

Проф. др Живораг Марковић

СТРУКТУРА ЧАСА ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА



Факултет педагошких наука
Универзитета у Крагујевцу

Факултет педагошких наука
Универзитета у Крагујевцу

ЖИВОРАД МАРКОВИЋ

СТРУКТУРА ЧАСА ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА

Јагодина, 2016.

САДРЖАЈ

ПРЕДГОВОР	5
1. УВОД.....	7
1.1. Значај физичког васпитања за ученике млађег школског узраста	9
1.2. Узрасне карактеристике ученика млађег школског узраста	12
1.3. Почетак физичког васпитања и проблеми у настави физичког васпитања	17
2. ТЕОРИЈСКИ ОКВИР РАДА	23
2.1. Дефиниције основних појмова	23
2.1.1. <i>Настава физичког васпитања</i>	23
2.1.2. <i>Моторичке способности</i>	25
2.1.3. <i>Час физичког васпитања</i>	33
2.2. Досадашња истраживања	34
2.2.1. <i>Истраживања наставе физичког васпитања</i>	34
2.2.2. <i>Истраживања о моторичким способностима млађеј школској узраста</i>	41
2.2.3. <i>Истраживања везана за час физичког васпитања и различите утицаје на активно време вежбања</i>	48
2.3. Структурирање часа физичког васпитања.....	61
3. ПРОБЛЕМ, ПРЕДМЕТ, ЦИЉ И ЗАДАЦИ ИСТРАЖИВАЊА.....	67
4. ХИПОТЕЗЕ ИСТРАЖИВАЊА.....	69
5. МЕТОДОЛОГИЈА ИСТРАЖИВАЊА	71
5.1. Ток и поступци истраживања	71
5.2. Узорак испитаника	72
5.3. Узорак варијабли, програм и поступак процене.....	73
5.3.1. <i>Програм и поступак процене шајнића руком (EFTA) – за процену семеншарне брзине руку</i>	74
5.3.2. <i>Програм и поступак процене чунастојој шрчања на 10x5 m (EFAG) – за процену брзине – атиљности</i>	75
5.3.3. <i>Програм и поступак процене шрчања на 30 m (EFSB) – за процену сиринтерске брзине;</i>	76
5.3.4. <i>Програм и поступак процене лежања–седа за 30 s (EFLS) – за процену рејетиивне снаге шрбушних мишића и претибача у зглобу кука</i>	77
5.3.5. <i>Програм и поступак процене виса у згибу (EFZG) – за процену изометријске силе торњеј дела шела и претибача у зглобу лакта</i>	78
5.3.6. <i>Програм и поступак процене скока у даљ из местиа (EFSK) – за процену експлозивне снаге ойружача ноју</i>	79
5.4. Математичко-статистичка обрада података	80

6. ИНТЕРПРЕТАЦИЈА РЕЗУЛТАТА ИСТРАЖИВАЊА	83
6.1. Анализа моторичких способности испитаника	83
6.1.1. Анализа моторичких способности експерименталне и контролне групе испитаника на иницијалној процени	83
6.1.2. Анализа разлике експерименталне и контролне групе испитаника на иницијалној процени у односу на стање моторичких способности	84
6.1.3. Анализа моторичких способности експерименталне и контролне групе испитаника на финалној процени	86
6.1.4. Анализа разлике експерименталне и контролне групе испитаника на финалној процени у односу на стање моторичких способности	88
6.1.5. Анализа разлике експерименталној и контролној шрејмана испитаника у односу на моторичке способности	91
6.2. Анализа моторичких способности испитаница	96
6.2.1. Анализа моторичких способности експерименталне и контролне групе испитаница на иницијалној процени	96
6.2.2. Анализа разлике експерименталне и контролне групе испитаница на иницијалној процени у односу на стање моторичких способности	98
6.2.3. Анализа моторичких способности експерименталне и контролне групе испитаница на финалној процени	101
6.2.4. Анализа разлике експерименталне и контролне групе испитаница на финалној процени у односу на стање моторичких способности	103
6.2.5. Анализа разлике експерименталној и контролној шрејмана испитаница у односу на моторичке способности	106
7. ЗАКЉУЧНА РАЗМАТРАЊА	113
7.1. Разматрање истраживаних простора у односу на иницијална и финална стања и ефекте третмана код испитаника	113
7.2. Разматрање истраживаних простора у односу на иницијална и финална стања и ефекте третмана код испитаница	118
8. ЗАКЉУЧЦИ	121
РЕЗИМЕ	125
SUMMARY	127
ИНДЕКС АУТОРА	129
ЛИТЕРАТУРА	131
О АУТОРУ	143