

МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
БИРО ЗА РАЗВОЈ НА ОБРАЗОВАНИЕТО

НАСТАВНА ПРОГРАМА
ПО

КИНЕЗИОЛОГИЈА

ЗАДОЛЖИТЕЛЕН ПРЕДМЕТ

II ГОДИНА
СПОРТСКА ГИМНАЗИЈА

Скопје, март, 2006 година

1. КАРАКТЕРИСТИКИ НА ПРОГРАМАТА

1.1. Назив на наставниот предмет; КИНЕЗИОЛОГИЈА

1.2. Намена; За втора година за учениците во спортска гимназија


1.3. Вид на наставата ; Модуларно-Теоретско-практична;


1.4. Година (фаза) на изучување : II година;

1.5. Број на часови на наставниот предмет: неделен фонд 3 часа; Годишен фонд 108 часа;

1.6 Статус на наставниот предмет: *Задолжителен наставен предмет; Кинезиологија е наставен предмет со три програмски модули (4,5 и 6) од структурата на Кинезиологијата кои се надоврзуваат на натамошното проучување и осознавање на овој предмет. Наставниот предмет го сочинуваат :*

 Модул 4 “Општа и специјална кинезиологија”:

 Модул 5 “Влијание на кинезиолошките стимуланси на антрополошкиот статус” и

 Модул 6 “Применета кинезиологија со првото подрачје”.

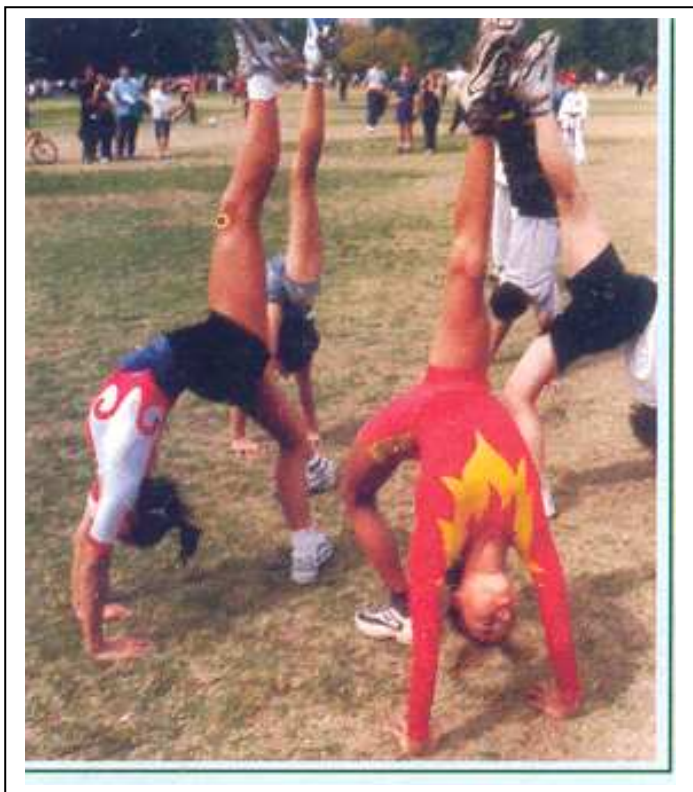
2. ЦЕЛИ НА НАСТАВНИОТ ПРЕДМЕТ

Цел на наставниот предмет Кинезиологија во втора година во Спортската гимназија е учениците да се запознаат и да ги совладаат основните поими и содржини, цели, и методите на изучувањето и истражувањата на Општата и Специјалната Кинезиологијата, влијанието на кинезиолошките стимуланси и првото подрачје; кинезиолошко (физичко) и здравствено образование.

2.1. Конкретните цели на наставата по Кинезиологија втора годиназа кои ученикот треба ;

- ◆ да се запознае и совлада со елементите предметот, целите и значењето на проучувањето на Општата и специјалната кинезиологија;
- ◆ да ги совлада и сфати промените кои настануваат под дејство на кинезиолошките стимуланси;
- ◆ да ја сфати потребата од кинезиолошките сознанија и позитивното влијание на кинезиолошките стимуланси;
- ◆ да ја осознае потребата за поврзување на кинезиологијата со другите наставни подрачја значајни за применетата кинезиологија;
- ◆ да ги совлада и применува сознанијата посебните подрачја на општата и специјалната кинезиологија;
- ◆ да ги научи и применува сознанијата за моно-поли структуралните активности;
- ◆ да ги научи комплексните и естетските активности и движења;
- ◆ да се запознае со методите формите, содржините и значењето на применетото кинезиолошко подрачје физичко и здравствено образование;

