**Lepiej oglądać czy uprawiać sport? Co daje większą przyjemność?**

1. Konspekt lekcji

Czas: 45 min (jedna godzina lekcyjna)

Przebieg lekcji:

1. Przywitanie uczniów – 1 min.
2. Emisja filmu – 2 min.
3. Losowanie lub wybór strony – 2 min.
4. Przygotowanie do debaty – rozdanie zespołom pytań ukierunkowujących oraz umożliwienie dostępu do zasobów Internetowych – 5 min.
5. Debata zasadnicza – 22 min.
6. Ogłoszenie decyzji jury – 3 min.
7. Podsumowanie debaty przez nauczyciela, wskazanie na mocje jej elementy. Wystawienie ocen najbardziej aktywnym uczniom – 10 min.

Wytyczne i wskazówki w zakresie realizacji debaty w procesie dydaktycznym znajdują się w: *Zaleceniach ogólne dla Nauczycieli w zakresie realizacji debat w pracy z młodzieżą z zaburzeniami słuchu*.

Zestaw pytań dla uczniów.

2.Nauczyciel powinien rozdać pytania uczniom na etapie przygotowania do debaty.

|  |  |
| --- | --- |
| **Pytania dla zwolenników uprawiania sportu**  | **Pytania dla zwolenników oglądania (kibicowania) wydarzeń sportowych** |
| * Czy uprawianie sportu jest zdrowe?
* Gdzie najczęściej ludzie oglądają programy sportowe? Czy oglądanie telewizji lub filmów w Internecie służy zdrowiu?
* Dlaczego uprawianie sportu kształtuje charakter człowieka?
* Czy uprawianie sportu może być opłacalne? Czy uprawiając sport można przejść z czasem na zawodowstwo i zarabiać na swojej aktywności?
* Czy oglądanie sportu wiąże się z wydatkami? Czy aby pójść na widowisko sportowe trzeba zapłacić? Czy aby oglądać sport on-line lub w telewizji należy wykupić dostęp do kanału tematycznego?
* Czy uprawianie sportu przedłuża życie?
* Czy uprawianie sportu zmniejsza ryzyko występowania lub nawrotu różnorodnych chorób?
* Czy uprawianie sportu sprzyja utrzymywaniu właściwej wagi ciała?
* Czy uprawianie sportu wzmacnia organizm?
* Czy uprawianie sportu przekłada się na lepszą jakość snu?
* Czy uprawianie sportu sprzyja wyższej samoocenie i samoakceptacji?
* Czy sport przekłada się na nastrój (wpływa na wydzielanie się endorfin)?
* Dlaczego uprawianie sportu uczy wytrwałości?
* Czy sport ułatwia uczenie się?
* Czy sport uczy współpracy i zdrowej rywalizacji?
 | * Czy kibicując pobudza się układ krążenia, co jest symptomem pozytywnego pobodzenia emocjonalnego?
* Czy wszyscy mogą uprawiać sport? Jeśli nie to czy kibicowanie może pozwolić przeżywać emocje sportowe osobom nie mogący go uprawiać?
* Czy wszyscy w sporcie wygrywają? Czy przegrana w sporcie wyzwala pozytywne emocje? Czy kibicując wszyscy mogą doświadczyć emocji zwycięzców?
* Czy można profesjonalnie uprawiać więcej niż jedną dyscyplinę sportu? Czy można kibicować różnym wydarzeniom sportowym odczuwając z tego przyjemność? Czy oglądanie wielu dyscyplin jest atrakcyjne ze względu na różnorodność zasad?
* Czy kibicowanie może wyzwalać zainteresowanie uprawianiem sportu?
* Czy uprawianie sportu pociąga za sobą określone koszty, np. zakupu sprzętu, opłacania treningów? Czy oglądanie sportu w telewizji jest równie kosztochłonne? Czy wielkie wydarzenia sportowe są emitowane w telewizji za darmo?
* Czy ludzie zazwyczaj kibicują sami czy może ze znajomymi i rodziną? Czy to sprzyja budowaniu relacji międzyludzkich?
* Czy kibicowanie wydziela w organizmie hormony szczęścia?
* Czy oglądanie widowisk sportowych jest udziałem w kulturze masowej i sprzyja integracji społecznej?
* Czy zdarza się, że słabsi zawodnicy w drużynach sportowych są wyśmiewani?
 |

