

МЕТОДИЧКИ ОРГАНИЗАЦИОНИ ОБЛИЦИ НАСТАВНОГ РАДА У ФИЗИЧКОМ ВАСПИТАЊУ

Специфичност васпитно-образовног рада у физичком васпитању не огледа се само у познавању садржаја, метода и принципа већ и у добром познавању организационих облика рада и њихове примене. Интензификација и оптимализација на часу физичког вежбања у великој мери зависе од правилно изабраног облика рада. У избору предност увек треба дати оном облику који у конкретној ситуацији највише одговара постављеним задацима. Применом различитих облика рада повећава се интерес деце и ученика за вежбањем.

За који облик рада ћемо се определити у раду са децом, зависи од више фактора: садржаја (основних средстава), од броја расположивих справа и реквизита, простора, броја деце, узраста, од циљева и задатака које желимо да реализујемо, активности, временских услова итд. У настави физичког васпитања у предшколском и млађем школском узрасту најчешће се примењују следећи организациони облици наставног рада: *фронтални, групни, рад у пару и индивидуални* облик рада, од сложенијих облика рада: *кружни* облик рада и *полигон препрека*. Сви облици наставног рада који се примењују чине дијалектичко јединство, а савладавање једноставнијих облика рада представља основни предуслов за примену сложенијих облика рада. Примена сложенијих облика рада могућа је и у слабијим материјалним условима (недостатак просторних услова, справа и реквизита) чиме се може повећати интензификација физичког вежбања и повећати ефективно време вежбања.

Фронтални облик рада

Фронтални облик рада подразумева истовремено вежбање све деце или свих ученика на истом задатку под директним надзором васпитача или учитеља. Овакав начин рада пружа васпитачу- учитељу (наставнику) могућност да надгледа сву децу и лакше одржава ред и дисциплину. Пре извођења задатка васпитач - учитељ (наставник) објасни и демонстрира одређену вежбу, након чега сва деца прелазе на рад. Током рада васпитач -учитељ (наставник) има могућност да прати рад све деце, даје упуства и коригује грешке. Овај облик рада може се применити у свим деловима активности. Најчешће се примењује у уводном и завршном делу часа када су сва деца радно ангажована, или било ком делу активности, посебно у „Б“ делу, главног дела активности, када се примењују елементарне игре и слободни облици кретања, или за реализацију неких садржаја као на пр. развијање издржљивости истрајним трчањем. Код примене фронталног облика рада деца могу бити у формацији круга, полукруга, врсти, колони или слободној формацији што зависи од задатка, броја деце, материјалних и просторних услова.

Фронтални облик рада има доста предности у односу на остале облике рада, али и недостатака.

Предности фронталног облика рада су:

- може се примењивати код деце предшколског узраста;
- може се реализовати у сали, на отвореном терену, на снегу, у води
- користи се у свим деловима часа- активности и васпитач - учитељ исправљањем грешака или демонстрацијом анимира сву децу - ученике истовремено;
- погодан је за учење и увежбавање једноставнијих моторичких задатака и служи за увођење деце - ученика у сложеније методичке облике рада;
- погодан је за увођење почетника у рад,

– омогућава поступност и систематичност, добар преглед рада све деце- ученика, велику густину рада и развијање колективног духа.

Недостаци фронталног облика рада су:

– ограничена примена у лошим условима рада, посебно у „А“ делу активности - часа, јер слаби материјални услови не пружају могућност да сва деца- ученици истовремено раде исти задатак;

– не пружа могућност индивидуалног дозирања и диференцирано постављање задатака;

– не уважава индивидуалне особине и способности деце-ученика и ограничава самосталност у решавању постављеног задатка;

– рад је прилагођен просечном детету - ученику;

– ограничене су могућности добијања повратних информација о резултатима рада деце - ученика.

Едуард Сеган се не слаже са применом фронталног облика рада, већ сматра да настава мора бити строго индивидуализована и прилагођена способностима оних које обучава. Фронтални приступ настави и прављење програма и планова једнаких за све у разреду, сматрао је насиљем које није хтео да примени на своје ученике (Јовановић, 2007: 114).

