

ISSN: 1896-4087

DOI: <http://dx.doi.org/10.21784/ZC.2020.009>

MACIEJ SZPAK

Uczelnia Nauk Społecznych w Łodzi

Kształtowanie poczucia bezpieczeństwa fizycznego i psychicznego uczniów w realizacji założeń edukacji zdrowotnej na zajęciach wychowania fizycznego

Shaping the sense of physical and mental safety in pupils by implementing health education assumptions during physical education classes

Streszczenie:

Artykuł omawia kwestie kształtowania bezpieczeństwa fizycznego i psychicznego uczniów w realizacji założeń edukacji zdrowotnej na zajęciach wychowania fizycznego. Autor analizuje kwestie subiektywnego poczucia bezpieczeństwa uczniów oraz czynników warunkujących budowanie bezpiecznego środowiska edukacyjnego zarówno w wymiarze fizycznym, psychicznym jak i społecznym. Dokonuje również opisu koncepcji *resilience* oraz kompetencji kluczowych do ochrony i doskonalenia zdrowia w odniesieniu do jego holistycznego modelu. Omówieniu założeń i celów współczesnej edukacji zdrowotnej w kontekście budowania poczucia bezpieczeństwa we wskazanych sferach i szeroko pojętej profilaktyki, towarzyszy analiza możliwości realizacyjnych w odniesieniu do specyfiki zajęć wychowania fizycznego.

Słowa kluczowe: bezpieczeństwo fizyczne, bezpieczeństwo psychiczne, edukacja zdrowotna, wychowanie fizyczne

Abstract:

The article discusses the issues of shaping the physical and mental safety in pupils through the implementation of health education assumptions during physical education classes. The author analyzes the issues of the pupils' subjective sense of safety and the factors determining the process of building physically, mentally and socially

safe educational environment. The article also describes the concept of resilience as well as the key competences essential to protect and improve health in relation to its holistic model. The discussion of the assumptions and goals of modern health education in the context of building the sense of safety in the indicated spheres and also broadly understood prevention is supplemented by an analysis of implementation possibilities concerning the specificity of physical education classes.

Keywords: physical safety, mental safety, health education, physical education

1. Bezpieczeństwo – ustalenia terminologiczne

Bezpieczeństwo jest pojęciem wieloznacznym, funkcjonującym w wielu dziedzinach wiedzy i dotyczącym wielu obszarów działalności człowieka. Poszukując ogólnej definicji bezpieczeństwa, można przyjąć, że oznacza ono pewien „stan obiektywny polegający na braku zagrożenia, odczuwany subiektywnie przez jednostki lub grupy”¹, którego przeciwieństwem jest zagrożenie. Przytoczona definicja wskazuje na podstawowe perspektywy rozumienia bezpieczeństwa – w perspektywie obiektywnej jest ono opisywane jako zewnętrzne w stosunku do człowieka warunki życia, często mierzone za pomocą wymiernych wskaźników; w perspektywie subiektywnej odnosi się natomiast do indywidualnego doświadczenia jednostki.

Na gruncie psychologii amerykański psycholog Maslow² opisuje potrzebę bezpieczeństwa jako nieodłącznego elementu podstawowej piramidy potrzeb ludzkich, sytuując ją zaraz po potrzebach fizjologicznych. Hierarchiczne zorganizowanie potrzeb wskazuje na fakt, iż dopiero zaspokojenie potrzeb niższego rzędu pozwala na osiągnięcie tych z wyższego szczebla. Potrzeba bezpieczeństwa, zgodnie z teorią, zaspokajana jest głównie przez rzeczy o charakterze materialnym, a źródło jej realizacji stanowią działania ochronne człowieka, czyli czynności o charakterze konwencjonalnym, nawykowym, skryptowym (typowym) czy codziennym. Celem ich podejmowania jest zdobycie wartości

¹ L. Korzeniowski., *Zarządzanie bezpieczeństwem. Rynek, ryzyko, zagrożenie, ochrona*, [w:] P. Tyrała (red.), *Zarządzanie bezpieczeństwem*, Kraków 2000, s. 437.

² A. Maslow, *Motywacja i osobowość*, Warszawa 1993, s. 115–119.

niezbędnych dla przeżycia i zachowania równowagi wewnętrznej, a kluczową rolę odgrywają działania ukierunkowane na zdobycie brakujących rzeczy. Niezaspokojona potrzeba bezpieczeństwa kreuje lęk i strach, odbierane jako oznaki bądź niebezpieczeństwa już istniejącego, bądź jako sygnały nadciągających zagrożeń. Potrzeba bezpieczeństwa w ujęciu Masłowa zawiera zarówno elementy świadome, jak i nieświadome. W świadomym odbiorze zauważalne jest subiektywne przekonanie o własnym poczuciu bezpieczeństwa determinującym zachowanie, choć niekoniecznie zgodnym z rzeczywistością. Ujawnia się tu również zasadnicza różnica pomiędzy „potrzebą bezpieczeństwa” jako pojęciem szerszym a „poczuciem bezpieczeństwa”, będącym pojęciem węższym i bardziej zobiektywizowanym. Bezpieczeństwo zgodnie z teorią Masłowa powinno być w pierwszej kolejności budowane wewnątrz człowieka, by dopiero potem można było pracować nad poprawą bezpieczeństwa zewnętrznego. Poczucie bezpieczeństwa wewnętrznego rzutuje na funkcjonowanie człowieka, kreowanie szczęśliwych relacji, osiąganie sukcesów, trwałych osiągnięć czy prowadzenie udanego życia³. Potrzeba bezpieczeństwa jest najważniejszą, podstawową potrzebą każdego człowieka, warunkiem zdrowia, uczenia się, rozwoju, dobrego funkcjonowania i osiągania sukcesów w życiu.

Zgodnie z definicją B. Woynarowskiej, bezpieczeństwo to:

„stan w którym kontroluje się zagrożenia i uwarunkowania prowadzące do szkód fizycznych, psychicznych i materialnych w celu zachowania zdrowia i dobrego samopoczucia jednostki i społeczności. Jest ono koniecznym warunkiem w codziennym życiu, potrzebnym jednostkom i społecznościom do realizowania swoich zamierzeń i aspiracji”⁴.

³ I. Korcz, *Inteligencja emocjonalna – gwarantem bezpieczeństwa i determinantą rozwoju uczniów*, [w:] D. Czajkowska-Ziobrowska, A. Zduniak (red.), *Edukacja dla bezpieczeństwa – bezpieczna szkoła, bezpieczny uczeń*, Poznań 2007, s. 107–109.

⁴ B. Woynarowska, *Edukacja zdrowotna*, Warszawa 2008, s. 325.

2. Bezpieczeństwo fizyczne i psychiczne uczniów w środowisku szkolnym

Określanie poziomu bezpieczeństwa rozumianego jako wolność od zagrożeń w przestrzeni szkolnej odnosi się do subiektywnych odczuć ucznia, a główny czynnik pomiaru stanowi odczucie braku zagrożenia. Pojęcie zagrożenia odnosi się natomiast do sytuacji, zjawisk lub zdarzeń określanych jako niebezpieczne dla zdrowia lub życia.

