

Dragana Pavičić

UČITELJ/UČITELJICA RAZREDNE NASTAVE, NASTAVA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE I DJECA S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU

1. UVOD

Uloga učitelja razredne nastave u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture (TZK) više je nego očita, zapažena i priznata – u teoriji. U praksi su stvari dosta drugačije.

Po Nastavnom planu i programu TZK u prva tri razreda osnovne škole zauzima 3, a u 4. razredu 2 sata. To nije zanemariva satnica. Te sate učitelj kao i ostale treba odraditi odgovorno i marljivo. Danas smo pak svjedoci sve češćeg kritiziranja učitelja razredne nastave od strane profesora TZK. Najglasnije kritike su na račun izvođenja nastave TZK u nižim razredima osnovne škole. Oni smatraju da učitelji nisu dovoljno educirani za izvođenje nastave TZK, zbog straha od ozljeda, zanemarivanja nekih dijelova programa TZK, a najveći se naglasak daje na drugim predmetima – hrvatski jezik, matematika i priroda i društvo.

Posebno su učitelji zakinuti kad je u pitanju rad s djecom s teškoćama u razvoju. Taj zahtjevan i odgovoran zadatak ostavlja se učitelju da procjeni, izradi plan i program, odabere aktivnosti, metode rada te vrednuje rad učenika s poteškoćama u razvoju. Često se pitamo ima li TZK svrhe za tu djecu? Nemamo podršku roditelja, kolega i u cijeloj toj zbrci najlakše je odustati, a nastava onda gubi na kvaliteti.

S obzirom na današnji model inkluzivnog školovanja, uključivanje djece s teškoćama u razvoju obaveza je svih prosvjetnih radnika. Inkluzija podrazumijeva proces uključivanja djece s teškoćama u razvoju u redovite programe dječjih vrtića te osnovnih i srednjih škola, ali s naglaskom na individualizaciju djece s teškoćama i međusobnu integraciju sve djece. Tako sva djeca imaju jednake razvojne mogućnosti i šanse za uspjeh te aktivno sudjelovanje u nastavi u svim aktivnostima. Inkluzija tako stvara pozitivno ozračje koje se temelji na toleranciji i poštivanju svih u nastavnom procesu.

U radu je dan prikaz kako i zašto je važna uloga učitelja razredne nastave u nastavi TZK, a posebno kad su u razredu djeca s poteškoćama u razvoju.

2. ULOGA UČITELJA RAZREDNE NASTAVE U NASTAVI TZK

Ne tako davno Arnold Schwarzenegger, glumac i zagovarač fitnessa, rekao je: „Jednako je važno odrasti zdrav i u formi kao i odrasti pametan”. Ova odlična izjava trebala bi biti misao vodilja za sve one koji rade s djecom, posebno za učitelje razredne nastave. Oni su prvi koji dijete upoznaju s organiziranim oblikom igre, natjecanjem, momčadskim igrama, osnovama različitih sportova i sl. Učitelj je taj koji s djecom provodi najviše vremena pa mu treba usaditi ljubav prema vježbanju i to onom cjeloživotnom. Osim praktičnog dijela na satu TZK, u mogućnosti je tako kroz sve predmete isticati važnosti tjelovježbe u djetetovu životu. Mogućnosti su razne: rad na projektima, obilježavanje Svjetskog dana sporta, olimpijada starih sportova...

Isto tako važno je da se i sam učitelj bavi nekim oblikom tjelovježbe u svoje slobodno vrijeme. Biti zdrav model (Kalish, 2000) ono je čega se treba držati pogotovo kad se zna da je jedan od motivatora djetetu za bavljenje sportom upravo entuzijastičan učitelj ili trener. Ako je učitelj takav, on će od samog početka znati zauzeti pozitivan stav prema TZK i prenijeti ga na svoje učenike. Pozitivan stav, stalno isticanje njegove važnosti u životu svakog čovjeka, potaknut će djecu na pozitivan stav prema predmetu i razvoju zdravih navika.