1. НАСТАВЕН ПРОГРАМСКИ МОДУЛ (4) ; ОПШТА И СПЕЦИЈАЛНА КИНЕЗИОЛОГИЈА



- 1.1. Намена на модулот: За учениците од втора година во спортска гимназија;**
- 1.2. Вид на наставата: Теоретско-практична;**
- 1.3. Годишен фонд 36 часа; неделен 3 часа;**
- 1.4. Статус на модулот: Задолжителен наставен модул;**
- 1.5. Оценување: Оцената е бројчана, посебна и влегува во општата оцена на наставниот предмет Кинезиологија за II година.**

2. Цел на Модулот

ЦЕЛ на наставниот програмски модул 4 и наставата за Општа и Системска кинезиологија е ученикот да се запознае со елементите, предметот, целите, методите, формите и значењето на основните и специјалните кинезиолошки дисциплине како и специјалните конвенционални активности.

3. ОБРАЗОВЕН ПРОЦЕС

3.1. Содржини со конкретни цели

Тематски целини и содржини	Бр. на часови	Конкретни цели <i>Ученикот:</i>	Дидактички насоки	Корелација
3.1.1 Општи кинезиолошки дисциплини	3	<ul style="list-style-type: none">- да ги совлада дисциплините;- да ги научи општите законitosti на управување со процесот на вежбањето и последиците од нив;- да ги сфати и научи ефикасните и рационалните вежби;- да ги знае моторичките знаења и трансформацијата на антрополошкиот статус (карактеристики); <ul style="list-style-type: none">- да се запознае со основните сознанија за елементите на системната кинезиологија;- да се запознае со основните елементи за управување со процесот на управување со вежбањето;	Работилници: Изработка на проекти и презентација со вежбите како средство за трансформации;	Со сите модули во Кинезиологијата
3.1.2 Основни елементи и сознанија за системската кинезиологија;			Самостојна изведба на кинезиолошки вежби;	
3.1.3 Кинезиолошка биомеханика; предмет и дефиниција	3	<ul style="list-style-type: none">- да се запознае со основите на кинезиолошката биомеханика;- да се запознае со законитостите применливи на живите битија поврзани со математичките и физичките законitosti;	Графички приказ на подрачјата	“

3.1.4 Кинезиологијата на неконвенционалните движења	5	<ul style="list-style-type: none"> - да се запознае со поимот и дефиниција за кинезиолошките неконвенционални движења; - да се запознае со основните поими и формите на работа со неконвенционалните движења; - да ги совлада планирањето, програмирањето, со анализата на постигањата во трансформациските процеси. 	Работилница; Практична изведба на планирања и програмирања;	-Спортски менаџмент и претприемаштво
3.2. Специјална кинезиологија на конвенционалните активности 3.2.1 Моноструктурални активности	5	<ul style="list-style-type: none"> - да се запознае со конвенционалните движења, посебно со делот на законитоста на процесот на вежбањето кои се карактеристични за одредена активност или група на релативно хомогени кинезиолошки активности поделени на четири групи; - да се совлада поимот на совладување на просторот со сопствено тело или со проектил како карактеристика на моноструктурните движења; - да се совладаат моноструктурните кинезиолошки карактеристики на спортовите: атлетика, пливање, скијање, стрелаштво, бочање, веслање, куглање, стреличарство, велосипедизам, кајакарство, дигање на тегови. 	Практични изведби на дел од конвенционалните и моноструктуралните активности;	“

3.2.2 полиструктурални активности	5	<p>-Да ги научат карактеристиките на ацикличните движења; - да ја научат симболичната деструкција на партерот во спортовите, со ограничените движења и контакти со партнерот; - да се запознае со карактеристиките на спортовите: борење, бокс, џудо, карате, столни тенис и мечување.</p>	Практични изведби на дел од полиструктуралните активности;	
3.2.3 Комплексни активности	5	<p>- да се запознае со основните карактеристики на комплексните активности од цикличен и ацикличен тип; - да се запознае со условите – причините за успех во спортовите; спортски игри: кошарка, ракомет, одбојка, фудбал, хокеј на трева И на мраз, ватерполо, рагби;</p>		
3.2.4 Естетски активности	5	<p>- да се запознае со карактеристиките на естетските активности како конвенционални активности каде доминира ацикличниот тип на движења; спортска и ритмичко спортска гимнастика, танци, скокови во вода, ролери и др.</p>	Практични изведби на дел од комплексните и естетските активности;	

3.2. Наставни методи и активности на учење

Од наставните методи ќе се користат: методите на вербална комуникација и демонстрација, методот на индивидуализација, методот на колективно или групно решавање на определени задачи и цели, работилници и др.

