

# **football3 w szkole**

## Spis treści

### Wprowadzenie

“Narodziny” football3 .....	3
football3 w Polsce .....	4
football3 jest..., football3 nie jest... .....	5
trzy połowy .....	6
football3 pomaga rozwiązywać problemy.....	7
jak football3 pomaga? .....	8

### football3 w szkole

cele football3 w szkole .....	9
podstawowe zasady gry football3 .....	12
stałe zasady i zasady otwarte .....	13
przykłady zasad otwartych *super mocy.....	14
przykłady celebracji .....	15
system punktowy... .....	16

### nauczyciel = mediator football3

rola mediatora football3 .....	19
kluczowe umiejętności .....	21
doświadczenie procesu mediacji .....	23
football3 inspiracje.....	23

## Prezentacja opracowana przez

stowarzyszenie Trenuj Bycie Dobrym  
ul. Warszawska 26  
11 700 Mrągowo

kontakt@trenujbyciedobrym.pl  
www.trenujbyciedobrym.pl

Treść opracowana przez: Beata Mierkowska, Sylwia Styrchalska, Klaudia Koczorowska, Wioleta Smolińska, Łukasz Rakowski, Marta Żuchlińska, Marcin Sielczak, Joanna Olszewska, Anna Krzak, Kasia Pawlaczyk, Grażyna Figielska-Antoniak, Zbigniew Serowiński, Beata Karpa, Iwona Hinz, Arkadiusz Kamil Mierkowski

*na podstawie publikacji:  
podręcznik football3 oraz football3  
podręcznik trenera opracowanych przez  
Common Goal*

Przy wsparciu:  
Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli,  
Mazowieckie Samorządowe Centrum  
Doskonalenia Nauczycieli



# “narodziny” football3



„Andrés Escobar był kapitanem reprezentacji Kolumbii i prawdziwym profesjonalistą, zarówno na boisku, jak i poza nim. Był znany jako „Dzgentleman Piłki Nożnej”. Jednak na Mistrzostwach Świata FIFA w 1994 roku popełnił błąd. Strzelił gola samobójczego, który doprowadził do eliminacji jego zespołu. Jedenaście dni później został zastrzelony.

W tym dniu Jurgen Grisbeck, przygotowywał się na kolejny dzień na uniwersytecie w Medellin, gdzie uczył socjologii sportu i gdzie pracowałam nad doktoratem w dziedzinie zdrowia publicznego. Wiadomość o śmierci Andrésa zmieniła jego życie na zawsze. Zaczął zastanawiać się, jak futbol, gra oparta na pracy zespołowej, komunikacji i szacunku, może prowadzić do takiego gwałtownego zachowania. Zdecydował się nie kontynuować kariery naukowej, ale zamiast tego badać zjawisko przemocy w miastach w Kolumbii. W 1994 roku zabito ponad 5000 młodych ludzi na ulicach Medellin.



Rozmowy z wieloma ludźmi i lektura książek, doprowadziły go z powrotem do piłki nożnej. Zdał sobie sprawę że gra może być przestrzenią do dialogu i kluczowym elementem w rozwiązywaniu problemów związanych z przemocą.

W 1996 roku wraz z przyjaciółmi opracował projekt Fútbola la Paz, tzn. Piłka nożna dla pokoju. Zaczęli organizować regularne mecze piłki nożnej aby ułatwić dialog między młodymi ludźmi, którzy byli uczestnikami lub byli w konflikcie zbrojnym. Gra odbywała się bez sędziego i podkreślała wartości równość płci, zasad fair play i pokojowe rozwiązywanie konfliktów. Tak narodził się football3.



