciele - rekomendacje .....	37

## Podsumowanie

Program Mały Mistrz sprawdza się w roli inicjatywy podnoszącej atrakcyjność zajęć wychowania fizycznego w województwie dolnośląskim. Porównanie odpowiedzi wśród dzieci rozpoczynających program i kontynuujących go wskazuje na coraz wyższą ocenę zajęć wychowania fizycznego i lubienia sportu wśród uczestników zajęć. W badanej grupie niemal dziewiętnastu na dwudziestu uczniów dobrze ocenia lekcje WF. Z perspektywy dzieci owe lekcje zdają się jednak specjalnie nie zmieniać: wciąż najpopularniejszą i najbardziej lubianą dyscypliną jest piłka nożna, której towarzyszy jazda na rowerze i bieganie.

Kluczową rolę w programie odgrywają rodzice, a niemal połowa nauczycieli wskazała, że uczestniczą oni w programie. W przeciwieństwie do próby ogólnopolskiej, na Dolnym Śląsku zdają się dokonywać pozytywne zmiany w częstotliwości ćwiczeń rodziców z dziećmi. Więcej dzieci kontynuujących program stwierdziło, że mama bądź opiekunka z nimi czasem ćwiczy. Z drugiej strony, brakuje w programie narzędzi, które pomogłyby na stałe włączyć w niego rodziców. Nauczyciele postrzegają też postawy rodziców względem sportu i Małego Mistrza jako jedno z największych zagrożeń do realizacji programu.

Nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej i nauczyciele WF są zadowoleni z przystąpienia do Małego Mistrza. Obie grupy wysoko oceniają też ważność zajęć WF. Dla nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej celem programu jest przede wszystkim poprawa kondycji dzieci, choć coraz częściej dostrzegają oni również ważność opanowywania przez dzieci kolejnych umiejętności ruchowych i ich przygotowywania do zajęć WF w starszych klasach. Współpraca pomiędzy nauczycielami zdaje się generalnie sprawdzać, choć części nauczycieli WF przeszkadza brak sformalizowania ról nauczycieli, co prowadzi do tego, że to oni realizują całość pracy w programie. O potrzebie ciągłego uatrakcyjniania zajęć Małego Mistrza przekonuje obserwacja, iż jedna czwarta nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej za potencjalne zagrożenie realizacji zajęć WF uważa ogólnie małe zainteresowanie nimi wśród uczniów.

Do wzmocnienia wpływu Małego Mistrza konieczne wydaje się silniejsze zaangażowanie w program rodziców. Drugim obszarem działań jest wzmocnienie współpracy między nauczycielem edukacji wczesnoszkolnej i nauczycielem WF, która będzie prowadziła do uzupełniania umiejętności obu tych grup. W te punkty wpisuje się silniejszy nacisk na

częstsze prowadzenie zajęć w plenerze, który może być też receptą na bariery infrastrukturalne realizacji zajęć. Wreszcie, z perspektywy utrzymania atrakcyjności zajęć Małego Mistrza dla jego uczestników niezbędna zdaje się różnorodność zajęć, w której podtrzymaniu powinny pomóc nauczycielom szkolenia praktyczne i dostęp do szerszej bazy scenariuszy. Rekomendacje przedstawiono na końcu raportu.

## Koncepcja i metodologia badania ewaluacyjnego

Ta część ewaluacji miała wyłącznie charakter ilościowy, oparty przede wszystkim o dane uzyskane w trakcie badania zaprojektowanego przez Centrum Wyzwań Społecznych Uniwersytetu Warszawskiego, w którym zbieraniem danych zajmował się koordynator krajowy programu. Oprócz tego informacje uzupełniono przez badanie ankietowe opracowane i przeprowadzone przed Dolnośląski Szkolny Związek Sportowy.

W ramach badań zastosowano następujące techniki badawcze:

- ankiety online dla dzieci, ich rodziców i nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej uczestniczących w programie, prowadzone w dwóch terminach:
  1. w nowej grupie: nauczycieli (n=74), rodziców (n=98) i ich dzieci (n=1314), które rozpoczęły uczestnictwo w programie (grudzień 2014 r.)
  2. wśród nauczycieli (n=231), rodziców (n=122) i ich dzieci (n=1663) kontynuujących udział w programie (czerwiec 2015)
- ankietę online dla nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej i WF biorących udział w programie z województwa dolnośląskiego, przeprowadzoną w grudniu 2015 i styczniu 2016 (n=373)

## Postawy uczestników względem sportu

Jedną ze zmiennych determinujących udział w sporcie niezależnie od wieku jest to, jak dana osoba go postrzega. Próbując poznać postawy uczestników Małego Mistrza dotyczące sportu zadano im pytanie o to, czy lubią sport. W próbie ogólnopolskiej, w porównania do badania grudniowego z 2014 roku te same dzieci badane w czerwcu 2015 udzielały częściej pozytywnych odpowiedzi – nastąpił wzrost aż o 10 punktów procentowych.

Ten sam trend można było zaobserwować w województwie dolnośląskim. Różnica pomiędzy grupą, która zaczynała program, a badaniem z czerwca wynosiła bowiem ponad 8%. To znaczna różnica świadcząca o zmianie postaw i jak się zdaje, jest to jeden z kluczowych sukcesów programu.

**Tabela 1 Odpowiedzi uczestników programu Mały Mistrz na pytanie, czy lubią sport**

	tak	Nie	czasami
Czerwiec	97,1	1	2
Grudzień	88,8	2,7	8,5

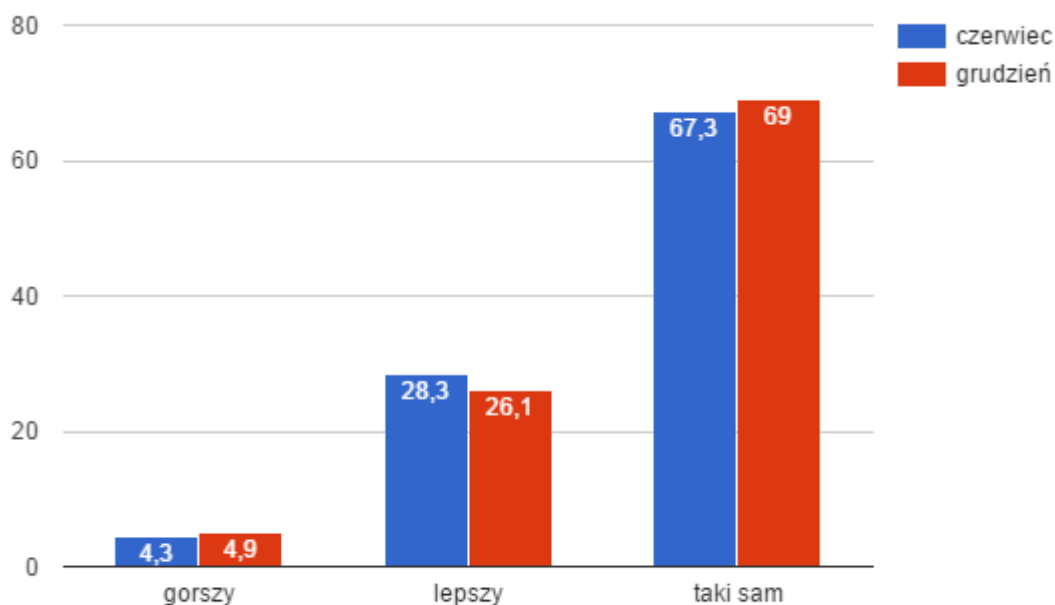
## Kondycja i sprawność fizyczna dzieci

O ile w udział w Małym Mistrzu zdaje się znacznie zmieniać postawy dzieci dotyczące sportu, niewiele zmienia się ich samoocena o tym, jak dobre są w sporcie w porównaniu do większości kolegów/koleżanek.

W badaniu czerwcowym co prawda nieznacznie więcej dzieci deklaruje, że ich sprawność jest lepsza niż rówieśników, jednak jest to różnica zaledwie o 2 punkty procentowe. W związku z tym, że Mały Mistrz jest programem powszechnym, tak małe różnice nie powinny dziwić.



Rycina 1 Opinia dzieci, jak oceniają swoją sprawność na tle rówieśników



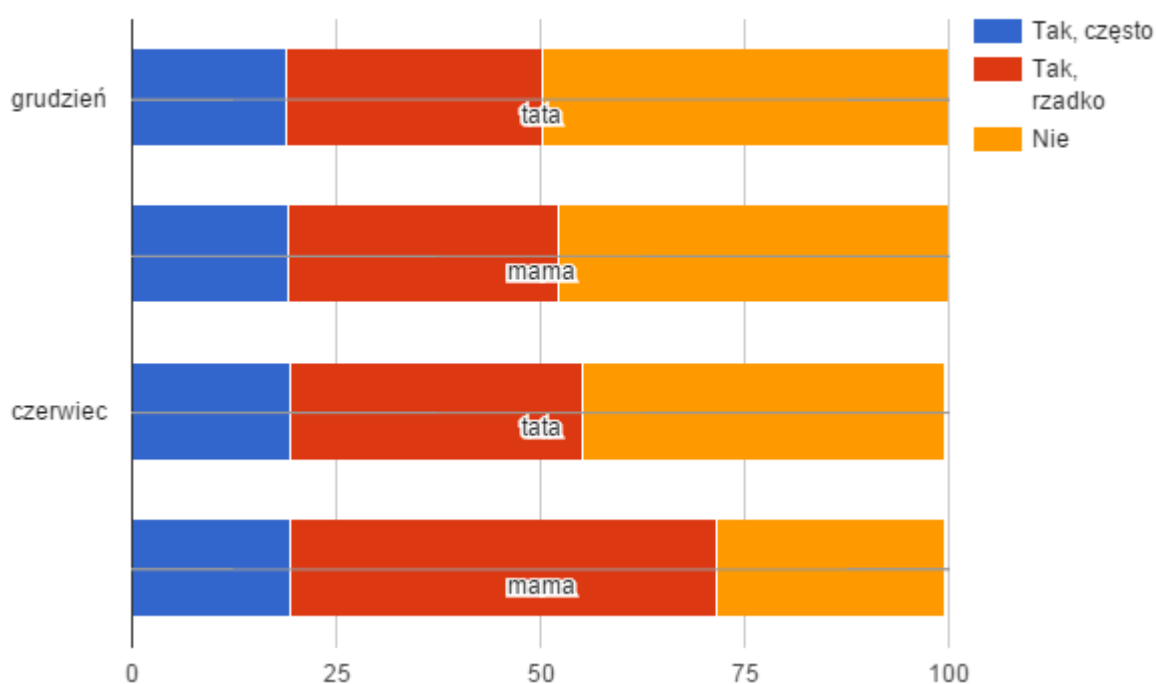
## Ćwiczenie z rodzicami

Wiek wczesnoszkolny to okres, w którym wraz z dziećmi stosunkowo często aktywni fizycznie są rodzice, kształtując ich postawy i ucząc umiejętności ruchowych. Stąd istotność pytania o to, jak często z dziećmi ćwiczą ich rodzice.

