

TEORETIČNE VSEBINE PRI ŠPORTNI VZGOJI V PRVEM TRILETJU

(objavljeno: Zbornik referatov / 17. strokovni posvet športnih pedagogov Slovenije, Nova Gorica, 18. do 20. november 2004. - Ljubljana : Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, 2004. Str. 64-69.)

Vesna Štemberger, Pedagoška fakulteta Ljubljana
Kardeljeva pl. 16, 1000 Ljubljana

Izvleček

Podajanje teoretičnih vsebin pri športni vzgoji je novost, ki pred razredne učitelje postavlja nove naloge. Teoretične vsebine športne vzgoje naj učitelj posreduje pri športni vzgoji, utrjuje in znanje preverja pa lahko tudi v sklopu medpredmetnih povezav, v času podaljšanega bivanja, šole v naravi, športnega dne. Za korektno podajanje in utrjevanje teoretičnih vsebin, potrebuje učitelj didaktične materiale, ki jih lahko izdelata tudi sam. Didaktični materiali, primerni za uporabo v prvem triletju so npr: didaktični plakat, namizne igre, križanke, uganke, računalniške igre..., izdelani pa morajo biti tako, da so primerni otrokovi razvojni stopnji, trpežni in varni.

Ključne besede: športna vzgoja, teoretične vsebine, podajanje in utrjevanje znanja, didaktični material

Uvod

V učnem načrtu za športno vzgojo (Kovač, Novak, 2001) so tako med vsebinami kot med cilji zapisane tudi teoretične vsebine, ki jih mora učitelj posredovati učencem, učenci pa naj bi jih usvojili. Teoretične vsebine pri športni vzgoji so pomembne zato, ker otrok odgovor na vprašanje KAKO izvesti posamezno nalogo pri športni vzgoji največkrat vidi (ob ustrezni demonstraciji, ki jo spremlja še otrokom primerna razlaga), velikokrat pa ne dobi odgovora na vprašanje ZAKAJ nekaj dela, zakaj je športna vzgoja pomembna, zakaj je pomembno, da se tudi v prostem času ukvarja s športom. Rezultati raziskav (npr. Jurak s sod. 2003) kažejo, da so otroci, ki so bili vključeni v njihovo raziskavo nekoliko bolj športno dejavni, kot otroci, vključeni v raziskavo, opravljeno leta 1993 (Strel s sod. V. Jurak s sod., 2003). Avtorji menijo, da je pozitiven premik nastal med drugim tudi zaradi osmišljanja različnih športnih dejavnosti učencem (prav tam, str. 57). V kolikor torej otroku športa ne osmislimo (zakaj), je verjetno težko pričakovati, da bomo dosegali bolj oddaljen, za otroke trenutno popolnoma nepomemben in nerazumljiv, za kakovostno življenje posameznika pa zelo pomemben cilj – šport, gibanje, aktivno preživljanje prostega časa kot način življenja. To pa lahko dosežemo tudi s posredovanjem, utrjevanjem in preverjanjem teoretičnih vsebin pri športni vzgoji.

Kako in kdaj posredovati teoretične vsebine pri športni vzgoji

Podajanje teoretičnih vsebin pri športni vzgoji je za učitelje novost, saj v prejšnjem učnem načrtu le te niso bile posebej izpostavljene. Zato se ob izvajanju novega učnega načrta pojavlja problem, kako teoretične vsebine sploh posredovati. Učitelj naj teoretične vsebine podaja sproti, med uro športne vzgoje, ob posredovanju športnih znanj. Teoretične vsebine so izbrane tako, da se nanašajo neposredno na športna znanja, ki jih podajamo. Predvsem v prvi triadi so te vsebine zelo enostavne in jih je učitelj že do sedaj (nezavedno?) posredoval pri urah športne vzgoje. Problem, ki se sedaj pojavi je, da mora učitelj uporabljati ustrezno terminologijo skupaj s ponazorili (npr. dajmo roke v odročanje, kot da smo letala) in ne le ponazorila, kot smo bili večinoma vajeni doslej (dajmo roke narazen in se gremo letala). Zato bo moral biti učitelj pri podajanju teoretičnih informacij natančen, saj je pomembno ne le, da se učenci nekaj naučijo, pač pa tudi, da se to pravilno naučijo. Prav tako mora učitelj vedeti, da se iz razreda v razred ti cilji stopnjujejo tako, da prehajamo od deklarativnega prek proceduralnega do kondicionalnega znanja (Kovač, Jurak, 2003). V prvem šolskem obdobju naj bi torej učenci imeli znanje na ravni poznavanja dejstev, podatkov, pojmov..., ki ga kasneje nadgrajujejo v razumevanje in uporabo v različnih situacijah.

