

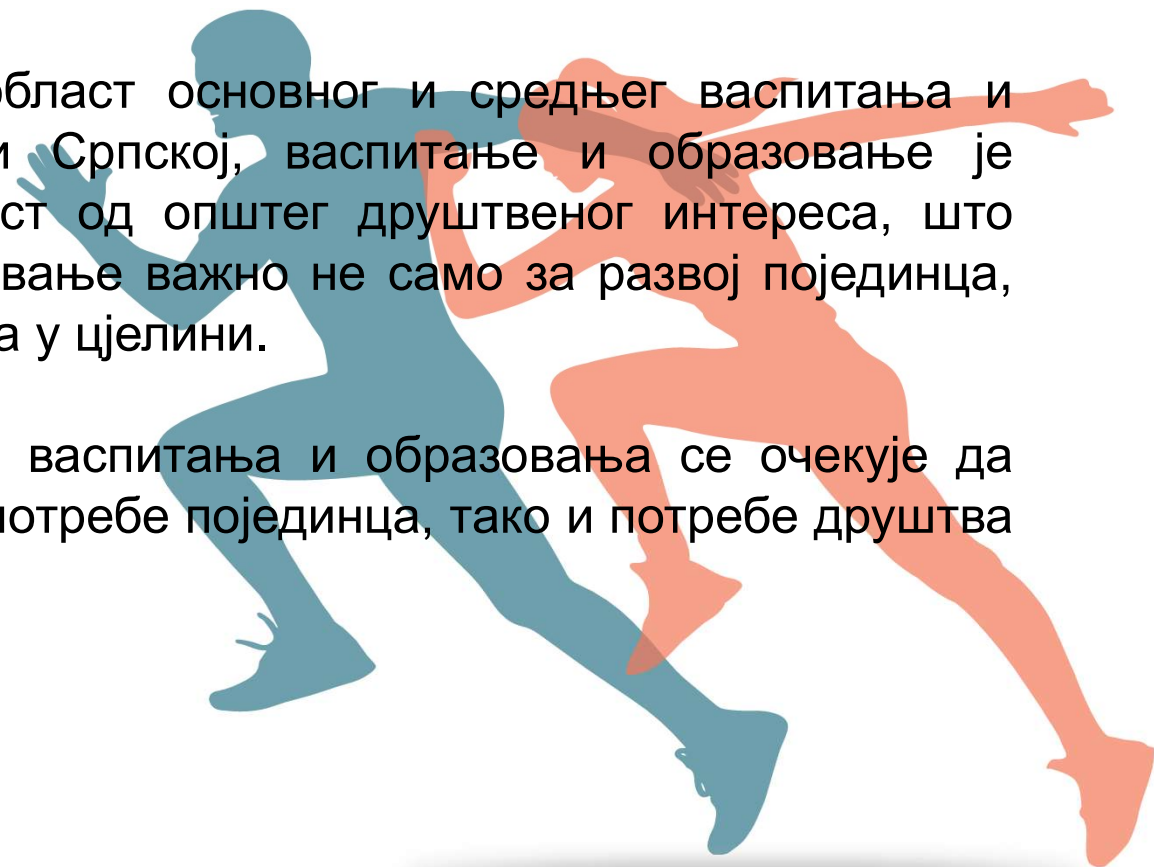


Могућности и предности новог Наставног плана и програма за физичко и здравствено васпитање у основној школи

Драган Мрдић

Законом који регулише област основног и средњег васпитања и образовања у Републици Српској, васпитање и образовање је дефинисано као дјелатност од општег друштвеног интереса, што указује на то да је образовање важно не само за развој појединца, него и за напредак друштва у цјелини.

