

Artur MATRAS

ORCID: 0000-0002-6106-7503

*Szkoła Podstawowa nr 58 im. Tadeusza Kościuszki
w Krakowie*

Edukacja zdalna w Polsce ze szczególnym uwzględnieniem wychowania fizycznego Z perspektywy nauczyciela i ucznia

**Abstract: Remote education in Poland, with particular emphasis on physical education.
From the perspective of the teacher and the student**

The article deals with remote learning during the COVID-19 pandemic. The author draws attention to the problems posed by social isolation as well as technological limitations when conducting online classes. It discusses the preparation of students, tools for conducting remote classes and problems faced by teachers and students during their duration. Then the author analyzes this problem in more depth on the basis of physical education lessons. This section focuses mainly on the issue of safety and unregulated regulations that did not clearly define the rules for the safe conduct of audiovisual activities in physical education lessons. Summing up, the author states that it is necessary to clarify the educational law and to refine the ways of maintaining relations between students. Only then will remote lessons be able to be held correctly and bring benefits.

Keywords: remote learning, pandemic, physical education, online lessons

Słowa kluczowe: nauka zdalna, pandemia, wychowanie fizyczne, lekcje online

W związku z zakażeniami wirusem SARS-CoV-2 na mocy rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 20 marca 2020 r. od 20 marca 2020 r. do odwołania wprowadzono na terenie Polski stan epidemii. Po raz pierwszy edukacja przeniosła się z sal lekcyjnych przed monitory komputerów. Stan ten był wyjątkowy zarówno dla nauczycieli, jak i uczniów. Edukacja online, traktowana do tej pory jako uzupełnienie edukacji tradycyjnej, stała się po raz pierwszy w historii podstawą edukacji systemowej. Chociaż nauczycielom wydawało się, że

szeroka gama narzędzi cyfrowych przeznaczonych do prowadzenia zajęć online stwarzać będzie ogromne możliwości dla przebiegu edukacji zdalnej, to już pierwsze dni, a potem tygodnie pokazały, że sytuacja jest o wiele bardziej złożona, niż mogłoby się wydawać.

Dzisiejsze funkcjonowanie społeczeństwa charakteryzuje się intensywną obecnością technologii informacyjno-komunikacyjnych (TIK; ang. *information and communication technology*). Dotyczy to każdego obszaru działalności człowieka: pracy, odpoczynku, edukacji, podróży, komunikacji, tworzenia. Grupa badaczy pod kierunkiem Luciana Floridiego poszukiwała odpowiedzi na pytanie, jaki wpływ na przestrzeń publiczną, politykę i oczekiwania społeczne ma hiperpołączony świat onlife (od ang. *online i life*). W świecie onlife zaciera się granica między rzeczywistością fizyczną a wirtualną. Za sprawą TIK możliwe było przejście od niedoboru do obfitości informacji (F. Wyrwa, M. Wyrwa, A. Wilkus-Wyrwa, 2020).

W artykule *Wyzwania nauczania zdalnego. Perspektywa nauczyciela i ucznia* F. Wyrwa, M. Wyrwa i A. Wilkus-Wyrwa podejmują tematykę wyzwań, z którymi mierzą się pracownicy sektora edukacji, ale też uczniowie, zarówno z perspektywy globalnej, międzynarodowej, jak i lokalnej. Uzupełnieniem tematu jest analiza rosnącego znaczenia teorii aktywnego uczenia się nauczycieli i uczniów oraz wyniki własnych badań przeprowadzonych wśród polskich uczniów i nauczycieli na temat nauczania na odległość (F. Wyrwa, M. Wyrwa, A. Wilkus-Wyrwa, 2020).

Sama dostępność TIK nie rozwiązuje problemu tzw. najslabszego ognia, jakimi są czynnik ludzki i pojawiające się na każdym kroku problemy związane z ograniczeniami technologicznymi, informatycznymi, a także bariera, którą stanowi brak kontaktu *face to face*.

Wpływ odizolowania społecznego na zdrowie i samopoczucie psychiczne był badany już wcześniej. Wykazano, że istotne są stresory, tj. strach przed infekcją, przedłużająca się izolacja, nuda, brak kontaktu z rówieśnikami, brak osobistej przestrzeni w domu, obawa o stabilność finansową rodziny. Mają one udowodniony negatywny wpływ na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży (Wang i in., 2020).