Odpowiedzi w próbie dolnośląskiej są bardzo interesujące. Po pierwsze, okazuje się, że nie zmieniła się częstotliwość ćwiczenia z dziećmi wśród tych rodziców, którzy ze swoimi dziećmi ćwiczyli często już wcześniej. Wielka różnica dotknęła natomiast mamy bądź opiekunki, które z dziećmi w grudniu nie ćwiczyły w ogóle. Aż 16% więcej dzieci w badaniu czerwcowym względem grudniowego stwierdza, że ich mama ćwiczy z nimi rzadko. Ten wzrost odbywa się jednak kosztem grupy wcześniej nieaktywnej. Nie sposób jednoznacznie wytłumaczyć tak dużej pozytywnej zmiany, choć, jak się wydaje, wpływ na nią może mieć udział w Małym Mistrzu, który angażuje rodziców w zajęcia wychowania fizycznego dzieci. Innym wytłumaczeniem jest inna pogoda w czerwcu, w większym stopniu zachęcająca do wspólnej aktywności rodziców z dziećmi. Zanotowany wzrost jest bardzo wyraźny i tym wartościowszy, że trend wspólnego ćwiczenia dzieci z rodzicami jest w kontekście różnorodnych badań trendów aktywności fizycznej odmienny, to znaczy: wraz z wiekiem dziecka rodzice ćwiczą z nim coraz rzadziej. Inna symptomatyczna cecha zanotowanej

zmiany to fakt, że dotyczy ona w zdecydowanie większym stopniu matek bądź opiekunek niż ojców. W analizach polskich programów upowszechniających sport matki okazywały się rzadziej ćwiczyć z dziećmi niż ojcowie i opiekunowie. Jeśli zanotowana zmiana w województwie dolnośląskim rzeczywiście wynika z udziału dzieci w Małym Mistrzu to jest to wielka szansa do wykorzystania przy rozwoju programu i aktywizacji grupy, do której dotrzeć jest bardzo ciężko.

**Rycina 2 Odpowiedzi dzieci na pytanie, czy rodzice z nimi ćwiczą**



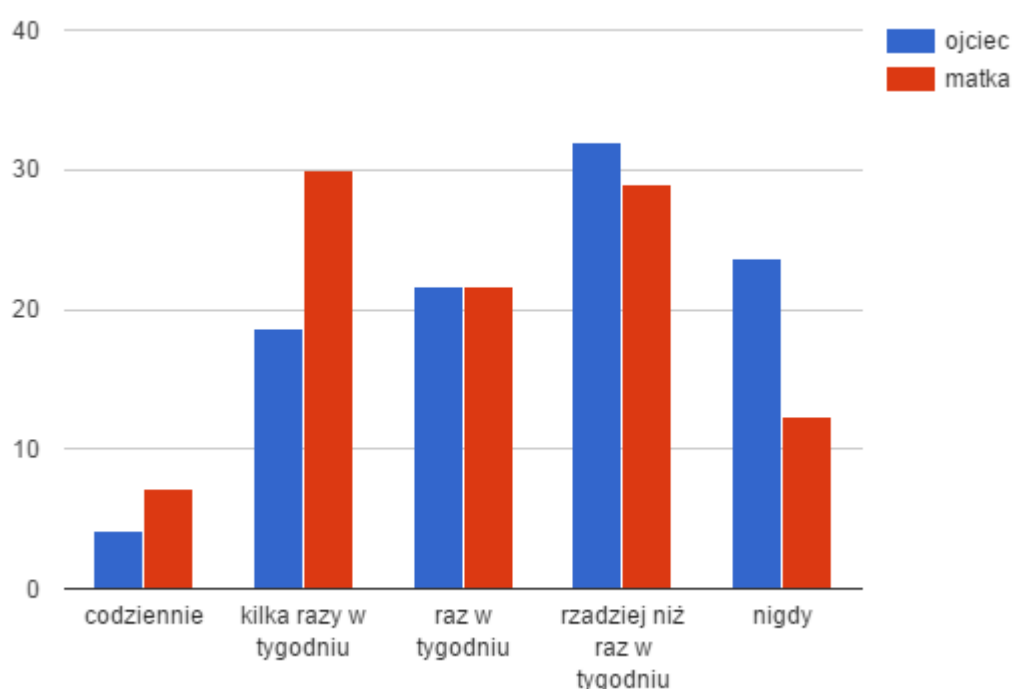
**Tabela 2 Odpowiedzi dzieci na pytanie, czy rodzice z nimi ćwiczą**

		Tak, często	Tak, rzadko	Nie
Grudzień	tata	18,9	31,3	49,8
	mama	19,2	33	47,8
Czerwiec	tata	19,4	35,7	44,4
	mama	19,3	52,3	28

Uzupełniając tę obserwację warto przyrzeć się odpowiedziom rodziców na pytanie o częstotliwość ćwiczenia z dzieckiem (z ankiety w województwie dolnośląskim z grudnia

2014). W tym badaniu matki deklarują częstsze ćwiczenia lub aktywność fizyczną z dziećmi niż ojcowie. Odpowiedzi potwierdzają zatem możliwość wykorzystania zajęć Małego Mistrza w aktywizacji matek i opiekunek, które w okresie wczesnoszkolnym są zaangażowane w aktywność fizyczną swojego dziecka. W kolejnych edycjach programu należy zastanowić się nad narzędziami umożliwiającymi optymalizację korzyści z potencjalnego zaangażowania matek w Małym Mistrzu.

**Rycina 3 Częstotliwość ćwiczenia z dzieckiem w opinii rodziców (grudzień, 2014)**

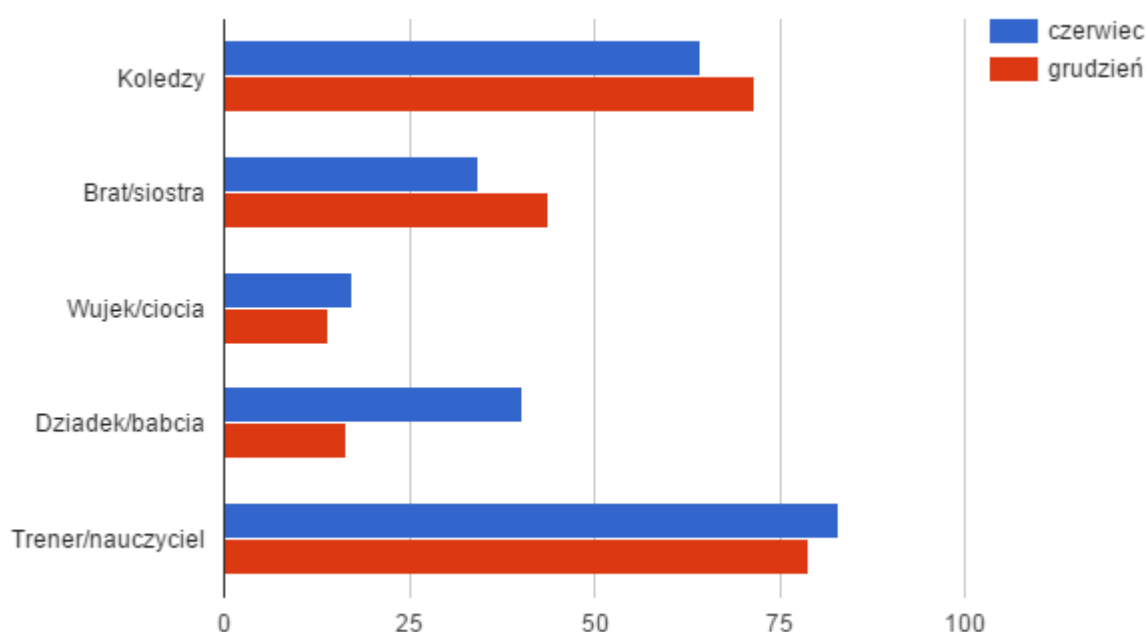


## Ćwiczenie z innymi osobami

Uczestników programu zapytano też o innych partnerów ich ćwiczeń. Odpowiedzi wskazują na pewien transfer wśród najważniejszych współtowarzyszy ćwiczeń, od kolegów i rodzeństwa do nauczyciela i trenera. Można to zinterpretować jako przejście od luźnych, zabawowych form ruchu do bardziej zorganizowanego środowiska szkoły (i formuły Małego Mistrza). Kluczowa rola nauczyciela i trenera i postrzeganie go jako partnera ćwiczeń może być również efektem udziału w Małym Mistrzu. Z tej perspektywy bardzo ważne wydaje się to, że dzieci kojarzą nauczyciela z ruchem - niezależnie, czy jest to nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej czy nauczyciel WF. Wzmacnianie merytoryczne nauczycieli edukacji

wczesnoszkolnej i bardziej ustrukturalizowana rola zajęć wychowania fizycznego nadawana przez udział w Małym Mistrzu może stanowić przyczynek do pozytywnych zmian w postrzeganiu nauczyciela jako najważniejszego partnera ćwiczeń wśród dzieci. Łączenie nauczyciela czy trenera z partycypacją w ćwiczeniach stanowi też zasób w kontekście rozwoju zainteresowania dziecka sportem: dziecko będzie bowiem przywiązywało większą rolę do opinii swojego partnera. Przykładem może być polecenie dzieciom wybitnie zdolnym udziału w zajęciach w klubie sportowym, lub udział w dodatkowych zajęciach korekcyjnych dla dzieci z problemami z aparatem ruchu.

**Rycina 4 Partnerzy dziecka w ćwiczeniach**

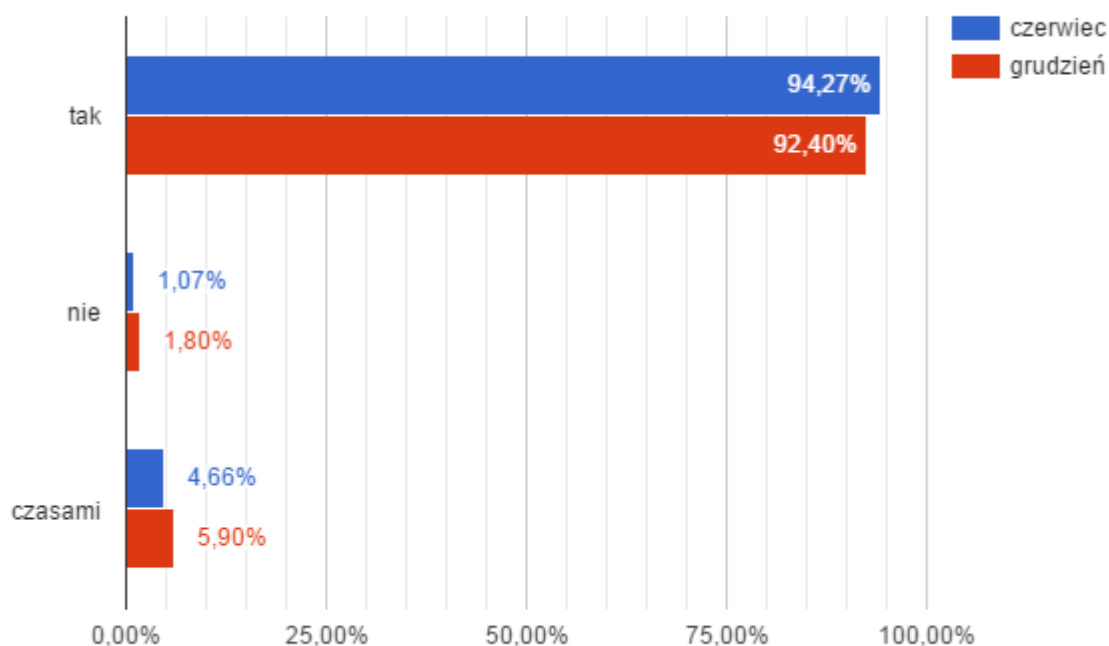


## Ocena zajęć WF w szkole

Tym, co wydaje się szczególnie ważne w kontekście celów Małego Mistrza, jest ocena zajęć WF. Dzieci już w grudniowym badaniu oceniały zajęcia wychowania fizycznego bardzo wysoko, a w czerwcu ten wskaźnik okazuje się jeszcze wyższy. Niemal dziewiętnastu na dwudziestu uczniów dobrze ocenia lekcje WF, co zdaje się stanowić olbrzymi zasób w perspektywie uczestnictwa dzieci w zajęciach wychowania fizycznego w przyszłości. Cieszy też zmniejszenie odsetka dzieci nie lubiących WF. Mimo, że jest to zmiana zaledwie o 1 punkt procentowy, stanowi on niemal 50% obniżenie się liczby dzieci, które WF -u nie lubią.

