

VILNIAUS PEDAGOGINIS UNIVERSITETAS
GAMTOS MOKSLŲ FAKULTETAS
KŪNO KULTŪROS TEORIJOS KATEDRA

Vincentas Blauzdys

**DARŽELINUKŲ IR MOKSLEIVIŲ
FIZINIO UGDYMO KAITA**

Mokymo priemonė kūno kultūros specialybės studentams

Vilnius, 2001

UDK 37.037.1(075.8)
BI-25

Recenzavo doc. dr. A.Vilkas

Apsvarstė ir rekomendavo spausdinti VPU Kūno kultūros teorijos katedra (2001 01 08; protokolo Nr. 06)

Blauzdys Vincentas

Darželinukų ir moksleivių fizinio ugdymo kaita: mokymo priemonė kūno kultūros specialybės studentams. – Vilnius : VPU 1-kl. , 2001. – 70 p.

Leidinėlyje, remiantis mokslo žiniomis ir idėjomis apie bendrąjį ugdymą, aptariama šalies darželinukų ir moksleivių fizinio ugdymo realybė, skatinama jo kaita. Skiriamas VPU kūno kultūros specialybės studentams, gali būti naudingas ir magistrantams bei bendrojo lavinimo, profesinių, aukštesniųjų mokyklų kūno kultūros pedagogams, siekiantiems gilinti ir plėsti žinias apie fizinį ugdymą.

ISBN 9986-869-90-0

TURINYS

ĮVADAS	4
1. LIETUVOS DARŽELINUKŲ FIZINIO UGDYMO KAITA	5
1.1. Vaikų bendrojo ugdymo tikslas ir uždaviniai	5
1.2. Vaikų bendrasis ugdymas ir fizinis ugdymas darželyje	7
Vaikų ugdymo darželyje tikslas ir uždaviniai, principai • Vaikų bendrojo ugdymo ir fizinio ugdymo proceso darželyje atnaujinimas • Fizinis krūvis atliekant pratimus	
2. BENDROJO LAVINIMO MOKYKLŲ, GIMNAZIJŲ MOKSLEIVIŲ FIZINIO UGDYMO KAITA	12
2.1. Bendrojo lavinimo mokyklos paskirtis	12
Mokyklos samprata • Mokyklos veiklą grindžiančios vertybės	
2.2. Fizinio ugdymo kryptis ir funkcijos	13
Moksleivių fizinio ugdymo kryptis • Moksleivių ugdymo ir fizinio ugdymo funkcijos	
2.3. Moksleivių fizinio ugdymo atnaujinimo principai	17
Ką reiškia kaita • Fizinio ugdymo atnaujinimo principai	
3. VALSTYBINIAI IŠSILAVINIMO STANDARTAI	26
3.1. Valstybiniai bendrojo išsilavinimo standartai	26
Ugdymo pasiekimų standartų samprata • Svarbiausios išsilavinimo standartų funkcijos • Išsilavinimo standartų sandara	
3.2. Valstybiniai kūno kultūros standartai	29
Standartų samprata • Kūno kultūros standartų sandara	
4. BENDROJO LAVINIMO MOKYKLOS KŪNO KULTŪROS PROGRAMOS	36
4.1. Valstybinės ir mokyklos lygmens ugdymo programos	36
Ugdymo programų kūrimo kryptys	
4.2. Bendrojo lavinimo mokyklų bendrosios programos	38
Bendrųjų programų esmė	
4.3. Kūno kultūros bendroji programa	39
Kūno kultūros paskirtis • Kūno kultūros ryšiai su kitais dalykais • Didaktinės nuostatos	
4.4. Kūno kultūros pasiekimų tikrinimas ir įvertinimas	43
4.5. Individualioji kūno kultūros programa	45
Kūno kultūros programos • Programos rengimo nuostatos	
5. KŪNO KULTŪROS KURSO PLANAVIMAS	51
5.1. Mokymo planavimo ir sprendimų priėmimo bendroji apžvalga	51
Planuoti ar neplanuoti • Planavimo specifika • Pamokų planai	
5.2. Fizinio ugdymo turinio planavimas	55
Planavimas – vienas iš būdų valdyti fizinio ugdymo procesą • Kūno kultūros pamokų planas – grafikas • Pamokos planas	
PABAIGOS MINTYS	63

IVADAS

Švietimo esminė kaita skatina naujai apmąstyti, o dažnos permainos ir atnaujinti vaikų ir moksleivių, studentų fizinį ugdymą. Šios mokymo priemonės pagrindą sudaro autoriaus skaitomas kursas Vilniaus pedagoginio universiteto bakalaureams, besirengiantiems tapti kūno kultūros mokytojais ar (ir) sporto šakos treneriais. Šis leidinėlis galėtų būti vertingas ir bendrojo lavinimo, profesinių ar aukštesniųjų mokyklų kūno kultūros pedagogams, ypač tiems, kurie studijavo prieš atkuriant Lietuvos nepriklausomybę.

Rengiant šią mokymo priemonę remtasi kitų autorių vadovėliais, knygomis ir straipsniais. Todėl nurodomos svarbesnių minčių autorių pavardės. Kitur, kur sunku atsekti pirminius šaltinius arba aptariami plačiau žinomi dalykai, tekstai pateikiami be nuorodų.

Temos išdėstytos remiantis logika: fizinis žmogaus ugdymas pradedamas ikimokykliniame amžiuje. Nors kūno kultūros mokytojai nerengiami darbui darželiuose, tačiau būsimajam pedagogui dalykininkui praverdu perprasti ir šio amžiaus tarpsnio vaikų fizinio ugdymo esmę. Tai lemtingas asmenybės tarpsnis. Todėl tik po to aptariami bendrojo lavinimo mokyklų, gimnazijų moksleivių pamatiniai fizinio ugdymo metodikos dalykai. Pastarieji gvildenami plačiai ir išsamiai, nes jų reikia įgyti norimą kvalifikacinę bakalauro kategoriją. Tik prabėgomis užsimenama apie kitų tipų mokyklų kūno kultūrą. Beveik neanalizuojami kūno kultūros teorijos klausimai, nes jie jau išnagrinėti per kūno kultūros teorijos disciplinos paskaitas ir pratybas. Be to, dėl ribotos leidinio apimties, atskleistos tik pirmosios kūno kultūros metodikos temos.

Kiekviena tema pirmiausia glaustai atskleidžia bendrojo ugdymo esmę (plačiau ir išsamiau ją aptaria pedagogikos ir psichologijos specialistai) ir tik po to giliau nagrinėjami fizinio ugdymo savitumai. Taip akcentuojama bei grindžiama bendrojo ir fizinio žmogaus ugdymo sąveikos svarba. Ir tai, kad fizinio ugdymo savitumai neturėtų prieštarauti Lietuvos mokyklose diegiamai moderniajai didaktikai. Temos pradžioje nurodomi svarbiausi akcentai – klausimai į ką kreiptinos studento pastangos, o tik po to dėstoma tema. Pačiame tekste nurodyti šaltiniai, kuriais reikėtų pasinaudoti. Kad būtų mažiau gaištama, tekste nurodomi puslapiai, kuriuos reikėtų perskaityti, norint perprasti aptariamą mintį. Temos pabaigoje pateikiamos užduotys ir pagrindinė (reikalingiausia) literatūra. Studentams, pasiryžusiems nuodugnesnėms studijoms, ir kitiems, besidomintiems bendrojo ugdymo ir fizinio ugdymo klausimais, siūloma papildoma literatūra.

Autorius viliasi, kad pastabas, pasiūlymus ir pageidavimus studentai išsakys per paskaitas ir pratybas, o mokytojai, dėstytojai savo nuomonę pareikš į VPU Kūno kultūros teorijos katedrą (Studentų g. 39, LT – 2034 Vilnius).