Analizując specyfikę środowiska szkolnego jako przestrzeni, w której przebiega aktywność ucznia, warto wskazać, że na uwarunkowania bezpieczeństwa w szkole składają się czynniki instytucjonalne, personalne (psychospołeczne i etyczne) oraz dydaktyczne.

Uwarunkowania instytucjonalne odnoszą się do regulacji prawnych organizacji pracy szkoły, systemu doskonalenia kadry nauczycielskiej, sposobu sprawowania nadzoru pedagogicznego, lokalizacji i warunków bytowych placówki czy przynależności administracyjnej. Uwarunkowania psychospołeczne to kompilacja kompetencji zawodowych i psychospołecznych nauczycieli, atmosfery szkolnej oraz relacji interpersonalnych, a także kwestie etycznych wartości cenionych przez społeczność szkolną, na których opiera się funkcjonowanie placówki, postawy grona pedagogicznego, dyrekcji, rodziców i uczniów. Uwarunkowania dydaktyczne natomiast można odnieść do wymagań i oczekiwań dotyczących nauki szkolnej, zasad oceniania i monitorowania postępów uczniów w nauce, sposobów i form realizacji procesu kształcenia, w tym indywidualizacji procesu edukacyjnego i dostosowania go do możliwości psychicznych uczniów, jak również rozbudzania motywacji i aspiracji edukacyjnych uczniów.

W kontekście zaspokojenia potrzeby bezpieczeństwa lub w szerszym ujęciu: zapewnienia poczucia bezpieczeństwa, każdy z tych czynników będzie odgrywał istotną rolę, bowiem odnosi się do poszczególnych sfer wspierania dziecka w rozwoju ku pełnej dojrzałości w sferze fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej, duchowej i społecznej, wzmac-

nianego i uzupełnianego przez działania z zakresu profilaktyki problemów dzieci i młodzieży⁵.

Profilaktyka zagrożeń fizycznych i zapewnienie bezpieczeństwa fizycznego w szkole obejmuje zarówno wytyczne wynikające z obowiązujących aktów prawnych, m.in. zapisów Ustawy Prawo Oświatowe dotyczących zapewnienia i utrzymania bezpiecznych i higienicznych warunków nauki, wychowania i opieki w szkołach i placówkach, jak również upowszechnianie wśród dzieci i młodzieży wiedzy o bezpieczeństwie oraz kształtowanie właściwych postaw wobec zagrożeń – w tym związanych z korzystaniem z technologii informacyjno-komunikacyjnych – i sytuacji nadzwyczajnych (np. działań antyterrorystycznych⁶), a także rekomendacje i procedury reagowania w przypadku wystąpienia wewnętrznych i zewnętrznych zagrożeń fizycznych w szkole.

Na stan bezpieczeństwa środowiska szkolnego wpływają czynniki materialne oraz czynnik ludzki. Do czynników materialnych należą: budynek szkoły, jego wyposażenie i otoczenie – obszar przyległy do budynku z infrastrukturą należącą do placówki. Jak wskazano w dokumencie „Bezpieczna szkoła. Zagrożenia i zalecane działania profilaktyczne w zakresie bezpieczeństwa fizycznego i cyfrowego uczniów”, czynnik ludzki:

to człowiek z jego indywidualnymi cechami, do których należy zaliczyć kwalifikacje zawodowe, znajomości i zrozumienie zasad przepisów bezpieczeństwa, racjonalną organizację pracy, dyscyplinę pracy oraz nauki⁷.

Regulacje prawne z obszaru zapewnienia bezpieczeństwa wskazują na obowiązki dyrektora szkoły/placówki. Należą do nich:

- systematyczne prowadzenie oceny stanu zabezpieczeń;

⁵ Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz.U. 2017 poz. 59).

⁶ Ustawa z dnia 10 czerwca 2016 roku o działaniach antyterrorystycznych (Dz.U. 2016 poz. 904).

⁷ <https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/bezpieczna-szkolaplacowka-zagrozenia-i-zalecane-dzialania-profilaktyczne-w-zakresie-bezpieczenstwa-fizycznego-i-cyfrowego-uczniow/>, MEN, Warszawa 2019, s. 14. [dostęp: 20-01-2020].

- sprawdzanie, czy zasady postępowania w sytuacji zagrożenia są znane wszystkim pracownikom;
- sprawdzanie, czy ciągi ewakuacyjne są drożne, a klucze od drzwi ewakuacyjnych są w wyznaczonym miejscu;
- wyznaczenie miejsca ewakuacji – punktu ześrodkowania – najlepiej od tej strony budynku, która nie posiada okien lub znajduje się za przeszkodą stałą, zza której nie widać zagrożonego budynku;
- w przypadku braku możliwości przeprowadzenia ewakuacji przez wyznaczenie miejsca do schronienia się i zabarykadowania, zaleca się, by odpowiednie pomieszczenia posiadały grube ściany, pełne drzwi oraz były wyposażone w środki pierwszej pomocy – apteczki, środki łączności dające możliwość przesłania informacji na zewnątrz;
- wyznaczenie co najmniej dwóch źródeł alarmowania w różnych miejscach placówki, uwzględniając sposoby alarmowania, gdy nie ma zasilania, tj. ustalenie hasła, np. NAPASTNIK, zabezpieczenie sygnałów dźwiękowych modulowanych sprężonym powietrzem;
- wyznaczenie co najmniej dwóch źródeł uruchamiania systemu alarmowego w różnych miejscach placówki (np. dwa niezależne włączniki uruchamiające dzwonek);
- organizowanie przeszkolenia pracowników i służby ochrony budynku na wypadek wtargnięcia napastnika na teren placówki oraz ćwiczeń bądź instruktaży dla pracowników szkoły, uczniów, dzieci;
- ograniczenie osobom nieuprawnionym dostępu do dokumentów i planów sytuacyjnych placówki. Wszystkie te informacje powinny być udostępnione służbom porządkowym – Policji, Państwowej Straży Pożarnej itp.;
- zarządzanie ewakuacji na wypadek ogłoszenia alarmu o zagrożeniach;

- respektowanie otrzymanych poleceń od służb ratowniczych⁸.