3.3. Организација и реализација на наставата

Наставата на програмскиот модул 4 Општа и специјална кинезиологија се организира во теоретско-пректична настава и прикази, се изведува во текот на годината паралелно со другата редовна настава. Ученикот како субјект во наставата, ќе биде организиран во работилници каде ќе може да реализира задачи индивидуално или групно. Ќе се изработуваат проекти, модуларни трудови и друг вид трудови во училиштето и дома. Наставникот е задолжен да ги следи евидентира и вреднува постигањата на учениците. Наставникот води дневник и организира презентации на кои се презентираат постигањата на учениците.

3.4. Наставни средства и помагала

Модулот 4 во својата содржина нуди можности ученикот да користи разни форми на индивидуална работа. Врз основа на поставеноста на Концепцијата на спортската гимназија треба да обезбедат наставни средства, помагала и услови за реализација на содржините од модулот, посета на спортски организации и практична изведба на одделените спортови каде ќе се демонстрираат најразличните типови на движења и вежби.

Наставничкиот кабинет се опремува со потребната стручна литература, компјутер, монитор и видео апаратура. Потребен е посебен учебник за учениците и прирачник за наставниците. На учениците им се става на располагање потребната библиографија особено за подготовката на индивидуалните или групните трудови.

4. ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГНУВАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Постигањата на учениците ќе се утврдуваат со непосредно следење и вреднување. Се следат теоретските, практичните и трудовите кои ќе ги сработи индивидуално или групни. Основни компоненти на вреднување на постигањата на учениците ќе бидат: набележаните постигања од теоретските и практичните трудови, редовноста, соработката, здравствено-хигиенските задачи, фер-плеј однесувањата, нивото на стручната комуникација, соработката и др. компоненти кои наставникот ќе ги постави поврзани со наставниот модул 4. Наставникот во почетокот на учебната година е должен да ја презентира содржината на модулот, насоки за изработка на домашните задачи итн. Оценувањето е бројчано. Бројчаната оцена учествува во оцената на наставниот предмет Кинезиологија за втора година во Спортската гимназија.

5. КАДРОВСКИ И МАТЕРИЈАЛНИ ПРЕДУСЛОВИ ЗА РЕАЛИЗАЦИЈА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

5.1. Основни карактеристики за наставниците

Реализацијата на модулот 4 поставува и определени услови за секој наставник кои треба да ги поседува за да може да ја организира и реализира наставата. Тој треба да поседува адекватни познавања од Кинезиологијата како општа наука со адекватна терминологија и запазување на структурата, да владее со процесот на кинезиолошкото планирање и подготовка на наставната содржина, да ги познава најновите процеси на спортот и спортските активности во средното образование, да умее да мотивира, и да организира работилници во кои ќе се применува индивидуалната или групната работа. Наставникот води дневник во кој ги евидентира постигањата и промените кај учениците, а учениците водат свој бележник-портфолио.

5.2. Стандард за наставен кадар;

Завршен факултет за Спорт (Физичка култура со наведените карактеристики на стандардот).

5.3. Стандард на простор за наставниот предмет

За секоја паралелка да постои училна во која ќе може да се организира работилница со најмалку 6 групи, да можат да користат компјутер и спортска сала, спортски полигон односно отворени терени.

6. ДАТУМ НА ИЗРАБОТКА И НОСИТЕЛИ НА ИЗРАБОТКАТА НА НАСТАВНИОТ ПРОГРАМСКИ МОДУЛ

6.1. Датум на изработка: Април, 2006 година;

6.2. Состав на работната група:

Име и презиме,	занимање,	институција,	место	
1. д-р Насе Кондовски- Раководител,	кинезиолог;	Биро за развој на образованието,	Скопје,	Автор и
2. д-р Ангел Џамбазовски	Професор	Факултет за физичка култура		
3. Вера Ангелова	“ “	“Методи Митевски - Брицо”	Скопје	Соработник,
3.м-р Митричка Џ.Старделова-	доктор по медицина-кинезиолог ;	ФФК	Скопје	“
4. Горки Кондовски	Професор	гим. “Јпсип Броз Тито”	“	“

6.3. Почеток на примена на модулот 4

Датум на започнување: Септември, Учебна 2006/07 година

7. ОДОБРУВАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА СО МОДУЛ-4

Програмата по “Кинезиологија - Модул 4 “Општа и специјална кинезиологија” ја одобри министерот за образование и наука со решение бр.07-3851/13 од 29.06.2006 година.