1. LIETUVOS DARŽELINUKŲ FIZINIO UGDYMO KAITA

Kaip suprantamas tikslas? Kodėl apibrėžiamos kelios ugdymo reikšmės? Kuo reikšminga ugdytinio ir ugdytojo ugdymo sąveika? Kas lemia fizinio ugdymo tikslo ir uždavinių, principų formuluotę darželyje? Kodėl atnaujinamas darželinukų fizinio ugdymo procesas? Nuo ko pareina darželinuko fizinis krūvis per pratybas ir kaip jį normuoti ?

1.1. Vaikų bendrojo ugdymo tikslas ir uždaviniai

Ugdymo tikslo samprata

Filosofai tikslą apibūdina kaip **maštymu suformuluotą idealą, kurio siekdami žmonės atlieka tam tikrus veiksmus, organizuoja savo ir**

kitų žmonių veiklą. Tai ne tik veikla, bet ir rezultatas, kurio siekiama.

Tiksmai gali būti skirstomi taip: **socialiniai ir asmeniniai, strateginiai ir taktiniai, konkretūs ir idealūs, realūs ir nerealiūs.** Siekiant realiųjų, yra perspektyva juos įgyvendinti; siekiant nerealiųjų – perspektyva tik iliuzinė. Dar skiriami **tolimieji** tikslai (sutampantys su visuomenės tikslais), **vidutiniai** (artimos ateities uždaviniai) ir **artimieji** (šios dienos tikslai). Pastarieji yra pedagogų veiklos kasdieninio darbo svarbiausias komponentas (L. Jovaiša, 1993, p. 240).

Tikslo kėlimas yra sudėtingas ir nelengvas maštymo, numatymo, apskaičiavimo ir rinkimosi procesas. Be to, ne visiems pakanka valios pasirinkti tikslą, o pasirinkus, jo siekti, nes tikslas keliamas ne vien sau. Pedagoginis procesas pradedamas tikslo kėlimu. Jis sutelkia ir norima linkme kreipia maštymą ir veiklą, kuria artėjama prie tikslo. Veikla, kuria artėjama prie tikslo, yra **siekimas.** Taigi, siekimas motyvuoja bei organizuoja veiklą. Nustatyta, kad siekimo motyvacija stiprėja artėjant prie tikslo. Tai, ko siekiama, – **siekis.** Juo, anot L. Jovaišos (1993, p. 213), būna tikslas, idealas, bandoma įgyvendinti svajonė, visuomeninis gėris ir kt.

Ugdymas yra svarbiausias žmogaus tapsmo veiksnys. Žodis „procesas“ (lot. processus) reiškia judėjimą pirmyn. Mūsų atveju, kalbama apie ugdytinio tobulėjimą. Ugdymo procese skirtingi **pedagogai** – augančios kartos ugdymo institucijų veikėjai, ir **andragogai** – tęstinio suaugusiųjų ugdymo institucijų veikėjai. Ugdymas yra svarbiausia jaunosios kartos ugdymo institucijų funkcija, kur viskas – veikėjai pedagogai, jų veikla ir aplinka – turi tarnauti ugdymo tikslams. Ugdymas čia yra sistemingas, organizuotas ir nuoseklus: Lietuvoje privalomas iki 16 metų.

Ugdymas dažnai apibrėžtinamas kaip ugdytojo(u) ir ugdytinio(u) pedagoginė, t.y., turinti tikslą, ugdymo sąveika. Tokią ugdymo sampratą pirmasis Lietuvoje suformulavo prof. J. Vabalas-Gudaitis. Šios ugdomosios sąveikos dėka ugdytiniai išmoksta: a) orientuotis pasaulyje, b) bendrauti, c) dirbti. Ugdomosios sąveikos svarbą ir esmę atskleidžia ir dabartiniai edukologai V. Jakavičius ir A. Juška (1996, p. 144–147), B. Bitinas (1997, p. 69–75), V. Rajeckas (1997, p. 114–123), V. Savickytė (1997, p. 15–18), V. Jakavičius (1998, p. 83–90) ir daugelis kitų.

Pažymėtina, kad ugdymo terminas turi ne tik ugdomosios sąveikos reikšmę, bet dar ir keletą apibrėžtų reikšmių. Anot B. Bitino (1990, p. 4–5), – tai ir **institucija** (šia reikšme, ugdymu vadinama sistema institucijų esančių vienoje ar keliuose šalyse ir skirtų jaunosios kartos rengimui gyventi toje visuomenėje); **tikslas ir turinys** (ugdymu siekiama perteikti augančiajai kartai socialinę patirtį, plėtoti vaiko protą, jausmus, fizinės galias ir kt. Šia prasme kalbama apie protinį, fizinį, meninį bei valios, charakterio, jausmų ugdymą); **rezultatas** (visuomenė formuluoja idealaus nario vaizdinį ir nori, kad ugdymo dėka toks narys būtų parengtas. Šiuo metu reikalinga asmenybė, gebanti sėkmingai adaptuotis naujose situacijose, spręsti netikėtai iškilusias problemas. Todėl šiuolaikinis ugdymas kitoks nei iki šalies nepriklausomybės atkūrimo).

Tarptautinė naujojo ugdymo lyga 1921 metais pasiūlė tokią ugdymo traktuotę: ugdymas – kiekvieno asmens ir demokratinės visuomenės nario gebėjimų plėtotės skatinimas; ugdymas neatsiejamas nuo socialinės evoliucijos, yra viena iš jėgų, sąlygojančių šią evoliuciją, todėl jo tikslai, turinys ir metodai turi būti dinamiški. Ši ugdymo samprata atitinka dabarties švietimo poreikius, todėl ji vis labiau įsitvirtina. Pagal ją, pirmenybė teikiama ugdytinių vidinėms galioms plėtoti pasitelkiant ugdytojus, t.y., ši sąveika įgyja **partnerystės pobūdį** .

Ugdymo tikslą ir uždavinius lemiantys veiksniai

Vystantis visuomenei, ugdymo tikslai buvo

įvairiai formuluojami. Tą lemia daug veiksnių. Sąlygiškai juos galima suskirstyti į dvi dideles grupes – **objektyvius ir subjektyvius veiksnius** (V. Savickytė, 1997, p. 59–61). **Objektyviems veiksniams** priskirtinas visuomenės išsivystymo, jos civilizacijos lygis, nes visuomeniniai santykiai, materialinės bei dvasinės kultūros lygis turėjo ir turi esminės reikšmės formuluojant ugdymo tikslus. Pavyzdžiui, socialistinėse šalyse augančios kartos ugdymo tikslai paimti iš Antikos laikų – išugdyti visapuse ir harmoningą asmenybę. Buvo pabrėžiama, kad, skirtingai negu Antikoje, šis tikslas taikomas visiems visuomenės nariams. **Subjektyviems veiksniams** priskirtinos filosofinės pažiūros į būtį, žmogų, visuomenę, tautą, nes tai nulemia skirtingų ugdymo tikslų sampratą. Šiuo metu išsivyrąja **visybinis požiūris**, kuris išreiškia plačią pažiūrų sistemą. Šiam požiūriui galima priskirti ir S. Šalkauskio suformuluotą **pilnutinio ugdymo** sistemą bei kitas teorijas, kurių centre – žmogus, veikiamas artimos ir tolimos aplinkos.

