Република Србија
МИНИСТАРСТВО ПРОСВЕТЕ,
НАУКЕ И ТЕХНОЛОШКОГ РАЗВОЈА
Број: 610-00-01472/2019-07/1
Датум: 23.07.2020. године
Београд
Немањина 22-26

РУКОВОДИОЦУ ШКОЛСКЕ УПРАВЕ
ДИРЕКТОРУ ОСНОВНЕ ШКОЛЕ
ДИРЕКТОРУ СРЕДЊЕ ШКОЛЕ

Завод за унапређивање образовања и васпитања и Српски савез професора физичког васпитања и спорта припремили су *Стручно упутство о безбедној реализацији наставе и учења физичког и здравственог васпитања у основном и средњем образовању и васпитању*, број 1133/2020, од 21.7.2020. године.

У прилогу овог дописа достављамо Стручно упутство, чији је циљ унапређивање безбедности и квалитета организације и реализације Програма наставе и учења физичког и здравственог васпитања, ради примене у образовно-васпитном раду.

С поштовањем,

Прилог: Као у тексту (1).

МИНИСТАР
Младен Шарчевић

402/07

Република Србија
ЗАВОД ЗА УНАПРЕЂИВАЊЕ ОБРАЗОВАЊА И ВАСПИТАЊА
Центар за развој програма и уџбеника
Фабрисова 10
11000 Београд
Број: 1133/2020
Датум: 21. 7. 2020.

СРПСКИ САВЕЗ ПРОФЕСОРА ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА И СПОРТА
Благоја Паровића 156
11000 Београд

Завод за унапређивање образовања и васпитања у сарадњи са Српским савезом професора физичког васпитања и спорта доноси

Стручно упутство о безбедној реализацији наставе и учења физичког и здравственог васпитања у основном и средњем образовању и васпитању

Стручно упутство се ослања на следећа документа, а у складу је са законским и подзаконским актима Министарства просвете, науке и технолошког развоја Републике Србије:

- Кодекс спортске етике - препоруке коју је усвојио Комитет министара Савета Европе.(2017);
- Конвенције о правима детета и њених факултативних протокола;
- Модел протокола за заштиту деце и младих од насиља у рекреативним и спортским активностима /Центар за права детета, Београд (2014);
- Права детета у физичком васпитању и спорту (UNESCO 1978);
- Програм наставе и учења за премет Физичко и здравствено васпитање.

Увод

Ово Стручно упутство се доноси са циљем унапређивања безбедности и квалитета организације и реализације Програма наставе и учења физичког и здравственог васпитања и обухвата правила понашања ученика и наставника на часовима и осталим организационим облицима рада: спортске секције, слободне наставне активности, недеља школског спорта, школска такмичења, активности у природи (пролећни крос, излет са пешачењем, зимовање, летовање) и друго.

Упутство је намењено: наставницима физичког васпитања, наставницима разредне наставе, директорима школа, стручним сарадницима, ученицима и родитељима.

Структура и садржај упутства примерени су специфичним карактеристикама наставе и учења Физичког и здравственог васпитања, рада и активности наставника и ученика.

Место реализације часова физичког и здравственог васпитања и осталих организационих облика рада

С обзиром на специфичност места реализације часа физичког и здравственог васпитања који се изводи: у фискултурној сали, на отвореним спортским теренима, атлетским стадионима, пливалиштима, учионицама или другим адекватним просторима предвиђеним Школским програмом и Годишњим програмом рада школе обавезни смо да посебну пажњу посветимо доласку ученика и наставника на час .

На путу од учионице, дворишта или другог места до сале или другог предвиђеног простора за извођење наставе и других облика рада у физичком и здравственом васпитању, ученици се понашају у складу са „кућним редом" школе, односно правилима понашања у школи.

Ученици чекају наставника на унапред договореном месту и не могу да улазе у просторије за пресвлачење и вежбање без дозволе наставника.

Дежурни ученик – редар, пре почетка часа, дужан је да преконтролише свлачионице и уколико примети евентуална оштећења у просторији (на инвентару, зидовима свлачионица, прозорима, купатилима и санитаријама) пријави наставнику физичког васпитања.

Наставник је дужан да сваку штету пријави директору школе који предузима прописане мере и активности да би се осигурала надокнада штете, али и поступало у складу са прописима у односу на онога ко је начинио штету (теже и лакше повреде обавезе ученика, оштећења од стране трећег лица и друго).

