

## Rozmowa z nauczycielem WF-u

- p. Jolantą Wojciechowską



● **Dlaczego została Pani nauczycielem wychowania fizycznego?**

*Nabywanie nowych umiejętności ruchowych zawsze sprawiało mi wielką radość, a aktywność ruchowa była najlepszym sposobem na spędzanie wolnego czasu,*

*z rówieśnikami i odstresowanie. Poza tym mój nauczyciel wychowania fizycznego w szkole podstawowej zauważył, że mam uzdolnienia ruchowe tzn. szybciej od innych opanowuję nowe umiejętności z różnych dyscyplin sportowych.*

● **Czy prowadzi Pani zdrowy styl życia w związku z tym jaki zawód Pani wykonuje?**

*Tak. Regularnie dbam o swoją kondycję fizyczną i staram się zdrowo odżywiać.*

● **Według Pani obserwacji, jaki stosunek do WF-u mają uczniowie naszego Gimnazjum? Z czego to wynika?**

*Z moich obserwacji wynika, że uczniowie naszego gimnazjum lubią lekcje wf-u, na pewno wynika to z możliwości zrelaksowania się oraz rozwoju własnych umiejętności technicznych i praktycznych, które każdemu z nas sprawiają radość.*

● **Słyszeliśmy, że w innych szkołach w ramach wychowania fizycznego prowadzone są lekcje tańca, aerobiku?**

**Jaki jest Pani stosunek do tego typu zajęć? Czy myśli Pani, że wprowadzenie takich zajęć zwiększyłoby frekwencję osób ćwiczących?**

*Lekcje aerobiku i wprowadzanie elementów tańca są realizowane przeze mnie na lekcjach wf-u, cieszę się różnym zainteresowaniem. Jedni preferują zajęcia z działu rytm-muzyka-taniec, większość jednak zdecydowanie woli gry zespołowe. Według mnie muzyka naturalnie motywuje do ruchu i daje ogromną radość, ale każdy z nas jest inny i wśród wielu form aktywności ruchowej najważniejsze jest, aby każdy wybrał coś dla siebie- coś co lubi i co będzie robił w dorosłym życiu.*

● **A co z osobami, które nie mogą ćwiczyć z powodu choroby, jakie ćwiczenia, czy jaki rodzaj sportu poleciłaby Pani takim uczniom?**

*Osoby, które nie mogą ćwiczyć z powodu choroby są zwolnione całkowicie z uczestnictwa w zajęciach i do momentu, kiedy lekarz nie stwierdzi inaczej, nie jestem w stanie nic im zaproponować. Natomiast jest grupa uczniów „na wejściu” zwolniona z pewnych ćwiczeń np.: z ćwiczeń wysiłkowych, z przewrotów, ze stania na rękach itp. W miejsce tych ćwiczeń dobieram dla nich inne, które mogą wykonywać, tak aby nie tracić czasu na lekcji wf-u.*

● **Jakie sporty uprawia Pani w wolnych chwilach?**

*Sporty, które uprawiam to aerobik, pływanie i czasami siatkówka.*

**Dziękuję za rozmowę!**

Rozmawiała: Marta Kottas