Групни облик рада

Групни облик рада представља организациони облик рада у коме су деца -ученици подељени у групе према одређеним критеријумима, како би успешније решавали исте или различите задатке. Настао је из потребе превазилажења недостатака фронталног облика рада. Овај облик рада пружа већу могућност испољавања индивидуалних способности деце-ученика с обзиром да су подељени у више група које вежбају под посредним руководством васпитача- учитеља. Успешност примене групног облика рада подразумева припрему и деце и простора. Прелазак са фронталног на групни облик рада треба да буде постепен. Групе се формирају по више основа а најчешће: по самосталном опоредљењу деце -ученика, броју деце-ученика, узрасту, програмском садржају који се обрађује, броју справа и реквизита, расположивом простору. Добар педагог ће свакако пронаћи алтернативно решење, уколико нема довољно справа и реквизита, како би у потпуности реализовао наставне садржаје. Колико ће бити деце- ученика у групи зависи од задатка које треба реализовати, препоручује се до шесторо деце - ученика, како би брже долазили на ред, што повећава густину и интензитет вежбања. Примењује се највише у главном делу активности -часа, мада се може примењивати и у другим деловима активности - часа. У пракси се показао као најприхватљивији рад у групама које су формиране на основу њихове унутрашње уједначености а то је рад са: *хетерогеним* и рад са *хомогеним* групама, *рад у пару*, *рад у тројкама*, *рад са допунским вежбама*, *кружни рад*, *полигон препрека* итд.

Хетерогене групе формирају се по више основа: према телесној висини, телесној тежини, полу, разбрајањем, по азбучном реду или неком другом критеријуму.

Предности оваквог начина рада су:

– слабији деца - ученици могу да прате рад боље деце - ученика и да их опонашају;

– омогућен је рад на више радних места, што повећава густину вежбања и могућност да се одређеној групи посвети посебна пажња;

– погодне су за такмичење у спотрским, штафетним и елементарним играма јер у свакој групи има спремније и мање спремне деце-ученика, те се активности одвијају у приближно истим условима.

Слабости оваквог начина рада су:

– изостају добри резултати јер су групе формиране од деце - ученика различитих способности и различитог нивоа моторичких знања;

– тешко је задовољити индивидуалне потребе деце - ученика, њихове интересе, оптерећење је подређено просечној деци - ученицима, те боља деца - ученици губе мотивацију и интерес за вежбањем;

– за децу- ученике слабих способности задаци су понекад претешки, те се и код њих јавља демотивација за вежбањем;

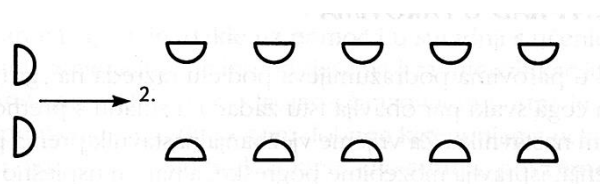
У интересу деце - ученика најбоље је овај начин рада избегавати, осим када је то неопходно. Рад са хетерогеним групама оправдан је када се спроводи настава са две групе - одељења, са мешовитим групама - одељењима, када је циљ развијање хуманих односа међу половима, или када се реализују специфични садржаји везани за сарадњу деце (ученика и ученица) (спортске игре). Радом у хетерогеним групама не могу се очекивати значајнији резултати.

Хомогене групе формирају се према одређеним критеријумима који се базирају на сличностима или разликама међу децом. Најчешће се формирају од деце истих или приближних способности, моторичких умења и моторичких навика. Вежбање унутар групе са себи равнима делује стимулативно на децу, јер само систематским вежбањем могу да напредују и пређу у бољу групу. Битно је да се критеријуми одређују на основу релевантних информација које се добијају иницијалним, транзитним и финалним проверавањем. Овако формиране групе пружају већу могућност индивидуализације рада, групе могу да напредују у складу са својим способностима и пружа се могућност оптималног оптерећења, што доприноси подизању нивоа моторичких и функционалних способности деце. Пружа се могућност деци да лакше савладају активности, брже напредују јер су задаци примерени њиховим могућностима, а васпитач може посветити посебну пажњу групи која напредује, али и групи која заостаје. Вежбање са себи равнима и могућност да се може напредовати, није привилегија само најбољих и увек исте деце- ученика, већ потврда да се само радом може прећи из слабије у бољу групу. То се односи на сву децу - ученике, за добре да буду још успешнији, за слабије да буду још бољи и да се труде да постигну свој максимум. Некада је тешко прилагодити рад свакој групи јер нема довољно справа (разбој, греда, клупа). Рад у групи прикладан је за примену у свим периодима предшколског и млађег школског узраста.