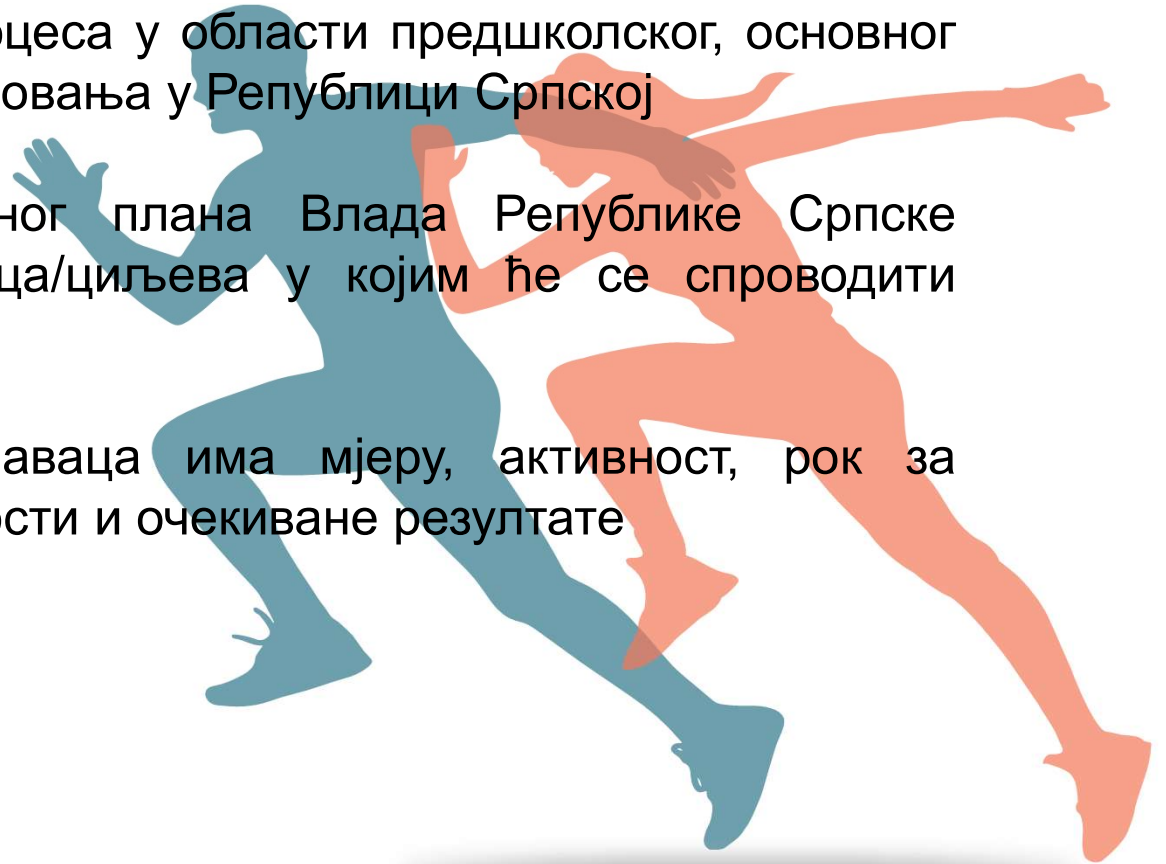
Управо из тог разлога од васпитања и образовања се очекује да прати и задовољава како потребе појединца, тако и потребе друштва у цјелини.



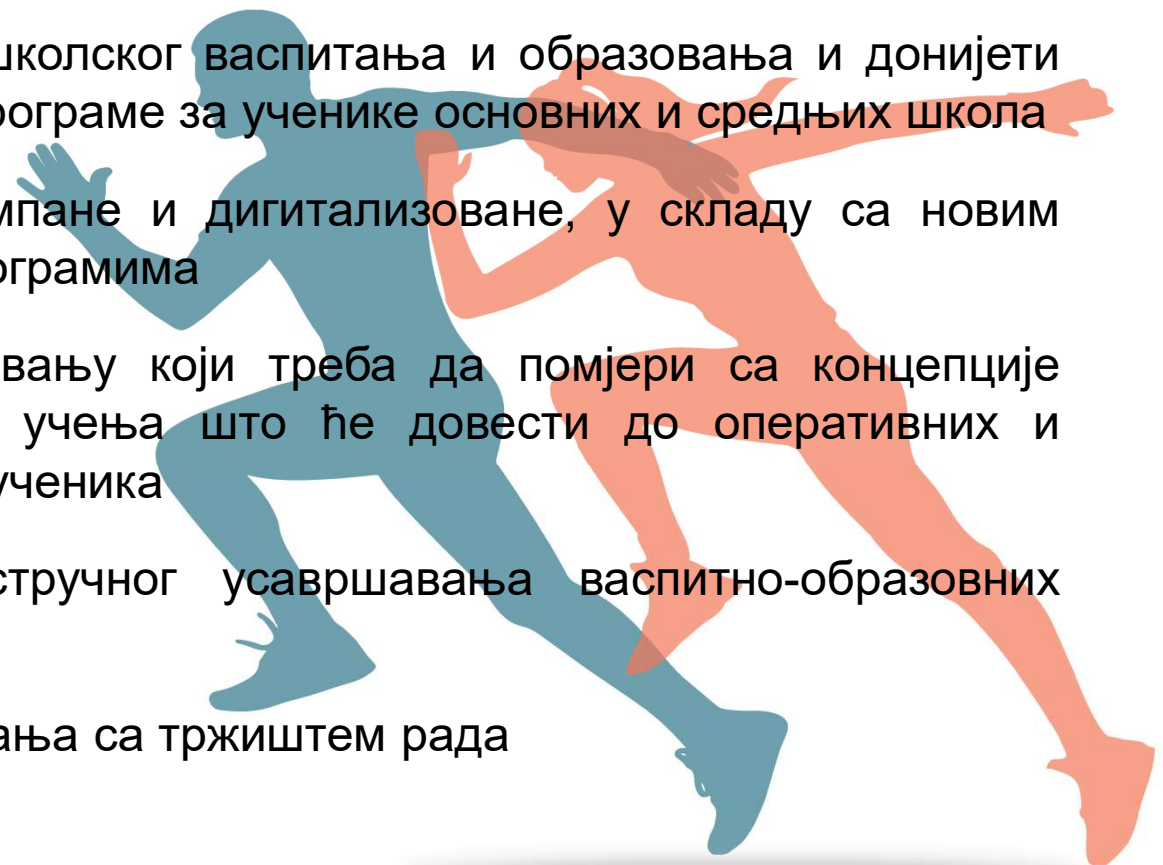
По први пут у Републици Српској донесен је Акциони план за спровођење реформских процеса у области предшколског, основног и средњег васпитања и образовања у Републици Српској