Še posebej v prvem triletju lahko učitelj teoretične vsebine, ki so sicer zapisane v učnem načrtu športne vzgoje, obravnava tudi v sklopu medpredmetnih povezav pri drugih predmetih (npr. spoznavanje okolja, slovenski jezik, matematika, glasbena vzgoja). Tudi sicer je zaradi celostnosti otrokovega razvoja (Pišot, 1999; 2000) priporočljivo, da učitelj uporablja čimveč medpredmetnih povezav, oziroma, da isti pojav osvetli z različnih zornih kotov. Pri pomnjenju skuša namreč otrok informacije razumeti, pri tem pa jih spremeni in jim deloma doda nove vsebine in medsebojne povezave. Pomnjenje je v tem obdobju torej proces, pri katerem otrok miselno konstruira kontekst, v katerem se pojavljajo posamezni dogodki ali pojmi (Marjanovič Umek, Zupančič, 2004).

V nadaljevanju bomo zato skušali predstaviti teoretične vsebine, ki jih lahko obravnavamo tudi pri drugih predmetih in ne le pri športni vzgoji. V tabelah so predstavljeni operativni cilji posameznih predmetov in (predlagane) vsebine, ki naj bi jih učitelji uporabili za doseganje teh ciljev. Pri sestavi tabel smo izhajali iz učnega načrta za športno vzgojo, v ostalih učnih načrtih pa smo iskali vsebine, kjer lahko učitelj učencem teoretične vsebine športne vzgoje še dodatno predstavi. Zaradi prevelikega števila primerov, bo model prikazan samo za prvi razred devetletne osnovne šole.

Tabela 1: Operativni cilji predmetov v prvem razredu

Operativni cilji - seznanjanje s teoretičnimi informacijami – Športna vzgoja	Operativni cilji - Slovenski jezik (učni načrt, 1998)	Operativni cilji – Matematika (učni načrt, 1998)	Operativni cilji - Spoznavanje okolja (učni načrt, 1998)	Operativni cilji - Glasbena vzgoja (učni načrt, 1998)
<ul style="list-style-type: none"> - seznaniti se s primernim športnim oblačilom in obutvijo - spoznati različna športna orodja in pripomočke - razumeti preprosta pravila elementarnih iger - poznati osnovna načela varnosti v telovadnici, na igriščih, v bazenu - seznaniti se s pomenom telesne nege in higiene 	<ul style="list-style-type: none"> - se učijo in vadijo osnove pisanja, in sicer: - orientacijo na svojem telesu, v prostoru in na papirju - smer pisanja od leve proti desni, od zgoraj navzdol, - poteze, ki tvorijo prvine črk in števk - Spoznavajo temeljna načela dialoškega sporazumevanja in jih upoštevajo (spoznavajo, kdaj in kako se komu zakaj zahvali, opraviči, izreče priznanje) 	<ul style="list-style-type: none"> - opredeliti položaj predmeta glede na sebe oz. glede na druge predmete in se znati pri opisu položajev pravilno izražati (nad/ pod, zgoraj/ spodaj..) - po navodilih se premikati po prostoru in na ravnini (na listu papirja) ter znati navodilo tudi oblikovati - oceniti in primerjati količine (najkrajši, najdaljši, najtežji, največja, najmanjša prostornina) - meriti dolžino z nestandardnimi enotami - predstaviti preproste podatke s preglednico, s figurnim prikazom in s stolpci - prebrati preprosto preglednico, prikaz s stolpci in figurni prikaz. 	<ul style="list-style-type: none"> - spoznajo pomen pravil družbenega življenja, od pravil iz otroških iger, pravil v šoli, do pravil družbenega življenja, - spoznavajo, da za pravila obstajajo določeni vzroki - spoznavajo, da jim uživanje različne zdrave hrane, telesne vaje in počitek pomagajo ohranjati zdravje, - spoznavajo pomen redne nege telesa - opazujejo, opisujejo in poimenujejo lastno gibanje, gibanje živali in igrač - spoznavajo, kako sami in drugi ljudje vplivajo na naravo in kako lahko dejavno prispevajo k varovanju in ohranjanju naravnega okolja ter k urejanju okolja, v katerem živijo - opazujejo, opisujejo in poimenujejo lastno gibanje, gibanje živali in igrač 	<ul style="list-style-type: none"> - pripevajo in pojejo krajše ljudske in umetne pesmi v ustreznem glasovnem obsegu, katerih vsebina spodbuja otroško doživljanje, domišljijo, rajanje, igro; - gibajo se, rajajo ob petju ali ritmični izreki.