Zadania w obszarze zapewnienia bezpieczeństwa dotyczą również nauczycieli – zgodnie z art. 6. ustawy Karta Nauczyciela⁹ nauczyciel zobowiązany jest rzetelnie realizować zadania związane z powierzonym mu stanowiskiem oraz podstawowymi funkcjami szkoły: dydaktyczną, wychowawczą i opiekuńczą, w tym zadania związane z zapewnieniem bezpieczeństwa uczniom w czasie zajęć organizowanych przez szkołę. Do działań nauczycieli wpływających pozytywnie na wzrost bezpieczeństwa w placówce oświatowej mają, zdaniem autorów opracowania, wpływ:

- świadomość możliwości wystąpienia zagrożenia oraz umiejętność ich rozpoznawania;
- działania prewencyjne polegające na minimalizowaniu ryzyka wystąpienia zagrożenia;
- znajomość rodzajów alarmów, komunikatów ostrzegawczych i sygnałów alarmowych oraz sposobów postępowania w przypadku ich ogłoszenia;
- ćwiczenia umiejętności posługiwania się technicznymi środkami alarmowania i powiadamiania oraz znajomości miejsca ich rozmieszczenia w placówce;
- dysponowania numerami telefonów do kierownictwa placówki (dyrektora, zastępcy dyrektora, innych osób funkcyjnych), znajomość numerów telefonów służb ratunkowych;
- okresowego zapoznawania się z instrukcją przeciwpożarową, planami ewakuacji oraz innymi instrukcjami i planami dotyczącymi m.in. rozmieszczenia głównych: wyłączników energii elektrycznej, hydrantów, systemów alarmowych oraz posiadanie umiejętności posługiwania się nimi w razie wystąpienia sytuacji kryzysowej;

⁸ Zapisy Ustawy Karta Nauczyciela art. 7. 1. ustawy Karta Nauczyciela - Ustawa z dnia 26 stycznia 1982 r. Karta Nauczyciela, <https://sip.lex.pl/akty-prawne/dziennik-ustaw/karta-nauczyciela-16790821> [dostęp: 25-01-2020].

⁹ Ibid.

- przeprowadzanie ćwiczeń ewakuacyjnych¹⁰.

W analizowanym dokumencie wskazano szereg procedur reagowania w przypadku wystąpienia wewnętrznych i zewnętrznych zagrożeń fizycznych w szkole, w tym w odniesieniu do zagrożeń bezpieczeństwa cyfrowego. Rekomendacje te wskazują istotę zapewnienia bezpieczeństwa fizycznego w szkole oraz rozległość problematyki – warto jednak pamiętać, że bezpieczna szkoła to nie tylko procedury, ale również kreowanie zdrowego, bezpiecznego i przyjaznego środowiska.

Ministerstwo Edukacji Narodowej podejmuje szereg działań i inicjatyw skoncentrowanych na poprawie bezpieczeństwa w polskich szkołach. W latach 2015-2018 wdrożono program *Bezpieczna+*. Celem programu *Bezpieczna+*¹¹ jest przede wszystkim poprawa bezpieczeństwa uczniów zarówno w szkole, jak i poza nią. Realizowane w ramach programu działania obejmują następujące obszary:

- bezpieczne korzystanie z cyberprzestrzeni,
- kształtowanie otwartości i budowanie pozytywnego klimatu szkoły,
- poprawę bezpieczeństwa fizycznego w szkołach,
- tworzenie warunków do prowadzenia przez powiatowe i miejskie jednostki Państwowej Straży Pożarnej praktycznych zajęć dla dzieci z zakresu bezpieczeństwa przeciwpożarowego.

Program jest adresowany m.in. do uczniów, rodziców, nauczycieli i innych pracowników szkół i przewiduje działania dotyczące m.in.: podniesienia poziomu kompetencji pracowników szkoły, uczniów i ich rodziców w zakresie bezpiecznego korzystania z cyberprzestrzeni oraz reagowania na zagrożenia, które w niej występują. Dotyczy to np. opracowania i upowszechnienia rekomendacji w zakresie zabezpieczeń szkolnych sieci komputerowych, materiałów informacyjnych i dydak-

¹⁰ <https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/bezpieczna-szkolaplacowka-zagrozenia-i-zalecane-dzialania-profilaktyczne-w-zakresie-bezpieczenstwa-fizycznego-i-cyfrowego-uczniow/>, MEN, Warszawa 2019, s. 15 [dostęp: 20-01-2020].

¹¹ <https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/programy/program-beezpieczna/> [dostęp: 20-01-2020].

tycznych dotyczących bezpiecznego funkcjonowania w cyberprze-strzeni. Celem programu *Bezpieczna+* jest także podniesienie jakości procedur postępowania w sytuacjach kryzysowych poprzez przegląd stanu bezpieczeństwa szkół, opracowanie i wdrożenie rekomendowa-nych rozwiązań oraz upowszechnianie wśród wszystkich pracowni-ków szkoły umiejętności rozpoznawania sytuacji zagrożenia oraz po-stępowania w sytuacjach kryzysowych. Działania prowadzone są we współpracy z organizacjami pozarządowymi oraz instytucjami zajmu-jącymi się sprawami bezpieczeństwa.

Zapewnienie podopiecznym bezpieczeństwa nie odnosi się wyłącz-nie do aspektów technicznych i proceduralnych, ale właściwie w głów-nej mierze dotyczy właściwego traktowania ucznia i dbałości o jego komfort psychiczny w czasie edukacji.

Światowa Organizacja Zdrowia definiuje pozytywne zdrowie psy- chiczne jako dobrostan, w którym jednostki uzmysłwiają sobie swoje własne możliwości, są w stanie radzić sobie ze stresami codziennego życia, produktywnie pracować, a także działać dla swojej społeczno- ści¹². Uszczegóławiając, zdrowie psychiczne jest czymś więcej niż bra- kiem zaburzeń psychicznych, stanowi integralną część zdrowia, a jego determinantami jest wiele czynników społecznych, psychologicznych i biologicznych. Do determinantów zdrowia psychicznego zaliczyć można: czynniki i doświadczenia indywidualne jednostki (m.in. emo- cje, działania, tożsamość, poczucie własnej wartości, umiejętności ra- dzenia sobie w sytuacjach nowych i trudnych, zdolności adaptacyjne, autonomia, zdrowie fizyczne); czynniki kulturowe (np. wartości spo- łeczne, reguły kierujące interakcją społeczną, społeczne kryteria zdro- wia i choroby psychicznej, tolerancja odmienności); interakcje społecz- ne (w sferze osobistej, rodzinnej, środowisku nauki, pracy czy społecz- ności lokalnej, aktywność w czasie wolnym), a także strukturę i zasoby społeczne (polityka społeczna, organizacyjna, dotycząca zatrudnienia,

¹² World Health Organisation, *Adolescent Mental Health Promotion. Trainer's Guide on Strengthening Interpersonal relationship*. WHO Regional Office for South-east Asia 2003, s. 7–10.

zasoby edukacyjne, domowe, ekonomiczne)¹³. Na wskazanych poziomach: osobistym, rodzinnym, lokalnym oraz społecznym, wyróżnić można zarówno czynniki chroniące, jak i czynniki ryzyka dla zdrowia psychicznego, zgodnie z koncepcją *resilience*. Jak wskazuje Ostaszewski:

w naukach społecznych termin *resilience* jest swoistą metaforą wielu procesów, które składają się na fenomen prawidłowego funkcjonowania jednostki (...) jest więc metaforą zmieniających się w czasie procesów równoważenia lub neutralizowania niekorzystnych warunków poprzez zasoby wewnętrzne i zewnętrzne dostępne człowiekowi¹⁴.

Do czynników chroniących, wzmacniających zdrowie psychiczne jednostki i redukujących możliwość pojawienia się zaburzeń psychicznych na płaszczyźnie indywidualnej zaliczyć można: wysoką samoocenę, poczucie skuteczności, umiejętności społeczne oraz dobre zdrowie fizyczne. Na poziomie interakcji społecznych kluczowe dla zachowania zdrowia będą m.in. pozytywne relacje, poczucie tożsamości, umiejętności komunikacyjne, więzi społeczne czy poczucie przynależności. Na poziomie struktury i zasobów społecznych do najważniejszych aspektów należą: bezpieczne sąsiedztwo, zasobne środowisko, bezpieczeństwo ekonomiczne, pozytywne doświadczenia szkolne¹⁵.