To natomiast bardzo duży sukces, biorąc pod uwagę silną relację pomiędzy niechęcią do zajęć wychowania fizycznego w szkole a ogólnie niską aktywnością fizyczną wśród dzieci i młodzieży.

Rycina 5 Ocena zajęć WF przez dzieci



## Częstotliwość ćwiczeń dzieci

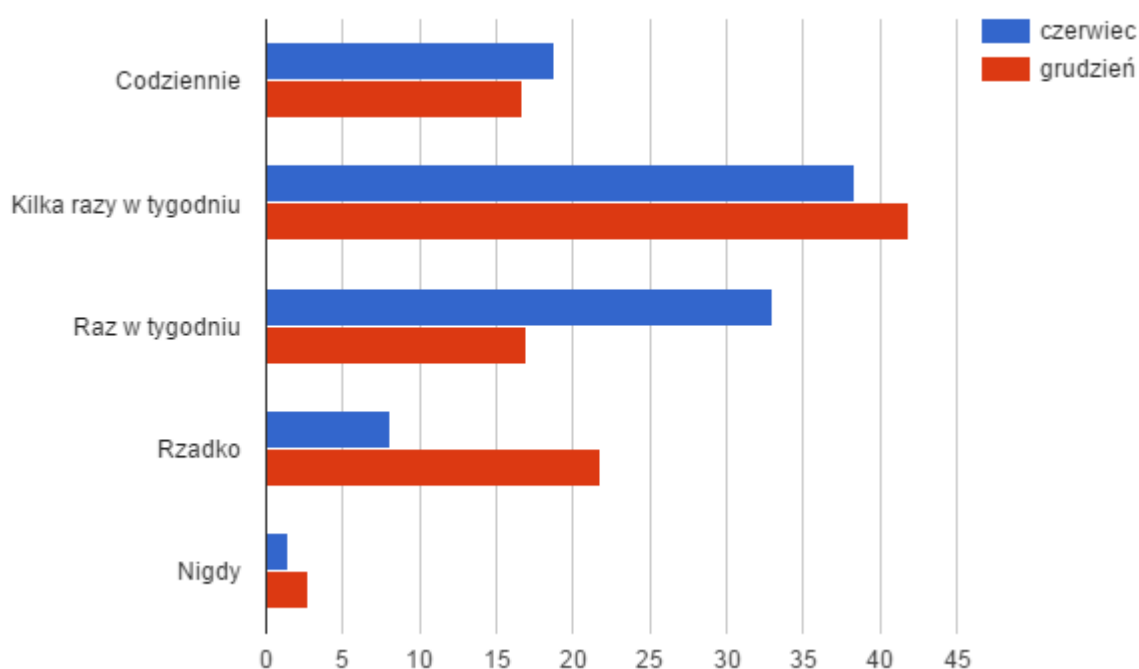
W badaniach Małego Mistrza interesującym jest, czy potencjalnie atrakcyjniejsze zajęcia WF przekładają się na większą aktywność fizyczną dzieci poza murami szkoły. Dzieci zapytano ile razy w tygodniu ćwiczą, ruszają się lub uprawiają sport poza szkołą. Należy tu przypomnieć, że rekomendowana przez Światową Organizację Zdrowia ilość średnio i wysoko-intensywnej aktywności fizycznej (MVPA – moderate to vigorous physical activity) to minimum 1 godzina dziennie. Część tego czasu musi być zatem realizowana poza szkołą.

Dzieci kontynuujące program deklarowały trochę częściej codzienne ćwiczenia lub inne formy aktywności fizycznej poza szkołą. Jest to tym ważniejsze, że w badaniu z 2014 dzieci z województwa dolnośląskiego były trochę mniej aktywne fizycznie poza szkołą niż średnia w próbie ogólnopolskiej.

Najistotniejsza różnica pomiędzy kolejnymi badaniami w województwie dolnośląskim zdaje się jednak dotyczyć grupy ćwiczącej "rzadko". Obejmowała ona ponad 21% dzieci w próbie grudniowej i zaledwie 8% w próbie czerwcowej. To kluczowa zmiana, gdyż dotyczy tej grupy dzieci, do której najtrudniej dotrzeć z różnymi programami sportowymi. O ile osoby, które wcześniej ćwiczyły rzadko nie trafią od razu do grupy codziennie ćwiczącej poza szkołą, zmiana prowadząca do ćwiczenia choćby raz w tygodniu poza lekcjami jest dobrym prognostykiem na przyszłość.

Na podstawie poniższego wykresu można bowiem stwierdzić, że w badanej grupie zwiększa się aktywność fizyczna poza zajęciami szkolnymi.

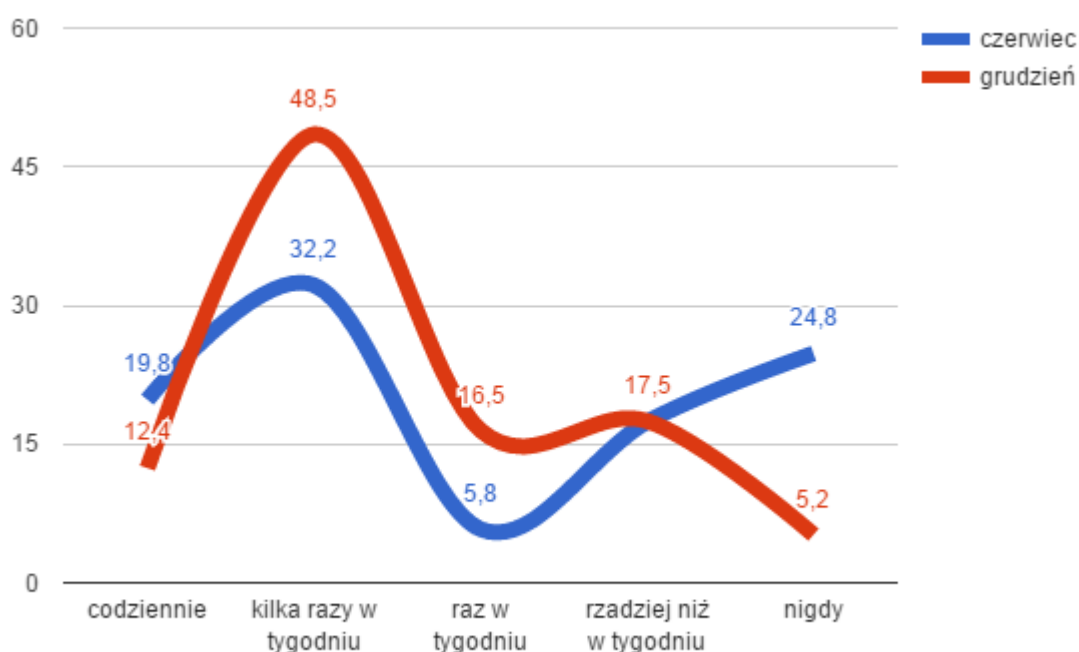
**Rycina 6 Aktywność fizyczna i uczestnictwo w sporcie wśród dzieci poza szkołą**



Niestety wskazań dzieci wydają się nie potwierdzać opinie rodziców o aktywności ich dzieci poza lekcjami szkolnymi. Rodzice wyraźnie wskazują, że to w trakcie badania grudniowego dzieci ruszały się w częściej (oprócz grupy najbardziej aktywnej, która jest większa w grudniu). Trudno jest znaleźć analogię z odpowiedziami dzieci. Wyższa aktywność fizyczna poza szkołą deklarowana przez rodziców w badaniu grudniowym nie jest natomiast domeną województwa dolnośląskiego. W porównaniu do średniej ze wszystkich województw Dolny Śląsk wypadł w badaniu grudniowym nieznacznie gorzej. Tych odpowiedzi nie można zignorować, bowiem w przypadku grupy dzieci w wieku wczesnoszkolnym rodzice

stosunkowo silnie kontrolują, co się dzieje z dzieckiem i są zazwyczaj rzetelnym źródłem informacji o jego aktywności w szkole i poza nią. Jednym z wytłumaczeń, dlaczego dzieci mogą być w oczach rodziców mniej aktywne fizycznie w czerwcu, jest bliskość wakacji i stąd mniejsza liczba różnych zajęć dodatkowych, w których dziecko bierze udział przez cały rok. Stąd dziecko może uczestniczyć w mniejszej liczbie zorganizowanych zajęć fizycznych w czerwcu niż w środku roku szkolnego.

**Rycina 7** Odpowiedź na pytanie ile razy w tygodniu Pani/Pana dziecko podejmuje aktywność fizyczną poza obowiązkowymi zajęciami szkolnymi (ćwiczy co najmniej 30 minut bez przerwy)



## Ulubione i najczęściej uprawiane dyscypliny sportu

O uczestnictwie dzieci w sporcie dużo mówią ich ulubione dyscypliny. W obu grupach najbardziej lubianym sportem jest zdecydowanie piłka nożna. Czwarta z deklarowanych form to gimnastyka i taniec, pierwsza forma, która zazwyczaj jest popularniejsza wśród dziewcząt. Zastanawia wysokie miejsce dosyć specjalistycznych sportów jak jazda na rolkach, czy jazda konna.

