

METODE RADA U PODRUČJU EDUKACIJE

1. UVOD

Optimalizacija, racionalizacija i intenzifikacija u odgoju i obrazovanju ne bi bila moguća bez odgovarajućih načina rada. Primjena ciljanih struktura kinezioloških stimulusa s obzirom na sadržaj, volumen i modalitete rada pridonosi promjeni osobina, sposobnosti i motoričkih znanja, te zdravlja i odgoja, uvažavajući anatomske fiziološke karakteristike rasta i razvoja, kod djece predškolske dobi, te učenika i studenata.

Da bi u tome uspjeli odgojitelji, učitelji i profesori kineziološke kulture naročitu pozornost u svome radu trebaju usmjeriti na modalitete izvođenja procesa tjelesnog vježbanja, kako bi na najpovoljniji način predali informacije subjektima u odgojno - obrazovnom procesu i organizirali proces tjelesnog vježbanja.

Realizacija tih ciljeva i zadaća moguća je pravilnim izborom i primjenom metoda rada, od kojih ovise rezultati i kvaliteta odgojno-obrazovnog rada.

2. NAČINI RADA U EDUKACIJI

Metode rada u realizaciji programskih sadržaja nastave kineziološke kulture kao i ostalih organizacijskih oblika rada čine jedinstvenu cjelinu povezanosti svih metoda. Današnja se pedagoška praksa koristi sljedećim metodama rada:

1. nastavne metode
2. metode vježbanja
3. metode učenja

2.1. Nastavne metode

U nastavi kineziološke kulture primjenjujemo sljedeće nastavne metode:

1. metodu usmenog izlaganja
2. metodu demonstracije
3. metodu postavljanja i rješavanja motoričkih zadaća te

tri pomoćne metode:

- a) metoda imitacije
- b) metoda ilustracije
- c) metoda dramatizacije

2.1.1. Metoda usmenog izlaganja koristi se u svim organizacijskim oblicima rada (osnovni i diferencirani program). Sadrži sljedeće faze: opisivanje motoričkog gibanja, objašnjavanje motoričkog gibanja, korekcija motoričkog gibanja i analiza motoričkog gibanja.

Opisivanje motoričkog gibanja koristi se najčešće u početnoj fazi njegovog učenja pri čemu je nužno uvažavati razvojne karakteristike subjekta u odgojno-obrazovnom procesu.

Objašnjavanje motoričkog gibanja odgojitelj, učitelj i profesor kineziološke kulture koristi onda kada djeca, odnosno učenici nisu dobro shvatili opisivanje motoričkog gibanja ili nisu dobro usvojili kineziološki operator metodom demonstracije, te im se daju dopunske upute o zadanom motoričkom gibanju.

Korekcija motoričkog gibanja sadrži u sebi usmeno upozoravanje na loša izvođenja, na pogreške, te usmjeravanje na načine njihovog pravilnog izvođenja.

Analiza motoričkog gibanja upotrebljava se kada su učenici svladali osnovnu strukturu (motorička znanja) motoričkog gibanja, s težnjom njegova usavršavanja prema zakonitostima biomehanike.

Potrebno je naglasiti da u nastavnom procesu kroz artikulaciju nastavnog sata metoda usmenog izlaganja mora biti kratka, jasna i razumljiva za subjekte u odgojno-obrazovnom procesu.

2.1.2. Metoda demonstracije čini osnovnost u kineziološkoj kulturi. Sve što se želi sudionike u nastavnom procesu naučiti mora im se i pokazati, odnosno demonstrirati. Metodu demonstracije izvodi odgojitelj, učitelj, odnosno profesor kineziološke kulture, dok djeca, odnosno učenici promatraju. Demonstracija mora jasno pokazati motoričko gibanje. Prva demonstracija mora biti originalna. Kineziološki operator treba biti izveden cjelovito i bez prekida. Ako iz opravdanih razloga nastavnik nije u mogućnosti izvoditi metodu demonstracije, onda će je izvoditi učenik kojeg je nastavnik prije ili u tijeku sata educirao, dok opisivanje i objašnjavanje motoričkog gibanja izvodi nastavnik.

2.1.3. Metoda postavljanja i rješavanja motoričkih zadataka može biti na nižoj i višoj razini. U praksi većinom se koristi u radu s djecom predškolske dobi i prva četiri razreda osnovne škole. Na nižoj razini djeca izvode zadano motoričko gibanje kako im najbolje odgovara, po vlastitom izboru, dok se na višoj razini djeci, odnosno, učenicima zadano motoričko gibanje otežava sa formom, karakterom, smjerom kretanja, trajanjem, što oni tada rješavaju po vlastitom izboru.

Sve pomoćne nastavne metode primjenjuju se u pravilu s djecom predškolske dobi (mlađa, srednja i starija dobna skupina).

2.1.a) Metoda imitacije koristi se na taj način da djeca oponašaju tijekom sata kineziološke kulture ljude, životinje, pojave u prirodi i dr. Metoda imitacije može se koristiti u svim dijelovima sata.

2.1.b) Metoda ilustracije se koristi kada se rješavaju motorički zadaci ilustriranjem događaja koja su djeca doživjela kretanjem ili pokretom. Ova metoda se izvodi s djecom srednje i starije dobne skupine.

2.1.c) Metoda dramatizacije odnosi se na postavljanje i rješavanje raznih motoričkih zadataka dramatizacijom priče koja se izvodi u pokretu ili kretanju. Odgojitelj pripovijeda priču a djeca realiziraju motoričkom dinamikom. Kod djece

dolazi do izražaja njihovo vlastito stvaralaštvo i izražavanje u usvojenosti različitih motoričkih struktura primjerenih dobnom uzrastu.

