

Александра АНЂЕЛКОВИЋ
Педагошки факултет у Врању
Универзитет у Нишу
Дејан АНЂЕЛКОВИЋ
Основна школа „Вук Караџић“
Лебане

УДК 371.3::796
371.3:613
37.018.43:004.738.5
- стручни рад-
DOI: 10.5937/gufv2201069A

ФИЗИЧКА ПИСМЕНОСТ У ШКОЛИ И ПРИСТУПИ УНАПРЕЂИВАЊУ ФИЗИЧКОГ И ЗДРАВСТВЕНОГ ВАСПИТАЊА

Сажетак: *Област физичког и здравственог васпитања обухвата широк спектар утицаја на развој појединаца. Школа треба да представља најзначајнију институцију у подстицању физичке активности и развијању свести о њеном значају, као и могућност за остваривање постављених задатака. С обзиром на општепознате постулате о утицају физичких способности појединца на когнитивне, социјалне, моралне и емоционалне аспекте развоја, свеобухватност и активно учење ученика у настави физичког и здравственог васпитања представљају позитивне могућности прекомерне употребе дигиталне технологије. Како је настава у скоријем периоду, већим делом или у потпуности, била реализована путем учења на даљину, једним делом су разматране и могућности реализације онлајн-наставе физичког и здравственог васпитања. Својим садржајима, прописаним кроз наставне програме и планове, и посебно осмишљеним методама и средствима, целокупна интенција ове области усмерена је ка подстицању и унапређивању телесног развоја и јачању организма, чиме представља основе и за остале васпитно-образовне утицаје. Циљ рада јесте анализа и промовисање концепта физичке писмености ученика у школи и могућности којима се унапређује настава физичког и здравственог васпитања у школи. Анализама и појмовним разјашњењем концепта физичке писмености, у раду су имплициране могућности супротстављања седентарној култури. Као практичне импликације рада издвојени су примери промовисања физичке и здравствене културе ученика, њихове физичке писмености и могућности унапређивања физичког и здравственог васпитања, које, као такве, представљају полазне теоријске, истраживачке и практичне ресурсе.*

Кључне речи: *физичко и здравствено васпитање, физичка писменост, учење на даљину, школа, физичка активност.*

* aleksandraa@pfvr.ni.ac.rs

Увод

Трендови развоја наставе, учења и поучавања у 21. веку постали су средишта образовних промена и иновација. Неочекивани образовни преокрет, настао услед пандемије у 2020. години, узроковао је организовање и реализацију наставе кроз доступне облике учења на даљину. Онлајн-настава, примљена са значајном дозом сумње, често је (по)остајала једина глобална могућност одржавања веза са ученицима, и *нит спаса* у реализацији наставе и окупљању ученика. Особености наставних предмета утицале су на могућности реализације наставе на даљину и одабир стратегија и дигиталних алата наставника. Физичко и здравствено васпитање један је од специфичних наставних предмета приликом реализације наставе на даљину, посебно због потребе за непосредним физичким праћењем и присуством, коришћењем спортских реквизита и реализацијом наставе у физкултурној сали или на школском игралишту. Законским изменама наставни предмет Физичко васпитање је од школске 2019/2020 године преименован у предмет Физичко и здравствено васпитање. Циљ предмета Физичко и здравствено васпитање јесте да: „ученик унапређује физичке способности, моторичке вештине и знања из области физичке и здравствене културе, ради очувања здравља и примене правилног и редовног физичког вежбања у савременим условима живота и рада“ (Правилник о изменама и допуни о наставном програму за седми разред основног образовања и васпитања, 2019). Задаци предмета Физичко и здравствено васпитање у школама представљају пандан насталим здравственим потребама свих генерација и начинима живљења савременог света.

Јувеналова изрека *У здравом делу здрав дух* промовише значај здравог организма и физичке спремности, а потом имплицира и идеју о потреби повезаности физичке спремности са планираним интелектуалним, стваралачким и васпитним деловањем. Област физичког васпитања обухвата широк спектар утицаја на развој појединаца кроз бројне аспекте, попут: брзине, снаге, координације, флексибилност, издржљивости и сл. Својим садржајима, осмишљеним методама и средствима, целокупна сврха ове области усмерена је ка подстицању и унапређивању телесног развоја и јачању организма, које су основ других васпитних утицаја и деловања. Потврђено је да код деце постоји позитивна повезаност између самопоштовања и физичке активности, као и веза између самопоимања и физичке активности (Masurier & Corbin, 2006). Према социјалном психологу Алберту Бандури, самоефикасност се дефинише као поверење у сопствену способност развијања стратегија и извршења задатака, неопходних за успех у различитим подухватима (Bandura, 1997). Активно бављење спортом, стицање нових искустава у тимским или индивидуалним спортовима, постизање успеха, изложеност успеху и неуспеху у спортским такмичењима јесу начини оснаживања духа младих, вере у личне капацитете, сопствене снаге и висока постигнућа.

