

Numer identyfikacyjny: 317

## **BANK DOBRYCH PRAKTYK: WYCHOWANIE FIZYCZNE – NAUCZANIE ZDALNE**

Obszar: kształcenie zdalne (w tym kształcenie specjalne), ze szczególnym uwzględnieniem pracy z klasą zróżnicowaną

### **Metryczka szkoły/placówki/institucji**

#### **Nazwa szkoły/institucji**

Liceum Ogólnokształcące im. Powstańców Wielkopolskich w Tarnowie Podgórnym

#### **Adres**

ul. Poznańska 118

62-080 Tarnowo Podgórne

e-mail: [lotp@liceumtp.edu.pl](mailto:lotp@liceumtp.edu.pl)

### **Dobra praktyka**

#### **Tytuł**

Wychowanie fizyczne – nauczanie zdalne

#### **Autor**

Beata Durnowska

#### **Cele**

- Realizacja podstawy programowej z wychowania fizycznego w formie nauczania zdalnego.
- Kontynuowanie kształtowania świadomości wśród młodzieży dbania o swoje zdrowie fizyczne i psychiczne.
- Zachęcanie młodzieży do poszukiwania i aktywnego uczestnictwa w ulubionej i wybranej przez siebie rekreacji ruchowej.

- Kształtowanie siły charakteru w dążeniu do wyznaczonych sobie celów, umacnianie wiary we własne możliwości, przełamywanie własnych barier i poznawanie swoich mocnych i słabych stron poprzez zdrowe współzawodnictwo i podejmowanie wyzwań.

## Opis

Nauczanie wychowania fizycznego zdalnie poprzez grupę zamkniętą na profilu na facebooku szkoły dla społeczności danego liceum.

Strona powstała w trosce o zdrowie i kondycję fizyczną i psychiczną uczniów. Służyła do wzajemnej motywacji do dbania o siebie i poszukiwania rekreacji ruchowej spełniającej upodobania i potrzeby uczniów. Poprzez grupę staraliśmy się (my – nauczyciele WF) edukować młodzież, przekazując im wiedzę – w postaci udostępnianych codziennych postów z dziedziny sportu, treningu, rekreacji, anatomii i fizjologii ludzkiego organizmu. Tym samym realizowaliśmy treści podstawy programowej.

Na grupie pojawiały się także tygodniowe zadania domowe z cyklu „Dla chętnych”, za które uczniowie mogli uzyskać dodatkowe oceny. Między innymi w komentarzach pod postami uczniowie publikowali swoje obowiązkowe, jak i ponadprogramowe raporty treningowe w postaci screenów z aplikacji treningowych, zegarków sportowych, zdjęć czy filmów. Poprzez grupę organizowaliśmy wyzwania ruchowe w formie zabawy i challenge, które spajały społeczność szkolną oraz wprowadzały element współzawodnictwa.

## Stan realizacji

Zakończona

## Najważniejsze efekty

Młodzież była aktywna ruchowo, o czym świadczy ilość dostarczanych na bieżąco raportów treningowych. Chętnie brała udział w organizowanych zawodach, a także wyzwaniach wybranych przez siebie. Uczniowie chętnie czytali posty, czerpiąc zawartą w nich wiedzę.

Nie było problemów z ocenianiem. Uczniowie otrzymywali raz w tygodniu zadanie domowe przez dziennik Librus w postaci krótkich pytań/zadań dotyczących tematów pojawiających się na grupie, krzyżówek, memów, quizów i testów o tematyce sportowej. Poza tym mieli w obowiązku przynajmniej raz w tygodniu wysłać raport ze swojego dowolnego zrealizowanego treningu. Z tą samą częstotliwością również na grupie zamkniętej pojawiały się zadania dodatkowe dla chętnych promowane bardzo dobrymi ocenami. Zadania dotyczyły zainteresowań uczniów, diety, budowania treningu i realizacji wyzwań ruchowych.

## Informacje dodatkowe

Najlepszą odpowiedzią na realizację zdalną przedmiotu była informacja zwrotna od uczniów. Przede wszystkim pozytywne komentarze i zadowolenie, ich podziękowania za motywację do działania w formie wiadomości oraz fantastyczna forma/zmiana fizyczna poszczególnych uczniów, jaką można było zaobserwować na zakończenie roku.