Прије саме израде Акционог плана Влада Републике Српске дефинисала је шест праваца/циљева у којим ће се спроводити реформа

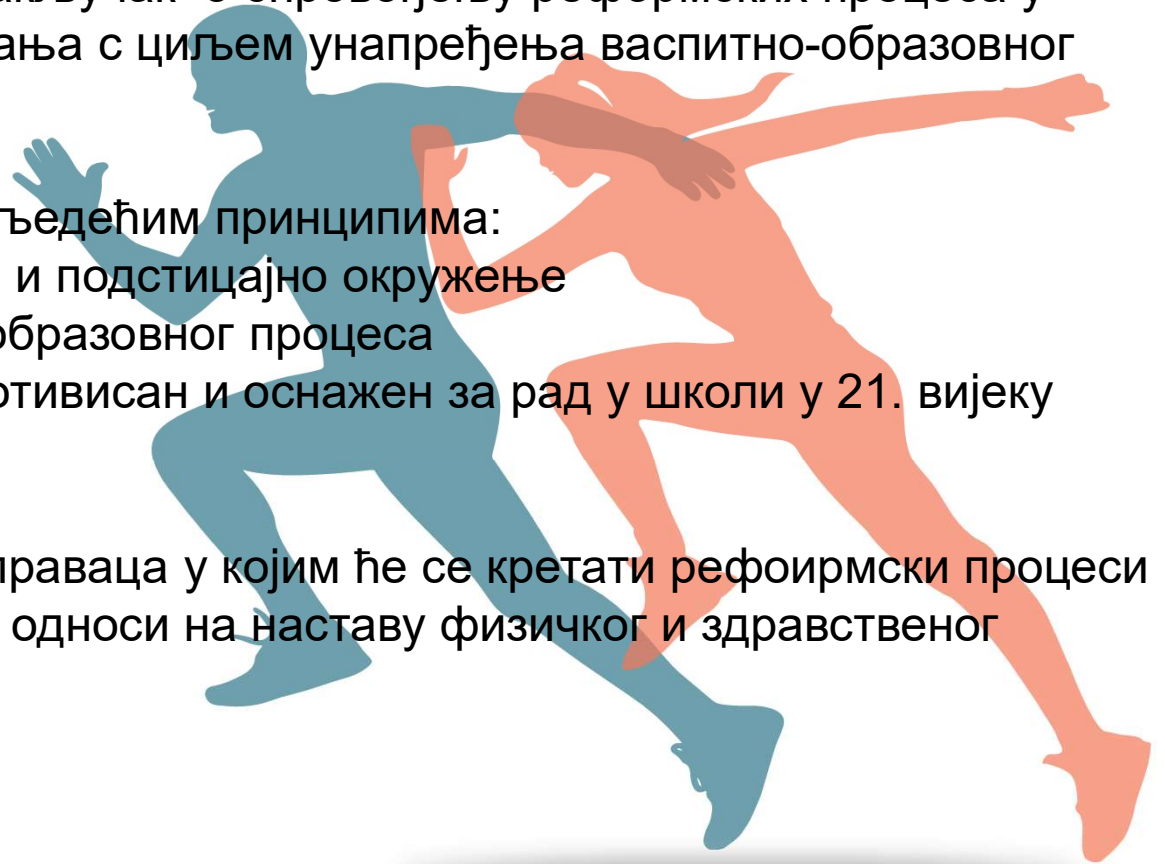
Сваки од дефинисаних праваца има мјеру, активност, рок за реализацију, носиоце активности и очекиване резултате



1. Повећати обухват дјече предшколским васпитањем и образовањем
2. Иновирати програм предшколског васпитања и образовања и донијети нове наставне планове и програме за ученике основних и средњих школа
3. Иновирати уџбенике, штампане и дигитализоване, у складу са новим наставним плановима и програмима
4. Измијенити приступ сазнавању који треба да помјери са концепције поучавања на концепцију учења што ће довести до оперативних и функционалних знања код ученика
5. Обезбиједити програме стручног усавршавања васпитно-образовних радника
6. Јачати повезаност образовања са тржиштем рада