# football3 w Polsce

Od czasu powstania w Medellin w Kolumbii, metoda football3, została rozwinięta przez członków sieci współpracy Common Goal na całym świecie w kompleksową metodologię, która dotyczy wielu tematów społecznych, takich jak integracja społeczna, równość płci, zdrowie i budowanie pokoju. Football3 umożliwia dzieciom i młodzieży wzięcie odpowiedzialności za swoje działania i sprawiedliwe traktowanie innych. Uczestnicy tej metody uczą się cenić komunikację i wzajemny szacunek, zarówno na boisku, jak i poza nim



Metoda football3 do Polski trafiła w 2007 roku, za sprawą organizacji Brandenburski Sport Młodzieży, w której wolontariat europejski realizował Arkadiusz Mierkowski. W pierwszych latach w Polsce football3 był wykorzystywany przez stowarzyszenie Trenuj Być Dobrym do pracy z młodzieżą, jak forma inicjatywy angażującej młodzież i pomagająca rozwijać kompetencje społeczne i liderские. W 2016 roku stowarzyszenie rozpoczęło tworzenie ogólnopolskiej sieci liderów, animatorów, nauczycieli, którzy w swojej codziennej pracy z młodzieżą chcieli wykorzystywać football3.

W 2018 roku metoda dotarła po raz pierwszy do nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej, którzy ocenili football3 jako metodę innowacyjną, która służy rozwijaniu kompetencji społecznych dziewczynek i chłopców. Od tego czasu football3 dotarło do 200 nauczycielek edukacji wczesnoszkolnej, 90 szkół podstawowych i prawie 21 tys dziewczyn i chłopców w wieku I-III.

**stowarzyszenie uznało upowszechnianie football3 i wspieranie w rozwoju: 1,1 miliona chłopców i dziewcząt w wieku 7-9 lat oraz 65 000 nauczycielek z 14 297 szkół podstawowych w Polsce do 2030 r, jako swoją wizję rozwoju**



# football3 jest...

... grą prowadzoną przez mediatora, który nie jest sędzią;

... grą na małej przestrzeni i z małymi bramkami;

... grą mieszanych drużyny: chłopców i dziewczęta grających razem & świetną zabawą;

... pomeczową dyskusją, w której dzieci przyznają przeciwnikom "supermoce": empatii, szacunku, pomagania, radości, odpowiedzialności, uczciwości, optymizmu, równości.



# football3 NIE jest...

...nastawiony na rywalizację;

...grą, w której decyduje sędzia;

...przestrzenią tylko dla najlepszych;

....grą, w której liczy się tylko zwycięstwo;

.... grą w której można oszukiwać i poniżać przeciwnika



# dlaczego football3? => trzy połowy

Nazwa football3 pochodzi od podziału na "trzy połowy": dyskusji przed meczem, samej gry oraz dyskusji podsumowującej.

football3 przemyca kluczowe lekcje życia do każdego meczu. W drużynach różnej płci gracze wspólnie decydują o zasadach przed meczem. Po meczu zastanawiają się nad zachowaniem swoim i przeciwników przyznając punkty za gole i grę fair play.

Ponieważ gra football3 odbywa się bez sędziów, gracze muszą nauczyć się, jak poprzez dialog i kompromis samodzielnie rozwiązywać konflikty.

W Polsce od 2018 football3 jest rozwijany i popularyzowany w szkołach podstawowych, jako metoda wspierająca rozwój sportowy, społeczny i emocjonalny dzieci.

football3 umożliwia dzieciom wzięcie odpowiedzialności za swoje działania i uczciwe traktowanie innych. Dzieci uczą się cenić komunikację i wzajemny szacunek, zarówno na boisku, jak i poza nim



# z football3 chcemy pomagać w rozwiązywaniu problemów dzieci w Polsce



48%  
doświadczyło  
doświadczyło  
przemocy fizycznej  
ze strony  
rówieśników  
(1)



38%  
dzieci  
doświadczyło  
cyberprzemocy  
(Co trzecia osoba  
była wyzywana,  
a blisko co  
czwarta  
ośmieszana i  
poniżania)  
(4)



32%  
dzieci w grupie (5-9  
lat) deklaruje, że  
powodami braku  
aktywności fizycznej  
były: brak  
organizatora zajęć  
lub odpowiednich  
obiektów w pobliżu  
miejsca zamieszkania  
(2)



