

UNIVERZITET U BEOGRADU

FAKULTET SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA

OSNOVNE AKADEMSKE STUDIJE



**ULOGA I ZNAČAJ VANČASOVNIH AKTIVNOSTI U
PROGRAMIMA FIZIČKOG VASPITANJA ZA OSNOVNU ŠKOLU**

Završni rad

Student:

Luka Milovanović 126/2018

Mentor:

red. prof. dr Ivana Milanović

Beograd, 2022.

UNIVERZITET U BEOGRADU

FAKULTET SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA

OSNOVNE AKADEMSKE STUDIJE



**ULOGA I ZNAČAJ VANČASOVNIH AKTIVNOSTI U
PROGRAMIMA FIZIČKOG VASPITANJA ZA OSNOVNU ŠKOLU**

Završni rad

Student:

Luka Milovanović 126/2018

Mentor:

dr Ivana Milanović, redovni profesor

Članovi komisije:

1. dr Snežana Radisavljević Janić, redovni profesor

2. dr Vladimir Milošević, docent

Beograd, 2022.

Apstrakt

Rad se primarno bavi ulogom i značajem vančasovnih aktivnosti u programima fizičkog vaspitanja za osnovnu školu u Srbiji. Predmet ovog rada pored vančasovnih aktivnosti su i programi fizičkog vaspitanja za osnovnu školu u obrazovno-vaspitnom sistemu Srbije, kojima se u ovom radu posvećuje manja pažnja.

Cilj rada je bio da se analiziraju mesto i uloga vančasovnih aktivnosti u programima fizičkog vaspitanja za osnovnu školu od 1984. do 2022. godine. Jedan od zadataka rada je bio da se prikupljanjem podataka i metodom analize utvrde sličnosti i razlike vančasovnih aktivnosti u programima fizičkog vaspitanja za osnovnu školu u Srbiji u različitim vremenskim periodima. Analizom i komparacijom uloge i značaja vančasovnih aktivnosti, koje predstavljaju najvažniji deo ovog rada, došlo se do zaključka da postoje i sličnosti i različitosti pomenutih aktivnosti od 1984. do 2022. godine. Pored promene naziva pojedinih termina, struktura, sadržaj i organizacija vančasovnih aktivnosti, nisu se menjali kroz programe fizičkog vaspitanja. Svaki novi program fizičkog vaspitanja dopunjavao se i nadovezivao na prethodni program, dok se put naziva predmeta od 1984. pa do 2022. godine, vratio na početak, odnosno predmet nosi isti naziv kao i 1984. godine. Uloga i značaj vančasovnih aktivnosti iz godine u godinu je sve veća, jer upravo ove aktivnosti doprinose rešavanju ciljeva i zadataka vaspitno-obrazovnog rada. Dosledno sprovođenje vančasovnih aktivnosti doprinosi ugledu škole, ali i potpunijoj afirmaciji nastavnika fizičkog vaspitanja. Zbog toga se ove aktivnosti moraju ravnopravno i ravnomerno podeliti na sve nastavnike fizičkog vaspitanja koji predaju u jednoj školi. Insistiranje nastavnika za učestvovanjem učenika u obaveznim vančasovnim aktivnostima prema kome u prvom trenutku može da postoji otpor, kasnije se u svesti učenika preobražava u vrednost, što još jednom potvrđuje i pokazuje samo jednu od mnogih pozitivnih strana vančasovnih aktivnosti.

Ključne reči: vančasovne aktivnosti, fizičko vaspitanje, program fizičkog vaspitanja.

SADRŽAJ

1. UVOD	1
2. TEORIJSKI OKVIR RADA	2
2.1 Program fizičkog vaspitanja	2
2.2 Definicija i pojam vančasovnih aktivnosti	12
2.3 Razvoj programa fizičkog vaspitanja, sa posebnim akcentom na period od 1984. do 2022. godine	22
2.3.1 Mesto i uloga vančasovnih aktivnosti u Programu fizičkog vaspitanja – 1984	24
2.3.2 Mesto i uloga vančasovnih aktivnosti u Programu fizičkog vaspitanja – 1990	26
2.3.3 Mesto i uloga vančasovnih aktivnosti u Programu fizičkog vaspitanja – 2004	28
2.3.4 Mesto i uloga vančasovnih aktivnosti u Programu fizičkog vaspitanja – 2017	31
3. CILJ I ZADACI RADA	34
4. ANALIZA I KOMPARACIJA ULOGE I ZNAČAJA VANČASOVNIH AKTIVNOSTI U PROGRAMIMA FIZIČKOG VASPITANJA (1984-2022)	35
5. ZAKLJUČAK	45
6. LITERATURA	47

1. UVOD

Pored svih vrednosti i kvaliteta koje pruža redovno pohađanje nastave fizičkog vaspitanja kroz obavezne časove, ona nije u stanju da poboljša sve funkcionalne i fizičke sposobnosti učenika. Trajanje časa od 45 minuta nije dovoljno da se ispune i realizuju svi ciljevi i sadržaji nastave. Pored toga razvoj tehnologije doveo do toga da mladi sve više vremena provode ispred digitalnih uređaja, a sve je manje onih koji se bave sportom i fizičkom aktivnošću. Zbog poboljšanja zdravlja, fizičkih sposobnosti, telesnog sastava neophodno je da mladi prisustvuju kako redovnim časovima, tako i *vančasovnim aktivnostima* koje predstavljaju i temu ovog rada. U nastavnim planovima i programima za osnovnu školu ukazuje se na ulogu ovih aktivnosti i njihov doprinos u ostvarenju ciljeva i zadataka vaspitno-obrazovnog rada zajedno sa redovnim časovima.

U stručnoj literaturi se često analizira period razvoja fizičkog vaspitanja od 1984. godine pa do danas, zbog toga što je u ovom periodu došlo do četiri promene programa fizičkog vaspitanja, pa će se upravo zbog toga i kroz ovaj rad najveća pažnja posvetiti razvoju vančasovnih aktivnosti u ovom periodu. Vančasovne aktivnosti pružaju učenicima mnogo više samostalnosti, napredovanja, druženja nego redovna nastava i iz tih razloga je neophodno stalno ih analizirati i unapređivati. Učenici kroz vančasovne aktivnosti stiču i određena teorijska obrazovanja, pomažu da se teorija bliže i više poveže sa praksom i omogućavaju učenicima da pametno i kreativno koriste svoje slobodno vreme.

Takođe, učenici usvajaju ponašanja koja se smatraju prihvatljivim, kako u porodici, školi, tako i u društvenoj zajednici. Primarni cilj ovog je uloga i značaj vančasovnih aktivnosti u programima fizičkog vaspitanja za osnovnu školu, njihov razvoj i promene kroz vremenski period od 1984. do 2022. godine.

2. TEORIJSKI OKVIR RADA

2.1 Program fizičkog vaspitanja

Prema pedagozima i metodičarima koji su se bavili nastavom uopšte, kao i nastavom fizičkog vaspitanja, postoje različite definicije programa koji predstavlja polaznu osnovu za realizaciju nastave u školama i obavezan dokument za nastavnike i učenike, školu i druge institucije. Jedna od poznatijih definicija nastavnog programa koju je dao Poljak (1970, str. 28) glasi: „Nastavni program je školski dokument kojim se propisuje opseg, dubina i redosled nastavnih sadržaja. Drugim rečima, nastavnim programom propisuju se konkretni sadržaji pojedinoga nastavnog predmeta, pa je nastavni program konkretizacija nastavnog plana”. Kada je u pitanju program fizičkog vaspitanja, Matić i Bokan (1990, str. 155) definišu program na sledeći način: „Program fizičkog vaspitanja je operativni dokument, obavezan za svakog nastavnika fizičkog vaspitanja, koji se sastoji iz cilja i zadataka fizičkog vaspitanja, sadržaja po tematskim područjima i razredima i didaktičko-metodičkih uputstava za realizaciju programa fizičkog vaspitanja”. U zavisnosti od uzrasta postoji podela na programe za predškolski uzrast (3-7 godina), mlađi školski uzrast (7-12 godina), srednjoškolski uzrast (12-15 godina) i stariji školski uzrast (15-18 godina). U ovom radu isključivo je akcenat na programu koji se odnosi na osnovnu školu, odnosno obuhvata uzrast učenika od sedme do petnaeste godine.

Da bi se program smatrao dobrim, mora da sadrži cilj fizičkog vaspitanja i zadatke ili ishode koji su u funkciji datog cilja. Zadaci programa fizičkog vaspitanja moraju biti konkretni za nastavnika i primereni učenicima određenog uzrasta i njihovim karakteristikama.

Cilj i zadaci nastave fizičkog vaspitanja

Svi programi fizičkog vaspitanja definišu *cilj fizičkog vaspitanja*. Kao primer mogu se uzeti definicije cilja fizičkog vaspitanja u programima iz 2004. i 2017. godine. U programu iz **2004.** godine definicija cilja fizičkog vaspitanja glasi:

„**Cilj** fizičkog vaspitanja je da raznovrsnim i sistematskim motoričkim aktivnostima, u povezanosti sa ostalim vaspitno-obrazovnim područjima, doprinese integralnom razvoju ličnosti učenika (kognitivnom, afektivnom, motoričkom), razvoju motoričkih sposobnosti, sticanju,

usavršavanju i primeni motoričkih umenja, navika i neophodnih teorijskih znanja u svakodnevnim i specifičnim uslovima života i rada“.

U programu iz **2017.** godine definicija cilja fizičkog vaspitanja glasi:

„**Cilj** nastave i učenja fizičkog i zdravstvenog vaspitanja je da učenik unapređuje fizičke sposobnosti, motoričke veštine i znanja iz oblasti fizičke kulture, radi očuvanja zdravlja i primene pravilnog i redovnog fizičkog vežbanja u savremenim uslovima života“.

Nakon definisanja cilja fizičkog vaspitanja, u programima fizičkog vaspitanja definišu se **zadaci** nastave fizičkog vaspitanja, a oni su:

- podsticanje rasta, razvoja i uticanje na pravilno držanje tela;
- razvoj i usavršavanje motoričkih sposobnosti;
- formiranje moralno-voljnih kvaliteta ličnosti;
- sticanje motoričkih umenja koja su, kao sadržaji, utvrđena programom fizičkog vaspitanja i sticanje teorijskih znanja neophodnih za njihovo usvajanje;
- sticanje i razvijanje svesti o potrebi zdravlja, čuvanja zdravlja i zaštiti prirode i čovekove sredine;
- osposobljavanje učenika da stečena umenja, navike i znanja koristi u svakodnevnim uslovima života i rada;
- usvajanje znanja radi razumevanja značaja i suštine fizičkog vaspitanja definisanog ciljem ovog vaspitno-obrazovnog područja.

Zadaci fizičkog vaspitanja su u funkciji cilja fizičkog vaspitanja, što znači da ako su realno postavljeni ne mogu biti neusaglašeni sa ciljem fizičkog vaspitanja. Prirodno je da se naglašavaju oni koji se mogu ostvariti isključivo fizičkim vežbanjem kroz nastavu fizičkog vaspitanja i druge oblike rada. Zadaci fizičkog vaspitanja u užem smislu su: poboljšanje funkcionalnih i fizičkih sposobnosti, usavršavanje telesne građe, jačanje i učvršćivanje zdravlja i očuvanje opšte vitalnosti organizma. Celokupnost zadataka fizičkog vaspitanja trebalo bi da dovede do formiranja navike da se jedan broj dece i omladine bavi fizičkim vežbanjem. Poznavanje opštih i operativnih zadataka fizičkog vaspitanja omogućava izradu programa predmeta fizičko vaspitanje, kao i uspešniju izradu plana.

U poslednjem programu iz 2017. godine nema zadataka, već su definisani **ishodi** nastave fizičkog vaspitanja. Ishodi predmeta se ostvaruju kroz jedinstvo nastave fizičkog i zdravstvenog vaspitanja, vannastavnih aktivnosti i vanškolskih aktivnosti u skladu sa programom. Posebna pažnja treba da se posveti ishodima koji se ne mogu dostići za vreme jednog ili više časova, već je za to

potrebno realizovati više aktivnosti u toku godine. Ishodi, kao jedna pozitivna novina, traže od nastavnika da se više fokusira na proces učenja i njegove rezultate, a ne na samu realizaciju predviđenih nastavnih sadržaja, što je dobro jer zahteva od nastavnika visok stepen stručnosti i kreativnost u radu.

Ishodi treba da proisteknu kao rezultat učenja na kraju svakog razreda, a tokom planiranja rada potrebno je odrediti vremensku dinamiku u odnosu na bavljenje pojedinim ishodima tokom školske godine. U skladu sa uputstvima za ostvarivanje programa ističe se da su definisani ishodi osnovni i nezaobilazan element procesa planiranja nastave i učenja.

Tematska područja

Tematska područja programa su komponente koje čine jedinstven i veoma složen proces fizičkog vaspitanja. Ova područja se moraju uvažavati, bez obzira da li su posebno naglašena ili ne. Tematska područja u velikoj meri određuju matičnost i područje delovanja struke. U praksi se sva ta tematska područja prožimaju i povezuju sa situacijama koje nastaju u toku rada.

Tematska područja programa fizičkog i zdravstvenog vaspitanja iz **1984.** godine su:

- 1) Razvijanje fizičkih sposobnosti;
- 2) Sportsko-tehničko obrazovanje;
- 3) Teorijsko obrazovanje;
- 4) Povezivanje fizičkog i zdravstvenog vaspitanja sa životom i radom;
- 5) Idejno-vaspitni rad.

Tematska područja programa fizičkog vaspitanja iz **1990.** godine su:

- 1) Razvijanje fizičkih sposobnosti;
- 2) Sportsko-tehničko obrazovanje;
- 3) Povezivanje fizičkog i zdravstvenog vaspitanja sa životom i radom.