- У складу са претходним Влада Републике Српске је на тематској сједници 29.08.2019. године донијела закључак о спровођењу реформских процеса у области васпитања и образовања с циљем унапређења васпитно-образовног система у Републици Српској
- Акциони план заснива се на сљедећим принципима:
 - школа као здраво, сигурно и подстицајно окружење
 - дијете у центру васпитно-образовног процеса
 - наставник оспособљен, мотивисан и оснажен за рад у школи у 21. вијеку
 - дигитализација школе
- Дефинисано је шест циљева/праваца у којим ће се кретати реформски процеси (издвојићемо само оно што се односи на наставу физичког и здравственог васпитања)



2. Иновирати програм предшколског васпитања и образовања и донијети нове наставне планове и програме за ученике основних и средњих школа

2.3. Развијање наставних планова и програма за основно васпитање и образовање с фокусом на исходе учења, цјеловит развој и ефикасан наставак школовања

2.3.3. измјена наставног плана за основну школу

- а) интегрисати наставне предмете Познавање природе и Познавање друштва у 5. разреду у један предмет и смањити број часова за један
- б) преименовати предмет Физичко васпитање у Физичко и здравствено васпитање и уједначити број часова у првој и другој тријади (три часа седмично)
- в) размотрити могућност увођења трећег часа физичког и здравственог васпитања у трећу тријаду уз могућност факултативног изучавања

2.3.8. развијање програма физичког и здравственог васпитања прилагођеног за реализацију у условима без физкултурне сале за разреде од 2. до 5.

2.4.1. – увести обавезно 15-минутно вјежбање на почетку сваког наставног дана (припремити приручник с приједлогом вјежби и активности) за ученике прве тријаде

2.4.2. - наставу физичког и здравственог васпитања у 4. и 5. разреду више усмјерити на правилан моторички развој и бригу о здрављу и развијању здравих навика, уз укључивање наставника физичког васпитања

(измјенама и допунама Закона о основном васпитању и образовању дата је могућност да наставници физичког васпитања могу изводити наставу у 4. и 5. разреду)

- ојачати компетенције наставника физичког и здравственог васпитања за рад са ученицима узраста 10-11 година (познавање узрасних развојних карактеристика и принципа развоја, увести у студијске програме и осмислити обуку за наставнике)

2.4.4. у програм физичког и здравственог васпитања укључити теме и исходе које се односе на бригу о здрављу и заштити здравља, здравој исхрани, развијању здравих навика и стилова живота , његовању традиционалних игара и надметања



4. Измијенити приступ сазнавању са концепције поучавања на концепцију учења што ће довести до оперативних и функционалних знања код ученика

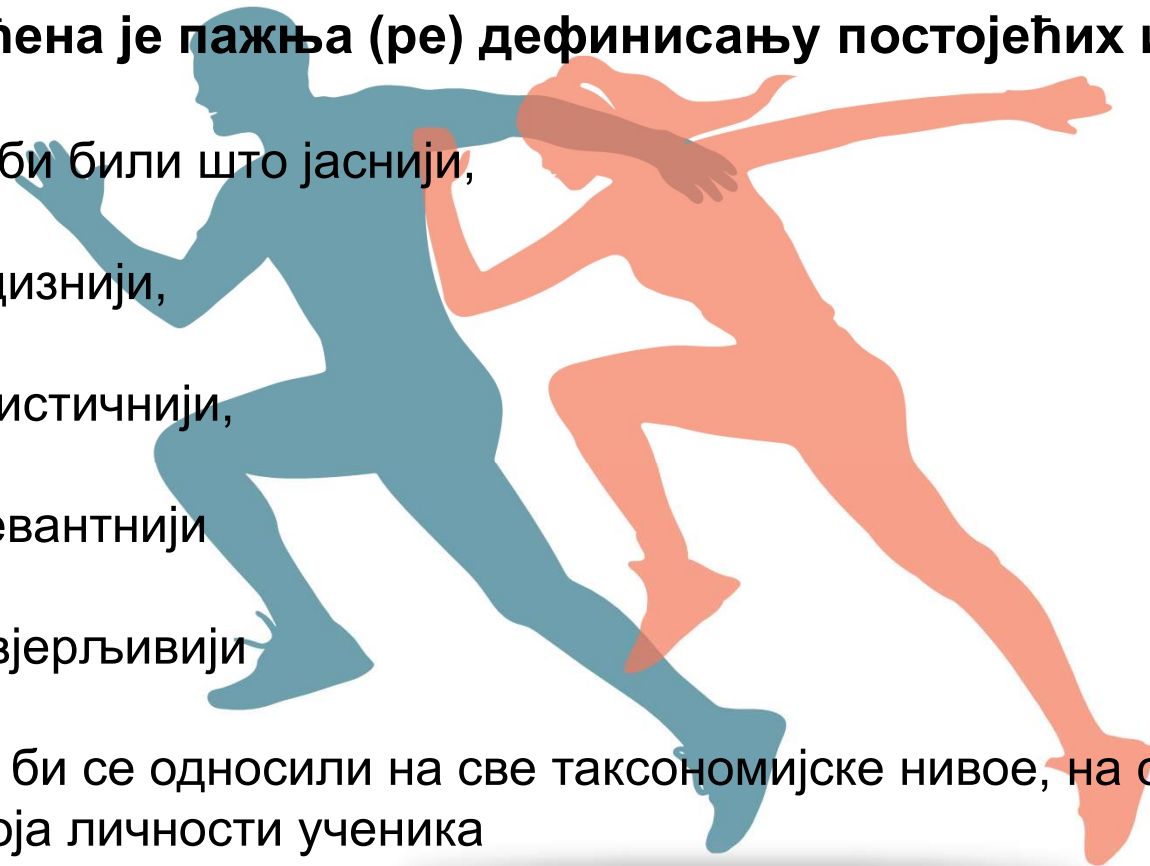
4.4. Унапређење процеса праћења учења и напредовања ученика