<https://www.pap.pl/m-ediaroom/1599790%2Cponad-30-dzieci-w-wieku-5-9-lat-wskazalo-brak->

tylko 6,7%  
wszystkich  
zarejestrowanych  
zawodników i  
zawodniczek to  
dziewczyny i kobiety  
(3)



źródło zdjęcia: ePedagogika  
źródło danych:

(1) Diagnoza przemocy wobec dzieci w  
Polsce 2023, Fundacja DDS

(2) PAP, 2023

(3) GUS, 2022

(4) Nastolaki 3.0 NASK, 2023



# jak football3 pomaga?



\*wybrane wyniki z raportu ewaluacyjnego wśród szkół podstawowych korzystających z football3 = przygotowanego przez sportimpakt

#football3wszkole



# cele football3

skierowane  
do środowiska  
szkolnego



# Główny cel

jest zapoznanie nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej z metodą football3, którą mogą wdrażać podczas swojej codziennej pracy. Metody społeczno-sportowej, wiążąca się z nauką kompetencji społecznych wśród uczniów takich jak empatia, szacunek, chęć niesienia pomocy, współpraca, radość, koleżeństwo, uczciwość, optymizm, umiejętność prowadzenia konstruktywnego dialogu.

Dzieci podczas zajęć football3, wspólnie z ich wychowawcą oraz innymi koleżankami i kolegami z klasy odkrywa super moce wartości społecznych, które może przełożyć z boiska na życie codzienne.





# Cele wykonawcze (operacyjne)

## 1. W zakresie fizycznego obszaru rozwoju uczeń osiąga:

sprawności motoryczne i sensoryczne tworzące umiejętność skutecznego działania i komunikacji;

umiejętność respektowania przepisów gier, zabaw zespołowych i przepisów poruszania się w miejscach publicznych;

## 2. W zakresie emocjonalnego obszaru rozwoju uczeń osiąga:

umiejętność rozpoznawania, rozumienia i nazywania emocji oraz uczuć innych osób; potrzebę tworzenia relacji

umiejętność uświadamiania sobie uczuć przeżywanych przez inne osoby z jednoczesną próbą zrozumienia, dlaczego one występują, a także różnicowania form ich wyrażania w zależności od wieku;

## 3. W zakresie społecznego obszaru rozwoju uczeń osiąga:

umiejętność nazywania poznanych wartości, oceny postępowania innych ludzi, odwoływania się w ocenie do przyjętych zasad i wartości;

umiejętność obdarzania szacunkiem koleżanek, kolegów i osoby dorosłe, w tym starsze oraz okazywania go za pomocą prostych form wyrazu oraz stosownego zachowania.





# podstawowe zasady gry football3

1



## 1 strefa dialogu dyskusja przed meczem

(ustalanie zasad otwartych i wybór  
celebracji)

2



## 2 strefa gry mecz

(gra wg wybranych  
i wybraną celebracją  
na zakończenie)

3



## 3 strefa dialogu dyskusja po meczu

(podsumowanie meczu,  
przyznawanie supermocy)



# STAŁE ZASADY

*\*techniczne/FairPlay*

- wspólna gra dziewczynek i chłopców
- gra na małe bramki
- gra na małej przestrzeni
- gra bez sędziów, ale z mediatorami
- gra bez fauli, bez wulgaryzmów
- gra z szacunkiem do przeciwnika
- przed i po meczu drużyny podają sobie ręce
- ważne jest włączenie wszystkich zawodników i zawodniczek podczas wszystkich 3-ech stref
- gra bez bramkarzy
- nie ma gry na spalone
- wspólna celebrowanie po rozegranym meczu

# ZASADY OTWARTE

*\*super moce*

- są wybierane przez zawodniczki i zawodników
- są ustalane i wybierane podczas każdej dyskusji przedmeczowej
- wyboru zasad dokonują gracze dwóch drużyn biorących udział w meczu
- każda drużyna ma do wyboru jedną zasadę otwartą, a jedną zasadę otwartą wybierają obie drużyny wspólnie
- drużyny ustalają i wybierają wspólną celebrowanie po rozegranym meczu
- mediatorzy mogą zaprezentować przykładowy katalog zasad, jest on otwarty i można go również uzupełniać dzięki kreatywności uczestników.