Tikslo pasirinkimą lemia daugelis veiksnių: poreikiai, vidinės vertybės, interesai, patirtis, žodžiu tai, kas individui reikšminga ir prasminga. **Ugdymo tikslo pasirinkimą** taip pat lemia daugelis veiksnių: individo, šeimos, tautos, bendruomenės, visuomenės, valstybės, kultūros, religijos ir kt. poreikiai, interesai, pažiūros, filosofija ir kt. Todėl keliami įvairūs ugdymo tikslai. Ugdymo tikslų integralus įgyvendinimas yra svarbus reikalavimas pedagoginiam procesui. Ugdymo tikslai konkretinami atsižvelgiant į socialines ir tautines, amžiaus, lyties ypatybes, pagal realizuotus tikslus.

Tiesioginis **tikslas** – patenkinti poreikį, o netiesioginis (arba tarpinis) nukreipiamas į objektą, kuris turėtų patenkinti poreikį. Tarkim, kad auklėtojos tikslas – sukelti ir išlaikyti teigiamą vaikų nusiteikimą veiklos metu; šis tikslas grindžiamas poreikiu gerai dirbti. Netiesioginis tikslas čia – parinkti patrauklių veiklos būdų, kad darželinukai būtų darbingai nusiteikę.

Tiesioginis ugdymo tikslas, savaime suprantama, nukreiptas į vaiką, jo išugdymo rezultata, **netiesioginis** – į ugdymo vertybes ir priemones, skiriamas individualybei plėtoti, padedančias tenkinti asmens, šeimos, tautos, bendruomenės, valstybės poreikius.

Ugdymo tikslai siejami su ugdymo uždaviniais. **Uždavinys** – tai struktūra sąlygų, kurias patenkinus, randamas atsakymas, reikalingas tikslui pasiekti. Uždavinys tarsi pakopa, artinanti prie tikslo. Išsprendus daugybę uždavinių bei atlikus jais sąlygojamus veiksmus, visiškai (ar iš dalies) pasiekiamas tikslas. Todėl galima sakyti, kad ugdymo tikslai tarsi suskyla į ugdymo uždavinius, bet, juos įgyvendinus, artėjama prie laukiamo rezultato – tikslo.

Šiuo metu vieni autoriai ugdymo tikslo ir uždavinio sąvokas apibūdina kaip **sinonimus**, nes vienos veiklos uždavinys gali tapti kitos veiklos tikslu, kiti – tikslus apibrėžia kaip **visumą**, o uždavinius kaip jų **dalį**, todėl įvairiai kildinami konkretūs ugdymo uždaviniai. Vis dėlto visi autoriai pripažįsta, kad asmenybė vystosi kaip neskaidomas reiškinys ir bet kuris skirstymas į sudėtines ugdymo dalis (protinis, fizinis, dorovinis, darbinis, estetinis, patriotinis, ekologinis ugdymas) yra priimtas tik patogumo dėlei. Reikia pastebėti, kad visos ugdymo dalys nėra vienodai reikšmingos. Todėl dabarties ugdymo institucijų tikslai ir uždaviniai pirmiausia ir kreipiami į individualybės įgimtų galių išlavimą, o po to į jos parengimą praktiniam gyvenimui. Apibrėžiant ugdymo tikslą ir uždavinius, neatsitiktinai vartojamas žodis „padėti“. Juo pabrėžiamas žmogaus prigimties aktyvumas ir veiklumas, saviraiškos poreikis, kurį realizuoti padeda ugdytojas. Tokia pedagogo orientacija į savo pareigą verčia dar labiau domėtis ugdytinio asmenybe, jos galiomis bei gabumais, pasitikėti ja ir prireikus kreipti ugdytinio (vaiko, mokinio) pastangas produktyvesne linkme. Ši nuostata neatmeta vadovavimo neišvengiamais atvejais, bet vadovauti derėtų taip, kad jau vaikas, ypač mokinys, pats sau keltų tikslą, uždavinius, mąstytytų kaip juos pasiekti ir imtųsi praktinių veiksmų. Apie tai detalčiau rašoma šio leidinio penktajame skyriuje.

Apibendrinant galima pažymėti, jog nūdienos darželiai pedagoginio proceso metu stengiasi laikytis žmogaus laisvo vystymosi koncepcijos. Taip pat vadovaujamosi pažiūra, kad nevisi pedagogų anksčiau taikyti metodai ir priemonės tinka dabartiniam ugdymo tikslui ir uždaviniams siekti. Todėl siūloma pasikliauti ugdymo mokslo išvadomis ir rekomendacijomis, kad mažiau būtų daroma klaidų artėjant prie tikslo. Pavyzdžiui, kai kurios darželių auklėtojos linkusios per daug nukrypti į laisvąjį auklėjimą. Jei prie jo pereinama po autokratinio ugdymo, gali nukentėti net vaikų išsivystymo lygis, nes jie gali ilgai išlikti ne tik neatsakingi ir nedrausmingi, bet ir pasyvūs, negebantys veikti. Autokratiškai ugdytiems vaikams būtina demokratiškos auklėtojos pagalba, o ne laisvo stiliaus šalininkės pasyvumas.

1.2. Vaikų bendrasis ugdymas ir fizinis ugdymas darželyje

Vaikų ugdymo darželyje tikslas ir uždaviniai, principai

Vaikų bendrajam ugdymui darželiuose rekomenduojama **kompleksinio ugdymo sistema**.

Ji teikia optimalias sąlygas ikimokyklinio ugdymo **tiksliui ir uždaviniams** įgyvendinti, laikytis pagrindinių švietimo reformos principų, keisti požiūrį į vaiko mokymą (atsisakoma akademinio dalykinio mokymo; jis keičiamas vaiko ugdymu – auklėjimu, lavinimu, mokymu – per darželinukams būdingą veiklą, pačių vaikų patyrimą ir išgyvenimus jos metu). Be to, gali būti taikomos ir M. Montesori, R. Štainerio, O. Dekroly, S. Frenès, Ž. Piažė pedagoginės sistemos ar idėjos. Jas reikėtų vertinti kritiškai, pasirenkant tai, kas jose vertingiausia. Auklėtojos gali kurti savas mišrias pedagogines metodines sistemas ar jas moderninti. Svarbu, kad būtų įgyvendinamas vaikų ugdymo darželyje **tikslas – bendradarbiaujant su šeima puoselėti visas vaiko galias, lemiančias vaiko asmenybės raidą ir jos integracijos į visuomenę (socializacijos) sėkmę**.

Pagrindiniai uždaviniai:

1. Sudaryti kuo palankiausias sąlygas tautos dvasinės kultūros pagrindams (doroviniams, estetiniams, komunikaciniams ir kt.) perimti.

2. Saugoti ir stiprinti fizinę bei psichinę vaiko sveikatą, puoselėti jo prigimtį, tenkinti svarbiausius poreikius: judėjimo, fizinio ir psichinio saugumo, bendravimo, pažinimo, asmeninio vertingumo, saviraiškos.

3. Ugdyti psichines vaiko galias (intelektą, emocijų, valios), stimuliuojant asmenybės pagrindų formavimąsi, puoselėjant jos individualumą, iniciatyvumą, kūrybiškumą (Vaikų darželių programa. Vėrinėlis, 1993, p. 5).

Sėkmingai įgyvendinus tikslą ir uždavinius, galima tikėtis deramos vaikų socializacijos, o taip pat ir reikiamo pasirengimo mokyklai.

Vaikų ugdymas darželyje grindžiamas penkiais principais (Vaikų darželių programa. Vėrinėlis, 1993, p. 5–6).

T a u t i š k u m o p r i n c i p a s

Lietuvos vaikų darželyje gaivamos ir puoselėjamos tradicinės kultūros vertybės, siekiama ugdyti būsimąją tautos kultūros saugotoją ir kūrėją. Auklėtojos augina dorus, gerus, orių, kūrybingus žmones. Stengiamasi padėti vaikui per vertybes įprasminti visa, kas jį supa, visų pirma dorovines žmogaus nuostatas į aplinką.