W badaniach poświęconych zjawisku *resilience* uwzględniono także czynniki ryzyka, będące predyktorami lub korelatami negatywnych zachowań. Zaliczono do nich: na poziomie indywidualnym – niskie poczucie własnej wartości, niskie poczucie skuteczności, brak więzi rodzinnych, niska sprawność fizyczna i intelektualna; na poziomie interakcji społecznych – m.in. przemoc i wykorzystywanie, odrzucenie przez rówieśników czy społeczną izolację; na poziomie struktury i zasobów

¹³ V. Lehtinen, *Building Up Good Mental Health. Guidelines based on existing knowledge*. STAKES, Finland 2008, s. 25–34.

¹⁴ K. Ostaszewski, *Zachowania ryzykowne młodzieży w perspektywie mechanizmów resilience*, Warszawa 2014, s. 74.

¹⁵ MHP Hands, *Promocja zdrowia psychicznego w placówce edukacyjnej, Podręcznik*, MHP Hands Consortium, 2009, s. 13–14.

społecznych – niebezpieczną okolicę, ubóstwo, niepewność ekonomiczną oraz niepowodzenia szkolne.

Znajomość czynników chroniących i czynników ryzyka pozwala na doskonalenie jakości życia poprzez koncentrację na determinantach zdrowia, na które posiadamy realny wpływ poprzez działania podejmowane na różnych płaszczyznach, w tym edukacyjne, profilaktyczne czy z zakresu promocji zdrowia. WHO¹⁶ podkreśla istotę szkoły jako miejsca służącego socjalizacji człowieka i realizacji działań promujących zdrowie. Placówki edukacyjne odgrywają ważną rolę zarówno w promowaniu zdrowia psychicznego, jak i prewencji problemów zdrowotnych w tym obszarze. Promocja zdrowia i profilaktyka tworzą przenikającą się całość – wiele działań z obszaru promocji zdrowia stanowi bowiem istotny element edukacyjnych programów profilaktycznych. Programem wpisującym się w ten sposób myślenia o bezpieczeństwie jest program „Bezpieczna i Przyjazna Szkoła”¹⁷, którego głównym celem uczyniono zwiększenie skuteczności działań wychowawczych i profilaktycznych na rzecz bezpieczeństwa w szkołach i placówkach, tj.:

- kreowanie zdrowego, bezpiecznego i przyjaznego środowiska szkoły i placówki;
- zapobieganie problemom i zachowaniom problemowym dzieci i młodzieży;
- promowanie zdrowego stylu życia wśród dzieci i młodzieży.

3. Założenia i cele współczesnej edukacji zdrowotnej

Kreowanie zdrowego środowiska w wymiarze fizycznym i psychicznym, budowanie poczucia bezpieczeństwa we wskazanych sferach, a także promowanie zdrowia w przestrzeni oświatowej wymaga zro-

¹⁶ *The world health report 1998: life in the 21st century A vision for all / The world health report 1998: life in the 21st century A vision for all*, WHO, Genewa 1998, s. 85–86.

¹⁷ <https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/programy/bezpieczna-i-przyjazna-szkola/> [dostęp: 20-01-2020].

zumienia wzajemnych relacji pomiędzy zdrowiem a edukacją. Zdrowie (definiowane przez WHO jako dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny, a nie tylko niewystępowanie choroby lub niepełnosprawności) i edukacja są wzajemnie ze sobą powiązane. Mechanizm związku między zdrowiem a edukacją można analizować¹⁸ z punktu widzenia trzech perspektyw: 1) traktując edukację jako zasób dla zdrowia – pozwalający uzyskać wiedzę i umiejętności niezbędne do dbałości o zdrowie i jego doskonalenie; 2) postrzegając zdrowie jako zasób dla edukacji, a prawidłowe funkcjonowanie organizmu oraz dobre samopoczucie psychiczne i społeczne jako warunek dobrej dyspozycji do uczenia się, dobrego przystosowania do środowiska szkoły, motywacji do nauki, a także rozwijania uzdolnień, zainteresowań, jak również dobrych relacji interpersonalnych; 3) opierając się na zbieżności czynników wpływających na zdrowie i edukację.

Uzyskiwanie kompetencji do ochrony i doskonalenia zdrowia w ujęciu indywidualnym i społecznym – dbałości o zdrowie własnych oraz innych ludzi – jest głównym zadaniem edukacji zdrowotnej. Współczesna koncepcja edukacji zdrowotnej, postulująca przewodnią rolę szkoły w nauczaniu o zdrowiu, opiera się na holistycznym modelu zdrowia, zakładającym, że na zdrowie jednostki składają się zarówno wymiary jej indywidualnego funkcjonowania – wzajemnie ze sobą powiązane: zdrowie fizyczne, psychiczne, emocjonalne, społeczne, duchowe, seksualne – jak i sfery zdrowia społeczeństwa i środowiska¹⁹. Konsekwencją przyjęcia takiego modelu jest ponadto uwzględnianie wzajemnych powiązań i przenikania się poszczególnych wymiarów zdrowia oraz wpływu na jego stan czynników zewnętrznych i środowiskowych. Działania jednostek oświatowych w ramach edukacji zdrowotnej powinny zatem polegać na wzmacnianiu kondycji ucznia w poszczególnych sferach jego rozwoju. Konstrukcja ten bazuje na założeniu, że zdrowie to pewien potencjał fizyczny, psychiczny i społeczny, który

¹⁸ B. Woynarowska, *Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole podstawowej. Poradnik dla dyrektorów szkół*, Warszawa 2014, s. 9.

¹⁹ Por. B. Woynarowska, *Bezpieczeństwo – zapobieganie urazom*, [w:] B. Woynarowska (red.), *Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki*, Warszawa 2007.

ulega dynamicznym zmianom (pozytywnym lub negatywnym) pod wpływem codziennych działań (lub ich braku). W tym ujęciu edukacja zdrowotna sprzyja:

pozytywnej adaptacji do zmian rozwojowych i wyzwań codziennego życia oraz budowania zasobów dla zdrowia w dzieciństwie, młodości i w dalszych latach życia, zapobieganiu zaburzeniom i zachowaniom ryzykownym (np. używanie substancji psychoaktywnych, agresja) dla zdrowia i rozwoju; edukacja zdrowotna stanowi fundament dla szkolnego programu profilaktyki oraz przygotowaniu młodych ludzi do życia w gwałtownie zmieniającym się świecie, w którym istnieje wiele zagrożeń dla zdrowia i życia²⁰.

W bloku tematycznym edukacja zdrowotna zawarto treści dotyczące zdrowia i jego diagnozowania w kontekście przeciwdziałania chorobom cywilizacyjnym. Łączenie treści z tego bloku z wdrażaniem kompetencji społecznych sprzyja rozwijaniu poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych ludzi, wzmocnieniu poczucia własnej wartości i wiary w swoje możliwości. Treści w tym bloku wzmocniają znaczenie aktywnego i zdrowego trybu życia w celu jak najdłuższego zachowania sprawności i zdrowia²¹.