# przykłady zasad otwartych\*

## super moce

### Szacunek:

- używanie podczas meczu tylko ładnych zwrotów, nacisk na używanie ładnych zwrotów - np. czy mógłbyś podać mi piłkę, dziękuję, przepraszam, proszę
- przybijamy "piątkę" strzelcowi gola drużyny przeciwnej

### Współpraca:

- dzieci grają mecz, trzymając się za rękę (chłopiec i dziewczyna)
- gra z taką ilością podań, aby każdy zawodnik mógł dotknąć piłki

### Odpowiedzialność:

- podajemy i strzelamy tylko lewą lub prawą nogą
- zaliczamy drużynie bramkę, jeżeli wszystkie dzieci w drużynie dotkną piłkę

### Empatia:

- po jednym graczu w każdej drużynie ma zawiązane oczy szalikiem
- gra w ciszy, dzieci komunikują się nie używając głosu

### Równość:

- dzieci podczas meczu nie biegają, ale grają będąc na tzw. "raczkach" aby każdy miał równą możliwość uczestnictwa w meczu
- przed strzeleniem bramki każdy zawodnik musi dotknąć piłki

### Pomaganie:

- dzieci grają w parach, mają przywiązane nogi, muszą grać w ten sposób i pomagać sobie podczas gry

### Komunikacja:

- gra w ciszy, dzieci muszą komunikować się za pomocą gestów
- drużyny mogą w czasie meczu używać tylko 3 słów i muszą wybrać znaczenie tych słów podczas meczu

### Uczciwość:

- bramki można strzelić np. tylko głową lub lewą nogą
- żeby zdobyć bramkę, drużyna musi wymienić minimum 5 podań i głośno je liczyć



To jedynie przykłady!

Jedną z mocnych stron football3 jest kreatywność. football3 stale się rozwija dzięki kreatywności i twórczości dzieci oraz mediatorów. Zachęcamy nauczycieli do tworzenia własnych zasad, dopasowanych do ważnych tematów i sytuacji w klasie, szkole lub społeczności.

#football3wszkole



# przykłady celebracji\*

*\*Bardzo ważną częścią gry w football3, zachęcają uczestników do coraz to większej zabawy są celebracje. Podczas dyskusji przed meczem obie drużyny mogą wybrać swoją celebrację, którą będą wykonywać wspólnie po zakończeniu meczu tak, by uczcić dane spotkanie.*

*\*Podobnie jak w przypadku zasad otwartych, są to tylko przykłady! Jest to kolejna zachęta do uwolnienia kreatywności i twórczości dzieci oraz mediatorów. Zachęcamy nauczycieli do tworzenia własnych celebracji. Nie możemy zapomnieć, że dzieci najlepiej uczą się poprzez zabawę! :)*



- Podrzucanie strzelca bramki
- Żółwie
- Kangury
- Ludzkie kręgle
- Tunel
- Western
- Kanapka
- Taniec z rękami w górze
- 5, 4, 3, 2, 1 Start!

- Pociąg
- Strzelnica
- Fikołek
- Strefa relaksu
- Happy
- Będzie dzidziuś!
- Gwiazdy
- Kankan





# system punktowy



## uwzględniający zdobywanie i przyznawanie super mocy

empatii      odpowiedzialności  
szacunku      uczciwości  
pomagania      optymizmu  
współpracy      dialogu  
radości      innych (jakich?).....

1

\*każda drużyna po meczu  
przyznaje przeciwnej drużynie  
super moc  
\*\*wybór musi zostać  
uzasadniony

2

\*mediator po meczu przyznaje obu  
drużynom super moce  
\*\*wybór musi zostać uzasadniony



drużyny kolekcjonują super  
moce, a nauczyciel może je  
wykorzystać w ocenie  
opisowej







**nauczyciel**  
**=**  
**mediator/ka**  
**football3**





**rola  
mediatora/ki  
football3**



Rola mediatora ma kluczowe znaczenie dla metody football3. Funkcję mediatora może pełnić nauczyciel, pracownik socjalny, wychowawca, animator, trener lub młodzi liderzy, a nawet rodzice którzy chcą popularyzować i wspierać wykorzystanie football3.