Tematska područja programa fizičkog vaspitanja iz **2004.** godine su:

- 1) Razvijanje fizičkih sposobnosti;
- 2) Usvajanje motoričkih znanja, umenja i navika;
- 3) Teorijsko obrazovanje.

Tematska područja programa fizičkog i zdravstvenog vaspitanja iz **2017.** godine su:

1) **Fizičke sposobnosti** – na svim časovima kao i drugim organizacionim oblicima rada poseban akcenat stavlja se na: razvijanje fizičkih sposobnosti koje se kontinuirano realizuju u pripremnom delu časa (deo glavne faze koristi se za razvoj osnovnih fizičkih sposobnosti uzimajući u obzir uticaj koji nastavna tema ima na njihov razvoj, a metode i oblici rada biraju se u skladu sa potrebama i mogućnostima učenika i materijalno – tehničkim uslovima za rad); učvršćivanje pravilnog držanja tela; podsticanje učenika na samostalno vežbanje.

2) **Motoričke veštine, sport i sportske discipline** – usvajanje motoričkih veština ostvaruje se kroz primenu obaveznih i preporučenih programskih sadržaja primenjujući osnovne didaktičko-metodičke principe i metode rada neophodne za dostizanje postavljenih ishoda. Kroz proces realizacije programa neophodno je pratiti sposobnosti učenika za različite fizičke aktivnosti. Ukoliko učenik ne dostigne predviđeni ishod, ostavlja se mogućnost da isti dostigne u narednom periodu. U radu sa naprednijim učenicima realizuju se prošireni sadržaji.

3) **Fizička i zdravstvena kultura** – dostizanjem ishoda ove nastavne oblasti, učenici stiču znanja, veštine, stavove i vrednosti o vežbanju (osnovnim pojmovima o vežbi, kako se neko vežbanje izvodi i čemu konkretna vežba i vežbanje služi), fizičkom vaspitanju, sportu i zdravlju. Osnovne informacije o vežbanju i zdravlju prenose se neposredno pre, tokom i nakon vežbanja na času. Ova nastavna oblast obuhvata: formiranje pravilnog odnosa prema fizičkom vežbanju i zdravlju; prepoznavanje negativnih oblika ponašanja u igri; razvijanje i negovanje drugarstva i dr. Pored navedenog u ovoj oblasti potrebno je raditi na: negovanju patriotskih vrednosti (narodne tradicije i multikulturalnosti); čuvanju lične i školske imovine, negovanju društvenih vrednosti, formiranju pravilnog odnosa prema različitostima itd.

Iz navedenih programa uočava se da je program iz 1984. godine sadržao pet tematskih područja, da bi u sledećem programu iz 1990. godine došlo do eliminisanja dva nastavna područja: teorijsko obrazovanje i idejno-vaspitni rad. U programu iz 2004. godine, vraćeno je tematsko područje *Teorijsko obrazovanje*, ali je iz ovog programa izostalo područje *Povezivanje fizičkog i zdravstvenog vaspitanja sa životom i radom*. U programu iz 2017. godine, pojavljuje se tematsko područje *Fizička i zdravstvena kultura* koje sadrži ishode i sadržaje za još dva podpodručja *Fizičko vežbanje i sport* i *Zdravstveno vaspitanje*. Ovi novi sadržaji su u skladu sa promenama koje su nastupile u društvu i državi u današnje vreme.

Analizom tematskih područja može se primetiti da su tematska područja razvijanje fizičkih sposobnosti i sportsko-tehničko obrazovanje tj. usvajanje motoričkih znanja, umenja i navika ili motoričke veštine, sport i sportske discipline zastupljena u svim programima. Od osamdesetih godina pa sve do danas ova tematska područja nisu se menjala, za razliku od ostalih područja koja su se kroz programe menjala u zavisnosti od ideja „reformatora“ i njihovog ugla gledanja na fizičko vaspitanje. Program iz **1984.** godine je najsveobuhvatniji program po pitanju tematskih područja.

Didaktičko-metodička uputstva

Koncepcija fizičkog i zdravstvenog vaspitanja zasniva se na jedinstvu časovnih, vančasovnih i vanškolskih organizacionih oblika rada, kao osnovne pretpostavke za ostvarivanje cilja kroz dostizanje ishoda ovog vaspitno-obrazovnog područja koje se sastoji iz tri predmetne oblasti:

- fizičke sposobnosti,
- motoričke veštine, sport i sportske discipline,
- fizička i zdravstvena kultura.

Novi program iz 2017. godine baziran je na kontinuiranom usvajanju znanja, veština, stavova i vrednosti. Prilikom izbora oblika rada nastavnik treba da uzme u obzir prostorne uslove rada, broj učenika na času, količinu sprava i rekvizita, dinamiku obučavanja i uvežbavanja nastavnog zadatka. Prilikom izbora metodskih postupaka obučavanja i uvežbavanja motoričkih zadataka, nastavnik treba da odabere takve vežbe koje će omogućiti što bolje i potpunije usvajanje tog zadatka. Demonstracija zadatka mora da bude jasna i precizna što podrazumeva korišćenje savremenih sredstava.

Osnovne karakteristike realizacije nastave (program iz 2017. godine):

- izbor racionalnih oblika i metoda rada;
- funkcionalna povezanost delova časa – unutar jednog i više uzastopnih časova određene nastavne teme;
- jasnoća nastavnog procesa;
- optimalno korišćenje raspoloživog prostora, sprava i rekvizita;
- izbor vežbi usklađen sa programskim sadržajima i ishodima.

U nastavi treba da prevladavaju igre i sadržaji koji zahtevaju preciznost izvođenja. Svim vežbanjima prethode tačna uputstva nastavnika i prikaz vežbi. Nastavnik prati rad učenika, ukazuje i ispravlja greške.

Sadržaji programa

Programski sadržaji moraju biti tako raspoređeni tokom razvoja učenika, od najmlađeg uzrasta do najstarijeg, da proističu jedni iz drugih. Na određenom uzrastu se planiraju posebno za učenike, a posebno za učenice. Sadržaj programa se tako planira da se broj vežbanja iz godine u godinu povećava, a da se vežbanja sa uzrastom usložnjavaju (da su veće težine), i moraju biti takvi da omogućavaju nastavnicima izbor onih koji će biti u funkciji razvoja konkretnog učenika.

U aktuelnom poglavlju, sadržaji se nisu znatno menjali u odnosu na program iz 1984. godine.

Obavezni sadržaji tematskog područja **fizičke sposobnosti**

- Vežbe za razvoj snage.
- Vežbe za razvoj pokretljivosti.
- Vežbe za razvoj aerobne izdržljivosti.
- Vežbe za razvoj brzine.
- Vežbe za razvoj koordinacije.

*Obavezni sadržaji tematskog područja motoričke veštine, sport i sportske discipline (**atletika**)*

- Tehnika visokog i niskog starta.
- Skok uvis (prekoračna tehnika).
- Bacanje loptice (do 200g).
- Tehnika istrajnog trčanja.
- Istrajno trčanje – priprema za kros.
- Tehnika sprinterskog trčanja.

*Preporučeni sadržaji tematskog područja motoričke veštine, sport i sportske discipline (**atletika**)*

- Tehnika štafetnog trčanja.
- Skok udalj.
- Bacanja kugle 2 kg.

- Bacanje „vorteks-a“.
- Troboj.

Obavezni sadržaji tematskog područja motoričke vještine, sport i sportske discipline (**sportska gimnastika**)

- Vežbe na tlu;
- Preskoci i skokovi;
- Vežbe u uporuu;
- Vežbe u visu;
- Niska greda;
- Gimnastički poligon.

Preporučeni sadržaji tematskog područja motoričke vještine, sport i sportske discipline (**sportska gimnastika**)

- Preskok;
- Konj sa hvataljkama;
- Vežbe u uporuu (složeniji sastav);
- Vežbe u visu (složeniji sastav);
- Vežbe na tlu (napredne varijante);
- Visoka greda;
- Trambolina.

Obavezni sadržaji tematskog područja motoričke vještine, sport i sportske discipline (**ples i ritmika**)

- Pokreti uz ritam i uz muzičku pratnju;
- Ritmička vežba bez rekvizita;
- Skokovi kroz vijaču;
- Narodno kolo „Moravac“;
- Narodno kolo iz kraja u kojem se škola nalazi;
- Osnovni koraci društvenih plesova.

Preporučeni sadržaji tematskog područja motoričke vještine, sport i sportske discipline (**ples i ritmika**)

- Vežbe sa obručem;
- Vežbe sa loptom;
- Složeniji skokovi kroz vijaču.

Obavezni sadržaji tematskog područja motoričke vještine, sport i sportske discipline (**osnove timskih i sportskih igara**)

Rukomet/mini rukomet

- Osnovni elementi tehnike i pravila;
- Vođenje lopte;
- Hvatanja i dodavanja lopte;
- Šutiranja na gol;
- Fintiranje;
- Principi individualne odbrane;
- Osnovna pravila rukometa/mini rukometa
- Sportski poligon.

Preporučeni sadržaji tematskog područja motoričke vještine, sport i sportske discipline (**osnove timskih i sportskih igara**)

- Napredni elementi tehnike, taktike i pravila igre;
- Hvatanja kotrljajućih lopti;
- Dribling;
- Šutiranja na gol;
- Fintiranje;
- Osnovni principi kolektivne odbrane.

Obavezni sadržaji tematskog područja motoričke vještine, sport i sportske discipline (**plivanje**)

- Predvežbe u obučavanju plivanja;
- Igre u vodi;

- Samopomoć u vodi.

*Preporučeni sadržaji tematskog područja motoričke veštine, sport i sportske discipline (**plivanje**)*

- Pliva jednom tehnikom;
- Ronjenje u dužinu.

Sadržaji tematskog područja fizička i zdravstvena kultura (**fizičko vežbanje i sport**)

- Upoznavanje učenika sa najčešćim oblicima nasilja u fizičkom vaspitanju i sportu;
- „Ferplej“ (navijanje, pobjeda, poraz, rešavanje konfliktnih situacija);
- Pisani i elektronski izvori informacija iz oblasti fizičkog vaspitanja i sporta;
- Značaj razvoja fizičkih sposobnosti za snalaženje u vanrednim situacijama (zemljotres, poplava, požar...);
- Fizičko vežbanje i estetika (pravilno oblikovanje tela);
- Planiranje dnevnih aktivnosti;
- Cilj i svrha vežbanja u fizičkom i zdravstvenom vaspitanju;
- Osnovna pravila rukometa/mini rukometa i malog fudbala;
- Ponašanje prema ostalim subjektima u igri (prema sudiji, igračima suprotne i sopstvene ekipe);
- Čuvanje i održavanje materijalnih dobara koje se koriste u fizičkom i zdravstvenom vaspitanju;
- Uredno postavljanje i sklanjanje sprava i rekvizita neophodnih za vežbanje.

Sadržaji tematskog područja fizička i zdravstvena kultura (**zdravstveno vaspitanje**)

- Lična i kolektivna higijena pre i posle vežbanja;
- Uticaj pravilne ishrane na zdravlje i razvoj ljudi;
- Ishrana pre i posle vežbanja;
- Vežbanje i igranje na čistom vazduhu – čuvanje okoline prilikom vežbanja;
- Fizička aktivnost, vežbanje i zdravlje;
- Osnovni principi vežbanja i vrste fizičke aktivnosti;
- Održavanje lične opreme za vežbanje i poštovanje zdravstveno-higijenskih mera pre i posle vežbanja.

U programu iz 1990. godine ravnopravno mesto zauzimaju i oblici rada pod nazivom *vančasovne aktivnosti*. Upravo glavna suština programa jeste stavljanje težišta na aktivnosti koji će najlakše uticati na posledice hipokinezije, i lošeg uticaja savremenog života, što je bilo pomenuto u prethodnom poglavlju. Nastavnik putem svog profesionalnog i kreativnog rada kreira časove i rešava zadatke fizičkog vaspitanja, uzimajući u obzir sve mogućnosti i sposobnosti učenika kao i uslove u kojima se nastava i vančasovne aktivnosti sprovode. Program obuhvata tri oblasti: razvijanje fizičkih sposobnosti, sportsko-tehničko obrazovanje i povezivanje fizičkog i zdravstvenog vaspitanja sa životom i radom. Angažovanje učenika u vančasovnim aktivnostima, za koje su se oni prvenstveno slobodno opredelili može da pruži mnogo bolje rezultate od redovne nastave.

2.2 Definicija i pojam vančasovnih aktivnosti

Jedan od zadataka fizičkog vaspitanja jeste upravo naučiti pojedinca da se što više bavi vežbanjem. Vežbanje bi trebalo da bude po mogućnosti permanento i u slobodno vreme, na osnovu ličnog opredeljenja, mogućnosti i želje učenika. Ovaj zadatak će se upravo lakše rešiti i ostvariti kroz oblik rada za koji su se učenici dobrovoljno opredelili. Trajanje časa od 45 minuta je nedovoljno da se tokom nastave ispune svi planirani sadržaji.

Kada je u pitanju pojam „vančasovne aktivnosti“ treba napomenuti da se ovaj pojam koristi uglavnom u nastavi fizičkog vaspitanja, dok se u ostalim vaspitno-obrazovnim područjima koriste drugi pojmovi. Celokupna stručna literatura u pedagogiji, kao i neposredna pedagoška praksa, ustalila je (pored ostalih ređih) dva osnovna pojma za ovu vrstu aktivnosti:

- 1) vannastavne aktivnosti učenika
- 2) slobodne aktivnosti učenika

U prvom slučaju (vannastavne aktivnosti učenika) predstavljaju aktivnosti koje se izvode van redovne nastave učenika, a drugi pristup (slobodne aktivnosti učenika) govori da se te aktivnosti izvode po slobodnom opredeljenju učenika, što u današnjem planu i programu nosi naziv „*školske sekcije*“.