**Tabela 3. 10 ulubionych dyscyplin sportu wśród uczestników Małego Mistrza**

	grudzień	czerwiec
Piłka nożna	28,5	29,2
Jazda na rowerze	14,6	19,5
Bieganie	14,2	11,5
Gimnastyka / taniec	11,4	9,5
Pływanie	8,6	8,6
Jazda na rolkach	4,6	4,2
Sporty walki (boks, karate, judo)	3,7	3,2
Jazda konna	3,4	3,1
Koszykówka	2	1,5
Siatkówka	2	1,0

Najbardziej lubiane formy sportu są też przez dzieci najczęściej wykonywanymi. Bardzo popularne są najprostsze dyscypliny jak piłka nożna, bieganie czy jazda na rowerze. Cieszy też wysokie miejsce gimnastyki i pływania, dowodząca dosyć zróżnicowanej oferty zajęć sportowych. Ogólnie ulubione sporty są niestety dosyć jednorodne, z dominacją najpopularniejszej piłki nożnej. Interesujące w tym kontekście są deklaracje biegania jako najczęściej realizowanej dyscypliny. Pod tą nazwą kryją się zapewne również gry i zabawy ruchowe, gdyż samo bieganie przez dzieci w wieku wczesnoszkolnym jest zwykle postrzegane jako bardzo monotonna forma. Wyższa popularność jazdy na rowerze i piłki nożnej w czerwcu może wynikać z innej pogody na wiosnę, umożliwiającej częstsze przebywanie na zewnątrz. Ważność jazdy na rowerze mogła się również podnieść w związku z realizacją na wiosnę sprawności Mały Rowerzysta. Ważną obserwacją jest wysokie miejsce w rankingu „sportów całego życia”, czyli takich, które nauczone za młodu uprawiają też osoby dorosłe (min. jazda na rowerze, pływanie). Ponieważ jednym z celów Małego Mistrza jest opanowanie umiejętności ruchowych ciekawe byłoby zestawienie, jak opanowanie kolejnych sprawności ruchowych przekłada się na popularność i częstość realizacji danych dyscyplin sportu przez dzieci.



**Tabela 4 Najczęściej uprawiana dyscyplina sportu (10 najpopularniejszych odpowiedzi)**

	grudzień	czerwiec
Piłka nożna	25,5	28,7
Bieganie	21,3	13,5
Jazda na rowerze	16,3	21,6
Gimnastyka / taniec	11,1	9,7
Pływanie	8,2	7,6
Jazda na rolkach	3,7	4,1
Sporty walki (boks, karate, judo)	3,3	3
Piesze wędrówki	1,9	1,9
Jazda na sankach	1,5	0,5
Jazda konna	1,2	2,2

## Przyczyny niskiej aktywności fizycznej dzieci

Zapytani o to, dlaczego ich dziecko nie uprawia częściej sportu (grudzień, 2014), rodzice z Dolnego Śląska wskazywali przede wszystkim na ograniczone możliwości wyboru zajęć w swojej okolicy. W takie zapotrzebowanie świetnie wpisuje się program Mały Mistrz z promocją dyscyplin sportu i form aktywności fizycznej, które można uprawiać w plenerze.

Odpowiedzi na pytania o przyczyny niskiej aktywności fizycznej wśród rodziców w Dolnego Śląska różnią się od tych, które deklarowali rodzice w próbie ogólnopolskiej. Rodzice z województwa dolnośląskiego częściej zwracali uwagę na brak atrakcyjnych zajęć, a rzadziej na brak czasu, aby zająć się dzieckiem. To ciekawe o tyle, że lepszy dostęp do zajęć lub infrastruktury może poprowadzić do większej intensywności fizycznej dzieci. Bariera często wymieniana przez rodziców, to jest ograniczona infrastruktura, może zostać częściowo rozwiązana przez udział dzieci w Małym Mistrzu, który poprzez naukę kolejnych umiejętności ruchowych rozszerza zakres dostępnych dyscyplin sportu.

**Tabela 5 Przyczyny niskiej aktywności fizycznej dzieci w opinii ich rodziców (grudzień, 2014)**

Przyczyny	odsetek rodziców
Nie ma możliwości uczestniczenia w żadnych ciekawych zajęciach w okolicy.	14,4

Nie ma w pobliżu miejsce do uprawiania sportu.	9,3
Dziecko nie chce uprawiać sportu.	8,2
Nie mamy czas, żeby zająć się dzieckiem i ruszać się z nim.	8,2
Dziecko jest mało sprawne fizycznie.	1

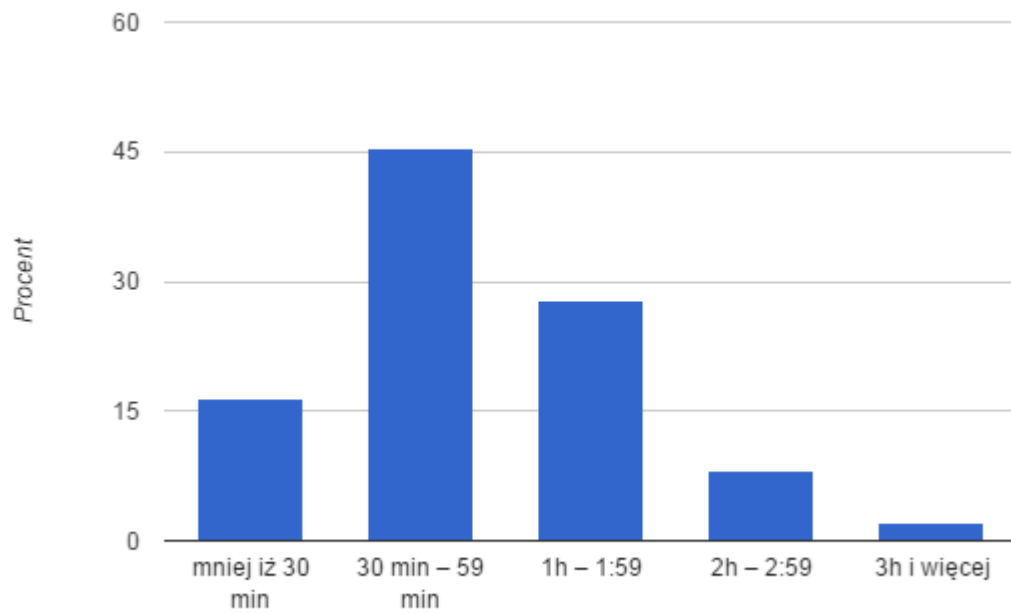
## Bierne spędzanie czasu przez dzieci

Rodziców dzieci zapytano o to, jak dużo czasu ich dzieci spędzają biernie fizycznie. Czas spędzony na sedentaryjne aktywności nie jest wysoko skorelowany z czasem przeznaczonym na aktywność fizyczną, natomiast w wielu badaniach zwracano uwagę na słabą ale jednak istotną relację między tymi zmiennymi. Czas spędzany biernie jest jednak kluczowy ze względu na zagrożenia zdrowotne do jakich prowadzi. W rekomendacjach Amerykańskiego Towarzystwa Pediatricznego rekomenduje się dzieciom i młodzieży spędzanie poniżej 2 godzin dziennie na bierne aktywności w czasie wolnym. Jako zmienną świadczącą o ilości czasu spędzonego biernie fizycznie często wykorzystuje się czas przed ekranem telewizora czy komputera. Na podstawie opinii rodziców wydaje się, że wśród uczestników Małego Mistrza te rekomendacje udaje się większości dzieci spełnić. Trzeba jednak brać pod uwagę, że rodzice nie doszacowują ilości czasu spędzanego przez dziecko między innymi przed ekranami.

**Tabela 6 Częstotliwość w tygodniu, w którym dziecko siedzi przy komputerze/telewizorze (grudzień, 2014)**

Częstotliwość	odsetek
w ogóle	0
1 dzień	15,5
2-3 dni	16,5
4-6 dni	11,3
Codziennie	56,7

Rycina 8 Przeciętny czas, który dziecko spędza w trakcie biernego dnia przy komputerze/televizorze



# Badanie nauczycieli biorących udział w Małym Mistrzu w województwie dolnośląskim

## Badana grupa nauczycieli

Oprócz ankiety ogólnopolskiej, której wyniki z województwa dolnośląskiego wykorzystano w tej analizie, Szkolny Związek Sportowy „Dolny Śląsk” przeprowadził dodatkowe badanie na nauczycielach zaangażowanych w Małego Mistrza. W tym badaniu uczestniczyło 386 nauczycieli, 75% z nich stanowili nauczyciele wychowania wczesnoszkolnego, 25% nauczyciele WF. W większości badania uwzględniono 373 odpowiedzi, które pozostały po czyszczeniu danych (część należała do tych samych nauczycieli). Daje to ważne spojrzenie na realizację programu, gdyż w krajowej ewaluacji programu w badaniach ilościowych nie brano pod uwagę nauczycieli WF. Tu jest natomiast możliwe zestawienie ich odpowiedzi z nauczycielami edukacji wczesnoszkolnej, z którymi na co dzień współpracują.

Udział w programie był konsultowany z nauczycielami edukacji wczesnoszkolnej w 89%. Obie grupy - nauczyciele WF i nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej, są w zdecydowanej większości zadowolone z udziału w Małym Mistrzu. Jest to bardzo interesujące, gdyż na podstawie badania jakościowego w ewaluacji ogólnopolskiej Małego Mistrza można było mieć wątpliwości, czy nauczyciele WF korzystają na obecności w programie. Spotykaliśmy się wtedy z wieloma uwagami, że to oni wykonują większość pracy, a nie zostają za nią wynagrodzeni.

**Tabela 7 Zadowolenie z przystąpienia do programu**

Nauczyciel	Tak	Nie
edukacji wczesnoszkolnej	95,50%	4,50%
wychowania fizycznego	94,70%	5,30%

W województwie dolnośląskim nauczyciele WF są w zdecydowanej większości wynagradzani za lekcje prowadzone w Małym Mistrzu, choć z drugiej strony szkoły wykorzystują elastyczność w formie zatrudnienia. Wśród “innych form” wynagrodzenia najczęściej

wymieniano wpisanie Małego Mistrza w etat nauczyciela, jako zwykłe godziny prowadzonego wychowania fizycznego.

**Tabela 8 Otrzymywanie wynagrodzenia za wspólne lekcje (nauczyciele WF)**

tak, otrzymuje dodatkowe wynagrodzenie	50,60%
nie, realizuje je w ramach godzin karcianych	24,70%
nie, realizuje je w ramach wolontariatu	3,40%
w mojej szkole zastosowane jest inne rozwiązanie	21,30%

## Ogólne opinie nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej o realizacji programu

Pierwszy wniosek z ankiety z ewaluacji ogólnopolskiej jest taki, że w województwie dolnośląskim nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej biorący udział w Małym Mistrzu wysoko oceniają ważność zajęć wychowania fizycznego. Zdecydowana większość ocenia je jako ważne lub bardzo ważne w porównaniu do innych zajęć. To upewnia, że nauczyciele mogą się angażować w Małego Mistrza, będąc przekonanymi, że odnosi się on do istotnego obszaru ich misji zawodowej. Wątpliwości budzi natomiast trend odpowiedzi na to pytanie: w czerwcu wyraźnie rzadsza była odpowiedź „bardzo ważne” a popularniejsza „przeciętnie ważne”.

