

# Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się

Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku





Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się



Program *Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku* został opracowany przez zespół nauczycieli Szkoły Podstawowej nr 32 z Oddziałami Integracyjnymi im. Pamięci Majdanka w Lublinie oraz trenerów Polskiego Stowarzyszenia Pedagogów i Animatorów KLANZA w Lublinie, którzy spełniali funkcję merytorycznego partnera w ramach projektu:  
*Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku*

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej  
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Program operacyjny: Kapitał Ludzki  
Priorytet III: *Wysoka jakość systemu oświaty*  
Dział 3.3: *Poprawa jakości kształcenia*  
Poddziałanie 3.3.4: *Modernizacja metod i treści kształcenia – projekty konkursowe*  
Instytucja, w której wniosek został złożony: Ministerstwo Edukacji Narodowej  
Numer umowy: UDA-POKL 03.03.04-00-027/09-00

Koordynator projektu: Ewa Joanna Gęca

Trenerzy PSPiA KLANZA w Lublinie:

1. Joanna Reczek
2. Mirosław Urban

Zespół nauczycieli Szkoły Podstawowej nr 32  
z Oddziałami Integracyjnymi im. Pamięci Majdanka w Lublinie:

- |                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| 1. Anna Gap-Mydlak   | 7. Paulina Pelczarska |
| 2. Ewa Joanna Gęca   | 8. Elżbieta Piechnik  |
| 3. Agnieszka Iwaszko | 9. Paulina Plewa      |
| 4. Zofia Kowalczyk   | 10. Grażyna Szalast   |
| 5. Bożena Kulesza    | 11. Marcin Targoński  |
| 6. Marzena Kuzioła   | 12. Katarzyna Złotnik |

# Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się

Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku



## OPIS PROGRAMU

Opracował zespół  
pod redakcją Ewy Joanny Gęcy

Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów  
**KLANZA**

Lublin 2011

Opracowanie graficzne i komputerowe  
Amadeusz Targoński

Opracowanie redakcyjne  
Piotr Sanetra

ISBN 978-83-88644-57-3

© Copyright by Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów KLANZA, Lublin 2011

Broszura stanowi integralną część publikacji w formie segregatora *Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku*, Lublin: Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów KLANZA, 2011.

Szkoła Podstawowa nr 32 z Oddziałami Integracyjnymi im. Pamięci Majdanka  
ul. Kazimierza Przerwy-Tetmajera 2  
20-362 Lublin  
tel./fax 81 744 16 44  
sp32@um.lublin.pl  
www.sp32.lublin.pl

Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów  
KLANZA  
ul. Peowiaków 10/9  
20-007 Lublin  
tel./fax 81 534 65 83  
biuro@klanza.org.pl  
www.klanza.org.pl

*Pedagogika cyrku pozwala zrozumieć, że proces uczenia się to nieunikniony ciąg wzlotów i upadków.*

## **Wstęp**

Pedagogika jest nauką niezmiennie poszukującą **skutecznych metod nauczania** dzieci uczęszczających do szkoły, mając na uwadze ich możliwości fizyczne, intelektualne, emocjonalne. Pedagogika cyrku, po którą sięgnęliśmy w opracowanym przez zespół nauczycieli poniższym programie nauczania, jest taką metodą. O wyborze tej metody przekonały nas potwierdzone naukowo **korzyści, jakie ona niesie dla czterech sfer rozwojowych dziecka: poznawczej, umiejętności społecznych, kształtowania postaw i systemu wartości, a także dla rozwoju fizycznego.** Metodę opisujemy w *Materiałach pomocniczych do realizacji programu „Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku”*. Jak możemy tam przeczytać, umiejętności nabywane poprzez aktywności cyrkowe są niezmiernie przydatne dla rozwoju psychofizycznego uczniów. **Program** przez nas opracowany (*Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku*) w swoim założeniu ma wzbogacić ofertę programową szkoły w odniesieniu do zajęć wychowania fizycznego do wyboru, uwzględniając jednocześnie zróżnicowany poziom sprawności fizycznej uczniów. W dużej mierze treści, które zawiera, są dostępne dla tej grupy dzieci, która z powodów zdrowotnych nie uczestniczy w tradycyjnych lekcjach wychowania fizycznego. Jest zatem adresowany do nauczycieli, a uczniowie są nim objęci. Z tego względu stanowi program innowacyjny i pionierski w Polsce.

**Docelowymi adresatami** programu są uczniowie klas I–III i IV–VI szkół podstawowych, zarówno bez specjalnych potrzeb edukacyjnych, jak i ze

specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Zajęcia objęte programem są obowiązkowe co do udziału, jednak fakultatywne co do treści i służą poszerzaniu i pogłębianiu umiejętności i wiedzy uczniów związanych z aktywnością fizyczną na miarę ich możliwości i oczekiwań. Zajęcia te mogą być prowadzone w grupach międzyoddziałowych (w jednej grupie mogą znajdować się uczniowie z różnych oddziałów tej samej klasy – rocznika) lub międzyklasowych (w jednej grupie mogą znajdować się uczniowie z różnych klas – roczników), w systemie lekcyjnym lub pozalekcyjnym, w wymiarze do 2 godzin w tygodniu. Wpisują się one w zajęcia rekreacyjno-zdrowotne i są niestandardową formą aktywności.

## **Charakterystyka programu**

### **1. Geneza programu**

W komentarzach dotyczących zreformowanych celów i treści kształcenia, zdefiniowanych w Rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół, zwanym potocznie „podstawą programową”, opublikowanych w Dzienniku Ustaw, Nr 4, poz. 17 z dnia 15 stycznia 2009 r., czytamy:

Wychowanie fizyczne wspiera rozwój fizyczny, psychiczny i społeczny oraz zdrowie uczniów i kształtuje nawyk aktywności fizycznej i troski o zdrowie w okresie całego życia. Pełni wiodącą rolę w edukacji zdrowotnej uczniów. Szkoła powinna rozwijać własną ofertę programową w odniesieniu do zajęć wychowania fizycznego, w tym zajęć pozalekcyjnych i pozaszkolnych. Zajęcia ruchowe, począwszy od IV klasy szkoły podstawowej, powinny odbywać się częściowo w grupach zainteresowań – zgodnie z wyborem dokonany przez ucznia. Oferta zajęć wychowania fizycznego do wyboru powinna uwzględniać zróżnicowany poziom sprawności fizycznej uczniów. Część tych zajęć powinna być dostępna dla tej grupy młodzieży, która z powodów zdrowotnych nie uczestniczy w tradycyjnych lekcjach wychowania fizycznego<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> *Co warto wiedzieć o reformie programowej?*, dostępny w World Wide Web: <<http://www.edunews.pl/images/pdf/reformacowarto.pdf>>, s. 11–12.



Czytamy również:

Szkoła oraz poszczególni nauczyciele podejmują działania mające na celu zindywidualizowane wspomaganie rozwoju każdego ucznia, stosownie do jego potrzeb i możliwości. Uczniom z niepełnosprawnościami, w tym uczniom z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim, nauczanie dostosowuje się do ich możliwości psychofizycznych oraz tempa uczenia się<sup>2</sup>.

Na każdym etapie edukacji wychowanie fizyczne powinno tworzyć obyczaj aktywności fizycznej, rozwijając zainteresowania i postawy uczniów oraz przyczyniając się do budowania pozytywnego obrazu własnej osoby jako uczestnika aktywności fizycznej o charakterze rekreacyjnym, sportowym, turystycznym bądź tanecznym. Z tego względu szczególnie ważne jest, aby szkolna oferta wychowania fizycznego zaspokajała w możliwie najpełniejszy sposób potrzeby i zainteresowania różnych uczniów. Różnice w rozwoju fizycznym uczniów widać „gołym okiem”. Warto pamiętać, iż w nie mniejszym stopniu są zróżnicowane ich właściwości psychiczne. Z oczywistych względów szansa na zaspokojenie zróżnicowanych oczekiwań uczniów wobec wychowania fizycznego jedynie w trakcie lekcji jest niewielka.

Osiągnięcie celów zapisanych w podstawie programowej, zwłaszcza tych związanych z tworzeniem obyczaju systematycznej aktywności fizycznej, jest uzależniona od wykorzystania możliwości, które stworzyło rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 9 grudnia 2003 r. w sprawie dopuszczalnych form realizacji czwartej godziny obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego<sup>3</sup>.