Pojam „vannastavne aktivnosti učenika“ upotrebljavao se do 1959. godine u pedagoškoj praksi i obuhvatao je aktivnosti koje su škole organizovale i sprovodile u cilju poboljšanja i proširivanja nastavne građe, koje su bile uglavnom vezane za školu, posredno ili neposredno. Sadržaji nisu imali toliku povezanost sa nastavnim programom pa ovaj termin i nije bio adekvatan sa aspekta njegove primene i korišćenja. Ovaj termin i danas se može čuti u školskoj praksi, iako je nakon 1959. godine uveden znatno širi pojam sa aspekta primene u praksi pod nazivom „slobodne aktivnosti učenika“, a odnosio se na aktivnosti za koje su se učenici slobodno opredeljivali, što je i bilo u funkciji nastavnog programa. Mišljenja mnogih autora vezana za ove aktivnosti bila su različita, jedni su smatrali da su ove aktivnosti samo formalno slobodne i dobrovoljne, drugi su smatrali da se ove aktivnosti organizuju van škole od strane nastavnika, a treći da ove aktivnosti mogu postojati i u nastavi (Aleksić, Nikolić i Ilić, 1976.).

Bokan je dao značajan i poseban doprinos teoriji fizičkog vaspitanja definisanjem vančasovnih aktivnosti na sledeći način: „Vančasovne aktivnosti učenika u fizičkom vaspitanju su planski i programski organizovani oblici rada, prema potrebama, interesovanjima i slobodnim

opredeljenjima (svih) učenika, zajedno sa razredno-časovnim oblicima rada obezbeđuju celovitu realizaciju cilja i zadataka fizičkog i zdravstvenog vaspitanja i obrazovanja, razvijajući time kod učenika svest o fizičkoj kulturi kao integralnom delu života savremenog čoveka“ (Matić i saradnici, 1992.). Često se polemisalo oko toga da li je pravilno upotrebiti termin vančasovne ili termin vannastavne aktivnosti učenika. Bokan (1992) ističe da termin „van nastavni“ iako u praksi češće korišćen termin, nije najadekvatniji jer podrazumeva aktivnosti koje su van nastave pa samim tim nisu u funkciji i jedinstvu sa zadacima nastave. Pravi se jasna razlika između dva pojma: *vanškolske* aktivnosti učenika (odvijaju se u organizacijama fizičke kulture, klubovi) i *vančasovne* aktivnosti učenika (aktivnosti u okviru škole).

Mnoge aktivnosti koje se organizuju u nastavii fizičkog vaspitanja mogu se realizovati uz aktivno angažovanje ne samo nastavnika fizičkog vaspitanja, već uprave i drugih subjekata škole. To doprinosi ugledu škole, ali i potpunoj afirmaciji nastavnika fizičkog vaspitanja. Sprovođenje ovih aktivnosti je složenije u području fizičkog vaspitanja nego u drugim vaspitno-obrazovnim oblastima. Ne uživaju svi učenici u vančasovnim aktivnostima, u procesu vaspitanja i obrazovanja to je „neminovnost“. Zbog toga je važna snalažljivost, dovtljivost, pedagoško iskustvo i naravno napor nastavnika da svojom kreativnošću realizuje zadatke koji za mnoge učenike predstavljaju „teret“ a ne zadovoljstvo.

Bokan (Matić i sar., 1992, str. 196.) naglašava **11 pedagoških funkcija** vančasovnih aktivnosti u fizičkoj kulturi:

- 1) Razvijanje inicijative i samostalnosti u radu učenika,
- 2) Pобољшanje discipline i reda u školi i van nje,
- 3) Društvena afirmacija ličnosti učenika,
- 4) Razvijanje stvaralačkog odnosa prema radu i učenju,
- 5) Razvijanje drugarstva i solidarnosti,
- 6) Razvijanje sposobnosti koje ne mogu doći do izražaja kroz redovnu nastavu,
- 7) Razvijanje realizacije raznovrsnih oblika interesovanja učenika,
- 8) Razvijanje učeničkog samoupravljanja,
- 9) Razvijanje i formiranje realnih osnova za samoobrazovanje, samorad i samoaktivnost,
- 10) Pripremanje učenika za život i rad,
- 11) Ispoljavanje takmičarskog duha i samopotvrđivanja.

U vančasovne aktivnosti učenika (program iz 2017. godine) spadaju:

Izleti – Izlet je organizovan boravak u prirodi sa unapred određenim ciljem (najčešće rešavanje opšte obrazovnog programa) uz jasno istaknut aktivan fizički odmor. Prema *dužini* trajanja izlet može biti poludnevni, celodnevni i višednevni, a prema *načinu odlaska* na teren izleti mogu biti pešački, nepešački i kombinovani. Mogu se organizovati i u radne dane predviđene kalendarom škole. Izlete u zavisnosti od cilja, uspešno mogu realizovati iskusni nastavnici svih predmeta, kao i učitelji. Za realizaciju izleta u suštini je odgovorna škola-svi nastavnici sa direktorom škole i pretećim službama. Da bi izlet bio uspešan, rukovodilac (vođa) treba da sačini detaljan plan i satnicu izleta i sa njima upozna učenike, nastavnike i roditelje. *Školski izleti* se realizuju kao poludnevni (u mlađim razredima) i kao celodnevni (u višim razredima osnovne škole). Škola organizuje dva izleta sa pešačenjem i to:

- Treći razred, poludnevni; do 5 km (u oba pravca ukupno),
- Četvrti razred, poludnevni; do 6 km (u oba pravca ukupno),
- Peti razred, celodnevni; do 7 km (u oba pravca ukupno),
- Šesti razred, celodnevni, do 8 km (u oba pravca ukupno),
- Sedmi razred, celodnevni; do 9 km (u oba pravca ukupno),
- Osmi razred, celodnevni; do 10 km (u oba pravca ukupno).

U zavisnosti od udaljenosti izletništva, mogu se realizovati pešice ili nekim prevoznim sredstvom. Iako izleti mogu da se realizuju tokom cele školske godine, najčešće se organizuju u *prolećnom* i *jesenjem* periodu. Kada su u pitanju učenici nižih razreda tada je na informacionom sastanku obavezno prisustvo roditelja. Oprema za izlet predviđena je za izletnike – planinare koji se ovom vrstom fizičke aktivnosti permanentno bave. U školskim uslovima oprema je skromnija i obično prilagođena mogućnostima učenika. Ona treba da je tako odabrana da omogućava nesmetano, lako kretanje i da je prilagođena klimatskim uslovima. Plan poseta na izletu treba da bude deo pripreme izložen na zajedničkom sastanku, a on će zavisiti od plana i programa izleta, kao i postojećih objekata dostupnih za posete. Svaki izlet, trebalo bi osim aktivnog (fizičkog) dela, da ima i manji aktivni deo, kada se vrši poseta planiranog objekta i kada mogu da se uključe i nastavnici drugih predmeta (istorija, geografija, biologija i drugi). U slučajevima gde u izletu ne učestvuju nastavnici drugih predmeta, postoji mogućnost da se neki učenici uključe u pripremu malih referata koje bi izložili na konkretnom mestu.

Bez obzira na vrstu i dužinu izleta, važno je, pogotovu za decu osnovnoškolskog uzrasta da se upoznaju sa nekim principima u vezi ishrane i korišćenja tečnosti. Podela zaduženja je takođe važna i značajna za uspeh izleta. Podelu zaduženja vrši vođa izleta, a i za najkraći izlet moguće je angažovanje većeg broja učenika. Krajnji deo izleta podrazumeva razgovor i malu analizu sa učesnicima izleta, o eventualnim propustima, pohvale istaknutih pojedinaca, predlozima za poboljšanje, a na kraju izleta, najčešće pedagog fizičke kulture dužan je da pisani izveštaj preda nastavničkom veću na usvajanje.

Suština izleta koji se realizuje po školskog programu je da svaki učenik bude aktivan učesnik izleta, da dobije zaduženje koje će korektno odraditi, bilo u pripreмноj fazi, za vreme ili posle izleta. Od njihovog iskrenog zalaganja i učešća zavisice konačan uspeh izleta, pa prema tome i pedagoška poenta povezivanja naučenog za život i rad.

Kros – Programom fizičkog vaspitanja predviđeno je da učenici tokom školske godine imaju *obavezno* dva krosa: jesenji i prolećni. Priprema za kros se vrši razvojem izdržljivosti na samim časovima, ali i osposobljavanjem učenika da i sami trčanjem i hodanjem van časova fizičkog vaspitanja izgrađuju viši nivo izdržljivosti. Da bi kros bio uspešan, o njemu treba razgovarati već na početku školske godine, pominjati ga u svim situacijama kada se intenzivnije razvija izdržljivost. Učenicima koji postignu dobre rezultate na krosu treba dati prigodna priznanja.

U pripremanju za kros promena ritma kretanja igra značajnu ulogu. Ritam kretanja i promenu ritma diktira nastavnik, u skladu sa mogućnostima učenika. U pripremi dobro je učenike podeliti u grupe prema sposobnostima i svakoj grupi davati različite intervale kretanja, različite dužine kretanja i različit tempo kretanja. Priprema za kros učenicima mora biti zanimljiva, zato se časovi fizičkog vaspitanja sprovode sa raznovrsnim vežbanjima, čak i onim sa kojima se učenici po prvi put susreću. Dobro je na ovim časovima koristiti i interesantne elementarne igre dinamičkog karaktera, koji zahtevaju neprestano kretanje učenika.

Kroseve kao vid spremnosti moguće je organizovati i više puta godišnje. Kad god postoji mogućnost, kros treba organizovati sa atletskim klubovima ako ih ima na teritoriji, kao i uz pomoć zainteresovanih trenera iz klubova. Pre izlaska na školski kros potrebno je sprovesti „improvizovani“ kros za svako odeljenje u školskom dvorištu ili nekom drugom prigodnom prostoru u blizini škole, bilo da trče svi učenici istovremeno ili da su podeljeni u dve grupe. To nastavniku daje mogućnost da bolje sagleda sposobnost učenika u jednom odeljenju, a učenicima se pruža mogućnost, da osete teškoću takmičenja i trčanja školskog krosa, koji ih neposredno očekuje.

Kros je dobra prilika da se otkriju talenti za trčanje, koji bi se ako na to pristanu oni i njihovi roditelji uključili u bavljenje atletikom.

Letovanja – Zadnjih godina češći je oblik rada u školama od logorovanja i po nekim sadržajima mogu biti veoma slični. Boravak nije isključivo u prirodi, nego u urbanim sredinama (letovališta i odmarališta sa kompletnom infrastrukturom i mnogo većim komforom). Organizuju se u trajanju od najmanje 7 dana. Sam program koji se realizuje, nije toliko obavezujući kao na logorovanju. Nema dežarstava, pomoći u kuhinji, požarstva, učenici biraju aktivnosti koje im se nude. Obavezno je da deca koja su neplivači, nauče veštinu plivanja ako za to već imaju realnu šansu. U prirodi ima dosta sportsko-rekreativnih sadržaja gde se učenici prijavljuju prema interesu i sklonostima.

Letovanje ima poseban vaspitni značaj, ne samo sa stanovišta fizičke aktivnosti, već i znatno šire. Kolektivan boravak zahteva i poseban način života i rada, kao i usklađivanje sopstvenih želja i interesa sa željama i interesima drugih, a naročito sa postojećim okolnostima. Letovanje je poseban oblik socijalizacije ličnosti i pravo mesto za pozitivne vaspitne uticaje.

Zimovanja – Predstavljaju vid aktivnosti u prirodi, koje se na našim prostorima realizuju u zimskom periodu, najčešće za vreme zimskog raspusta. Glavni program na zimovanju je učenje veština skijanja, ali i drugih aktivnosti za koje postoje uslovi. Obično se organizuju u trajanju od 7 dana. Organizacija zimovanja je složen i odgovoran zadatak i podrazumeva maksimalnu ozbiljnost i pripremu svih subjekata koji učestvuju u njegovoj realizaciji (nastavnici, učenici, roditelji). Organizacija zimovanja se može podeliti na tri dela: pripreme koje se obavljaju pre odlaska na zimovanje; organizacija života i rada na zimovanju; poslovi nakon završetka zimovanja.

Neophodno je da aktiv nastavnika fizičkog vaspitanja podnese nastavničkom veću škole razrađen program zimovanja. Ukoliko se program usvoji, ulazi u godišnji program rada škole za tekuću godinu, a realizuje se za vreme zimskog raspusta. Veoma je važno da se izbor i nabavka opreme učini blagovremeno, kvalitetno i po mogućnosti što jeftinije. U izboru i kupovini opreme učenicima (osim roditelja) moraju da pomognu i profesori fizičkog vaspitanja, učitelji skijanja i da ih upute u specijalizovane prodavnice sportske opreme, ili na sajmove zimske opreme. Veoma važan zadatak u pripremi za zimovanje odnosi se i na *opštu fizičku pripremu*, koju realizuje profesor fizičkog vaspitanja na redovnim školskim časovima, u okviru školskih sekcija i drugo. Ovaj deo je značajan jer omogućava dobru opštu pripremljenost učenika za učenje novih kretnih elemenata koji će biti prisutni na zimovanju, a sa druge strane i sprečavaju se moguće povrede na zimovanju usled povećanih napora. Mnogo češće se realiuju pripreme za zimovanje u okviru školskih sekcija, s

obzirom na to da se za zimovanje opredeljuje malo učenika, pa je lakše izvršiti pripremu van redovnih časova i nastave.