На основу свих позитивних карактеристика које има рад са хомогенизованим групама, свакако да га треба препоручити као доминантан облик рада у настави физичког васпитања.

Рад у пару

Рад у пару представља прелазни облик рада од групног ка индивидуалном. Деца - ученици су подељени на парове и сваки пар обавља исти задатак. Овај организациони облик рада неоправдано је запостављен, а постоји пуно активности где долазе до изражаја парови (стони тенис, тенис, плес) или у предшколским и школским условима на пр. вођење лопте у пару, претрчавање у пару (сл.1), прескакање вијаче, додавање лопте у пару, вежбе обликовања у пару, ношење тежих предмета. Често сувежбач може послужити као препрека у савлађивању одређеног кретног задатка (потискивање, надвлачење, ометање у пролажењу).



Сл. 1. Претрчавање у пару

Овај облик рада може се примењивати у свим фазама часа, у сали и на отвореним теренима. У уводној фази часа ученици могу у пару трчати, претрчавати, у припремној радити вежбе обликовања, у главној фази часа у пару је могуће изводити вежбе из наставних целина: ходања, трчања, скакања, прескакања, надвлачења и сл. При формирању парова најчешћи критеријуми су: телесни раст и развој, моторичке способности, моторичка достигнућа, пол, а некада и жеље ученика (за плес, елементарне игре). Могу бити стални, што може допринети рационализацији наставног процеса, не губи се време сваки пут када треба формирати нове парове. Рад у паровима је погодан за увођење ученика у групне облике рада или усмеравање ка индивидуалном облику рада.

Индивидуални облик рада

Индивидуални облик рада подразумева рад наставника са једним учеником. У школским условима у настави физичког васпитања такав рад је скоро немогућ због објективних разлога: великог броја ученика, лоше материјалне опремљености школа, поштовања наставног плана и програма. Без обзира на све наведено, наставник мора да буде упознат са индивидуалним способностима и потребама сваког ученика, јер разлике постоје и треба их максимално уважавати. Сваки је ученик индивидуа за себе, те га тако у оквиру разредног колектива треба и третирати.

„Неприхватљива је чињеница да се у раду руководимо „просечноим“ ученицима, јер они не постоје, „просечна“ деца - ученици су плод наставникове неинформисаности, односно непознавања актуелног стања њиховог антрополошког статуса, и зато се уместо „просечних“ треба „окренути према постојећим, дакле живим и конкретним ученицима“ (Финдак, 2003: 130).

Основни услов у примени индивидуалног облика рада је утврђивање антрополошког статуса детета - ученика, јер се на тај начин добија увид у његово здравствено стање, његове способности и све друге релевантне чињенице који су од значаја за реализацију индивидуалног облика рада. Индивидуални облик рада је неопходно применити код деце - ученика који су дуже време били одсутни са наставе или имају потешкоћа у савлађивању програмских задатака. Од деце - ученика се очекује више активности и самосталности у процесу вежбања. Индивидуални рад подразумева већу одговорност васпитача - учитеља и деце - ученика према раду, али даје слободу у избору најбољих путева и начина, средстава и облика рада, како би се физичко вежбање приближило потребама сваког појединца, и на тај начин задовољиле ученикове жеље и интереси према физичком вежбању.

Без обзира за који облик рада ће се наставник одредити, у датом тренутку, увек треба дати предност оном који највише одговара интензификацији и оптимализацији рада.

3.1 Рад са допунским вежбама

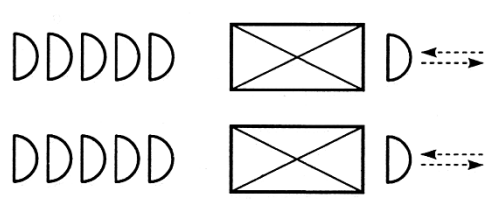
Допунско вежбање примењује се на активностима - часовима где се јавља „чекање на ред“ (недовољан број справа и реквизита). Представља методичку организациону форму рада са допунским вежбама, како би се повећала активност..

Идејни творац ове форме рада је Дитрих. Суштина допунских вежби по њему је да се „Под допунским вежбама не подразумевају споредне вежбе. Ту се, пре свега ради, о најразличитијим допунским вежбама које су неопходне за интензивирање наставе физичког вежбања“ (Дитрих, 1967, преузето Здански и Галић, 2002: 157).

