



ВЛАДА РЕПУБЛИКЕ СРПСКЕ

**МИНИСТАРСТВО ПОРОДИЦЕ, ОМЛАДИНЕ
И СПОРТА**

МИНИСТАРСТВО ПРОСВЈЕТЕ И КУЛТУРЕ

ПРОЈЕКАТ

**„ЕФЕКТИ ЕКСПЕРИМАНТАЛНОГ ПРОГРАМА У
НАСТАВИ ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА
ЗА УЗРАСТ 10–11 ГОДИНА У ОСНОВНИМ
ШКОЛАМА РЕПУБЛИКЕ СРПСКЕ“**

НОСИОЦИ ПРОЈЕКТА:

Министарство породице, омладине и спорта
Министарство просвјете и културе

ПРЕДЛАГАЧ ПРОЈЕКТА:

Радна група за реализацију Стратегије развоја спорта у Републици Српској за период 2008–2012. године за област школског спорта

КООРДИНАТОР:

Раденко Добраш, предсједник Радне групе

ВРИЈЕМЕ ТРАЈАЊА:

Јануар 2010– Јануар 2011. године

ФАЗЕ ПРОЈЕКТА:

1. Припремна фаза: септембар 2009–јануар 2010. године
 - припремање пројекта
 - објављивање јавног позива
 - избор кандидата
 - избор школа
2. Фаза реализације: јануар 2010– јануар 2011. године
 - реализација пројекта
3. Завршна фаза: јануар–март 2011. године
 - евалуација пројекта
 - прикупљање извјештаја

ЦИЉНА ГРУПА:

1. Ученици и ученице четвртог и петог разреда основних школа Републике Српске.
2. Незапослени професори физичког васпитања Републике Српске без радног искуства у струци

ПЛАН И ПРОГРАМ ПРОЈЕКТА:

Овај пројекат ће се реализовати у складу са наставним планом и програмом.

Министарство просвјете и културе извршиће одабир школа, а школе ће именовати ментора из реда запослених наставника, који ће бити задужени за праћење и реализацију наставног плана и програма који ће спроводити волонтери.

Кандидати ће се моћи пријавити за волонтирање Министарству породице, омладине и спорта, на обрасцу пријаве за волонтирање, уз потребну документацију у одређеном временском периоду.

Комисија за избор волонтера ће бити у саставу: Раденко Добраш, предсједник Радне групе, Весна Вулин, представник Министарства просвјете и културе, Душан

Илић, представник Републичког педагошког завода и Горица Билак, представник Министарства породице, омладине и спорта.

Број кандидата који ће бити изабран је 20.

Радна група ће у првих 15 дана од почетка пројекта одржати стручна предавања родитељима дјеце која су обухваћена пројектом о важности физичког васпитања и корективног вјежбања.

У неколико експерименталних и контролних одјељења извршиће се тестирање ученика на основу стандардних тестова при почетку и крају пројекта.

Волонтери ће у току свог рада у данима викенда одржавати спортске секције ученика експерименталних одјељења, када ће школе бити дужне да уступе термине у салама ученицима у односу на друге активности. Ученици морају имати приоритет код коришћења школских сала/објеката/терена.

У току рада, волонтери ће бити обавезни да у писаном облику достављају извјештај о свом раду ментору и Министарству породице, омладине и спорта.

Школа у којој се врши волонтерски рад обавезна је да доставља извјештај Радној групи о обављеном волонтерском раду кандидата који волонтира у тој школи.

1. УВОД

У старој Спарти, по ријечима Плутарха, дјецу са физичким недостацима и лошим држањем, су бацали са стијене Тајгет. Страх ме и помислити шта би се десило када би неки луди геније направио временску машину и довео понеког Спартанца у наше сале за физичко васпитање. Ипак, трагедија не би била тако велика као што се на први поглед чини – наша дјеца углавном нису тамо.

Физичка вјежба се у савременим условима живота намеће као насушна потреба модерног човјека. Разлога за то је много, од којих неки заслужују да буду поменути. Сједећи начин живота за посљедицу има врло мало кретања и физичког напора који је потребан за нормално функционисање организма. Начин исхране свакако погодује стварању прекомјерне тежине, а ако свему овоме додамо стрес као незаобилазни фактор модерног живота, имамо проблеме за које је физичка активност један од најефикаснијих средстава терапије.

Да би се борио против ових проблема, човјек у своје редовне активности треба да уврсти физичку вјежбу, те да је прихвати као неопходни дио свога постојања. У овом му је неопходна подршка друштва у цјелини, које би остваривањем услова за физичко вјежбање, као и његовим пропагирањем, помогло човјеку да овај вид дјелатности прихвати као начин живота.

Физичка вјежба је потребна и корисна у свим животним периодима и за сваки на посебан начин даје сличне резултате.

Овим пројектом обухваћено је физичко васпитање за узраст дјеце од 10 до 11 година, па ће о њему бити више ријечи.