H u m a n i š k u m o p r i n c i p a s

Pripažįstama teisė būti skirtingam, vaikas gerbiamas kaip asmenybė. Todėl gerbiama ir vaiko vidinio pasaulio nepriklausomybė ir savarankiškumas, teisė gyventi ir elgtis pagal prigimtį bei asmeninę patirtį. Svarbi naujovė, kad ugdymas grindžiamas vaiko asmenybei reikšmingais faktais, procesais, problemomis. Stengiamasi sudaryti sąlygas įvairių vaiko galių plėtojimu, harmoningai asmenybės raidai.

D e m o k r a t i š k u m o p r i n c i p a s

Lietuvos darželiuose stengiamasi įvairių tautybių vaikus ugdyti jų gimtąja kalba.

Be to, sudaromos sąlygos tėvams rinktis darželį pagal savo įsitikinimus (pasaulietinį, religinį ir kt.) ar pagal jiems priimtina vaiko ugdymo būdą (kompleksinio ugdymo, R. Štainerio, M. Montesori ir kt.).

Darželis turi teisę rinktis programas, ugdymo metodus, turi tam tikrą valdymo autonomiškumą. Auklėtojos stengiasi, kad žemas kultūrinis (ar atsakomybės) kai kurių šeimų lygis nesutrukdytų vaiko harmoningai raidai. 5–6 metų vaikams sudaromos sąlygos gerai pasiruošti mokymuisi mokykloje (ypač kaimo vietovėse). Darželiai rūpinasi, kad būtų padidintos „nestandartinių“ vaikų (ypač gabių, turinčių specifinių polinkių ar vystymosi bei elgesio trūkumų), optimalios integracijos į visuomenę galimybės.

I n t e g r a c i j o s p r i n c i p a s

Mūsų šalies darželiai sudaro sąlygas bręstančios asmenybės ir visuomenės sociokultūrinės integracijos prielaidoms formuotis.

Gerbiamas vaiko asmenybės skleidimosi integralumas, harmoningumas: siekiama fizinio, psichinio ir socialinio ugdymo darnos, vaiko pažinimo, jausminės ir veiklos patirties sąveikos, besiformuojančio vaizdo apie supantį pasaulį vientisumo. Stengiamasi garantuoti vaiko ugdymo šeimoje ir darželyje darną.

D i f e r e n c i j a v i m o p r i n c i p a s

Vaikai ugdomi, atsižvelgiant į individualias jų savybes, ugdymo šeimoje tradicijas ir vaikų patirtį.

Taikomi skirtingi poveikio būdai, ugdymo metodai, kurie ugdomi pagal individualizuotas programas. Stengiamasi dažniau taikyti individualaus ugdymo ar ugdymo nedidelėmis grupelėmis būdus.

kai gali būti 6-12 val. per dieną. Specializuotuose (gydomuosiuose ir tam tikros pakraipos – dailės, muzikos ir kt.), privačiuose (šeimų, religinių bendruomenių ir kt.) darželiuose gali būti išsamiau įgyvendinami tik vienas ar keli ugdymo uždaviniai, o vaikai juose dažniausiai praleidžia 2–6 val. per dieną (išimtis – savaitiniai visos paros darželiai). Vaikų lopšelių ir darželių grupės atitinka vaikų amžiaus tarpsnius :

- 3–4 metų,
- 4–5 metų,
- 5–6 metų grupės.

Grupių darželiuose (į juos priimami dažniausia ne jaunesni kaip 3 metų vaikai) turėtų būti nedaug (4–6), o vaikų grupėje iki 15 (deja, dažnai darželiai būna perpildyti). Grupėje dažnai būna ir skirtingo amžiaus vaikai: broliukai ir sesutės arba dviejų metų amžiaus (4–5, 5–6 metų). Grupėje gali dirbti dvi auklėtojos arba auklėtoja ir jos padėjėja.

Vaikų bendrasis ugdymas organizuojamas įvertinant jų ypatingumą: 1) vaikas bręstanti asmenybė, turinti **savo ir socialinius poreikius** (nori būti mylimas, gerbiamas, suprastas, savarankiškas, pažinti, bendrauti, rasti savo vietą, trokšta aktyvios veiklos); 2) vaikai labai **skirtingi** (nevienodai greitai auga ir bręsta, gyvenimo ritmas individualus, skirtinga asmeninė patirtis, skirtingai jaučia ir patiria bei išreiškia, formuoja savo gyvenimo būdą); 3) vaikai **panašūs** – sparčiau ar lėčiau žengia tuo pačiu vystymosi keliu (nuo judesių, veiksmų, mimikos naudojimo sprendžiant problemas ar bendraujant, prie kalbos priemonių vyravimo; nuo paprastos nesudėtingos kalbos – prie turtingos, rišlios, nuo svajonių, prasimanymų ir tikrovės faktų painiojimo – prie aiškaus jų skyrimo; nuo alogiško mąstymo – prie logiško; nuo impulsyvaus elgesio – prie elementarios savikontrolės; nuo didelio judrumo – prie ramybės būsenos išlaikymo; nuo žaidimo, veiklos šalia bendraamžių – prie bendradarbiavimo su jais ir kt.).

Kiekvienam vaikui stengiamasi sudaryti sąlygas, kad galėtų gyventi pagal savo individualų ritmą, jei jis nepažeidžia grupės interesų. Jei yra kitaip, vaikui padedama prisitaikyti prie grupės gyvenimo ritmo. Kad būtų išlaikomas individualus gyvenimo ritmas, sudaromos sąlygos savo nuožiūra veikti ir ilsėtis. Tam gali būti įrengti **veiklos kampeliai**. Tinkamai įrengti veiklos kampeliai padeda sumažinti kolektyvines ugdymo formas, labiau diferencijuoti ar net individualizuoti vaikų ugdymą. Kampeliuose bendraujant su kitais vaikais, su auklėtoja, dalijantis patirtimi, sumanymais, klostosi vertybinis vaiko santykis su aplinka. Gali būti įrengti tokie **veiklos kampeliai**: statybinių žaidimų, gamtos, kalbos, dailės ir rankų darbų, muzikos, stalo žaidimų, judėjimo, naujienų, poilsio ir kt. kampeliai. Vaikai daug laiko praleidžia lauke. Todėl įrengiami sporto aikštynai, smėlio dėžės, baseinėliai. Tam tikrą fizinį krūvį vaikas gauna kambaryje įvairios veiklos metu (įvairi sportinė įranga kambaryje ar koridoriuje). Vaikas ir savarankiškai gali lavinti kūną. Kūno kultūros pratybos būna kasdien. Jos padeda įgyvendinti svarbiausią vaikų fizinio ugdymo darželyje **tikslą** – stiprinti fizinę, psichinę ir emocinę vaiko sveikatą tenkinant judėjimo, plėtojant saviraiškos poreikius.

