

Κατά κοινή ομολογία ο σχολικός αθλητισμός είναι υποβαθμισμένος. Ποια είναι η δική σου εμπειρία από το μάθημα της Φυσικής Αγωγής; Πώς μπορεί το σχολείο να ενθαρρύνει περισσότερο τους μαθητές να ασχοληθούν με τον αθλητισμό;

Ο αθλητισμός συμβάλλει όχι μόνο στη σωματική υγεία, αλλά και στην ψυχική ευεξία και την κοινωνικοποίηση των παιδιών. Ωστόσο, παρά τη σπουδαιότητά του, ο σχολικός αθλητισμός στη χώρα μας συχνά αντιμετωπίζεται ως δευτερεύον μάθημα και δεν του αποδίδεται η σημασία που του αξίζει. Αυτή άλλωστε είναι και η προσωπική μου εμπειρία, παρόλο που πιστεύω ότι το σχολείο μπορεί να κάνει πολλά, ώστε να ενισχύσει την ενασχόληση των μαθητών με τον αθλητισμό.

Στο δικό μου σχολείο, το μάθημα της Φυσικής Αγωγής συχνά περιορίζεται σε μια απλή ώρα εκτόνωσης χωρίς ιδιαίτερη οργάνωση ή στόχο. Πολλές φορές δεν έχουμε τον απαραίτητο αθλητικό εξοπλισμό ή κατάλληλο χώρο. Επιπλέον συνέχεια κάνουμε τα ίδια, τρέξιμο, λίγες ασκήσεις, μπάλα, πράγμα που καταντά βαρετό. Τέλος πολλοί μαθητές δεν συμμετέχουν καθόλου, είτε από αδιαφορία είτε επειδή δεν νιώθουν άνετα. Έτσι, η ώρα της γυμναστικής καταλήγει να θεωρείται απλώς μια ευκαιρία για ξεκούραση και όχι μια δημιουργική και ωφέλιμη εκπαιδευτική διαδικασία.

Το σχολείο μπορεί να ενθαρρύνει περισσότερο τους μαθητές να ασχοληθούν με τον αθλητισμό προσφέροντας ποικιλία δραστηριοτήτων και δίνοντας κίνητρα συμμετοχής. Αντί για τις ίδιες πάντα ασκήσεις, μπορούν να ενταχθούν εναλλακτικά αθλήματα, όπως χορός, πολεμικές τέχνες ή αναρρίχηση, ώστε κάθε μαθητής να βρίσκει κάτι που του ταιριάζει. Επίσης, η δημιουργία σχολικών ομάδων, η συμμετοχή σε διασχολικούς αγώνες και η συνεργασία με επαγγελματίες γυμναστές ή αθλητικούς συλλόγους θα μπορούσε να ενισχύσει το ενδιαφέρον και τη συνέπεια των μαθητών. Ακόμα, η ανάδειξη των οφελών του αθλητισμού στην καθημερινή ζωή και η σύνδεσή του με την υγεία και την ευεξία είναι πολύ σημαντική.

Συνοψίζοντας, ο σχολικός αθλητισμός πρέπει να αντιμετωπίζεται ως ένα βασικό εργαλείο για την ολόπλευρη ανάπτυξη των μαθητών και όχι ως ένα περιττό διάλειμμα από τα μαθήματα. Με περισσότερη φροντίδα, καλύτερο σχεδιασμό και εμπλουτισμένες δραστηριότητες, το σχολείο μπορεί να μετατρέψει το μάθημα της Φυσικής Αγωγής σε μια αξέχαστη και ωφέλιμη εμπειρία για όλους τους μαθητές.