Од великог значаја је напоменути да је физичко васпитање једини школски предмет који има здравствену компоненту. Другим ријечима, добро организована и спроведена настава може и треба да изазове позитивне ефекте на здравље ученика. Исто тако, неадекватна настава може да изазове негативне посљедице. Ово се посебно односи на предметни узраст. Подсјећања ради, моторика у овом узрасту још није издиференцирана, па се говори о генералном моторичком фактору. Фазе сензибилитета за поједине способности јављају се углавном у овом периоду и врло је важно како ће се те способности третирати у одређено вријеме. Проблеми са

постуралним поремећајима су врло чести. Све то наводи на закључак да је физичко васпитање у овом периоду врло деликатан процес и да му због могућих компликација (посебно здравствених) треба приступити врло опрезно и озбиљно. Пракса је да се без обзира на сферу људског дјеловања, најсложенији и најодговорнији послови повјеравају најбољим стручњацима; специјалистима субспецијалистима, експертима и сл.. Да ли је тако и у настави физичког васпитања?

Изузев појединачних случајева, настави физичког васпитања се ни приближно не придаје значај који заслужује. Објективних и субјективних разлога је много. Стручност оних који изводе наставу је свакако један од њих. Недопустиво је да је и поред његове важности, физичко васпитање предмет који служи наставницима других предмета за поуну норме и да се заостатци из других предмета надокнађују часовима физичког васпитања.

Програмом је предвиђено да узраст дјеце од седам до 11 година има три часа физичког васпитања недјељно. Врло ријетко је то случај у пракси.

Садржаји наставе су далеко од потреба и често прилагођени наставнику, тако да то демотивише ученике. Ученицима се физичко васпитање представља као споредан предмет за који увијек има времена, а неријетко се поистовјећује са игром коју дјеца упражњавају у слободно вријеме.

Све наведено, као и многи проблеми који нису поменути, разлог су да се врло озбиљно ради на промјени односа према настави физичког васпитања.

Свакако да ту важну улогу игра борба за промјену негативних ставова о овом процесу. Познато је колико је тешко мијењати једном формиране ставове, тако да ће евентуални помаци бити мјерени ситним корацима.

Нека један од тих корака буде и овај пројекат.

1.1. ПСИХОФИЗИЧКЕ КАРАКТЕРИСТИКЕ УЗРАСТА ДЈЕЦЕ ОД СЕДАМ ДО 11 ГОДИНА

Онтогенеза је развој јединке од ембриона до потпуног организма током цијелог живота појединца. Подијељена је у више развојних периода, од којих је један и узраст од седам до 11 година. Специфичности овог периода видљиве су како у физичкој, тако и психичкој димензији личности.

Гледано с аспекта моторичких способности, почетак овог периода је вријеме када је сазрела генерална контрола моторике. Јављају се и базичне моторичке способности, али још увијек нису дефинитивно манифестне, па се говори о генералном моторичком фактору. Овај период је погодан за почетак бављења мноштвом спортских активности (тенис, карате, џудо, итд.).

Сљедећа фаза у овом периоду карактеристична је за узраст од осам до 10 година. У овом узрасту се основни природни облици кретања усавшавају и служе као основа за испољавање моторичких способности. Још увијек се може говорити о комплексном моторичком фактору, тако да се недостатак једне надокнађује другом способношћу.

Око десете године долази до диференцирања моторичких способности. Оне се јављају у различитим временским периодима, што је условљено самом способношћу, али је и индивидуално одређено. Биомоторички потенцијали су способни за учење и усвајање сложених моторичких кретања захваљујући убрзаном развоју координације.

За физички развој у овом периоду карактеристично је да и дјечаци и дјевојчице расту око 6 cm годишње и да им се тјелесна маса повећа око 3–4 kg.

Прво, интезивно расту кости ногу. Мускулатура не прати раст костију. Масно ткиво наставља раст који је био успорен у предшколском периоду. Лимфно ткиво достиже коначну форму, почиње и друга дентиција. Однос величине срца према тјелесној тежини приближава се односу какав имају одрасле особе. Систем крвних судова не прати раст срца, па се може јавити повишен крвни притисак. Кичмени стуб добија физиолошке кривине, а с обзиром на то да су кости меке, због недовршене остификације, треба водити рачуна о опасности од постуралних поремећаја.

Психолошке карактеристике овог узраста никако не смијемо занемарити. Вјероватно је да је дијете од седам или осам година физички и моторички спремно за бављење фудбалом или неком другом спортском игром. Поставља се питање колика је његова психолошка спремност да се подреди интересима групе. Ако дијете није емоционално зрело и спремно да уважава мишљење и понашање других, његово ангажовање у раду и вјежбању може оставити далекосежне посљедице на његов развој. Карактеристика овог периода у психосоцијалном смислу је да пажња добија све већу стабилност, емоције су краткотрајне, али врло интензивне и лако се ослобађају, интереси су све усмјеренији, развија се колективна свијест, општа и спортска интелигенција, долази до честе идентификације (тренер, познати спортисти...)

1.2. ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ И СПОРТ МЛАЂЕГ ШКОЛСКОГ УЗРАСТА

Млађи школски узраст обухвата дјецу од седам до 11 година или од другог до петог разреда.