Tabela 2: (predlagane) vsebine k ciljem posameznih predmetov – 1. razred

Teoretične vsebine – športna vzgoja	Vsebine - Slovenski jezik	Vsebine - matematika	Vsebine - Spoznavanje okolja	Vsebine - Glasbena vzgoja
NARAVNE OBLIKE GIBANJE IN IGRE zakaj se ogrevamo, kaj pomeni biti hiter, močan, gibljiv, natančen in vzdržljiv. Pravila enostavnih iger in spoštovanje športnega obnašanja	- kdaj in kako se komu zahvali, opraviči, izreče priznanje; izrekajo priznanja, čestitajo...		- pravila družbenega življenja (v družini, v šoli, v kulturnem okolju) - ohranjanje zdravja, kdaj smo bolni, preventivno vedenje, prehrana - pomen telesne aktivnosti, skrb za zdravje - gibanje otrokovega telesa	
ATLETSKA ABECEDA Zalet, odziv, doskok, naskok, razdalja			- gibanje otrokovega telesa	
GIMNASTIČNA ABECEDA Pojmi orientacije v prostoru: naprej, nazaj, gor, dol, v stran, levo, desno	- orientacija na svojem telesu, v prostoru, na papirju, - smer pisanja od leve proti desni in od zgoraj navzdol - poteze, ki tvorijo prvine črk in števk	- odnosi v prostoru (mreže, poti, labirinti) - dolžina, masa, prostornina (votle mere)	- zemljevidi, modeli in orientacija v prostoru	
PLESNE IGRE Vloga gibanja in ritma v vsakdanjem življenju. Glasbeni in ritmični pripomočki za spremljanje gibanja.				- pesmi naših babic - naši gibi in koraki se ujemajo z glasbo - pesmi za rajanje
IGRE Z ŽOGO Izrazi in pojmi, ki se pojavljajo v igrah z žogo			- gibanje otrokovega telesa, gibanje igrač	
PLAVALNA ABECEDA Nevarnosti v vodi, še zlasti pri skokih v vodo. Varnostni ukrepi, hišni red plavališča. Pomen preoblačenja mokrih kopalk in pomen vzdrževanja higiene v vodi in zunaj nje.			- ohranjanje zdravja, kdaj smo bolni, preventivno vedenje, prehrana	
IZLETNIŠTVO IN POHODNIŠTVO Osnovno izletniško znanja (obutev, oblačilo, nahrbtnik, pitje tekočine). Spoznavanje okolice, po kateri poteka izlet. Naravovarstveno ozaveščanje.			- okoljska vzgoja, človek spreminja okolje - življenjska okolja v ožji in širši okolici šole in živa bitja v njih, - narava se spreminja, živa bitja se spreminjajo	
UGOTAVLJANJE, SPREMLJANJE IN VREDNOTENJE GIBALNIH SPOSOBNOSTI TER TELESNIH ZNAČILNOSTI Kaj merimo (čas, razdaljo, število ponovitev)		- preglednica, figurni prikaz, prikaz s stolpci		
ZIMSKE DEJAVNOSTI Nevarnosti na smučišču, sankališču in drsališču			- led in sneg je voda v trdnem stanju	
ŠPORTNA PROGRAMA ZLATI SONČEK IN KRPAN Varnost pri rolanju, kotalkanju, kolesarjenju				

Ker v prvi triadi vse predmete poučuje razredni učitelj, lahko teoretične vsebine, ki naj bi jih učenec usvojil pri športni vzgoji, učenec usvaja ter **predvsem utrjuje** tudi pri vseh ostalih predmetih (glej tabeli 1 in 2). Kdaj in na kakšen način bo učitelj posredoval teoretične vsebine (poleg sprotnega posredovanja le teh ob posredovanju športnih znanj), mora učitelj predvideti že v letnem načrtu (predvsem takrat, ko bodo učenci utrjevali teoretične vsebine tudi v sklopu drugih predmetov).