Slobodno vreme na zimovanju učenici provode prema ličnim interesovanjima: čitanje knjiga, igranje društvenih igara (šah, domine, i dr.), gledanje televizije i sl. Dominantni sadržaj na zimovanju treba da budu sportsko – rekreativne aktivnosti. Aktivnosti na zimovanju obuhvataju obuku skijanja, klizanja, kraće izlete sa pešačenjem ili na sankama, i druge aktivnosti. Kao i kod ostalih aktivnosti u prirodi, profesor fizičkog vaspitanja podnosi pismeni izveštaj nastavničkom veću o realizaciji zimovanja.

Logorovanja – Predstavljaju oblik nastavnog rada, koji se ogleda u dužem boravku u prirodi sa noćivanjem pod šatorima, a takođe i kolibama od granja. U našem jeziku sinonim terminu logorovanje je „kampovanje“. Osim letnjih logorovanja koja se najčešće organizuju, u nekim oblastima, ali ređe, organizuju se zimska logorovanja. Tradiciju logorovanja još uvek slede izviđačke i skautske organizacije. Postoji više podela logorovanja: prema lokaciji izvođenja; prema dužini trajanja; prema broju (učešća) učenika; prema polu; prema uzrastu; prema pripadnosti članstvu; prema smeštaju; prema stalnosti; prema osnovnom programu. Bez obzira na varijante i tipove izlaska i boravka u prirodi, stalni oblici pedagoškog rada obavezno moraju da pokrivaju i značajan prostor ekološke edukacije i delovanja.

Za uspešnu realizaciju logorovanja neophodne su adekvatne pripreme i radnje. Jedan prostor obuhvata pripreme pre samog logorovanja, drugi deo su radnje za normalno funkcionisanje logorovanja, a značajan deo se odnosi na radnje po obavljenom logorovanju. Aktiv nastavnika fizičkog vaspitanja, zadužen od strane škole za organizaciju i sprovođenje logorovanju, pristupa realizaciji ovog programskog sadržaja već od početka školske godine. Detaljno razrađen plan treba na jednoj od sednica da odobri nastavničkog veće škole. Po usvajanju plana za logorovanje, ono se učvršćuje u program škole za tekuću godinu.

Po dolasku na logorište (prostor na kome treba da se postave šatori i uspostavi kamp), treba da se uradi nekoliko poslova od hitnog značaja za normalno funkcionisanje života. Šatori se u toku logorovanja moraju održavati, čistiti, provetravati, zatezati i drugo. Osim pod šatorima, učesnici logora mogu da budu smešteni u drugim vrstama standardnih ili improvizovanih objekata (kamp kućice, paviljoni, auto prikolice, kolibe, brvnare i drugo). *Zona ishrane* podrazumeva prostor na kome je podignuta kuhinja u kojoj se priprema hrana. *Sportsko – rekreativna zona* je prostor za realizaciju većine programskih aktivnosti koja se može podeliti na nekoliko delova. Jedan od bitnih

delova gde se odvijaju sportsko - rekreativne aktivnosti jeste vodena površina uz obalu gde se odvijaju razne aktivnosti na i pod vodom (veslanje, jedrenje, plivanje, pecanje, ronjenje, skijanje na vodi). Lepo urađeni logori stalnog tipa imaju prepoznatljive ograđene prostore (ulaznu kapiju, ogradu oko logora, klupe, mostiće).

Primer dnevnog rada na logorovanju (Bokan, 1980):

6,00	ustajanje (lična higijena, uređenje šatora)
6,30	obavezno jutarnje vežbanje
7,00	doručak
8,00-9,30	nastava po rasporedu
9,30-10,00	pauza
10,00-11,30	nastava po rasporedu
11,30-13,00	slobodno vreme
13,00	ručak
14,00-15,30	rekreacija
15,30-17,00	nastava po rasporedu
17,00-18,45	rekreacija – turniri
19,00	smotra (dnevne informacije, ocena rada, plan rada za naredni dan)
19,30	večera
20,00-22,00	logorske zabave
22,00	spavanje

Osobe lišene mogućnosti da dožive logorovanje, bez obzira da li bi ta iskustva bila pozitivna ili negativna, siromašnije su za jedan životni doživljaj.

Školske sekcije – Školske sekcije za fizičku kulturu su najsistematičniji oblik organizovanja učenika, za bavljenjem vežbanjem u sportu i okviru škole. Programom je predviđeno da se rad kroz sekcije sa učenicima obavlja jednom nedeljno, što orijentaciono iznosi od 30-35 časova godišnje. Kontinuiranost rada sekcija se ogleda u odvijanju kroz celu školsku godinu, a takođe i kroz funkcionisanje sekcija za sve uzraste. Primer može biti košarkaška sekcija u školi gde treba uključivati sve učenike a ne samo učenike šestog razreda pa naviše, koji po programu nastave imaju ovu aktivnost ili su kroz nju prošli. U školama gde se značajna pažnja posvećuje radu školskih sekcija, i učestvovanju škole na većini međuškolskih takmičenja, zastupljene su sekcije sportskih

igara (rukomet, košarka, mali fudbal, odbojka) i sekcije individualnih sportova (atletika, gimnastika, ritmička gimnastika, streljaštvo, plivanje, itd.). Najčešće jedan nastavnik vodi jednu ili dve sekcije za fizičkog vaspitanje, tamo gde u aktivu ima više nastavnika lakše je organizovati rad sa više sekcija. Nastavnik sačinjava poseban program uzimajući u obzir materijalne i prostorne uslove rada, uzrasne karakteristike i sposobnosti učenika. Ukoliko je neophodno, sekcije se mogu formirati prema polu učenika. Učenik se u svakom trenutku može uključiti u rad sekcije.

Školska takmičenja – Predstavljaju stastavni deo fizičkog vaspitanja koji u velikoj meri mogu doprineti kvalitetnijem radu sa učenicima, pod uslovom da se pripreme za takmičenja delimično ili u celini sprovode u školi i pod rukovodstvom nastavnika fizičkog vaspitanja. Ona pre svega treba da zadovolje potrebe učenika za dokazivanjem i manifestovanjem sopstvenih vrednosti. Za školska takmičenja važi pravilo važno je učestvovati a ne pobediti! Takmičenja se organizuju u gimnastici (u zimskom periodu); u atletici (u prolećnom periodu) i u jednoj sportskoj igri (u toku godine). Škola omogućava učenicima da se uključe u sistem takmičenja Olimpijskih sportskih igara školske omladine Srbije. Školska takmičenja su u principu masovnog karaktera, pogotovu u prvom i drugom stepenu takmičenja (između razreda iste škole ili više škola jednoga grada ili opštine). U zavisnosti od konkretnog sporta i grane, mogu se organizovati u toku cele godine i ne moraju da budu u nekom od sportova predviđenim programom fizičkog vaspitanja.

Takmičenja su oblik nastavnog rada sa unapred određenim ciljem, organizuju se u školi i izvan nje kao redovni programski sadržaji ili povodom raznih svečanih praznika, memorijala i slično. U skladu sa kalendarom takmičenja, za pojedine vrste sportova i igara, neophodno je izvršiti adekvatnu pripremu. Jedan deo se odnosi na fizičke i taktičke pripreme samih učenika na redovnim časovima fizičkog vaspitanja ili sportskih sekcija, drugi deo se odnosi na organizaciono-tehničku pripremu samih takmičenja. Nastavnik je dužan da upozna učenike sa propozicijama takmičenja i pravilima igre. Da zahteva disciplinovano ponašanje i poštovanje protivnika. Učenici moraju da znaju šta je pošteno takmičenje, poštovanje sudije i publike. Ako su pripreme blagovremeno i dobro urađene na organizaciono – tehničkom, obrazovnom i vaspitnom nivou, takmičenje prolazi bez problema. Za vreme samog takmičenja, nastavnik fizičkog vaspitanja ima ulogu vođe ekipe (selektora). On prijavljuje ekipu, vodi je kroz takmičenje, vrši zamenu, brine o ponašanju igrača, uzima tajm aut, potpisuje zapisnik i dr. Prirodno je da svako želi što bolji rezultat, plasman i pobedu ali se to mora postići kroz korektno, vaspitno ponašanje primerno školi i pozitivnim ciljevima i zadacima vaspitanja uopšte.

Radi što bolje organizacije i sprovođenja školskih takmičenja potrebno je (Višnjić, 2004.):

- Obavestiti učenike o danu, mestu i vremenu održavanja takmičenja;
- Upoznavanje sa propozicijama takmičenja;
- Izvlačenje parova ili startnih brojeva i objavljivanje satnice takmičenja;
- Određivanje i objavljivanje takmičarske i sudijske komisije i komisije za žalbu;
- Pripremanje zapisnika, rekvizita, lopti, štoperica, semafora i slično;
- Pripremanje terena, borilišta, igrališta za takmičenje;
- Pripremu odvojenog prostora za publiku ako školski uslovi to omogućavaju;
- Obavezno obezbediti zdravstvenu zaštitu, lekara, medicinskog tehničara ili lice sposobno da ukaže prvu pomoć sa priručnim sredstvima;
- Planiranje i obezbeđenje prikladnih i prigodnih nagrada (diploma, knjiga, medalja, sportskih rekvizita i slično).

Osim navedenih tehničkih detalja, koje pripremaju timovi ljudi različitog sastava, za uspešnost takmičenja i pripremu učenika najodgovorniji su nastavnici fizičkog vaspitanja, to jest aktivni nastavnici fizičkog vaspitanja po školama. Oni odgovaraju za tehničku, taktičku, fizičku i vaspitnu pripremu učenika.

Korektivno-pedagoški rad - Organizuje se sa učenicima smanjenjih fizičkih sposobnosti, oslabljenog zdravlja, sa telesnim deformitetima i lošim držanjem tela. Sa učenicima oslabljenog zdravlja rad se organizuje u saradnji sa lekarom – specijalistom, koji određuje vrstu vežbe i stepen opterećenja. Sa učenicima koji imaju loše držanje tela ili deformitet rad sprovodi nastavnik u saradnji sa lekarom – fizijatrom koji utvrđuje stepen i vrstu deformiteta. Za učenike koji imaju poteškoće u savladavanju gradiva i učenike sa smanjenim fizičkim sposobnostima organizuje se *dopunska nastava* koja podrazumeva savladavanje onih obaveznih programskih sadržaja, koje učenici nisu uspeali da savladaju na redovnoj nastavi, kao i razvijanje njihovih fizičkih sposobnosti. Program, koji je primeran zdravstvenom stanju učenika, sačinjavaju nastavnik i lekar-specijalista. Na taj način praktično nema učenika koji su oslobođeni nastave fizičkog vaspitanja, već se njihovo vežbanje prilagođava individualnim mogućnostima. Rad se odvija u grupama do 15 učenika istog uzrasta i iste etiologije poremećaja.

Rad sa učenicima koji imaju loše držanje tela podrazumeva:

- uočavanje posturalnih poremećaja kod učenika;
- savetovanje učenika i roditelja;

- organizovanje dodatnog preventivnog vežbanja u trajanju od jednog školskog časa nedeljno;
- organizovanje korektivnog vežbanja u saradnji sa odgovarajućom zdravstvenom ustanovom.

Nedelja školskog sporta - Nedelja školskog sporta obuhvata: takmičenja u sportskim disciplinama prilagođenim uzrastu i mogućnostima učenika; kulturne manifestacije sa ciljem promocije fizičkog vežbanja, sporta i zdravlja (folklor, ples, likovne i druge izložbe, muzičko-sportske radionice...); đачke tribine i radionice (o zdravlju, istoriji fizičke kulture, sportu rekreaciji, posledicama nasilja u sportu, „ferpleju“ i dr.). Radi razvoja i praktikovanja zdravog načina života, razvoja svesti o važnosti sopstvenog zdravlja i bezbednosti, o potrebi negovanja i razvoja fizičkih sposobnosti, kao i prevencije nasilja, narkomanije, maloletičke delinkvencije, škola u okviru Školskog programa realizuje nedelju školskog sporta. Plan i program Nedelje školskog sporta sačinjava Stručno veće Fizičkog i zdravstvenog vaspitanja u saradnji sa drugim stručnim većima (likovne kulture, muzičke kulture, istorije, informatike...) i stručnim saradnicima u školi.

Najvažnije je da se ove aktivnosti nalaze u funkcionalnoj vezi sa nastavom fizičkog vaspitanja. U dobro organizovanom školskom fizičkom vaspitanju nastava i njena vrednost su osnova funkcionisanja vančasovnih aktivnosti. Sa druge strane dobro organizovane vančasovne aktivnosti mogu biti značajan faktor da i nastava fizičkog vaspitanja dobije na svome kvalitetu i značaju.

Zbog svih navedenih značenja ovih aktivnosti, najadekvatniji termin za ove aktivnosti bio bi „vančasovne aktivnosti učenika“ i u ovom radu koristiće se upravo i isključivo ovaj termin.

2.3 Razvoj programa fizičkog vaspitanja, sa posebnim akcentom na period od 1984. do 2022. godine

U ovom periodu došlo je do promena u formulaciji ciljeva i zadataka programa fizičkog vaspitanja kao i tematskih područja, dok su sadržaji programa imali najmanje promena. U prvom periodu razvoja, koji obuhvata period posle Drugog svetskog rata pa do osamdesetih godina XX veka, akcenat je bio na vojnoj pripremi i osposobljavanju radne snage, u kome je snaga bila glavna vrlina koju je trebalo razviti upravo putem fizičkog vaspitanja. Drugi period počinje od osamdesetih godina XX veka, gde se povećava broj stručnjaka iz oblasti fizičke kulture, kao i veliki uloženi trud i angažovanje profesora Matića i njegovih saradnika u okviru raznih istraživanja iz ovih oblasti.

Sredinom 1984. godine predviđeno je planom i programom da se fizičko i zdravstveno vaspitanje realizuje sa tri časa nedeljno od I do III razreda (108 časova godišnje), od IV do VII razreda sa po dva časa nedeljno (72 časova godišnje), dok se u VIII razredu realizovalo sa 70 časova godišnje. Časovi predmeta fizičkog i zdravstveno vaspitanje realizovali su se kroz redovan raspored časova, dok se čas obaveznih sportskih aktivnosti učenika mogao realizovati kao pretčas, u suprotnoj smeni ili posle održane nastave. Program je bio na snazi punih 6 godina.