Opracowany program nauczania wpisuje się zatem w cele kształcenia ogólnego szkoły podstawowej („wspomaganie dziecka w rozwoju intelektualnym, emocjonalnym, społecznym, etycznym, fizycznym i estetycznym”; „aby dziecko w miarę swoich możliwości było przygotowane do życia w zgodzie z samym sobą”) oraz w zadania stawiane szkole („realizowanie programu nauczania skoncentrowanego na dziecku, na jego indywidualnym tempie rozwoju i możliwościach uczenia się”; „kształtowanie u dziecka pozytywnego

<sup>2</sup> *Wychowanie fizyczne i edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej, gimnazjum i liceum*, [Warszawa: Ministerstwo Edukacji Narodowej, 2009], s. 18 (*Podstawa programowa z komentarzami*, t. 8).

<sup>3</sup> Tamże, s. 40.

stosunku do nauki oraz rozwijanie ciekawości w poznawaniu otaczającego świata<sup>4</sup>).

## 2. Podstawy teoretyczne

Przygotowany przez nas program *Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku* nawiązuje przede wszystkim do psychologii poznawczej. Zakładamy bowiem, że – choć w różnym zakresie – zarówno dzieci bez specjalnych potrzeb edukacyjnych, jak i uczniowie o specjalnych potrzebach edukacyjnych (SPE) mogą samodzielnie i celowo działać, sprawując kontrolę nad swoimi poczynaniami, tak podczas planowania, jak i podejmowania aktywności fizycznej. Zgodnie z koncepcją poznawczą, kształcenie dzieci i ich działania jest możliwe dzięki systematycznemu wychowaniu, oddziaływaniu poprzez specjalnie opracowane programy nauczania i wychowania, do których zaliczamy także program przez nas opracowany. Uważamy, że poprzez ten program jest możliwe kształtowanie u dzieci:

- sfery poznawczej,
- umiejętności społecznych,
- postaw i systemu wartości,
- odpowiednich kierunków rozwoju fizycznego.

W programie wykorzystujemy metodę pedagogiki cyrku, która stanowi połączenie cyrkowych aktywności ruchowych i artystycznych umiejętności z pedagogicznymi treściami i celami. W odróżnieniu od profesjonalnej sceny, chodzi bardziej o zabawowe, hobbystyczne wykonywanie sztuki ruchu i obrazowania. Pedagogika cyrku posiada różnorodne konteksty i kierunki rozwoju, dotyczy różnych pedagogicznych obszarów. Z tego względu może w wielu pedagogicznych obszarach wyjść naprzeciw indywidualnym potrzebom dzieci i młodzieży.

Osobami realizującymi program mogą być nauczyciele, którzy są przygotowani do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie metody pedagogiki cyrku. Umiejętności w tym zakresie mogą oni nabyć na warsztatach zawartych w ofercie szkoleniowej Centrum Szkoleniowego Polskiego Stowarzyszenia Pedagogów i Animatorów KLANZA z siedzibą w Lublinie (ul. Peowiaków 10/9, 20-007 Lublin). Stowarzyszenie jest liderem w zakresie metody

<sup>4</sup> Cytaty z: *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół*, Dz. U. 2009, Nr 4, poz. 17.

pedagogiki cyrku; w jego strukturach działają doświadczeni i kompetentni trenerzy pracujący metodami pedagogiki cyrku. Program zawiera *Materiał pomocniczy do realizacji programu*, który w dużej mierze ułatwi realizację treści zajęć.

### 3. Koncepcja programu

*Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku* jest programem uczącym różnorodnych umiejętności cyrkowych, takich jak: żonglerka, posługiwanie się diabolo, flowerstickiem, poi, talerzami cyrkowymi, czy też jazda na monocyklu oraz chodzenie na dużej kuli. W tym miejscu chcemy zaznaczyć, że nie ma sztywnego przedziału wiekowego, od którego dzieci mogą uczyć się żonglowania poszczególnymi rekwizytami czy innych umiejętności cyrkowych. Zależy to od koordynacji wzrokowo-ruchowej ćwiczącego, jego motywacji i możliwości anatomicznych i fizycznych (wielkość dłoni, siła wyrzutu rąk, męczliwość). Opracowując i pilotażowo wdrażając program, stwierdziliśmy, że uczeń klasy pierwszej o specjalnych potrzebach edukacyjnych (SPE) oraz bez specjalnych potrzeb edukacyjnych realizuje treści zawarte w programie na miarę swoich możliwości. Zatem treści zawarte w programie zostały umieszczone w układzie liniowym, ale w taki sposób, aby umożliwiła spiralny układ treści w przypadku, gdy treści realizowane na I etapie edukacji będą powtarzane i rozszerzane na II etapie edukacyjnym. Oznacza to, że treści z programu realizowanego na wcześniejszym etapie edukacyjnym mogą być powtórzone i rozszerzone na wyższym etapie edukacyjnym. Układ treści dopuszcza również rozpoczęcie zajęć w dowolnej klasie I lub II etapu edukacji.

W prezentowanym programie dominuje głównie zasada uczenia się **krok po kroku**. Wynika to z potrzeby dostosowania wymagań do możliwości dzieci w różnym wieku i na różnych poziomach rozwoju. Wszystkie treści są zatem prezentowane w podziale na rekwizyty (z zachowaniem zasady „od łatwych do trudniejszych”), które mogą być przeznaczone do ćwiczeń z uczniami o specjalnych potrzebach edukacyjnych (SPE) oraz bez specjalnych potrzeb edukacyjnych.

Poniższy program przedstawiamy w celach kształcenia **rosnąco**, czyli od opisu trików przy użyciu łatwych rekwizytów, poprzez opis trików z rekwizytami trudniejszymi, aż do zaawansowanych trików żonglerskich (suma umiejętności zawartych we wcześniejszych celach). Ponieważ program jest

realizowany zarówno na I, jak i na II etapie edukacyjnym szkoły podstawowej, to nauczyciel decyduje o doborze treści odpowiadającym poziomowi edukacyjnemu uczniów, z którymi będzie prowadził zajęcia z zakresu żonglerki metodą pedagogiki cyrku.

Ze względu na dostosowanie treści do potrzeb i możliwości dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi klas I–VI Program *Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku* jest **programem innowacyjnym**.

## Cele programu

Program *Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku* wspomaga realizację zadań szkoły i celów ogólnych w zakresie I i II etapu kształcenia. Na podstawie obowiązującej *Podstawy programowej* zostały sformułowane następujące cele:

1. wspieranie rozwoju fizycznego, psychicznego i społecznego oraz zdrowia uczniów,
2. kształtowanie nawyków aktywności fizycznej i troski o zdrowie w okresie całego życia.

## Treści nauczania

W odniesieniu do treści nauczania zawartych w *Podstawie programowej kształcenia ogólnego dla szkół podstawowych* działania podejmowane w toku realizacji wyżej wyszczególnionych celów ogólnych można określić następująco:

1. kształtowanie sprawności fizycznej dzieci i edukacja zdrowotna:
  - a. uczeń uczestniczy w zajęciach rozwijających sprawność fizyczną, zgodnie z regułami;
  - b. uczeń wie, że dzieci niepełnosprawne znajdują się w trudnej sytuacji, i pomaga im; umiejętności dzieci niepełnosprawnych ustala się stosownie do ich możliwości;
2. w zakresie sportów całego życia i wypoczynku – uczeń wie, jak należy zachować się w sytuacjach zwycięstwa, i radzi sobie z porażkami w miarę swoich możliwości;
3. w zakresie bezpieczeństwa i edukacji zdrowotnej – uczeń wie, jakie znaczenie dla zdrowia ma właściwe odżywianie się oraz aktywność fizyczna.