Пре почетка часа, све ствари од вредности (новац, мобилни телефон, накит, сат и друго) ученици могу да оставе на чување код ученика који не вежбају, на месту у сали предвиђеном за одлагање таквих ствари или у договору са наставником у његов кабинет. Уколико не учини као што је наведено ученик сам сноси одговорност за изгубљене, односно оштећене ствари. Обавештење о одговорности за ствари од вредности треба да стоји у близини сале, ученике обавештава наставник физичког васпитања и одељенски старешина, а родитељи о томе треба да буду обавештени од стране одељенског старешине на родитељском састанку.

Свако уништено или изгубљено наставно средство од стране ученика надокнадиће родитељ или други законски заступник у складу са Законом о основама система образовања и васпитања.

На крају часа наставник и ученици су дужни да справе и реквизите заједнички уредно одложе на за то предвиђено место (справарница, део сале, дворишта и др.) Из безбедносних разлога (могућност повређивања) ученици не смеју без надзора наставника да улазе у справарницу и рукују реквизитима.

Опрема ученика и наставника

Из безбедносних, здравствено-хигијенских разлога и дидактичко-методичких захтева наставе и учења одговарајућа опрема за вежбање је неопходна за наставника и за ученика.

Опрема за наставника подразумева: тренерку, мајицу, спортске чарапе и чисте патике. С обзиром на Кодекс понашања наставника физичког васпитања наставник не сме да носи шортс и мајицу без рукава.

Опрема за ученике – дечаке подразумева: шортс или тренерку, мајицу (кратак рукав или на бретеле) или дуксерицу, спортске чарапе и чисте патике.

Опрема за ученице – девојчице подразумева: шортс, тренерку или памучне хеланке, мајицу (кратак рукав) или дуксерицу, спортске чарапе и чисте патике.

Како не би дошло до евентуалних повреда дуга коса треба да буде везана у реп или подигнута, а из истих разлога није дозвољено ношење накита укључујући и ручни сат.

Ученице су у обавези да имају и уредно исечене нокте, који нису надограђени.

Папуче, јапанке, сандале нису дозвољене наставницима и ученицима на часу осим на часовима који се реализују на пливалишту школе или ван ње.

Сви ученици (и који раде као и који из оправданих разлога не раде на часу) могу да буду у сали искључиво у чистим патикама због очувања хигијенско–здравствених услова .

Контролу опреме врши наставник самостално или у сарадњи са дежурним учеником – редаром.

Ученик који нема одговарајућу опрему је дужан да присуствује часу на месту предвиђеном за ученике који не раде.

Улазак ученика и наставника у просторије за пресвлачење (свлачионице)

Приликом припремања за час - пресвлачења ученици и ученице се пресвлаче у посебним просторијама /свлачионицама.

Личне ствари ученика у свлачионицама треба да буду уредно сложене, у циљу одржавања личне хигијене, као и хигијене простора.

Наставник може да уђе у свлачионицу ученика уз претходно куцање и најаву.

Наставник може да уђе у свлачионицу ученика без претходне најаве у случају сумње или постојања опасности и процени ризика по безбедност и здравље.

Специфичне ситуације се решавају у складу са околностима, условима и ресурсима пратећи ово упутство.

Улазак ученика у простор за вежбање и понашање на часу

Након пресвлачења, ученици се уз претходни договор са наставником, крећу ка простору за вежбање, где морају бити на договореном месту, у одговарајућој опреми за вежбање, спремни за почетак часа.

У циљу опште безбедности, није дозвољено:

- коришћење реквизита без дозволе и присуства наставника током боравка у фискултурној сали или другом простору за време часа физичког и здравственог васпитања,
- улазак или удаљавање из сале без дозволе наставника,
- боравак у свлачионицама ученика који не учествују у практичном раду на часу,
- уношење и конзумирање хране и пића, осим воде у пластичним бочицама са затварачем,
- уношење и коришћење мобилних телефона. Изузетно, мобилни телефони таблети, камере и др. се могу користити само уз сагласност и контролу

наставника, искључиво у сврху приказа мултимедијалних садржаја из области физичког васпитања, спорта и здравља у циљу реализације програмских садржаја што се мора видети у оперативном плану и припреми наставника за час.

Комуникација између наставника и ученика, као и између самих ученика заснива се на узајамном поштовању и уважавању личности.

Поступање наставника у специфичним ситуацијама карактеристичним за наставу физичког и здравственог васпитања.

У настави физичког васпитања комуникација се од стране наставника осим кроз вербалну комуникацију изражава **демонстрацијом и помагањем – чувањем** ученика приликом извођења вежби, као и повременом употребом пиштаљке, дакле кроз неопходност физичког контакта.