3. UČENICI S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU

U Republici Hrvatskoj ne postoji jedinstvena definicija. Različiti sustavi koriste različite pojmove: posebne potrebe, invaliditet, teškoće u razvoju. U sustavu odgoja i obrazovanja to je termin – djeca i mladi s teškoćama u razvoju. U teškoće se ubrajaju: oštećenja vida, sluha, oštećenja organa i organskih sustava, mentalna retardacija, autizam, zdravstveni problemi (dijabetes, astma, bolesti srca, alergije, epilepsija i slično), poremećaji u ponašanju. Otežano kretanje djeteta, dijete u invalidskim kolicima, dječja ili cerebralna paraliza – teško je povjerovati da se djeca s takvim teškoćama mogu baviti bilo kakvom tjelovježbom. Baš kao i kad je riječ o zdravstvenim teškoćama. Roditelji, ali i učitelji često su u prvom redu zabrinuti hoće li se dijete dodatno ozlijediti pa se pitaju treba li im tjelesna i zdravstvena kultura u školi ili sport kao izvannastavna ili izvanškolska aktivnost. Roditelji često u startu odbacuju ideju vježbanja s obzirom na stanje djeteta podejenujući tako svoje dijete. Baš kao i učitelji. Možda bi bilo najbolje i najlakše osloboditi dijete tjelesne i zdravstvene kulture?! Tjelesna aktivnost DA ili NE?

Definitivno DA!

Najgore što učitelj može napraviti jest da dijete s teškoćama u razvoju ostavi u razredu za vrijeme sata TZK, da rješava zadatke iz matematike ili da crta dok njegovi prijatelja iz razreda trče i igraju se na igralištu. A obično je potpuno nepotrebno! Ovdje treba istaknuti pozitivne učinke tjelovježbe za djecu s teškoćama u razvoju:

- povećava gipkost, snagu, samopouzdanje,
- poboljšava reakciju tijela na inzulin (dijabetes),
- sprječava nastanak dijabetes tipa 2,
- manji problemi s disanjem (astma),
- usmjerava energiju u pozitivnom smjeru (poremećaji pažnje),
- sprječava pretilost kod djece u invalidskim kolicima,
- psihički napredak (osjećaj postignuća),
- poboljšava njihovo opće zdravlje.

Gotovo svatko od nas, neovisno o stupnju forme, ima koristi od vježbanja, ali neki ljudi trebaju više podrške i planiranja da bi počeli s tjelesnim aktivnostima (Kalish, 2000). Za djecu s teškoćama u razvoju njihov liječnik će najbolje znati odrediti kojim sportom se smiju baviti, a kojim ne. To se odnosi i na TZK u školi. Liječnik treba dati upute učitelju o aktivnostima u kojima dijete smije sudjelovati, kojim tempom i intenzitetom treba izvoditi vježbe.

Roditelji djece sa zdravstvenim problemima ili invalidnošću možda neće biti skloni zamisli da se njihovo dijete bavi sportom ili tjelovježbom zbog straha da će se ozlijediti ili da će to pogoršati njihovo stanje (Gavin, Dowshen, Izenberg, 2007). Osim ako vježbanje liječnik djetetu ne zabrani, prvi je korak razgovor učitelj- roditelji. S obzirom na nesigurnost i brigu roditelja u vezi tjelesnih aktivnosti za njihovo dijete, učitelj ih treba upoznati s prednostima i blagodatima vježbanja, kao i posljedicama izbjegavanja. Svojom stručnošću, spremnošću na ozbiljan rad s djetetom te na otvorenu suradnju s roditeljima i liječnikom, učitelj će roditelje uvjeriti u djetetovu sigurnost na satovima TZK.

Ipak, velik broj roditelja djece sa zdravstvenim problemima ne obavještava školu i učitelja o djetetovu stanju. To predstavlja ozbiljan problem za učitelje. Kako pomoći djetetu na pravi način u slučaju potrebe ako ne zna što je djetetu, kako će ostala djeca reagirati u tim slučajevima, samo su neke nedoumice učitelja u ovakvim situacijama.