Ако је проблем предшколског узраста непостојање установе у којој би дјеца упражњавала физичко вјежбање и спортске активности, то се никако не односи на млађи школски узраст. Наиме, похађање основне школе је обавезно, а предмет физичко васпитање је обавезан и равноправан осталим предметима. Штавише, са фондом од три часа седмично, физичко васпитање се налази одмах иза српског језика и математике. Анализирајући наведено, на први поглед изгледа да физичко васпитање у овом узрасту нема већих проблема, али проблеми се јављају у самој реализацији наставног процеса и спровођењу у живот законских одредаба.

Узраст од седам до 11 година је период кад се дешавају драматичне промјене у начину живота човјека. Дјеца која су до седме године готово без икаквих обавеза и вријеме проводе у игри, одједном добијају школске обавезе. Дуготрајно сједење, тешка и често неадекватна торба, обимно градиво у школи, али и код куће, идеални су предуслови за појаву блажих и тежих облика постуралних поремећаја, као и погоршање постојећих. Искуства нас уче да у оваквим ситуацијама у помоћ треба звати физичку вјежбу, као провјерено средство превенције, профилаксе и терапије код ових проблема. Имајући у виду наведене проблеме, намеће се закључак да је физичко васпитање изузетно важна активност у овом узрастном периоду. Знајући за велики број дјеце која имају проблема ове природе, те да је тај број у сталном порасту, поставља се питање квалитета наставе физичког васпитања.

Каква би настава физичког васпитања требала да буде?

Настава у овом узрасту би требало да буде тако програмирана да у својим садржајима највише третира способности које се у том периоду највише развијају. Изузетно је важно водити рачуна о физичком и физиолошком развоју, како се не

би претјерало са оптерећењем. Треба навести да је у овом периоду дјецу врло лако анимирати на рад, ако су им садржаји занимљиви. Зато би требало што више програмских садржаја реализовати кроз игру.

Изузимајући часне изузетке, наставом која се изводи у већини наших школа не можемо бити задовољни. Позната је тенденција да због саме сложености проблема који се могу јавити, као и због начина усвајања одређених кретних задатака са најмлађим узрастом раде најбољи сручњаци. Њихова могућност апстраховања је мала, тако да им је од изузетног значаја демонстрација одређених задатака. Лоша демонстрација повлачи са собом погрешно учење и аутоматизацију грешака што свакако отежава даљи рад. И поред тога, ријетке су школе који раду са овим узрастом поклањају потребну пажњу. Иако је предвиђено да се настава изводи три пута седмично, у пракси је то обично другачије. Разлога за ове појаве је много, а овом приликом биће набројани најчешћи.

Један од највећих проблема у настави је неодржавање часова по фонду који је прописан наставним планом и програмом. Наиме, познато је да у овом узрасту наставу из већине предмета изводе наставници разредне наставе, а није ријетка појава да заостаци у настави из других предмета бивају надокнађени часовима физичког васпитања, што доказује Табела бр. 1, гдје само 3,9 % ученика тврди да има редовну наставу физичког васпитања, а чак 96,1% ученика каже да се настава физичког васпитања не одржава три пута седмично, по анкети која је спроведена за потребе Стратегије развоја спорта у Републици Српској за период 2008–2012. године. Овим поступцима чини се двострука штета: дјеца су оштећена за корисне ефекте физичке вјежбе, а физичко васпитање им се представља као неважан предмет који није обавезан и лако га је надокнадити. Стручњацима из области физичке културе је добро познато колико је важно правовремено дјеловати на поједине моторичке способности.

Када се погледају планови и програми, може се видјети да се они преписују из године у годину, не водећи рачуна о промјенама које су се у међувремену дешавале; справе и реквизити, унапређење наставе због нових научних сазнања, промјене у самој популацији... Апсолутно се не води рачуна о афинитетима и способностима, тиме и потребама ученика.

Иако нису наведени сви проблеми, може се закључити да је физичко васпитање умногоме обезвријеђено као школски предмет. Знајући колико је с обзиром на сједећи начин живота физичка активност важна за здрав развој најмлађих, претходна квалификација физичког васпитања звучи готово невјероватна.

Ово стање свакако одговара све бројнијим школама спорта и спортским клубовима. Они, уз нимало јефтину чланарину „регрутују“ у своје редове управо дјецу узраста од 10 до 11 година. Упитан је и квалитет њиховог рада, јер их често оснивају и у њима раде неквалификована лица. Ако се узме у обзир да школе изнајмљују своје сале за поменуте активности, онда је парадокс комплетан.

Према анкети која је спроведена за потребе израде Стратегије, од укупно 377 ученика, 78 ученика или 20.7 % не зна пливати, док скијати не зна 59.4 % анкетираних ученика. Ове податке треба узети са одређеном резервом с обзиром на то да су ученици давали одговоре на основу личне процјене свога знања.