Габријела Рамос (Ramos, 2021), помоћница генералног директора за друштвене и хуманистичке науке UNESCO-а, истиче да је квалитетно физичко васпитање основа за здравији, срећнији и продуктивнији живот, а све почиње у школи. Поред унапређивања наставе физичког васпитања, неговања талента и усађивања вредности које се преносе спортом, тимским радом и позитивним духом, као још један потенцијал она истиче и убрзани опоравак од Ковида.

Циљ истраживања UNESCO-а (UNESCO, 2013) и Удружења за физичко васпитање северозападног округа (North-Western Counties Physical Education Association - NWCPEA) јесте одређење скупа референтних индикатора о квалитету физичког васпитања, који би могли бити кључни аспекти, и као такви усвојени и прилагођени глобалној имплементацији у овој области. Кључни истраживачки налази указују да партиципација у квалитету физичког васпитања (QPE), као заокруженог дела наставног програма, може подржати и изградити бројне аспекте развоја:

1. одговорне, активне грађане света;
2. вештине и вредности попут критичког, креативног и иновативног мишљања, решавања проблема, доношења одлука, емпатије, интерперсоналних/комуникацијских вештина, поштовања, толеранције и интеркултуралног разумевања, који су неопходни за решавање изазова 21. века;
3. физички писмене ученике са знањем и самопоуздањем потребним за академска постигнућа и
4. доживотно бављење физичком активношћу (UNESCO, 2013).

Физичко и здравствено васпитање и учење на даљину

Дигитализација је, поред неприкосновених добробити људској цивилизацији, донела и низ нежељених ефеката, попут смањене физичке активности, кретања сведеног на минимум, потенцијално већег броја телесних деформитета код млађе популације, као и развој одређених здравствених проблема у различитим животним добрима, насталих услед смањене физичке активности. Физичка неактивност кључна је детерминанта здравља током читавог животног века, док недостатак активности повећава ризик од бројних тегоба и болести. У 2013. години преваленца и значајан ризик од болести, повезани са физичком неактивношћу, описани су као ондашња пандемија (Kohl & Cook, 2013). Реализација наставе физичког и здравственог васпитања, као и свих осталих наставних предмета, била је суочена са изазовима, предностима, недостацима организације и употребе учења на даљину. Свеобухватна партиципација и ангажовање ученика на часовима физичког и здравственог васпитања представља позитивну алтернативу претходно глобалној епидемиолошкој слици, али и будућој неопходности у очувању људског здравља. У литератури (Higgs, Balyi, Way, Cardinal, Norris, & Bluehardt, 2008) наилази се на тврдње да осећај самопоуздања у одраслом добу најчешће потиче од научених основних покрета, спортских вештина и физичке активности у детињству.

Школа представља најзначајнију институцију у подстицању физичке активности и развијању свести о њеном значају, као и пружању могућности остварења поменутих задатака. Различити облици организације спортских секција, такмичења, манифестација, идеални су начини у остварењу потреба и активности ученика у области физичког и здравственог васпитања. У законским документима државе Флориде физичко васпитање вишеструко је одређено као:

„- развој или одржавање вештина које се односе на снагу, агилност, флексибилност, кретање и издржљивост, укључујући плес;

- развој знања и вештина у вези са тимским радом и фер-плејом;

- развој знања и вештина у вези са исхраном и физичком спремношћу као делом здравог начина живота и

- развој позитивних ставова у погледу здраве исхране и физичке активности као компоненте личног благостања“ (цитрано у: Kohl & Cook, 2013).

Свеобухватност и активно учешће ученика у настави физичког и здравственог васпитања представља позитивну алтернативу прекомерној употреби дигиталне технологије. Новија истраживања (Daum & Buschner, 2021, 86) показују да су поједини наставници изразили подршку, оклевање, чак и противљење према извођењу онлајн-наставе физичког васпитања. Овај податак не изненађује јер се сам наставни предмет Физичко и здравствено васпитање одређује као процес којим појединац стиче оптималне физичке, менталне и социјалне вештине и кондицију уз физичку активност (Lumpkin, 1998). Упркос исказаном „отпору“ према онлајн-настави физичког и здравственог васпитања, и у нашој земљи су отворене различите могућности и понуде садржаја онлајн-наставе у области физичког васпитања и спорта, кроз формалне или неформалне предлоге реализације наставних садржаја.