2.2. Metode vježbanja

Načini optimalne primjene ciljanih sredstava te doziranja, distribucije i kontrole opterećenja omogućili su i u praksi prihvatljivu podjelu metoda vježbanja na:

1. metode standardno ponavljajućeg vježbanja
2. metode promjenjivog vježbanja
3. kombinirane metode vježbanja
4. situacionu metodu vježbanja

2.2.1. Bitnost metode standardno ponavljajućeg vježbanja je da se tjelesne vježbe ponavljaju, dakle, izvode bez značajnih promjena u njihovoj motoričkoj strukturi ali i u opterećenju. U tijeku nastavnog procesa ide se na postepeno povećanje opterećenja o čemu odlučuje nastavnik. Kod učenika predmetne nastave prema načinu rada koristimo metodu standardno neprekidnog vježbanja i metodu standardno isprekidanog vježbanja. U prvom slučaju tjelesna aktivnost se izvodi bez prekida najčešće uporabom vježbi cikličkog karaktera. Dok u drugom slučaju opterećenja imaju fazu napora i fazu odmora.

2.2.2. Metode promjenjivog vježbanja očituju se u specifičnosti primjene različitih vježbi i različitog opterećenja. U tijeku izvođenja tjelesnih vježbi mijenja se tempo, brzina, ritam, trajanje rada i opterećenje. Metode promjenjivog neprekidnog vježbanja primjenjive su u realizaciji programskih sadržaja koji sadrže u sebi prirodne oblike kretanja cikličkog karaktera.

Međutim kod metoda promjenjivog isprekidanog vježbanja bitno je da se opterećenje može stalno povećavati ali i mijenjati.

2.2.3. Kombinirana metoda vježbanja je kombinacija različitih metoda vježbanja. Koju će kombiniranu metodu upotrijebiti učitelj, odnosno profesor kineziološke kulture ovisi od cilja i zadaća konkretnog sata kineziološke kulture, odnosno kreativnosti kineziologa.

2.2.4. Situacionu metodu vježbanja mnogi autori zovu još i natjecateljska metoda ili metoda igara. Ovu metodu potrebno je koristiti u realizaciji sadržaja kojih je cilj natjecanje. Naročito mora biti prisutna u agonološko usmjerenim kineziološkim aktivnostima (kompleksni sportovi-školski sport).

2.3. Metode učenja

U pedagoškoj praksi metode učenja najčešće se dijele na:

1. sintetičku metodu,
2. analitičku metodu,
3. kombiniranu metodu učenja.

2.3.1. Sintetička metoda učenja u odgojno-obrazovnom procesu smatra se najprirodnijom metodom. Zadano motoričko gibanje izvodi se u cjelini. Kod metode učenja dolazi do izražaja individualnost svakog djeteta, učenika i studenta. Brojna stručna i znanstvena istraživanja u

tom prostoru daju naglasak prihvatljivosti te metode u radu s djecom predškolske dobi kao i školske i studentske populacije.

2.3.2. Analitička metoda učenja koristi se u pedagoškoj praksi kada subjekt ili subjekti u nastavi nisu u mogućnosti prema zakonitosti biomehanike određeno motoričko gibanje izvesti u cjelini. U tu svrhu potrebno je zadano motoričko gibanje učiti po dijelovima. Nakon usvojenosti svakog raščlambenog dijela prelazi se na povezivanje u cjelinu.

2.3.3. Kombinirana metoda učenja primjerena je za realizaciju programskih sadržaja školske populacije. Zadano motoričko gibanje izvodi se najprije sintetičkom metodom, ako dolazi do nemogućnosti korektnog izvođenja prelazi se na analitičku metodu. Nakon svladanosti po dijelovima motoričkog gibanja prelazi se na izvođenje motoričke zadaće sintetičkom metodom. Ova metoda rada, odnosno metoda učenja je izmjenična sintetičko-analitičko-sintetička metoda. Kombinirana metoda učenja treba dominirati u radu s djecom predškolske dobi, učenicima osnovnog i srednjeg školstva, ako se ne može u realizaciji programskih sadržaja koristiti sintetička metoda.

3. ZAKLJUČAK

Uspješnost u optimalnoj realizaciji programskih sadržaja nastave kineziološke kulture i ostalih organizacijskih oblika rada ovisi od primjerene uporabe metoda rada. Transformacija dimenzija antropološkog statusa svakog pojedinog djeteta, učenika i studenata ovisi i o uspješnosti korištanja načina rada u realizaciji propisanih programskih sadržaja. Koju će metodu rada koristiti kineziolog ovisi o njegovom pripremanju za svaki sat (posredno i neposredno pripremanje). Drugim riječima naglašena je kreativnost svakog odgojitelja, učitelja i profesora kineziologije u korištenju metoda rada.

4. LITERATURA

1. Findak, V.: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Priručnik za nastavnike razredne nastave, Školska knjiga, Zagreb, 1989.
2. Findak, V.: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Priručnik za odgojitelje, Školska knjiga, Zagreb, 1995.
3. Findak, V.: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Priručnik za nastavnike tjelesne i zdravstvene kulture, Školska knjiga, Zagreb, 1999.
4. Findak, V., K. Delija: Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju. Priručnik za odgojitelje, EDIP d.o.o., Zagreb, travanj 2001.
5. Mraković, M.: Uvod u sistematsku kineziologiju. Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb, 1992.