

**МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
ЦЕНТАР ЗА СТРУЧНО ОБРАЗОВАНИЕ И ОБУКА**

**НАСТАВНА ПРОГРАМА
КИНЕЗИОЛОГИЈА**

**III ГОДИНА
СПОРТСКА ГИМНАЗИЈА**

Скопје, 2007 година

1. ИДЕНТИФИКАЦИОНИ ПОДАТОЦИ

1.1. Назив на наставниот предмет: КИНЕЗИОЛОГИЈА

1.2. Вид на образование: стручно гимназиско

1.2.1. Спортска гимназија

1.3. Диференцијација на наставниот предмет

1.3.1. Заедничкостручен

1.4. Година на изучување на наставниот предмет

1.4.1. Трета

1.5. Број на часови на наставниот предмет

1.5.1. Број на часови неделно: 4 часа

1.5.2. Број на часови годишно: 144 часа

1.6. Статус на наставниот предмет

1.6.1. Задолжителен

2. ЦЕЛИ НА НАСТАВНИОТ ПРЕДМЕТ

По совладувањето на наставната програма по наставниот предмет **кинезиологија** ученикот стекнува знаење, вештини и се оспособува:

- да ги објаснува поимите од кинезиолошките подрачја;
- да ја познава теоријата на подрачјата (четири) на кинезиологијата;
- да ги опишува специфичностите на подрачјата на кинезиологијата;
- да ги сфаќа разликите помеѓу подрачјата на спортот, кинезиолошката рекреација, кинезитерапијата и помошните науки на кинезиологијата;
- да ги објаснува статусот на спортот, содржините, формите на организирање и значењето на подрачјето на спортот;
- да ги објаснува предметот, целта, формите, содржините и значењето на кинезиолошката рекреација како посебно подрачје во применетата кинезиологија;
- да ги објаснува предметот, целта, методите и содржините на кинезитерапијата како посебно подрачје на кинезиологијата;
- да ги објаснува предметот, целта, формите и содржините на помошните дисциплини на кинезиологијата како наука која ги користи постигањата и сознанијата од овие дисциплини;
- да развива позитивни социо-емотивни комуникации во микро-социо средините со примената на содржините на подрачјата на кинезиологијата.

3. ПОТРЕБНИ ПРЕТХОДНИ ЗНАЕЊА

За успешно следење и совладување на наставните содржини, односно за постигнување на поставените цели по предметот кинезиологија потребно е ученикот да поседува претходни знаења од наставните предмети: **основи на кинезиологија** за прва година, **кинезиологија** за втора година и **спорт и спортски активности** за прва и втора година.

4. ОБРАЗОВЕН ПРОЦЕС

4.1. Структурирање на содржините за учење

Тематски целини	Бр. на часови	Конкретни цели	Дидактички насоки	Корелација меѓу тематските целини и меѓу предметите
1. СПОРТОТ КАКО КИНЕЗИОЛОШКО ПОДРАЧЈЕ	36	<p>Ученикот:</p> <ul style="list-style-type: none"> - да дефинира за спортот како посебно кинезиолошко подрачје; - да ги објаснува целта, предметот, методите, содржините на спортот; - да ги опишува научните методи во спортот за: идентификација, вежбање <ul style="list-style-type: none"> - повторување; стимулација - мотивација; превентивна заштита; - да ја познава организацијата на училишниот спорт - системот на натпревари; - да ги познава микро-социо групите во спортот и нивните меѓусебни односи; - да ги опишува формите на организирање на спортот во образованието и надвор од него; - да врши селекција за одредени 	<ul style="list-style-type: none"> -Користење на ДВД; - изведување на работилници, посета на спортски клубови; -реализација на практични форми на тренажни часови во спортски клуб. 	<ul style="list-style-type: none"> - Биологија - Хемија - Основи на биомеханиката - Спортска хигиена - Општа физичка подготовка

		<p>видови на спортски школи;</p> <ul style="list-style-type: none"> - да применува тренажен процес во спортот и полутренажен процес во училишниот спорт; - да применува часови по кинезитерапија и кинезиолошка рекреација за различни возрасти; - да ја опишува улогата и функцијата на спортскиот тренер; - да ја истакнува поврзаноста помеѓу: спортот и државата; спортот и здравјето; спортските натпревари; спортските резултати и можностите на човекот; - да ги познава видовите спортски објекти и нивната улога во спортот за тренажни и натпреварувачки потреби. 		
2.КИНЕЗИОЛОШКА РЕКРЕАЦИЈА	36	<ul style="list-style-type: none"> - Да ја сфаќа улогата, местото и значењето на кинезиолошката рекреација како посебно подрачје; - да ги разликува формите на кинезиолошката рекреација во: местото на живеење; посебните организации, населените места: туризмот, здравствените организации, училиштата итн.; - да го толкува влијанието на содржините на спортот врз одржувањето и подобрувањето на здравјето; 	<ul style="list-style-type: none"> - Работилници за подготвување на мини проекти за влијанието на кинезиолошките содржини. 	<ul style="list-style-type: none"> - Биологија - Хемија - Основи на биомеханиката - Спортска хигиена - Општа физичка подготовка