4. ODNOS UČITELJ – DIJETE S TEŠKOĆAMA – OSTALA DJECA U RAZREDU

Dolazak djeteta s teškoćama u razred stavlja učitelja pred zahtjevan zadatak. Dijete se od početka treba osjetiti prihvaćeno, ponajprije od strane svog učitelja. Na tome učitelj može graditi djetetov osjećaj povjerenja. U duhu inkluzije i dobrobiti djeteta stvara jednake mogućnosti za svu djecu.

Posebno kad je riječ o djeci s teškoćama treba nastavu TZK usmjeriti na proces, ne na rezultat. Ovisno o djetetovim mogućnostima, svako dijete treba poticati i

pohvaliti za svaki napredak. Svako dijete treba uživati u aktivnostima, igri, druženju. Najvažnija zadaća svakog sata tjelesne i zdravstvene kulture jest da djeca s teškoćama u razvoju kao i sva djeca zavole sat TZK (Šćetarić, Mergon, Kolić, 2013).

Od samog početka, učitelj treba raditi s ostalim učenicima u razredu. Učenik s teškoćama ili zdravstvenim problemima može se osjećati zabrinuto zbog razlike od svojih vršnjaka. Može biti osjetljivo, povučeno, izbjegavati vršnjake bude li izloženo znatiželjnim pogledima i/ili neugodnim pitanjima o svom stanju od strane druge djece. To treba spriječiti učitelj otvorenim razgovorom sa svim učenicima o djetetovim teškoćama. Satovi razredne zajednice idealni su za razvijanje tolerancije među djecom. Učeći učenike prihvaćanju različitosti, uče se međusobnom pomaganju i prijateljstvu. Djeca bez teškoća mogu puno naučiti od djece s teškoćama. „Djeca bez hendikepa moraju mnogo naučiti od djece koja ga imaju i bit će otvorenija za takvo učenje u ranim godinama ako im se prvo pomogne da se suoče sa svojim strahovima.” (Brazelton, Sparrow, 2005)

Na satu TZK učitelj posebnu pažnju posvećuje učeniku s teškoćama. Zadaci i aktivnosti koje postavlja nastava TZK, dječja zaigranost mogu dovesti do neželjenih posljedica i ozljeda. U njihovu sprječavanju mogu pomoći svi učenici. Kad su djeca svjesna svog prijatelja i njegovih ograničenja i nedostataka, uvijek su spremna pomoći. Učitelj može među učenicima odrediti posebnog pomagača koji će mu uvijek biti pri ruci: pomoći će mu pri kretanju, u izvršavanju zadataka, pri pospremanju rekvizita. Cilj je invalidnog djeteta naučiti vještine savladavanja teškoća od druge djece, a i jedno i drugo trebaju izgraditi važne odnose u redovitoj školi (Brazelton, Sparrow, 2005).

5. SURADNJA S RODITELJIMA DRUGE DJECE U RAZREDU

Prilika da se nauči djecu kako da postanu osjetljiva i pomognu ljudima koji su krhki ili invalidi, jest ono o čemu roditelji četverogodišnje djece ne žele misliti (Brazelton, Sparrow, 2005). To se zasigurno odnosi i na roditelje starije djece. Ali učitelj i tu treba biti spona između djece, surađujući sa svim roditeljima. Ako roditelji djetetu ukažu na teškoću njegova vršnjaka, razgovaraju s njim o tome, oni će isto tako djelovati na svoje dijete da ga nauče kako prihvatiti osobe različite od sebe i pomagati prijatelju kojemu to treba.

