

**Adam Kościk**

**KONSPEKT KATECHEZY**  
**Sport w życiu chrześcijanina**

**A. CZĘŚĆ OGÓLNA**

<b>1. Cel ogólny katechezy</b> Ukazanie, że każdy człowiek tak jak sportowiec zmierza do mety i zwycięstwa na podobieństwo sportowca występującego w zawodach. Sportowiec chce osiągnąć zwycięstwo tu i teraz, natomiast chrześcijanin zmierza, aby osiągnąć zwycięstwo w wieczności – wieczne zbawienie.	<b>5. Środki dydaktyczne</b> Tekst fragmentu wywiadu, kartki z wypowiedziami następców św. Piotra, wycinki z gazety, duży arkusz papieru
<b>2. Cele operacyjne. Uczeń powinien:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Wiedzieć, że każdy rodzaj sportu niesie ze sobą bogaty skarb wartości</li><li>▪ Znać i opisywać cnoty prawdziwego sportowca</li><li>▪ Podać, co należy robić aby te cnoty wcielać w życie</li></ul>	<b>6. Korelacja międzyprzedmiotowa</b>
<b>3. Metody</b> pogadanka, praca z tekstem, praca w grupach, dyskusja, burza mózgów	<b>7. Ścieżki edukacyjne</b>
<b>4. Formy</b> Formy pracy: frontalna, grupowa, jednostkowa.	

## B. CZĘŚĆ SZCZEGÓŁOWA

Ogniwa lekcji	Metody, formy, środki dydaktyczne	Czynności nauczyciela	Czynności ucznia
<b>Modlitwa na rozpoczęcie lekcji</b>	Modlitwa: <i>Ojcze nasz</i> , Forma: frontalna	Katecheta wita uczniów pozdrowieniem: „Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus”, po czym twarzą do nich rozpoczyna katechezę znakiem Krzyża Świętego i następnie modlitwą – „Ojcze nasz.”	Katechizowani wstają, odpowiadają na pozdrowienie katechety: „na wieki, wieków. Amen.”, wykonują znak Krzyża Świętego i modlą się modlitwą „Ojcze nasz.”
<b>Czynności wstępne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ sprawdzenie obecności na lekcji i na niedzielnej Mszy św.;</li> <li>▪ sprawdzenie wiadomości z ostatniej lekcji;</li> <li>▪ sprawdzenie zadania domowego;</li> </ul>	Pogadanka, rozmowa dydaktyczna Forma: frontalna, jednostkowa	Katecheta sprawdza listę obecności. Następnie zadaje pytania kontrolne, które dotyczą poprzedniej katechezy.  Po krótkich pytaniach katecheta sprawdza zadanie domowe – prosi o odczytanie niektórych uczniów: Katecheta ocenia odpowiedzi; ocenę wpisuje do dziennika oraz do zeszytu katechizowanego.	Katechizowany potwierdza swoją obecność. Katechizowani odpowiadają na zadane im pytania katechety. Wybrani uczniowie przedstawiają swoje zadanie domowe.
<b>Zainteresowanie ucznia nowym tematem i celami lekcji</b>	Wycinki z gazety dotyczące wydarzeń sportowych.  Fragment wywiadu ze sportowcami.	Katecheta rozpoczyna nowy temat od rozdania uczniom wycinków z gazety dotyczących wydarzeń sportowych minionego tygodnia. Zachęca uczniów do dyskusji. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Co i kogo przedstawiają wycinki z gazet?</li> <li>- W jakiej sytuacji dane osoby się znajdują?</li> <li>- Co robią, kim są?</li> <li>- Czy łatwo wykonywać taki zawód ?</li> <li>- Co trzeba zrobić, aby być prawdziwym sportowcem?</li> </ul> Katecheta czyta uczniom fragment wywiadu i zachęca do dyskusji. <ul style="list-style-type: none"> <li>- O czym mówi wywiad?</li> <li>- Jakie wartości dla nas z niego wypływają?</li> <li>- Dlaczego „ musi skończyć się super?”</li> </ul>	Katechizowany słucha katechety, przegląda wycinki z gazety, odpowiada na postawione pytania i włącza się do dyskusji.  Katechizowany słucha katechety, który doczytuje treść wywiadu; odpowiada na postawione pytania i włącza się do dyskusji.