При избору допунских вежби треба водити рачуна о следећем:

- допунске вежбе примењивти када је основна вежба савладана,
- оне употпуњавају главну вежбу у погледу утицаја на организам деце - ученика,

- морају бити лагане за извођење,
- као допунска мора бити позната вежба, већ савладана или нека једноставна,
- да деца - ученици могу одмах после демонстрације да је изводе самостално,
- да се, кад год је то могуће поклапа са потребама деце - ученика,
- да не постоји опасност од повређивања,
- да допунска вежба траје краће од извођења главне вежбе,
- примењује се у „А“ делу главног дела активности - часа.
- као допунска вежба може се користити свака вежба, из свих наставних целина, која је савладана и по структури једноставна (Сл. 2.)



Сл. 2. Главна вежба: колут напред,
допунска вежба: одбијање лопте прстима.

Допунске вежбе деца -ученици углавном изводе самостално, јер васпитач - учитељ пратећи рад на извођењу основне вежбе, није увек у могућности да прати извођење допунске вежбе.

Функција допунских вежби је позитиван утицај на побољшање укупних физичких и функционалних способности деце - ученика путем повећане активности на часу.

Деловање допунских вежби може бити у смислу: компензације, корекције, релаксације или комбиновано. За које вежбе ће се васпитач - учитељ одлучити зависи са којим циљем их примењујемо.

Основни задатак допунских вежби је утицај на развој способности, васпитање воље, карактера и свесне дисциплине сваког детета - ученика.

Предност допунских вежби:

- већа густина активности- часа, смањена пасивност – чекање између два вежбања,
- могу се успешно примењивати у сали и на отвореном терену,
- пружају повољне услове за индивидуално дозирање,
- могућа примена у раду са децом – ученицима предшколског и млађег школског узраста.

Уз примену допунских вежби свакако ће се повећати ефективно време вежбања, повећати утицај на организам деце, допринеће осамостаљивању, индивидуализацији наставе, бољем искоришћењу справа, реквизита и простора.

Рад са допунским вежбањем не треба примењивати када је у групи - одељењу мали број деце - ученика, када је напор око извођења главне вежбе већи, када се вежбе изводе брзо и нема чекања на ред. Васпитач - учитељ треба сам да процени у којим ситуацијама је потребно примењивати овај облик рада.

Полигон препрека

Полигон препрека представља методички организациони облик наставног рада који подразумева извођење одређеног броја различитих вежби у низу, у затвореном или на отвореном простору, у што краћем времену. Овај организациони облик рада најчешће се примењује за усавршавање моторичких знања и умења и подизања нивоа моторичких и

функционалних способности. Често је примењива организациона форма рада у предшколском и млађем школском узрасту.

Полигон можемо организовати у оквиру активности - часа физичког васпитања, у слободно време, када су дани спорта у вртићу - школи, на излету, на логоровању, у разним међуразредним и другим такмичењима.

Пружа велику могућност примене свих научених моторичких знања и умења. Код примене полигона на часу физичког васпитања морамо водити рачуна о намени, о тежини, о врсти полигона и пожељно је да садржај полигона буду моторички задаци из плана и програма за узраст коме је намењен. Полигон треба да садржи моторичке задатке који су савладани или једноставне препреке које деца - ученици могу без великих тешкоћа да савладају. Полигон можемо поставити у уводном делу активности - часа, главном и завршном, са различитим циљевима и задацима.

Полигон који је тежи по структури, по намени, по броју елемената реализујемо у главном делу часа. У главном делу активности - часа полигон можемо поставити као васпитно и образовно средство, тј. као учење новог градива и повезивање са другим већ наученим облицима.

Након постављања радних места треба, сходно врсти полигона, извршити распоред деце - ученика, описати задатке у полигону, демонстрирати их, а уколико је потребно и кратко објаснити начин њиховог извођења. После тога се прелази на реализацију задатака у полигону. То практично значи да деца - ученици прелазе на савладавање задатака у полигону на начин како је то унапред утврђено.

За време вежбања треба водити рачуна, да без обзира о којој врсти полигона се ради, сваки дете - ученик може несметано прелазити, односно савладавати препреке, да не долази до застоја или „чекања на ред“, да се у случају „запињања“ за препреке, исте врате на своје место.

Колико ће пута деца - ученици прећи задани полигон зависи од циља који треба остварити у односу на узраст, пол и способности деце - ученика.