4.4.1. оспособити васпитно-образовне раднике за развијање инструмената за праћење учења и напредовања ученика са дефинисаним варијаблама које се прате и процјењују

4.4.2. подстицати кориштење различитих евиденција о учењу, раду и напредовању ученика

Посвећена је пажња (ре) дефинисању постојећих исхода учења:

- како би били што јаснији,
- прецизнији,
- реалистичнији,
- релевантнији
- провјерљивији
- како би се односили на све таксономијске нивое, на све области развоја личности ученика





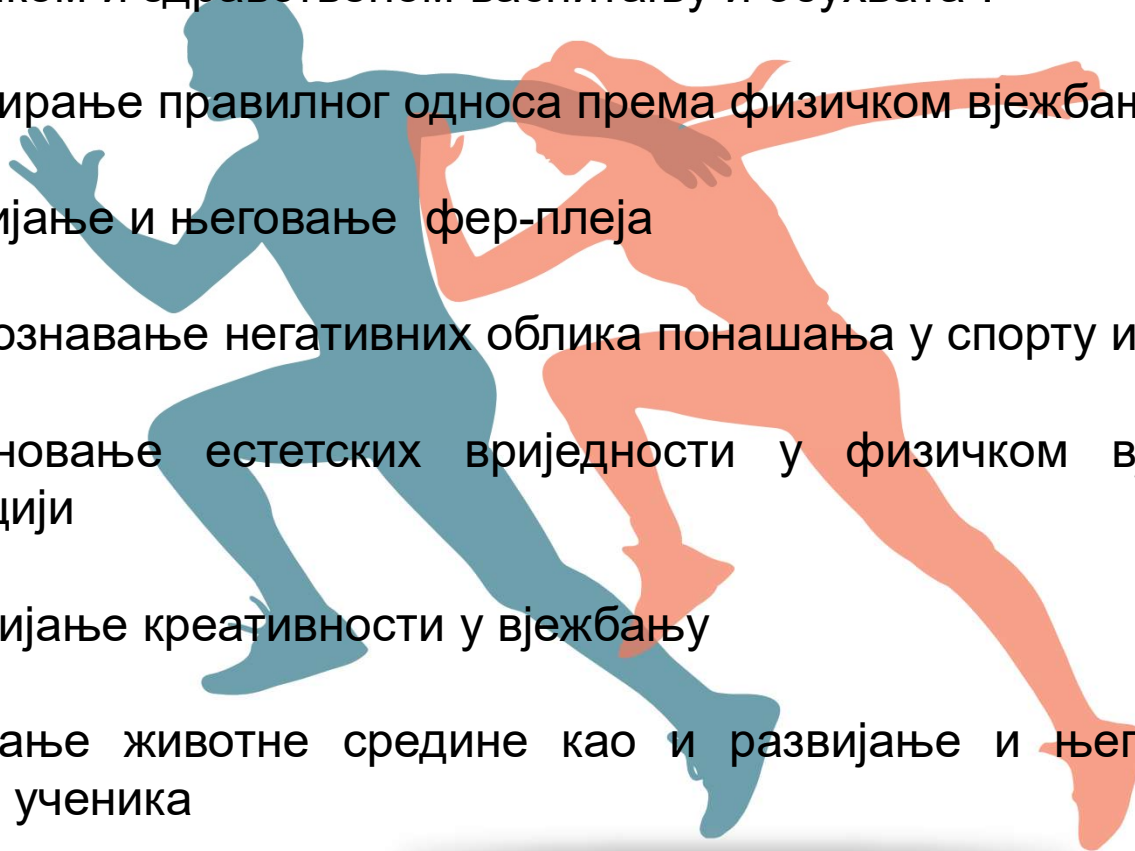
Физичло и здравствено васпитање

-достизање исхода ове наставне области ученици стичу знања вјештине, ставове и вриједности о вјежбању (основни појмови о вјежби, како се неко вјежбање изводи и чему конкретна вјежба служи), физичком васпитању, спорту, рекреацији и здрављу.

