

## Suvremeni pristup nastavi tjelesne i zdravstvene kulture

Prof. dr. sc. Ivan Prskalo

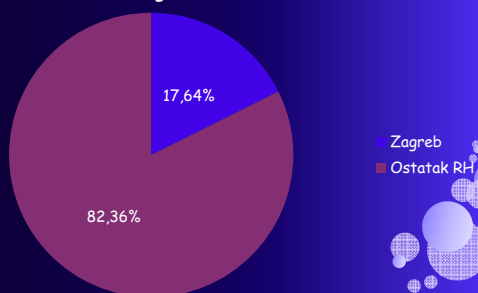
## Suvremeni uvjeti i nastava tjelesne i zdravstvene kulture

Život u suvremenom društvu prate novi standardi, dostignuća, sveopći napredak. Naše društvo ostavlja pozitivne i negativne posljedice. Sve se promjene odražavaju i na životu ljudi posebice na zdravlju.



## Suvremeni uvjeti i tjelesna i zdravstvena kultura

Stanovnici Zagreba i ostatka Hrvatske



## Suvremeni uvjeti i tjelesna i zdravstvena kultura

Neaktivnost

Akceleracija

Neurovegetativni poremećaji

Smanjenje sposobnosti

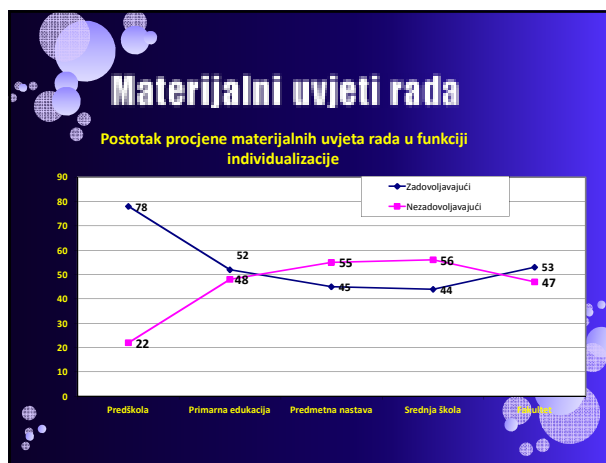
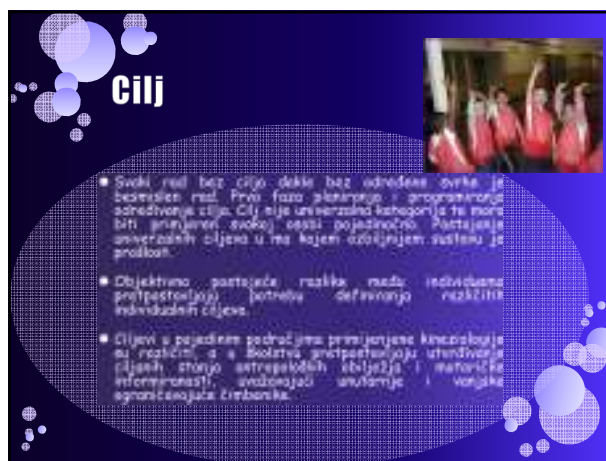
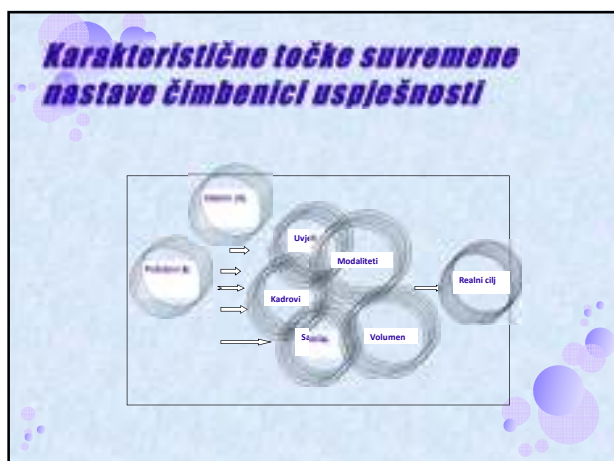
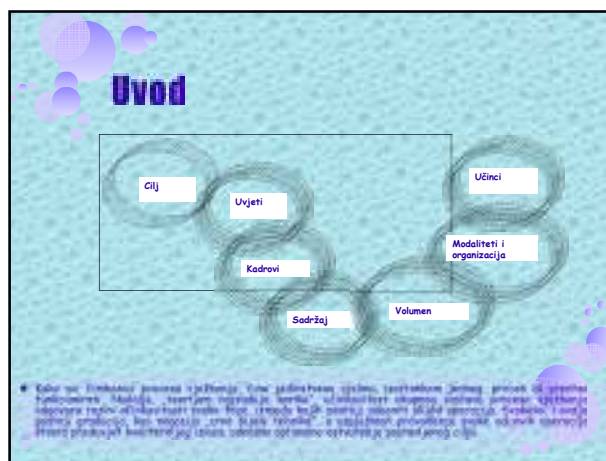
Apsolutno ponašanje