Kadangi dar nenusistovėjo darželio ir pradinės mokyklos pedagoginės metodinės ugdymo sistemos, o ir atskirų autorių nuostatos šiek tiek skiriasi, todėl ir fizinio ugdymo uždaviniai formuluojami įvairiai. Vis dėlto daugelis autorių skiria: 1) **sveikatos stiprinimo** uždavinius – skatinti normalų vaiko augimą ir vystymąsi, jį grūdinti (didinti atsparumą nepalankiems veiksniams), formuoti taisyklingą laikyseną, pratinti laikytis režimo ir asmens higienos reikalavimų; 2) **mokymo ir lavinimo** uždavinius – formuoti judėjimo gebėjimus (pvz.: pratinti išmokus judesius ir veiksmus taikyti žaidžiant ir kitoje kasdieninėje veikloje, lavinti fizines ypatybes – greitumą, koordinaciją, lankstumą, ištvermę), aktyvinti ir plėtoti organizmo sistemų veiklą; 3) **auklėjimo uždavinius** – ugdyti dorovines savybes (gerumą, draugiškumą, sąžiningumą, kuklumą, pagarbą partneriui, pratinti valdyti spontaniško pykčio, agresijos ir kt. apraiškas), formuoti žmogaus judesių grožio supratimą, gebėjimą vertinti grožį ir kurti jį fizinės veiklos metu; ugdyti valios savybes (atkaklumą, ryžtą, drąsą, pasitikėjimą savo jėgomis) (V. Kuklys ir V. Blauzdys, 2000, p. 24).

Vaikų fizinis ugdymas darželyje grindžiamas anksčiau jau išvardintais bendraisiais ugdymo principais.

T a u t i š k u m o principas. Per fizines pratybas kalbama gimtąja kalba, remiamasi tautine kultūra – tautiniais žaidimais, sporto tradicijomis. Ugdomas doras, kūrybingas žmogus, fizinė veikla įprasminama kaip vertybė.

H u m a n i š k u m o principas. Pripažįstama teisė būti fiziškai kitokiam: suprasti judesio „kalbą“ ir

išreikšti save per judesį, siekti išraiškos kūrybiškumo, estetiškumo, savitumo, tyrinėti judesį ir pajusti savo kūno galimybes. Saugoma ir stiprinama fizinė ir psichinė darželinuko sveikata, stengiamasi tenkinti jo poreikį judėti, ilsėtis. Draudžiama žeminti silpnesnius, sudaroma teigiama aplinka.

D e m o k r a t i š k u m o principas. Darželiai gali rinktis kūno kultūros programą, fizinio ugdymo formas ir metodus. Pasirinkta fizinio ugdymo sistema neturi prieštarauti naujai ikimokyklinio ugdymo kryptčiai, pagrindiniams jos principams. Vengiama psichiką traumuojančių situacijų: vaikas per fizines pratybas gali nedaryti jam nepatikusio pratimo, rinktis žaidimą, nesiekti kuo tiksliau atlikti pratimų ir kt.

I n t e g r a c i j o s principas. Asmenybė ugdoma harmoningai puoselėjant fizines, psichines ir socialines savybes bei siekiant pažinimo per jausmus ir veiklą vientisumo. Nerekomenduojama ugdymo turinį skirstyti į atskirus mokymo dalykus. Išimtis – kūno kultūra, nes reikia specialios aprangos, vietos ir **metodikos**. Šių pratybų turinys turėtų būti įvairus. Atsisakoma komandų, retai kada skaičiuojama darant pratimus, o juos atliekant vyrauja vaidybos elementas; praktikuojami žaidimai, turintys siužetus. Fizinis aktyvumas derinamas su vaiko natūralia veikla, pvz., vienas ar keli veiklos kampeliai sudaro sąlygas spontaniškai ar kryptingai judėti. Per dieną, savaitę, mėnesį, metus į darželinuko dienos režimą integruojamos įvairios **kūno kultūros formos**: ryto mankšta, mankštos pertraukėlės ugdymo veikloje, fiziniai pratimai pasivaikščiavimo metu, sporto pramogos, šventės, sveikatos dienos, savarankiška fizinė veikla, specialios fizinio ugdymo pratybos (anksčiau vadintos pamokėlėmis).

D i f e r e n c i j a v i m o principas. Vaikas ugdomas atsižvelgiant į prigimtines jo savybes ir patirtį. Kiekvienas vaikas unikalus, bet esama ir bendrų bruožų: dauguma sveikų vaikų mėgsta žaisti judriuosius žaidimus, eikvoti fizinę energiją, kartais paišdykauti, išreikšti savąjį „aš“. Šiuos poreikius jie tenkina skirtingai, todėl pagal tai galima grupuoti vaikus (diferencijuoti), o, esant galimybėms, ir individualizuoti judėjimo veiklą. Fiziniai pratimai turi atitikti darželinuko amžių, temperamentą, charakterį, judėjimo ir kūrybos poreikį. Vaikams, turintiems sveikatos sutrikimų, parenkami korekcinio pobūdžio pratimai, fizinis krūvis, pvz., skiriama daugiau pratimų lavinančių tas raumenų grupes, kurios yra mažiausiai išlavintos, taisomi laikysenos, koordinacijos sutrikimai, dažniau mankštinamasi pagal individualią programą (V. Kuklys ir V. Blauzdys, 2000, p. 24–26).

Darželinukams, kaip ir moksleiviams ar kito amžiaus žmonėms, plačiai taikomi visi **metodiniai fizinio ugdymo principai**: sąmoningumo ir aktyvumo, sistemingumo, prieinamumo ir individualizavimo, vaizdumo, laipsniško reikalavimų didinimo (progresavimo) principai.

Fizinis krūvis atliekant pratimus

Fizinis krūvis turi atitikti vaiko amžių, fizinį pajėgumą, sveikatą. Vaikų širdies raumenys kur kas jautresni nei su-

augusiųjų, todėl jų širdis dažniau plaka netgi ramybės metu ir dirbant nesunkų fizinį darbą. Pedagogas turi labai atsargiai normuoti fizinį krūvį.

Ikimokyklinukams (iki 6 metų) būdingas spartus vystymasis (ypač tai ryšku pirmaisiais (kūdikystės) gyvenimo metais). Vėliau vystymosi tempai sulėtėja. Vaiko ūgis kasmet padidėja vidutiniškai 6 cm, o svoris 2 kg. Atramos judėjimo aparatas vystosi gana greitai, tačiau vaikų kaulai skiriasi nuo suaugusiųjų – juose daugiau vandens, organinių medžiagų, didelę dalį skeleto sudaro kremzlinis audinys, todėl vaikų kaulai yra elastingi, lankstūs, tačiau, veikiami įvairių neigiamų veiksnių, greičiau iškrypsta (ypač stuburas).

Vaiko raumenynas dar silpnai išvystytas. Raumenims tenka tik apie 25 proc. viso kūno masės (suaugusiojo 40–43 proc.). Stambieji raumenys išsivysto anksčiau už smulkiuosius. Darželinukas, sėkmingai įvaldęs galūnių judesius, sunkiau valdo smulkiuosius plaštakos raumenis. Lenkiamieji raumenys šiame amžiaus tarpsnyje yra geriau išvystę negu tiesiamieji raumenys, todėl būtina lavinti tiesiamuosius raumenis (nugaros, kaklo ir kt.), kurie turi įtakos formuojant taisyklingą kūno laikyseną.

Vaikų kvėpavimo organai savo sandara ir gebėjimu adaptuotis prie fizinio krūvio iš esmės skiriasi nuo suaugusiųjų. Krūtinės ląsta yra kūgio formos, tarpšonkauliniai raumenys išvystyti palyginti silpnai, todėl vaikų kvėpavimas yra paviršutinis, negilus, plaučių gyvybinis tūris nedidelis. Vyresniųjų darželinukų gyvybinis plaučių tūris yra maždaug 1000–1300 ml. Vaikui augant, kvėpavimo dažnumas retėja. Trejų metų vaiko kvėpavimo dažnumas – 30–26 kartai, o 4–7 metų – 26 – 22 kartai. Dinamiška fizinė veikla padeda tobulinti vaiko kvėpavimo aparatą. Fizinio krūvio metu vaiko plaučių ventilacija padidėja ne tik dėl dažnesnio, bet ir dėl gilesnio kvėpavimo, todėl, organizuojant fizinę veiklą, labai svarbu sudaryti sąlygas (gerai

išvėdinti patalpas, mankštintis lauke), kad darželinuko organizmas gautų gryno oro. Vaikai turi pratintis derinti judesius su kvėpavimu, reikia mokyti taisyklingai kvėpuoti – įkvėpti pro nosį, iškvėpti pro burną. Iškvėpdamas vaikas gali tarti įvairius garsus – ššš, žžž.