W programie football3 w szkole rolę mediatorów pełnią nauczycielki edukacji wczesnoszkolnej, ale są również szkoły gdzie do roli mediatorów zaangażowani są uczniowie starszych klas szkoły realizujący w ten sposób szkolny wolontariat. Przy okazji turniejów football3 organizowanych w szkole do roli mediatorów zapraszani są także rodzice.

W sytuacji gdy jest możliwość angażowania dodatkowych osób, idealnym rozwiązaniem jest gdy mediacje football3 w szkole są prowadzone w parach, a mediatorzy reprezentują obie płcie, aby odzwierciedlić równowagę płci w zespołach



# kluczowe umiejętności mediatora/ki

## mediator/ka football3 jest:

### Aktywnym słuchaczem

Okazuje szczerą zainteresowanie i daje graczom poczucie bycia wysłuchanym

### Zorganizowany

upewnia się, że wszystko jest dobrze przygotowane i na czas

### Osobą rozwiązującą problemy

wnosi dobre pomysły, które pomagają innym znaleźć rozwiązanie, które jest zarówno skuteczne, jak i wzajemnie akceptowalne

### Obserwatorem

ściśle monitoruje działania i odnotowuje ważne momenty i zachowanie jednostek

### Neutralny

pozostaje bezstronny lub obiektywny, bez narzucania własnej opinii, nie staje po żadnej stronie

### Empatyczny

jest wrażliwy na emocje, tożsamość i wartości innych osób, w tym różnice płci, pochodzenie etniczne, religię, kulturę itp.

### Wiarygodny

Zachowuje dyskrecję i sprawia, że inni czują się komfortowo

### Entuzjastyczny

jest energiczny i angażuje innych, aby stworzyć dobrą atmosferę wśród graczy

### Jasno wyrażającym swoje zdanie

mówi głośno i wyraźnie, aby każdy mógł zrozumieć

### Cierpliwy

akceptuje opóźnienia, problemy lub sprzeczne opinie, nie denerwując się, nie niepokojąc ani nie osądzając

### Wrażliwy na równość płci

zapewnia, że obie płcie są równo zaangażowane w cały proces football3



# schemat lekcji football3

tematem lekcji jest jedna z supermocy  
podział na 2 bloki tematyczne

#football3wszkole

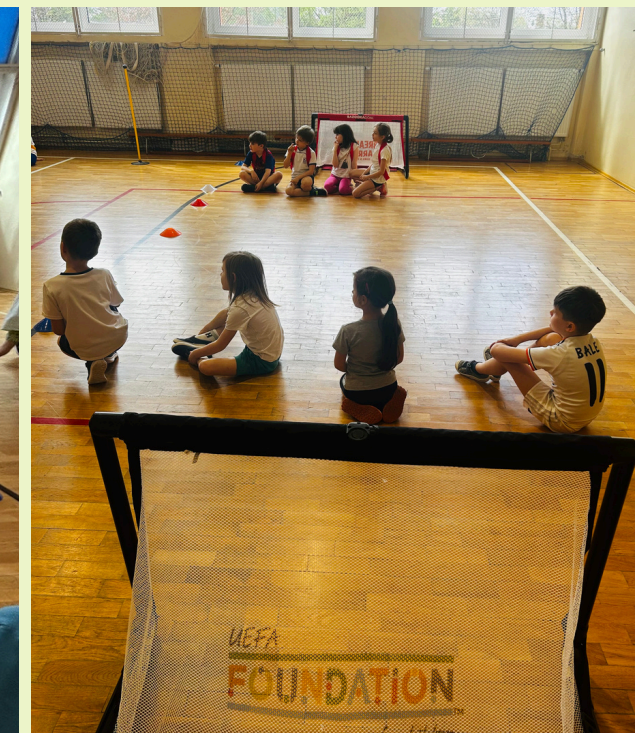
## blok 1

edukacja społeczna  
(może być połączona) z edukacją plastyczną lub  
przyrodniczą czas  
na przeprowadzenie 1 strefy dialogu]