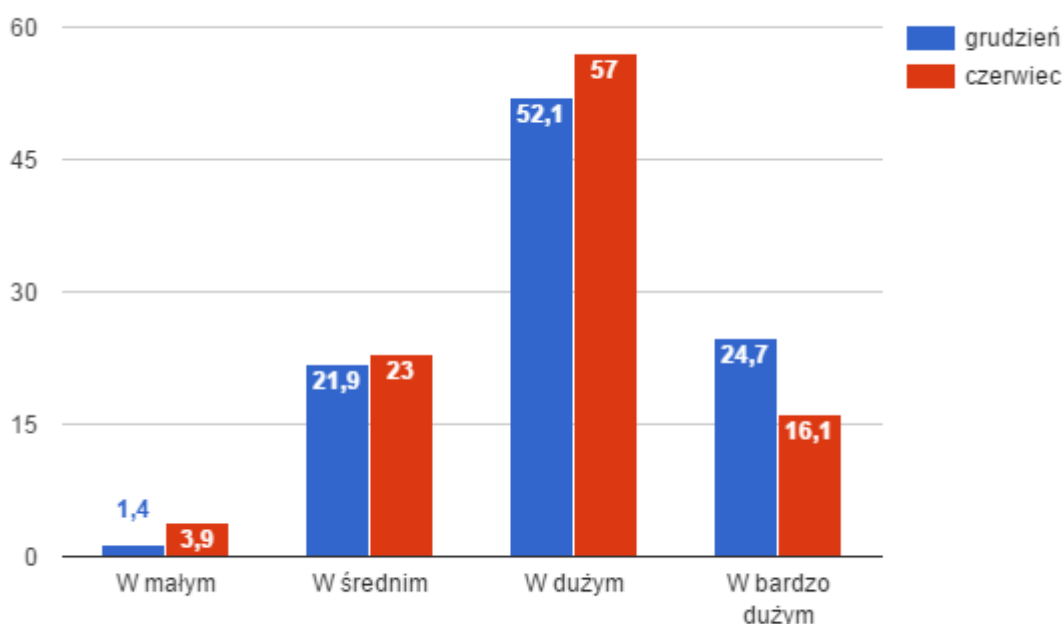
**Tabela 9 Jak ważne są zajęcia WF w edukacji wczesnoszkolnej w porównaniu do innych zajęć**

	grudzień	czerwiec
Nieistotne	0	2,2
Przeciętnie ważne	1,4	12,2
Ważne	49,3	48,7
Bardzo ważne	49,3	37

Za przekonaniem o istotności zajęć WF idzie dobra ocena Małego Mistrza. Nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej wysoko oceniali realizację celów programu i jego główne narzędzie. W porównaniu do deklaracji grudniowych nauczyciele stosunkowo niewiele

zmodyfikowali swoje przekonanie o wpływie Małego Mistrza na aktywność ruchową i sprawność fizyczną dzieci. Największa różnica dokonana się w liczbie osób przekonanych o bardzo dużym wpływie programu. Obniżenie się odsetka osób patrzących w grudniu bardzo optymistycznie na realizację tego celu nie zmienia natomiast generalnie pozytywnego przekonania o programie w kontekście podnoszenia aktywności i sprawności dzieci.

**Rycina 9 Odpowiedź na pytanie, w jakim stopniu Mały Mistrz wpłynie na aktywność ruchową i sprawność fizyczną uczniów**



Oprócz najogólniejszego celu Małego Mistrza, czyli ogólnej poprawy kondycji fizycznej uczniów, nauczyciele oczekują od programu doprowadzenia do zmian w innych obszarach. Po pierwsze jest to wpływ na nastawienie uczniów do lekcji wychowania fizycznego, co jest bardzo silnie akcentowane w celach programu, a także poszerzenie warsztatu pracy w obszarze wychowania fizycznego i nabycie sprzętu sportowego dla szkoły.

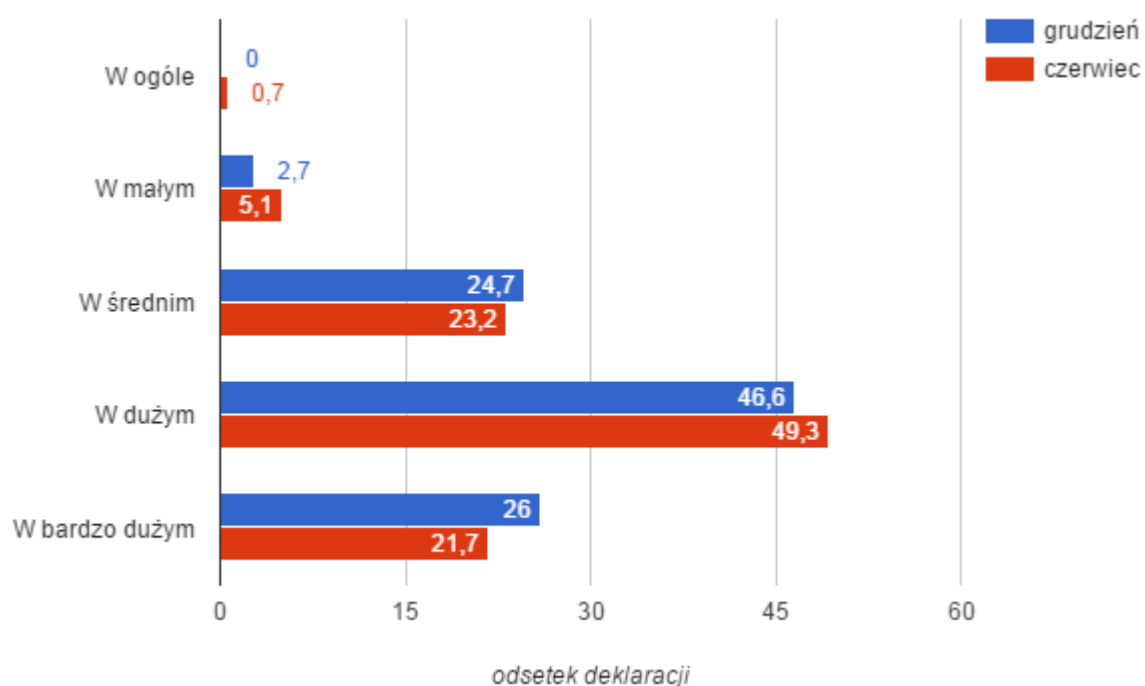
Ciekawe, że kilka oczekiwań wymieniono znacznie częściej w czerwcu, niż w grudniu. Była to inspiracja ze współpracy z nauczycielem wspomagającym i lepsze przygotowanie uczniów do zajęć WF w starszych klasach. Oba cele łączą się silnie z osobą nauczyciela WF (któremu zwykle bardzo zależy na „otrzymaniu” pod opiekę sprawnych dzieci w 4 klasie szkoły podstawowej), a ich znaczna obecność w grupie nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej zdaje się być rezultatem pozytywnych doświadczeń ze współpracy pomiędzy nauczycielami w programie.

**Tabela 10** Oczekiwania dotyczące programu wśród nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej

Oczekiwanie	grudzień	czerwiec
Nabycie sprzętu sportowego dla szkoły	9,6	10,4
Lepsze przygotowanie uczniów do zajęć wf w starszych klasach	1,4	13
Poprawy ogólnej kondycji fizycznej uczniów	54,8	30
Zmiany nastawienia uczniów do aktywności fizycznej	20,5	19,1
Poszerzenia warsztatu pracy o nowe metody	9,6	10
Zyskanie możliwości prowadzenia zajęć w odpowiednich przestrzeniach (sala gimnastyczna, siłownia, basen itp.)	1,4	3
Inspiracja płynąca ze współpracy z nauczycielem wspomagającym	2,7	14,3

Małego Mistrza wyróżnia system zdobywania odznak odnoszących się do konkretnych sprawności ruchowych. Nauczyciele dobrze oceniają to narzędzie jako szansę na podniesienie atrakcyjności zajęć, choć nieznacznie gorzej w czerwcu niż w grudniu. Zaledwie około 6% nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej z doświadczeniem w programie nisko ocenia system odznak.

**Rycina 10** W jakim stopniu system zdobywania odznak podniesie atrakcyjność zajęć



Nauczycielom edukacji wczesnoszkolnej zadano ogólne pytanie o to, co im pomogło w realizacji zajęć WF. Odpowiedzi udzielone w grudniu i czerwcu znacznie się różniły. O ile na początku realizacji Małego Mistrza nauczycielom kluczowe zadawało się przekonanie o umiejętności prowadzenia ciekawych zajęć WF, w czerwcu za najważniejsze uznali oni swoje przygotowanie teoretyczne, które „pozwoiliło się im znaleźć” w prowadzeniu zajęć ruchowych. Jako wyraźnie mniej ważny w czerwcu oceniono dobry dostęp do przestrzeni do ćwiczeń, co może wynikać zarówno z braku tego dostępu, jak i tego, że nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej przestali na niego zwracać tak dużą uwagę dzięki zrealizowaniu tego postulatu. Z drugiej strony znacznie wyżej oceniono ważność kontaktu z nauczycielem wspierającym. W dalszej części raportu rozszerzono ocenę tych dwóch czynników.

**Tabela 11 Co najbardziej pomogło w prowadzeniu zajęć wychowania fizycznego**

	grudzień	czerwiec
Poczucie, że mam dobre przygotowanie teoretyczne – wiedzę na temat rozwoju dziecka, wpływu poszczególnych dyscyplin i ćwiczeń na ten rozwój	16,4	54,2
Przekonanie, że mam dobre przygotowanie praktyczne – znam konkretnie scenariusze, spośród których mogę wybierać	30,1	29,6
Świadomość, że zajęcia poprowadzone przez mnie mogą być dla dzieci tak samo atrakcyjne jak te prowadzone przez nauczyciela w-f	39,7	41,7
Lepszy dostęp do sprzętu sportowego	37	33,5
Lepszy dostęp do przestrzeni do ćwiczeń (sala, boiska, basen itp.)	38,4	18,3
Większa ilość szkoleń, warsztatów z metodyki w-f skierowanych do nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej	27,4	6,1
Dobry kontakt z nauczycielami wychowania fizycznego w mojej szkole, wsparcie od nich	11	30,9

Przystawione powyżej kluczowe elementy w udanej realizacji zajęć wychowania fizycznego zdają się częściowo potwierdzać wymienione przez nauczycieli bariery. Za największy problem w prowadzeniu zajęć WF nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej uważają słaby dostęp do przestrzeni do ćwiczeń. To ograniczenie było najczęściej wymienianym zarówno w grudniu, jak i w czerwcu. Spore obawy jest fakt wzrost liczby deklaracji, że problemem w



prowadzeniu zajęć WF jest małe zainteresowanie nimi wśród uczniów. Na tą barierę wskazuje aż jedna czwarta badanych, co zdaje się poważnym zagrożeniem.

**Tabela 12 Największe bariery i trudności w prowadzeniu zajęć WF**

	grudzień	czerwiec
Niewystarczająca wiedza teoretyczna	13,7	0
Niewystarczające umiejętności praktyczne	30,1	26,5
Słaby dostęp do sprzętu sportowego	46,6	29,6
Słaby dostęp do przestrzeni do ćwiczeń (sala, boiska, basen, itp.)	63	49,1
Małe zainteresowanie uczniów	5,5	25,7
Słaby kontakt z nauczycielami wychowania fizycznego w mojej szkole	11	9,6
Zła organizacja zajęć (czasowa)	27,4	17,4

Znaczne różnice dokonały się w postrzeganych problemach w realizacji zajęć wychowania fizycznego w trakcie realizacji Małego Mistrza. O ile spójnie z pytaniem o bariery najczęściej wymieniano brak dostępu do infrastruktury i sprzętu, to kolejność następujących wątpliwości jest już odmienna. Nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej obawiali się na początku problemów we współpracy z nauczycielem wspomagającym, co w czerwcu okazało się najwyraźniej bezpodstawne. W przeciwieństwie do tej wątpliwości dużo ważniejszym problemem w czerwcu okazało się potencjalne ograniczenie w finansowaniu programu. Z perspektywy nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej odnosi się to zazwyczaj do dwóch obszarów: bojaźni przed brakiem pomocy od nauczyciela wspierającego oraz brakiem możliwości uzupełnienia sprzętu sportowego w szkole.