		<ul style="list-style-type: none"> - да ги објаснува формите на работа во кинезиолошката рекреација; - да ја сфаќа улогата на формите на рекреативни активности во разните годишни периоди: зима, пролет, лето и есен; - да ја сфаќа улогата на рекреативците во односот кон природата и развој на еколошката свест; - да ги објаснува основите на активниот одмор како превентива на акутниот и хроничниот замор; - да го опишува начинот на дозирање според возраста и способностите на учесникот- според физичките способности. 		
3. КИНЕЗИТЕРАПИЈА	36	<ul style="list-style-type: none"> - Да го дефинира поимот кинезитерапија; - да го сфаќа значењето на кинезитерапијата; - да ги опишува причините за настанувањето на телесните деформитети; - да ги разликува степените на деформитетите; - да применува комплекси вежби за отстранување на телесните деформитети: кифоза; лордоза; сколиоза и деформитетите на долните и горните екстремитети. 	<ul style="list-style-type: none"> - Работилници за подготвување на мини проекти со комплекси на целно влијание како превентива и куратива. 	<ul style="list-style-type: none"> - Биологија - Хемија - Основи на биомеханиката - Спортска хигиена

4. ПОМОШНИ ДИСЦИПЛИНИ НА КИНЕЗИОЛОГИЈАТА	36	<ul style="list-style-type: none"> - Да ја сфаќа кинезиолошката антропологија; - да ја сфаќа функционалната анатомија; - да ја сфаќа кинезиолошката социологија; - да ја сфаќа кинезиолошката медицина; - да ја сфаќа кинезиолошката педагогија; - да ја сфаќа кинезиолошката психологија. 	<ul style="list-style-type: none"> - Работилници за дефинирање на целите и содржините за секоја помошна научна дисциплина и диференцијација на компонентите кои се во најголема корелација со кинезиологијата. 	<ul style="list-style-type: none"> - Биологија - Хемија - Основи на биомеханиката - Спортска хигиена - Општа физичка подготовка - Спортска педагогија - Психологија
---	-----------	--	---	--

4.2. Наставни методи и активности на учење

Согласно целите на наставниот предмет кинезиологија наставникот применува современи интерактивни стратегии во зависност од наставната целина, односно наставната содржина. Овие стратегии се користат со примена на фронтална и индивидуална форма на работа, работа во групи и парови, тандем и сл.

Според тоа ќе се користат постапки: вербална комуникација и презентации, индивидуализација, колективно или групно решавање на определени задачи и цели, работилници, презентации, практични изведби и сл.

Активности на наставникот: планира, организира, подготвува, активира претходни знаења, објаснува, демонстрира, дискутира, насочува, поставува прашања, пишува и црта на табла, дава инструкции и задачи, слуша, забележува, коригира, координира, следи и воспоставува соработка и комуникација.

Активности на ученикот: активно набљудува, истражува, критички размислува и одлучува, забележува, објаснува, поставува прашања, создава врска, пишува, анализира, диференцира, детерминира, покажува, коментира и притоа тимски соработува со групата, сам се оценува, презентира и сл.

4.3. Организација и реализација на наставата

За остварување на поставените цели на наставната програма по кинезиологија, за учениците од трета година во спортската гимназија наставата ќе се организира преку комбинација на образовна активност, стручно-теоретска и практична настава, изведување на посети на организации од областа на кинезиологијата во текот на годината паралелно со изведувањето на редовна настава. Ученикот ќе се става во улога на активен субјект во наставата, ќе биде организиран во *работилници* каде ќе може да реализира задачи индивидуално, групно или во парови. Ќе се организираат работилници врз основа на интересот на учениците и нивната кинезиолошка определба. Практично, ученикот ќе изведува проекти врз основа на неговите спортски определби. Ќе се изработуваат проекти, модуларни и друг вид трудови во училиштето, дома, а особено при подготовката на тренажни, полутренажни, рекреативни и кинезитерапевтски форми на работа.