Długofalowo prowadzone kształcenie zdalne prowadzi do rozluźnienia relacji i pogorszenia się samopoczucia wszystkich podmiotów edukacji i z dużym prawdopodobieństwem przyczynia się do zakłóceń w rozwoju emocjonalnym, społecznym i interkulturalnym uczniów (Pyżalski, 2020)

W przeprowadzonych na dużą skalę badaniach F. Wyrwy ocenione i przeanalizowane zostały następujące kwestie:

- przygotowanie uczniów do nauki zdalnej;
- narzędzia i zasoby do prowadzenia zajęć;
- przeszkody w nauce zdalnej;

W przytoczonych badaniach F. Wyrwy jako narzędzie badawcze wykorzystano anonimowe ankiety internetowe na temat nauki zdalnej od kwietnia do czerwca 2020 roku, skierowane do uczniów i nauczycieli.

Ocena przygotowania uczniów wypadła bardzo dobrze. Ogólnie 64% uczniów oceniło swoje przygotowanie wysoko. Nauczyciele ocenili je podobnie; 62% z nich stwierdziło, że uczniowie mają dobre przygotowanie. Większa pewność siebie uczniów uwydatniła się w miejscowościach, gdzie nastąpiło wczesne wdrożenie MS Teams (platformy do komunikacji nauczyciel–uczeń) oraz tam, gdzie w ankiecie brał udział większy odsetek uczniów szkół ponadpodstawowych niż uczniów młodszych.

Badania wykazały, że najpopularniejszym narzędziem stosowanym w edukacji zdalnej okazała się wspomniana platforma Microsoft Teams (44%), następnie Google Meet (12%) i Moodle (5%). Programami do wideokonferencji najczęściej wybieranymi przez nauczycieli były: Messenger (30%), Zoom (17%), Discord (15%); tu zaznaczyć należy, że około 30% nauczycieli nie korzystało z takich programów w ogóle.

Autorzy artykułu piszą, że najczęściej wymienianymi przeszkodami, jakie napotkali na drodze nauki zdalnej zarówno nauczyciele, jak i uczniowie, były:

- brak bezpośredniego kontaktu (15%);
- problemy ze sprzętem i Internetem (31% — uczniowie, 50% — nauczyciele);
- problemy z motywacją uczniów (9% — uczniowie, 7% — nauczyciele);
- spadek jakości procesu tłumaczenia materiału przez nauczycieli (7%);
- wiarygodność sprawdzania wiedzy uczniów (10%);

Wyniki badań były potwierdzeniem wcześniejszych spostrzeżeń ekspertów UNESCO, w których wykazano, że powszechnym błędem jest traktowanie nauki zdalnej wyłącznie w kategorii zachowania ciągłości nauczania z zachowaniem klasycznych metod kształcenia.

Odpowiedzi respondentów ankiet przeprowadzonych w pięciu rejonach Polski wskazują na ogromną potrzebę zachowania dobrostanu emocjonalnego i społecznego uczniów. Pozytywnym aspektem badań okazał się fakt, na który wskazywali uczniowie: nie towarzyszył im lęk przed nauczaniem online i nowoczesnymi technologiami i byli do tych zmian pozytywnie nastawieni. Co zaskakujące, wykazano, że 95% dzieci i młodzieży miało dostęp do technologii (komputer, Internet). Wdrażane rozwiązania technologiczne, takie jak platforma MS Teams, miały znaczący wpływ na jakość i efektywność pracy.

Autorzy artykułu podjęli się głębszej analizy tematu na przykładzie prowadzenia lekcji wychowania fizycznego.

Nauczanie wychowania fizycznego podczas pandemii

Wojewódzkie Ośrodki Doskonalenia Nauczycieli (WODN) opracowały wytyczne mające na celu ukierunkowanie nauczycieli do pracy z uczniem w systemie zdalnym. Wychowanie fizyczne okazało się dość problematyczne i niełatwo było określić ściśle zasady prowadzenia zajęć, dokumentowania ich przebiegu oraz oceniania ucznia czy też weryfikacji wykonanych przez niego zadań/ćwiczeń.

Nauczanie na odległość przysporzyło wiele dylematów, m.in. powstał problem bezpieczeństwa przy wykonywaniu ćwiczeń bez nadzoru i asekuracji nauczyciela. Z jednej strony, nie można wyobrazić sobie zajęć edukacji fizycznej bez fizycznych aktywności a z drugiej strony — ich wykonywania bez opieki i odpowiedniego sprzętu w warunkach domowych.

Nie lada problem stanowiło więc poprowadzenie zajęć wychowania fizycznego w formie audiowizualnej.

Nauczyciele podjęli to wyzwanie, posiłkując się wystosowanymi przez WODN wytycznymi, które mówiły o:

- formach nawiązywania kontaktu z uczniami;
- pomysłach na zadania dla uczniów;
- motywowaniu uczniów do systematycznej i ukierunkowanej aktywności fizycznej;
- systematyzowaniu ćwiczeń/aktywności;
- dokumentowaniu i monitorowaniu działań uczniów;
- ocenianiu.