Warto też zwrócić uwagę na postrzeganą ważność wpływu postaw rodziców na powodzenie zajęć wychowania fizycznego. Niewiele z czasem zmieniają się wątpliwości co do gospodarowania czasem dzieci i chęcią opłacenia części realizacji zajęć programu. To dowodzi kluczowej roli rodziców w Małym Mistrzu.

**Tabela 13 Co może najbardziej przeszkodzić w realizacji programu**

	grudzień	Czerwiec

Brak dostępu do infrastruktury i sprzętu	69	27,2
Brak porozumienia z nauczycielem wspomagającym	34,2	2,2
Brak zaangażowania w program ze strony dyrekcji	1,4	1,1
Niechęć uczniów do aktywności fizycznej	8,2	2,2
Niechęć rodziców do ponoszenia dodatkowych kosztów (np. dojazdy, wynajem sprzętu)	19,2	14,1
Niechęć rodziców do zajmowania dzieciom czasu wolnego (min. dojazdy, np. na pływalnię)	15,1	12,0
Problemy we współpracy z nauczycielami WF	1,4	2,2
Brak umiejętności koniecznych do przygotowania uczniów do testów sprawnościowych	0	8,7
Brak kompetencji do prawidłowego przeprowadzenia testów sprawnościowych	6,8	4,3
Problemy w finansowaniu programu	13,7	26,1

## Współpraca między nauczycielami w trakcie realizacji programu

W pierwszej kolejności przedstawiono zbieżność realizacji programu Mały Mistrz z jego założeniami teoretycznymi. Deklaracje dotyczące współprowadzenia jednej godziny tygodniowo różniły się wśród 2 rodzajów nauczycieli. Nauczyciele WF wyraźnie rzadziej deklarowali, że jedna godzina zajęć jest prowadzona przez nauczycieli wspólnie. Może to wynikać z tego, że jak obserwowano w próbie ogólnopolskiej, nauczyciel wychowania wczesnoszkolnego odgrywa zaledwie rolę obserwatora lub w ogóle nie uczestniczy we “wspólnej” godzinie. To, że nawet wśród nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej 9% wskazuje na brak wspólnie prowadzonej godziny sugeruje natomiast, że są szkoły, w których kluczowe narzędzie w programie nie jest wykorzystywane.

**Tabela 14 Prowadzenie wspólnej godziny zajęć WF przez nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej i wychowania fizycznego w klasie I**

Nauczyciel	Tak	nie
edukacji wczesnoszkolnej	90,70%	9,30%
wychowania fizycznego	77,90%	22,10%

Wśród nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej współpraca z nauczycielem wspomagającym jest oceniana bardzo dobrze. Złe doświadczenia są sporadyczne, co utwierdza w sensie współpracy.

**Tabela 15 Ocena współpracy z nauczycielem wspomagającym po roku pracy w programie (nauczyciel wychowania wczesnoszkolnego)**

ocena	Dobrze	Źle	różnie
liczba bezwzględna	259	2	21
odsetek	91,80%	0,70%	7,40%

Głosy o dobrych relacjach potwierdzają się wśród nauczycieli WF, z których 90,5% jest zadowolona ze współpracy z nauczycielem wychowania wczesnoszkolnego. Aż 86% uważa, że uczy się nawzajem od nauczycieli wychowania wczesnoszkolnego, choć z drugiej strony 96% jest zdania, że to ich koledzy więcej na tej relacji korzystają. Ta opinia jest spójna z zebranymi przez nas danymi z próby ogólnopolskiej. W wywiadach nauczyciele WF zwracali uwagę, że to oni w rzeczywistości wykonują gro pracy w Małym Mistrzu. Część z nich wskazywała, iż oprócz roli mentora nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej muszą właściwie samodzielnie prowadzić zajęcia.

## Współpraca nauczycieli z rodzicami

Wyjątkowe miejsce w Małym Mistrzu, w porównaniu do innych programów współfinansowanych przez Ministerstwo Sportu i Turystyki zajmują rodzice. Niemal połowa nauczycieli wskazuje, że współpracują oni przy realizacji programu.

**Tabela 16 Współpraca nauczyciela z rodzicami przy realizacji programu**

odpowiedź	Procent
tak	49,1
nie	50,9

Oczekiwania nauczycieli dotyczące rodziców, to przede wszystkim ich większe zaangażowanie w wypełnianie ankiet, zainteresowanie tym, co dzieje się na zajęciach i

uczestnictwo w regularnych pokazach dzieci związanych z udziałem w programie (np. w formie otwartych lekcji, miniturniejów czy olimpiad). Nauczyciele mają wyraźne oczekiwania co do roli rodziców w Małym Mistrzu, rzadko kto nie deklaruje przynajmniej jednej czynności, w której chciałby większej aktywności rodziców. Zapytani o rodzaj spodziewanej pomocy, część nauczycieli wymienia wymagające poświęceń aktywności:

- *(Moje oczekiwania to – przypis red.) „Udział rodziców w zajęciach W-F. Organizowanie zawodów sportowych szkolnych i gminnych. Pomoc w organizowaniu wyjazdów typu: basen, lodowisko itp.”*

Ciekawe wydają się również mniej spektakularne pomysły na włączanie tej grupy, na przykład poprzez udział w zdobywaniu przez dzieci poszczególnych sprawności. Przykłady takich odpowiedzi to:

- *(Moje oczekiwania to – przypis red.) „Pomoc przy zdobywaniu niektórych sprawności np. saneczkarz, łyżwiarz.”*
- *(Moje oczekiwania to – przypis red.) „pomoc w wycieczkach rowerowych”*
- *(Chciałabym ze strony rodziców – przypis red.) „Rozwijania sprawności fizycznej dzieci w domu - zabawy z piłką, wycieczki rowerowe i piesze, wspólne wyjścia na basen.”*

Nauczyciele oczekują też od rodziców większego zainteresowania działaniami dziecka, w tym jego sukcesami w zdobywaniu odznak. Wydaje się, że takie pomysły znakomicie łączą się z potencjalnymi imprezami sportowymi, w trakcie których rodzice uczestniczą w samym zdobywaniu odznaki przez dziecko. Dobrze wyraża to jedna z opinii:

- *(Chciałabym otrzymać od rodziców – przypis red.) „Pomoc przy zdobywaniu niektórych sprawności. (Potrzebna jest też – przypis red.) Rozmowa o sukcesach sprawnościowych dziecka.”*

Zapytani o dodatkowe wsparcie w Małym Mistrzu nauczyciele chcą też większego zaangażowania dyrekcji szkoły, pielęgniarki szkolnej i aktywnych sportowców, będących

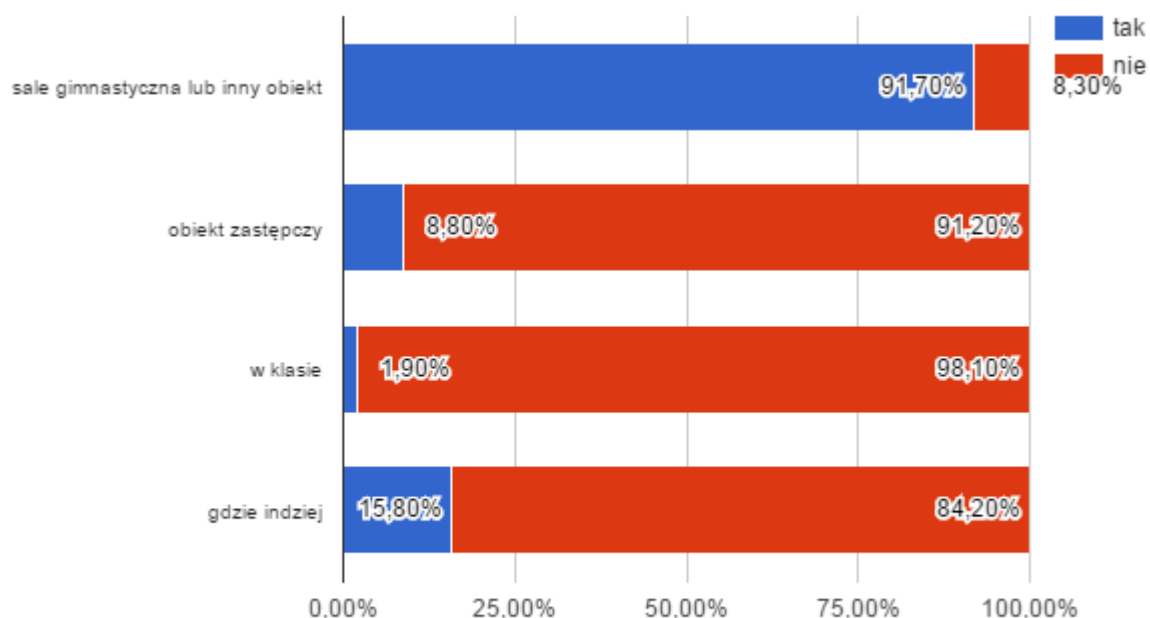
inspiracją (i atrakcją) dla dzieci. Rzadziej odpowiedzi dotyczyły zaproszenia do szkoły dietetyka, który w rozmowie z dziećmi i rodzicami pomógłby uzupełniać ich wiedzę w temacie (przytaczano przykład takich zajęć ze Sprawnego Dolnoślązaczka).

## Dostęp do infrastruktury i sprzętu

Powtarzającymi się problemami w realizacji założeń Małego Mistrza w opinii nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej jest ograniczony dostęp do atrakcyjnej infrastruktury sportowej i sprzętu sportowego. Tymczasem z ankiety przeprowadzonej w województwie dolnośląskim wynika, że aż 85% nauczycieli edukacji wczesnoszkolnego ma przynajmniej na jednych zajęciach Małego Mistrza w tygodniu do dyspozycji najatrakcyjniejsze miejsce do prowadzenia zajęć.