Darželinukų centrinei nervų sistemai būdinga nepakankama jaudinimo ir slopinimo procesų pusiausvyra. Vyrauja jaudinimo procesai, todėl vaikų dėmesys nepastovus ir tai apsunkina fizinio ugdymo procesą. Galima naudoti dėmesio sutelkimo pratimus, pvz., vaikai pagal ženklą turi atlikti kokią nors užduotį: pažeisti ėjimo kryptį, bėgti greičiau ar lėčiau, iš karto sustoti, laikytis elementariausių žaidimo taisyklių ir pan. Be to, reikia pažymėti, kad vaikų nervų sistema yra labai plastiška – tai padeda vaikams sėkmingai įvaldyti judesius ir sudėtingus judėjimo veiksmus. Tai priklauso nuo to, kaip pedagogas geba parinkti ir parodyti fizinius pratimus bei duoti darželinukams juos kartoti, derinti su įvairiomis žaidimų formomis. Intensyviau dirbant skeleto raumenims, funkcionuoja ir kitos organizmo sistemos – širdies ir kraujagyslių, kvėpavimo. Širdies svoris padidėja nuo 70,8 g (3–4 metų vaikų) iki 92,3 g (6–7 metų vaikų). Širdies masės ir kraujagyslių spindžio padidėjimas lemia gerą kraujotaką, didesnę širdies susitraukimų jėgą ir gerą širdies darbą. Darželinukų širdies susitraukimų dažnis (ŠSD) per minutę yra pakankamai didelis, pvz., penkių metų vaiko širdis susitraukia 95–97 kartus per minutę. Fizinės veiklos metu vaikų pulsas gali padidėti iki 190 tvinksnių per minutę. Augančiam organizmui reikia daug kraujo. Šį poreikį patenkina ŠSD. Kai fizinis krūvis didinamas pamažu, kraujotakos sistema suspėja adaptuotis ir aprūpinti dirbančius organus krauju. Jei fizinis krūvis didėja greičiau nei ši sistema spėja prisitaikyti ir tokie krūviai dažnai kartojasi, gali atsirasti patologinių reiškinių, todėl **fizinį krūvį reikia didinti pamažu, stengtis individualizuoti**, atsižvelgiant į kiekvieno ugdytinio fizines galias. Žaidžiantis vaikas instinktyviai reguliuoja savo širdies darbą sustodamas trumpam pailsėti arba atlikdamas ne tokius intensyvius judesius. Sistemingam ir saikingam kraujotakos bei kitų sistemų treniravimui reikalingas tinkamas fizinis krūvis. E. Adaškevičienė (1994, p. 70), remdamasi higienos specialistų duomenimis, rekomenduoja pramankštos metu siekti ne didesnio kaip 120–130 tv/min pulso. Paprastai tokio fizinio krūvio visiškai pakanka organizmo sistemos būsimai veiklai parengti. Galima atlikti pratimus einant arba stovint maža amplitudė, lengvus rąžymosi, tempimo pratimus. Sunkiausia tinkamai normuoti fizinį krūvį antroje pratybų dalyje. Minėtos autorės nuomone, pagrindinėje pratybų dalyje 150–170 tv/min. pulsas sveikiems 4–6 metų vaikams galėtų trukti 3–5 min. Prie tokių krūvių vaikai pratinami sistemingai, palaipsniui, labai atsakingai; siekti didesnio krūvio nėra reikalo ir pavojinga. Žaidimų metu krūvis gali būti ir didesnis, nes atsiranda emociniai išgyvenimai. Darželinukai greitai (po 3–4 min.) pavargsta ir reikia daryti 2–3 min. aktyvaus ar mišraus poilsio pertraukėlę. Būtina stebėti išorinius nuovargio požymius: veido odos spalvą, prakaitavimą, kvėpavimą, judesius, dėmesį, savijautą. Po didelio krūvio **būtiną vengti statiškos būsenos**.

Baigiamojoje pratybų dalyje fizinis krūvis palaipsniui mažinamas, parenkami ramūs žaidimai, atsigavimo, kvėpavimo pratimai. Iš atsigavimo po krūvio galima spręsti apie organizmo reakciją. Baigus mankštintis pulsas neturėtų būti dažnesnis kaip 110 tv/min., todėl baigiamoji pratybų dalis negali būti labai trumpa, nes nespėja normalizuotis organizmo sistemų veikla. Stengiamasi, kad darželinukai pajustų mankštintis džiaugsmą, pradėtų suprasti jo prasmę. Kai darželinukas noriai atlieka fizinius pratimus, supranta jų svarbą, domisi, pedagogui lengviau siekti drausmės ir reguliuoti fizinį krūvį, parengti vaiką mokymuisi mokykloje.

Šio poskyrio turinys įrodo glaudų bendrojo ir fizinio vaikų ugdymo ryšį: visų pirma, vaikas ugdymo grupėje metu gauna tam tikrą judėjimo patirtį, fizinį krūvį, atsigauja po kūrybinės ir kitokios veiklos, o taip pat, per įvairias kūno kultūros pratybas darželinukas tenkina ne tik judėjimo, saviraiškos, bet ir bendravimo, pažinimo poreikius, ugdo valią ir intelektą, mokosi valdyti emocijas ir poreikius, plėtoti individualumą. Taip ugdyti ir ugdytis skatina humaniškumo, demokratiškumo, tautiškumo ir ypač integracijos principai. Šiame poskyryje glaustai aptarta ir vaiko fizinė raida, bei kaip darželiai, atsižvelgdami į ją, taiko naujus fizinių pratybų savitumus.

X X
X

Ikimokyklinis amžius nepaprastai svarbus žmogaus tapsmui ir socializacijai. Kaip tik šiame amžiuje dedami asmenybės pamatai, kurie vėliau mažai kinta. Iki šalies nepriklausomybės atkūrimo darželiai panašėjo į mokyklas: vaikai sėdėjo prie stalų; norėdami kalbėti, kėlė ranką; vyravo žodiniai, o ne praktiniai ugdymo metodai, kolektyvinė veikla; mažai paisyta vaiko norų, reikmių; buvo labai apribota darželinuko

iniciatyva ir t. t. Aplinkos „nehumaniškumą“ lėmė ir darželių didumas, autoritariniai ugdymo metodai, žemas socialinis auklėtojos prestižas, nepakankama materialinė bazė. Vaikystė kaip savaiminė vertybė nebuvo branginama. Dabar visuomenės atsinaujinimo labui darželiai stengiasi užtikrinti laimingesnę vaikystę, laiduoti vaikui fizinę, psichinę ir socialinę gerovę, nepažeisti jo teisių, žvelgti į žmogų kaip į absoliučią vertybę. Vaikas yra konkreti tautos dalis, todėl tauta turi sudaryti jam galimybę tapti **visaverčiu** žmogumi, taigi, ir kūno kultūra įgyja naują prasmę. Ja siekiama plėtoti ne tik fizinę, bet ir psichinę prigimtį, mokoma pažinti savo kūno sandarą, organizmo sistemų ryšius su aplinka. Tobulinant motoriką, tvirtinama sveikata ir darželinukas ugdomas visapusiškai.