Treści nauczania w programie *Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku* obejmują nabywanie umiejętności posługiwania się podstawowymi rekwizytami pedagogiki cyrku. Są to:

- 1. chustki do żonglowania:**
  - a. ćwiczenia z jedną chustką,
  - b. ćwiczenia z dwiema chustkami,
  - c. żonglowanie trzema chustkami – różne triki;
- 2. piłki do żonglowania:**
  - a. ćwiczenia z jedną piłką,
  - b. ćwiczenia z dwiema piłkami,
  - c. żonglowanie trzema piłkami – różne triki;
- 3. plastikowe talerze rozkręcane:**
  - a. ćwiczenia z drewnianym kijkiem do talerzyka,
  - b. ćwiczenia z plastikowym talerzykiem,
  - c. rozkręcanie talerzyka za pomocą drewnianego kijka,
  - d. różnorodne triki z talerzem rozkręcanym;
- 4. flowerstick:**
  - a. ćwiczenia z kijkami do flowersticka,
  - b. ćwiczenia z flowerstickiem,
  - c. różnorodne triki (cały zestaw: flowerstick + kijki);
- 5. diabolo:**
  - a. ćwiczenia z kijkami do diabolo,
  - b. ćwiczenia z diabolo,
  - c. rozkręcanie diabolo za pomocą kijków do diabolo,
  - d. różnorodne triki z diabolo;
- 6. maczugi:**
  - a. ćwiczenia z jedną maczugą,
  - b. ćwiczenia z dwiema maczugami,
  - c. nauka żonglowania trzema maczugami;
- 7. obręcze:**
  - a. ćwiczenia i zabawy z jedną obręczą,
  - b. ćwiczenia z dwiema obręczami,
  - c. nauka żonglowania trzema obręczami;
- 8. monocykl:**
  - a. nauka jazdy na monocyklu z pomocą jednej osoby,
  - b. nauka samodzielnej jazdy na monocyklu;

## 9. kula do chodzenia:

- a. ćwiczenia na kuli w pozycji pochylonej (trzy lub cztery punkty podparcia),
- b. ćwiczenia na kuli w pozycji stojącej;

## 10. poi:

- a. ćwiczenia z pojedynczymi poi,
- b. różnorodne triki z parą poi.

Przygotowane w toku pilotażowego wdrażania programu materiały pomocnicze w postaci kart ćwiczeń przedstawiają, za pomocą rysunków i ich opisów, kolejne etapy postępowania przy żonglowaniu poszczególnymi rekwizytami (posługiwanie się diabolo, flowerstickiem, poi, talerzami cyrkowymi, jazda na monocyklu). W materiałach znalazły się również ważne rady, które zalecamy stosować. Proponujemy także opisy wielu zabaw wykorzystujących metodę pedagogiki cyrku, które zapewne ułatwią nabywanie umiejętności posługiwania się podstawowymi rekwizytami pedagogiki cyrku. W tym miejscu ponownie chcemy zaznaczyć, że nie ma sztywnego przedziału wiekowego, od którego dzieci mogą rozpocząć naukę żonglowania poszczególnymi rekwizytami. Wdrożenie ćwiczeń zależy od koordynacji wzrokowo-ruchowej ucznia, jego motywacji, a także od możliwości anatomicznych i fizycznych (wielkość dłoni, siła wyrzutu rąk, męczliwość).

## Osiągnięcia ucznia i ocena

Z uwagi na możliwości i poziom rozwoju percepcyjno-motorycznego poszczególnych uczniów (zwłaszcza biorąc pod uwagę możliwości i poziom ogólnego rozwoju uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi) oraz zgodnie z zasadą uczenia się **krok po kroku**, osiągnięcia uczniów po zrealizowaniu programu *Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku* przedstawiamy w podziale na poszczególne rekwizyty:

### 1. chustki do żonglowania:

- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z jedną chustką,
- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z dwiema chustkami,
- nabycie podstaw umiejętności żonglowania trzema chustkami,
- nabycie umiejętności żonglowania trzema chustkami – różnorodne triki,

- nabycie umiejętności zonglowania chustkami w parach,
  - nabycie umiejętności zonglowania chustkami w grupie;
- 2. piłki do zonglowania:**
- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z jedną piłką,
  - nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z dwiema piłkami,
  - nabycie podstaw umiejętności zonglowania trzema piłkami,
  - nabycie umiejętności zonglowania trzema piłkami – różnorodne triki,
  - nabycie umiejętności zonglowania piłkami w parach,
  - nabycie umiejętności zonglowania piłkami w grupie;
- 3. plastikowe talerze rozkręcane:**
- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z drewnianym kijkiem do talerzyka,
  - nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z plastikowym talerzykiem,
  - nabycie umiejętności podstaw rozkręcania talerzyka na drewnianym kijku,
  - nabycie umiejętności wykonywania różnorodnych trików na talerzyku rozkręcanym,
  - nabycie umiejętności wykonywania trików z talerzami rozkręcanymi w parach,
  - nabycie umiejętności wykonywania trików z talerzami rozkręcanymi w grupie;
- 4. flowerstick:**
- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z kijkami do flowersticka,
  - nabycie umiejętności podstaw posługiwania się flowerstickiem,
  - nabycie umiejętności posługiwania się flowerstickiem (zestaw: kijki + flowerstick) – różnorodne triki,
  - nabycie umiejętności wykonywania trików z flowerstickiem (zestaw) w parach;
- 5. diabolo:**
- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z kijkami do diabolo,
  - nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z diabolo,
  - nabycie umiejętności podstaw rozkręcania diabolo za pomocą kijków,
  - nabycie umiejętności wykonywania różnorodnych trików z zestawem diabolo (kijki + diabolo),
  - nabycie umiejętności wykonywania trików z zestawem diabolo w parach;

## **6. maczugi:**

- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z jedną maczugą,
- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z dwiema maczugami,
- nauka żonglowania trzema maczugami;

## **7. obręcze:**

- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z jedną obręczą,
- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z dwiema obręczami,
- nauka żonglowania trzema obręczami;

## **8. monocykl:**

- nabycie umiejętności jazdy na monocyklu z pomocą jednej osoby,
- nabycie umiejętności samodzielnej jazdy na monocyklu;

## **9. kula do chodzenia:**

- nabycie umiejętności utrzymywania równowagi na kuli w pozycji siedzącej,
- nabycie umiejętności wchodzenia na kulę i utrzymywania równowagi w pozycji pochylonej (trzy lub cztery punkty podparcia),
- nabycie umiejętności wykonywania różnorodnych ćwiczeń na kuli w pozycji pochylonej (trzy lub cztery punkty podparcia),
- nabycie umiejętności wykonywania różnorodnych ćwiczeń na kuli w pozycji stojącej (dwa punkty podparcia);

## **10. poi:**

- nabycie umiejętności wykonywania ćwiczeń z pojedynczym poi,
- nabycie podstawowych umiejętności posługiwania się parą poi,
- nabycie umiejętności posługiwania się parą poi – różnorodne triki.

Ocena nabytych umiejętności ucznia winna mieć charakter kształtujący – zalecamy takie interaktywne ocenianie postępów ucznia, by móc określić, jak uczeń ma się dalej uczyć i jak najlepiej go nauczać. Podstawą oceny kształtującej jest informacja zwrotna, uwzględniająca to, co uczeń zrobił dobrze oraz co powinien wykonać inaczej. Ma ona formę komentarza słownego do pracy ucznia. Nauczyciel stosujący ocenianie kształtujące:

- określa cele lekcji i formułuje je w języku zrozumiałym dla ucznia,
- ustala wraz z uczniami kryteria oceniania, czyli to, co będzie brał pod uwagę przy ocenie pracy ucznia,
- potrafi formułować pytania kluczowe,
- stosuje efektywną informację zwrotną,
- wprowadza samoocenę i ocenę koleżeńską,
- buduje atmosferę uczenia się, pracując z uczniami i rodzicami.



## Procedury osiągnięcia celu

Realizacja zajęć w oparciu o program *Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się. Innowacyjny program edukacyjny z wykorzystaniem metody pedagogiki cyrku* ma umożliwić dzieciom udział w aktywności fizycznej ukierunkowanej na zdrowie i wypoczynek. Poniżej opisujemy procedury osiągnięcia celów, do których należy się niewątpliwie zastosować:

### I. Rozwiązania organizacyjne

1. Zajęcia odbywają się w grupach liczących nie więcej niż 15 osób.
2. Zajęcia w grupach integracyjnych prowadzi minimum dwóch nauczycieli.
3. Zajęcia odbywają się do 2 godzin w tygodniu.
4. Czas trwania całego bloku zajęć: od września do czerwca danego roku szkolnego.
5. Wskazane są zajęcia wyjazdowe, np.: „zielone szkoły”, obozy, warsztaty.
6. Zajęcia mogą się odbywać zarówno w sali szkolnej, sali gimnastycznej, jak również na świeżym powietrzu, np. na boisku szkolnym. Wybór miejsca zależy od warunków pogodowych, wprowadzanych metod i nauczanych podczas danych zajęć umiejętności.