<b>Rozwinięcie tematu</b>	Burza mózgów. Praca z tekstem. Forma: grupowa	Katecheta prosi uczniów o wyjaśnienie jaką rolę sport odgrywa w życiu człowieka, jakie cnoty kształtuje w człowieku. Następnie dzieli uczniów na grupy, rozdaje kartki z wypowiedziami na temat sportów następców św. Piotra. Aktywizuje uczniów.	Katechizowani pracują grupach omawiając podane zagadnienie i zapisują wyniki na kartkach.
<b>Pogłębienie</b>	Pogadanka, duży arkusz papieru, burza mózgów Forma: grupowa	Katecheta prosi katechizowanych o odczytanie wyników prac w grupach. Zadaje pytanie przedstawicielowi każdej grupy. Katecheta zawiesza odpowiedzi na dużym arkuszu papieru. Zwraca uwagę na wartości płynące ze sportu i cnoty, które on w nas kształtuje.	Wytypowana osoba z grupy przedstawia jej wyniki, po czym podchodzi do katechety i podaje mu kartkę z odpowiedzią.
<b>Treść zapisu do zeszytu</b>	Notatka Forma: jednostkowa	Katecheta zapisuje na tablicy temat: Sport w życiu chrześcijanina. Katecheta podaje treść notatki opartą na przeprowadzonym wcześniej ćwiczeniu.	Katechizowani zapisują temat oraz zapisuje notatkę dyktowaną przez nauczyciela.
<b>Zadanie domowe</b>	List, kartka papieru Forma: jednostkowa	Katecheta w ramach zadania domowego prosi uczniów, aby ułożyli modlitwę dla sportowca.	Katechizowany zapisuje treść polecenia do zeszytu.
<b>Modlitwa na zakończenie katechezy</b>	Modlitwa Forma: frontalna	Katecheta dziękuje wszystkim za wspólnie spędzony czas, wzywa katechizowanych do powstania i modlitwy, której słowami jest modlitwa sportowca. <i>Panie, mam zdrowe ciało i dziękuję Ci za nie. Dziękuję Ci także za to, że mogę uprawiać sport. Sprawia mi radość, gdyż we współzawodnictwie odkrywam swoje możliwości. Pomóż mi, bym nie poprzestał na doskonaleniu sprawności fizycznej, ale też wzrastał w Twojej łasce i mądrości. Amen</i>	Katechizowani wstają, czynią znak Krzyża Świętego, modlą się i odpowiadają na pozdrowienie katechety: „... na wieki, wieków. Amen.”

Autorefleksja i samoocena katechety po przeprowadzeniu katechezy.

## „Musi skończyć się super”

Fragment rozmowa ze Sławomirem Szmalem i Piotrem Wyszomirskim, bramkarzami reprezentacji Polski w piłkę ręczną.

*Czym jest wyrzeczenie, jaki ma smak? Z czego trzeba zrezygnować, żeby całą młodość poświęcić dla sportu?*