U prethodnom poglavlju pomenuta je godina 1990. i usvajanje novog programa fizičkog vaspitanja. Plan je utvrdio za fizičko vaspitanje od I do III razreda tri časa nedeljno (114 časova godišnje), od IV do VIII razreda dva časa nedeljno (76 časova godišnje) i 68 časova godišnje za VIII razred. Ostalim aktivnostima moguće je bilo uvećati obim časova u okviru 5 časova gde su se organizovali dopunski rad, slobodne aktivnosti učenika, dodatni rad, jezik naroda, izborni predmet (strani jezik). Skupština opštine je donosila odluku o navedenim aktivnostima gde se povećavao nedeljni fond časova. Nastava se realizovala sa dva časa fizičkog vaspitanja i jednim časom sportskih aktivnosti. Promene u nastavnom planu koje su se tada desile, a odnose se na izbacivanje teorijskog obrazovanja i idejno-vaspitnog rada, po mišljenju mnogih autora, doprinele su padu kvaliteta nastave fizičkog vaspitanja.

Od školske 1995/1996 došlo je do određenih promena i uvođenja ankete gde je bilo neophodno da se 80% roditelja jednog odeljenja izjasni da li žele da njihovo dete pohađa ovu nastavu (nastava sportskih aktivnosti gde se ostvarivao poseban sportski program). Izmenama, sportske aktivnosti postaju obavezne za sve učenike i samim tim se ukida izjašnjavanje roditelja. Na

početku školske godine učenici su se opredeljivali za jednu školsku granu koja će se obrađivati tokom cele školske godine, dok su se u mešovitim odeljenjima mogle izabrati dve sportske grane. Izborni programi povećavali su aktivnosti učenika i uglavnom su se realizovali u suprotnoj smeni.

Godine 2004. uvodi se novi program fizičkog vaspitanja. Uvođenjem *Obaveznog programa – izabrane sportske grane*, učenici su imali od I do VIII razreda po jedan čas nedeljno u okviru ovog programa. Ovakav status trajao je 3 godine, nakon čega se 2007. godine uvodi potpuno novi predmet *Fizičko vaspitanje – izabrani sport*. Uvođenjem ovog programa fizičko vaspitanje realizovalo se sa tri časa nedeljno do četvrtog razreda, a od četvrtog do osmog razreda sa po dva časa nedeljno i jednim časom kroz predmet izabrani sport. Izabrani sport ostvaruje se od petog razreda i učenici su mogli da izaberu sport koji su upražnjavali ranije ili potpuno novi sport, odnosno sport za koji se do tada nisu opredeljivali. Učenici su dobili brojčane ocene i za jedan i za drugi predmet (izabrani sport).

Najnoviji program donet je školske 2017/2018. godine za osnovnu školu. „*Fizičko i zdravstveno vaspitanje*“ ponovo je naziv koji se koristi, i samim tim ukida se predmet Fizičko vaspitanje – izabrani sport. Od I do IV razreda program se realizuje sa tri časa, od V do VIII razreda sa dva časa nedeljno. *Obavezne fizičke aktivnosti* (u petom i šestom razredu) organizuju se u okviru redovnog rasporeda ili prema posebnom rasporedu u skladu sa prostornim mogućnostima škole i potrebama učenika u trajanju od 1,5 čas nedeljno. Plan rada ovih aktivnosti je sastavni je deo planiranja u fizičkom i zdravstvenom vaspitanju.

2.3.1 Mesto i uloga vančasovnih aktivnosti u Programu fizičkog vaspitanja – 1984

Prosvetni savet Srbije usvojio je sredinom 1984. godine ZAJEDNIČKI PLAN I PROGRAM VASPITNO-OBRAZOVNOG RADA U OSNOVNOJ ŠKOLI. Od ove školske godine on se realizovao u I i V, a zatim, sukcesivno je bio uveden i u ostale razrede. U ovom Programu date su sledeće vančasovne aktivnosti.

Logorovanje

Organizuje se za učenike starijeg uzrasta u trajanju od najmanje sedam dana, za vreme letnjeg raspusta, tako da tokom školovanja svaki učenik bar jednom boravi na logorovanju. Sadržaj logorovanja: obuka plivanja i spašavanje utopljenika, izletništvo, veslanje, kao i sadržaji u vezi programom iz odbrane i zaštite.

Zimovanje

Organizuje se za učenike starijeg uzrasta u trajanju od najmanje sedam dana, za vreme zimskog raspusta, tako da tokom školovanja svaki učenik bar jednom boravi na zimovanju. Sadržaj zimovanja: obuka skijanja, klizanja i kraći izleti na skijama i sankama.

Izleti

U svakom razredu organizuju se dva puta godišnje (u jesen i proleće). Sadržaj izleta: pešačenje, orijentacija i igre u prirodi, a u starijim razredima i zadaci iz odbrane i zaštite.

Školska i druga sportska takmičenja

Škola organizuje takmičenja kao integralni deo nastavnog rada, za vreme sportskih aktivnosti učenika, tokom radnih subota kao i u drugo vreme. Takmičenja se organizuju u gimnastici (u zimskom periodu); u atletici (u prolećnom periodu) i u jednoj sportskoj igri (u toku godine). Škola omogućava učenicima da se uključe u sistem takmičenja Olimpijskih sportskih igara školske omladine Srbije.

Slobodne aktivnosti

Ovaj rad se organizuje samo za učenike od IV do VIII razreda koji u fizičkom vaspitanju pokazuju posebno interesovanje, kao i želju da u ovoj oblasti razvijaju svoje stvaralačke sposobnosti.

Slobodne aktivnosti u fizičkom vaspitanju, u stvari znače ranu specijalizaciju učenika u jednom sportu, pa pošto je izbor sportova kojima učenici mogu da se bave širok, neophodno je da se u većim osnovnim školama, gde postoji više nastavnika, u stručnom aktivu za fizičko vaspitanje, međusobno zvanično dogovore ko će izvoditi rad u pojedinim sportovima.

Priredbe i druge društvene delatnosti

Škola organizuje priredbe i učestvuje na njima izvan škole, kako bi u javnosti prikazala svoja dostignuća na ovom polju (Dan mladosti, dan škole, smotre, javni nastupi, javni prikazi škole i sl.).

Godišnji plan, program i raspored izleta, kroseva, logorovanja, takmičenja, zimovanja i kurseva za obuku pojedinih sportova utvrđuje na početku školske godine nastavničko veće na predlog stručnog aktiva nastavnika fizičkog vaspitanja.

2.3.2 Mesto i uloga vančasovnih aktivnosti u Programu fizičkog vaspitanja – 1990

Nastavni plan osnovnog obrazovanja i vaspitanja utvrđen pravilnikom primenjivao se od I do VIII razreda osnovne škole, od školske 1990/91. godine. Iz ovog programa isključivo će biti izdvojene vančasovne aktivnosti učenika, koje zauzimaju veoma važnu ulogu u programima fizičkog vaspitanja devedesetih godina.

Dodatni obrazovno-vaspitni rad

Organizuje se za učenike od IV do VIII razreda koji ispoljavaju posebnu sklonost i interesovanje za sport. Ostvaruje se jednim časom sedmično, odnosno 38 časova (za učenike VIII razreda 36) godišnje. Rad se odvija u interesnim grupama, sekcijama ili školskim ekipama koje se formiraju prema sposobnostima i polu. Dodatna nastava u fizičkom vaspitanju, u stvari, znači ranu specijalizaciju učenika u jednom sportu. Svaki nastavnik, za svoju grupu razrađuje detaljan program rada, a u pojedinačnim sportovima razrađuje i pojedinačan program rada za svakog učenika. Akcenat je na fizičkoj, teorijskoj, taktičkoj i tehničkoj pripremi iz različitih sportova (rukomet, fudbal, košarka, odbojka, atletika, ritmička gimnastika, sportska gimnastika).

Korektivno-pedagoški rad

Organizuje se za učenike koji usled manjih smetnji u fizičkom razvoju, oslabljenog zdravlja i posturalnih poremećaja ne mogu i ne smeju da upražnjavaju redovan program fizičkog vaspitanja, a koje nakon sistematskih lekarskih pregleda uputi komisija. Pri utvrđivanju sadržaja vežbanja konsultuje se lekar specijalista. Rad se odvija u grupama do 15 učenika istog uzrasta i iste etiologije poremećaja. Sadržaj programa vežbanja se određuje individualno na osnovu nalaza lekara koji je izvršio pregled učenika.

Izleti

Program predviđa izlete sa pešačenjem i ostvarivanjem zadataka u vezi sa opštenarodnom odbranom. Škola je obavezna da u okviru fonda časova obezbedi i planira potrebno vreme od dva dana za izlete. Budući da izlaske u prirodu predviđaju i druga nastavna područja (priroda i društvo, priroda, biologija, geografija i sl.) treba ih organizovati i ostvariti na nivou škole. Izleti se mogu organizovati po odeljenjima ili sa grupom odeljenja, a lokaciju i operativne zadatke utvrđuju zajedno

stručni aktivni nastavnika fizičkog vaspitanja, uz saradnju sa svim drugim aktivima koji izletom treba da realizuju svoje zadatke.

Kros

Nastavni program predviđa da se kros održi dva puta godišnje za sve učenike. Četiri dana sporta u svim razredima godišnje, od kojih se dva koriste za jesenji, a dva za prolećni kros. Organizacija je zadatak škole a zbog velikog broja učenika u njima u realizaciji učestvuju nastavnici svih vaspitno-obrazovnog područja. Organizuju se kao što je već napomenuto, u okviru radnih dana – dana sporta. Stručni aktivni nastavnika fizičkog vaspitanja utvrđuje dužine staza za kroseve, prema uzrastu učenika.

Sportska takmičenja

Sportska takmičenja čine integralnu komponentu procesa fizičkog vaspitanja. Na njima učenik proverava rezultate svog rada, a nadmetanja sa vršnjacima ga podstiču na vlastito usavršavanje. Zbog toga je neophodno da odredi materijalne, organizacione i druge uslove kako bi *školska sportska takmičenja* bila dostupna svim učesnicima.

Logorovanje i zimovanje

S obzirom na potrebe dece škola treba da organizuje kolektivna logorovanja i zimovanja učenika. Ona, pored rekreativno-zabavnih sadržaja, služe organizovanom preduzimanju mera i režima koje doprinose aktivnom odmoru, jačanju zdravlja, praktičnoj obuci i veštini sportova koji se ne mogu realizovati u toku redovne nastave.

U okviru izleta, logorovanja i zimovanja realizuju se *operativni zadaci iz oblasti opštenarodne odbrane*. Godišnji plan, program i raspored izleta, kroseva, logorovanja, takmičenja, zimovanja utvrđuje na početku školske godine nastavničko veće na predlog stručnog aktiva nastavnika fizičkog vaspitanja.

2.3.3 Mesto i uloga vančasovnih aktivnosti u Programu fizičkog vaspitanja – 2004

Programska koncepcija fizičkog vaspitanja u osnovnoj školi u programu iz 2004. godine, zasniva se na jedinstvu časovnih, vančasovnih i vanškolskih organizacionih oblika rada. Program fizičkog vaspitanja pretpostavlja da se kroz razvijanje fizičkih sposobnosti i sticanja mnoštva raznovrsnih znanja i umenja učenici osposobljavaju za zadovoljavanje individualnih potreba i sklonosti za korišćenje fizičkog vežbanja u svakodnevnom životu. Od organizacionih oblika rada predviđaju se oni koji treba da doprinesu usvajanju onih umenja i navika koji su od značaja za svakodnevni život, program se realizuje u vančasovnoj i vanškolskoj organizaciji rada. Nastavnik treba da upućuje učenike da u slobodno vreme samostalno vežbaju.

Školska i druga takmičenja

Škola organizuje i sprovodi sportska takmičenja kao integralni deo procesa fizičkog vaspitanja, prema planu stručnog aktiva i to: *Obavezna unutarškolska* (međuoodeljenska i međurazredna) u gimnastici (u zimskom periodu), atletici (u prolećnom periodu) i najmanje u jednoj timskoj igri (u toku godine) i *Međuškolska takmičenja* (opštinska, okružna, regionalna i republička). Unutarškolska takmičenja organizuju se za sve učenike nižih i viših razreda, a program sačinjava i sprovodi stručni aktiv.

Korektivno-pedagoški rad

Organizuje se sa učenicima smanjenih fizičkih sposobnosti, oslabljenog zdravlja, sa telesnim deformitetima i lošim držanjem tela. Sa učenicima oslabljenog zdravlja rad se organizuje u saradnji sa lekarom – specijalistom, koji određuje vrstu vežbe i stepen opterećenja. Sa učenicima koji imaju loše držanje tela ili deformitet rad sprovodi nastavnik u saradnji sa lekarom – fizijatrom koji utvrđuje stepen i vrstu deformiteta. Svi učenici koji se upućuju na pedagoško – korektivni rad sa ograničenjem vežbaju na redovnim časovima i najmanje jednom nedeljno na časovima korektivno – pedagoškog rada.

Logorovanje i zimovanje

Organizuje se u trajanju od najmanje 7 dana. U okviru ovih oblika rada organizuju se aktivnosti koje se ne mogu ostvariti za vreme redovnih časova (obuka plivanja, veslanja, kajakarenja, vežbe orijentacije u prirodi, klizanje, skijanje), a koje doprinose aktivnom odmoru i jačanju zdravlja i

navikavanju na kolektivni život. Aktiv nastavnika sačinjava konkretan plan i program aktivnosti, koji se sprovodi na zimovanju i logorovanju. Svaki učenik za vreme osnovne škole treba da po jednom boravi na logorovanju i po jednom na zimovanju.