Užduotys:

- *Aptarkite ugdymo tikslo sampratą.*
- *Apibūdinkite ugdytinio ir ugdytojo ugdomąją sąveiką.*
- *Įvardykite veiksnius, lemiančius fizinio ugdymo tikslo ir uždavinių formulavimą.*
- *Pasakykite savo nuomonę apie bendrojo ir fizinio ugdymo principų reikšmę bręstančiai asmenybei.*
- *Įrodykite, kad fizinį krūvį darželinukams per fizines pratybas būtina reguliuoti.*
- *Pasakykite savo nuomonę apie fizinio krūvio reguliavimo būdus.*
- *Padarykite išvadas apie fizinio ugdymo proceso darželyje atnaujinimą.*

PAGRINDINĖ LITERATŪRA

1. Adaškevičienė E. Vaikų fizinio ugdymo pedagogika : vadovėlis ikimokyklinio ir pradinio ugdymo specialybių studentams. – Vilnius : Egalda, 1994. – 196 p.
2. Kuklys V., Blauzdys V. Kūno kultūros teorijos ir metodikos terminai bei sąvokos. – Vilnius : VPU 1-kla, 2000. – 92 p.
3. Rajeckas V. Ugdomasis mokymas // Lietuvos edukologija. – Vilnius : Leidybos centras, 1997, p. 114–123.
4. Savickytė V. Bendrieji ugdymo klausimai. – Šiauliai : Verslo 1-kla, 1997. – 130 p.
5. Vaikų darželių programa „Vėrinėlis“/ sudarė O. Monkevičienė. – Vilnius : Leidybos centras, 1993. – 241p.

Papildoma literatūra

1. Adaškevičienė E. Lietuvos ikimokyklinukų fizinis ugdymas. – Kaunas : Šviesa, 1993. – 206 p.
2. Adaškevičienė E. Integruoto ugdymo fizinėje veikloje konceptualieji klausimai // Lietuvos mokykla : ugdymo turinys ir būdas : konferencijos medžiaga. – Klaipėda : Klaipėdos universiteto 1-kla, 1995, p. 89–91.
3. Bitinas B. Bendrosios pedagogikos pagrindai. – Vilnius : VPU 1-kla, 1990. – 93 p.
4. Bitinas B. Edukologijos mokslinio pažinimo objekto ypatumai // Lietuvos Edukologija. – Vilnius : Leidybos centras, 1997, p. 69–75.
5. Jakavičius V., Juška A. Mokyklos pedagogika : vadovėlis pedagogikos specialybių studentams. – Kaunas : Šviesa, 1996. – 304 p.
6. Jakavičius V. Žmogaus ugdymas : įvadas į edukologijos studijas. – Klaipėda : Klaipėdos universiteto 1-kla, 1998. – 159 p.
7. Jovaiša L. Pedagogikos terminai. – Kaunas : Šviesa 1993. – 264 p.

2. BENDROJO LAVINIMO MOKYKLŲ, GIMNAZIJŲ MOKSLEIVIŲ FIZINIO UGDYMO KAITA

Kaip pasikeitė bendrojo lavinimo mokyklos samprata? Kuo svarbi holistinė kūno kultūra? Kuo reikšminga ugdomoji kūno kultūros funkcija? Kodėl fizinio ugdymo kaitai geresnis atnaujinimo terminas? Kuo remiantis formuluojami moksleivių fizinio ugdymo atnaujinimo principai? Kokie būdingiausi moksleivių fizinio ugdymo atnaujinimo bruožai? Kaip vertinama bendrojo lavinimo mokyklos reformos eiga ir fizinio ugdymo demokratinimas?

2.1. Bendrojo lavinimo mokyklos paskirtis

Mokyklos samprata „Lietuvos bendrojo lavinimo mokykla – savarankiška, demokratiškai organizuota, humanizmo principais ir bendrosiomis žmogaus vertybėmis savo gyvenimą grindžianti, išsikeltų ugdymo tikslų siekianti mokinių, jų tėvų ir mokytojų bendruomenė“ – rašoma Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos bendrosiose programose (toliau – Bendrosios programos, 1997, p. 9). Ten pat pažymėta, jog, atsižvelgdama į dabarties žmogaus ir visuomenės raidos tendencijas, bendrojo lavinimo mokykla siekia išugdyti nuostatas ir gebėjimus:

- logiškai, kritiškai, konstruktyviai mąstyti, argumentuotai rinktis, išmintingai apsispręsti;
- mokytis visą gyvenimą siekti, pažinti bei suprasti save patį, gyvenimą ir pasaulį, nuolat plėsti bendrą kultūrinę, socialinę ir profesinę kompetencijas;
- gyventi kartu su kitais – būti solidariu savo tautos nariu, darniai bendrauti ir bendradarbiauti su įvairių visuomenių bei kultūrų žmonėmis;
- atsakingai, kompetentingai veikti – savo aplinkos profesijos, visuomenės kultūrinio, ūkinio bei politinio gyvenimo srityse;
- išmintingai ir garbingai gyventi, prasmingai būti.

Visas ugdymas bendrojo lavinimo mokykloje yra orientuotas į vaiką, jaunuolę (į), jų poreikius ir gebėjimus. Mokykla padeda maksimaliai atskleisti asmens kūrybos galias ir gebėjimus tenkindama jo įgimtas reikmes: savirealizacijos – savęs įprasminimo, laisvės, meilės ir pagarbos, kūrybos, tvarkos ir darnos poreikius. **Bendrojo lavinimo mokykla – ne vien gyvenimui rengianti, bet ir moksleivio gyvenimo institucija, sergstinti savitas vaikystės ir jaunystės vertybes.**

Bendrojo lavinimo mokykla yra respublikos švietimo sistemos dalis, todėl jos veikla grindžiama bendraisiais švietimo sistemos principais: 1. **Humaniškumo** – asmens vertinimo, jo pasirinkimo laisvės ir atsakomybės teigimas. 2. **Demokratiškumo** – mokymasis ir gebėjimas vadovautis gyvenime įsisaugojimo demokratijos vertybėmis; švietimo demokratiškų santykių kūrimas ir plėtojimas; visuotinis švietimo prieinamumas; doros, kaip būtino demokratijos pagrindo, pripažinimas. 3. **Tautiškumo** – įsipareigojimas Lietuvos kultūrai, rūpestis jos identiteto išsaugojimu ir istoriniu tęstinumu. Lietuvos švietimas saugo ir plėtoja daugialypę, tautinių mažumų patirtimi praturtintą krašto kultūrą. 4. **Atsinaujinimo** – atvirumas kaitai ir kritiškas naujų idėjų priėmimas, laikantis universalių dorovės normų ir išsaugojant tautiškumo pagrindą (Lietuvos švietimo koncepcija, 1992, p.7).

Pagrindinis bendrojo lavinimo mokyklos **tikslas – išugdyti asmenį, pajėgų savarankiškai, o taip pat ir kartu su kitais, spręsti savo visuomenės gyvenimo problemas, pozityviai keisti pokomunistinę Lietuvos tikrovę, kūrybingai atsakyti į šiuolaikinio pasaulio iššūkius, gebantį įprasmingai savo gyvenimą prieštaringoje dabarties tikrovėje** (Bendrosios programos, 1997, p.11). Šį tikslą lemia dabarties žmogui vis sudėtingėjantis gyvenimas, Lietuvos visuomenės būklė, pagrindiniai jos raidos tikslai, Europos bei pasaulio kultūrinio, ūkinio, technologinio ir politinio gyvenimo tendencijos. Šios aplinkybės įpareigoja mokyklą siekti **brandžių vertybinių nuostatų, naujų žinių, mąstymo ir veiklos gebėjimų**. (Ugdymo uždaviniai plačiai aprašyti Bendrųjų programų p.11–21)

Lietuva, atgaivindama ir kūrybiškai plėtodama Europos kultūros ir demokratines politinio, ūkinio gyvenimo tradicijas, tautinį tapatumą laiduojančias vertybes, įsitraukdama į kultūrinę bei technologinę šiuolaikinio pasaulio raidą, kuria modernią valstybę.