На сајту Завода за унапређивање обрзовања и васпитања (ЗУО-Ва) могу се пронаћи предлози и упутства за коришћење алата за извођење наставе учењем на даљину, попут: система за управљање учењем (LMS - Learning Management System), алата за интеракцију/квиз/упитнике/тестове, алата за сарадњу и дељење, дигиталних уџбеника и платформи издавачких кућа, презентација, креирања и обраде видеа и осталих алата и слично. Ови алати представљају могућност остварења потреба дигитализације у свим наставним предметима. Поред ових алата у области здравственог васпитања, здравствене писмености и међупредметних компетенција ученика, одговорног односа према здрављу, постављени су и материјали за рад са ученицима, приручници и радионице за праксу о здравим стилевима живота (ЗУОВ6).

Званична интернет-презентација Српског савеза професора физичког васпитања и спорта, националног савеза струковних организација у области спорта и физичког васпитања са територија Републике Србије обogaћена је значајним бројем презентација из области реализације наставе физичког васпитања онлајн садржајима. Уз презентације из здравственог васпитања и различитих тимских и индивидуалних спортова, постављени

су и корисни линкови о здравственом васпитању, правилној исхрани који су намењени наставницима за рад са децом различитог школског узраста, као и корисни линкови ка веб-алатима, веб-страницама Факултета физичке културе и томе слично (ССПФВС).

Као посебна драгоценост из наставне праксе може се издвојити покретање веб-странице *Примена ИКТ у настави физичког васпитања*, намењене промовисању физичког васпитања од стране изузетно успешне наставнице физичког васпитања, дугогодишњег практичара Мирјане Спасић из Бора. Бројна искуства из области физичке и здравствене културе преточена су у дигиталне алате и могућности, доступне свим наставницима. Поред планова и програма физичког васпитања за основне школе, на веб-страници се налазе применљиви материјали за реализацију наставе из ове области.

У развијеним образовним системима виртуелизација наставе физичког васпитања устаљени је облик школске праксе. Курсеви виртуелне школе Флорида [FVS] дизајнирани су да развију свеукупно здравље и благостање кроз структурирана искуства учења, одговарајућа упутства и смислене садржаје. Виртуелна школа у Флориди пружа квалитетан програм физичког васпитања, у којем ученици могу да доживе успех и развију позитивне ставове према физичкој активности, како би усвојили здрав и физички активан начин живота. „Програми су флексибилни како би се прилагодили индивидуалним интересовањима ученика и нивоима активности у окружењу за учење које је развојно прикладно, безбедно и подржавајуће” (Kohl & Cook, 2013).

Физичка писменост – друштвена и образовна потреба

Концепт физичке писмености први пут је предложен 1993. године у раду који је представила Маргарет Вајтхед (Margaret Whitehead) на Конгресу Међународног удружења за физичко васпитање и спорт за девојчице и жене у Мелбурну. Концепт је заснован на докторској студији о перцепцији наше отелотворене природе од стране филозофа у школама егзистенцијализма и феноменологије, пре свега Жан-Пола Сартра и Мориса Мерлоа Понтија. Оба поменута филозофа истицала су важност отеловљења као живљеног од отеловљења као објекта. Од 1993. године до данас, широм света су презентовани радови на бројним конференцијама. Маргарет Вајтхед (Whitehead, 2010) издала је публикацију *Физичка писменост: током читавог живота*, и организовано је више конференција и радионица (цитирно у: IPLA, The International Physical Literacy). У сарадњи две организације из Канаде (*Sport for Life Society, Physical Literacy for Life*) креиране су различите активности, са циљем промовисања концепта физичке писмености, као и *Канадска изјава о консензусу у физичкој писмености* (Canada’s Physical Literacy Consensus Statement, 2015).

Физичка писменост је све утицајнији концепт у последњих неколико деценија и уткана је у политику и праксу образовања, спорта и рекреације, посебно у Канади. Термин је заснован на метафори која флуентност

кретања упоређује са језичком писменошћу (Jurbala, 2015). Међународно удружење за физичку писменост (The International Physical Literacy, IPLA) одређује физичку писменост као мотивацију, самопоуздање, физичке компетенције, знање, разумевање, вредновање и преузимање одговорности за бављење физичким активностима доживотно. Физичка писменост се може описати као диспозиција коју карактерише мотивација да се капитализује урођени потенцијал кретања како би се дао значајан допринос квалитету живота. Сва људска бића показују овај потенцијал. Међутим, његов специфични израз зависиће од обдарености појединаца у погледу свих способности, њиховог потенцијала кретања, и специфичан је за културу у којој живе (Cornish, Fox, Fyfe, Koormans, Pousette, & Pelletier, 2020).

