


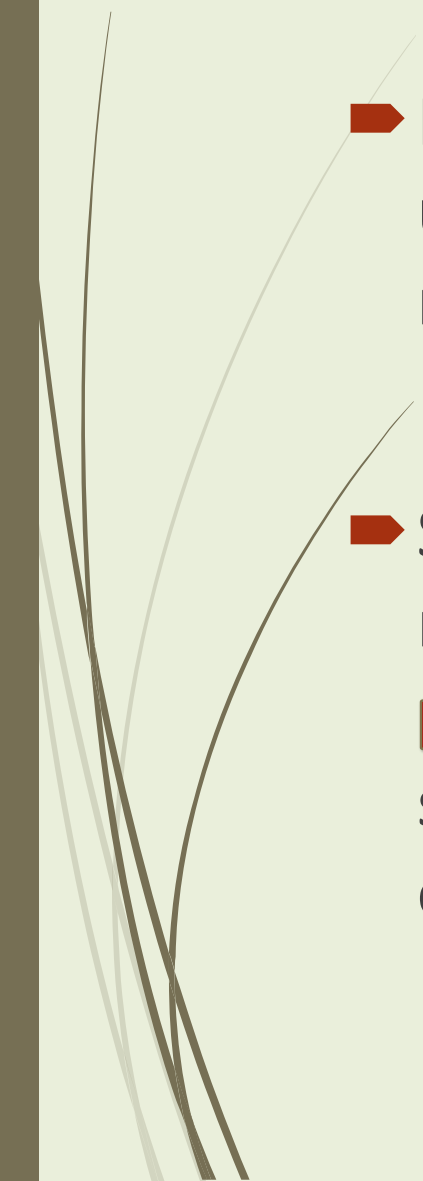
Prof. dr Izet Bajramović


METODIKA NASTAVE FIZIČKOG VASPITANJA SA ŠKOLSKIM ČASOM

Specijalističke postdiplomske studije
Fakultet za sport i fizičko vaspitanje
Univerzitet Crne Gore

PROSTORI, OPREMA I SREDSTVA ZA RAD



- 
- 
- Krajnji rezultat nastave zavisi od materijalnih uslova rada organizacije i sprovođenja nastave.
 - Sprovođenje bilo kojeg oblika fiz.vas. u neprimjerenim prostorima, **bez sredstava i pomagala**, ne može biti uspješno sprovođenje *plana i programa*, niti ostvarivanje ciljeva i zadataka fiz. vas.

- 
- Znanje i sposobnost nastavnika najviše zavisi **kako će iskoristiti raspoloživi prostor, opremu i sredstva.**
 - Krajnji uspjeh u fiz.vasp.sigurno zavisi u velikoj mjeri **od materijalnih uslova rada, ali i o načinu njihovog iskorišćavanja.**
 - Predmet fiz.vas. se bitno razlikuje od svih drugih, a posebno u pogledu prostornih i vremenskih uslova održavanja nastave i vannastavnih tjelesnih aktivnosti.

Organizacioni oblici rada mogu se sprovoditi:

- ✓ *na otvorenim površinama*
- ✓ *u zatvorenom prostoru*
- ✓ *na snijegu*
- ✓ *i ledu, uz vodu i u vodi itd.*



Ako tome dodamo da su učenici za vrijeme vježbanja izloženi suncu, vjetru, kiši, snijegu i sl. onda su istaknute razlike između tjelesnog i zdravstvenog područja utoliko veće, a na taj način i obaveza nastavnika da se brine o spomenutim specifičnostima.



PROSTORI

Prostor za kineziološke aktivnosti je **građevinski definisan i uređen prostor** čija veličina i obrada trebaju biti usklađene sa zahtjevima određene kineziološke aktivnosti u cilju humanog i sigurnog korištenja prostora bez obzira na vremenske i klimatske uslove.

Sve prostore možemo podijeliti na:


- 1) **otvorene objekte**
- 2) **zatvorene objekte**


Od otvorenih objekata dolaze u obzir:
**igralište, atletska staza, skakališta,
bacališta, slobodne zelene površine,
polivalentna vježbališta, bazeni i
poligoni.**

Površine otvorenih objekata mogu biti različite:

- 1) travnate**
- 2) pješčane**
- 3) plastične**
- 4) tvrde**



- 
- ▶ Za potrebe fiz.vas.mogu se osim standardnih otvorenih površina koristiti i druge otvorene površine: prirodna plivališta, skijališta, klizališta i drugi prikladni tereni.
 - ▶ U zatvorene objekte koji se mogu upotrijebiti za potrebe fiz.vas. možemo svrstati: **dvorane za fiz.vas., bazene i eventualno prikladne adaptirane prostore i prostorije za vježbanje.**

A dark grey arrow points to the right from the top left. Several thin, curved lines in shades of blue and grey originate from the left side and sweep across the page towards the text.

Dvorana za fiz.vas. omogućava sprovođenje dijela programa fiz.vas., osigurava kontinuitet u radu tokom čitave školske godine, tj. i u periodu loših vremenskih prilika.

Dvorane se ne smiju zloupotrebljavati, što znači koristiti se njima i onda kada se fiz.vas.objektivno može i mora sprovoditi na otvorenom.

Nijedna dvorana ne može pružiti ono što učenicima omogućava ***vježbanje na svježem i čistom vazduhu, na snijegu i ledu ili uz vodu i u vodi.***

Dvorane za fiz.vas.mogu biti različitih dimenzija, sadržavati različit broj pratećih prostorija i biti opremljene različitim spravama i pomagalicama.

Prilikom njihovog korišćenja važno je brinuti se o ispravnosti sprava, o čistoći svega što se upotrebljava i o urednom održavanju.