**PW:** Wyrzeczenie jest bardzo duże. Mieszkałem w szkole mistrzostwa sportowego, bo bardzo chciałem, bardzo chcę zostać dobrym bramkarzem. W pierwszej klasie SMS-u nie mieliśmy tak ciężko, bo mieliśmy tylko jeden trening dziennie. Założyłem sobie zeszyt, w którym zapisywałem ćwiczenia, które sam sobie zadałem. Kiedy koledzy wracali ze szkoły, a mieszkaliśmy we trójkę, mówili: „Jesteś niemądry? Przecież mieliśmy trening”. Wtedy odpowiadałem: „Ja chcę jeszcze”. I sam trenowałem w pokoju. Trening po treningu wpisywałem w ten dodatkowy zeszyt. Powiedziałem, że muszę trenować codziennie i to robiłem. Przed każdym meczem robiłem dzień przerwy, żeby nie stracić szybkości. W drugiej i trzeciej klasie SMS-u treningów było już więcej. Wtedy ten indywidualny trening ograniczyłem, ale z niego nie zrezygnowałem, aby ulepszyć swoją technikę. Wyrzeczenie musi być, muszę zrezygnować z pewnych rzeczy, nie chodzić na przykład na imprezy, żeby osiągnąć pewien poziom sportowy.

**SS:** Wyrzeczenie to przede wszystkim wolny czas. Można przecież robić wszystko jako nastolatek: spotykać się na przykład z dziewczynami. Ja miałem to szczęście, że dosyć szybko poznałem moją obecną małżonkę, bo ona też uprawia tę samą dyscyplinę sportu. Zatem albo cały dzień spędzaliśmy na hali, albo przebywaliśmy razem – żadnych imprez ani temu podobnych rzeczy u mnie nie było. Kiedy byłem nastolatkiem, całym moim życiem była piłka ręczna i nic więcej. Jeśli nie trenowałem, to oglądałem mecze w telewizji, podglądając tych najlepszych. Ja nie patrzę jednak na swoje ówczesne życie w kategoriach, że ja sobie coś odebrałem. To nie tak. Piłka to dla mnie przyjemność. Ja naprawdę nie czułem potrzeby, żeby iść na jakąś imprezę.

*Rodzina, najbliżsi. Towarzyszą, przeszkadzają w karierze zawodnika?*

**PW:** Ja mam bardzo dobry kontakt z rodzicami, o wszystkim mogę z nimi pogadać, zawsze dzwonię po meczu, gadam. Przez telefon z tatą mogę gadać w nieskończoność, naprawdę. Mamy tak super kontakt – po wygranych meczach tata cieszy się ze mną, po przegranych jest razem ze mną. Nasz kontakt jest raczej telefoniczny, bo ja mieszkam w Puławach, rodzice w Warszawie, więc widuję się z nimi raz w miesiącu, jak nie rzadziej. Rodzina jest dla mnie ostoją. Kiedy przejeżdżam do domu, wtedy cieszymy się razem. Rodzina to jest coś niesamowitego. Bóg stworzył rodzinę, i to jest rzeczy najpiękniejsza na świecie, nie ma piękniejszej od niej. To jest takie wsparcie. Tata, mama, rodzice potrafią tak bardzo kochać swoje dziecko, a dziecko potrafi tak wspaniale się za to odwdziżyć. Ja wiem, że moi rodzice bardzo mnie kochają i ja ich kocham za to, co robią. Są w życiu także momenty trudne. Kiedy byłem w Gdańsku w szkole, tata powiedział mi kiedyś, że będę musiał się spakować, bo oni nie mają za co mnie utrzymywać, nie mają pieniędzy, aby mi wysłać. Wtedy poszedłem – zaraz się rozplączę – do kościoła pomodlić się.