У канадској изјави о консензусу у физичкој писмености (Canada's Physical Literacy Consensus Statement, 2015) издвојена су четири елемента физичке писмености у афективним, физичким, когнитивним и бихејвиоралним областима развоја:

1. Мотивација и самопоуздање се односе на ентузијазам појединца за уживљавањем и самопоуздањем приликом усвајања физичке активности, као саставног дела живота.

2. Физичка компетенција подразумева способност појединца за развијањем вештина и образац кретања, као и способност да искуси различите интензитете и трајање покрета. Повећана физичка компетенција омогућава појединцу да учествује у широком спектру физичких активности.

3. Знање и разумевање обухвата способност идентификације и изражавања суштинских квалитета који утичу на кретање, разумевање здравствених предности активног начина живота и одговарајуће безбедносне карактеристике повезане са физичком активношћу у различитим окружењима.

4. Доживотно ангажовање у физичким активностима подразумева да појединац преузима личну одговорност за физичку писменост тако што слободно бира да буде активан на редовној основи (Canada's Physical Literacy Consensus Statement, 2015).

И поред тога што је концепт физичке писмености процес усмерен на сва раздобља људског живота, значајно место пронашао је у циљевима и задацима наставе физичког и здравственог васпитања у школама. Као такав, не може бити синоним за наставу физичког васпитања, већ представља више један од циљева физичког васпитања, самим тим што промовише доживотно и обавезујуће бављење физичком активношћу (Ibid, 2015).

Као атрибути физички писмених појединаца у литератури се помињу следећи (Cornish et al., 2020):

- Појединци који су физички писмени кретаће се смирено, економично и самопоуздано у широком спектру физички изазовних ситуација.

- Физички писмени појединци су проницљиви у „читању“ свих аспеката физичког окружења, предвиђајући потребе или могућности кретања и одговарајући на њих реагују интелигенцијом и маштом.

- Ове особе имају добро успостављен осећај за себе као отелотворења у свету и заједно, артикулисаном интеракцијом са околином, подстаћи ће позитивно самопоштовање и самопоуздање.

- Таква врста осетљивости и свести о отелотвореним способностима довешће до течног самоизражавања кроз невербалну комуникацију, перцептивне и емпатичне интеракције са другима.

- Поред тога, физички писмени појединци имају способност идентификације и артикулације суштинских квалитета који утичу на њихову ефикасност извођења покрета, као и на разумевање принципа отелотвореног здравља у погледу основних аспеката, попут вежбања, сна и исхране.

- Физички писмени појединци, поред способности да изводе различите физичке вештине, спортске покрете са лакоћом и равнотежом, имају и способност да користе тело и делове тела док обављају свакодневне активности, као што су седење, спавање, пењање, спуштање са висине, ношење тегова, без негативних утицаја на поравнање тела и држање кичме.

Начини промовисања физичке писмености и активности у школи

„Идеја је да ће оно што убрзава рад срца,
подстицати и вибрације мозга!

Скратите часове математике како би плесали

– или ходали, прескакали, играли се хваталица ...“

(Образовање за демократско друштво и образовање за људска права).

Савремени начин живота донео је и негативне трендове, попут опадања броја становника у неразвијеним земљама, а тиме и убрзаног старења појединих нација, недостатка времена, претераног загађења земље и животног окружења, неумерености у употреби дигиталних садржаја, као и мањег броја деце која су физички активна и проактивно оријентисана у спорту и физичким активностима. Повећање партиципације у физичким активностима ученика, насупрот коришћењу виртуелних садржаја, којима данас није ни неопходна посебна промоција јер су снажно наметнути новијим генерацијама и у значајној мери некритички прихваћени, једна је од могућности потенцијалног неговања здравља, спортског духа и физички писмених појединаца.

Промовисање физичке писмености и унапређивање квалитета физичког васпитања у школама представља практичан и изузетно значајан корак у овој области. Унеско (UNESCO, 2013) потврђује да прилагођени програм (QPE) треба да подржи ученике да развијају физичке, друштвене и емоционалне вештине које дефинишу самопоуздане и друштвено одговорне грађане.