Dani sporta

Dva dana sporta u toku školske godine, planiraju se godišnjim programom rada škole u okviru obaveznih radnih dana i mogu se koristiti za kros, finalna školska takmičenja, prijateljske sportske susrete i školske priredbe i nastupe sa programom fizičkog vaspitanja (javni čas).

Izleti

Izleti se mogu organizovati po odeljenjima, ili sa više odeljenja, a njihove operativne zadatke, kao i lokaciju, utvrđuju zajedno stručni aktivni nastavnici fizičkog vaspitanja, uz saradnju sa svim drugim aktivima koji kroz izlet treba da realizuju svoje zadatke. Izleti se organizuju u radne dane, ili subotom, kao poludnevni.

Krosevi

Krosevi se održavaju dva puta godišnje za sve učenike. Organizacija ovog zadatka zbog velikog broja učenika, osim što pripada nastavniku fizičkog vaspitanja, zadatak je i svih nastavnika škole. Održavanje kroseva pretpostavlja blagovremene i dobre pripreme učenika. Kros se održava u okviru radnih dana, planiranih za ovu aktivnost. Aktiv nastavnika utvrđuje mesto održavanja i dužinu staze, kao i celokupnu organizaciju.

Slobodne aktivnosti

Slobodne aktivnosti organizuju se najmanje jednom nedeljno prema planu rada kojeg sačinjava nastavnik fizičkog vaspitanja. Na početku školske godine, učenici se opredeljuju za jednu od aktivnosti za koje škola ima uslove da ih organizuje. Na taj način zadovoljava se interesovanje učenika za određene i različite sportske aktivnosti.

Iz fonda časova za zajednički programski sadržaj i radnih dana, predviđenih zajedničkim planom, škola organizuje aktivnosti u časovnoj, školskoj i vančasovnoj i vanškolskoj organizaciji rada, kao i obavezan stručno-insruktivni rad. Ovde se ubraja plivanje, sportska aktivnost od značaja za društvenu sredinu i obavezan stručno-instuktivni rad.

Putem vančasnih aktivnosti učenici stiču i dodatna *teorijska obrazovanja*, koja podrazumevaju znanja putem kojih će učenici upoznati suštinu vežbaonog procesa i zakonitosti razvoja mladog organizma, kao i sticanje higijenskih navika, kako bi shvatili krajnji cilj koji fizičkim vaspitanjem treba da se ostvari.

2.3.4 Mesto i uloga vančasovnih aktivnosti u Programu fizičkog i zdravstvenog vaspitanja – 2017

Učenjem nastavnog predmeta Fizičko vaspitanje učenik stiče veštine i ovladava znanjima o kulturnim vrednostima telesnog vežbanja. Stečena znanja primenjuje u svakodnevnom životu, specifično-profesionalnim i vanrednim životnim situacijama. Plan i program vančasovnih aktivnosti predlaže Odeljensko veće i sastavni je deo godišnjeg plana rada škole i školskog programa.

Sekcije

Formiraju se prema interesovanju učenika. Nastavnik sačinjava poseban program uzimajući u obzir materijalne i prostorne uslove rada, uzrasne karakteristike i sposobnosti učenika. Ukoliko je neophodno, sekcije se mogu formirati prema polu učenika. Učenik se u svakom trenutku može uključiti u rad sekcije. Obično jedan nastavnik rukovodi sa jednom ili eventualno dvema sekcijama.

Nedelja školskog sporta

Radi razvoja i praktikovanja zdravog načina života, razvoja svesti o važnosti sopstvenog zdravlja i bezbednosti, o potrebi negovanja i razvoja fizičkih sposobnosti, kao i prevencije nasilja, narkomanije, maloletičke delinkvencije, škola u okviru Školskog programa realizuje nedelju školskog sporta. Nedelja školskog sporta obuhvata: takmičenja u sportskim disciplinama prilagođenim uzrastu i mogućnostima učenika; kulturne manifestacije sa ciljem promocije fizičkog vežbanja, sporta i zdravlja (folklor, ples, likovne i druge izložbe, muzičko-sportske radionice...); đачke tribine i radionice (o zdravlju, istoriji fizičke kulture, sportu rekreaciji, posledicama nasilja u sportu, „ferpleju“ i dr.). Plan i program Nedelje školskog sporta sačinjava Stručno veće Fizičkog i zdravstvenog vaspitanja u saradnji sa drugim stručnim većima (likovne kulture, muzičke kulture, istorije, informatike...) i stručnim saradnicima u školi.

Školska i druga takmičenja

Škola organizuje i sprovodi obavezna unutarškolska sportska takmičenja, kao integralni deo procesa fizičkog vaspitanja prema planu Stručnog veća i to u:

- sportskoj gimnastici (u zimskom periodu)
- atletici (u prolećnom periodu)
- najmanje jednoj sportskoj igri (u toku godine)

Škola može planirati takmičenja iz drugih sportskih grana ili igara ukoliko za to postoje uslovi i interesovanja učenika (ples, orijentiring, badminton, između dve ili četiri vatre, poligoni itd.) Učenici mogu da učestvuju i na takmičenjima u sistemu školskih sportskih takmičenja propisanim od strane ministarstva nadležnog za prosvetu, a koja su u skladu sa planom nastave i učenja.

U Programima fizičkog i zdravstvenog vaspitanja za VI i VII razred, pridodata je još jedna rečenica: Kako bi što veći broj učenika bio obuhvaćen sistemom takmičenja, na vanškolskim takmičenjima jedan učenik može predstavljati školu samo u jednom sportu i jednoj disciplini iz gimnastike ili atletike tokom školske godine. A u Programu fizičkog i zdravstvenog vaspitanja za VIII razred, ta rečenica je malo drugačije definisana: Kako bi što veći broj učenika bio obuhvaćen sistemom takmičenja, na vanškolskim takmičenjima jedan učenik tokom školske godine može predstavljati školu u jednoj sportskoj igri i sportskoj gimnastici (ekipno i pojedinačno) ili u jednoj sportskoj igri i jednoj atletskoj disciplini (ekipno i pojedinačno).

Aktivnosti u prirodi (krosevi, zimovanje, letovanje)

Iz fonda radnih dana, predviđenih zajedničkim planom, škola organizuje aktivnosti u prirodi:

- prolećni kros
- izlet sa pešačenjem (VII razred – 7km; VIII razred – 10-12 km)
- zimovanje – organizuje se u toku zimskog perioda u trajanju od sedam dana. Aktivnosti na zimovanju obuhvataju obuku skijanja, klizanja, kraće izlete sa pešačenjem ili na sankama, i druge aktivnosti;
- letovanje – organizuje se za vreme letnjeg raspusta u trajanju od najmanje sedam dana i obuhvata boravak u prirodi sa organizovanim obrazovnim i sportsko-rekreativnim aktivnostima.

Korektivno-pedagoški rad i dopunska nastava

Ove aktivnosti organizuju se sa učenicima koji imaju poteškoće u savladavanju gradiva, smanjene fizičke aktivnosti, loše držanje tela, zdravstvene poteškoće koje onemogućavaju redovno pohađanje nastave. Rad sa učenicima sa zdravstvenim poteškoćama organizuje se isključivo u saradnji sa lekarom specijalistom, koji određuje vrstu vežbi i stepen opterećenja. Za učenike koji imaju poteškoće u savladavanju gradiva i učenike sa smanjenim fizičkim sposobnostima organizuje se *dopunska nastava* koja podrazumeva savladavanje onih obaveznih programskih sadržaja koje

učenici nisu uspjeli da savladaju na redovnoj nastavi, kao i razvijanje njihovih fizičkih sposobnosti. Rad sa učenicima koji imaju loše držanje tela podrazumeva:

- uočavanje posturalnih poremećaja kod učenika;
- savetovanje učenika i roditelja;
- organizovanje dodatnog preventivnog vežbanja u trajanju od jednog školskog časa nedeljno;
- organizovanje korektivnog vežbanja u saradnji sa odgovarajućom zdravstvenom ustanovom.

3. CILJ I ZADACI RADA

Cilj rada je detaljno analizirati mesto i ulogu vančasovnih aktivnosti u programima fizičkog vaspitanja od 1984. do 2022. godine. Na osnovu analize utvrditi sličnosti i različitosti ovih aktivnosti u različitim vremenskim periodima.

Zadaci rada odnose se na:

- prikupljanje literature;
- prikupljanje podataka i analiza sličnosti i razlika vančasovnih aktivnosti u programima fizičkog vaspitanja za osnovne škole u Srbiji u različitim vremenskim periodima.
- sistematizovanje odabranog materijala iz četiri programa fizičkog vaspitanja u periodu od 1984. do 2022. godine u odnosu na cilj rada;
- izvođenje zaključaka rada.

4. ANALIZA I KOMPARACIJA ULOGE I ZNAČAJA VANČASOVNIH AKTIVNOSTI U PROGRAMIMA FIZIČKOG VASPITANJA (1984-2022)

Neophodno je pre analize vančasovnih aktivnosti, napomenuti da se i sam naziv predmeta menjao. U planu i programu osnovnih škola 1984. predmet je nosio naziv *fizičko i zdravstveno vaspitanje*. U programu iz 1990. izbačena je reč „zdravstveno“ pa je predmet nosio ime *fizičko vaspitanje*. Što se tiče perioda od 2004. godine, u tom periodu su postojala dva predmeta: predmet pod nazivom *fizičko vaspitanje – izabrani sport*, i predmet pod nazivom *fizičko vaspitanje*. Od 2017. godine naziv predmeta se vraća na naziv predmeta, kao što je bio u planu i programu iz 1984. godine, *fizičko i zdravstveno vaspitanje*. Ovaj naziv se i danas koristi za predmet u osnovnoj školi i u gimnaziji u Srbiji. Ovde se može uočiti i zaključiti, da se put naziva predmeta od 1984. pa do 2022. godine, vratio na početak, odnosno da nosi isti naziv kao i 1984. godine. Mnogi autori smatraju da se ovaj naziv direktno odnosi na rešavanje svih zadataka fizičkog vaspitanja, i da ima veliki uticaj na zdravlje učenika (Acković, 1991).

U programu iz **1984.** godine ciljevi i zadaci fizičkog vaspitanja realizuju se pomoću sledećih vančasovnih aktivnosti:

- Logorovanja;
- Zimovanja;
- Izleta;
- Slobodnih aktivnosti;
- Školskih i drugih sportskih takmičenja;
- Priredaba i drugih društvenih delatnosti škole na planu fizičke kulture.

U programu iz **1990.** godine ciljevi i zadaci fizičkog vaspitanja realizuju se pomoću sledećih vančasovnih aktivnosti:

- Korektivno-pedagoškog rada;
- Izleta sa pešačenjem i posebnim zadacima;
- Sportskih i školskih takmičenja;
- Dana sporta;
- Logorovanja;

- Zimovanja;
- Dodatnog obrazovno-vaspitnog rada.

U programu iz **2004.** godine ciljevi i zadaci fizičkog vaspitanja realizuju se pomoću sledećih vančasovnih aktivnosti:

- Korektivno-pedagoškog rada;
- Sportskih i školskih takmičenja;
- Izleta;
- Kroseva;
- Slobodnih aktivnosti;
- Dana sporta;
- Logorovanja;
- Zimovanja.

U programu iz **2017.** godine koji se danas primenjuje, ciljevi i ishodi fizičkog vaspitanja realizuju se pomoću sledećih vančasovnih aktivnosti:

- Korektivno-pedagoškog rada;
- Nedelje školskog sporta;
- Školskih i vanškolskih takmičenja;
- Slobodnih aktivnosti – sekcija;
- Aktivnosti u prirodi (krosevi, zimovanje, letovanje – kampovi).

Školska takmičenja

Škola organizuje takmičenja kao integralni deo nastavnog rada, za vreme sportskih aktivnosti učenika, tokom radnih subota kao i u drugo vreme. Takmičenja se organizuju u gimnastici (u zimskom periodu); u atletici (u prolećnom periodu) i u jednoj sportskoj igri (u toku godine). Škola omogućava učenicima da se uključe u sistem takmičenja Olimpijskih sportskih igara školske omladine Srbije. „Takmičenje je jedan od osnovnih oblika bavljenja sportom. Sporta bez takmičenja uopšte nema, to je osnovna karakteristika sporta“ (Kurelić 1967, str. 94).

Školska takmičenja se pojavljuju u svim programima od 1984. godine do 2022. godine). Plan školskih takmičenja ulazi u godišnji plan rada škole. Iako su u svim dosadašnjim programima fizičkog vaspitanja, takmičenja bila sastavni deo vančasovnih aktivnosti, u poslednja dva Programa (2004 i 2017) nešto veći akcenat je na unutarškolskim takmičenjima jer su nastavnici u obavezi da organizuju takmičenje u gimnastici (u zimskom periodu), takmičenje u atletici (u prolećnom periodu) i takmičenje u jednoj sportskoj igri (u toku godine). Na ovom nivou takmičenja, neophodno je omogućiti svakom učeniku koji to želi da učestvuje i oseti čari takmičenja jer većina od njih kasnije neće imati tu priliku. Ostali vidovi takmičenja (međuškolska takmičenja) se organizuju i sprovode u skladu sa *Pravilnikom za organizaciju školskih sportskih takmičenja* (Savez za školski sport, 2018), a nastavnici i učenici mogu i ne moraju učestvovati u njima. Međutim, i pored neobaveznosti učešća na višim stepenima takmičenja, većina škola i učenika rado učestvuje u njima želeći da se što bolje predstavljaju na njima. Školska takmičenja zadovoljavaju potrebe učenika za dokazivanjem i manifestovanjem sopstvenih vrednosti. Ona mogu da doprinesu evidentiranju i otkrivanju talentovanih učenika za bavljenje sportom. Vaspitna vrednost je bitna karakteristika takmičenja u fizičkom vaspitanju, bez obzira da li se radi o sportu ili ne.