Такмичења у овом узрасту углавном се ријетко организују тако да је релативно мали број ученика учествовао у неком школском, а поготово међушколском, такмичењу. Углавном се та такмичења сведе на активности на излетима и масовне догађаје као што су уличне трке. Имајући у виду овакав однос према настави физичког васпитања, не чуди податак да је само 23.3 % анкетираних

ученика изабрало физичко васпитање као омиљени предмет. Интересантно је поменути да је ова узрасна категорија у најмањем проценту изабрала физичко васпитање као омиљени предмет.

Овоме свакако доприноси неодржавање часова физичког васпитања чиме се физичко васпитање представља као небитан предмет, а дјеца бивају ускраћена за корисно дејство физичке вјежбе и прилику да заволе овај предмет. У сваком случају, треба искористити склоност дјеце према такмичењу јер је током анкете чак 89,9 % ученика изразило жељу за такмичењем. Активности које ученици највише желе у настави физичког васпитања су спортске игре и то фудбал 30 % и кошарка 20,7 %. Подаци су илустровани табелом бр. 1.

Табела бр. 1. Стање у настави, знања, способности и афинитети дјеце предметног узраста

	Настава три пута недјељно	Пливање	Скијање	Омиљени предмет физичко васпитање	Жеља за такмичењем
ДА	3,9 %	79,3%	40,6%	23,3%	89,9%
НЕ	96,1%	20,7%	59,4%	76,7%	10,1%

Истраживање које је спровела Школа спорта „Бамби“ Бања Лука (2009) у сарадњи са Министарством породице, омладине и спорта и Факултетом физичког васпитања и спорта Универзитета у Бањој Луци у оквиру пројекта „Савремена дијагностика деформитета стопала“, открива поражавајуће податке међу дјецом школског узраста широм Републике Српске.

Наиме, истраживање је спроведено на 1.000 ученика основних школа, те од укупног броја испитаника, само 7 % истих није имало деформитет стопала. То довољно говори у прилог алармантног стању у којем се налазе наша дјеца.

Такође, тестирање које је спровео Центар за образовање и васпитање и рехабилитацију слуха и говора Бања Лука (2008) говори о значају спровођења физичког вјежбања у корективне и терапијске сврхе, што подразумева редовну здравствену контролу. Тестирање је обављено са намјером да се изврши процјена способности сваког ученика за бављење тачно одређеним облицима физичких активности. За то је била неопходна сарадња специјалиста физикалне медицине, ЈЗУ Дом Здравља Бања Лука, здравствених радника (физијатар, ортопед) и стручног тима Центра (директор, социјални радник, педагог, професор физичког васпитања).

Сарадња са доктором и рана дијагностика, као и благовремен почетак рада на отклањању деформитета, један је од одлучујућих фактора за успјех читавог комплекса примијењених корективних мјера. То је неопходно и због откривања евентуалног скривеног обољења које може да буде врло опасно због чињеница да физичка вјежба својим оптерећењем може да утиче на важне системе у организму ученика. Због тога је стручни тим Центра донио одлуку да стално прати физички развој и контролише физичке способности својих ученика.

Да би анализа била што поузданија, а оцјена што вјеродостојнија, сачињен је лични картон ученика (Табела бр. 2) који садржи сљедеће податке:

- налаз физијатра,
- налаз психолога,

- степен слушног оштећења,
- девет тестова опште физичке способности чији је циљ сагледавање тренутне способности ученика.

Табела бр. 2 . Лични картон ученика

**ЦЕНТАР ЗА ОБРАЗОВАЊЕ И ВАСПИТАЊЕ И РЕХАБИЛИТАЦИЈУ
СЛУШАЊА И ГОВОРА Бања Лука**

Предмет : КОРЕКТИВНА ГИМНАСТИКА

Име и презиме	
Годиште	
Пол	мушки 1. женски 2.

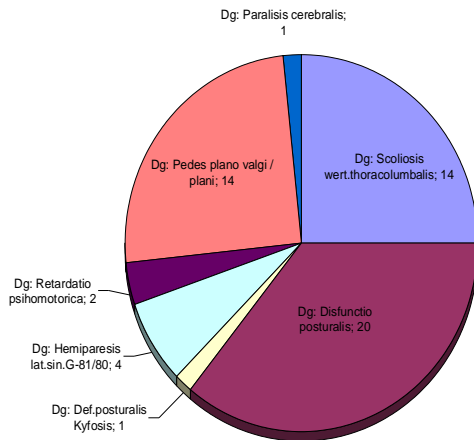
Степен глувоће	
Налаз психолога	
Налаз физијатра	

Тестови опште физичких способности				
	датум мјерења	датум мјерења	датум мјерења	датум мјерења
тежина				
висина				
распон руку				
згиб-издржај				
скок у вис				
трчање 20м				
трчање 50м				
коверта тест				
дубоки претклон				

Прикупљени подаци су анализирани и на основу њих донесени су закључци о стању и степену физичког развоја и физичких способности ученика Центра, евидентирани евентуални пропусти и мањкавости, те према њима припремљен план и настава корективне гимнастике.