Међутим, искључиво *физички писмени образовни и породични системи*, могу утицати на неговање културе физичке писмености код деце, при чему наставници и родитељи представљају основне ресурсе и потенцијална средишта развоја идеја и могућности њихове реализације. Родитељи треба да креирају могућности да физичка писменост буде део породичних вредности, баш као што су: култура, васпитање, рачунање или основна писме-

ност. Физичка писменост такође је витална компонента образовног и породичног система, и као таква неопходна током читавог живота, а не само током школовања.

За потпуну физичку писменост деца треба да науче основне вештине кретања и основне спортске вештине у четири основна окружења: 1. на терену – као основа за већину игара, спорта, плеса и физичких активности; 2. у води – као основа за све водене активности; 3. на снегу и леду – као основа за све зимске активности клизања; 4. у ваздуху – основа за гимнастику, роњење и друге активности у ваздуху (Higgs, et all., 2008). Физички писмени млади имају снажнију вољу, самопоштовање, и не одустају од постављених циљева, док позитивна опредељеност ка здравим навикама и стиловима понашања остаје начин живота и понашања.

Бројни радови и истраживања (Cornish et all. 2020; Higgs et all., 2008; Jurbala, 2015; Kohl & Cook, 2013; Mosston & Ashworth, 2008; Whitehead, 2010), као и садржаји сајтова и блогова, богати су могућностима промовисања физичког васпитања, физичких активности и физичке писмености у школама. Промоцијом физичких активности кроз дигиталне облике и садржаје, испољава се тражена веза квалитета између дигиталних технологија и физичких активности. Информације које треба да пружи школа могу се у дигиталном облику презентовати ученицима, чиме се повезују виртуелни садржаји са ученицима. *Дати срце на терену* представља снажан спортски мотивациони подстицај за ученике не само у области физичке и здравствене културе већ и са могућношћу трансмисије на друге области учења и рада у школи. Развијање здравих навика, уколико изостане у породици, може започети у школи и трајати читавог живота.

Васпитање примером једно је од најснажнијих васпитних средстава, те наставник физичког васпитања представља снажан модел идентификације, док су његови методички поступци и деловање подстицаји на физичко описмењавање. Информисање ученика и родитеља, утицање на навике одабира здраве исхране, спортског понашања, развијање резилијентности, толеранције и тимског духа само су неке основе које се изграђују у овој области. Као добробити од физичке активности у школи издвајају се: ментално здравље, редовна присутност у школи, боља меморија, концентрација и понашање у разреду и виша академска постигнућа.

Седетарни животни стил деце и одраслих могуће је променити промовисањем физичке писмености, здравствене културе и физичком активношћу. Конкретни кораци који се предлажу у промовисању физичког васпитања у школама јесу: информисање ученика о добробитима, информисање родитеља о добробитима, давање приоритета часовима физичког васпитања, изградња времена за одмор у распореду часова, надоградња опреме у дворишту, укључивање физичких покрета у разреду, школа као домаћин спортских догађаја, учење кроз примере, прослава ученичких здравих навика и међусобно инспирисање ученика (PlayPower Canada 2019).

Као смернице за повећање физичке активности ученика у школи на територији Канаде, издвојене су следеће препоруке за праксу (Ibid, 2019):

1. Часови физичког васпитања у Канади и многим другим земљама, курсеви физичког васпитања засењени су наглашавањем академског учинка у основним предметима. Управо већа посвећеност академском успеху условљава мање бављење физичком активношћу. Међутим, курсеви физичког васпитања могу бити од помоћи у академском успеху и помоћи остале аспекте развоја ученика. За поједину децу час физичког васпитања може бити њихов примарни извор вежбања. За гојазну децу посебно учешће на часу физичког васпитања у трајању од најмање 18 минута дневно може удвостручити њихове шансе да постану и остану физички активни. Као обавезујућа препорука издваја се неопходност да школе понуде часове физичког васпитања који подстичу здраве навике.

2. Распуст даје ученицима прилику да вежбају и искористе своју креативност кроз слободну игру. Упркос доказаним предностима одмора, баш као и часови физичког васпитања, одмор је постао накнадна помисао за многе школе које осећају притисак да се више фокусирају на академски део. Чак и само 15 минута посвећених одмору дневно може помоћи деци да се боље понашају у учионици, тако да је сваки одмор бољи него никакав. Неке канадске школе су покушале да посвете више времена одмору и виделе су позитивне резултате. Поред посвећености дужем одмору, препорука је постојање квалитетне опреме на школским игралиштима.