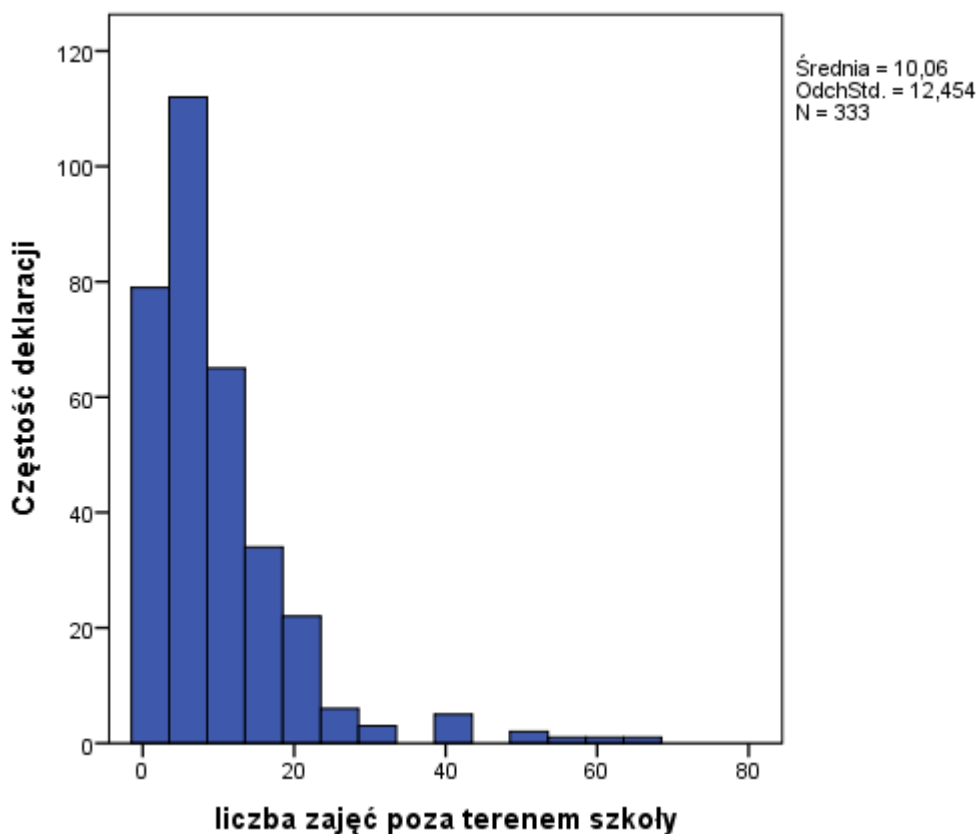
Ten dobry dostęp do infrastruktury zdają się potwierdzać opinie nauczycieli o tym, że na wspólną lekcję mają dostęp do sali gimnastycznej bądź innego obiektu (tak stwierdziło 92%), a tylko 9% określiło, że zajęcia odbywają się na obiekcie zastępczym.

**Rycina 11 Miejsca, w których odbywają się zajęcia Małego Mistrza**



Za terminem “gdzie indziej” kryją się zwykle zajęcia na szkolnym korytarzu. Z drugiej strony, większość nauczycieli stwierdza, że zajęcia Małego Mistrza odbywają się czasami poza terenem szkoły. Jak można zaobserwować poniżej, są to raczej rzadkie przypadki. Wysoka średnia wynosząca 10 zajęć wynika z kilku deklaracji odstających, przekraczających 60 deklarowanych zajęć poza terenem szkoły. Wynikałoby z nich, że kilku nauczycieli niemal wszystkie zajęcia w ramach Małego Mistrza prowadzi poza terenem szkoły.

**Rycina 12 Liczba zajęć odbywających się poza terenem szkoły**



Problemem w realizacji programu zdaje się nie być też dostęp i jakość sprzętu sportowego dostarczonego w ramach Małego Mistrza. 95% nauczycieli było zadowolonych z sprzętu sportowego otrzymanego w ramach programu. Wśród osób, które nie były z niego zadowolone przyczyną było nieotrzymanie do tej pory sprzętu lub brak możliwości jego wykorzystania (np. wynikająca z niedostosowanej sali do ćwiczeń). Najpopularniejszą odpowiedzią niezadowolonych nauczycieli była natomiast niska jakość piłek gumowych, z których ma samoistnie schodzić powietrze.

**Tabela 17 Zadowolenie ze sprzętu otrzymanego przez operatora**

	nie	tak
edukacji wczesnoszkolnej	5%	95%
wychowania fizycznego	4%	96%

Wśród sprzętów, które nauczyciele chcieliby włączyć do swojego ekwipunku najczęściej wspominane się eduballe, woreczki do gimnastyki i mini sprzęty do sportów zespołowych (np. piłki do koszykówki, sprzęt do mini-unihokeja).

## Wsparcie nauczycieli: oczekiwania dotyczące szkoleń

W ankiecie zadano pytanie o preferowaną częstotliwość praktycznych szkoleń. Najczęściej wybieraną częstością było ich prowadzenie raz na pół roku.

**Tabela 18 Preferowana częstotliwość udziału w szkoleniach praktycznych**

Częstość	Procent
raz na kwartał	26
raz na pół roku	48,8
raz w roku	25,2

Stosunkowo nieduża część, bo 27% nauczycieli, byłoby zainteresowanych dodatkowymi szkoleniami teoretycznymi. Tematy szkoleń teoretycznych, które ich szczególnie interesują, dotyczą pracy z dziećmi w młodym wieku i kształtowania ich sprawności fizycznej, a także motywowania ich do ruchu i pracy z rodzicami.

Oczekiwania dotyczące tematyki praktycznych szkoleń różnią się natomiast w zależności od rodzaju nauczyciela. Nauczyciele WF są w większym stopniu zainteresowani specyfiką pracy z dziećmi w wieku wczesnoszkolnym i 6-latkami. Nauczyciele wychowania wczesnoszkolnego są zainteresowani szkoleniami "dookoła" aktywności fizycznej. Interesuje ich, jak zachęcić i pracować ze słabszymi dziećmi, w jaki sposób włączyć zainteresować sportem rodziców, jak przeprowadzić lekcję pokazową. Jeśli zwracają uwagę na potrzeby rozwoju w jakiejś dyscyplinie są to gry i zabawy, rytmika, klanza. Wyjątek stanowią popularne w obu grupach eduballe i lekkoatletyka.

Wymyślenie szkoleń, które będą interesujące dla dwóch typów nauczycieli może być wyzwaniem. Sugestie nakładających się tematów to formy gier i zabaw łączące zajęcia wychowawcze z poprawą cech motorycznych. Przykładem takich zajęć są gry i zabawy ruchowe będące prostym wstępem do zajęć gimnastycznych (które często są postrzegane przez nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej jako wyzwanie), praca nad cechami motorycznymi dzieci w wieku 6-8 lat w formie zabaw z prostych sprzętem i możliwych do realizowania w dużej grupie (nauczyciele WF mają ograniczone doświadczenia w pracy z tak młodymi dziećmi). Inne zajęcia, które mogłyby być interesujące dla obu grup to mini gry, oparte jednak w mniejszym stopniu na grze, a w większym na zabawie. Zajęcia, które wyraźnie sprawiają problem nauczycielom edukacji wczesnoszkolnej to formy plenerowe. Metodyka form prowadzonych w plenerze zapewne byłaby wartościowym wzmocnieniem ich umiejętności.

Jednym z rozwiązań problemu powtarzających się zajęć i inspiracją do rozwoju dla nauczycieli są scenariusze. Aż 93% nauczycieli chciałoby otrzymać dodatkowe scenariusze zajęć Małego Mistrza. Preferowana forma scenariuszy to broszury (65%), nieznacznie mniej wybrało filmy (60%). Większość nauczycieli oczekuje, że otrzymają gotowe scenariusze na swój adres email.

## Realizacja zajęć Małego Mistrza

Najpopularniejszymi z dotychczas realizowanych odznak były gimnastyk, lekkoatleta, piłkarz, turysta i tancerz. Nauczyciele wskazują, że najmniejszą szansę mają na zrealizowanie sprawności pływak-wodniak, saneczkarz, narciarz, łyżwiarz. 37% z nich stwierdziło, że jeśli nie będzie w stanie zrealizować jakiejś sprawności, zastąpi ją inną. Proponowane sprawności, które nauczyciele chcieliby wprowadzić do programu to skoczek i siatkarz, zdecydowana większość jednak nie widzi potrzeby lub nie ma pomysłów na kolejne sprawności.

96% nauczycieli przeprowadziło test sprawności fizycznej. Największy problem dzieciom sprawiał bieg na 600 metrów i zwis na drążku, którego część dzieci z 1 klasy nie jest w stanie zrealizować. Dużym problem okazała się również niepełna obecność dzieci na zajęciach i ograniczenie czasowe - 45 min to za mało by przeprowadzić test w dużej grupie. W związku ze złożonością testu konieczne zdaje się umieszczenie w rekomendacjach obecności obu



nauczycieli w trakcie testu oraz jego wcześniejsze przygotowanie (np. trasy biegu). Aż 32% nauczycieli odbyło lekcje pokazowe z Mistrzem, nieznacznie mniej prowadziło takie lekcje piłkarskie (29%) bądź lekkoatletyczne (29%).

## Najważniejsze wnioski z badań

### Dzieci

- Dzieci uczestniczące w programie bardzo lubią sport, a odsetek lubiących sport uczestników Małego Mistrza zwiększył się jeszcze wraz z jego trwaniem. Ta wyraźna poprawa świadczy o zmianie postaw dzieci i jak się zdaje, jest to jeden z kluczowych sukcesów programu.
- Dzieci dosyć dobrze oceniają swoją sprawność fizyczną na tle rówieśników, choć różnice w tej ocenie raczej nie zmieniają się w czasie
- Dzieci już w grudniowym badaniu oceniały zajęcia wychowania fizycznego bardzo wysoko, a w czerwcu wskaźnik pozytywnych opinii okazał się jeszcze wyższy. Niemal dziewiętnastu na dwudziestu uczniów dobrze ocenia lekcje WF
- Odpowiedzi o najczęstszych partnerów dziecka w aktywności fizycznej (oprócz rodziców) wskazują na transfer wśród najważniejszych współtowarzyszy ćwiczeń od kolegów i rodzeństwa do nauczyciela i trenera
- Dzieci kontynuujące program deklarowały trochę częściej udział w codziennych zajęciach lub inne formach aktywności fizycznej poza szkołą, zmniejszył się też odsetek dzieci uczestniczących w takich formach „rzadko”
- W opinii rodziców dzieci były mniej aktywne fizycznie poza zajęciami szkolnymi w czerwcu względem badania grudniowego
- Najczęściej uprawiane dyscypliny sportu wśród uczestników Małego Mistrza to piłka nożna, jazda na rowerze i bieganie, co jest też spójne z ich ulubionymi dyscyplinami sportu
- W opinii rodziców przyczyną niskiej aktywności fizycznej dziecka jest najczęściej brak możliwości uczestniczenia w ciekawych zajęciach w okolicy

- Ponad połowa dzieci codziennie spędza czas przed telewizorem lub komputerem, choć w połowie przypadków jest to mniej niż 1 godzina dziennie

## Rodzice

- Od rozpoczęcia programu znacznie zmniejszył odsetek mam i opiekunek, które z dziećmi nie ćwiczą w ogóle
- W województwie dolnośląskim matki deklarują częstsze ćwiczenia lub aktywność fizyczną z dziećmi niż ojcowie bądź opiekunowie
- Niemal połowa nauczycieli deklaruje, że współpracuje z rodzicami przy realizacji Małego Mistrza