Увидом у документацију и извршеним прегледом у ЈЗУ Дом здравља Бања Лука, за школску 2008/2009. годину, утврђено је да 50 ученика Центра има одређени постурални поремећај, што је приказано у дијаграму бр. 1:

Дијаграм бр. 1. Приказ евидентираних постуралних поремећаја



Dg: Scoliosis vert.thoracolumbalis – 14 ученика
 Dg: Disfunctio posturalis – 20 ученика
 Dg: Disfunctio posturalis Kyfosis – 1 ученик
 Dg: Hemiparesis lat. sin. G-81/80 – 4 ученика
 Dg: Retardatio psihomotorica – 2 ученика
 Dg: Pedes plano valgi/plani – 14 ученика
 Dg: Paralysis cerebrales – 1 ученик

На који начин је могуће унаприједити наставу физичког васпитања?

- У наставу за млађи школски узраст обезбиједити услове за редовно одржавање наставе физичког васпитања.
- Приликом израде наставног плана и програма размотрити могућност увођења трећег часа физичког васпитања за ученике петог разреда.
- Остварити сарадњу са спортским клубовима и савезима, посебно кад су у питању организовања такмичења, али и у пропагирању одређених спортова.
- Организовати ваннаставне активности ученика.
- Организовати редовна школска такмичења за овај узраст у договореним дисциплинама.
- Организовати редовна међушколска такмичења за овај узраст у договореним дисциплинама.
- На такмичења позвати представнике спортских клубова и друштвене заједнице (помоћ у организацији, суђењу – селекција талената).
- Спроводити контроле увида у наставни процес и квалитет извођења наставе (надзорници), те уколико се утврди непоштивање законских, подзаконских аката и НПП-а, санкционисати учињене пропусте.
- Вршити редовна праћења и врједновања моторичког статуса ученика и на основу њих утврдити ефекте наставе физичког васпитања.
- Омогућити ученицима учествовање у спортским секцијама кроз доступност школских спортских објеката/терена/сала.

2. ЦИЉ ПРОЈЕКТА

Два циља:

1. Побољшање моторичких способности дјеце и дијагностика постуралних поремећаја;
2. Омогућавање полагања стручних испита волонтерима – професорима физичког васпитања и спорта.

2.1. ЦИЉ И ЗАДАЦИ НАСТАВЕ ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА

Циљ наставе физичког васпитања је испуњавање потреба ученика за игром и кретањем, допринос повећању способности прилагођавања и стваралачке енергије и способности у савременим условима живота и рада, васпитање за физичко васпитање с циљем очувања и унапређења здравља, усвајања трајних навика да се физичко вјежбање угради у свакодневну културу живљења.

Задаци наставе физичког васпитања:

- упознавање значаја и суштине физичког васпитања;
- постизање хармоничног физичког раста и развоја уз правилно држање тијела;
- васпитање здравствених и хигијенских навика ради очувања и јачања здравља, повећања отпорности организма на штетне утицаје савременог живота, исхране и рада као и осталих непожељних утицаја животне околине;
- стицање одређеног фонда моторичких знања умијења, навика и способности за ефикасно, нормално функционисање организма, потреба, подстицаја развоја, унапређивања здравља, издашног кориштења слободног времена и обављања свакодневних кретних захтјева;
- подстицање и ангажовање скривених способности и изузетних кретних потенцијала, усавршавање спортског образовања

2.2. ОПЕРАТИВНИ ЗАДАЦИ С ОБЗИРОМ НА ПОЛ И УЗРАСТ УЧЕНИКА IV И V РАЗРЕДА

- стимулисање физичког развитка, повећањем мишићне масе, коштане и зглобног система;
- подмирење примарног биотичког мотива израженог у потреби за кретањем, игром, надметањем;
- васпитање моторичких способности, а посебно на развој координације, брзине, гipкости, експлозивне снаге, равнотеже и др.
- увјежбавање зглобно-мишићне (кинестезије) осјетљивости које се испољавају свјесним и самосталним управљањем својим кретањем;
- повезивање моторичких захтјева у цјелину, али без стварања крутих моторичких аутоматизама;

- испуњавање потреба за афирмацијом, али и смањења прецењивања сопствених способности, због неразвијене самокритичности – психофизичке равнотеже;
- задовољавање потреба дјеце за групном идентификацијом која ће убрзати процес социјализације личности;
- васпитање способности за посматрање, доживљавање и стварање естетских вриједности (љепота кретања, потеза, спортске игре, природе и појава у њој);
- увођење у организован систем припрема за игре, сусрете и манифестације;
- указивање на потребе стваралаштва у два смјера: 1. спортско-техничких достигнућа, 2. естетско обликовање и доживљавање моторичких активности.