Školska takmičenja su u principu masovnog karaktera, pogotovu u prvom i drugom stepenu takmičenja (između razreda iste škole ili više škola jednoga grada ili opštine). U zavisnosti od konkretnog sporta i grane, mogu se organizovati u toku cele godine i ne moraju da budu u nekom od sportova predviđenim programom fizičkog vaspitanja. Ozbiljno učestvovanje u ovakvim aktivnostima podrazumeva fizičku aktivnost (pripremljenost, kondiciju, trening) ali i ostale faktore i vrednosti iz prostora ličnosti dobrog sportiste (fer plej, motivacija, drugarstvo i drugo). Takmičenja zahtevaju ne samo trud oko pripremanja učenika, već i veliko vremensko angažovanje u njihovoj realizaciji. Odvođenje učenika na takmičenja i vreme koje se provodi na samom takmičenju.

Izleti

Izleti se pojavljuju u svim programima fizičkog vaspitanja koji su se obrađivali u ovom radu. Izleti se mogu organizovati po odeljenjima, ili sa više odeljenja, a njihove operativne zadatke, kao i lokaciju, utvrđuju zajedno stručna veća nastavnika fizičkog vaspitanja, uz saradnju sa svim drugim stručnim većima koji kroz izlet treba da realizuju svoje zadatke. Izleti se organizuju u radne dane, ili subotom, kao poludnevni. U programu iz 2017. godine izleti spadaju u oblast „Aktivnosti u prirodi“ koja obuhvata vančasovne aktivnosti učenika. Interesantno je da u Programima fizičkog i zdravstvenog vaspitanja za V i VI razred nisu navedeni izleti u delu „Aktivnosti u prirodi“, sem u

delu vezanom za zimovanje gde su predloženi kraći izleti pešačenjem ili na sankama, dok su u Programima fizičkog i zdravstvenog vaspitanja za VII i VIII razred navedeni izleti sa pešačenjem od 7 km i 10 - 12 km. Može se pretpostaviti da su izleti iz V i VI razreda izostavljeni greškom u pisanju programa ili su autori programa smatrali da nije neophodno posebno naglašavati izlet i njegovu dužinu u ova dva razreda, već da se izlet podrazumeva kao jedna od aktivnosti koja se sprovodi u prirodi. Ono što se značajno nije menjalo od 1984. godine pa do danas sustruktura i sadržaj izleta.

Odgovorno lice za organizaciju izleta u školama je zadužen nastavnik sa iskustvom. Izlete u zavisnosti od cilja, uspešno mogu realizovati iskusni nastavnici svih predmeta, kao i učitelji. Za realizaciju izleta u suštini je odgovorna škola-svi nastavnici sa direktorom škole i pretećim službama. Da bi izlet bio uspešan, rukovodilac (vođa) treba da sačini detaljan plan i satnicu izleta i sa njima upozna učenike, nastavnike i roditelje. *Školski izleti* se realizuju kao poludnevni (u mlađim razredima) i kao celodnevni (u višim razredima osnovne škole).

Izlet treba da bude uživanje u prirodi a ne „jurnjava“ i takmičenje, kojima su skloni pojedinci. Da bi izlet bio što bolje organizovan i realizovan potrebno je: odrediti vreme i mesto okupljanja; vreme polaska i nacin odlaska na izlet; raspored aktivnosti za vreme dolaska na izletište; predvideti vreme za uzimanje obroka i odmor kao i polaska sa izletništva; orijentaciono vreme povratka i povratnu lokaciju (škola ili druga poznata lokacija); sistem komunikacije u slučaju kašnjenja uz put ili na terenu. Radi bolje organizacije, naročito kada je u pitanju izlet sa učenicima nižih razreda, obavezno je prisustvo roditelja na sastanku. Tom prilikom roditeljima se daju kompletne informacije o opremi, odeći, obući koju učenici treba da ponesu i koriste na izletu; programu poseti i aktivnostima na izletništvu; vrsti hrane i tekućini i načinu konzumiranja.

Nedelja školskog sporta

Ovaj termin koji se odnosi na vančasovne aktivnosti učenika prvi put se koristi u Programu fizičkog vaspitanja iz 2017. godine. Radi razvoja i praktikovanja zdravog načina života, razvoja svesti o važnosti sopstvenog zdravlja i bezbednosti, o potrebi negovanja i razvoja fizičkih sposobnosti, kao i prevencije nasilja, narkomanije, maloletičke delinkvencije, škola u okviru Školskog programa realizuje nedelju školskog sporta. Nedelja školskog sporta obuhvata: takmičenja u sportskim disciplinama prilagođenim uzrastu i mogućnostima učenika; kulturne manifestacije sa ciljem promocije fizičkog vežbanja, sporta i zdravlja (folklor, ples, likovne i druge izložbe, muzičko-sportske radionice...); đачke tribine i radionice (o zdravlju, istoriji fizičke kulture, sportu rekreaciji, posledicama nasilja u sportu, „ferpleju“ i dr.). Plan i program Nedelje školskog sporta sačinjava

Stručno veće Fizičkog i zdravstvenog vaspitanja u saradnji sa drugim stručnim većima (likovne kulture, muzičke kulture, istorije, informatike...) i stručnim saradnicima u školi.

Korektivno- pedagoški rad

Pojavljuje se u programima od 1990. godine i struktura i sadržaj korektivno-pedaškog rada nije se menjala. Organizuje se sa učenicima smanjenjih fizičkih sposobnosti, oslabljenog zdravlja, sa telesnim deformitetima i lošim držanjem tela. Sa učenicima oslabljenog zdravlja rad se organizuje u saradnji sa lekarom – specijalistom, koji određuje vrstu vežbe i stepen opterećenja. Sa učenicima koji imaju loše držanje tela ili deformitet rad sprovodi nastavnik u saradnji sa lekarom – fizijatrom koji utvrđuje stepen i vrstu deformiteta. Svi učenici koji se upućuju na pedagoško – korektivni rad sa ograničenjem vežbaju na redovnim časovima i najmanje jednom nedeljno na časovima korektivno – pedagoškog rada. Program, koji je primeran zdravstvenom stanju učenika, sačinjavaju nastavnik i lekar-specijalista. Na taj način praktično nema učenika koji su oslobođeni nastave fizičkog vaspitanja, već se njihovo vežbanje prilagođava individualnim mogućnostima. Rad se odvija u grupama do 15 učenika istog uzrasta i iste etiologije poremećaja. Sadržaj programa vežbanja se određuje individualno na osnovu nalaza lekara koji je izvršio pregled učenika. Za učenike koji imaju poteškoće u savladavanju gradiva i učenike sa smanjenim fizičkim sposobnostima organizuje se *dopunska nastava* koja podrazumeva savladavanje onih obaveznih programskih sadržaja, koje učenici nisu uspeali da savladaju na redovnoj nastavi, kao i razvijanje njihovih fizičkih sposobnosti.

Logorovanja i zimovanja

Pojavljaju se u svim programima od 1984. godina. Suština i struktura logorovanja i zimovanja nije se menjala do danas. U programu iz 2017. godine, logorovanja i zimovanja su opisana u vančasovnim aktivnostima pod nazivom „Aktivnosti u prirodi“. Organizuju se u trajanju od najmanje 7 dana. U okviru ovih oblika rada organizuju se aktivnosti koje se ne mogu ostvariti za vreme redovnih časova (obuka plivanja, veslanja, kajakarenja, vežbe orijentacije u prirodi, klizanje, skijanje), a koje doprinose aktivnom odmoru i jačanju zdravlja i navikavanju na kolektivni život. Stručno veće nastavnika sačinjava konkretan plan i program aktivnosti, koji se sprovodi na zimovanju i logorovanju. Svaki učenik za vreme osnovne škole bi trebalo da po jednom boravi na logorovanju i jednom zimovanju.

„Logorovanja su oblik nastavnog rada, koji se ogleda u dužem boravku u prirodi sa noćivanjem pod šatorima, a takođe i kolibama od granja“ (Leskošek, 1971). Osim letnjih

logorovanja, koja se najčešće organizuju, u nekim oblastima, ali ređe, organizuju se i zimska logorovanja. Tradiciju logorovanja još uvek slede izviđačke i skautske organizacije. Jedno je sigurno, od logorovanja deca i omladina, a zatim društvo, može da ima neprocenjive koristi. Sve aktivnosti predviđene logorovanjem su od praktične koristi, pre svega da bi se pojedinci i grupe navikli na život i delovanje u prirodi. Normalno funkcionisanje logora podrazumeva dežurstvo jednog nastavnika i radnog odeljenja, sa nastojanjem da bar po jedan put svaki učesnik u logorovanju bude član dežurnog odeljenja. Logorovanje je aktivnost koja ima vaspitni uticaj u socijalizaciji dece, omladine i ljudi. Osobe lišene mogućnosti da dožive logorovanje, bez obzira da li bi ta iskustva bila pozitivna ili negativna, siromašnije su za jedan životni događaj.

Zimovanje je takođe predviđeni vid aktivnosti u prirodi, koji se na našim prostorima realizuje u zimskom periodu, najčešće za vreme zimskog raspusta. Glavni program na skijanju jeste učenje veštine skijanja, ali i drugih zimskih aktivnosti za koje postoje uslovi. Smeštaj podrazumeva bezbedne čvrste objekte koji se greju i imaju normalne uslove za život i aktivnosti u slobodno vreme. Sama organizacija je manje komplikovana, nego klasično logorovanje, pa su smeštaj i ishrana u nadležnosti davaoca usluga koje se plaćaju. U ovakvim aktivnostima, u sadašnjim okolnostima, učestvuje manje učenika iz razloga ekonomske prirode (skupe usluge korišćenja ski liftova, ski opreme i boravka u zimskim centrima).

Logorovanje i zimovanje imaju poseban vaspitni značaj, ne samo sa stanovišta fizičkih aktivnosti, već i znatno šire. Kolektivan boravak zahteva i poseban način života i rada, prema unapred dogovorenim pravilima, i neprestrano usklađivanje sopstvenih želja i interesa sa željama i interesima drugih, a naročito sa postojećim okolnostima. Ove aktivnosti su, u suštini, posebni oblici socijalizacije ličnosti i pravo mesto za pozitivne vaspitne uticaje.

Letovanja

Prvi put se ovaj termin pominje u programu iz 2017. godine pod nazivom „Aktivnosti u prirodi“, koje je povezano sa prethodno obrađenim vančasovnim aktivnostima (logorovanje i zimovanje). Organizuje se za vreme letnjeg raspusta u trajanju od najmanje sedam dana i obuhvata boravak u prirodi sa organizovanim obrazovnim i sportsko-rekreativnim aktivnostima.

Zadnjih godina češći je oblik rada u školama od logorovanja i po nekim sadržajima mogu biti veoma slični. Boravak nije isključivo u prirodi, nego u urbanim sredinama (letovališta i odmarališta sa kompletnom infrastrukturom i mnogo većim komforom). Sam program koji se

realizuje, nije toliko obavezujući kao na logorovanju. Nema dežarstava, pomoći u kuhinji, požarstva, učenici biraju aktivnosti koje im se nude. Obavezno je da deca koja su neplivači, nauče veštinu plivanja ako za to već imaju realnu šansu. U prirodi ima dosta sportsko-rekreativnih sadržaja gde se učenici prijavljuju prema interesu i sklonostima.

Kros

Predstavlja obaveznu vančasovnu aktivnosti za sve učenike osnovnih škola, koji se prvi put pojavljuje u programu iz 1990. godine. Krosevi se održavaju dva puta godišnje za sve učenike. Organizacija ovog zadatka zbog velikog broja učenika, osim što pripada nastavniku fizičkog vaspitanja, zadatak je i svih nastavnika škole. Održavanje kroseva pretpostavlja blagovremene i dobre pripreme učenika. Kros se održava u okviru radnih dana, planiranih za ovu aktivnost. Aktiv nastavnika utvrđuje mesto održavanja i dužinu staze, kao i celokupnu organizaciju. Struktura i sadržaj krosa nije se manjala do danas.

Priprema za kros se vrši razvojem izdržljivosti na samim časovima, ali i osposobljavanjem učenika da i sami trčanjem i hodanjem van časova fizičkog vaspitanja izgrađuju viši nivo izdržljivosti. Da bi kros bio uspešan, o njemu treba razgovarati već na početku školske godine, pominjati ga u svim situacijama kada se intenzivnije razvija izdržljivost. U pripremanju za kros promena ritma kretanja igra značajnu ulogu. Ritam kretanja i promenu ritma diktira nastavnik, u skladu sa mogućnostima učenika. U pripremi dobro je učenike podeliti u grupe prema sposobnostima i svakoj grupi davati različite intervale kretanja, različite dužine kretanja i različit tempo kretanja. U pripremi za kros treba biti svestan činjenice, da veći broj učenika, ako ne i većina, nije previše oduševljena ovom aktivnošću, koja nema mnogo sličnosti sa sportskim igrama ili nekim drugim vežbanjima. Učešće na krosu je potrebno posebno ocenjivati. U kojoj meri će pripreme za kros i sam kros uspeti u najvećoj meri zavisi od jedinstvenog delovanja aktiva nastavnika fizičkog vaspitanja i svakog nastavnika pojedinačno.

Kad god postoji mogućnost, kros treba organizovati sa atletskim klubovima ako ih ima na teritoriji, kao i uz pomoć zainteresovanih trenera iz klubova. Kros je dobra prilika da se otkriju talenti za trčanje, koji bi se ako na to pristanu oni i njihovi roditelji uključili u bavljenje atletikom.