Физички контакт, односно додир неопходан је у реализацији наставних садржаја који су заступљени у наставним темама Спортска гимнастика и Плес и ритмика, а може бити потребан и у другим областима/темама предвиђених планом наставе и учења у обучавању и/или извођењу било ког елемента технике и тактике у било којој спортској грани или дисциплини.

Ово су честе и деликатне ситуације која захтевају реаговање уз посебан опрез да се не наруши интегритет ученика. Неопходан контакт између наставника у ученика дешава се и у случају повреде ученика на часу и у школи.

Најчешћи контакти између наставника у ученика:

Чување и помагање су активности наставника које се изводе јасно одређеним и прецизираним методским поступком. Тиме се првенствено врши обезбеђивање вежбача.

Чување је поступак којим се наставник у сваком тренутку током извођења вежбе, налази у непосредној близини ученика и чува их од евентуалне, могуће повреде.

Помагање, односно асистенција је активност наставника којом у правом тренутку, на исправан методски начин помаже ученику приликом извођења вежби. Састоји од кратког, лаганог додира у одређеном критичном тренутку извођења вежбе, када је потребно да се надокнади недостатак снаге, замаха вежбача и кретање усмери у правом смеру.
Посебно се наглашава обавеза да се асистенција обавља искључиво у складу са методиком (начином, тачком/местом на телу које се додирује).

Да би се на ефикасан и квалитетан начин остварили различити наставни садржаји примењује се метода **демонстрације.** То може да чини сам наставник или ученик који је одређену вежбу, елемент најбоље савладао. Демонстрација је праћена и детаљним објашњењем од стране наставника.

Приликом демонстрације може доћи до контакта када се приказују одређени тактичко-технички елементи (на пр. „чување“ противничког играча) у спортским играма. Неопходно је да овај контакт од стране наставника буде кратак и правовремен у складу са дидактичко-методичким принципима обучавања спортске или елементарне игре.

Наставна тема Плес (народна кола и друштвени плесови) остварује се методом демонстрације, а контакт између ученика (мешовити парови) реализује се у складу са дидактичко-методичким принципима плеса односно игре уз контролу наставника.
Приликом демонстрације друштвених плесова (валцер, ча-ча-ча и др.) наставник одвојено демонстрира кораке за ученице и ученике по групама.

Уколико ученик, односно ученица није у могућности да уради неку вежбу наставник не сме прећи границе прописане асистенције (подиже, додирује за делове тела који нису у директној вези са извођењем вежбе), како би омогућио да се вежба изведе.

Активности у природи

Из фонда радних дана, предвиђених заједничким планом и планом наставе и учења за предмет Физичко и здравствено васпитање, школа организује активности у природи:

С обзиром на компетенције и безбедност ученика, активности и природи у првом циклусу заједно планирају и реализују Стручна већа наставника разредне наставе и наставника физичког и здравственог васпитања. У другом циклусу и средњем образовању и васпитању ове активности планирају и реализују Стручна већа наставника физичког васпитања

- **крос**
  у зависности од места одржавања школског кроса неопходно је обезбедити стазу на више места од стране наставника физичког васпитања и других наставника у школи како би дошло до правовремене реакције у случају повреде или пада ученика. У колико се крос одржава у околини школе (парк, спортски терен, трим стаза и др.) неопходно је водити рачуна да наставници који обезбеђују стазу истовремено упућују ученике на правац кретања према циљу. Препорука је да сваки ученик понесе флашицу воде које ће га чекати на циљу.
  Родитељи су дужни да писаним путем упознају наставника са евентуалним хроничним здравственим проблемима код ученика, који могу да га доведу у здравствени ризик током извођења кроса.
  Школа обавештава припаднике Полицијске станице, преко школског полицајца и представнике Дома здравља у циљу повећане безбедности свих учесника кроса.

- **излет са пешачењем**
  Организује се једном у току школске године. Мере безбедности на излету су саставни део плана излета. Пре излета неопходно је упознати ученике и родитеље о месту одржавања излета, времену поласка и повратка, као и потребним средствима, гардеробом и намирницама које је неопходно понети са собом и мерама безбедности. Родитељи су дужни да упознају наставника са евентуалним хроничним здравственим проблемима код ученика, који могу да га доведу у здравствени ризик током извођења излета. Мере безбедности на излету састоје се из упознавања ученика са маршутом и дужином трајања пешачења, начином кретања у групи или клони. У зависности од узраста у одговарајућим интервалима неопходно је правити паузе за окрепу. Пре поласка проверити да ли су ученици понели довољно воде и одговарајућу количину хране. Наставници обезбеђују групу или колону распоређујући се тако да све ученике могу надзирати (напред, зачеље и бочно). На излет се обавезно понети прибор за прву помоћ који поред обавезних елемента треба да садржи и антихистаминик (лек против алергије, убода инсеката). Присуство лекара је обавезно.