Szkolny proces edukacji zdrowotnej bazuje na trzech głównych elementach, tj. przekazywaniu wiedzy na temat zdrowia, kształtowaniu praktycznych umiejętności wykorzystywania wiedzy w codziennych sytuacjach życiowych oraz formowaniu postaw. Cele edukacji zdrowotnej określone w podstawie programowej kształcenia ogólnego obejmują:

- Poznanie siebie, śledzenie, identyfikowanie (diagnozowanie) i rozwiązywanie problemów zdrowotnych w kontekście przeciwdziałania chorobom cywilizacyjnym;
- Zrozumienie, czym jest zdrowie, od czego zależy, jak należy dbać o zdrowie;

²⁰ B. Woynarowska, *Organizacja...*, op. cit., s. 12.

²¹ *Podstawa programowa kształcenia ogólnego z komentarzem. Szkoła podstawowa. Wychowanie fizyczne,*

<https://www.ore.edu.pl/wp-content/uploads/2017/05/wychowanie-fizyczne.-pp-z-komentarzem.-szkola-podstawowa-1.pdf> [dostęp: 17-12-2019].

- Rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych;
- Wzmacnianie poczucia własnej wartości i wiary we własne siły i możliwości;
- Rozwijanie umiejętności osobistych;
- Rozwijanie kompetencji społecznych jako zdolności kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestnictwa w codziennym życiu²².

W obowiązującym uregulowaniu prawnym zostały zawarte dwa sposoby realizowania edukacji zdrowotnej w szkole: przedmiotowy, polegający na wyraźnym zaakcentowaniu przewodniej roli wychowania fizycznego (nauczanie i uczenie się o zdrowiu w ramach bloku: edukacja zdrowotna) oraz wpisaniu edukacji zdrowotnej w treści różnych przedmiotów; wychowawczo-profilaktyczny, z akcentem położonym na stronę aksjologiczną (wartości zdrowia i zdrowego stylu życia zawarte w programie wychowawczo-profilaktycznym). Jak wskazuje Wolny²³, rozszerzenie zakresu edukacji zdrowotnej o treści ujęte w programie wychowawczo-profilaktycznym stanowi bardzo wartościową koncepcję ze względu na potrzebę kształtowania postawy zdrowotnej ucznia. Wychowanie do zdrowia obejmuje bowiem działania o charakterze profilaktycznym dotyczące niwelowania niewłaściwych zachowań uczniów, tzw. antyzdrowotnych, w celu osłabiania czynników ryzyka i wzmacniania czynników chroniących.

²² Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej (Dz.U. 2017, poz. 356).

²³ B. Wolny, *Edukacja zdrowotna w szkole Poradnik dla dyrektorów szkół i nauczycieli*, Warszawa 2019, s. 19.

4. Rola wychowania fizycznego w kształtowaniu poczucia bezpieczeństwa fizycznego i psychicznego

Zgodnie z zapisami podstawy programowej²⁴ oczekiwania wobec współczesnego wychowania fizycznego wymagają nowych standardów przygotowania ucznia do całościowej aktywności fizycznej i troski o zdrowie. Wychowanie fizyczne to nie tylko przygotowanie sprawnościowe, ale przede wszystkim prozdrowotne. Pełni ono, oprócz swej funkcji doraźnej, również funkcję perspektywną (przygotowuje do dokonywania w życiu wyborów korzystnych dla zdrowia). Wychowanie fizyczne to zamierzona i świadoma działalność ukierunkowana na wytwarzanie właściwego zespołu postaw i nastawień, związane z nim przekazywanie wiadomości, a także zahartowanie na bodźce środowiskowe oraz zdobycie umiejętności i sprawności, które łącznie wyznaczają zachowanie człowieka w stosunku do jego fizycznej postaci. Obejmuje także wychowanie do kultury fizycznej, obejmujące kształtowanie osobowości i postaw prozdrowotnych, prospołecznych oraz prosomatycznych w zakresie dbałości o ciało. Wspiera zatem nie tylko rozwój fizyczny, psychiczny, intelektualny i społeczny uczniów, ale także kształtuje obyczaj aktywności fizycznej i troski o zdrowie w okresie całego życia, wspomaga efektywność procesu uczenia się oraz pełni wiodącą rolę w edukacji zdrowotnej uczniów²⁵.

Szeroką perspektywę myślenia o zadaniach wychowania fizycznego w odniesieniu do holistycznego postrzegania jednostki w procesie edukacji odnajdujemy w podstawie programowej kształcenia ogólnego²⁶ dla szkoły podstawowej z przedmiotu wychowanie fizyczne, w której wymagania szczegółowe odnoszą się do zajęć prowadzonych w następujących blokach tematycznych:

- rozwój fizyczny i sprawność fizyczna – obejmujący treści związane z diagnozowaniem i interpretowaniem rozwoju fizycznego

²⁴ <https://www.ore.edu.pl/wp-content/uploads/2017/05/wychowanie-fizyczne.-pp-z-komentarzem.-szkola-podstawowa-1.pdf> [dostęp: 05-02-2020].

²⁵ Ibid.

²⁶ Ibid.

i sprawności fizycznej w celu wskazania mocnych i słabych przejawów sprawności ucznia w celu planowania dalszego jej rozwoju;

- aktywność fizyczna – skoncentrowany na treściach dotyczących indywidualnych i zespołowych form rekreacyjno-sportowych, w tym nowatorskich rozwiązań w tym zakresie oraz możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii w monitorowaniu i planowaniu aktywności fizycznej;
- bezpieczeństwo w aktywności fizycznej – realizujący zagadnienia dotyczące organizacji bezpiecznego miejsca ćwiczeń, doboru i wykorzystania sprzętu sportowego, począwszy od bezpiecznych działań związanych z własną osobą, przez wspólne formy działania do świadomości odpowiedzialności za zdrowie innych;
- edukacja zdrowotna – poświęcony zdrowiu i jego diagnozowaniu, a także rozwijaniu kompetencji społecznych sprzyjających wzmacnianiu poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych ludzi, poczucia własnej wartości i wiary w swoje możliwości;
- kompetencje społeczne – zawierający treści dotyczące rozwijania w toku uczenia się zdolności kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania.

Odnosząc się do celów w zakresie profilaktyki bezpieczeństwa, wskazać można na niezwykle istotną rolę wychowania fizycznego w kształtowaniu poczucia bezpieczeństwa fizycznego i psychicznego uczniów.