2.3. ПРАЋЕЊЕ, ВРЕДНОВАЊЕ И ОЦЈЕЊИВАЊЕ

Физичко васпитање се по природи своје дјелатности знатно разликује од осталих васпитно-образовних области у школи, али је интегралан дио система васпитно-образовног процеса и развоја личности. Праћење, вредновање и оцјењивање се врши на основу следећих елемената:

- развој моторичких способности
- спортско-техничко образовање
- повезивање (однос) физичког васпитања са животом и радом

Прва два елемента су по природи такви да им је учинак мјерљив и могу као образовни стандарди да буду егзактно изражени. То су минимум моторичких способности и спортско-техничких достигнућа које ученици појединих узраста треба да достигну, што гарантује исти минимални, а задовољавајући ниво способности код свих ученика.

Моторичке способности

При оцјењивању моторичких способности узима се у обзир ниво личних моторичких способности сваког појединца, остварен у току школске године према његовим индивидуалним могућностима.

За контролу боље рећи процјену моторичких способности примјењујемо батерију тестова Југословенског завода за физичку културу и медицину спорта, Београд, 1988, која обухвата:

За узраст IV и V разреда

- за физички раст (тјелесна висина и тјелесна маса)
- за експлозивну снагу ногу (скок у даљ из мјеста)
- за општу снагу (бацање медицинке од 2 kg)
- за општу координацију (одбијање лопте од зида)

Провјера се обавља на крају школске године, а постигнути резултати се вреднују помоћу Критеријума за процјену физичког раста и развоја моторичких способности дјеце и омладине узраста од седам до 19 година (нормативи – таблице). Описе тестова и упутство за вредновање резултата наставници могу наћи у поменутих нормативима.

На основу утврђених вриједности на сваком тесту утврђује се укупан збир бодова и процјењује се стање физичког раста и развоја и нивоа моторичких способности ученика.

Резултати провјере служе наставнику и сваком поједином ученику да упоређујући утврђено стање са претходним, процијени свој напредак. Подаци о физичком расту и развоју и моторичким способностима уносе се у дневник рада наставе физичког васпитања.

Резултати праћења служе наставницима физичког васпитања као полазиште за програмирање рада, у индивидуалном, групном приступу и одређивању радних задатака за сваког појединца и за њихово оцјењивање.

Спортско-техничка достигнућа

Спортско-техничка достигнућа се (пр)оцјењују утврђивањем обима (квантитета) и нивоа (квалитета) садржаја програма, прецизираних у поглављу спортско-техничко образовање.

За праћење спортско-техничких достигнућа служе минимални образовни захтјеви на основу којих се вреднује постигнути успјех.

У сваком разреду, послје навођења заједничких програма дати су минимални образовни захтјеви које сваки ученик треба да са(о)влада.

Повезивање физичког васпитања са животом и радом (однос према физичкој култури и вјежбању)

Оцјењивање односа ученика према физичкој култури обавља се праћењем ученикове активности на властитом физичком усавршавању, учвршћењу здравља, њези тијела, извршавању задатака у смислу његовања својих моторичких способности, оствареном степену навика за сталним вјежбањем и упражњавањем кретно-игровних и спортско-рекреативних садржаја, односу према друговима и сарадњи током вјежбања, током спортских надметања и излета као и праћењем активности ученика у сталним облицима којима се стечена знања из ове области повезују са свакодневним животом.

Оцјењивање

Оцјену одличан (5) добија ученик који је радом у току школске године побољшао своје моторичке способности и чији резултати знатно превазилазе стандарде узраста; који у спортско-техничким достигнућима знатно превазилази постављене захтјеве по обиму и квалитету и који има веома активан однос према физичкој култури.

Оцјену врло добар (4) добија ученик који је радом у току школске године побољшао своје моторичке способности и чији резултати превазилазе стандарде узраста; који у спортско-техничким достигнућима превазилази постављене захтјеве по обиму и квалитету и који има активан однос према физичкој култури.

Оцјену добар (3) добија ученик који је радом у току школске године побољшао своје моторичке способности у границама стандарда, чији су резултати у спортско-техничким достигнућима у оквирима минималних образовних захтјева и чији је однос према физичкој култури задовољавајући.

Оцјену довољан (2) добија ученик који није у току школске године побољшао своје моторичке способности, чији су резултати у спортско-техничким достигнућима испод утврђених стандарда и који не показује минимум интересовања за физичку културу.

Оцјену недовољан (1) у принципу не би требало да добије ни један ученик. Ученик чије су моторичке способности опале и који не испуњава очекиване стандарде као и који не показује ни минимум интересовања за одржавање својих моторичких и функционалних способности, и који је здрав, упућује се на корективно вјежбање.

2.4. ЦИЉ ИСТРАЖИВАЊА:

Циљ овог истраживања (пројекта) је да се утврде исходи или ефекти експерименталног програма у настави физичког васпитања ученика узраста 10 и 11 година тј. четвртог и петог разреда.

Ученици у овом истраживању похађаће наставу под стручним вођењем и по важећем наставном плану и програму физичког васпитања.

Овај ученички узраст се налази у најосјетљивијој фази физичког (и психичког) раста и развоја организма дјете. Зато је треба проћи што мирније, стабилније, без већих осцилација и подстицајно како у предпубертетском, а касније пубертетском и на крају послје пубертетском периоду. Отуда долази оправданост једног оваквог истраживања баш на овом узрасту ученика.

