

Zabawy integracyjne – sport, który buduje braterstwo

4 lutego obchodzimy Międzynarodowy Dzień Ludzkiego Braterstwa, ustanowiony przez Zgromadzenie Ogólne Organizacji Narodów Zjednoczonych. To święto dialogu, solidarności i budowania mostów między ludźmi niezależnie od różnic kulturowych, światopoglądowych czy społecznych. W tym dniu na całym świecie są organizowane inicjatywy pod hasłem „Sport dla pokoju”, które – zgodnie z ideami UNESCO – pokazują, że aktywność fizyczna może być narzędziem porozumienia, współpracy i wzajemnego szacunku.

Scenariusz „Zabawy integracyjne, aktywność fizyczna a dobre samopoczucie” doskonale wpisuje się w tę ideę. Udowadnia, że sport w szkole nie musi się koncentrować wyłącznie na wyniku i rywalizacji – może się stać przestrzenią budowania relacji, wzmacniania poczucia wspólnoty oraz rozwijania postaw opartych na empatii i odpowiedzialności.

Dlaczego warto?

Zajęcia:

- wspierają ideę braterstwa poprzez współpracę zamiast rywalizacji;
- uczą szacunku do różnorodności i zasad *fair play*;
- rozwijają kompetencje społeczne: komunikację, zaufanie i odpowiedzialność za grupę;
- wzmacniają dobrostan psychiczny poprzez pozytywne doświadczenia zespołowe.

Struktura lekcji

1. Faza przygotowawcza

- Rozmowa wprowadzająca o znaczeniu pojęć: braterstwo, solidarność, pokój.
- Krótka refleksja: czy sport może łączyć ludzi?
- Rozgrzewka integracyjna w parach i małych zespołach, podkreślająca współpracę i wzajemne wsparcie.

2. Faza realizacyjna

- Zabawy zespołowe wymagające komunikacji i wspólnego planowania działań.
- Zadania ruchowe bez klasycznej rywalizacji – celem jest wspólny sukces całej grupy.
- „Most współpracy” – uczniowie tworzą układ ruchowy lub zadanie, które symbolicznie pokazuje budowanie mostów między ludźmi.

3. Faza podsumowująca

- Refleksja: jakie zachowania sprzyjają braterstwu w sporcie i w codziennym życiu?
- Uczniowie wskazują przykłady sytuacji, w których współpraca jest ważniejsza niż wygrana.
- Krótka ewaluacja zajęć – czego nauczyliśmy się o sobie i o innych?

Zajęcia ukazują sport jako uniwersalny język porozumienia – zrozumiały ponad granicami, kulturami i różnicami. W duchu idei „Sportu dla pokoju” uczniowie przekonują się, że prawdziwą wartością aktywności fizycznej jest nie tylko rozwój sprawności, lecz także budowanie relacji, wzajemnego zaufania i poczucia wspólnoty.