### II. Opis metod

1. Prelekcja – dostarczenie uczniom informacji na dany temat, np.: historia pedagogiki cyrku, cele wykonywanych ćwiczeń, opis rekwizytów itp.
2. Prezentacja ćwiczeń przez nauczyciela, wyjaśnienie procedury wykonywania ćwiczeń oraz nabywania określonych umiejętności – nauczyciel prezentuje, pokazuje ćwiczenie lub złożoną umiejętność, którą uczeń ma nabyć.
3. Nauka umiejętności przez uczniów – uczniowie samodzielnie wykonują określone ćwiczenia i uczą się określonych umiejętności poprzez:
  - ćwiczenia indywidualne,
  - ćwiczenia w parach,
  - ćwiczenia w grupach.
4. Pomoc multimedialna: pokaz filmów DVD, zdjęć, prezentacji PPT; multimedia służą do:
  - wspomagania procesu nauczania, procedur nabywania umiejętności,
  - rozwijania ciekawości poznawczej.

5. Metody aktywizujące – ćwiczenia indywidualne, w parach oraz grupach pozwalające: zintegrować grupę, wprowadzić atmosferę zabawy, współdziałania, wzajemnej pomocy, relaksu itp.
6. Prezentacje publiczne – poszczególni uczniowie prezentują przed własną grupą umiejętności nabywane podczas zajęć.

### **III. Wyposażenie dydaktyczne warunkujące realizację programu**

1. Podstawowym warunkiem jest zapewnienie przez szkołę miejsca na realizację zajęć (zależy to od warunków pogodowych, wprowadzanych metod i nauczanych podczas danych zajęć umiejętności): sala szkolna, sala gimnastyczna, boisko szkolne.
2. Wyposażenie dydaktyczne składa się z rekwizytów pedagogiki cyrku:
  - a. chustki do zonglowania,
  - b. piłki do zonglowania,
  - c. plastikowe talerze rozkręcane,
  - d. flowerstick,
  - e. diabolo,
  - f. maczugi,
  - g. obręcze,
  - h. monocykl,
  - i. kula do chodzenia,
  - j. poi.
3. Wyposażenie to jest zakupione przez szkołę ze środków własnych lub w ramach określonych funduszy pochodzących z: projektów unijnych, rządowych, miejskich, zbiorów pieniędzy itp., i dostępne w szkole do prowadzenia zajęć.

### **IV. Kadra nauczająca**

Kadra nauczająca składa się z nauczycieli, którzy zostali przeszkoleni i nabyli umiejętności w zakresie metody pedagogiki cyrku. Nauczyciel realizujący program winien dążyć do „bycia mistrzem” dla swoich uczniów.

## V. Wskazówki metodyczne

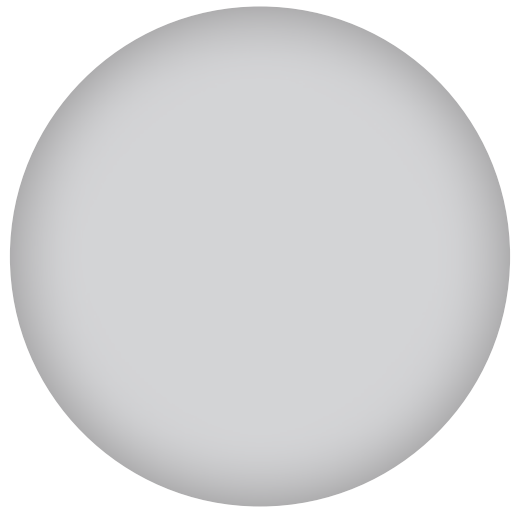
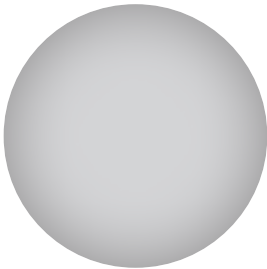
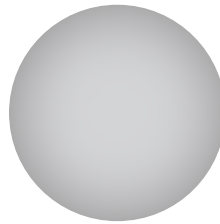
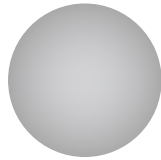
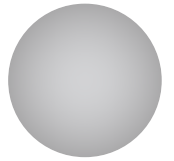
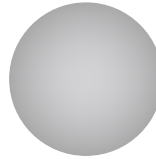
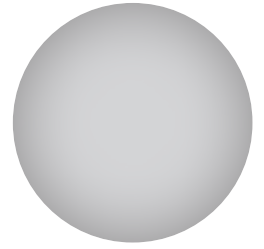
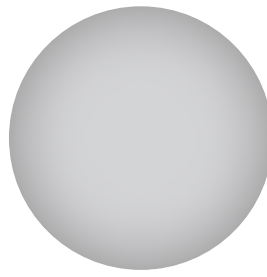
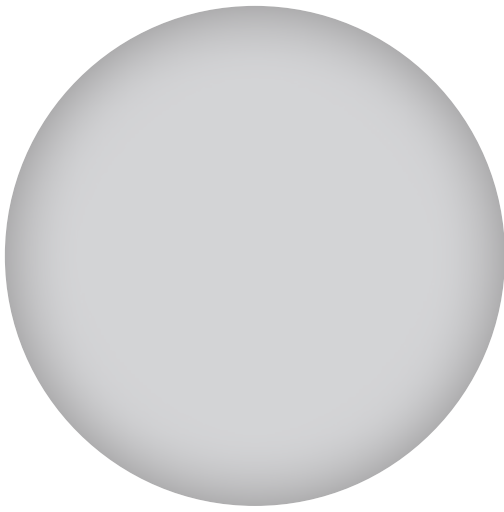
W trakcie prowadzenia zajęć należy zwrócić szczególną uwagę na:

1. zapewnienie uczniom bezpieczeństwa podczas wykonywania ćwiczeń i nabywania umiejętności,
2. utrzymywanie dyscypliny oraz rozwijanie samodyscypliny uczniów,
3. rozwijanie pozytywnych postaw względem:
  - a. zdrowia i profilaktyki zdrowotnej,
  - b. rozwoju fizycznego,
  - c. rozwijania umiejętności współpracy z innymi dziećmi,
  - d. rozwijania kreatywności,
  - e. uczenia się poprzez zabawę,
  - f. nabywania nowych umiejętności,
  - g. cierpliwości i uporu w dążeniu do osiągnięcia celu,
  - h. uczenia się poprzez osiąganie małych sukcesów oraz uczenia się na własnych błędach,
  - i. własnych umiejętności i możliwości.



Jeszcze raz należy podkreślić, że w tych zajęciach bardzo ważne jest zapewnienie dziecku swobodnego rozwoju. Celem zajęć nie jest konieczność nabycia przez uczniów umiejętności posługiwania się wszystkimi wykorzystywanymi rekwizytami. W przeprowadzanych ćwiczeniach chodzi o zachęcenie ucznia do własnego rozwoju, zmierzenia się z czymś nowym, trudnym, do pracy nad własnymi słabościami, do rozwoju mocnych stron.

Nie zapominajmy, że pedagogika cyrku korzysta również z dorobku pedagogiki zabawy, której podstawowymi założeniami są: dobrowolność uczestnictwa, uznawanie przeżyć za ważne, świadoma rezygnacja z rywalizacji, wykorzystanie różnych środków wyrazu. Zatem nauczyciel jest na tej drodze osobą, która ma animować, zachęcać, dawać pozytywny przykład działania, a nie kimś, kto ma przyspieszać naukę, oceniać postępy czy motywować przez porównywanie z innymi.



# MATERIAŁY POMOCNICZE

do realizacji programu

„Ruch – nieodłączną częścią myślenia i uczenia się”

## Co to jest pedagogika cyrku?

Pedagogika cyrku jest połączeniem wykonywania cyrkowych aktywności ruchowych i artystycznych umiejętności z pedagogicznymi treściami i celami. W odróżnieniu od profesjonalnej sceny (areny) chodzi bardziej o zabawowe, hobbystyczne potraktowanie sztuki ruchu i występowania przed innymi (Kiphard, 1997). Pedagogika cyrku zawiera w sobie elementy między innymi: sportu, terapii ruchowej, przeżywania, fascynacji, uczenia, pedagogiki, integracji, zabawy. Włącza w swoje oddziaływanie szkoły, rodziców, społeczności (Schnapp, Zacharias, 2000).