3. СУБЈЕКТИ ИСТРАЖИВАЊА

Планирано је да План и програм пројекта спроводе волонтери који су дипломирани професори Факултета физичког васпитања и спорта, који ће свој рад реализовати у складу са наставним планом и програмом.

Волонтери су најбитнија карика овог пројекта јер од њиховог рада и залагања зависи успјешност истог, као и ефекти који произилазе из истраживања и тестирања.

Научна поставка основа дидактике физичког васпитања огледа се у чињеници да основна карактеристика цјелокупног класичног васпитно-образовног наставног процеса је вишечасовно пасивно оптерећење органима ученика уз искључиво и максимално ангажовање централног нервног система (ЦНС) и физичког васпитања, с друге стране, којег карактерише изузетна динамичка активност која захтијева оптимално ангажовање свих система организма и у значајној мјери укупне и сложене активности ЦНС-а.

Настава је плански процес организованог васпитања гдје ученици стичу

- знања
- умјења
- вјештина
- навика
- и истовремено је процес развијања опште физичких и психичких потенцијала

3.1. ПРОФИЛ ПРОФЕСОРА ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА

Профил професора физичког васпитања омогућава да се испуне образовни задаци физичког васпитања који су у вези са здравствено- хигијенским и васпитним задацима физичког васпитања.

Знања су полазна основа у процесу физичког васпитања и чине садржаје:

- из хигијене
- анатомије људског тијела
- физиологије
- о значају физичке културе

Квалитетним приступом и професионалним односом у процесу наставе физичког васпитања спречава се:

- настанак тјелесних деформитета
- низ појава које доводе до негативних посљедица и утичу на тјелесни раст, функције, развој и здравље организма

- болести органа за дисање, варење и крвотока
- претерану гојазност
- атрофију мишића и органа
- различитих облика неправилности у развоју

Ефекти пројекта се сагледавају и кроз дјеловање професора физичког васпитања и вриједности рада у настави на:

- стварање повољне атмосфере за рад
- указивање на значајну здравствену вриједност физичког вјежбања
- формирање увјерења и ставова о вјежбању
- некритички однос недовољно успјешним ученицима
- изналажење адекватних и оптималних рјешења у реализацији циља и задатака школског физичког васпитања
- квалитетним приступом у току рада (некориштење лоших поступака) због развоја личности ученика
- успостављање стимулативне интерперсоналне комуникације са ученицима и између њих
- посебну пажњу према ученицима са недостацима (да се не осјећају мање вриједним) и стварањем слике о њиховим тјелесном и духовном идентитету
- познавање наставних садржаја у физичком васпитању и критеријуме избора садржаја који су:
 - друштвено-политички
 - научни
 - психолошки
 - педагошки
- најреалније праћење (физиолошко оптерећење ученика, њихове емоционалне доживљаје, њихову концентрацију пажње, интелектуално оптерећење у настави, сличне појаве и процесе)
- позитиван утицај на адекватну мотивацију ученика
- корективно-педагошки рад
- тестирања опште физичких способности
- откривање и разрада организованих облика
- утврђивање систем праћења и контроле ефеката и других чиниоца успјешности педагошког рада
- да настоје својим радом на часовима постигну резултате који превазилазе постављење задатке
- утиче на свестран развој и да има позитиван и активан однос према физичкој култури
- да подржава ученика у савладавању свих програмских цјелина и садржаја и да подједнако добро и успјешно савладава и изводи
- утицај на свестрани развој личности, а то значи, личност која представља јединство физичког, умног, моралног, друштвеног, радног и естетског васпитања
- контрола физичких напора у процесу наставе, према опште физичким способностима сваког ученика
- ефикаснија настава уколико се исправно и зналачки примјењују правила
- спровођење наставних принципа:

- принцип јасноће циља
- принцип научне заснованости
- принцип очигледности и свесне активности
- принцип поступности, систематичности и индивидуализације
- принцип понављања, рационалности и вредновања
- принцип повезаности наставе са животом

Ученицима у пројекту се омогућава кроз ефекте усавршавања и надградње на:

- правилности извођења покрета
- правилно контролисано физичко и психичко оптерећење
- прецизност, правременост
- стицање основних појмова у физичкој култури и спорту
- креативности (слобода избора у игри)
- изградња осјећајности
- спретности и гипкости
- развијање радне и техничке културе
- тестирање општефизичких способности и скенирање могућих постуралних поремећаја
- васпитање самосталности и одговорности

4. ОЧЕКИВАНИ ЕФЕКТИ

Ефекти пројекта доприносе :

1. Развоју и јачању здравља ученика.
2. Развоју личних и друштвених вриједности као што су:
 - обавезе
 - упорност
 - одговорност
 - тимско дјеловање
3. Развој психолошких особина:
 - самопоуздање
 - лични приступ
 - самопоштовање
 - самоконтрола
4. Обезбеђује позитивно искуство као што је забава, осјећај...