W kontekście kreowania bezpiecznego środowiska fizycznego kluczowe zadania w tym obszarze dotyczą zasad bezpieczeństwa podczas zajęć lekcyjnych, zajęć dodatkowych czy rekreacyjnych, a także obszaru turystyki – bezpiecznego wypoczynku czy bezpieczeństwa w ruchu drogowym. Zapewnienie uczniom bezpieczeństwa w placówkach oświatowych jest podstawowym obowiązkiem dyrektorów szkół, nau-

czycieli (w tym nauczycieli WF), pracowników administracji i obsługi. Uczeń musi być bezpieczny w trakcie wszystkich zajęć obowiązkowych i nieobowiązkowych organizowanych przez szkołę zarówno na terenie placówki, jak i poza nią. Zadaniem szkoły jest kształtowanie postaw prozdrowotnych uczniów, w tym wdrożenie ich do zachowań higienicznych, bezpiecznych dla zdrowia własnego i innych osób, a ponadto ugruntowanie wiedzy z zakresu prawidłowego odżywiania się, korzyści płynących z aktywności fizycznej, a także stosowania profilaktyki. Równie ważnym aspektem działań w tej przestrzeni jest profilaktyka bezpieczeństwa fizycznego związanego z nieszczęśliwymi wypadkami, ale także agresją i przemocą fizyczną.

Do kluczowych z punktu widzenia omawianej problematyki celów kształcenia i wymagań ogólnych dla drugiego etapu edukacyjnego należy poznawanie i stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej oraz w życiu codziennym – urazy i wypadki są bowiem powszechnym zjawiskiem wśród młodzieży szkolnej, stanowiącym główną przyczynę zgonów, leczenia szpitalnego i niepełnosprawności dzieci i młodzieży²⁷. Ryzyko występowania urazów związane jest zarówno ze środowiskiem fizycznym szkoły (zagęszczeniem budynku, różnorodnością zajęć, organizacją nauczania), jak i właściwościami psychofizycznymi uczniów. Do działań zmierzających do profilaktyki bezpieczeństwa fizycznego w tym zakresie zaliczyć można:

- zwiększanie świadomości związków pomiędzy zachowaniami uczniów a ich bezpieczeństwem oraz wpływu czynników społecznych na dokonywanie przez nich wyborów;
- kształtowanie specyficznych umiejętności życiowych, tj. oceny ryzyka, umiejętności rozwiązywania problemów, podejmowania decyzji, kontroli emocjonalnej, radzenia sobie ze stresem, poszerzanie kompetencji interpersonalnych i komunikacyjnych;
- kształtowanie postaw, umiejętności i bezpiecznych zachowań zmierzających do zapobiegania urazom na lekcjach wychowania

²⁷ B. Woynarowska, *Bezpieczeństwo – zapobieganie...*, op. cit., s. 326.

fizycznego, podczas aktywności fizycznej oraz w innych aspektach życia codziennego;

- kształtowanie umiejętności postępowania w przypadku doznania urazu oraz udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej²⁸.

Kolejnym elementem stanowiącym o poczuciu bezpieczeństwa fizycznego w szkole jest przeciwdziałanie agresji i przemocy. Światowa Organizacja Zdrowia²⁹ na podstawie wieloletnich badań prowadzonych w różnych krajach świata stwierdza, iż przemoc, zarówno ze strony dorosłych, jak i pomiędzy rówieśnikami, stanowi jedno z największych zagrożeń dla zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, a także bywa przyczyną urazów fizycznych. Agresję najczęściej definiuje się jako świadome i zamierzone działanie mające na celu wyrządzenie komuś szeroko rozumianej szkody. Przemoc natomiast to:

celowe użycie siły fizycznej lub władzy, sformułowane jako groźba lub rzeczywistość użyte, skierowane przeciwko samemu sobie, innej osobie, grupie lub społeczności, które albo prowadzi do albo z którym wiąże się wysokie prawdopodobieństwo spowodowania obrażeń cielesnych, śmierci, szkód psychologicznych, wad rozwoju lub braku elementów niezbędnych do normalnego życia i zdrowia³⁰.

Olweus³¹ wprowadził do przestrzeni terminologicznej pojęcie „bullying”, którego polskim odpowiednikiem może być „prześladowanie” lub „dręczenie”. Mobbing natomiast to celowe działanie zmierzające do obrażania i skrzywdzenia innych osób. Przemoc rówieśnicza jest uznawana za najpoważniejszy czynnik ryzyka związany ze szkołą. Do najczęściej spotykanych form agresji i przemocy w polskich szkołach zali-

²⁸ Ibid., s. 331.

²⁹ *World Health Organization Child and Adolescent Mental Health Policies and Plans*, Geneva, Switzerland 2005, https://www.who.int/mental_health/policy/services/essentialpackage1v11/en/ [dostęp: 17-03-2020].

³⁰ WHO, *Global status report on violence prevention*, Geneva 2014 https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/status_report/2014/en/ [dostęp: 17-03-2020].

³¹ D. Olweus, *Mobbing. Fala przemocy w szkole. Jak ją powstrzymać?*, Warszawa 1998, s. 34.

czyć można: przemoc fizyczną, werbalną, relacyjną oraz cyfrową (elektroniczną, cyberprzemoc).

Przeciwdziałanie agresji i przemocy powinno stać się elementem edukacji zdrowotnej – choć w obowiązującej podstawie programowej zajęciom wychowania fizycznego nie przypisano wprost zadań w tym obszarze, to pojawia się wiele zagadnień, które wiążą się z działalnością profilaktyczną w tym zakresie. Dotyczą one m.in.: czynników, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie oraz wskazywania tych, na które może mieć wpływ; sposobów redukcji nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny; kompetencji społecznych dotyczących rozwijania w toku uczenia się zdolności kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania³².

Na podstawie raportu „Przemoc w szkole 2011” przeprowadzonego w ramach programu społecznego „Szkoła bez przemocy”³³ wskazać można na ścisłe powiązanie atmosfery szkolnej z problemem przemocy (w szkołach z lepszą atmosferą – mniej uczniów jest ofiarami przemocy; w tych ze złą atmosferą – poziom przemocy jest wysoki) oraz relacji między uczniami a nauczycielami (im więcej konfliktów, tym wyższy poziom przemocy). Przytoczone informacje, wiedza na temat źródeł agresji i przemocy oraz jej uwarunkowań umożliwiają projektowanie skutecznych działań profilaktycznych w środowisku szkolnym nie tylko w wymiarze fizycznym, ale również psychicznym i psychospołecznym.

Czynniki chroniące, wzmacniające zdrowie psychiczne jednostki i redukujące możliwość pojawienia się zaburzeń psychicznych na płaszczyźnie indywidualnej (określone już wcześniej w artykule), tj. wysoka samoocena, poczucie skuteczności, umiejętności społeczne oraz dobre zdrowie fizyczne, odnoszą się jednoznacznie do możliwości

³² Podstawa programowa <https://podstawaprogramowa.pl/Szkola-podstawowa-IV-VIII/Wychowanie-fizyczne> [dostęp: 21-01-2020].

³³ <http://www.szkolabezprzemocy.pl/479,badania> [dostęp: 17-03-2020].

realizacyjnych w obszarze wychowania fizycznego. Treści wychowania fizycznego oraz specyfika tego przedmiotu pozwalają bowiem w sposób naturalny uczyć uczniów współpracy w zespole, komunikowania się, radzenia sobie z negatywnymi emocjami czy też brania odpowiedzialności za podejmowane decyzje. Cele wychowania fizycznego oraz wymagania określone w podstawie programowej są w dużej mierze zorientowane na wymienione umiejętności i postawy, a prawidłowo dostosowany do potrzeb i możliwości psychofizycznych proces kształcenia przedmiotowego pozwoli na budowanie poczucia sprawstwa i skuteczności w podejmowanych zadaniach fizycznych oraz osiągnięcia sukcesu sprzyjającego budowaniu pozytywnej samooceny. W ramach zajęć uczeń powinien uczyć się radzenia sobie z własnymi słabościami, odczuwać satysfakcję z pokonywania barier i wykorzystywać własny potencjał.

