***Звање:* „СПОРТСКИ ИНСТРУКТОР СКИЈАЊА – СПОРТСКИ УЧИТЕЉ“**

***(IV образовни ниво 360 сати)***

|  |
| --- |
| **НАПОМЕНЕ ЗА ПРИПРЕМУ ЧАСА СКИЈАЊА – РАД СА ДЕЦОМ (до 16 год.):**  ***„Центар пажње и учења је јединствено људско биће – ДЕТЕ (Педологија)“*** |

**а) ЗА ПРЕДШКОЛСКИ ПЕРИОД ДЕТЕТА (4-7 год.)**

1. Правилан избор вежби и правилно дозирање оптерећења (зелене-полигони и плаве стазе)
2. Деца овог узраста се брже замарају и брже одмарају (зупчаста крива)
3. Вежбе концентрације пажње су најзаморније за њих
4. Игра заузима значајно место у методици рада (у природи на свежем ваздуху)
5. Примењивати свестране вежбе – пут до моторичке вештине
6. Методику рада са одраслима НЕ ТРЕБА примењивати у раду са децом
7. Повремено контролисати фреквенцију пулса, због оптерећења
8. *Напомена:* Учење детета зависи од наслеђа и друштвене средине (нпр. школа, школа скијања)

**б) ЗА МЛАЂЕ ШКОЛСКИ УЗРАСТ (7-11 год.)**

1. Учење основних покрета (8-10 год) у спортским дисциплинама
2. Више показује интересовање за одређене спортске дисциплине
3. Избегавати прерану спортску специјализацију
4. У току рада планирати такмичења унутар групе (похвале и истицање грешака)
5. Примењивати динамичке вежебе, да буду разумљиве за децу (10-11 развој брзине)
6. Препоручује се скијање (9-10 год)
7. Поштовати принцип „свестраности“ (10-12 год. основе технике спортске гране)
8. Бирати најприкладније вежбе у складу са способностима полазника (са здрављем)
9. Избегавати вежбе које изискују велики напор и дужу концентарцију

**в) ЗА СРЕДЊЕДШКОЛСКИ УЗРАСТ (11-15 год.)**

1. Предпубертетски и пубертетски период (брза обрада информација)
2. Уочљиве разлике у развојним карактеристикама дечака и девојчица
3. Примењивати и даље принцип „свестраности“
4. Веће интеросовање за усмерење у спорту
5. Деца у овом периоду су физички и ментално способна за сложенија вежбања
6. Период 11-13 године прикладан за такмичарско скијање *(Корјаковски)*
7. *Напомена:* Методе рада и реквизите прилагодити овом узрсту

**г) ЗА СТАРИЈИ ШКОЛСКИ УЗРАСТ (до 16 год.)**

1. Завршетак формирања људске личности (15-16 развој снаге)
2. Честе промене расположења, повећана осетљивост код полазника
3. Оптерећење на часу прилагодити узрасту (14-16 развој издржљивости)
4. Водити рачуна о економичности рада на часу скијања
5. Правилно дозирање, понављање (више вежбања производи више знања, *Шмит, Ли:2020)*

Члан Комисије за стручно педагошку праксу:

***проф. др Звездан Савић***