6. SURADNJA S OSTALIM UČITELJIMA I STRUČNIM SURADNICIMA

Suradnja s profesorom TZK može se ostvariti već u 1. razredu. Da bi učitelj što bolje proveo satove TZK s djetetom s teškoćama, profesor TZK može mu pomoći svojim znanjem i iskustvom. U dogovoru s upravom škole može se osnovati posebna

izvannastavna aktivnost- skupina sportskih aktivnosti za djecu s teškoćama u razvoju. Tu će se učitelji fokusirati na djecu i njihove posebne potrebe kad je u pitanje tjelesna aktivnost. Uz primjenu individualizacije i kreativnih sposobnosti učitelja mogu se postići velike mogućnosti izražavanja i sudjelovanja učenika s posebnim edukacijskim potrebama (Ciliga, Petrinović Zekan, Trošt Bobić, 2010).

Prema Pravilniku o osnovnoškolskom i srednjoškolskom odgoju i obrazovanju učenika s teškoćama (2013), primjereni oblici školovanja su:

- redoviti program uz individualizaciju (određuje se učenicima koji s obzirom na vrstu i stupanj teškoće mogu svladavati redoviti nastavni plan i program bez sadržajnog ograničavanja, ali im je zbog specifičnosti u funkcioniranju potreban individualizirani pristup u radu),
- prilagođeni program uz individualizaciju (određuje se učenicima koji s obzirom na vrstu i stupanj teškoće ne mogu svladavati redoviti nastavni plan i program bez sadržajnog ograničavanja te im je zbog specifičnosti u funkcioniranju potreban individualizirani pristup u radu i sadržajna prilagodba), i
- posebni program uz individualizaciju (određuje se učenicima koji s obzirom na njihovo funkcioniranje uvjetovano vrstom i stupnjem teškoće i/ili postojanje više vrsta teškoća ne mogu svladavati redoviti ni prilagođeni program).

Iako u Pravilniku jasno stoji da učiteljima pri izradi ovih programa pomažu stručni suradnici (psiholog, defektolog, logoped), obično ih učitelji sami izrađuju. Stručnih suradnika raznih profila u školama najčešće nema dovoljno što učiteljima stvara velike probleme. Posebno u nastavi TZK, od same izrade programa, njegove provedbe do vrednovanja učenika s teškoćama i praćenje napretka učenika. Ako je to moguće, učitelj se treba što više osloniti na suradnju s roditeljima i djetetovim liječnikom.

Izradom prilagođenog programa nastave TZK pokrenuo bi se drugačiji slijed događanja: veće zadovoljstvo učenika s teškoćama u razvoju pri svladavanju primjerenog zadatka, posvećenost zadatku smanjuje njihovo neprimjereno ponašanje čime se osiguravaju radni uvjeti koji smanjuju rizik od ozljede i povećavaju učinkovitost sata, stvaraju se pretpostavke za bolja osobna dostignuća tih učenika u prostoru tjelesne i zdravstvene kulture (Vujić, Grbavac, Čugura, 2002).

Učitelj je dužan izvijestiti Učiteljsko vijeće o učeniku s teškoćama u svom razredu posebice na kraju 4. razreda. Na taj će se način učitelji predmetne nastave najbolje upoznati s potrebama učenika te se što bolje pripremiti na njegova ograničenja i mogućnosti – njegove slabije i jače strane.

7. SURADNJA S LOKALNOM ZAJEDNICOM

Poticanje izvanškolskih aktivnosti dovodi do bolje socijalizacije djece. Djeca se uče družiti s djecom s teškoćama u razvoju. Ovakvi programi i aktivnosti također su izvrstan način za učenje djece prihvaćanju različitosti.