Ernst Jonny Kiphard wskazał pięć obszarów oddziaływania pedagogiki cyrku:

- motopedagogika – podstawowe doświadczenia psychomotoryczne,
- pedagogika sportu – specyficzny techniczny proces nauki,
- pedagogika przeżycia – cyrk jako fascynacja i przygoda,
- pedagogika zabawy – odgrywanie ról cyrkowych,
- pedagogika społeczna – interakcja, komunikacja, praca w grupie.

## Garść faktów z historii pedagogiki cyrku

Pierwszy cyrkowy dziecięco-młodzieżowy projekt, który zdobył rozgłos, powstał około 1917 roku w Boys Town. Pater Flanagan założył to miasteczko dla osieroconych dzieci i stworzył grupę, która przy pomocy artystycznych osiągnięć zapewniała miastu rozrywkę i informowała o rozwoju projektu (Bardell, 1992).

W 1956 roku o. Silva założył w Hiszpanii własne, małe, kolektywne państwo dla dzieci i młodzieży – Benposta. Obok edukacji szkolnej organizowano różne projekty, by móc finansować pomysł. Jednym z takich projektów był założony w 1965 roku dziecięco-młodzieżowy cyrk „Los Muchachos” (Peters Burgo, 1994).

Najstarszy europejski cyrk dziecięcy o celach pedagogicznych został założony w Holandii przez Last-Ter Haar (Kiphard, 1982), która zauważyła, że dzieci lubią ryzyko, jak np. przekraczanie najbardziej ruchliwych ulic czy balansowanie na barierkach mostu. Po tym odkryciu założyła cyrk „Elleboog” dla dzieci zaniedbanych i pochodzących z dysfunkcyjnych środowisk.

Lata 70. były czasem przełomu i pionierskim okresem w rozwoju pedagogiki zabawy i kultury, jako alternatywnej względem szkoły. Sztuka cyrkowa stała się wtedy ważnym tematem. Według Zachariasa cyrk stanowił rodzaj nowego „estetycznego wychowania”, którego celem było aktywne doświadczanie i społeczna kreatywność. Metody cyrkowe stały się środkiem pracy z dziećmi i młodzieżą. W takim ujęciu na pierwszym planie było jednak zawsze pedagogiczne i kulturalno-estetyczne rozumienie pracy cyrkowej wykonywanej przez dzieci i młodzież i z nimi.

## Różnice pomiędzy sztuką cyrkową a pedagogiką cyrku

Poniższa tabela pokazuje różnice pomiędzy cyrkiem rozumianym w sposób tradycyjny a cyrkiem ujmowanym w ramy pedagogiki cyrku.

Cyrk tradycyjny	Nowy cyrk
Wąska wspólnota cyrkowych rodzin.	Wykonawcy ze wszystkich grup społecznych.
Pełni profesjonaliści.	Często amatorzy.
Techniki znane w obrębie cyrkowych rodzin.	Techniki znane i dostępne dla wszystkich.
Trening w zamkniętym kręgu, zorientowanie na produkt końcowy.	Nauka dla przyjemności, zdobycia zaufania do siebie samego.
Występ dla licznej publiczności.	Występ jako przeżycie wspólnoty.
Akcent położony na sztukach tradycyjnych.	Sztuki tradycyjne oraz nowości, innowacyjność i kreatywność.

Kolejne, niezwiązane ze sobą akty.	Często powiązanie wokół jednego tematu.
Zwierzęta.	Bez zwierząt.
Przesadne przedstawianie swojej osoby, bycie gwiazdą.	Zazwyczaj szczerze, ironizując.
Przedstawienia w namiocie, stanowiące miejscowe święta.	Różne miejsca występów.

Źródło: Ward, 1998.

## Rozwój pedagogiki cyrku w Polsce

Pedagogika cyrku jako alternatywna praca z dziećmi i młodzieżą w Polsce rozwinęła się dzięki Marii Nowickiej z Centrum Animacji Kultury z Warszawy, które wspólnie z niemiecką organizacją LKJ (Stowarzyszenie Edukacji Kulturalnej Dzieci i Młodzieży w Dolnej Saksonii) w połowie lat 90. organizowało warsztaty i kursy pedagogiki cyrku w Niemczech i w Polsce. Efektem współpracy było „wykształcenie” pierwszych pedagogów cyrku w Polsce, którzy następnie przekazywali wiedzę i praktyczne umiejętności dzieciom w pierwszych zakładanych grupach cyrkowych: „Grupa Cyrkowa WOAK” przy Wojewódzkim Ośrodku Animacji Kultury w Toruniu, prowadzona przez Alicję Usowicz, „Cyrk Heca” z Lipinek, prowadzony przez Ewę Dembek (Cicholska-Rochna, 2006). Zajęcia z pedagogiki cyrku były prowadzone również przez Mirosławę Turczyn w szkole w Malechowie.

Obecnie w Polsce działa już kilkadziesiąt grup cyrkowych, między innymi: „Heca” z Lipinek, „WOAK” z Torunia, „Bedekus” z Brodnicy, „Szkolny Zespół Cyrkowy” z Malechowa, „Grupa Cyrkowa ze SP nr 29 w Lublinie” i „Turbo Ufo” z Lublina, „Ale cyrk” ze Słubic, „Coolor” z Krakowa, „Circus” z Warszawy, „Cudaki” z Dobrzecza Wielkiego, „Pantarej” z Lubawy, „Cirkolo” z Krusina, „Sokoły” z Karwic, „Biedroneczki” z Kosiczewa, „Szkolna Grupa Cyrkowa” z Koźmina Wielkopolskiego, „Żongler” z Laseczna, „Gimbolo” z Radzik Dużych, „Zajączki” z Zajączkowa, „Fokus Pokus” z Książek, „Teatr Maskon” z Pakości oraz grupy cyrkowe z Papowa Biskupiego, Gostycyna, Wiskitna czy Grzybowa.

Wymienione powyżej grupy cyrkowe są zakładane w różnorodnych ośrodkach edukacyjnych, takich jak: szkoły podstawowe, gimnazja, licea, domy kultury, gminne ośrodki kultury. Oprócz sformalizowanych grup cyrkowych w ostatnich latach w wielu polskich szkołach podjęto udane

próby wdrażania elementów pedagogiki cyrku. Do tych szkół należą między innymi: Pierwsza Społeczna Szkoła Podstawowa w Lublinie, Prywatne Gimnazjum i Liceum im. Królowej Jadwigi w Lublinie, szkoły podstawowe nr 6, 29, 30, 32 w Lublinie, Gimnazjum w Malechowie, Szkoła Podstawowa w Lipinkach, Zespół Szkół im. Jana Pawła II w Ulanie-Majoracie, Szkoła Podstawowa nr 344 w Warszawie, Szkoła Podstawowa im. Caspara Davida Friedricha w Kopańcu, Szkoła Podstawowa im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Nasutowie, Szkoła Podstawowa im. Prof. Stanisława Srokowskiego w Srokowie, Szkoła Podstawowa nr 3 im. Stefana Czarnieckiego w Słubicach, Szkoła Podstawowa nr 5 im. Zjednoczonej Europy w Kwidzynie, Szkoła Podstawowa nr 6 w Toruniu, Szkoła Podstawowa nr 7 z Oddziałami Integracyjnymi im. Królowej Jadwigi w Wołominie, Szkoła Podstawowa w Podgórzynie, Szkoła Podstawowa w Prawiednikach, Szkoła Podstawowa w Tylicach, Szkoła Podstawowa w Tyńcu Małym, Szkoła Podstawowa w Ruszkowie, Gimnazjum nr 11 w Warszawie, Gimnazjum im. Zjednoczonej Europy w Koźminie Wielkopolskim, Gimnazjum nr 1 im. Olgi i Andrzeja Małkowskich w Zakopanem, Gimnazjum nr 1 z Oddziałami Integracyjnymi w Bytomiu, Gimnazjum im. Księżnej Anny z Przemyślidów w Siechnicach, Gimnazjum im. Tony'ego Halika w Radzikach Dużych.

Jednym z ważnych miejsc, które corocznie skupia polskie grupy cyrkowe, są Ogólnopolskie Dziecięce Spotkania Cyrkowe w Brodnicy, organizowane corocznie (od 8 lat) na początku czerwca przez Brodnicki Dom Kultury.