Najpopularniejszymi formami nawiązania kontaktu nauczyciel–uczeń są: e-dziennik, e-mail, Office 365, Google Dysk, Microsoft One Drive, komunikatory (np. Messenger, What's up).

Sugerowanymi zadaniami/ćwiczeniami do wykonywania w domu, na podwórku pod opieką rodziców (dla dzieci młodszych) lub samodzielnie (dla dzieci starszych) są ćwiczenia wybrane przez nauczyciela, powtarzane w określonej liczbie np. codziennie, korzystanie z aplikacji do pomiaru aktywności (np. Endomodo, Huawei Health, iMapMyFITNESS, krokomierz, GoogleFit), gry edukacyjne (Quizziz, Kahoot), Youtube, Wroldwall (do tworzenia materiałów dydaktycznych), Tabata, Wydarzenia — WF bez wychodzenia z domu — organizator Fundacja V4Sport.

W motywowaniu i zachęcaniu do systematycznej i ukierunkowanej aktywności fizycznej dużą rolę odgrywa rodzic, który stoi przed wyzwaniem przygotowania dziecka do pracy. Dużą rolę odgrywa nauczyciel i jego doświadczenie, które może stać się inspiracją dla rodzica do odpowiedniej pracy z własnym dzieckiem.

W zakresie systematyzowania ćwiczeń wytyczne podają, że aktywność fizyczna powinna mieć miejsce około 3–4 razy w tygodniu po minimum 35 min. Celem jest uświadamianie uczniom i ich rodzicom, jak ważny jest ruch oraz jak wpływa na procesy logicznego myślenia, koncentrację oraz pamięć.

Według WODN monitorowanie i dokumentowanie postępów w nauce można przeprowadzać na kilka sposobów. Są to: karta tygodniowej aktywności, zdjęcia wykonane telefonem, filmiki, zrzuty z ekranu aplikacji dokumentujące osiągnięte rezultaty, test pisemny.

W ocenie pracy uczniów najważniejsze według WODN miały być nie intensywność, a częstotliwość i systematyczność wykonywanej pracy.

W omawianych wytycznych WODN zwrócono także uwagę na zasady bezpiecznego i ergonomicznego korzystania z urządzeń komunikacji elektronicznej, dostosowanie długości zajęć do zaleceń medycznych, wieku i etapu kształcenia, a także na ochronę danych i wizerunku.

Ważną i szeroko dyskutowaną kwestią stało się bezpieczeństwo podczas zdalnych lekcji wychowania fizycznego. Wielu nauczycieli zrezygnowało z form aktywności fizycznej na rzecz teorii, tłumacząc tę decyzję obawą o zdrowie i bezpieczeństwo ucznia, a także nieodpowiednimi warunkami mieszkaniowymi.

A. Kolet-Iciek, na portalu www.miastopociecz.pl, w artykule z 30 listopada 2020 r. sygnalizuje, że przepisy oświatowe nie określają wprost działań w przypadku organizacji lekcji wychowania fizycznego dla ucznia, gdy ten musi pozostać w domu. Autorka informuje, że według resortu edukacji ogólne zasady bezpieczeństwa i higieny pracy zdalnej zostały zawarte w rozporządzeniu MEN z marca 2020 r. Zgodnie z nim to dyrektor szkoły odpowiada za organizację zajęć na odległość i to on, wspólnie z nauczycielami, ustala ich tygodniowy zakres. Musi przy tym wziąć pod uwagę m.in. ograniczenia wynikające ze specyfiki zajęć czy konieczności zapewnienia bezpieczeństwa. Nie zostało więc jasno sprecyzowane, w jakim stopniu odpowiedzialność za bezpieczeństwo ucznia spoczywa na nauczycielu prowadzącym zajęcia zdalne, a w jakim na rodzicu pełniącym w tym czasie opiekę nad dzieckiem w domu.

Podsumowanie

Wychowanie fizyczne okazało się bardzo dużym problemem w zaistniałej w marcu 2020 r. sytuacji epidemiologicznej w naszym kraju. Przysporzyło ono wiele pytań i wątpliwości, począwszy od samego systemu nauczania, przekazywania wiedzy i sprawdzania umiejętności, a skończywszy na ocenianiu uczniów oraz zapewnieniu im bezpieczeństwa w czasie zajęć zdalnych wychowania fizycznego.