- **зимовање**

Организује се у току зимског периода и траје седам дана за ученике који то желе, а у складу са планом наставе и учења. Зимовање ученика је саставни део годишњег плана рада школе којим се ближе уређује његова организација, циљеви и задаци.
Ради безбедне организације један наставник може реализовати зимовање са највише 15 ученика. Активности на зимовању обухватају обуку скијања, клизања, краће излете са пешачењем или на санкама и друге активности и спортове на снегу. Свака испланирана активност на зимовању мора да садржи план безбедности ученика. Зимовање се може организовати у више смена. Уколико се организује у току наставе неопходно је организовати надокнаду за све ученике, у складу са школским календаром и годишњим планом рада. Објекти у којима се реализује зимовање могу бити искључиво они који су намењени за смештај ученика (ученички домови) и други објекти који испуњавају законом предвиђене прописе за боравак ученика. Присуство лекара у објектима је обавезно. Зимовање за ученике средњих школа може се реализовати ван земље у завршној години учења.

- **летовање**
  Организује се за време летњег распуста у трајању од најмање седам дана и обухвата боравак у природи са организованим образовним и физичким активностима. Летовање ученика је саставни део годишњег плана рада школе којим се ближе уређује његова организација, циљеви и задаци.
  Ради безбедне организације један наставник може реализовати летовање са највише 15 ученика. Свака испланирана активност на летовању (пливање, кајакарење, вожња чамцем, планинарење и др.) мора да садржи план безбедности ученика. Ученицима није дозвољено да самостално реализују активности без надзора наставника или инструктора. Објекти у којима се реализује летовање за ученике од I-VI разреда основне школе могу бити искључиво они који су намењени за смештај ученика (ученички домови) и други објекти који испуњавају законом предвиђене прописе за боравак ученика. Присуство лекара у објектима је обавезно. Ученици VII и VIII разреда као и ученици средњих школа могу боравити у камповима (под шаторима) и реализовати планиране активности боравка у природи. Такође, у кампу је обавезно присуство лекара. Летовање за ученике завршног разреда средњих школа може се реализовати ван земље у складу са Законом и другим Правилницима.

Активности у природи се реализују уз обавезну писану сагласност родитеља односно законског старатеља ученика. У колико се крос одржава у школи или њеној непосредној близини сагласност родитеља није потребна.

Пре поласка на вишедневне активности у природи (зимовање и летовање), неопходно је упознати ученике и родитеље са местом одржавања, временом поласка и повратка, агендом активности, адекватном одећом и опремом коју је неопходно понети са собом, правилима понашања и мерама безбедности.

За одлазак на зимовање и летовање, тј. путовања дужа од два дана неопходно је да родитељ достави податке о здравственом, физичком и психичком стању ученика, које издаје изабрани лекар/педијатар на основу здравственог картона.

Поступак наставника, ученика и школе у случају повреде ученика на часу и другим организационим облицима рада.

Током реализације програма наставе и учења физичког и здравственог васпитања може доћи до различитих врста и тежина повреда.

Оне могу настати као последица дуела у спортским играма, падова у току игре и вежбања, клизања и проклизавања; могу настати током различитих врста вежбања за развој

физичких способности у складу са програмом (преношења-ношења предмета и реквизита, подизања терета, спремања сале).

У зависности од врсте повреде наставник је с обзиром на компетенције, дужан да пружи одговарајућу прву помоћ ученику и одмах обавести о томе одељенског старешину, односно запосленог који одмах обавештава родитеље ученика.

Уколико повреда захтева лекарско збрињавање, наставник или одељенски старешина, односно други запослени дужан је да обавести родитеље ученика и школа мора без одлагања да позове надлежну хитну помоћ.

У кабинету наставника физичког васпитања мора постојати ормарић за прву помоћ, који мора бити попуњен у складу са Правилником о начину пружања прве помоћи, врсти средстава и опреме који морају бити обезбеђени на радном месту, начину и роковима оспособљавања запослених за пружање прве помоћи („Сл. гласник РС“, бр. 109/2016 - даље: Правилник). Директори школе су у обавези да организују обуку за све запослене на којој ће бити оспособљени за пружање прве помоћи, у складу са наведеним Правилником.