3. Програми пре и после школе могу пружити прилику ученицима да постану активнији. Програми продуженог дана подразумевају трајање појединих активности у интервалу од једног сата, пре или после школе. Пружање физичких активности даје ученицима прилику за вежбање и може им помоћи да открију активности у којима уживају и у којима могу учествовати као хоби у годинама које долазе. Ученик може открити да има страст према фудбалу, атлетици или некој другој активности уколико има могућност покушаја у школи. Како постоји препорука да ученици имају 60 минута активности дневно, а време посвећено часовима физичког васпитања и одмору може бити ограничено, програми пре и после школе могу им помоћи да постигну овај једносатни циљ.

Образовање за демократско друштво и образовања за људска права издвојило је неколико могућности унапређивања физичке активности ученика у школи:

1. *Физичка активност одвојена од наставе* односи се на све активности током школског дана које нису у вези са школским предметима. Те активности могу да укључе:

- *дуже и активне паузе и време одмора* у којима се ученицима пружају подстицај, средства и охрабрење за бављење рекреацијом, забавом, физичким активностима и играма на школском игралишту, или на посебно осмишљеним местима и просторијама. Поред дужих школских одмора, препорука су и еколошке акције ученика, којима се утиче на промене животне средине и повећање физичке активности;

- активно путовање до школе и од школе, при чему се деца, у сарадњи са родитељима, подстичу на различите активности, као што су: ходање, вожња бициклом, скејтбордом, појединачно или у групама;

- унутрашњи и ванишколски спортови и програми након завршетка наставе. Спортски програми, догађаји и такмичења као саставни део сваког школског окружења, повећавају свакодневно учешће ученика у физичким активностима и у организованим спортовима.

2. *Физичка активност комбинована са лекцијама* углавном се односи на кратке паузе током теоријске наставе како би се ученицима пружила могућност да се крећу. Као пример је дат дански модел у којем се прекида рад и учење и укључују различити облици кретања, који не захтевају посебну опрему или ресурсе, већ само више времена.

3. *Физичка активност интегрисана у лекције* односи се на активан део учења теоријске наставе. Покрет и активност интегрисани су у процес учења и повезани са садржајем и његовим разумевањем кроз активно учење. Повезивање садржаја из различитих наставних предмета са активношћу ученика, посебно оних који су телесно- кинестетички способни, отвара могућности за успешнији рад.

4. *Физичко васпитање* се односи на наставни предмет Физичко васпитање у школи који има свој наставни план и програм, циљеве и праксу у свакој земљи. Физичко васпитање као школски предмет пружа деци приступ активностима и може да развија вештине, знања и ставове потребне за усвајање и одржавање физички активног начина живота (*Образовања за демократско друштво и образовања за људска права*).

Физичко васпитање је једина сигурна прилика за скоро сву децу школског узраста да приступе физичким активностима које побољшавају здравље (Kohl & Cook, 2013). Поменути аутори наводе да висококвалитетне програме физичког васпитања карактеришу: предавања од стране сертификованих наставника физичког васпитања и временски минимум 150 минута недељно (или 30 минута дневно) за децу у основним школама и 225 минута недељно (или 45 минута дневно) за ученике средњих школа.

Главни проблем у физичком васпитању, као и у многим образовним гранама, јесте раскорак између онога што кажемо да желимо да радимо и онога што се ради у пракси (Mosston, Ashworth, 2008, 8). UNESCO је идентификовао проблематична подручја у достизању квалитета физичког васпитања (Quality Physical Education QPE), а то су: стални јаз између политика физичког васпитања и имплементације, континуирани недостаци у расподели времена наставног плана и програма, релевантност и квалитет наставног плана и програма физичког васпитања, квалитет програма иницијалних обука наставника, неадекватности у квалитету и одржавању објеката, континуиране препреке једнаком пружању услуга и приступу за све, неадекватна координација школе и заједнице (2013). Долази се до закључка да су образовни проблеми и потешкоће у реализацији наставе физичког васпитања доста идентични, без обзира на видљиве различитости у развијености, стандардима или другим специфичностима система образовања.

Закључак

Концепт физичке писмености, физичка активност и здравствена култура ученика изискују истраживачку и научну пажњу због великог броја добробити по младе и у каснијем добу, и њихов однос према здрављу. Холлистички приступ теоријских концепата, наставне праксе и истраживачких приступа постојећег стања физичког васпитања је неопходан не само због добробити за ученике већ и за креаторе образовних политика на државном нивоу, образовних заједница, локалних и националних спортских удружења, родитеља, наставника и свих заинтересованих за здравље деце и њихов будући развој, који је основа за укљученост у друштвени живот. Истраживачи (Kohl & Cook, 2013) потврђују да је дугорочни утицај физичког васпитања недовољно истражен и требало би да постане приоритет истраживања како би се подржао развој политика заснованих на доказима.