## **Korzyści wynikające z zastosowania metody pedagogiki cyrku**

### **1. Dla sfery poznawczej**

Pedagogika cyrku wzmacnia nabywanie umiejętności, które zawierają ciągłości i charakteryzują się sekwencyjnością, oraz pomaga rozwinąć umiejętność planowania strategii uczenia się. Jak stwierdza Dave Finnigan:

[...] ucząc się śledzić lot obiektów naszymi oczami, rozwijamy koordynację oko-ręka, przez co wzmacniamy naszą umiejętność czytania i pisanie. Gdy uczymy się układać obiekty w logicznym porządku, rozwijają się logiczne, wyobrażeniowe, kojarzeniowe i wymagające złożonych, następujących po sobie czynności umiejętności.

(Delisio, 2002)



Modele, które przyswajamy w trakcie uczenia się umiejętności cyrkowych, możemy z łatwością wykorzystywać np. przy uczeniu się i nabywaniu innych umiejętności. Model rozwiązywania problemów wskazuje na ważność rozłożenia problemu na drobne, łatwo wyuczalne elementy. Model uczenia się krok po kroku mówi o tym, że aby opanować coś skomplikowanego, musimy łączyć powoli i wytrwale poszczególne elementy czy umiejętności. Model uczenia się na błędach pomaga uczyć się sprawniej i szybciej poprzez zauważanie i korygowanie błędów, które są niezwykle istotnymi informacjami na temat naszego działania.

Umiejętności cyrkowe rozwijające koordynację wzrokowo-ruchową (w szczególności żonglowanie) są zalecane przez psychologów i pedagogów jako metoda wspomagająca leczenie takich trudności dziecięcych, jak dysleksja czy nadpobudliwość dziecięca. W Kenilworth Dyslexia Centre w Wielkiej Brytanii dla dzieci sklasyfikowanych jako dyslektyczne wprowadzono eksperymentalnie ćwiczenia na koordynację wzrokowo-ruchową oraz równowagę, co okazało się wysoce pomocne, o czym świadczy poprawa umiejętności pisania i czytania (BBC World, 2003).

Żonglowanie oraz inne cyrkowe umiejętności mają powiązanie z kinezylogią edukacyjną – stosunkowo nową nauką, która zakłada, że ruch jest nieodłączną częścią uczenia się i myślenia. Ćwiczenia pedagogiki cyrku są rozwinięciem ćwiczeń kinezylogicznych: przekraczanie linii środka ciała oraz ruchy naprzemienne (angażujące jednocześnie lewą i prawą stronę ciała). Ćwiczenia te aktywizują i stymulują prawą i lewą stronę mózgu, integrują obuoczne widzenie, obuuszne słyszenie, powodując zwiększenie ilości połączeń nerwowych między prawą i lewą półkulą mózgową, co powoduje poprawę jakości pracy umysłowej, a także rozwijają widzenie obwodowe oraz zmysł kinestetyczny (ocena toru i szybkości lotu rekwizytów oraz ich odległości od ręki itp.) (Dennison, 2002).

Nasz mózg składa się z dwóch półkul mózgowych: lewej i prawej. Każda z nich odpowiada za działanie przeciwnej strony ciała (Hannaford, 1998). Półkule w specyficzny, właściwy sobie sposób przetwarzają informacje docierające z ciała do mózgu. Ogólnie rzecz biorąc, półkula logiczna (zazwyczaj lewa) zajmuje się szczegółami, częściami (np. części składowe języka, litery, zdania), przetwarzaniem języka i wzorów linearnych. Przeciwna (zazwyczaj prawa półkula) zajmuje się rozumieniem języka, obrazami, rytmem, emocją, intuicją, kreatywnością (Kolb, 1984).

## Porównanie funkcji lewej i prawej półkuli mózgowej:

<b>Półkula lewa</b>	<b>Półkula prawa</b>
Zaczyna od fragmentu (części).	Najpierw widzi cały obraz.
Części składowe języka.	Zrozumienie języka.
Syntaktyka (składnia), semantyka.	Obraz, emocje, znaczenie.
Litey, zdania.	Rytm, płynność, dialekt.
Liczby.	Obrazy (wyobrażenia), intuicja.
Analiza liniowa.	Intuicja – oszacowania (ocena).
Zwraca uwagę na różnice.	Zwraca uwagę na podobieństwa.
Kontroluje uczucia.	Pozwala uczuciom przepływać.
Planowanie, struktura, organizacja.	Spontaniczność, płynność.
Myślenie sekwencyjne.	Myślenie o wielu rzeczach w tym samym czasie.
Ukierunkowanie na język.	Ukierunkowanie na uczucia, doświadczenia.
Ukierunkowanie na przyszłość.	Ukierunkowanie na chwilę obecną.
Metoda (technika).	Płynność i ruch.
Sport: pozycja ręki, oka, stopy.	Sport: płynność i rytm.
Sztuka: materiały do tworzenia, narzędzia, jak to zrobić.	Sztuka: obraz, emocje, płynność.
Muzyka: nuty, uderzenie, tempo.	Muzyka: pasja, rytm, obraz.

Większość umiejętności, które posiadamy, są połączonymi funkcjami obu półkul. Na przykład twórczość wymaga od półkuli lewej szczegółów, techniki, struktury i planowania, a od półkuli prawej płynności, emocji, intuicji i kreatywności. Podobnie z opanowaniem języka – potrzebujemy zarazem słów, struktury zdań, składni, jak i rozumienia znaczenia języka, rytmu, dialektu itp. (Urban, 2005).

Aby we wszystkim, co robimy, być maksymalnie wydajnym i efektywnym, ważna jest umiejętność skutecznego i szybkiego przetwarzania in-

formacji z obu półkul (Urban, 2005). Żonglowanie oraz inne umiejętności cyrkowe w jednakowym stopniu angażują obie strony ciała, równomiernie uaktywniając obie półkule. W pełni rozwija się wtedy spoidło wielkie mózgu, które dyryguje procesami zachodzącymi pomiędzy obiema półkulami, umożliwiając łączenie przepływających informacji (może ono przekazywać ponad 4 biliony impulsów na sekundę poprzez setki milionów włókien nerwowych (Hannaford, 1998).

Na bardzo pomocne działanie ruchu w procesie uczenia się wskazują badania dzieci (między innymi w Kanadzie). Uczniowie, którzy każdego dnia spędzali dodatkową godzinę na lekcjach gimnastyki, mieli lepsze oceny z egzaminów niż pozostałe dzieci. Jeszcze inne badania mówią o tym, że czynności fizyczne, wymagające aktywności mięśni, a szczególnie ruchy skoordynowane (takim jest żonglowanie), stymulują wytwarzanie neurotrofin – naturalnych substancji, które stymulują wzrost komórek nerwowych i liczby połączeń neuronalnych w mózgu (Olsen, 1994; Brink, 1995).

Badania pokazują, że istnieje bezpośredni związek pomiędzy koordynacją wzrokowo-ruchową a umiejętnością czytania, pisania i rozumienia. Praca dr Carole E. Smith, specjalisty od wychowania fizycznego ze szkoły podstawowej w Lackland City w USA, pokazuje, że żonglowanie może usprawnić zarówno umiejętność pisania, jak i czytania. Badanie Smith wspiera wcześniejsze prace Marii Montessori i Jeana Piageta, którzy sformułowali hipotezy, zgodnie z którymi ćwiczenia fizyczne oraz wrażenia dotykowe zwiększają efekty nauki (Urban, 2005).

## **2. Dla umiejętności społecznych**

Zabawa w cyrk znosi bariery, podziały i hierarchię pomiędzy uczestnikami zajęć. To potężne narzędzie w integracji grup, zespołów. Jest aktywnością, która rozwija zaufanie i komunikację z innymi. Zajęcia w grupie cyrkowej dają możliwość uczenia się współpracy poprzez zarówno wzajemną pomoc, porady, jak i inne wspólne działania – treningi, przygotowywanie występów, ćwiczenia (albo wspólne wymyślanie ćwiczeń) w dwie lub więcej osób. Pamiętajmy, że cyrk dziecięcy to przede wszystkim zabawa, radość i śmiech. Mało ludzi w obecnych czasach doświadcza poczucia zadowolenia podczas uczenia się czegoś nowego, ponieważ większość osób z powodu negatywnych doświadczeń w szkole traci naturalną chęć do uczenia się. Pedagogika cyrku daje możliwość odkrycia na nowo sensu i wartości zabawy. Zabawa jest sposobem, dzięki któremu uczymy się najlepiej, dlatego jest to wspólna droga

przekazania wiedzy na różne tematy na poziomie świadomym i nieświadomym (wyznaczanie celów, motywacja, pokonywanie wyzwań, cierpliwość, odpowiedzialność, osiąganie sukcesu, koordynacja itp.). Ponadto umiejętność cyrkowa, jaką jest żonglowanie, wzmacnia psychofizyczny stan znany jako „zrelaksowana koncentracja”, podczas której umysł i ciało są zdolne do bycia skupionym, pozostając jednocześnie spokojnym i zrelaksowanym (Urban, Fortuna, Markiewicz, 2005). Żonglowanie, jako metoda relaksu i odstresowania, jest zalecane na Zachodzie przez psychologów i lekarzy.

