

METODIČKI ORGANIZACIJSKI OBLIK RADA - ČIMBENIK PROGRAMIRANJA OPTEREĆENJA U EDUKACIJI

1. UVOD

Izbor najadekvatnijih modela vježbanja, organizacije i provođenja kineziološkog tretmana značajan su čimbenik programiranja procesa vježbanja, njegove intenzifikacije, racionalizacije, optimalizacije, humanizacije i individualizacije, s neposrednim uplivom na doziranje opterećenja. Kako ne postoji najbolji metodički organizacijski oblik rada cilj ovog istraživanja je utvrditi utjecaj pripremljenosti učenika za primjenu određenog metodičkog organizacijskog oblika rada na efektivno vrijeme vježbanja na satu tjelesne i zdravstvene kulture.

2. CILJ I METODE

Cilj rada je utvrditi trajanje efektivnog rada na satu tjelesne i zdravstvene kulture. Pretpostavka je da su učenici u satu ponavljanja spremniji za složeniji metodičko organizacijski oblik rada.

U istraživanju na uzorku od 15 i 19 učenika I. razreda II. osnovne škole u Petrinji tijekom ožujka 2002. primijenjena je metoda sustavne opservacije. Po jedan promatrač, student Visoke učiteljske škole u Petrinji, tijekom dva školska sata od kojih je drugi bio ponovljen pratio je varijablu efektivno vrijeme vježbanja s točnošću od 1 sekunde. Metodički organizacijski oblik rada je izmjenično odjelni s dopunskim vježbama. Planirana podjela sata je u prosjeku iznosila: «uvodni» dio – 6', «pripremi» dio– 10', «glavni a» dio - 18', «glavni b» dio 7', «završni» dio – 4'. Podjela je imala orijentacijski karakter ali te vrijednosti su se uzimale u obzir kod procjene efektivnog vremena vježbanja na satu. Uvodni dio je produžen zbog potrebe davanja objašnjenja. Rezultati su obrađeni metodama deskriptivne statistike, a značajnost razlika je ispitana «t» testom, a kod značajne vrijednosti Levene's ovog testa odnosno kad je odbačena hipoteza o homogenosti varijance i kod odbacivanja hipoteze o normalnosti distribucije primijenjen je «u» test.

3. REZULTATI I RASPRAVA

Deskriptivni pokazatelji efektivnog vremena rada na promatranim satima tjelesne i zdravstvene kulture prikazani su u Tablici 1. Efektivno vrijeme vježbanja je najveće u uvodnom dijelu sata i u prvom i u drugom satu.

Tablica 1.: Deskriptivni podaci (broj ispitanika –N; srednja vrijednost - \bar{X} i standardna devijacija - SD) i razina značajnosti razlike efektivnog vremena vježbanja u paralelno izmjeničnom obliku rada s dopunskim vježbama u prvom i drugom satu

Dio sata	1 sat				2 sat				t ili u* test
	N	\bar{X}	SD	%	N	\bar{X}	SD	%	
UVODNI	15	383,67	18,10	100,00	19	127,42	19,26	35,39	0,0000
PRIPREMNI	15	151,13	24,87	25,18	19	298,32	77,10	49,67	0,0000*
GLAVANI A	15	140,73	99,40	13,03	19	293,58	121,86	27,18	0,0004
GLAVNI B	15	44,93	41,10	10,70	19	85,74	45,71	20,41	0,0110
ZAVRŠNI	15	34,47	28,67	14,46	19	5,16	10,42	2,15	0,0007*

UKUPNO	15	754,93	77,18	27,96	19	810,21	177,76	30,01	0,2706
--------	----	--------	-------	-------	----	--------	--------	-------	--------

Ovi rezultati su manji od onih o kojima referira Findak (1992) godine ali su veći od rezultata Prskala (2001b) gdje je ukupno efektivno vrijeme vježbanja na satu iznosilo nešto manje od 10 ' po učeniku ili $21,58 \pm 3,32\%$. Iz dobivenih rezultata vidljivo je povećanje efektivnog vremena vježbanja u drugom satu, a posebice se ističe efektivno vježbanje u «glavnom a» dijelu sata koje je s boljom pripremljenošću učenika I. razreda poraslo s 13% na 27%. U ukupnom satu povećano je efektivno vrijeme vježbanja, a nepostojanje statističke značajnosti ne umanjuje značajnost ove činjenice za praksu.

Neprijeporno je međutim kako primjena složenijeg metodičkog organizacijskog oblika rada treba slijediti iza primjene onog jednostavnijeg i to s dopunskim vježbama. Odmah nakon usvojenog paralelno odjelnog oblika rada treba prijeći na paralelno odjelni oblik rada s dopunskim vježbama. Nakon svladanog paralelno izmjeničnog oblika rada treba prijeći na paralelno izmjenični oblik rada s dopunskim vježbama a nakon svladanog izmjenično odjelnog oblika rada treba prijeći na izmjenično odjelni oblik rada s dopunskim vježbama (Findak, 1999). Prikazani primjer gdje su učenici u prvom satu potrošili dobar dio vremena sata posebice njegovog «glavnog a» dijela na pripremu za ovaj relativno složen metodički organizacijski oblik rada, daje pravo za pretpostavku da s boljom pripremom za primjenu složenijih metodičkih organizacijskih oblika rada efektivno vrijeme vježbanja može biti veće, a samim tim i intenzifikacija i racionalizacija upravljanog procesa vježbanja.

4. ZAKLJUČAK

Na osnovi istraživanja i prezentiranih rezultata može se zaključiti kako je efektivno vrijeme vježbanja najduže u uvodnom dijelu sata. S boljom pripremljenošću učenika na uvjete rada u složenijim metodičkim organizacijskim oblicima rada kakav je i u ovom istraživanju primijenjeni paralelno izmjenični oblik rada s dopunskim vježbama, značajno se povećava vrijeme vježbanja posebice u «glavnom» dijelu sata pri čemu je istaknut njegov «a» dio. Primjena složenijeg metodičkog organizacijskog oblika rada treba slijediti iza primjene onog jednostavnijeg i to sa dopunskim vježbama kako bi se osigurala intenzifikacija, racionalizacija i humanizacija upravljanog procesa vježbanja.

5. LITERATURA

1. Findak, V. (1992). Metodički organizacijski oblici rada u edukaciji, športu i športskoj rekreaciji. Zagreb: Hrvatski savez za športsku rekreaciju -"MENTOREX" d.o.o.
2. Findak, V. (1999). Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Školska knjiga.
3. Mraković, M. (1997). Uvod u sistematsku kineziologiju. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.
4. Prskalo, I. (2000). Algoritam za procjenu efektivnog vremena vježbanja u glavnom «a» dijelu sata tjelesne i zdravstvene kulture. U: Zbornik radova. Stručno-znanstveni skup: Dani Mate Demarina – Humanizam u nastavi (ur. M. Matas i H. Vrgoč) pp:101-110. Zagreb - Petrinja, Visoka učiteljska škola Petrinja i Hrvatski pedagoško književni zbor.
5. Prskalo, I. (2001a). Osnove kineziologije. Petrinja: Visoka učiteljska škola u Petrinji.
6. Prskalo, I. (2001b). Dopunsko vježbanje čimbenik opterećenja na satu tjelesne i zdravstvene kulture. U: Zbornik radova "10. ljetna škola pedagoga fizičke kulture Republike Hrvatske" (ur K. Delija) pp: 69 -70. Poreč.