Najwięcej kontrowersji wywołał temat bezpieczeństwa uczniów podczas zajęć i odpowiedzialności za nich. Wynikało to z niedoprecyzowania prawa oświatowego i niejasnych przepisów z tym związanych. Część nauczycieli nie prowadziła zajęć ruchowych, obawiając się urazów i kontuzji, a część ograniczała je do niezbędnego minimum, nakreślając wcześniej bardzo dokładnie warunki i sposób wykonywania poszczególnych czynności. Często również zdalne lekcje wychowania fizycznego polegały na odbyciu spaceru czy też innej aktywności, nie sportowej, a raczej domowej.

Nauczyciele stanęli przed trudnym zadaniem przekazania wiedzy z wychowania fizycznego w sposób teoretyczny. Wykorzystywali testy sprawnościowe, wygłaszali pogadanki o zdrowym trybie życia, przytaczali fakty z historii sportu, przedstawiali sylwetki sławnych sportowców oraz przypominali ich osiągnięcia, omawiali zasady gier zespołowych, robili analizy meczów i zawodów, przypominali o prozdrowotnym wpływie aktywności fizycznej, analizowali BMI uczniów itp.

Ponadpółroczny okres nauki zdalnej, przeplatanej nauką hybrydową, był trudnym i wymagającym czasem zarówno dla nauczycieli, uczniów, jak i dla rodziców.

Nauczyciele oraz uczniowie, kończąc nietypowy rok szkolny realizowany w nietypowej formie, zdobyli wiele doświadczeń związanych z szeroko pojętą edukacją zdalną, które z pewnością będą mogli wykorzystać w przyszłości. Edukacja zdalna realizowana z wykorzystaniem technologii cyfrowych prawdopodobnie będzie powracała w różnych okolicznościach (Plebańska i in., 2020). Jak podaje zespół badawczy Wydziału Pedagogicznego Uniwersytetu Warszawskiego w swoim raporcie na temat edukacji zdalnej w czasach COVID-19, jako główne trendy/możliwości wykorzystania cyfrowej edukacji po okresie epidemii wyróżniamy:

- okoliczności losowe;
- dłuższą nieobecność nauczycieli oraz uczniów;
- organizację spotkań grona pedagogicznego online;
- zebrania z rodzicami online;
- edukację online jako alternatywną formę nauczania itp.

Pandemia i jej konsekwencje w postaci kształcenia zdalnego bez wątpienia są zagrożeniem dla dobrostanu fizycznego i psychicznego człowieka. Obnażyły one słabości oświaty, zwłaszcza w sferze organizacyjnej i programowej. Edukacja zdalna wzbudza wiele wątpliwości i negatywnych emocji, ale jeśli dokonamy szczegółowej analizy dotychczasowych praktyk i wyciągniemy odpowiednie wnioski, może okazać się to bardzo pomocne w znalezieniu rozwiązań dla edukacji, bo one zostaną z nami na dłużej i poprawią jakość nauczania w każdej formie, także stacjonarnej.

Gdyby nauka zdalna okazała się koniecznością w dłuższym czasie bądź na stałe, należy poważnie zastanowić się nad sposobami utrzymania relacji między uczniami, prowadzeniem zajęć o charakterze wychowawczym i działań z zakresu pomocy psychologiczno-pedagogicznej.

Bibliografia

- Kolet-Iciek, A. (2020). *Jak powinna wyglądać zdalna lekcja wychowania fizycznego? Jest stanowisko ministerstwa edukacji*, <https://www.miastopociech.pl/aktualnosci/jak-powinna-wygladac-zdalna-lekcja-wychowania-fizycznego-jest-stanowisko-ministerstwa-edukacji> [brak daty dostępu]
- Plebańska, M., Szyller, A., Sińczewska, M. (2020). *Edukacja zdalna w czasach COVID-19. Raport z badania*. Warszawa: Wyd. Pedagogiczny UW.
- Pyzalski J. (red.) (2020). *Edukacja w czasach pandemii wirusa COVID-19. Z dystansem o tym, co robimy obecnie jako nauczyciele*. Warszawa: EduAkcja.
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., Jiang, F. (2020). *Mitigate the Effects of Home Confinement on Children during the COVID-19 Outbreak*. „The Lancet”, 395 (10228), s. 945–947. doi:10.1016/S0140-6736(20)30547-X.
- Wyrwa, F., Wyrwa, M., Wilkus-Wyrwa, A. (2020). *Wyzwania nauczania zdalnego. Perspektywa nauczyciela i ucznia*. W: B. Niemierko, M. K. Szmigiel (red.), *Rola społeczna diagnostyki edukacyjnej*. Kraków: Grupa TOMAMI, s. 362–382.
- Ziółek, M. (2020). *Jak odnaleźć się w świecie zdalnego nauczania — lekcja wychowania fizycznego*, http://www.rodon.radom.pl/praca_zdalna/wf_jak_pracowac_zdalnie.pdf (dostęp 10 VI 2022).