Применом полигона се у великој мери код деце развија општа интелигенција, способност брзог реаговања на новонастале промене, развија се способност предвиђања, перципирања и решавања одговарајућих задатака на најбољи и најрационалнији начин.

Савладавање разних препрека омогућава деци да се спонтано прилагођавају задацима који су најближи стварности и са којима се они свакодневно суочавају. Примена полигона има посебан значај у вртићима - школама са слабијим материјалним условима, јер се могу користити једноставна наставна средства, првенствено она која се могу лако направити или јефтино набавити. Вртићи - школе које су добро опремљене имају велику могућност примене справа и реквизита у коришћењу полигона.

Полигон представља допунску методу којом се проширују садржаји и облици рада у природним облицима кретања.

Изменом распореда препрека постиже се код деце - ученика веће занимање за рад, а последица тога је веће ангажовање за успехом, што позитивно утиче на повећање физичких способности.

Примена полигона практично је неограничена с обзиром на узраст, пол, способности, годишње доба, услове рада и слично. Другим речима полигон се може примењивати током читаве године.

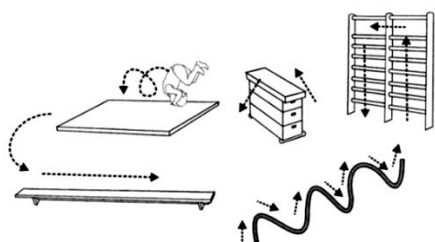
При избору препрека морамо поштовати дидактичке принципе: од лакшег ка тежем, од познатог ка непознатом, пазити на дужину стазе, висину препреке, број задатака и да ли њихова тежина одговара узрасту коме је полигон намењен. Некада се полигон мора прилагодити ученицима без обзира што су истог узраста, јер су различитих психофизичких способности.

Полигони у предшколском и млађем школском узрасту су састављени од елемената и задатака који се темеље на природним и конструисаним облицима кретања: пузање, ходање,

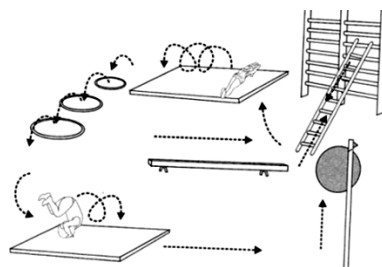
провлачење, вишење, упирање, скакање, ношење, гађање, бацање, котрљање, шутирање, оптрчавање, прескакање, колутање, котрљање и сл.

Примери полигона

Полигон 1: садржи пет моторичких задатака: вијугаво ходање по канапу, пењање и силажење са рибстола, прелажење преко шведског сандука, колут напред на струњачи, ходање по шведској клупи (са разним задацима) (сл. 3).



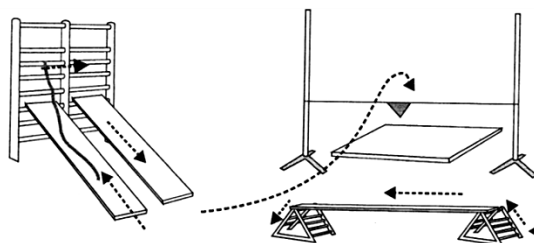
Сл. 3. Полигон са пет препрека



Сл. 4. Полигон са шест препрека

Полигон 2: садржи шест моторичких задатака: ходање на прстима преко ниске греде, пењање уз и силажење са шведских лестви, котрљање на струњачи, суножне поскоке из обруча у обруч, колут напред на струњачи, одбијање балона уз поскок који је окачен на сталку (сл. 4).

Полигон 3: садржи три моторичка задатка: пењање по косој равни (клучи) наслоњеној на рибстол уз придржавање за конопац који је привезан за рибстол, прелажење по рибстолу на другу даску, која је такође косо постављена на рибстолу, силажење низ даску, трчећим кораком прескок преко канапа за скок увис и доскок на струњачу, ходање по дасци постављеној на два сталка (шведска клупа) (сл. 5).



Сл. 5. Полигон са три препреке

Дужина стазе за млађи узраст не треба да прелази 25 m, а препрека и задатака не више од 4 до 6 у млађем узрасту. Полигон се може прелазити два до три пута али са већим временским паузама (Ратковић, 2010: 152).

Почетак рада, прекид рада, наставак и завршетак вежбања, на полигону даје наставник.