Istotnym elementem edukacji zdrowotnej jest zwrócenie szczególnej uwagi na zdrowie psychospołeczne i rozwijanie umiejętności życiowych. Umiejętności życiowe to umiejętności (zdolności) umożliwiające człowiekowi pozytywne zachowania przystosowawcze, które pozwalają efektywnie radzić sobie z zadaniami i wyzwaniem codziennego życia³⁴.

Można wyróżnić trzy podstawowe grupy umiejętności życiowych, mianowicie:

- umiejętności interpersonalne (komunikacja werbalna i niewerbalna, negocjacje, empatia, współpraca w grupie);
- podejmowanie decyzji i krytyczne myślenie (gromadzenie informacji, ocena różnych problemów z uwzględnieniem przewidywania konsekwencji dla siebie i innych, analiza wpływu wartości i postaw na motywy działania własne i innych);
- kierowanie sobą – budowanie poczucia własnej wartości, samoświadomość w zakresie własnych wyznawanych wartości, mocnych i słabych stron, określanie celów, samoobserwacja i samo-

³⁴ WHO, *Life skills education in schools*, Geneva, 2003, s. 1, <https://apps.who.int/iris/handle/10665/63552> [dostęp: 10-04-2020].

ocena, kierowanie emocjami (radzenie sobie ze złością, lękiem), radzenie sobie ze stresem (zarządzanie czasem, pozytywne myślenie, techniki relaksacyjne).

W toku zajęć z zakresu wychowania fizycznego należy rozwijać umiejętności życiowe nazywane również umiejętnościami psychospołecznymi. Warto wskazać, że są one warunkiem prawidłowego rozwoju psychospołecznego, realizacji zadań rozwojowych i zaspokajania potrzeb, przygotowują do życia w zmieniającej się rzeczywistości, a także odgrywają znaczącą rolę w profilaktyce problemów społecznych i zdrowotnych. Realizacji tego zamierzenia służyć może:

- podkreślanie współpracy, a nie rywalizacji, wspieranie prawidłowych relacji interpersonalnych opartych na możliwości poznawania siebie nawzajem i otwartej komunikacji;
- tworzenie sytuacji do wspólnego podejmowania decyzji, budowania aktywności i zaangażowania w proces kształcenia, twórczego rozwiązywania problemów, współpracy i współdziałania dla osiągnięcia wspólnego celu;
- wychodzenie naprzeciw potrzebom i możliwościom uczniów, ich zainteresowaniom w sferze fizycznej i zdrowotnej, wspieranie pasji i talentów;
- budowanie poczucia sprawstwa, wdrażanie do samooceny i kierowania procesem samorozwoju;
- wsparcie w radzeniu sobie z problemami, trudnościami i emocjami, naukę konstruktywnego radzenia sobie ze stresem, sukcesem i porażką, budowania poczucia przynależności i tożsamości.

Rozwijanie umiejętności życiowych jest ważnym elementem edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia psychicznego – nie odnosi się jednak tylko do płaszczyzny indywidualnej, ale również do strefy interakcji społecznych. Istotą bezpieczeństwa w tym ujęciu (zarówno w wymiarze fizycznym, jak i psychicznym) jest pozytywny klimat społeczny szkoły kreowany przez jakość relacji interpersonalnych, Jak wskazuje Nerwińska:

zapewnienie pozytywnego społecznie klimatu i bezpieczeństwa w szkołach wymaga odejścia od szkoły skoncentrowanej na realizacji programu, przekazywaniu wiedzy, wychowaniu do posłuszeństwa – w kierunku szkoły zapewniającej wolność i odpowiedzialność, wsparcie rozwoju ucznia oraz jego kompetencji do działania. (...) Konieczne jest przejście w stronę nauczania umożliwiającego aktywny udział uczniów, współpracę i kształtowanie umiejętności oraz postaw, poprzez ocenianie indywidualnych osiągnięć uczniów, stosowanie metod aktywizujących, umiejętne zarządzanie klasą i budowanie więzi³⁵.

Warunkiem realizacji wskazanych założeń jest otwarta postawa nauczycieli i efektywna współpraca wszystkich środowisk edukacyjnych, prowadząca do wzajemnego szacunku, zrozumienia i współdziałania. Istotą tak rozumianego klimatu jest zaangażowanie uczniów w proces planowania, prowadzenia i ewaluacji zajęć wychowania fizycznego, a także nowe podejście do roli nauczyciela i ucznia w procesie edukacji, podkreślające wielokierunkową aktywność ucznia i zakładające wspólną odpowiedzialność nauczyciela i ucznia, a także istotę utrzymywania właściwych relacji pomiędzy nauczycielem i uczniem w różnych sytuacjach procesu edukacyjnego. Relacje te polegają przede wszystkim na okazywaniu wzajemnego uznania i respektowaniu podmiotowości uczestników procesu dydaktyczno-wychowawczego, a także indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych. Realizacja tego założenia wymaga jednak aktywnej postawy ze strony uczniów – ich zaangażowania w kreowanie sytuacji edukacyjnych, wykorzystania podmiotowości w realizacji zadań w obszarze edukacji zdrowotnej i wychowania fizycznego, poczucia przynależności i twórczych postaw wobec zadań i wyzwań pojawiających się w rzeczywistości szkolnej.

Budowanie sfery współdziałania wymaga również odpowiednich kompetencji nauczyciela – nie tylko kompetencji instrumentalnych czy pedagogiczno-moralnych, ale również kompetencji społecznych. Nauczyciel jest kluczową postacią w szkolnej edukacji zdrowotnej. Kompetencje społeczne stanowią zatem dużą wartość w warsztacie pracy pedagoga, szczególnie nauczyciela wychowania fizycznego. We współcz-

³⁵ E. Nerwińska, *Psychospołeczne uwarunkowania bezpieczeństwa w szkole*, Warszawa 2007, s. 9.

snym nauczaniu dostrzega się silną potrzebę właściwego podejścia do podopiecznych, odpowiedniego ich traktowania i nowatorskich metod wzbudzania zainteresowania, a także budowania relacji gwarantujących sprawiedliwe traktowanie. Budowanie właściwych relacji z uczniami, dbanie o przyjazny klimat umożliwiający rozwój inteligencji emocjonalnej podopiecznych sprzyjają budowaniu poczucia bezpieczeństwa. Nie bez znaczenia w procesie nauczania i wychowania pozostaje osobowość nauczyciela, spójność jego poglądów i postaw przejawianych w życiu codziennym i pracy szkolnej. Nauczyciel powinien bowiem zapewniać uczniom niezbędny w rozwoju komfort psychiczny, będąc jednocześnie godnym zaufania specjalistą, oferującym pomoc i wsparcie w każdej sytuacji.

