

NASTAVNIK TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE - OSOLONAC FIZIČKOG ZDRAVLJA I LIČNOSTI DJECE I MLADIH

Fehmi Krasniqi, Hazir Salihu i Vullnet Ahmeti

Fakultet fizičke kulture, Univerzitet u Prištini, Kosovo

Izvorni znanstveni rad

Sažetak

U članku se raspravljaju rezultati dobiveni anketom od 200 ispitanika sa 4 fakulteta Univerziteta u Prištini (Sporta, Medicine, Učiteljski, Pedagoški). Rezultati pokazuju da, u kretnim aktivnostima organizovanim u sistemu (školama, klubovima, centrima fitnesa, i dr.), nastavnik, trener ili instruktor čine jedan od načelnih faktora, sa vidnim uticajnim efektom na ličnost individue, neposredno pomažući njegovom formiranju i razvijanju. Nastavnik fizičkog vaspitanja, preko svojih aktivnosti u školi i van škole, i preko sporta igra važnu ulogu u fizičkom i psihičkom razvoju dece, u određenim etapama razvoja. Nastavnik čini da učenici razvijaju kretne sposobnosti usko vezane za njihovim dječjim svijetom, talentom, potencijalnim zabavnim predispozicijama, jačajući odgojno u isto vreme njihovu ličnost.

Ključne reči: anketa, vrijednosti vježbanja, nastavnik TO

Uvod

Tjelesna i zdravstvena kultura teži povezati razvoj svih aspekata ličnosti učenika: intelektualnog, tjelesnog, socijalnog, moralnog, zdravstvenog i afektivnog. Dakle, tjelesni odgoj se uočava kao veoma važan faktor odgoja uopće, i posljedično predstavlja važan dio *curriculum* u školi. Tjelesni odgoj kao nastavni predmet ima svoje specifičnosti u odnosu na druge predmete koji se predaju u školi. U svim vrstima i oblicima i detaljima učenika može se primjetiti zadovoljstvo i radost koje ova aktivnost sadrži.

To je povjerljiva aktivnost koja osigurava zadovoljstvo i razvoj, i bitan je elemenat, koji se može ostvariti uspješnim učenjem. U našim školama prisutan je određeni broj učenika koji pokušavaju izbjeći tjelesni odgoj ili nisu aktivni, a to je u suprotnosti sa njihovim potrebama i motivima. Faktori koji podspješuju razvoj su mnogobrojni: to mogu biti uže fizički, psihološki i faktori sredine. Od uže fizičkih faktora su: tjelesna nesposobnost, nizak nivo fitnesa, slaba koordinacijska sposobnost, slaba snaga, manja snalažljivost (vještina), adipozitet i dr. Zato, učitelj tjelesnog odgoja ima dominantnu ulogu i veliki utjecaj u primjeni jednog diferencijalnog i specijaliziranog rada s takvim učenicima. Učitelj tjelesnog odgoja mora biti veoma senzibilan prema prepoznavanju i otklanjanju negativnih psiholoških faktora: mora poznavati oblike suradnje s učenicima kako bi minimizirao negativne tendencije. Slika učitelja tjelesnog odgoja dobiva veliki značaj. Jedan učitelj, s dobrom stručnom i psihološkom osposobljenošću, jedan učitelj posvećen učenicima, dati će vrijedan doprinos u razvoju učenika.

Takvih je učitelja veliki broj i oni "igraju kako treba njihovu ulogu" na satovima tjelesnog odgoja, zatim u vanškolskim aktivnostima ili u formiranju sportskih ekipa. Učitelj ne smije tretirati učenike kao odrasle osobe, ali im mora poticati svijest o biološkim i psihološkim problemima koji prate njihov razvoj. Oni trebaju primarno imati tjelesno zdravlje i psihološko blagostanje, što se postiže i kroz njihovo pravilno odgajanje, a također treba pokazivati senzibilitet za talentirane i manje talentirane. Oblici i metode koje treba upotrijebiti učitelj tjelesnog odgoja mogu biti raznovrsne i mnogobrojne. Stvaranje radosne i ugodne atmosfere, izražavanje bez rezerve jedne primarne figure učitelja kao modela odgoja, izlaganje i poticanje pozitivnih ponašanja i postupaka učenika, uporaba usmenih prijekora s blagim tonom i riječima kojima se ukazuje, uz težnju porasta ličnosti učenika.