Прилог:
Примери дозвољених контаката у настави физичког и здравственог васпитања

- Асистенција приликом вежбања/вежбе на тлу

Колут напред – наставник се налази у ниском положају на струњачи, поред вежбача. У тренутку успостављања почетног положаја за извођење колута напред једна рука наставника се налази на потиљку/врату вежбача да би се помогла ротација тела детета. У тренутку када је вежбач на струњачи (главом према струњачи) врши се кратак додир натколенице како би се саопштило додатно кретање – инерција у правом смеру извођења вежбе.

- Асистенција приликом вежбања/вежбе на справи

Прескок преко козлића (згрчка) – наставник се налази бочно у односу на козлић, приликом доласка вежбача на справу и постављања шака на козлић, наставник једном руком придржава подлактицу вежбача, а другом руком надлактицу вежбача и помаже му приликом прескока.

Дакле, нема потребе за другим додирима осим ових које предвиђа методика, које помажу извођење вежбе.

Наставник може да указује деци на технику и да им објасни да није приоритет снага него техника и да их не додирује.

- Демонстрација елемената спортске игре/одбојка

Начин одбијања лопте подлактицама - „чекић“. Наставник објасни основни став у одбојци и положај целог тела, а посебно руку. Ученику се скрене пажња да руке морају бити испружене у лактовима.

Грешке које се јављају у савладавању овог елемента код ученика не морају да се исправљају додиром вежбача по рукама, већ упорним објашњавањем и исправљањем (визуелно се може показати на примеру сопственог покрета – ударац левом руком по лакту како би истакли неопходност исправљене руке).

Непотребан је било какав физички контакт између наставника и ученика, довољна је само демонстрација и објашњење („прсти једне руке су спојени и поставе се под углом од деведесет степени преко исто тако постављених прстију друге руке, шаке се затворе, а палчеви су један поред другог; одбијање лопте се изводи опруженим рукама напред и покретом из зглоба рамена (принцип – полуге), с праћењем покрета целог тела“).

Уколико дете није у могућности да уради неку вежбу наставник не треба да прелази границе прописане асистенције/подиже, додирује за делове тела који нису у директној вези са извођењем вежбе да би омогућио да се иста изведе.

Целу вежбу може да подели на елементе тако да дете може постепено да овлада једним по једним елементом.

Наставник може да користи помоћна средства чиме се смањује потреба за директним укључивањем наставника. (на пример: код става о шакама да деца раде уз зид или уз рипстол).

Уколико дете није у могућности да уради вежбу ни на тај начин, то треба да прихвати и да омогући да дете ради оно за шта има вештину и умење. Важно да га мотивише да покуша, да се труди, да не одустаје и истраје у вежбању.

Овај принцип се примењује и приликом оцењивања што јасно одређује Правилник о оцењивању ученика у основном образовању и васпитању (Члан 5. став 6 " Оцењивање из обавезног предмета: музичка култура, ликовна култура, физичко и здравствено васпитање, обавља се полазећи од ученикових способности, степена спретности и умешности. Уколико ученик нема развијене посебне способности, приликом оцењивања узима се у обзир индивидуално напредовање у односу на сопствена претходна постигнућа и могућности, а нарочито се узима у обзир ангажовање ученика у наставном процесу.").

- Демонстрација елемената спортске игре/рукомет

Приликом објашњавања дозвољеног контакта одбрамбеног играча са играчем у нападу наставник тај елемент покуша да објасни вербално, а уколико је потребно да тај елемент демонстрира то се чини са учеником/ученицом истог пола. Дозвољени контакт приликом одбране подразумева да се једна шака играча у одбрани постави на зглоб шаке руке која држи лопту тј. шутира док се друга рука се поставља на супротни кук играча у који напада односно изводи шут (слика 1).

Често се дешава да се у одбрани примењује тзв. „загрљај" који по правилима представља лакши али неопходан прекршај у циљу спречавања нападача. Такав вид одбране се прво вербално објасни ученицима, а тек уколико је неопходно врши се демонстрација наведеног елемента. Одбрамбени играч „грли" играча са лоптом обавијајући га обема рукама око обе једне или обе подлактице. (слика 2).

Слика 1

Слика 2

Завод за унапређивање образовања и васпитања

Д и р е к т о р

Др Златко Грушановић

Српски савез професора физичког васпитања и спорта

П р е д с е д н и к

Др Мирослав Марковић