Poleg rednih ur športne vzgoje (in ostalih predmetov, kadar govorimo o medpredmetnih povezavah), lahko učenci posredovane teoretične vsebine pri športni vzgoji utrjujejo tudi v času podaljšanega bivanja, saj so vanj vključeni skoraj vsi učenci prvih razredov. Možnost utrjevanja teoretičnih vsebin športne vzgoje je tudi med odmori ter pred pričetkom pouka v jutranjem varstvu, v šoli v naravi, na športnih dneh, športnih taborih.

Učenci teoretične vsebine športne vzgoje utrjujejo s pomočjo didaktičnih materialov, ki jih za najmlajše lahko razdelimo v nekaj skupin:

- **didaktični plakat:** Na didaktičnem plakatu je s sliko in besedo predstavljeno bistvo posamezne tematike. Ker učenci predvsem v prvem razredu še ne znajo brati, naj bo poudarek na plakatu na slikovni predstavitvi. Plakat lahko izobesimo v telovadnici, glede na to, da je razredni učitelj z učenci tako v telovadnici kot tudi v učilnici, pa je lahko plakat obešen tudi v učilnici in ga lahko uporabimo ne le za utrjevanje teoretičnih vsebin športne vzgoje, pač pa tudi pri drugih predmetih (torej tudi v okviru medpredmetnih povezav). Plakat je lahko »pasiven« (učenci na njem le prepoznajo vsebine), lahko pa je »aktiven«, kar pomeni, da lahko učenci s spreminjanjem postavitve posameznih elementov spreminjajo vsebino plakata (npr. oblecimo planinca vremenu primerno).
- **Namizne igre:** Namizne igre so igre, ki jih učenci igrajo ali samostojno, v paru ali večjih skupinah. Igre imajo pravila, naloge, ki jih v igrah rešujejo, pa so teoretične vsebine športne vzgoje. Želeno je, da so naloge tudi stopnjevane, in sicer od enostavnih vprašanj in odgovorov, do npr. prenosa znanj na druga področja (ali z drugih področij na športno vzgojo). Primeri takšnih iger so npr. Spomin, Kaj sodi skupaj, Karte (npr. Črni peter, ki ga zamenjamo z drugo figuro), igre tipa Človek ne jezi se ali podobne, kjer morajo učenci reševati posamezne naloge. Takšne igre lahko učenci igrajo med odmori, v času podaljšanega bivanja, jutranjega varstva, v šoli v naravi, na športnem dnevu (čas, ki je namenjen počitku – npr. na cilju planinskega pohoda).
- **Križanke, rebusi, uganke, dopolnjevanke** so didaktični material, s katerim lahko učenci znanje teoretičnih vsebin utrjujejo. Pobarvank se skušajmo izogibati, saj otroci ob barvanju ne dosegajo tistih ciljev, ki smo si jih zadali, to je utrjevanje teoretičnih vsebin. Naštete materiale lahko uporabljamo v času podaljšanega bivanja, jutranjega varstva, v šoli v naravi, na športnem dnevu (orientacija), pri drugih predmetih v sklopu medpredmetnih povezav. Ker učenci križanke... načeloma radi rešujejo, jim lahko reševanje takšnih »ugank« prepustimo tudi za domačo nalogo. Tovrstni material je namenjen samostojnemu delu učencev.
- **Kviz** lahko uporabimo takrat, ko želimo utrjevati ali preveriti znanje učencev. Uporabimo ga lahko v podaljšanjem bivanju, šoli v naravi, tudi na športnem dnevu. Kviz je lahko skupinski, lahko pa tudi posamičen.
- **Video ali DVD posnetki** – njihova slabost je ta, da so učenci ob gledanju pasivni, stopnja zapomnitve pa je lahko zato nižja.
- **Računalniške igre** so med otroci zelo priljubljene. Učenec jo lahko igra tudi doma, osebno pa menim, da naj bi bile takšne igre manj prisotne kot sredstvo za utrjevanje teoretičnih vsebin športne vzgoje, saj je eno poslanstev tega predmeta tudi vzgoja posameznika k aktivnemu življenjskemu slogu, česar pa z navajanjem na igranje računalniških iger zagotovo ne dosegamo.