Nikako ne bi trebalo povrijediti učenika, pa to sve čini da učitelj bude inspiracijska snaga za učenike na satovima tjelesnog odgoja. Učitelj pomoću posebnih metoda i stavova može upotrijebiti pokret čak i da bi razvio kod učenika način razmišljanja u savladavanju problema i pomogao razvoj sposobnosti, kako bi postali svjesni svojega tijela, načina kretanja i života. Od često primjetnih problema, jedan je izrazito vezan uz tjelesnu aktivnost a to je adipozitet koji kod djece može predstavljati faktor opasnosti za kardiovaskularne bolesti, visoki tlak, diabetes, itd. Međutim, faktori koji osiguravaju dobro zdravlje su sigurno i u tjelesnom angažmanu, razvoju kardiovaskularnog sustava, sustava kretanja, ojačavanja miškulature, fleksibilnosti kičmenog stuba, i td.

Cilj

Cilj ovog istraživanja je određivanje i razumijevanje utjecaja učitelja tjelesnog i zdravstvenog odgoja na očuvanje, razvoj i napredak zdravstvenog stanja djece, omladine i čitave populacije. Čini se da učitelj tjelesnog odgoja zaslužuje postavljanje u ulogu svojevrsnog zdravstvenog odgajatelja i pomoć u formiranju ličnosti mladih, za pravilan odgoj i osposobljavanje za bolji život uz sreću i s manje briga. Forme, vrste i načini koje treba učitelj tjelesnog odgoja koristiti su brojne. A kako bi u svom radu bio produktivan potrebna je dugotrajna profesionalna i znanstvena priprema.

Metode

Uzimajući u obzir da osnovni cilj istraživanja je upoznavanje utjecaja učitelja fizičkog vaspitanja na zdravlje i ličnost djece, osim domaće i strane literatue, pripremili smo upitnik na osnovu kojeg smo ostvarili anketiranje studenata 4 fakulteta Prištinskog Univerziteta: Sa studentima 3.god. Medicinskog Fakulteta, Fakulteta Fizičke Kulture, Pedagoškog Fakulteta i Fakulteta za učitelje. Ukupni broj anketiranih studenata bio je 200, po 50 njih iz svakog fakulteta. Anketiranje smo izvršili u periodu Mart-April 2007. Izabrali smo ove fakultete zato što u njihovim programima su obuhvaćeni nastavni predmeti koji razmatraju zdravstveno stanje i ličnost djece, omladine i opće populacije. Zabrinjavajuće je, da osim fakulteta fizičke kulture i sporta, predmet fizičke kulture nije obuhvaćen u istraživačkim programima 17 fakulteta Prištinskog Univerziteta. U ovim uslovima možemo reći ubedljivo da fizičko vaspitanje nije naišlo na adekvatno razmatranje i nema akademski status koji mu pripada. Međutim u ovim fakultetima ono se uspostavlja pomoću predmeta Pedagogie, Didaktike, Metodike, Metodologije naučnog istraživanja, Kibernetike, itd. Upitnik koji smo primjenili sadrži pitanja upućena studentima ovih fakulteta, sa ciljem dobijanja mišljenja studenata o uticaju učitelja fizičkog vaspitanja na fizičko zdravlje djece i omladine, dobijanja mišljenja studenata o uticaju učitelja fizičkog vaspitanja na ličnost djece i omladine, zatim informacije od studenata za nastavne predmete spomenutih fakulteta, koje također utiču više na rast, unapređenje i razvoj fizičkog zdravlja i ličnosti.

Rezultati i rasprava

Na osnovu odgovora dobijenih upitnikom ustanovili smo načine uticaja učitelja fizičkog vaspitanja na fizičko zdravlje i ličnost djece i omladine. Ono što je važno za zdravlje: od djetinjstva, savjeti roditelja, vaspitačice i učitelja za odravanje lične higijene, savjeti za pravilno držanje tela na radnom stolu, školske tašne ne trebaju biti preterano teške za nošenje od kuće do škole i obrnuto, savjeti o negativnim uticajima psihičkog i fizičkog opterećenja, kao i potrebu za igrom, sportom, aktivnim odmorom, rekreaciju i zabavljanjem.

Tu su i savjeti i sugestije da se djeca i mladi udalje od loših navika, alkohola i droge, upoznavanje djece sa značajem hodanja, trčanja u prirodi i čistom vazduhu, upoznavanje djece sa značajem zimovanja, letovanja, šetnji, ekskurzije itd, sugestije da se djeca i mladi što više bave sportom i da se uključe u klubove i različita sportska udruženja.