2.НАСТАВЕН ПРОГРАМСКИ МОДУЛ (5) ; ВЛИЈАНИЕ НА КИНЕЗИОЛОШКИТЕ СТИМУЛАНСИ ВРЗ АНТРОПОЛОШКИОТ СТАТУС



- 2.1.Намена на модулот: За учениците од втора година во спортска гимназија;**
- 2.2.Вид на наставата: Теоретско-практична;**
- 2.3.Годишен фонд 36 часа; неделен 3 часа;**
- 2.4.Статус на модуло 5: Задолжителен наставен модул;**
- 2.5.Оценување: Оцената е бројчана, посебна и влегува во општата оцена на наставниот предмет кинезиологија за втора година во Спортската гимназија.**

3. ЦЕЛ НА МОДУЛОТ 5

Цел на модулот е ученикот да се запознае со влијанието на кинезиолошките стимуланси врз антрополошкиот статус (карактеристики)

4. ОБРАЗОВЕН ПРОЦЕС

4.1. Содржини со конкретни цели

Тематски целини и содржини	Бр. на час ови	Конкретни цели Ученикот да научи и:	Дидактички насоки	Корелација
4.1.1 Влијание на квалитативните и квантитативните особини на антрополошкиот статус;		- да се запознае со антрополошките промени како последица од кинезиолошкото влијание; - да се запознае со: промените во моториката, во физичкиот раст и развој, здравјето и екологијата;	Работилници, подготвување на мини проекти	Со сите модули во Кинезиологијата
4.1.2 Влијание на кинезиолошките стимуланси врз моторичкиот статус		- да се запознае со дисциплините и компонентите кои влијаат на психомоториката, следењето на промените на психомоторните димензии;	Диференцирање на битните карактеристики на дисциплините за кинезиологијата	“

4.1.3 Влијание на кинезиолошките стимуланси врз здравјето		- да се запознаат со антрополошката онтогенеза на човекот и во таа насока улогата на движењето-вежбите во развојот, одржувањето и подобрувањето на здравјето;	Презентација на податоци за промените во човековиот организам под влијание на кинезиолошките стимуланси;	“
4.1.4 Хигиена на кинезиолошки активности и вежбањето		- да се запознае со влијанието на кинезиолошките активности и вежбањето поврзано со хигиената на вежбањето, исхраната, облеката, опремата, со условите, просторот итн.	Примери на хигиенски услови, исхрана, работа на проекти	“
4.1.5 Кинезиолошките активности		- да се запознае со кинезиолошките активности и еколошките вредности	Проекти за однесувањата во природа и изведување на кинезиолошките активности	

4.2. Наставни методи и активности на учење

Во наставата по наставниот модел 5 ќе се применуваат: методите на вербална комуникација и демонстрација, методот на индивидуализација, методот на колективно или групно решавање на определени задачи и цели, и др. Ученикот како субјект во наставата, ќе биде организиран во работилници, посебно ќе подготвува мини проекти за да се запознае со влијанието на кинезиолошките стимуланси врз антрополошкиот статус.

4.3. Организација и реализација на наставата

Модулот 5 ќе се реализира со **36** часа годишен фонд организиран според условите во училиштето како составен дел на редовната настава. Постигањата и промени во знаењата и способностите на ученикот, наставникот ќе ги следи и евидентира во дневник за цело време на реализација на содржините на модулот, тие податоци се основа за оценувањето на ученикот. Според планирањето на наставникот определен дел на часови можат да се реализираат во сала или природа.

4.4. Наставни средства и помагала

За да се реализира модулот треба да се обезбедат средствата за изведување на работилници и природни услови за изведување на одредени активности. Препорака е наставничкиот кабинет да се опреми со потребната стручна литература, компјутер, монитор и видео апаратура. Исто така треба да се подготви и прирачник за наставниците и посебни учебници за модуло.

5. ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГНУВАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Учениците се оценуваат со бројчана оценка. Постигањата на учениците ќе се утврдуваат со непосредно следење на нивните знаења и способности презентирани на работилниците. Оцената е еден дел од целосната оценка по предметот Кинезиологија за втора година

6. КАДРОВСКИ И МАТЕРИЈАЛНИ ПРЕДУСЛОВИ ЗА РЕАЛИЗАЦИЈА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

6.1. Основни карактеристики за наставниците

Реализацијата на наставниот модул 5 ги поставува истите барања како и за модул 4. Наставникот води Дневник во кој ги евидентира постигањата на учениците.

6.2. Стандард за наставен кадар

Завршен факултет за Спорт (Физичка култура со наведените карактеристики на стандардот).

6.3. Стандард на простор за наставниот предмет

За секоја паралелка да постои училна во која ќе може да се организира работилница со најмалку 6 групи, да можат да користат компјутер и спортска сала, спортски полигон односно отворени терени.

7. ДАТУМ НА ИЗРАБОТКА И НОСИТЕЛИ НА ИЗРАБОТКАТА НА НАСТАВНИОТ ПРОГРАМСКИ МОДУЛ

7.1. Датум на изработка: Април, 2006 година

7.2. Состав на работната група:

Име и презиме,	занимање,	институција,	место	
1. д-р Насе Кондовски- Раководител,	кинезиолог;	Биро за развој на образованието,	Скопје,	Автор и
2. д-р Ангел Џамбазовски	Професор	Факултет за физичка култура		
3. Вера Ангелова	“ “	“Методи Митевски - Брицо”	Скопје	Соработник,
3.м-р Митричка Џ.Старделова-	доктор по медицина-кинезиолог ;	ФФК	Скопје	“ “
4. Горки Кондовски	Професор	гим. “Јпсип Броз Тито”	“	“

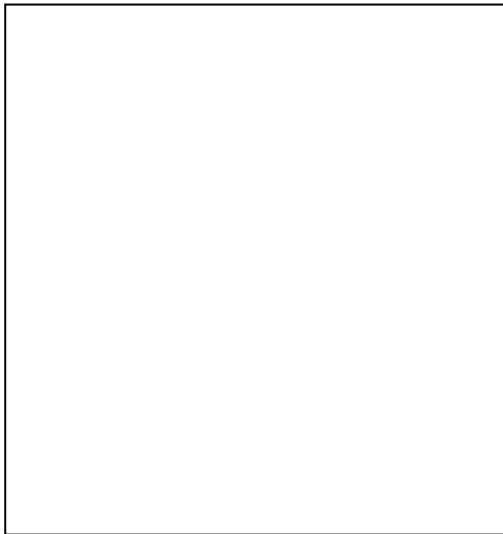
8. ПОЧЕТОК НА ПРИМЕНА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Датум на започнување: Септември, Учебна 2006/07 година

9. ОДОБРУВАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА СО МОДУЛ- 5

Програмата по “Кинезиологија- Модул 5 “Влијание на кинезиолошките стимуланти врз антрополошкиот статус” ја одобри министерот за образование и наука со решение бр. 07-3851/13 од 29.06.2006 година.

3. НАСТАВЕН ПРОГРАМСКИ МОДУЛ (6) ; ПРИМЕНЕТА КИНЕЗИОЛОГИЈА



- 3.1.Намена на модулот: За учениците од втора година во спортска гимназија;**
- 3.2.Вид на наставата: Теоретско-практична:**
- 3.3.Годишен фонд 36 часа; неделен 3 часа:**
- 3.4.Статус на модуло 6: Задолжителен наставен модул:**
- 3.5.Оценување: Оцената е бројчана, посебна и влегува во општата оцена на наставниот предмет Кинезиологија за втора година.**

4. ЦЕЛ НА МОДУЛОТ 6

Цел на модуло 6 е ученикот да се запознае и совлада со структурните елементи на Применетата кинезиологија, со структурата и основната функција на подрачјата за едукација, спорт, кинезиолошка рекреација и кинезитерапија. Учениците да се запознаат со содржините, формите и методите на подрачјата.