## Nastava

Nastava je aktivnost koja se provodi sustavno, planski i prema važećim metodičkim načelima i sukladno postignućima supstratne znanosti - kineziologije. Njeni ciljevi i zadaće nisu istovjetni s ostalim organizacijskim oblicima rada. Da bi učenici u svakodnevnom životu koristili sadržaje tjelesne i zdravstvene kulture, nastava treba neprestano izgrađivati svijest o vrijednostima tjelesnog vježbanja.

## Uvod

Od svih područja primijenjene kineziologije, kineziološka edukacija ima najveći udio na osiguravanju pozitivnog zdravlja i kvalitete života. Sveobuhvatno i cjelovito obrazovanje, od predškolske do visokoskolske razini, znači i odgovornost koji prate kineziološka edukaciju, a koja obrazovanje su najsigurnije i najodgovornije ljudske aktivnosti, naru ni približno praćeni odgovarajućim društvenim interesom.



### Izgradenost školskih športskih dvorana i vanjskih igrališta u osnovnim školama

Županija	Ukupno broj škola	Školska športska dvorana				Vanjska športska igrališta			
		Izgrađeno	%	Neizgrađeno	%	Izgrađeno	%	Neizgrađeno	%
Bjelovarsko-bilogorska	27	14	52%	13	48%	26	96%	3	11%
Brodsko-posavska	33	27	82%	6	18%	31	94%	2	6%
Dubrovačko-neretvanska	31	15	48%	16	52%	14	45%	17	55%
Istarska	48	27	56%	21	44%	36	75%	12	25%
Karlovačka	29	16	55%	13	45%	26	90%	3	10%
Koprivničko-križevačka	25	13	52%	12	48%	23	92%	2	8%
Krapinsko-zagorska	33	24	73%	9	27%	32	97%	1	3%
Ličko-senjska	15	10	67%	5	33%	13	87%	2	13%
Međimurska	31	15	48%	16	52%	28	90%	3	10%
Osječko-baranjska	70	59	84%	11	16%	61	87%	9	13%
Požeško-slavonska	14	5	36%	9	64%	13	93%	1	7%
Primorsko-goranska	58	45	78%	13	22%	41	71%	17	29%
Sisačko-moslavačka	35	28	80%	7	20%	26	74%	9	26%
Splitско-dalmatinska	92	47	51%	45	49%	72	78%	20	22%
Šibensko-kninska	21	13	62%	8	38%	16	76%	5	24%
Varaždinska	41	39	95%	2	5%	36	88%	5	12%
Virovitičko-podravska	17	12	71%	5	29%	15	88%	2	12%
Vukovarsko-srijemska	54	38	70%	16	30%	47	87%	7	13%
Zadarska	37	24	65%	13	35%	31	84%	6	16%
Zagrebačka	46	32	70%	14	30%	37	80%	9	20%
Grad Zagreb	117	106	91%	11	9%	98	83%	19	17%
REPUBLIKA HRVATSKA	874	689	79%	185	21%	722	83%	152	17%



### Kadrovi i uspješnost ostvarenja ciljeva tjelesne i zdravstvene kulture

- U Europi je vidljiv trend prijelaza obrazovanja učitelja i nastavnika na razinu sveučilišnih studija. Rezultati ukazuju kako je nužno čim prije parirati na kvalitetnom programu studija za psihološko-pedagošku izobrazbu te posebnu pripremu razredne prakse i metode tijekom studija (Vizek-Vidović i Pešin, 2005).