Przyjmuje się jako naukowo udowodnione, że różnorodne działania pobudzające do ruchu wpływają pozytywnie na proces dorastania, podczas gdy brak ruchu jest czynnikiem decydującym o wielu zaburzeniach rozwoju. Ruch jest najważniejszym bodźcem do rozwoju dziecięcego organizmu (Bittmann, 2002). Naukowo udowodniony jest również przyczynowy związek między ruchem i rozwojem umysłowym, psychiczno-emocjonalnym i społecznym (Breithecker, 2002).

Dzieci i młodzież mają wiele czasu wolnego, który mogą wykorzystać w dowolny sposób. Współcześnie stają się jednak potencjalnymi klientami przemysłu konsumenckiego. Trend masowej konsumpcji prowadzi dzieci i młodzież do widocznej utraty własnej twórczości i skupia je wokół wielu mało rozwojowych rozrywek typu telewizja lub komputer, które powodują pasywność i statyczność. Redukcja osobistego działania, brak zainteresowań i motywacji, nieumiejętność koncentracji, zorientowanie na konsumpcję, izolacja i brak ruchu są objawami zubożenia świata dzieciństwa (Rolff, Zimmermann, 1997).

Naturalna dla dzieci chęć wspinania się, biegania, skakania – sprostania trudnym wyzwaniom fizycznym – wymaga odpowiedniej przestrzeni i odpowiednich możliwości. W miejskich aglomeracjach dzieci mają coraz mniej warunków do zabawy w naturalnych obszarach, jak: otwarte pola, łąki, lasy, stare domy. Ruch drogowy, parkingi wypychają dzieci coraz częściej z ich nieformalnych placów zabaw.

Dlatego też zabawa w cyrk jest wspaniałym hobby i rozwijającym zajęciem na czas wolny. Można żonglować samemu, w grupie cyrkowej, z przyjaciółmi. Można uczyć innych, a niektóre rekwizyty są możliwe do wykonania we własnym zakresie. Grupy cyrkowe w ramach swojej działalności często występują podczas różnorodnych imprez, szkolnych, miejskich festynów, jak również wyjeżdżają na festiwale i spotkania w ramach wymiany doświadczeń z podobnymi grupami polskimi oraz międzynarodowymi.

### **3. Dla kształtowania postaw i systemu wartości**

Nauka umiejętności cyrkowych to również praca. Dzieci i młodzież, chcąc rozwijać swoją zręczność i kunszt wykonania poszczególnych trików, uczą się posługiwać kolejnymi rekwizytami cyrkowymi – zaczynają od najprostszych lub tych, które w danej chwili chcą wypróbować. Rozwój umiejętności cyrkowych wymaga pracy, uporu i determinacji; są one rezultatem wielu ćwiczeń, a przez to w bardzo efektywny sposób wpływają na rozwój cierpliwości i wytrwałości.

Każdy proces uczenia się nowej aktywności rozpoczyna się od określenia celu. Nauka posługiwania się różnymi rekwizytami cyrkowymi rozwija umiejętność wyznaczania i realizowania poszczególnych celów oraz osiągnięcia sukcesów, zarówno małych, jak i dużych. Ćwiczenia należy rozpocząć od najprostszych elementów, a z czasem wyznaczać sobie kolejne, bardziej złożone i ambitne cele. Nauka tych umiejętności dobitnie pokazuje, jak bardzo potrzebne jest zauważanie małych sukcesów w drodze do znaczącego celu. Każdy najmniejszy krok (odpowiednia siła, celność i czas wyrzutu itp.) w nauce nowych trików jest kolejnym sukcesem (Urban, Fortuna, 2006). Praca z rekwizytami uświadamia dzieciom i młodzieży, że tylko idąc drogą osiągnięcia drobnych sukcesów, można opanować trudne umiejętności, robiące wrażenie na widzach.

Kiedy uczestnicy spotkania ulepszają kolejne elementy swoich umiejętności, osiągają widoczne sukcesy, ich pewność siebie rośnie, dając im motywację do dalszej pracy oraz poczucie satysfakcji z pokonywania kolejnych wyzwań.

### **4. Dla rozwoju fizycznego**

Większość ćwiczeń przy użyciu rekwizytów cyrkowych nie wymaga dużej przestrzeni, czasu czy sponych nakładów finansowych. Angażują one do działania niemal wszystkie części naszego ciała: ręce, nogi, brzuch, plecy, głowę, szyję. Co więcej, jest to efektywny trening dla naczyń krwionośnych, płuc i serca, dający także możliwość ćwiczenia obydwu rąk: dominującej i niedominującej.

Oprócz rozwoju koordynacji wzrokowo-ruchowej sztuka ta rozwija także refleks, szybkość reakcji, poczucie rytmu oraz zdolności utrzymania równowagi i właściwej postawy ciała. Dla podniesienia poziomu działania mogą je wykorzystywać muzycy, sportowcy czy artyści.

W USA, w ramach programu „Juggling for Success”, nauka i ćwiczenia zonglowania wchodzi w zakres zajęć z wychowania fizycznego. Żonglowanie daje szansę na zabłyśnięcie tym osobom, które z powodu różnych dysfunkcji nie wypadają dobrze w grach zespołowych, wymagających forsownego biegania, skakania itp.

## **Podsumowanie – korzyści wynikające z zastosowania metod pedagogiki cyrku**

1. Korzyści związane ze sferą poznawczą:
  - wzmacnia w uczniach umiejętności, które zawierają ciągi i sekwencyjność,
  - rozwija umiejętności wymagające złożonych, następujących po sobie czynności,
  - pomaga rozwinąć umiejętność planowania strategii uczenia się.
2. Korzyści związane ze sferą umiejętności społecznych:
  - to potężne narzędzie pomagające w integracji grupy,
  - daje możliwość uczenia się współpracy,
  - to zabawa, radość i śmiech, czyli najlepszy stan umysłu i ciała, wyzwalający zdolność skupienia przy jednoczesnym zachowaniu spokoju i poczucia bycia zrelaksowanym,
  - wpływa pozytywnie na proces dorastania, wszak ruch jest najważniejszym bodźcem do rozwoju dziecięcego organizmu,
  - „zabawa w cyrk” jest wspaniałym hobby i rozwijającym zajęciem na czas wolny.
3. Korzyści związane z kształtowaniem postaw i systemu wartości:
  - nauka umiejętności cyrkowych to praca, upór i determinacja,
  - jest to efektywny sposób na rozwój cierpliwości i wytrwałości,
  - uświadamia dzieciom, że tylko idąc drogą osiągnięcia drobnych sukcesów, możemy opanować trudne umiejętności.
4. Korzyści związane z rozwojem fizycznym:
  - ćwiczenia żonglerskie angażują do działania niemal wszystkie części naszego ciała,
  - jest to efektywny trening dla naczyń krwionośnych, płuc i serca,

- dają możliwość ćwiczenia obydwu rąk,
- rozwijają refleks, szybkość reakcji, poczucie rytmu oraz zdolności utrzymania równowagi i właściwej postawy ciała.



Pedagogika cyrku działa więc wielopłaszczyznowo. Odnosi się ona do różnych aspektów pedagogicznych oraz psychologicznych, uwzględniających indywidualne potrzeby dzieci i młodzieży.

Zastosowanie metody pedagogiki cyrku poprzez połączenie ruchu, spostrzegania zmysłami i praktycznego działania wspiera indywidualny i społeczny rozwój osobowości dziecka. Umożliwia wieloaspektowe poznawanie siebie jako podmiotu oraz jako części określonej zbiorowości społecznej.