* Treści dla nauczycieli

3.Wybrane argumenty, jakie mogą być wykorzystanie w debacie. Ewentualne przekazanie argumentacji uczniom powinno obywać się w oparciu o zasady, jakie zostały wyjaśnione w: *Zaleceniach ogólne dla Nauczycieli w zakresie realizacji debat w pracy z młodzieżą z zaburzeniami słuchu*.

|  |  |
| --- | --- |
| **Argumenty dla zwolenników uprawiania sportu** | **Argumenty dla zwolenników oglądania (kibicowania) wydarzeń sportowych** |
| * Uprawianie sportu jest zdrowe. Sport wzmacnia serce i reguluje ciśnienie krwi, wzmacnia mięśnie i kości, poprawia trawienie,
* Ludzie najczęściej oglądają sport w telewizji lub w Internecie co może sprzyjać siedzącemu trybowi życia.
* Uprawianie sportu kształtuje charakter człowieka. Osoba uprawiająca sport uczy się sumienności uczęszczając na treningi.
* Uprawianie sportu może być opłacalne. Uprawiając sport można przejść z czasem na zawodowstwo i zarabiać na swojej aktywności sportowej.
* Oglądanie sportu najczęściej nie przynosi zysków materialnych. Za oglądanie imprez sportowych często należy płacić. Oglądając sport, poza najważniejszymi widowiskami, często trzeba zakupić dostęp do kanałów tematycznych, dlatego oglądanie sportu, w przeciwieństwie do jego uprawiania, nie daje perspektywy zarabiania.
* Według licznych badań uprawianie sportu na umiarkowanym poziomie przedłuża życie.
* Uprawianie sportu zmniejsza ryzyko występowania lub nawrotu różnorodnych chorób, np. chorób układu sercowo- naczyniowego.
* Uprawianie sportu sprzyja utrzymywaniu właściwej sylwetki i wagi ciała.
* Uprawianie sportu wzmacnia wiele systemów ludzkiego organizmu przyczyniając się do jego całościowej wytrzymałości.
* Uprawianie sportu przekłada się na lepszą jakość snu.
* Uprawianie sportu wytwarza endorfiny (hormony szczęścia) i sprzyja wyższej samoocenie i samoakceptacji. Tym samym sport przekłada się na nastrój (wpływa na wydzielanie się endorfin)?
* Uprawianie sportu uczy wytrwałości.
* Osoby uprawiające sport rozwijają swój mózg i funkcje poznawcze, które pozwalają się im szybciej i efektywniej uczyć.
* Sport często sprzyja socjalizacji w grupie, uczy współpracy i zdrowej rywalizacji.
 | * Kibicując pobudza się układ krążenia, co jest symptomem pobudzenia emocjonalnego.
* Nie wszyscy mogą uprawiać sport, a kibicowanie może pozwolić przeżywać emocje sportowe osobom nie mogącym go uprawiać.
* Nie wszyscy wygrywają w sporcie, mówi się tylko o zwycięzcach, jednak więcej osób przegrywa. Przegrana może wywoływać bardzo negatywne emocje. Kibicowanie pozwala bezpiecznie doświadczać emocji. Kibicując różnym dyscyplinom sportu możemy często doświadczać emocji zwycięstwa.
* Nie można profesjonalnie uprawiać więcej niż jednej dyscypliny sportu. Można za to kibicować różnych wydarzeniom sportowym odczuwając z tego przyjemność. Oglądanie różnych dyscyplin sportowych jest atrakcyjne ze względu na różnorodność zasad w nich obowiązujących.
* Kibicowanie może wyzwalać zainteresowanie uprawianiem sportu.
* Uprawianie sportu pociąga za sobą określone koszty, np. zakupu sprzętu, opłacania treningów. Oglądanie sportu w telewizji nie jest kosztochłonne. Wielkie wydarzenia spustowe są emitowane w telewizji za darmo.
* Ludzie zazwyczaj kibicują ze znajomymi i rodziną, co sprzyja budowaniu relacji więzi i międzyludzkich.
* Kibicowanie wydziela w organizmie hormony szczęścia.
* Oglądanie widowisk sportowych jest udziałem w kulturze masowej, sprzyja integracji społecznej. Osoby kulturalne powinny interesować się sportem nawet bardzo pobieżnie.
* W nielicznych klubach sportowych słabsi zawodnicy są wyśmiewani przez starszych i sprawniejszych kolegów.
 |