Zatim upoznavanje učenika s uticajem škole i sredine na njihovo zdravlje, da se utiče na razvoj i normalni rast organizma, i uopšte da se utiče na učveršćivanje organizma dece i omladine, da se razvijaju higijenske navike, da se zadovolje želje i njihove potrebe (narcito djece) za kretanjem.

Ono što je važno za ličnost: Na svaki čas nastave, u svakom kontaktu s učenicom, učitelj fizičkog vaspitanja treba da ima za cilj razvoj pozitivnih osobina karaktera, morala i korektnog građanskog ponašanja. Međuodnosi učenika u nastavnim časovima, kao i odnosi učitelj-učenik, povezuju se u unutrašnje emocionalno izražavanje, ali i poštovanje u svakom koraku ponašanja i uz korisne moralne stavove. Učitelj fizičkog vaspitanja treba da nastoji da utiče na :

- Opšti razvoj koordiniranih pokreta,
- Razvoj novih pokretnih navika,
- Razvoj psihičkih procesa,
- Razvoj pozitivnih odluka-karaktera i morala,
- Razvoj pozitivnih emocija,
- Ispravan stav prema radu,
- Prema svom i vlasništvu ostalih,
- Kao i prema kolektivu itd...
- Edukacija discipline, rada i učenja,
- Razvijanje osećanja za lepe pokrete itd...

Pitanja koja smo postavili anketiranim studentima imali su za cilj, otkrivanje činjenice, faktora i lica koji imaju dominantni uticaj na fizičko zdravlje i ličnost dece i omladine. Na pitanje "Šta mislite, koje su glavne ličnosti, koje utiču na poboljšanje, rast i razvijanje fizičkog zdravlja dece ?", imamo ove odgovore:

Tabela 1. Studenti medicine

Roditelji	26
Nastavnik Fizičkog Vaspitanja	11
Lekar	9
Vaspitač	4

Tabela 2. Studenti sporta i tjelesnog vježbanja

Nastavnik Fizičkog Vaspitanja	35
Roditelji	8
Lekar	4
Vaspitač	3

Tabela 3. Studenti pedagogije

Nastavnik Fizičkog Vaspitanja	23
Roditelji	14
Vaspitač	10
Lekar	3

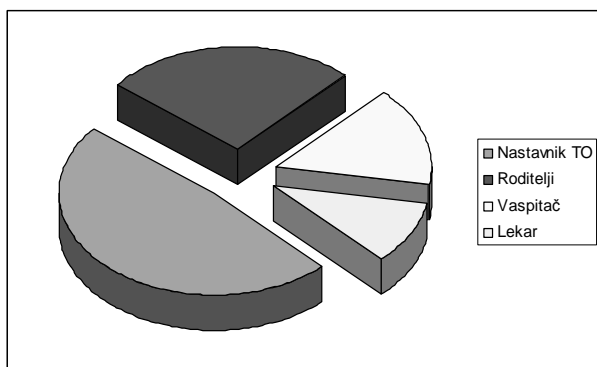
Tabela 4. Studenti učiteljskog fakulteta

Nastavnik Fizičkog Vaspitanja	27
Vaspitač	14
Roditelji	5
Lekar	4

Tabela 5. Ukupni rezultati - prvo pitanje (zdravlje)

Nastavnik Fizičkog Vaspitanja	96
Roditelji	53
Vaspitač	31
Lekar	20

Grafikon 1. Ukupni rezultati - prvo pitanje (zdravlje)

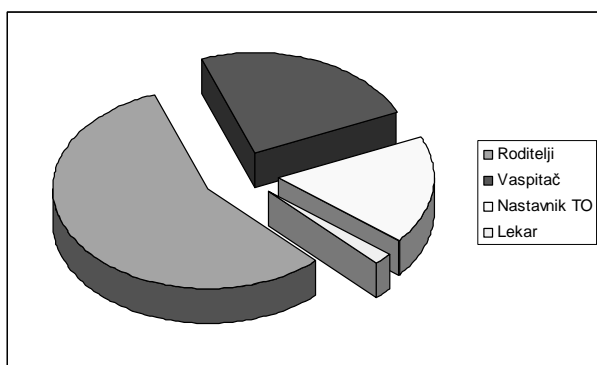


Interesantno je da su se studenti svih fakulteta izjasnili da su roditelji ti koji utiču najviše na ličnost deteta i omladine.