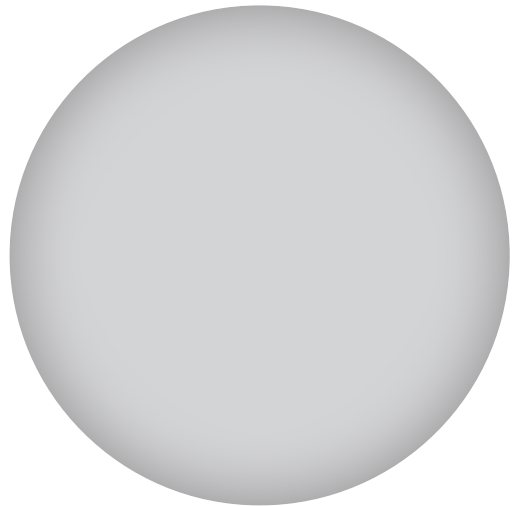
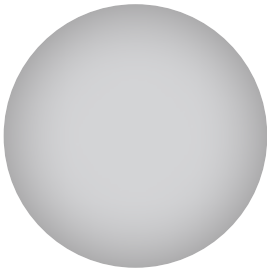
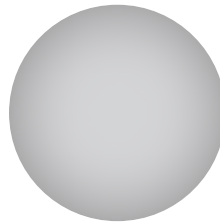
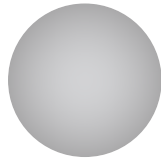
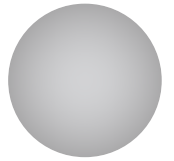
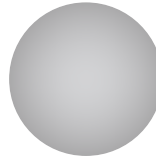
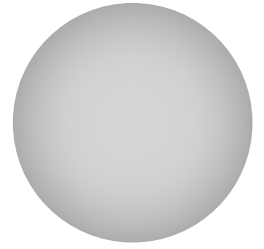
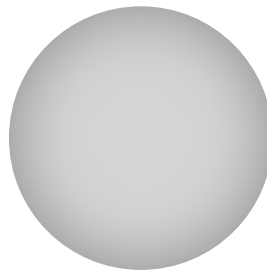
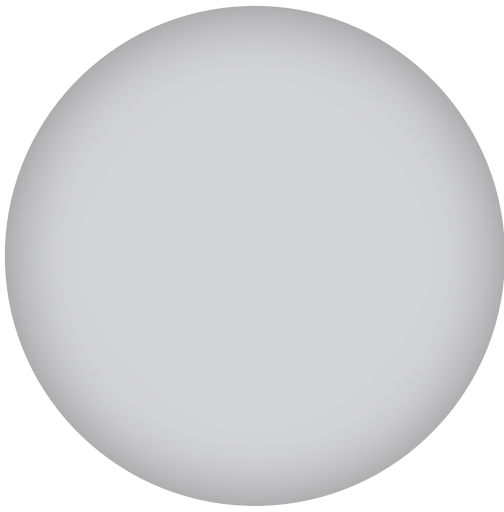
Wykorzystanie aktywności cyrkowej w szkole może być różnorodne, np. jako alternatywna forma ćwiczeń w ramach zajęć wychowania fizycznego. Pedagogika cyrku powinna także mieć zastosowanie jako zespół działań prewencyjnych lub terapeutycznych. Dzięki temu adresowana jest również do uczniów niepełnosprawnych lub mających ograniczenia w aktywności ruchowej.

## Bibliografia

- Bardell, B. (1992), *Circus – Bewegungskünste – mit Kindern*, Moers.
- BBC World [online] dostępny w World Wide Web: <[http://news.bbc.co.uk/2/hi/uk\\_news/england/2714175.stm](http://news.bbc.co.uk/2/hi/uk_news/england/2714175.stm)>.
- Bittmann, F. (2002), *Zirkuspädagogik und die Entwicklung des Kindes*, „Corax. Magazin für Kinder und Jugendarbeit” [online], dostępny w World Wide Web: <[http://www.rabenstueck.de/corax\\_5\\_2002.pdf](http://www.rabenstueck.de/corax_5_2002.pdf)> [dostęp 28.07.04].
- Breithecker, D., *Kinder brauchen Bewegung zur gesunden und selbstbewussten Entwicklung*, „Das Online-Familienhandbuch” [online], dostępny w World Wide Web: <[http://www.familienhandbuch.de/cmain/f\\_Aktuelles/a\\_Kindliche\\_Entwicklung/s\\_596](http://www.familienhandbuch.de/cmain/f_Aktuelles/a_Kindliche_Entwicklung/s_596)> [dostęp 27.06.04].
- Brink, S. (1995), *Smart moves, new research suggests that folks from 8 to 80 can shape up their brain with aerobic exercise*, „U.S. News and World Report”, May 15th.
- Cicholska-Rochna, M. (2006), *Warsztaty cyrkowe jako jedna z propozycji pedagogiki zabawy*, [w:] Kędzior-Niczyporuk, E. (Red.), *Pedagogika zabawy w edukacji kulturalnej*, Lublin.
- Delisio, E. (2002), *Teachers Link Juggling to Improved Academic Skills*, „Education World” [online] dostępny w World Wide Web: <[http://education-world.com/a\\_curr/curr393.shtml](http://education-world.com/a_curr/curr393.shtml)>.
- Dennison P. E. (2002), *Gimnastyka mózgu*, Międzynarodowy Instytut Neurokinezylogii Rozwoju Ruchowego i Integracji odruchów. [Warszawa].
- Hannaford, C. (1998), *Zmysłne ruchy, które doskonalą umysł. Podstawy kinezylogii edukacyjnej*, Warszawa.



- Kiphard, E. J. (1982), *Kinderzirkus – eine Möglichkeit milieugeschädigter Kinder und Jugendlicher*, „Motorik“, H. 4.
- Kiphard, E. J. (1997), *Pädagogische und therapeutische Aspekte des Zirkusspiels*, [w:] Ziegenspeck, J. (Hrsg.), *Zirkuspädagogik. Grundsätze – Beispiele – Anregungen*, Lüneburg,
- Kolb, D. (1984), *Experimental learning. Experience as the source of learning and development*, Englewood, NJ.
- Olsen, E. (1994), *Fit Kids, Smart Kids – New research confirms that experience boosts brain-power*, „Parents Magazine“, October.
- Peters Burgo, H. (1994), *La ciudad de los Muchachos*, „Kaskade. Europäische Jonglierzeitschrift“.
- Rolff, H.-G., Zimmermann, P. (1997), *Kindheit im Wandel*, Weinheim, 5. Auflage.
- Schnapp, S., Zacharias, W. (Hrsg.) (2000), *Zirkuslust. Zirkus macht stark und ist mehr... Zur kulturpädagogischen Aktualität einer Zirkuspädagogik*, Unna.
- Urban, M. (2005), *Żonglowanie jako metoda wspierania rozwoju dzieci, młodzieży i dorosłych*, „Klanza w Czasie Wolnym“, nr 1.
- Urban, M., Fortuna, P. (2006), *Żonglowanie w biznesie*, „Nowoczesna Firma“ [online], dostępny w World Wide Web: <<http://www.nf.pl>>.
- Urban, M., Fortuna, P., Markiewicz, P. (2005), *Żonglowanie sprzyja mózgowi*, „Charaktery“.
- Ward, S. (1998), *Vortrag*, [w:] LAG Spiel und Theater Berlin e.V. (Hrsg.), *„ZIRKUS OLÉ“*. *Material zur Zirkuspädagogik. Dokumentation zur Fachtagung II und III 1999*, Berlin.
- Zacharias, W. (2000), *Zirkus ist mehr... Über die kulturelle, ästhetische, pädagogische Aktualität von Zirkuskultur und Zirkuslust*, [w:] Schnapp, S., Zacharias, W. (Hrsg.), *Zirkuslust. Zirkus macht stark und ist mehr... Zur kulturpädagogischen Aktualität einer Zirkuspädagogik*.





Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej  
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



**KAPITAŁ LUDZKI**  
CZŁOWIEK – NAJLEPSZA INWESTYCJA!

UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów  
**KLANZA**

ul. Peowiaków 10/9, 20-007 Lublin  
tel./fax 81 534 65 83  
[www.klanza.org.pl](http://www.klanza.org.pl)  
[biuro@klanza.org.pl](mailto:biuro@klanza.org.pl)

ISBN 978-83-88644-57-3