Учествовање у настави која је ефикаснија кроз дејство информација (дају се у облику лакшем разумјевању, презентују у аналитичко-синтетичкој форми). Усмјерење према професору физичког васпитања и ученицима унутар групе. Спровешће се планско, организовано и континуирано оспособљавање ученика укључујући усвајање свих покрета и међусобна сарадња.

Омогућавање јасних циљева, дефинишу се једнака права и омогућују једнаке могућности за њихову реализацију.

Низ активности у вези су са побољшањем рада кроз квалитетна упутства о правилном распореду радног времена, радног времена дјетета, активног одмора.

Селекција ученика је важна у нижим узрастима за све активности и одређујућа је за избор врхунских спортиста.

Ефекти у овом истраживању ће се испољавати у:

- побољшаним физичким способностима ученика (статистички значајној разлици у корист експерименталне у односу на контролну групу),
- правилнијем држању тијела ученика (јер је корективно вјежбање обавезан и саставни дио програма у сегменту додатни васпитно-образовни рад што ће се процјенити неким у струци признатих метода).
- неким позитивним латентним психичким карактеристикама, ставовима ученика током експерименталног периода у којем ће се спровести истраживање, као и другим, пратећим карактеристикама (особеностима) које буду предмет истраживања.
- наставницима физичког васпитања тј. извођачима овог пројекта ће бити омогућено полагање стручног испита, што је својеврсна припрема за квалитетније оспособљавање и будући рад у школској пракси.

5. ЗАКЉУЧАК:

Узевши у обзир вриједности физичке вјежбе и њено благотворно дејство на човјека, потребно је обезбиједити услове за физичко вјежбање. Наведено се посебно односи на узраст који је предмет истраживања (10–11 год.).

Период млађег школског узраста, којем припада и опсервирани узраст, је изузетно важан са становишта развоја и формирања моторичких способности, јер су у том дијелу онтогенезе јединке „смјештене“ фазе сензибилитета за готово све моторичке способности. Сходно наведеном, не смије да буде неважно каква је настава физичког васпитања за овај узраст и да ли се она одржава.

Свакако да није случајно то што је планирано да дјеца млађег школског узраста имају по три часа физичког васпитања, чиме се овај предмет по броју планираних часова налази одмах иза језика и математике. Сви аутори сматрају да, због важности овог узрадног периода за физички развој јединке, наставу за овај узраст треба да изводе најбољи стручњаци. У вријеме компјутеризације „свега и свачега“, потребно је наћи адекватан одговор на насталу ситуацију.

Истраживања неких наших аутора (Вранешкић и Радојевић) показују да се нисмо најбоље снашли у тим активностима. Наиме резултати њихових истраживања говоре да су дјеца са наших простора „моторички млађа“ од дјеце из окружења. Ово је посебно изражено у поређењу са дјецом из Западне Европе и Скандинавије. По резултатима ових истраживања, способности дјеце са ових простора од 11 година одговарају способностима дјеце од 9 до 10 година из поменутих региона. Свакако да је разлог оваквог, на први поглед нелогичног, стања приступ настави физичког васпитања и ваннаставним активностима.

Имајући у виду наведено потребно је:

- Обезбиједити услове за редовно и квалитетно одржавање наставе физичког васпитања (простор, реквизити кадар...).

- Инсистирати на спровођењу наставног плана и програма и у случају непоштивања истог, предузети мјере у складу са законским и подзаконским актима.
- Вршити редовне контроле морфолошког, физичког и моторичког статуса дјеце и прилагодити наставу резултатима.
- Приликом планирања наставе водити рачуна о афинитетима ученика.
- Организовати ваннаставне активности с циљем да што више дјеце буде обухваћено.
- Организовати такмичења у договореним дисциплинама, како на школском, тако и на вишим нивоима, с циљем да што више дјеце буде обухваћено.
- Школске сале ставити на располагање дјеци и ван наставе (секције, такмичења, вјежбање...)
- Инсистирати на сарадњи школа са спортским организацијама и удружењима, спортским савезима, друштвеном заједницом и свим субјектима који могу да помогну.
- Анимирати и укључити родитеље као врло битан фактор у рјешавању проблема.
- Додатно едуковати кадар за рад са овим изузетно осјетљивим узрастом.
- Укључити у рад све који желе и могу помоћи у рјешавању проблема у овом сегменту образовања; волонтери (професори физичког васпитања), тренери, љекари, терапеути...
- При изради наставног плана и програма размотрити могућност увођења трећег часа физичког васпитања за пете разреде основних школа (час корективног вјежбања).

На крају један апел:

Вратимо физичко васпитање дјеци и дјецу физичком васпитању. Наша дјеца, наше највеће богатство, биће нам за то захвална. Њихово сретно дјетињство за нас је највећа награда!

Влада Републике Српске
Министарство породице,
омладине и спорта

Проф. др Проко Драгосављевић

Број: 20.01/660-38/10
Датум: 21.01.2010. године

Влада Републике Српске
Министарство просвјете
и културе

Антон Касиповић, дипл. правник

Број: 07.020/61-6/10
Датум: 21.01.2010. године