5. ОБРАЗОВЕН ПРОЦЕС

5.1. Наставни содржини-МОДУЛ (6) :

Тематски целини и содржини	Бр. на часови	Конкретни цели Ученикот:	Дидактички насоки	Корелација
----------------------------	---------------	-----------------------------	-------------------	------------

<p>5.1.1 Применета кинезиологија</p> <p>5.1.2 Кинезиолошко образование Подрачје на физичкото и здравственото образование</p> <p>5.1.3 Цели и методи на физичкото и здравственото образование</p>	4	<ul style="list-style-type: none"> - да се запознае и да го совлада предметот, целта и значењето на одделените подрачја на применетата кинезиологија; - да се запознае со дефиницијата на физичкото и здравственото образование; - да се запознае со целите на подрачјето со поставеноста, односно структурата на целите; - да се запознае со структурата и наставните програм (вертикална корелација); - да се запознае со методите на физичкото и здравственото образование; 	<p>- работилници;</p> <p>Обработка на подрачјата со презентација</p>	Содр.структурни елементи на кинезиологијата
5.1.4 Кинезиолошко-Дидактички форми на работа во физичкото и здравственото образование;		<ul style="list-style-type: none"> - да се са запознае со организационите форми на работа; посебно со часот како основна организациона форма; со структурата на часот; и др. форми во ова кинезиолошко подрачје; 		“

5.2. Наставни методи и активности на учење

Од наставните методи ќе се користат: методите на вербална комуникација и демонстрација, методот на индивидуализација, методот на колективно или групно решавање на определени задачи и цели, и др. Ученикот како субјект ќе изведува делови или цели часови по физичко и здравствено образование со предходна подготовка, за да може да го покаже своето знаење и способност ќе биде организиран во работилници.

5.3. Организација и реализација на наставата

Наставата по модулот Структура на *Кинезиологијата* ќе се реализира со **36** часа годишен фонд организиран во редовната настава на училиштето. Подрачјето е карактеристично поради што треба еден дел наставникот да определи за практична изведба. Сите постигања и промени во знаењата и способностите на учениците наставникот ќе ги следи и евидентира во дневник за цело време додека се реализираат содржините на модулот.

5.4. Наставни средства и помагала

За реализација на модулот треба да се обезбеди потребната литература и подготвени инструменти за спроведување на работилниците. Поради тоа наставничкиот кабинет се опремува со потребната стручна литература, компјутер, монитор и видео апаратура. Исто така треба да се подготви и прирачник за наставниците и посебни учебници.

6. ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГНУВАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Учениците се оценуваат со бројчана оценка. Постигањата на учениците ќе се утврдуваат со непосредно следење на нивните знаења и способности презентирани на работилниците. Оцената е еден дел од целосната оценка по предметот Кинезиологија.

7. КАДРОВСКИ И МАТЕРИЈАЛНИ ПРЕДУСЛОВИ ЗА РЕАЛИЗАЦИЈА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

7.1. Основни карактеристики за наставниците

Реализацијата на наставниот модул 6 на наставниот предмет Кинезиологија за втора година во Спортската гимназија бара од наставникот познавање на кинезиолошките дисциплини на структурата на Кинезиологијата како најопшта наука за движењето и антрополошките законitosti. Наставникот е должен да ги знае најновите промени во наставата по спорт и спортски активности во средното образование. Наставникот води Дневник во кој ги евидентира постигањата на учениците.

7.2. Стандард за наставен кадар

Завршен факултет за Спорт (Физичка култура со наведените карактеристики на стандардот).

7.3. Стандард на простор за наставниот предмет

За секоја паралелка да постои училна во која ќе може да се организира работилница со најмалку 6 групи, да можат да користат компјутер и спортска сала, спортски полигон односно отворени терени.

8. ДАТУМ НА ИЗРАБОТКА И НОСИТЕЛИ НА ИЗРАБОТКАТА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

8.1. Датум на изработка: Април, 2006 година,

8.2. Состав на работната група:

Име и презиме,	занимање,	институција,	место	
1. д-р Насе Кондовски- Раководител,	кинезиолог;	Биро за развој на образованието,	Скопје,	Автор и
2. д-р Ангел Џамбазовски	Професор	Факултет за физичка култура		
3. Вера Ангелова	“	“Методи Митевски - Брицо”	Скопје	Соработник,
3.м-р Митричка Џ.Старделова-	доктор по медицина-кинезиолог ;	ФФК	Скопје	“
4. Горки Кондовски	Професор	гим. “Јпсип Броз Тито”	“	“

9. ПОЧЕТОК НА ПРИМЕНА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Датум на започнување: Септември, Учебна 2006/07 година

9. ОДОБРУВАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА СО МОДУЛ -6

Програмата по “Кинезиологија - Модул(6) Применета кинезиологија” ја одобри министерот за образование и наука со решение бр. 07-3851/13 од 29.06.2006 година.