-посебно планиране и осмишљене информације о вјежбању и здрављу преносе се непосредно прије, током и након вјежбања на часу

Ова наставна област остварује се кроз све организационе облике рада у физичком и здравственом васпитању и обухвата :

- формирање правилног односа према физичком вјежбању, здрављу и раду
- развијање и његовање фер-плеја
- препознавање негативних облика понашања у спорту и навијању
- вредновање естетских вриједности у физичком вјежбању, спорту и рекреацији
- развијање креативности у вјежбању
- очување животне средине као и развијање и његовање здравствене културе ученика



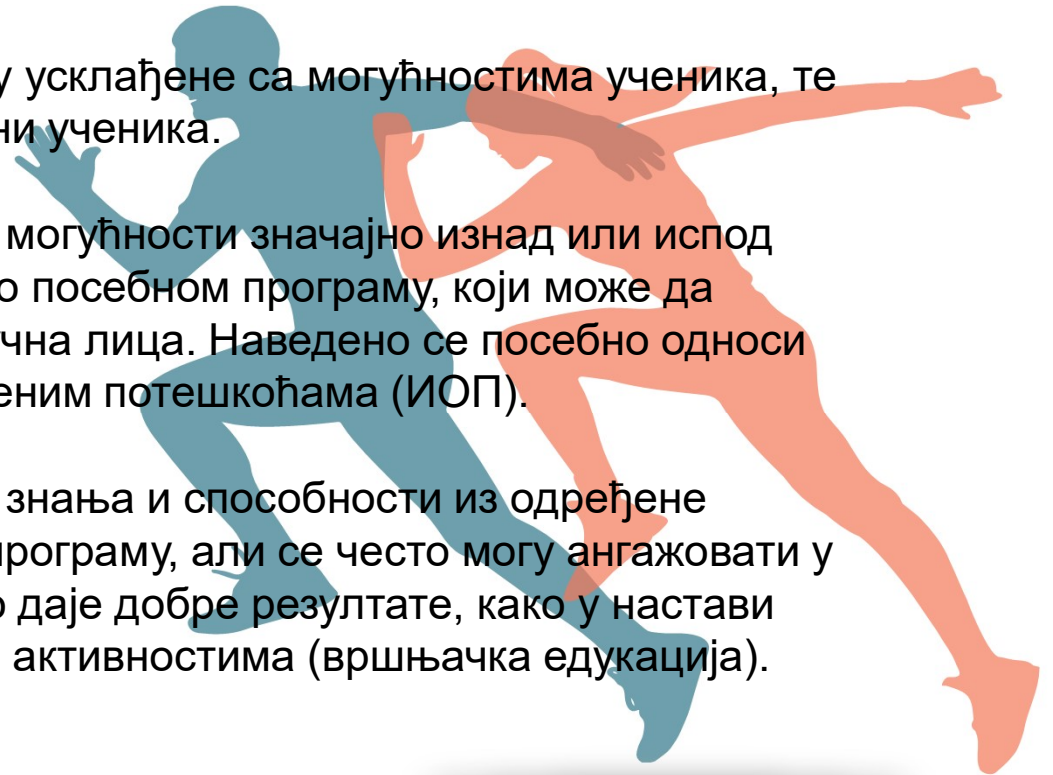
Напомене и савјети

Наведени садржаји треба да буду само оквир у коме ће наставник дјеловати.

Неопходно је да све активности буду усклађене са могућностима ученика, те да садржаји буду прилагођени већини ученика.

Остали ученици, било да су њихове могућности значајно изнад или испод могућности већине, треба да раде по посебном програму, који може да направи наставник, али и друга стручна лица. Наведено се посебно односи на програме рада за дјецу са одређеним потешкоћама (ИОП).