Данас је физичка активност, а тиме и наставни предмет Физичко и здравствено васпитање, под утицајем окружења, те су значајније другачији стандарди у овој области. Нови рекорди у спорту сведоче о константној физичкој надмоћи спортиста којима се руше теоријски постављене хипотезе о ограничењима људских способности. Школски контекст нужно треба да креира такво окружење и деловање путем којег је могућ максимални развој сваког ученика понаособ. Фокус у настави физичког и здравственог васпитања нужно треба, поред осталог, да почива и на принципима инклузивности, једнакости и јачању менталних капацитета ученика. Наука у овој области представља ресурс и утицајну снагу промена свести о унапређивању области физичког васпитања. Из тих разлога једним делом су у раду приказане могућности учења на даљину у области физичког и здравственог васпитања, чиме су одбачене предрасуде о начинима и могућностима реализације наставе из ове области. Виртуелизација наставе физичког и здравственог васпитања је не само могућа већ и потребна, док су одређене идеје и могућности приказане кроз повезивање наставе из ове области са учењем на даљину.

Историчар Роберта Парк (Park, 1989) сугерисала је да прелом између 20. и 21. века треба да означи почетак другог века за професију физичког васпитања, као и то да физичко васпитање треба да превазиђе статус „другоразредне” професије и преузме „прворазредни” статус, а уз то „постане и ренесансна професија новог миленијума“ (Park, 1989, 1). Иако смо већ више од 20 година у новом веку, овакав идеални статус професије није остварен, зато бројне задатке ка унапређењу једним делом има наука, а другим делом практичари из ове области. Физичка писменост представља једну од могућности унапређивања наставе физичког и здравственог васпитања, и опозит је савременом начину живота и седетарној култури. Међутим, неопходно је развијати је од најранијих дана, док је школа у раду означена као потенцијална институција која значајно може допринети развоју ове идеје.

Искључиво физички писмени млади људи могу изградити физички писмено друштво, које ће водити рачуна о одрживости света у којем живи, а таква врста бриге полази најпре од бриге о себи и сопственом здрављу.

Без могућности за физичком активношћу у школи, много деце неће испунити минималне захтеве за активношћу (Masurier & Corbin, 2006), те је неопходно да школа постане ресурс промена у области физичког васпитања и подстицању ученика на кретање и физичке активности. Као обавеза школе издваја се задатак обезбеђења услова за учешће ученика у што већем броју различитих спортова или физичких активности, уз посебну пажњу на различите способности и афинитете ученика. Унапређивање методика из ове области кроз иницијалне факултетске програме једна је од могућности која треба бити допуњена у школама различитим професионалним семинарима и усавршавањима за наставнике физичког васпитања. Као посебан задатак за наставнике физичког васпитања издваја се промовисање концепта физичке писмености, здравственог васпитања и квалитетних програма физичког васпитања јавности, родитељима, колегама, и организација догађаја са циљем покретања ученика на физичку активност.

Литература

1. Bandura, A. (1997a). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman & Co.
2. Canada's Physical Literacy Consensus Statement, (2015). Retrieved May, 5, from: <https://sportforlife.ca/wp-content/uploads/2016/06/Consensus-Handout.pdf>
3. Cornish, K., Fox, G., Fyfe, T. Koopmans, E., Pousette, A. & Pelletier, Ch. (2020). Understanding physical literacy in the context of health: a rapid scoping review. *BMC Public Health* 20, 1569 <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09583-8>.
4. Daum, D., Buschner, C. (2021). The Status of High School Online Physical Education in the United States. *Journal of Teaching in Physical Education*. Volume 31: Issue 1 86–100. DOI: <https://doi.org/10.1123/jtpe.31.1.86>
5. Higgs, C., Balyi, I., Way, R., Cardinal, C., Norris, S., & Bluehardt, M. (2008). Developing physical literacy: A guide for parents of children ages 0 to 12. A supplement to *Canada Sport for Life*. Vancouver, British Columbia: Canadian Sport Centres.
6. Jurbala, P. (2015) What Is Physical Literacy, Really? *Quest*, 67:4, 367-383, DOI: [10.1080/00336297.2015.1084341](https://doi.org/10.1080/00336297.2015.1084341)
7. Kohl II, H. W., & Cook, H. D. (Eds.) (2013). *Educating the Student Body: Taking Physical Activity and Physical Education to School*. Committee on Physical Activity and Physical Education in the School Environment, Food and Nutrition Board, and Institute of Medicine. Washington DC: The National Academies Press.
8. Lumpkin, A. (1998). *Physical education and sport. A Contemporary introduction*. (4th ed.). Boston: McGraw- Hill Companies Inc.
9. Masurier, G, Corbin, Ch, (2006). Top 10 Reasons for Quality Physical Education. *JOPERD*, 77(6), 44-53.
10. Mosston, M., Ashworth, S. (2008). *Teaching Physical Education. First online edition*. Spectrum Institute for Teaching and Learning. (United States).