Ker je didaktičnega materiala za teoretične vsebine pri športni vzgoji zelo malo (v prodajni obliki raznih iger ipd ni, pomagamo pa si lahko z revijama Cicido in Ciciban; obstajajo pa že izdelki študentov Fakultete za šport in Pedagoške fakultete Ljubljana), bo moral učitelj sam izdelati didaktični material.

Pri izdelavi didaktičnega materiala moramo biti pozorni:

- vsebine morajo biti prilagojene otrokovi razvojni stopnji;
- barve naj bodo žive, pomembno je tudi, da so ustrezne, kjer je to potrebno;
- vprašanja morajo biti razumljiva, nedvoumna, odgovori pa zapisani v rešitvah;
- z vprašanji skušajmo zajeti več nivojev znanja, ne le golo prepoznavanje pravilnih odgovorov;
- v kolikor naloge za nepravilen odgovor predvidevajo kazen, naj bo le ta smiselna (povezana z vsebino);
- za posamezno igro imejmo pripravljenih čimveč vprašanj, ki jih lahko menjamo, dopolnjujemo;
- material naj bo kakovostno izdelan, površina se ne sme bleščati;
- material naj bo varen (ne vsebuje majhnih delcev, robovi naj bodo gladki (v primeru, da uporabljamo npr. les, kovino), izdelan naj bo iz nestrupenih materialov (pazimo predvsem pri barvanju);
- igre naj ne predvidevajo pasivnega učenca, ki npr. deli karte, seštevata točke;
- izpadanja iz iger ne poznamo;
- material naj bo narejen na različnih zahtevnostnih stopnjah (za učence, ki zmorejo in želijo več ali manj).

Zaključek

Podajanje teoretičnih vsebin pri športni vzgoji je novost, ki med razrednimi učitelji še ni ustrezno sprejeta. Samo podajanje teh vsebin ne sme postati glavna dejavnost pri športni vzgoji, mora pa biti ustrezno vključena v ure športne vzgoje. Utrjevanje teoretičnih vsebin naj poteka preko igre (z uporabo različnih didaktičnih materialov) in ne le pri športni vzgoji. Učitelj naj si zato že v letni pripravi predvidi, kdaj in na kakšen način bo teoretične vsebine posredoval ter tudi kako in kdaj jih bo utrjeval. Predvsem pa mora teoretične vsebine podati strokovno korektno in na otroku primeren način.

Literatura

1. Jurak, G., Kovač, M., Strel, J., Majerič, M., Starc, G., Filipčič, T., Štihec, J. (2003). Preživljanje poletnih počitnic otrok in mladine z vidika ukvarjanja s športom. Ljubljana: Fakulteta za šport.
2. Kovač, M., Novak, D. (2001). Učni načrt – športna vzgoja. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport; Zavod za šolstvo Republike Slovenije.
3. Kovač, M., Jurak, G., Strel, J. (2003). Nekatera teoretična izhodišča preverjanja in ocenjevanja znanja iz športne vzgoje. *Šport*, letn. 51, št. 2, str. 21-27, priloga.
4. Marjanovič Umek, L., Zupančič, M. (2004). Razvojna psihologija. Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.
5. Pišot, R. (1999). Dejavniki celostnega razvoja otroka kot izhodišče specialnih didaktik na razredni stopnji osnovne šole. V *Didaktični in metodični vidiki nadaljnjega razvoja izobraževanja* (str. 215 - 221). Maribor: Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta.
6. Pišot, R. (2000). Didaktika gibalno/ športne vzgoje v funkciji celostnega razvoja otroka. V *zbornik 1. mednarodnega posveta Otrok v gibanju* (str. 75 - 85). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
7. Učni načrt – glasbena vzgoja (1998). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport; Zavod za šolstvo Republike Slovenije.
8. Učni načrt – matematika (1998). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport; Zavod za šolstvo Republike Slovenije.
9. Učni načrt – slovenski jezik (1998). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport; Zavod za šolstvo Republike Slovenije.
10. Učni načrt – spoznavanje okolja (1998). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport; Zavod za šolstvo Republike Slovenije.