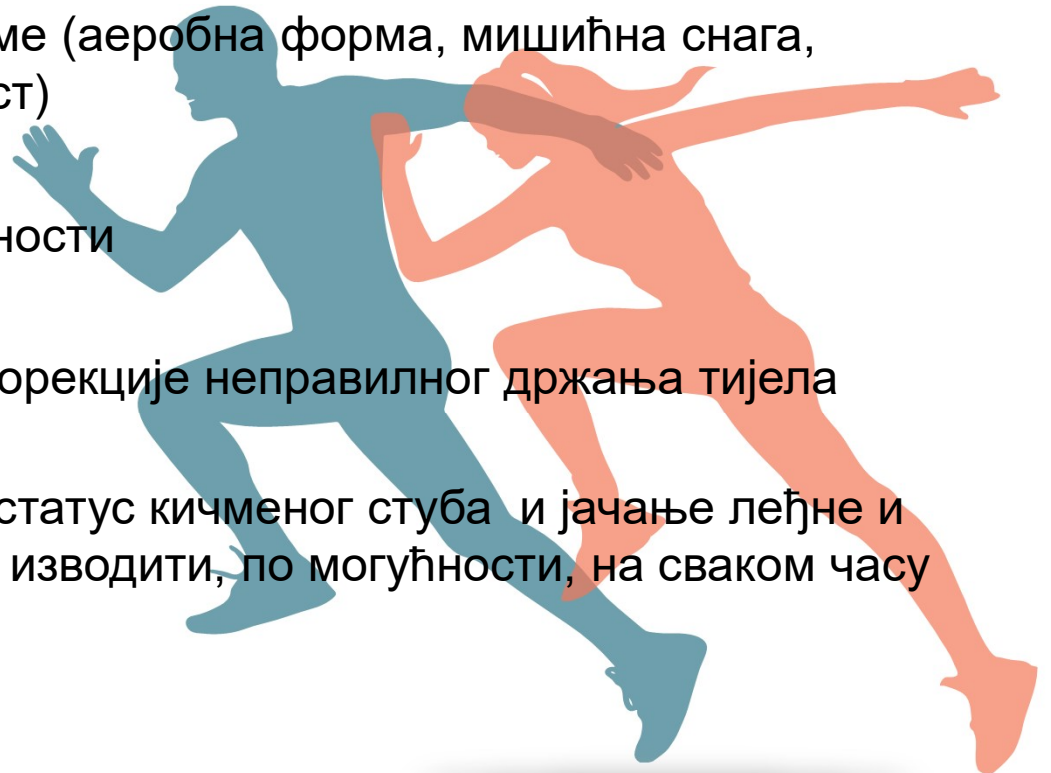
Ученици који посједују натпросјечна знања и способности из одређене области могу да раде по посебном програму, али се често могу ангажовати у својству демонстратора, што обично даје добре резултате, како у настави тако и ваннаставним и ваншколским активностима (вршњачка едукација).



ОСНОВЕ ЗДРАВСТВЕНЕ ФОРМЕ

- загријавање (прилагођавање тијела на физичку вјежбу)
- елементи здравствене форме (аеробна форма, мишићна снага, издржљивост мишића, гipкост)
- природни облици кретања
- полигони спретности и окретности
- елементарне игре
- вјежбе превенције и вјежбе корекције неправилног држања тијела

Напомена: вјежбе за правилан статус кичменог стуба и јачање леђне и трбушне мускулатуре покушати изводити, по могућности, на сваком часу физичког васпитања



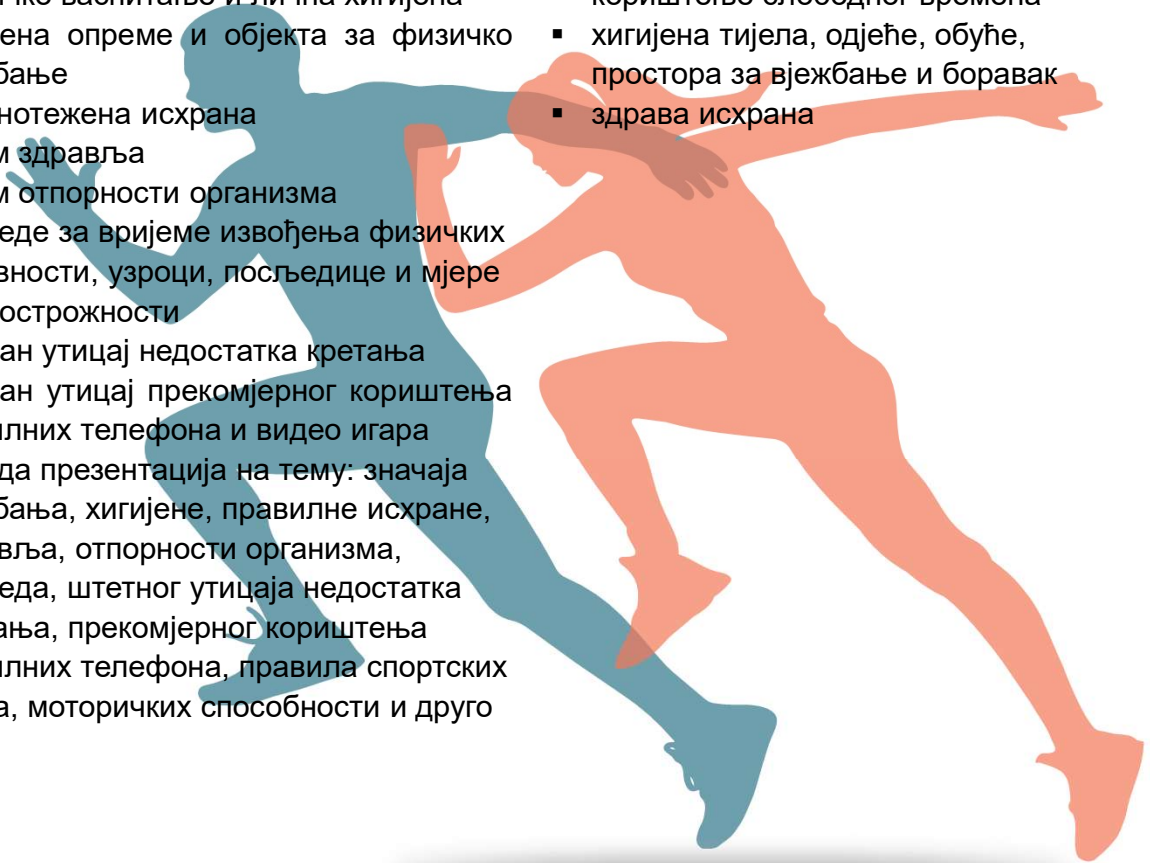
Тема 9 . ТЕОРИЈА ФИЗИЧКОГ И ЗДРАВСТВЕНОГ ВАСПИТАЊА