11. Obrazovanja za demokratsko društvo i obrazovanje za ljudska prava. *Fizička aktivnost u školama*. Retrieved May, 2, from: <https://www.living-democracy.com/me/principals/aktivna-skola/svjesnost/fizicka-aktivnost-u-skolama/>
12. Park, R. J. (1989). The second 100 years: Or, can physical education become the renaissance field of the 21st century? *Quest*, 41, 1-27.
13. Правилник о изменама и допуни о наставном програму за седми разред основног образовања и васпитања, 2019, Сл. Гл. бр 110-00-55/2019-04.
14. Play Power Canada 2019 Retrieved May, 5, from: https://physicallit.wpengine.com/wp-content/uploads/2016/08/Consensus-Handout-EN-EB_1.pdf
15. Ramos, G. UNESCO calls for investment in quality physical education to support COVID-19 recovery. Retrieved March, 15, from: <https://en.unesco.org/news/unesco-calls-investment-quality-physical-education-support-covid-19-recovery>
16. Spasić, M. Primena ИКТ u nastavi fizičkog i zdravstvenog vaspitanja. Retrieved March, 25, from: [ПЛАНОВИ И ПРОГРАМИ ФИЗИЧКОГ И ЗДРАВСТВЕНОГ ВАСПИТАЊА | ФИЗИЧКО I ZDRAVSTVENO VASPITANJE – ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ – СПОРТ \(wordpress.com\)](https://www.wordpress.com/planovi-i-programi-fizickog-i-zdravstvenog-vaspitanja/)
17. Српски савез професора физичког васпитања и спорта (ССПФВС). Retrieved April 22, from: <https://sspfvs.wixsite.com/sspfvs/nastava-na-daljinu>.
18. The International Physical Literacy Association (IPLA). “Everyone Choosing Physical Activity for Life”. Retrieved April, 5, from: [About - IPLA \(physical-literacy.org.uk\)](https://www.physical-literacy.org.uk/)
19. UNESCO (2017) *Promoting Quality Physical Education Policy*. Retrieved April 24, from: <https://en.unesco.org/themes/sport-and-anti-doping/sports-education/qpe>
20. Whitehead, M. (2010) *Physical Literacy: Throughout the Lifecourse*. Routledge, UK.
21. ЗУОВ_а Алати за учење на даљину: предлози Retrieved March, 20, from: <https://zuov.gov.rs/alati/>
22. ЗУОВ_б Одговоран однос према здрављу: Унапређивање међупредметне компетенције ученика. Retrieved March, 20, from: <https://zuov.gov.rs/zdravlje/#429-434-wpfd-radionice-zdravi-stilovi-zivota>

PHYSICAL LITERACY IN SCHOOL AND APPROACHES TO IMPROVING PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION

Summary: *The field of Physical and Health Education includes a wide range of influences on the individual's development. The school should represent the most important institution in encouraging physical activity and developing awareness of its importance, as well as the opportunity to accomplish the set tasks. Given the well-known postulates about the impact of individual physical abilities on cognitive, social, moral and emotional aspects of development, comprehensiveness and active participation of students in physical education and health education, are positive opportunities for excessive use of digital technology. As the teaching in the recent period, for the most part, or completely, was realized through distance learning, in one part the possibilities of realization of online teaching of Physical and Health Education were also considered. With its contents, prescribed through curricula and plans, and specially designed methods and means, the entire intention of this area is aimed at encouraging and improving physical development and strengthening the body, which represents the basis for other educational influences. The aim of this paper is to analyze and promote the concept of physical literacy of students in school and the possibilities that improve the teaching of Physical and Health Education in school. By analyzing and conceptually clarifying the concept of physical literacy, the paper implies the possibility of opposing sedentary culture. Examples of the promotion of students' physical and health culture, their physical literacy, and the possibilities of improving Physical and Health Education, which as such, represent the starting theoretical, research and practical resources, have been singled out as practical implications of the paper.*

Key words: *Physical and Health Education, physical literacy, distance learning, school, physical activity.*