Višnjić je sproveo istraživanje (2018.) u osnovnim školama o redovnosti održavanja krosa kao obavezne vančasovne aktivnosti. Iako je u 73% slučajeva dobijen odgovor da je kros u osnovnoj školi održavan redovno nema mesta zadovoljstvu, jer je u 19% škola to rađeno kampanjski-

povremeno, a kros nije održavan u 7% škola. U srednjim školama su još lošiji pokazatelji. Sa stanovišta obaveznosti da učenici trče školske kroseve može se govoriti o lošem stanju. Prema rezultatima istraživanja može se zaključiti da je u pogledu realizacije ove nastavne obaveze prisutan neprihvatljiv liberalizam, 53% izjava u osnovnoj školi da nisu svi morali da trče kros ne služi nas čast naporima škole i nastavnika fizičkog vaspitanja

Sekcija

Pojam sekcija prvi put se pojavljuje u programu iz 2017. godine. Formiraju se prema interesovanju učenika. Nastavnik sačinjava poseban program uzimajući u obzir materijalne i prostorne uslove rada, uzrasne karakteristike i sposobnosti učenika. Ukoliko je neophodno, sekcije se mogu formirati prema polu učenika. Učenik se u svakom trenutku može uključiti u rad sekcije. Obično jedan nastavnik rukovodi sa jednom ili eventualno dvema sekcijama. Struktura i sadržaj sekcija takođe se nisu menjali do danas.

Školske sekcije za fizičku kulturu su najsistematičniji oblik organizovanja učenika, za bavljenjem vežbanjem u sportu i okviru škole. Programom je predviđeno da se rad kroz sekcije sa učenicima obavlja jednom nedeljno, što orijentaciono iznosi od 30-35 časova. Tamo gde u aktivu ima više nastavnika lakše je organizovati rad sa više sekcija. Kontinuiranost rada sekcija se ogleda u odvijanju kroz celu školsku godinu, a takođe i kroz funkcionisanje sekcija za sve uzraste. U školama gde se značajna pažnja posvećuje radu školskih sekcija, i učestvovanju škole na većini međuškolskih takmičenja, zastupljene su sekcije sportskih igara (rukomet, košarka, mali fudbal, odbojka) i sekcije individualnih sportova (atletika, gimnastika, ritmička gimnastika, streljaštvo, plivanje, itd.).

Višnjić je sproveo i istraživanje (2019.) vezano za rad školskih sekcija. Rezultati ukazuju na povremeni i nesistematski rad školskih sekcija u osnovnoj školi. Može se pretpostaviti da postoji niz faktora koji utiču na ovakvo stanje: prilike u kojima učenici žive, udaljenost stanovanja učenika od škole, malo slobodnog vremena, prisutnost različitih interesovanja (ne samo za sport) kod omladine, neadekvatni uslovi za rad i sl.

Slobodne aktivnosti

Ovaj termin koristi se sve do 2017. godine kada je planom i programom uveden novi termin „sekcija“. Slobodne aktivnosti organizuju se najmanje jednom nedeljno prema planu rada kojeg sačinjava nastavnik fizičkog vaspitanja. Na početku školske godine, učenici se opredeljuju za jednu

od aktivnosti za koje škola ima uslove da ih organizuje. Na taj način zadovoljava se interesovanje učenika za određene i različite sportske aktivnosti.

Preko nastavnih planova i programa, kojima je 1959. godine zacrtan put reforme školstva, usvojen je i uveden u našu pedagošku teoriju i praksu upravo ovaj termin „slobodne aktivnosti učenika“. Uvođenjem ovog termina želelo se ukazati na osnovnu dimenziju (slobodnog opredeljivanja za ove aktivnosti), što je bilo u funkciji liberalizacije škole i nastavnog programa. O „slobodnom vremenu“ kod nas, više se govorilo iz pedagoškog, nego iz sociološkog aspekta, više kao o vaspitnom problemu rada sa decom i omladinom. Za sve vrste i tipove slobodnog vremena mi upotrebljavamo isti termin „slobodno vreme“.

Priredbe i druge društvene delatnosti škole na planu fizičke kulture

Ovaj termin isključivo je se koristio do 1990. godine, kada je uveden novi termin pod nazivom „dani sporta“. Škola organizuje priredbe i učestvuje na njima izvan škole, kako bi u javnosti prikazala svoja dostignuća na ovom polju (Dan mladosti, dan škole, smotre, javni nastupi, javni prikazi škole i sl.).

„*Svečanost-priredbe* u fizičkom vaspitanju mogu se odrediti kao posebno organizovana okupljanja učenika, nastavnika i ostalih zainteresovanih subjekata u školi i izvan nje, u cilju prikaza dostignuća učenika na polju fizičkog vaspitanja“ (Višnjić 1989, str. 308). Pod javnim manifestacijama u fizičkoj kulturi podrazumevamo priredbe, u kojoj centralno mesto ima fizičko vežbanje. Često se ovaj termin povezuje sa *Nedeljom školskog sporta*, i smatra se da su prethodili i imale veliki uticaj na njen nastanak u kojoj nema Dana mladosti, socijalizma i dr. Drugačije društvene okolnosti takođe su imale značajnu ulogu kada je reč o ovim pojmovima.

Program se može realizovati u sali za fizičko vaspitanje (obavezno ako je manifestacija u zimskom periodu), ali je jos bolje da to bude na otvorenom prostoru u okviru škole (pripremljeno školsko dvorište) gde može biti mnogo više prostora i posmatrača. Da bi javna manifestacija uspela potrebno je na vreme, uputiti pozive roditeljima učenika, jednom broju učenika škole, građanima izvan škole i kolegama iz kolektiva. Za ovakve događaje naročito je važno primerno ozvučenje i pripremanje prostora za posmatrače. Sadržaji vežbanja mogu biti gotovo svi elementi programa fizičkog vaspitanja, ali je svakako vrednije primeniti i neka druga vežbanja, čiji je stepen teškoće ekvivalentan, onim, programskim.

Iz svega navedenog može se zaključiti da u analiziranim vančasovnim aktivnostima iz različitih programa, pored promene naziva termina, nisu bile značajne promene u strukturi i sadržaju ovih aktivnosti. Od 1984. godine pa do programa koji je stupio na snagu 2017. godine ne postoje velike razlike sa aspekta sprovođenja i metodičkih uputstava vančasovnih aktivnosti u osnovnim školama u Srbiji. Program fizičkog vaspitanja je koncipiran kao jedinstvo nastave i vančasovnih aktivnosti. Važna karika koja povezuje fizičko vaspitanje sa sportom jesu upravo sportske vančasovne aktivnosti učenika.

Učenici previše olako izbegavaju aktivnosti u školama a samim tim i učešće u vančasovnim aktivnostima. Potrebno je da što više vančasovnih aktivnosti bude obavezno za učenike, jer oni smatraju da sve što nije obavezno za njih, samim tim nije ni važno, manje bitno i sl. Učestvovanje učenika u ovim aktivnostima predstavlja pozitivnu stranu, koja se ogleda u povećanju fizičke aktivnosti, druženju, učestvovanju radi upoznavanja i druženja a ne radi pobede, poboljšanju telesnog sastava, zdravlja i dr. Takođe stiču i određena teorijska znanja i povezuju fizičkog vaspitanje za životom i radom. Loši uslovi za rad u pojedinim školama, predstavljaju nedostatak i negativnu stranu u sprovođenju vančasovnih aktivnosti, kao i nezainteresovanost nastavnika da posveti što veću pažnju učenicima i aktivnostima van redovne nastave. Sa ovakvim stanjem ne može se biti zadovoljan pa je potrebno preduzimati pojačane napore svih subjekata da se situacija popravi.

Cilj fizičkog vaspitanja ne može se ostvariti bez aktivnog i svesnog učešća učenika u nastavi i drugim oblicima rada, gde se prednost i značaj ponovo daju vančasovnim aktivnostima kao veoma važnim aktivnostima sa posebnim uticajem na učenike. Učenik će steći određena teorijska znanja i shvatiti značaj zakonitosti procesa na kojima se zasniva fizičkog vaspitanje, što i predstavlja jedan od mnogih ciljeva ovog procesa. Programski sadržaji predstavljaju one vežbe i aktivnosti koje su osnov za sticanje trajnih znanja i navika za vežbanjem i za koje škola, kao što je već napomenuto u prethodnim poglavljima, ima najviše uslova da ih realizuje.

Samo dobra nastava fizičkog vaspitanja a posebno u osnovnoj školi, u kome vančasovne aktivnosti imaju jednu od najznačajnijih uloga, može da bude siguran oslonac za sport jer se u njoj veoma lako mogu uočiti nadareni pojedinci za ostvarenja u dečijem, omladinskom i kasnije vrhunskom sportu.

5. ZAKLJUČAK

Vančasovne aktivnosti učenika su po svojoj suštini, jedan od značajnih organizacionih oblika realizacije nastavnog procesa, te kao takve sa redovnim časovima, treba da čine nerazdvojno dijalektičko jedinstvo. Uslovno *treba* da čine nerazdvojno dijalektičko jedinstvo, zbog toga što u praksi često ne ostvaruju svoju osnovnu ulogu. Cilj ovog rada bio je da se analiziraju mesto i uloga vančasovnih aktivnosti u programima fizičkog vaspitanja za osnovnu školu u periodu od 1984. do 2022. godine. Jedan od zadataka rada bio je i da se prikupljanjem podataka i metodom analize utvrde sličnosti i razlike vančasovnih aktivnosti u programima fizičkog vaspitanja za osnovne škole u Srbiji u različitim vremenskim periodima.

Učenici nažalost, često vančasovne aktivnosti shvataju kao obavezu, teškoću i gubljenje vremena. Zahvaljujući nastavniku učenici kasnije shvataju smisao i značaj ovih aktivnosti u kojima su i sami učestvovali, što predstavlja i poentu svega i jedan važan deo ovoga rada. Kroz insistiranje nastavnika za obavezno učestvovanje u ovim aktivnostima učenici otpor koji je postojao na početku potiskuju, i kasnije preobražavaju u vrednost. Sportsko-rekreativne aktivnosti, sa svoje strane, doprinose i svestranom razvoju ličnosti, razonodi, zabavi i prevenciji bolesti učenika, što je kroz ovaj rad više puta pomenuto. Nova programska i organizaciona koncepcija fizičkog vaspitanja nastoji da ukloni granicu između nastave i vančasovnih aktivnosti, da se strogo određene granice fizičkog vaspitanja kao predmeta sve više brišu, a da to postaje široko polje dejstva najraznovrsnijih sadržaja fizičkog vaspitanja.

Od 1984. godine pa do programa koji je stupio na snagu 2017. godine, pored promena naziva termina, ne postoje velike razlike i promene u organizaciji, strukturi i sprovođenju vančasovnih aktivnosti. Kao što je napomenuto i na početku rada, razvojem digitalne tehnologije mladi sve manje upražnjavaju sport i fizičku aktivnost, što je nedopustivo. Analizom tematskih područja može se zaključiti da su tematska područja razvijanje fizičkih sposobnosti i sportsko-tehničko obrazovanje tj. usvajanje motoričkih znanja, umenja i navika ili motoričke veštine, sport i sportske discipline, zastupljena u svim programima. Program iz 1984. godine je najsveobuhvatniji program po pitanju tematskih područja. Vančasovne aktivnosti učenika moraju biti stalno prisutne i sprovođenje u procesu školovanja i obrazovanja svih učenika i kao takve u budućnosti će imati sve više i više prostora, jer će njihova uloga biti znatno izraženija i potrebnija mladima.

Analiza vančasnih aktivnosti u pomenutim periodima trebalo bi da doprinese boljem sagledavanju celokupnog razvoja predmeta fizičko vaspitanje u ovom periodu, i da upravo stručnjacima iz ove oblasti ukaže na dobre strane ali i na propuste u pravljenju programa fizičkog vaspitanja do sada. Na ovaj način izbegavaju se greške u sastavljanju i pravljenju budućih planova i programa fizičkog vaspitanje, a u kojima će vančasovne aktivnosti imati znato više prostora, značaja i uticaja na mlade.

6. LITERATURA

1. Višnjić, D., Jovanović, A., Miletić, K., (2004). *Teorija i metodika fizičkog vaspitanja*, Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Beograd.
2. Matić, M., Arunović, D., Berković, L., Bokan, B., Krsmanović, B., Madić, B., Radovanović, Đ., Višnjić, D., (1992). *Fizičko vaspitanje – teorijsko - metodičke osnove stručnog rada*. Narodne novine. Niš.
3. Bokan, B., (1985). *Vančasovne aktivnosti učenika u fizičkom vaspitanju u savremenoj pedagoškoj teoriji i praksi : doktorska disertacija*. Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Beograd.
4. Matić, M., Bokan, B., (1990). *Fizičko vaspitanje – uvod u stručno-teorijsku nadgradnju*, OKO, Novi Sad.
5. *Program fizičkog i zdravstvenog vaspitanja za osnovnu školu*, (1986). Fizička kultura, Beograd, broj 2.
6. *Nastavni plan i program fizičkog i zdravstvenog vaspitanja za osnovnu školu*, (1991). Fizička kultura, Beograd, broj 3.
7. Radisavljević, S., Milanović, I., *Teorija i metodika fizičkog vaspitanja: praktikum*, (2015). Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Beograd.
8. Radisavljević, S., Milanović, I., *Teorija i metodika fizičkog vaspitanja: praktikum*, (2019). Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Beograd.
9. *Opšte osnove školskog programa*, (2003). Republika Srbija, Ministarstvo prosvete i sporta, Beograd.
10. Višnjić, D., (2006). *Nastava fizičkog vaspitanja*. Zavod za udžbenike i nastavna sredstva, Beograd.
11. *Inovacije u nastavi*, (2018), Pedagoška kompetencija. Časopis za savremenu nastavu, Učiteljski fakultet Univerziteta u Beogradu.