Ученик је способен да:


- објасни значај кретања и вјежбања за здравље човјека ;
 - објасни посљедице недостатка кретања и вјежбања;
 - објасни значај одржавања личне хигијене, хигијене опреме и простора за вјежбање;
 - објасни и препозна здраве намирнице;
 - опише добре и лоше прехранбене навике и примјењује здраве;
 - препозна лоше животне навике (алкохол, цигарете);
 - препозна могуће опасности приликом вјежбања;
 - објасни утицаје прекомјерног кориштења мобилних телефона и видео игара;
- потреба човјека за кретањем
 - значај и сврха вјежбања
 - утицај вјежбања на организам
 - физичко васпитање и лична хигијена
 - хигијена опреме и објекта за физичко вјежбање
 - уравнотежена исхрана
 - појам здравља
 - појам отпорности организма
 - повреде за вријеме извођења физичких активности, узроци, посљедице и мјере предострожности
 - штетан утицај недостатка кретања
 - штетан утицај прекомјерног кориштења мобилних телефона и видео игара
 - израда презентација на тему: значаја вјежбања, хигијене, правилне исхране, здравља, отпорности организма, повреда, штетног утицаја недостатка кретања, прекомјерног кориштења мобилних телефона, правила спортских игара, моторичких способности и друго

ВРОЗ:

- здравствено васпитање
- стил здравог живота
- кориштење слободног времена
- хигијена тијела, одјеће, обуће, простора за вјежбање и боравак
- здрава исхрана



ТЕОРИЈА ФИЗИЧКОГ И ЗДРАВСТВЕНОГ ВАСПИТАЊА

- 
- потреба човјека за кретањем
 - значај и сврха вјежбања
 - утицај вјежбања на организам
 - физичко васпитање и лична хигијена
 - хигијена опреме и објекта за физичко вјежбање
 - уравнотежена исхрана
 - појам здравља
 - појам отпорности организма
 - повреде за вријеме извођења физичких активности
 - узроци, последице и мјере предострожности
 - штетан утицај недостатка кретања
 - штетан утицај прекомјерног кориштења мобилних телефона и видео игара
 - израда презентација на тему: значаја вјежбања, хигијене, правилне исхране, здравља, отпорности организма, повреда, штетног утицаја недостатка кретања, прекомјерног кориштења мобилних телефона,
 - правила спортских игара
 - моторичких способности и друго

ДИДАКТИЧКА УПУТСТВА И ПРЕПОРУКЕ

- Достицање циља и исхода наставе и учења физичког и здравственог васпитања заснива се на јединству наставних и ваннаставних организационих облика и метода рада. Тежиште се, са наставних садржаја, помјера на јасно дефинисане исходе.
- Исходи су искази о томе шта ученици могу да ураде на основу знања која су стекли у предмету физичко и здравствено васпитање и учешћем у обавезним физичким активностима.
- Исходи представљају опис интегрисаних знања, вјештина, ставова и вриједности ученика у три предметне области:
 - ✓ **физичке способности**
 - ✓ **моторичке вјештине, спорт и спортске дисциплине**
 - ✓ **физичко и здравствено васпитање**