### Sadržaj vježbanja i kvaliteta u kineziološkoj edukaciji

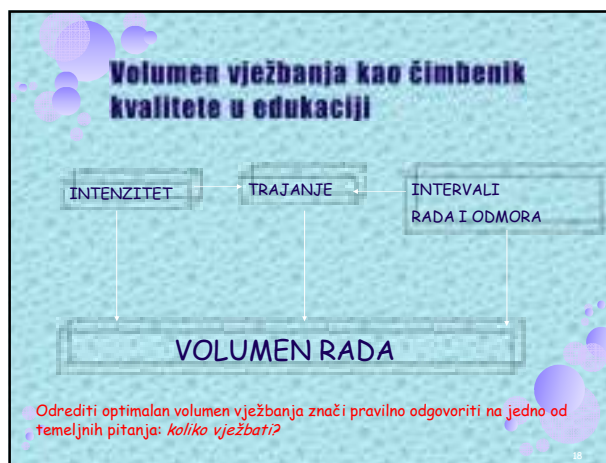
- Ciljevi
- Teme
- Jedinice

Transformacijska komponenta

Obrazovna komponenta

Distribucija sadržaja kreativni čin učitelja

17



## Volumen opterećenja kao čimbenik uspješnosti

- Tjelesna aktivnost predstavlja značajnu injeru prevencije u nastanku pretilosti ali i raz drugih zdravstvenih poremećaja (Beuchard i Desjardis, 1995). Istraživanje Hergana (2005) pokazuje da 39% djece i 55% djevojčica u dobi od 7. do 18. godine ne ostvaruje preporučenu razinu tjelesnog vježbanja od najmanje jednog sata dnevno.



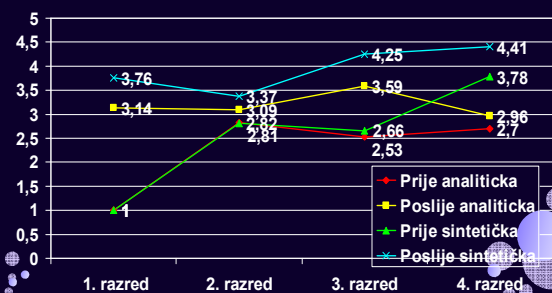
## Modaliteti rada i uspješnost u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi

- Pod modalitetima i organizacijom rada u kinizološkoj edukaciji podrazumijevamo: metode rada, metodičke postupke i metodičke organizacijske oblike rada.



## Modaliteti rada i kvaliteta u kinizološkoj edukaciji

Aritmetička srednja ocjena usvojenosti motoričkog gibanja „kolut naprijed“ prije i nakon djelovanja eksperimentalnog faktora - primjene analitičke i sintetičke metode učenja kod djece od 1. do 4. razreda osnovne škole (Prskalo i sur., 2003)

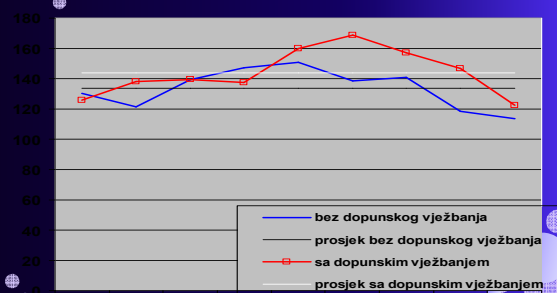


## Organizacija rada i suvremena nastava tjelesne i zdr. kulture

Efektivno vježbanje u ovisnosti o primjeni dopunske vježbe (Findak i sur., 2003)



## Funkcije srca izmjerene tijekom trajanja sata kod paralelne izmjeničnog metodičkog organizacijskog oblika rada s i bez dopunske vježbe



## Učinci i kontrola kvalitete procesa tjelesnog vježbanja

- Sustav praćenje uvjet da djeca budu subjekti odgojno-obrazovnog procesa

Javnosti  
Svestranosti  
Sustavnosti

Individualnosti  
Realnosti  
Pravednosti

Treba li se plašiti dijagnoze?

## Zaključak

- Proces "jakogog" vježbanja je složen proces i u tijelanoj i zdravstvenoj kulturi ima mnogo pouzdanosti. Glavine značajke ovog primijenjenog područja kinizologije su:
  - istovremeno: što i dovodi na drugo područje: kod nas prevladava odgovornost stručnjaka iz područja kinizologije, ali i cijelog odgovora običnog čovjeka. Stoga dolazi na prvu ruku:
    - istovremeno: istovremeno odgovore u zdravstvenoj kulturi i zdravlju, stvaranja, prethodnih, stoga, stvarajući ograničavajući čimbenici na programiranju cjelovitog procesa tijelanoj vježbanja moguće je dati odgovore na pitanja: "Dobro, što, kako i kada vježbat?" Događeni na istovremeno vježbanje ograničavajući čimbenici, stoga, što je pokazatelj odgovarajućeg zdravstvenog interese, na sam istovremeno značajno područje primijenjene kinizologije. Bez istovremeno istovremeno kvalitete tj. stvarajući istovremeno područje, bez odgovarajućih materijalnih uvjeta za rad na primijenjenog odnosa prema kodovima i područja kinizologije, nema ni uspjeha.

## Hvala