Učenike je potrebno odmah po izlasku u dvoranu upoznati sa **kućnim redom, sa nazivom, namjenom i mjestom sprava i pomagala u dvorani, te načinom njihove upotrebe.**

Za vrijeme kišnih dana i nevremena mogu se poslužiti adaptiranim prostorijama odnosno učionicama.





OPREMA

Oprema je ugrađeni ili pokretni element kojim se opremaju aktivnosti, za razliku od tehničke opreme uz pomoć koje se stvaraju vanjski uslovi za aktivnost.

Razlikujemo:

- 1) sprave**
- 2) rekvizite**
- 3) pomoćnu tehničku opremu**

Pod pojmom **sprava** podrazumijevamo ugrađeni ili pokretni element pomoću kojeg ili na kojem se odvija tjelesna aktivnost, npr. gimnastičke sprave, sprave za bodi bilding i sl.

Kozlić za preskok



U radu sa učenicima Osnovne i Srednje škole dolazi u obzir primjena ovih sprava: **strunjače, švedske ljestve, švedska klupa, niske i visoke grede, kozlić, švedski sanduk, odskočne daske, konopac za penjanje, startni blokovi i dr.**

Izbor, veličina i visina kao i broj sprava zavisi od uzrasta učenika, broja učenika, sadržaja rada, te od stanja i nivoa učenikovih motoričkih znanja i postignuća.



- ▶ Rekvizit je predmet potreban za vježbanje ili takmičenje.
- ▶ Lopte, punjene loptice, vijače, obruči, palice, medicinke, kugle, konopac za navlačenje, trake, motke, skije i sl.





Pomoćno tehnička sredstva takođe su nužna u radu: štoperica, centimetarska traka, visinomjer, vaga, kaliper, stalci, digitron, pribor za provjeravanja motoričkih sposobnosti, priručna apoteka.



Sredstva



Vizuelna, auditivna, audio vizuelna i tekstualna sredstva



- ▶ Treba istaći da nijedno sredstvo ne može zamijeniti živu demonstraciju, ali je tačno da su savremena sredstva ne samo korisna i potrebna, već ponekad i neminovan dodatak živoj demonstraciji.
- ▶ Dovodenje učenika u neposredan kontakt sa motoričkim zadatkom, putem njene demonstracije, osigurava njegovo osjetilno doživljavanje, odnosno upućuje učenika na sirovu stvarnost.







- ▶ Ako su npr. prethodno savladali osnovnu strukturu nekog motoričkog gibanja, uz pomoć nastavnih sredstva mogu dobiti dodatne informacije i o finim, za vrijeme posmatranja ponovljene žive demonstracije, nevidljivim detaljima, a sve radi lakšeg i uspješnijeg savladavanja.

- ▶ Nastavna sredstva mogu biti u funkciji izvora informacija ili znanja i van nastave.

- 
- 
- U nastavi fiz.vas. koristimo se i vizuelnim sredstvima: crteži, plakati, fotografije, kinogrami, šeme, tablice, grafikoni, histogrami i dr.
 - **Crtež** - podstiče na razmišljanje o onome šta će se učiti, pospješuje razumijevanje nastavnikovog usmenog izlaganja.
 - **Zidni plakati, fotografije, kinogrami** - opisivanje, objašnjavanje, korekcija, analiza

- 
- 
- **Šeme, tablice, grafikoni**, histogrami-prenose različite informacije, mogu biti u funkciji obavještavanja prikaza stanja, analize postignutih rezultata i drugo.
 - **Element film** - traje od 3 do 5 minuta i sadrži samo bitne elemente određenog motoričkog zadatka, i poruke se prenose vizuelnim putem.

- 
- 
- ▶ Auditivna sredstva: radio (emisija), gramofon, magnetofon, kasetofon.
 - ▶ Audio-vizuelna sredstva su snažna sredstva u radu sa učenicima.
 - ▶ Sadrže **vizuelnu, auditivnu i verbalnu poruku.**
 - ▶ Vizuelna poruka prenosi se različitim sredstvima-od pojedinih živih ljudskih likova preko grupa učenika u različitim situacijama.
 - ▶ Od audio vizuelnih sredstava mogu se koristiti: tv emisije, nastavni filmovi, video kasete...

- 
- 
- **Grafo folije** - pogodno tekstualno sredstvo za sve metodičke organizacione oblike rada, a posebno za frontalni oblik.
 - **Časopisi** - tekstualno sredstvo kao dopunski izvor informacija, uz literaturu treba koristiti i prikladne časopise
 - Sva ova sredstva mogu se uspješno primijeniti i izvan nastavnog procesa.

Na zidovima mnogobrojnih hodnika u školi, svlačionicama u dvorani - oplemenjuju te prostore.



- ▶ Za učenike bi to bio podsticaj, informacija, dodatni pokazatelj i podsjetnik o svemu onome što su radili, kako su radili odnosno šta će tek raditi.
- ▶ Auditivna sredstva, za razliku od nekih drugih sredstava mogu se upotrijebiti u svakom dijelu sata.

Tako se muzika, odnosno muzička pratnja može primijeniti u svakom dijelu časa (uvodnom, pripremnom, glavnom i završnom).

Tehnička sredstva i pomagala

1) video pomagala

2) audio pomagala

3) audio- video pomagala

4) uređaj (pojačalo, mikrofoni)

► Mogu se primjenjivati pojedinačno, ali i funkcionalno povezivati, pa možemo govoriti o **multimedijском sklopu ili modelu.**

► Za uspješnu primjenu multimedijalnog sklopa u procesu nastave fiz.vaspitanja potrebno je prethodno naučiti rukovati tehničkim sredstvima i pomagalima.

*Uspjeh u svakoj djelatnosti zavisi i
o toga u kakvim uslovima se
radi.*