Raznoliki programi za predškolsku i školsku djecu (od univerzalne škole sporta, do pojedinačnih sportova prema interesima djece) danas su nažalost obično privilegija djece u većim gradovima. U manjim mjestima, prvenstveno u selima, nastava TZK često je jedini način da djeca budu aktivna. U ovim je sredinama velika uloga škole i to u izvannastavnim aktivnostima i školskom sportskom klubu. Okupljanje što više djece u izvanškolske aktivnosti, pružio bi im dodatno zdrav način života daleko od poroka, nasilja, televizije, računala. Tu je velika uloga lokalne zajednice koja to djeci treba omogućiti. Škola tj. učitelji u suradnji s roditeljima mogu utjecati na lokalnu zajednicu u pokretanju sportskih programa. Učitelji bi trebali biti ti koji će inzistirati na pokretanju i posebnih sportskih programa za djecu i osobe s invaliditetom u zajednici. Uz osvješćivanje potrebe za kretanje svih s posebnim naglaskom na djecu s teškoćama u razvoju u tim mjestima na roditeljskim sastancima, učitelj može uz sportske programe, pokrenuti i održavati razna predavanja, organizirati liječničke preglede, savjete i sl.

8. ZAKLJUČAK

Upravo je uloga učitelja razredne nastave od krucijalne važnosti za svako dijete. Učitelji moraju zagovarati uključivanje djece s teškoćama u razvoju u nastavu TZK. Osim što je djeci zabavna, neosporivo je korisna. Djeci s teškoćama u razvoju treba pružiti jednaku šansu da sudjeluju u svim aktivnostima slijedeći njihov ritam i želje, a poštujući njihova ograničenja. Integracija u nastavu TZK potiče kod sve djece pozitivnu socijalnu interakciju, a djeca s teškoćama u razvoju razvijaju samopoštovanje i vjeru u sebe. Inzistiranjem na stalnoj i aktivnoj suradnji s roditeljima djeteta i njegovim liječnikom, učitelj otvara mogućnosti djetetu u tom smjeru.

Prvo bi se ipak trebali dodatno educirati učitelji, prvenstveno učitelji razredne nastave za rad s djecom s teškoćama u razvoju u nastavi TZK.

Nadilaženje predrasuda o nastavi TZK kao o predmetu razbibrige, samo igranje, izbjegavanje obaveza učitelja, svojim stavom i radom mora i može utjecati upravo učitelj razredne nastave. Potom učitelj može utjecati na obitelj. Pokretanje roditelja prema tom cilju, napori učitelja će se udvostručiti. Nakon toga može utjecati na školu i naposljetku na lokalnu zajednicu kako bi podizanje svjesnosti o važnosti cjeloživotnog vježbanja postalo prioritet u školi i u zajednici. Taj trud trebaju slijediti učitelji TZK kao i ostali učitelji. Na taj način podići ćemo kvalitetu školovanja i provedbe nastave TZK za svu djecu, a posebno one s teškoćama u razvoju.

9. LITERATURA

1. Gavin, L.M., Dowshen, A.S., Izenberg, N. (2007). *Dijete u formi, praktični vodič za odgoj zdrave i aktivne djece- od novorođenčeta do tinejđera*, Zagreb: Mozaik knjiga..
2. Kalish, S.(2000). *Fitness za djecu, praktični savjeti za roditelje*.Zagreb: Gopal.
3. Ciliga, D., Petrinović Zekan, L., Trošt Bobić, T. (2010). Individualizacija rada u području kinezioterapije. U: *19. ljetna škola kineziologa.- Poreč*.
4. Vujić, J., Grbac, D., Čugura, M. (2002). Prilagođeni program nastave tjelesno zdravstvene kulture za učenike s teškoćama u razvoju. U. *11. ljetna škola kineziologa*. Rovinj.
5. *Pravilnik o osnovnoškolskom i srednjoškolskom odgoju i obrazovanju učenika s teškoćama*. (2013) Zagreb.
6. Ščetarić, A., Mergon, S., Kolić, L. (2013). Sat tjelesno zdravstvene kulture kao organizacijski oblik rada kod učenika s teškoćama u razvoju. U: *22. ljetna škola kineziologa*. Poreč.
7. Brazelton, B.T., Sparrow, D.J. (2005). *Vaše dijete od treće godine do škole*. Zagreb: Mozaik knjiga,
8. *Nastavni plan i program za osnovnu školu* (2006). Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta, Zagreb