4.4. Наставни средства и помагала

За реализација на наставните цели во наставната програма по предметот кинезиологија наставникот треба да ги користи потребните услови во училиштето и надвор од него, за да може ученикот да ги осознае подрачјата и стекнатите знаења да може да ги применува во пракса. Соработката со организациите во кои се реализираат кинезиолошки програми се составен дел на наставната програма по кинезиологија за трета година во спортската гимназија.

Наставничкиот кабинет се опремува со потребната стручна литература, компјутер, монитор и видеоапаратура. 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.

5. ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Наставникот е задолжен да ги следи, евидентира и вреднува постигањата на учениците. Се следат теоретските, практичните и трудовите кои ученикот ќе ги сработи индивидуално, во парови или групно. Наставникот води дневник и организира презентации на кои учениците презентираат реализирани задачи. Оценувањето се врши усно, писмено, преку тестови на знаења, со изработка на мини проекти, практични изведби-презентации и сл. При формирањето на оценката се

земаат предвид компонентите за вреднување на постигањата на учениците: набележаните постигања од теоретските и практичните изведби и трудови, редовноста, соработката, здравствено-хигиенските задачи, фер-плеј однесувањата, нивото на стручната комуникација и соработката и др. компоненти кои наставникот ќе ги постави поврзани со наставните кинезиолошки подрачја. Наставникот во почетокот на учебната година е должен да ја презентира содржината на програмата, да даде појаснувања и насоки за изработка на домашните задачи, мини-проекти, односно планирањето и содржината на програмата со наставните теми-подрачја. Оценувањето е бројчано.

6. КАДРОВСКИ И МАТЕРИЈАЛНИ ПРЕДУСЛОВИ ЗА РЕАЛИЗАЦИЈА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

6.1. Основни карактеристики на наставниците

Реализацијата на наставната програма поставува определени услови за секој наставник. Тој треба да ги поседува способностите и стручните знаења за да може да ја организира и реализира наставата и со тоа да ги оствари поставените цели. Тој треба да поседува адекватни познавања од теоријата и практиката на кинезиологијата како општа наука со посебна терминологија и запазување на меѓународните тенденции за структурата и развојот на оваа научна област, да владее со процесот на кинезиолошкото планирање и подготовка на наставната содржина според целите и поставените кинезиолошки подрачја, да ги познава најновите процеси на кинезиологијата, спортот, спортските активности, кинезитерапијата, рекреацијата и сл., да умее да мотивира и менторира, да организира работилници во кои ќе се поттикнува индивидуалната креативност. Наставникот води дневник во кој ги евидентира постигањата и промените кај учениците, а учениците водат свој бележник-портфолио.

Покрај наведеното, наставникот по наставниот предмет кинезиологија треба да ги поседува и потребните персонални, професионални и педагошки карактеристики: да е психофизички здрав, да го применува литературниот јазик и писмото на кои се изведува наставата, да е комуникативен и отворен за соработка, да има соодветно образование, со или без работно искуство, да ја сака педагошката работа, да е добар организатор, креативен, да ја почитува личноста на ученикот, да е подготвен за примена на иновации во воспитно-образовната работа.

6.2. Стандард за наставен кадар

Наставниот предмет кинезиологија ќе го реализираат наставници со завршени студии по:

- физичка култура

со педагошко-психолошка и методска подготовка и положен стручен испит, согласно со Законот за средно образование.

6.3. Стандард за простор

Наставата по предметот кинезиологија се реализира, главно, во рамките на училиштето во училница – кабинет опремена со основни средства и помагала.

За секоја паралелка да постои училница во која ќе може да се организира работилница со најмалку 6 групи ученици, услови за користење компјутер, спортска сала и спортски полигон, односно отворени терени.

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

7.1. Датум на изработка: мај 2007 година

7.2. Состав на работната група

1. д-р Насе Кондовски- кинезиолог, раководител, Биро за развој на образованието- Скопје
2. д-р Ангел Џамбазовски, проф. на Факултетот за физичка култура - Скопје
3. д-р Митричка Џ.Старделова, проф. на Факултетот за физичка култура - Скопје
4. Вера Ангелова, професор, ДУФК “Методи Митевски - Брицо” - Скопје
5. Горки Кондовски, професор, ДУФК “Методи Митевски - Брицо” - Скопје,
6. Димче Манчевски, директор, ДУФК “Методи Митевски - Брицо” - Скопје

8. ПОЧЕТОК НА ПРИМЕНА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

8.1. Датум на започнување: 01.09.2007 година

9. ОДОБРУВАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Наставната програма по кинезиологија ја одобри министерот за образование и наука со решение број 11-4631/ 18 од 21.06. 2007 година.