## Nauczyciele

- Aż 95% nauczycieli (edukacji wczesnoszkolnej i WF) jest zadowolona z przystąpienia do Małego Mistrza
- Połowa nauczycieli WF otrzymuje dodatkowe wynagrodzenie z tytułu współprowadzenia zajęć w ramach Małego Mistrza
- Nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej biorący udział w Małym Mistrzu wysoko oceniają ważność zajęć wychowania fizycznego, jednak oceny te były wyższe w grudniu niż w czerwcu
- Za najważniejszy cel Małego Mistrza nauczyciele uważają poprawę ogólnej kondycji fizycznej uczniów
- 73% nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej uważało w czerwcu, że Mały Mistrz wpłynie na aktywność ruchową i sprawność fizyczną uczniów w stopniu dużym lub bardzo dużym
- Za element, który najbardziej pomógł im w realizacji Małego Mistrza nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej uważają swoje dobre przygotowanie teoretyczne
- Za największą barierę i problem w realizacji założeń Małego Mistrza nauczyciele uważali słaby dostęp do przestrzeni do ćwiczeń (sala, boiska, basen, itp.)
- Z drugiej strony aż 85% nauczycieli wychowania wczesnoszkolnego stwierdza, iż przynajmniej na jednych zajęciach Małego Mistrza w tygodniu ma do dyspozycji najatrakcyjniejsze miejsce do prowadzenia zajęć

- 92% nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej dobrze ocenia współpracę z nauczycielem WF w programie
- Najpopularniejszymi z dotychczas realizowanych odznak były: gimnastyk, lekkoatleta, piłkarz, turysta i tancerz. Nauczyciele wskazują, że najmniejszą szansę mają na zrealizowanie sprawności pływak-wodniak, saneczkarz, narciarz, łyżwiarz
- Wśród sprzętów, które nauczyciele chcieliby włączyć do swojego ekwipunku najczęściej wspomniane się eduballe, woreczki do gimnastyki i mini sprzęty do sportów zespołowych (np. piłki do koszykówki, sprzęt do mini-unihokeja).
- Aż 93% nauczycieli chciałoby otrzymać dodatkowe scenariusze zajęć Małego Mistrza. Preferowana forma scenariuszy to broszury (65%), nieznacznie mniej wybrało filmy (60%)
- Tylko 27% nauczycieli byłoby zainteresowanych dodatkowymi szkoleniami teoretycznymi

# REKOMENDACJE DOTYCZĄCE PROGRAMU

## Rodzice - rekomendacje

### **Większa rola rodziców w programie, zbudowanie z nimi możliwie silnej relacji już w pierwszej klasie**

Nauczyciele wskazują zaangażowanie rodziców jako kluczową składową powodzenia Małego Mistrza. Niestety, mają zwykle na myśli inicjatywę rodziców jako barierę do realizacji programu: boją się z ich strony deprecjonowania zajęć WF, obciążania dzieci innymi dodatkowymi zajęciami oraz ich niechęci do ponoszenia kosztów programu. Z drugiej strony w województwie dolnośląskim stosunkowo dużo rodziców deklaruje wspólne ćwiczenia z dzieckiem, co jest olbrzymią szansą w kontekście ich zaangażowania w Małego Mistrza. Co więcej, połowa nauczycieli wskazuje, że rodzice angażują się w realizację programu. Należy podjąć próbę większego włączenia rodziców w Małego Mistrza, zarówno aby podnieść ich zainteresowanie aktywnością fizyczną dziecka, jak i by mitygować ich potencjalnie negatywny wpływ na realizację programu. Szansa na zaangażowanie rodziców w aktywność fizyczną dziecka w szkole jest szczególnie wysoka w pierwszej klasie i tu powinny się koncentrować wysiłki koordynatorów programu.

Przykładowe działania prowadzących do włączenia rodziców do programu.

- **Sprawny system przepływu informacji pomiędzy nauczycielem, a rodzicem dotyczący zdobywania kolejnych sprawności i możliwości uczestnictwa w zajęciach np. poprzez grupową informację mailem**
- **Akcentowanie rozwoju umiejętności poznawczych i społecznych w pokazywaniu efektów Małego Mistrza rodzicom – nie ograniczanie jego wizji do sprawności fizycznej dzieci**
- **Realizacja lekcji pokazowych, w których trakcie zaangażowani zostaną też rodzice (np. jako sędziowie, wolontariusze)**
- **Zaangażowanie w zajęcia ruchowe rodziców, którzy przyjdą zobaczyć program Mały Mistrz na własne oczy. Wartościowe byłoby przedstawienie zabaw ruchowych, które rodzice (szczególnie matki – w wysokim stopniu zaangażowane w**

aktywność fizyczną dziecka w województwie dolnośląskim) będą mogli następnie zrealizować z dzieckiem w domu

- Przepływ informacji pomiędzy nauczycielem a rodzicami dotyczący rezultatów testu sprawności fizycznej realizowanego w ramach Małego Mistrza, jest to również istotne ze względu na docenienie wysiłków dzieci z perspektywy rodziców
- Ścisła współpraca organizatorów z jednostkami realizującymi dodatkowe badania dzieci w ramach programu Mały Mistrz (np. poprawności postawy), które w dużym stopniu interesują rodziców
- Naturalnym sposobem na włączenie rodziców do zajęć jest wspólne z dziećmi zdobywanie plenerowych odznak sprawności

## Nauczyciele - rekomendacje

### **Zachęcanie nauczycieli do prowadzenia w ramach Małego Mistrza zajęć w plenerze**

Jak obserwowaliśmy już w kilku badaniach, nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej rzadziej niż nauczyciele WF prowadzą zajęcia w plenerze, poza zamkniętymi przestrzeniami szkoły. Wiele odznak wiąże się natomiast w zajęciach w plenerze. Ich zorganizowanie, z pomocą nauczyciela WF i rodziców, to doskonałe narzędzie do:

1. wzmocnienia nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej jako osoby zaangażowanej w rozwój fizyczny dziecka (w oczach rodziców i nauczyciela WF)
2. wzmocnienia nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej jak osoby realizującej ciekawe inicjatywy wykraczające poza środowisko szkolne (w oczach rodziców i dyrekcji)
3. budowania relacji z rodzicami w obszarze pracy nad rozwojem fizycznym dzieci
4. podkreślenia roli aktywności fizycznej i sprawności fizycznej w rozwoju dziecka, również w relacji z rozwojem intelektualnym i emocjonalnym

### **Wspólne szkolenia praktyczne współpracującego nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej i nauczyciela WF**

Szkolenia to szansa, aby położyć nacisk na współpracę nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej i nauczycieli wychowania fizycznego, poprzez stworzenie przestrzeni i narzędzi do nawiązania

się relacji między nimi. Aby były dostępne, szkolenia muszą odbywać się możliwie blisko miejsca pracy i w dogodnym terminie (raczej w tygodniu po pracy, niż w weekendy). Nauczyciele oczekują szkoleń praktycznych w formie warsztatów, więc grupa uczestnicząca w zajęciach nie może być bardzo duża.

Inne są oczekiwania dwóch typów nauczycieli co do szkoleń. Nauczyciele WF sugerują często silny akcent na specyficzne aspekty pracy z dziećmi w wieku wczesnoszkolnym w trakcie szkoleń metodycznych. Nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej są zainteresowani nauką gier i zabaw ruchowych i metodyki ich prowadzenia. Takimi zabawami jest klanza, formy taneczne, eduballe. Należy połączyć te dwa aspekty na szkoleniach starając się, aby współpracujący ze sobą nauczyciele pracowali razem. Próbę realizacji takich szkoleń w 2015 podjęło w Małym Mistrzu województwo pomorskie (Fundacja Rozwoju Kultury Fizycznej).

### **Dostęp do materiałów video będących propozycjami ciekawych zajęć ruchowych czy formy zdobywania odznak**

W jednym z pytań o to, co nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej uważają za potencjalne zagrożenie realizacji zajęć wychowania fizycznego, ćwierć z nich wskazała ogólnie małe zainteresowaniem WF-em wśród uczniów. Przykładem rozwiązania problemu może być podnoszenie atrakcyjności zajęć Małego Mistrza o nowe dyscypliny, których prowadzenie powinno być przedstawione zarówno na szkoleniach, jak i na materiałach video. Nauczyciele oczekują gotowych scenariuszy zajęć, które mogliby wdrożyć w różnych warunkach lokalowych i sprzętowych (np. na korytarzu, ze sprzętem otrzymanym w ramach Małego Mistrza z 30 osobową grupą). W to zapotrzebowanie wpisują się serie 5 minutowych filmów, z których każdy zawierałby proponowane przeprowadzenie jednej godziny lekcyjnej WF w formie jakiejś atrakcyjnej formy ruchowej.

### **Połączenie Małego Mistrza z wymiarem edukacyjnym przy komunikowaniu go nauczycielom edukacji wczesnoszkolnej i rodzicom**

Mały Mistrz funkcjonuje w przestrzeni edukacyjnej, nie sportowej. Wynika to choćby z jego powszechności i wieku dzieci. Komunikacja projektu w województwie również powinna odchodzić od koncentrowania się jedynie na sportowych zagadnieniach.

Wszystkie zaangażowane grupy, oprócz nauczycieli WF, nie są związane ze sportem, a każdy z tych podmiotów ma niejako inny cel, który poprzez program chce osiągnąć. Komunikaty

wystosowywane do każdego z nich powinny więc być dostosowane i sprofilowane. We wspomnianym wcześniej mailingu do rodziców, powinno się podkreślać, że zajęcia ruchowe dla dzieci są niezbędne do tego, żeby mogły się prawidłowo rozwijać, a przez to szybciej nauczyć się pisać, czytać czy liczyć. Również komunikaty do szkół dyrektorów i nauczycieli powinny podkreślać, że Mały Mistrz jest programem edukacyjnym, który wspiera holistyczny rozwój dzieci, a jego efekty to nie tylko zdrowsze dzieci i sukcesy sportowe, ale wyższy poziom edukacyjny i lepsze wyniki na teście na zakończenie szkoły podstawowej.

### **Jasne określenie roli, jaką w programie Mały Mistrz ma odgrywać nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej i nauczyciel WF**

Na podstawie badań nauczycieli WF można dojść do wniosków, że nieporozumienia i obniżanie roli nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej często wiąże się z tym, że nauczyciel WF i dyrekcja traktują Małego Mistrza jako sposób na wyręczenie osoby odpowiedzialnej za zajęcia w klasach I-III od prowadzenia zajęć WF. Istotne zatem określenie, że rolą programu nie jest zastępowanie nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej nauczycielami WF, a ich kształcenie i podnoszenie ich kompetencji. Przykładem takich ustaleń jest to, kto prowadzi zajęcia, a kto w nich asystuje, oraz, kiedy nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej ma zacząć samodzielnie prowadzić zajęcia "pod opieką" nauczyciela WF. W wielu sytuacjach zdarza się bowiem, że nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej nie korzysta dostatecznie z obecności nauczyciela WF „wybierając” sobie na tych zajęciach wygodną rolę biernego obserwatora.

Ten cel można realizować zarówno poprzez wyraźniejszą strategię informacyjną, jak i konkretne wskazania w celach programu. Chodzi zatem o to, aby nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej rozwijali się i odważali prowadzić coraz to nowe zajęcia wykorzystując narzędzia i doświadczenie nabyte w kontakcie z nauczycielem WF. Taki rozwój może na przykład prowadzić do wykorzystania nowej infrastruktury na zajęciach. W diagnozie Małego Mistrza nadmieniono, że nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej mniej chętnie prowadzą zajęcia WF w plenerze. To jedno z takich wyzwań, z którymi mogą się oni mierzyć wraz z wdrażaniem się w program.