Kreowanie bezpiecznego środowiska fizycznego i psychicznego uczniów jest zadaniem wspólnym, a skuteczność podejmowanych działań zależy również od zakresu i jakości współpracy z rodzicami uczniów. Partnerskie relacje z rodzicami w obszarze wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej mogą bazować zarówno na kontaktach indywidualnych, jak i wspólnych przedsięwzięciach sportowych i rekreacyjnych. Partnerstwo edukacyjne jednoczy podmioty w nie zaangażowane, stwarzając wspólną dla nich płaszczyznę działania, stanowiącą nierzadko jego cel i wspólnie uznawaną wartość – zdrowe i bezpieczne środowisko.

W XXI wieku szkoła staje przed szeregiem wyzwań, związanych z postępem, rozwojem cywilizacji oraz globalnymi przemianami rzeczywistości społecznej. Zadaniem szkoły jest nie tylko przygotowywać dzieci i młodzież do warunków zastanych, aktualnie definiujących jakość naszego funkcjonowania, ale przede wszystkim przygotować do przyszłości, do uczenia się przez całe życie, gotowości do zmian i odpowiedzialności za kreowanie lepszego i bezpieczniejszego świata. Głównym zadaniem nauczyciela jest zatem tworzenie uporządkowanej wizji świata. W warunkach zawrotnego tempa przemian, poczucia chaosu i zagubienia istotą oddziaływań powinno być tworzenie przyjaznego klimatu, budowanie wzajemnego zaufania, oferowanie wsparcia w po-

konywaniu wyzwań i rozwiązywaniu codziennych problemów. Jak wskazuje Nerwińska:

wobec narastających zagrożeń świata zewnętrznego, pogorszenia więzi rodzinnych, instrumentalizacji stosunków międzyludzkich, to właśnie szeroko rozumiane zapewnianie bezpieczeństwa swoim uczniom staje się jednym z wyzwań przed jakim staje dziś współczesna szkoła³⁶.

Dbajmy zatem, aby nasza codzienna aktywność koncentrowała się nie tylko na realizacji założeń programowych, ale przede wszystkim na rozwijaniu zdolności życiowych uczniów w poczuciu bezpieczeństwa i wsparcia ze strony całej społeczności szkolnej.

Bibliografia:

- Korczy I. *Inteligencja emocjonalna – gwarantem bezpieczeństwa i determinantą rozwoju uczniów*, [w:] D. Czajkowska-Ziobrowska, A. Zduniak (red.), *Edukacja dla bezpieczeństwa – bezpieczna szkoła, bezpieczny uczeń*, Wyd. Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa, Poznań 2007.
- Korzeniowski L., *Zarządzanie bezpieczeństwem. Rynek, ryzyko, zagrożenie, ochrona*, [w:] P. Tyrała (red.), *Zarządzanie bezpieczeństwem*, Wyd. PSB, Kraków 2000.
- Maslow A., *Motywacja i osobowość*, Wyd. Instytut Wydawniczy PAX, Warszawa 1993.
- Mazur J., *Szkoła i jej otoczenie jako siedlisko i obszar oddziaływań profilaktycznych*, [w:] A. Zduniak, M. Kryłowicz (red.), *Edukacja dla bezpieczeństwa – w rodzinie, szkole i pracy*, Wyd. Elipsa, Warszawa-Poznań 2004.
- MHP Hands, *Promocja zdrowia psychicznego w placówce edukacyjnej, Podręcznik*, MHP Hands Consortium, 2009
- Nerwińska E., *Psychospołeczne uwarunkowania bezpieczeństwa w szkole*, Wyd. ORE, Warszawa 2007.
- Olweus D., *Mobbing. Fala przemocy w szkole. Jak ją powstrzymać?*, Wydawnictwo Jacek Santorski & CO, Warszawa 1998.

³⁶ Ibidem, s. 1.

- Ostaszewski K., *Czynniki ryzyka i czynniki chroniące w zachowaniach ryzykownych dzieci i młodzieży*, [w:] J. Mazur (red.) *Czynniki chroniące młodzież 15-letnią przed podejmowaniem zachowań ryzykownych. Raport z badań HBSC*, Wyd. Vespa Druk, Warszawa 2008.
- Ostaszewski K., *Związki między edukacją zdrowotną a szkolnym programem profilaktyki*, [w:] B. Woynarowska (red.), *Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów szkół i nauczycieli*, Wyd. Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2011.
- Ostaszewski K., *Zachowania ryzykowne młodzieży w perspektywie mechanizmów resilience*, Wyd. IPiN, Warszawa 2014.
- Przemoc w szkole. Raport z badań*, CBOS, 2006 <http://www.szkolabezprzemocy.pl/1104,badania-spo-eczne-2006>.
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej (Dz.U. 2017, poz. 356).
- Ustawa z dnia 10 czerwca 2016 roku o działaniach antyterrorystycznych (Dz.U. 2016, poz. 904).
- Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz.U. 2017, poz. 59).
- Ustawa z dnia 26 stycznia 1982 r. Karta Nauczyciela, <https://sip.lex.pl/akty-prawne/dzu-dziennik-ustaw/karta-nauczyciela-16790821>.
- WHO, *Child and Adolescent Mental Health Policies and Plans*. Geneva, 2005, https://www.who.int/mental_health/policy/services/essentialpackage1v11/en/
- WHO, *Global status report on violence prevention*, Geneva, 2014 https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/status_report/2014/en/
- WHO, *Life skills education in schools*, Geneva, 2003 <https://apps.who.int/iris/handle/10665/63552> [dostęp: 10-04-2020].
- Wolny B., *Edukacja zdrowotna w szkole Poradnik dla dyrektorów szkół i nauczycieli*, Wyd. ORE, Warszawa 2019.
- Woynarowska B., *Bezpieczeństwo – zapobieganie urazom*, [w:] B. Woynarowska (red.), *Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki*, Wyd. PWN, Warszawa 2007.

- Woynarowska B., *Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole podstawowej. Poradnik dla dyrektorów szkół*, Wyd. ORE, Warszawa 2014.
- Woynarowska B., *Edukacja zdrowotna*, Wyd. PWN, Warszawa 2008.
- <http://www.szkolabezprzemocy.pl/479,badania> [dostęp: 17-03-2020].
- <https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/bezpieczna-szkolaplacowka-zagrozenia-i-zalecane-dzialania-profilaktyczne-w-zakresie-bezpieczenstwa-fizycznego-i-cyfrowego-uczniow/>
- <https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/programy/program-bezpieczna/> [dostęp: 20-01-2020].
- <https://men.gov.pl/pl/zwiekszenie-szans/program-bezpieczna#> [dostęp: 20-01-2020].
- <https://podstawaprogramowa.pl/Szkola-podstawowa-IV-VIII/Wychowanie-fizyczne> [dostęp: 17-12-2019].
- <https://www.ore.edu.pl/wp-content/uploads/2017/05/wychowanie-fizyczne.-pp-z-komentarzem.-szkola-podstawowa-1.pdf> [dostęp: 5-02-2020].