Tabela 6. Ukupni rezultati - drugo pitanje (ličnost)

Roditelji	114
Vaspitač	48
Nastavnik Fizičkog Vaspitanja	35
Lekar	4

Grafikon 2. Ukupni rezultati - prvo pitanje (ličnost)



Za roditelje se izjasnilo 114 stedenata, za pedagoga 48, za učitelja 34, i za lekara se izjasnilo 4 studenata.

Na pitanje : koji je sport sa dominantnim uticajem na razvoj i poboljšanje zdravlja, dobili smo sledeće odgovore :

Tabela 5. Koji sport ima dominantan uticaj na razvoj i poboljšanje zdravlja kod mladih

Plivanje	54
Fudbal	53
Atletika	50
Kosarka	24
Gimnastika	8
Odbojka	5
Ostali predmeti	6

Iz gore dobijenih odgovora, predmet Plivanje ima dominantan uticaj na razvoj i poboljšanje zdravlja dece i mladih, za šta se izjasnilo 54 od 200 anketiranih. Zatim slijede predmeti: Fudbal - 53 studenta, Atletika - 50 studenata, Košarka - 24 studenta, Sportska gimnastika - 8 studenata, Odbojka - 5 studenata i za druge predmete - 6 studenata.

Zaključak

U kretnim aktivnostima organizovanim u sistemu (školama, klubovima, centrima fitnesa, i dr.), nastavnik, trener ili instruktor čine jedan od načelnih faktora, sa vidnim uticajnim efektom na ličnost individue, neposredno pomažući njegovom formiranju i razvijanju.

Nastavnik fizičkog vaspitanja, preko svojih aktivnosti u školi i van škole, i preko sporta igra važnu ulogu u fizičkom i psihičkom razvoju dece, u određenim etapama razvoja. Preko takvog vaspitanja, on im omogućava da otkriju i da upoznaju sebe, da neprekidno razvijaju kretne sposobnosti usko vezane za njihovim dječjim svijetom, talentom, potencijalnim zabavnim predispozicijama, jačajući odgojno u isto vreme njihovu ličnost kao dosljednih građana budućnosti.

Nastavnik fizičkog vaspitanja, posebnim metodama i stavovima može upotrijebiti pokret za razvoj učenika, način razmišljanja za podnošenje problema i koji trebaju biti svjesni svog tela i načina kretanja.

Literatura

- Carbini M. (1995). *Psikologia nell calcio*. Roma, 1995.
- * * * (1985). European Sports Charter. *Il corpo il bambino*. Roma: Scuola dello Sporto.
- Daci, J., Subashi, G., i Misja, B. (2006). *Teoria dhe Metodologjia e Edukimit Fizik*. Tiranë. FFK.
- Muriz H, i Sagjida B. (2000). *Korekcija držanja tijela kod djece predškolskog uzrasta*. Sarajevo: FFK.
- Canaj, P., i Kapedani, K. (2002). *Higijena Sportive*. Tiranë: FFK.
- Summer, J. (1995). *Sport Psuchology*. New York: Wiley.
- Višnjević, D., Jovanović, A., i Miletić, K. (2004). *Teorija i metodika fizičkog vaspitanja*. Beograd: FFK.

TEACHER OF PHYSICAL EDUCATION – SUPPORT PHYSICAL HEALTH AND PERSONALITY OF CHILDREN AND YOUTH

Summary

This article discussed results collected by questionnaire with 200 testees from 4 faculty of University in Priština (Sport, Medicine, Teaching, Pedagogy). Results shows that in institutions with organized system of movement structures (schools, clubs, fitness centers...) teacher, couch or instructor are one of the principle factor with obviously influence effect on person's individuality helping in their improvement and development. Teacher of physical education has a important role in physical and psychical development of children in some period of their development during his activity in school and through out-school sport activities. Teacher help to develop their kinetic abilities that are closely connected with child world, with talent, potential fun predisposition, strengthening their personality in the same time.

Key words: *questionnaire, exercise values, PE teacher*

Primljeno: 21.12.2007.

Prihvaćeno: 20.05.2008.

Komunikacija:

Prof.dr.Fehmi Krasniqi

Univerzitet u Prištini

Fakultet za fizičku kulturu

Rz. Ramiz Sadiku, 38000 Priština, Kosovo

Telefon:

E-mail: ziriexperti@live.com