## blok 2

wychowanie fizyczne  
[czas na 2 strefę - grę i czas na 3 strefę]



### 1 strefa dialogu dyskusja przed meczem

(ustalanie zasad otwartych zgodnych z tematem lekcji  
+ wybór celebracji)

### 2 strefa gry rozgrzewka + mecz

(gra wg wybranych zasad  
i wybrana celebracją  
na zakończenie)



### 3 strefa dialogu dyskusja po meczu

(podsumowanie meczu,  
przyznawanie  
supermocy)



\*Zachęcaj graczy do kreatywności i zabawy przy wyborze otwartych zasad i upewnij się, że nie zawsze wybierają te same zasady.

\*Jeśli jedna drużyna lub gracz dominuje w dyskusji, poproś o opinię innych.

\*Skorzystaj z form meczu instrukcji przeprowadzenia lekcji football3

\*podziel lekcję na 2 bloki, pierwszy blok (dyskusję przed meczem) zrealizuj poza salą gimnastyczną/boiskiem

## Przeprowadź 1 dyskusję w bloku 1



- w tej części mediator zbiera drużyny, by zainicjować dialog na temat lekcji np. empatia, tak by drużyny ustaliły zasady otwarte meczu
- mediator stara się zaangażować wszystkich uczestników w dyskusję oraz wybór otwartych zasad, które będą obowiązywać w czasie gry.
- po ustaleniu zasad, ważne jest by mediator zapisał je na formularzu meczowym.

## Przed meczem - blok 1

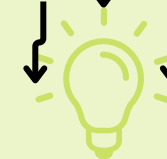
- zadbaj, by miejsce do gry (boisko, sala, hala) było bezpieczne i gotowe do użytku
- przygotuj piłkę do gry,
- 2 małe bramki (bramki można zrobić z np. z pacholków) i rozstaw na małej przestrzeni
- zdecyduj o rodzaju punktacji (punkty za bramki i punkty fair play vs super moce)
- wybierz zasady stałe (mogą one być związane z tematem lekcji - ułatwiać dzieciom lepsze zrozumienie tematu)
- wybierz temat lekcji

\*Wskazówki dla mediatorów



## Przeprowadź rozgrzewkę

\*Zachęcaj graczy do wzięcia odpowiedzialności za ich mecz. Jeśli zawodnik jest faulowany, powinien wyraźnie podnieść rękę, aby wskazać rzut wolny, a nie polegać na mediatorze, aby orzekł faul.



\*Ocena, kiedy należy interweniować na boisku, jest jednym z największych wyzwań dla mediatorów. Zapewnienie graczom czasu na osiągnięcie konsensusu jest ważne, ale ważne jest również, aby konfrontacja nie przerodziła się w agresję.

\*podziel lekcję na 2 bloki, drugi blok poświęć na mecz i dyskusję po meczu, zrealizuj na sali sportowej lub boisku

## 3 Dyskusja po meczu



- mediator przypomina uczestnikom, że mecze football3 należą do graczy
- gracze są własnymi sędziami i decydują o faulach, rzutach wolnych i bramkach
- w związku z tym to gracze pilnują przestrzegania zasad, tak by mecze były rozgrywane uczciwie.
- mediator jest obok, by wspierać ten proces i zapisać rezultaty meczu na formularzu meczowym
- mediator interweniuje tylko wtedy, gdy jest to konieczne.

## 2 Mecz



Pamiętaj, że dyskusję po meczu nie mają ustalonego limitu czasu.

Taką dyskusję można też przeprowadzić po meczu np. w sali lekcyjnej

Poświęć na nią tyle czasu ile jest to konieczne, by była sensowna.

Na zakończenie Pogratuluj obu drużynom.

Udany mecz football3 jest wynikiem współpracy obu drużyn i mediatora.