### ***Jak się to skończyło?***

**PW:** Skończyło się super. Jak jest wiara, wiara w Boga, to zawsze kończy się super, musi skończyć się super.

**SS:** Pochodzę z rodziny sportowej. Ojciec zawsze wiele ode mnie wymagał, a ja dużo pracowałem. Podobnie jak Piotrek, mam dobry kontakt z rodzicami, dzwoniemy do siebie dosyć sporo. Widujemy się tylko dwa razy w roku. Jestem osobą, która nie lubi mówić o sobie. Nie lubię na gorąco rozmawiać o meczu. W trudnym momencie rodzina to jest nieoceniony skarb, dlatego niejednokrotnie rozmawiałem z kolegami, którzy żyją samotnie i to dla nich jest cały czas taka przygoda – oni mają troszeczkę inne życie. Kiedy jest się zawodowym sportowcem, to czasu dla siebie jest bardzo mało. Ja na przykład po przegranej meczu jak najszybciej chcę wrócić do domu, do żony, do dziecka. Wiem, że tam mam spokój i ciszę. Aneta pilnuje tego bardzo dobrze. Ona nie dopuszcza wtedy do tego gniazda nikogo z boku. I to jest dla mnie bardzo ważne. I wtedy ja czuję się bezpieczny.

### ***Czyli rodzina jako niesamowita wartość. A jakie inne wartości są dla was ważne? Może szczególnie takie, których wagę uświadomiliście sobie dopiero podczas uprawiania sportu?***

**SS:** Dla mnie na pewno wiara. Szczególnie wtedy, kiedy zdarzają się porażki, kontuzje. Czasami w takich sytuacjach mam wyrzuty sumienia: „Teraz masz więcej czasu dla Boga, możesz Go prosić o coś”. Kiedy miałem pierwszą kontuzję i słyszałem od naszego fizjoterapeuty, że to już jest koniec, to wtedy oparciem była modlitwa i małżonka. Obserwowałem, jak ona dba o mnie i namawia do dalszej pracy. To było niezapomniane. Teraz w klubie bardzo często korzystam - w razie kontuzji, a w ostatnim czasie miałem ich dosyć sporo – z rezonansu magnetycznego. Kiedy wjeżdżamy w „rurę” - niektórzy się boją, bo tam jest ciasno – odmawiam zawsze różaniec i to mi pomaga.

**PW:** Dla mnie wiara jest bardzo ważna. Przypominam sobie taką sytuację ze szkoły w Gdańsku. Uczniem dobrym nie byłem. Przyszła trzecia klasa liceum – nauki więcej, ale jak to w szkole mistrzostwa sportowego – turnieje, zawody, kadra młodzieżowa, tak więc czasu na naukę było bardzo mało. Wtedy rozmawiałem z moim tatą, mówiąc: „Nie wiem, czy zdam maturę, to jest raczej niemożliwe”. Gdybym oddzielił sport i zaczął się tylko uczyć, to wtedy być może tak. I przyszła kontuzja, miałem naderwany mięsień szyjny. Miałem wybrać jakiś temat na maturę ustną z polskiego. Co ja wybiorę? - zastanawiałem się. Tata, mówi: „Spokojnie, zastanów się”. Przeczytałem wszystkie tematy tacie, a on powiedział: „Wiem, że wybierzesz dobrze”. Wśród różnych tematów był: „Cierpienia Maryi w literaturze i sztuce”. Pomyślałem, że jeśli wiara ma mnie uratować, to mnie uratuje. Wziąłem ten temat. Koledzy w klasie byli przekonani, że sam tego tematu nie opracuję, że poproszę, aby ktoś to dla mnie zrobił. Postanowiłem, że opracuję ten temat sam. W związku z kontuzją miałem dużo czasu, poszedłem więc do proboszcza tamtejszej parafii i powiedziałem: „Ksiądz musi mi pomóc, bo sam nie dam rady”. I ksiądz mi pomógł, napisałem pracę, dołączyłem jeszcze prezentację multimedialną. Nauczycielki były zdziwione, że to sam zrobiłem. Na wszystkie pytania także odpowiedziałem, ale otrzymałem tylko 50%. Podzieliłem się tym z moim tatą: „Tato, dlaczego tylko 50%, przecież na wszystkie pytania odpowiedziałem”. A tata: „Czego cię to wszystko nauczyło?” A ja: „Przede wszystkim bardziej poznałem Maryję”. Tata wtedy się rozplakał. Takie chwile są w życiu potrzebne.

**SS:** Sport na pewno wyładowuje energię, którą człowiek ma w sobie. Po ciężkim treningu przychodzi moment wyciszenia. Człowiek wraca po treningu i ma czas, żeby się zastanowić nad sobą, nad życiem. Nawiązując do kontuzji, o których mówiliśmy wcześniej. Wbiegając na boisko, zawsze robię znak krzyża, bo proszę Boga, aby nikomu nie stała się żadna krzywda, ani mnie, ani innym. Nie zawsze się to udaje.

*Ale taka intencja jest na zawsze...*

**SS:** Tak. Wziąłem to z karate, chociaż na nie nigdy nie chodziłem. Oni zawsze wchodząc na matę, kłaniają się. Robią to z respektu dla przeciwnika i żeby nikomu nie stała się krzywda.

*I taki ma być sport.*

### JAN XXIII

„Sport ma nadal w waszym życiu znaczenie nadrzędne ze względu na ćwiczenie cnót. [...] Doprawdy, nawet w sporcie mogą rozwinąć się prawdziwe i mocne cnoty chrześcijańskie, które łaska Boża czyni później stałymi i owocnymi”.

### PAWEŁ VI

„My, tak jak i wy myślimy o panowaniu nad własnym ciałem. Jakaż potrzeba wytrzymałości i wytrwałości! Siła duszy nie ma może swego miejsca pośród czterech cnót kardynalnych? Asceza sportowców, którą św. Paweł podaje jako przykład w swoim pierwszym liście do Koryntian, nie przypomina może cnoty powściągliwości? Rygorystyczny obowiązek przygotowania się i dobrego uzbrojenia na czas próby, nie jest może bliskie roztropności? Równość w zdolnościach pomiędzy graczami, sprawiedliwe traktowanie konkurentów przez sędziego, zasada fair-play, kontrolowana radość zwycięzców z odniesionego tryumfu, nie są może apelem o praktykowanie cnoty sprawiedliwości? Jeśli więc te cnoty moralne wnoszą swój wkład do pełnej realizacji osoby ludzkiej, jak mogłyby odbić się bez echa w całym społeczeństwie”?

### PIUS XII

„Edukacja sportowa chce również formować młodych do cnót właściwych sobie. Są to, pośród innych: uczciwość, która nie pozwala na uciekanie się do podstępów, uległość i posłuszeństwo mądrym poleceniom tego, który kieruje ćwiczeniem lub drużyną, duch ofiarności, kiedy należy pozostać w cieniu i porzucić własne „ja”, wierność obowiązkom, pokora w tryumfie, otwartość dla zwycięzców, spokój w porażce, cierpliwość dla publiczności, nie zawsze umiarkowanej, sprawiedliwość jeśli sport zawodowy związany jest ze sferą finansową jakkolwiek ustanowioną oraz w ogólności czystość i powściągliwość, zalecane już w starożytności. Wszystkie te cnoty, jeśli nawet mają za przedmiot tylko aktywność fizyczną, zewnętrzną, są naturalnymi cnotami chrześcijańskimi, których nie zdobywa się bez wewnętrznego ducha religijnego, dodajmy, bez częstego odwołania się do modlitwy”.

### JAN PAWEŁ II

Potencjał ukryty w sporcie sprawia, że jest on szczególnie ważnym narzędziem integralnego rozwoju człowieka oraz czynnikiem niezwykle przydatnym w procesie budowania społeczeństwa bardziej ludzkiego. Poczucie braterstwa, wielkoduszność, uczciwość i szacunek dla ciała - stanowiące z pewnością niezbędne cnoty każdego dobrego sportowca - przyczyniają się do budowy społeczeństwa, gdzie miejsce antagonizmów zajmuje sportowa rywalizacja, gdzie wyżej ceni się spotkanie niż konflikt, uczciwe współzawodnictwo niż zawziętą konfrontację.