Mokyklos veiklą grindžiančios vertybės

Mokykla pripažįsta nelygstamą žmogaus vertingumą, jo pasirinkimo laisvę ir dorovinę atsakomybę.

Jau atgimimo laikotarpiu 1989 metais Lietuvos vidurinės bendrojo lavinimo mokyklos koncepcijos autoriai ugdymo proceso **subjektu** įvardijo **žmogų**. Minėtoje koncepcijoje rašoma, kad, žvelgiant į žmogų kaip į **absoliučią vertybę** pagrindiniai bendrojo lavinimo mokyklos uždaviniai: 1. Puoselėti jo fizinę ir psichinę prigimtį, sudaryti sąlygas atsiskleisti jo individualybei, pažadinti siekimą per savauklą ir savikūrą tapti asmenybe. 2. Padėti tvirtus žmogaus dorovės pagrindus. 3. Ugdant žmogaus intelektą, emocijas, valią, brandinti jo nuostatą, kad jis yra gimtosios kultūros kūrėjas, atsakingas už jos raidą. 4. Ugdyti žmogaus pilietiškumą (p.11–12).

Mokykla ugdo moksleivių gebėjimą grįsti gyvenimą įsisąmonintomis demokratijos vertybėmis. Ji kuria demokratinius santykius ir skatina jų laikytis bendruomenės vidaus gyvenime, stengiasi atsižvelgti į kiekvieno vaiko, jaunuolės ir jaunuolio interesus bei poreikius, sudaryti sąlygas kiekvienam mokiniui kūrybiškai perimti kultūrinę patirtį, plėtoti savo gebėjimus, kūrybines galias, bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius.

Mokykla puoselėja moksleivių dorovę kaip būtiną demokratinės gyvensenos pagrindą, moko kasdienėje veikloje remtis sąmoningai pasirinktais doriniais principais. Ji ugdo žmonių lygiateisiškumo supratimą, pagarbą teisėtumui, sergsti lyčių lygybę, ugdo skirtingų grupių ir grupuočių solidarumą. Moksleiviai skatinami kritiškai vertinti tradicinę gyvenseną, toleruoti kitas kultūras ir gyvenimo būdus. Lietuvos mokykla puoselėja daugialypę, tautinių mažumų patirtimi praturtintą, krašto kultūrą, gerbia tautos kultūrų įvairovę, padeda išvelgti silpnąsias ir stipriąsias jų savybes. Ji atskleidžia bendrųjų žmogaus vertybių universalumą, amžinas, pastovias jų prasmes, parodo, kaip šios vertybės lemia mūsų asmeninį ir visuomeninį gyvenimą, padeda tapti atsakingam už save ir artimuosius. Moksleiviai skatinami išvelgti konfliktus, kylančius dėl nevienodų dorovinių požiūrių juos kritiškai įvertinti ir spręsti dialogo principu.

Šalies bendrojo lavinimo mokykla nuolat kinta, yra visada pasirengusi kritiškai ir kūrybiškai perimti naują patirtį, ta kryptimi orientuodama ugdytines ir ugdytinius.

2.2. Fizinio ugdymo kryptis ir funkcijos

Moksleivių fizinio ugdymo kryptis

Pasaulyje švietimo ir ugdymo sistemos esmingai keičiamos, dėl to moksleiviai patiria daug išgyvenimų. Tvirtinama,

kad gyvename perėjime **iš senos tvarkos į naują**: sakoma, kad mašinų amžius baigiasi ir prasideda **poindustrinis laikotarpis**. Kiti mano, kad mūsų bėdos kyla dėl spartaus technologijos vystymosi ir nespėjamų spręsti problemų. Dar kiti sako, kad prasidėjo **eksperimentų amžius**, kai iš naujo įvertinamos ir keičiamos senosios vertybės. Apibendrinant būtų galima pasakyti, jog patiriami **permainų sunkumai**. Dažnai atrodo, jog negatyvumas ir nusivylimas yra taisyklė, o ne išimtis, todėl nestebina sumaištis ir ugdymo bei fizinio ugdymo teorijose. Pastarajai darė ir darys didelį poveikį bendrosios ugdymo teorijos (filosofijos) idėjos. Lemtingų permainų tarpniais naujai peržvelgiamos įvairios ugdymo filosofijos pakraipos: idealizmas, realizmas, rytų filosofija, pragmatizmas, rekonstrukcionizmas, bihevizizmas, egzistencializmas, analitinė anglosaksų filosofija, įvairios marksizmo atmainos ir t. t. Šiuo metu pasaulio visuomenės radikalių permainų laikotarpiu daugelis nusistovėjusių ir įprastų dalykų tapo abejotini ar net ydingi.

Po nepriklausomybės atkūrimo Lietuvos pedagogams permainos tapo praktiškiausia būtinybe, o edukologams iškilo būtinybė įvertinti marksistinės ugdymo ir fizinio ugdymo teorijos bei praktikos palikimą, juo plačiai domimasi ir demokratiame pasaulyje. Antai H. Ozmon ir S. Craver knygoje „Filosofiniai ugdymo pagrindai“ (1996, p. 452) rašo, jog dabar tapo itin aktualios socialinio teisingumo, aplinkos, taikos pasaulyje, individualybės ir bendro labo, trečiojo pasaulio, asmenybės masinėje visuomenėje problemos. Todėl mokyklų dėmesys vėl gali pakrypti į humanizmą ir žmogaus problemas. Požiūrį į ugdymą praplečia neomarksistai. Minėti autoriai tvirtina, kad vis daugėja marksistinei ugdymo analizei skirtų knygų ir straipsnių, atrodo, gausėja ir jo šalininkų. Vargu ar marksistai kada nors dominuos ugdymo filosofijoje, bet jų ryžtas imtis platesnių socialinių, politinių ir ekonominių klausimų atveria perspektyvą. Net ir marksizmo oponentai pripažįsta, kad marksistinė analizė yra vertinga ir leidžia perprasti įvairias ugdymo dilemas.

Ugdytojams, studijavusiems marksistinę ugdymo teoriją, didesnę poveikį daro dar nepatirtos užsienio demokratinių šalių moksleivių ugdymo idėjos. **Tobulos sistemos, metodo ar požiūrio nėra**, todėl ir neiš-

vengiama diskusijų. Nūdienos praktika laukia geros teorijos. Paprastai dauguma mano, jog **gerą teoriją galima tiesiogiai** pritaikyti praktikos reikmėms ir gauti apčiuopiamų rezultatų. Kartais pedagogai niekinamai žiūri į teorijas, priekaištaudami dėl jų nepraktiškumo, nes tik viena kita teorija gali būti praktikoje taikoma tiesiogiai. Vis dėlto bandoma būtent taip taikyti teoriją ir todėl retai pavyksta nenusivilti.

Kūno kultūros mokytojui tenka parinkti fizinio ugdymo turinį, metodus, nuspręsti kokią mokomąją programą pasirinkti ar sudaryti, numatyti pamokų tikslus ir konkretinti jų uždavinius. Tai nelengva padaryti, nes išskyla nemažai filosofinio pobūdžio klausimų – kokie pamokų tikslai ir uždaviniai yra teisingi? ar tie tikslai išplaukia tik iš praktinės veiklos ir tų problemų su kuriomis jis ir jo mokiniai susiduria kasdien? Matyt, neatsirastų daug mokytojų, kurie galėtų rasti atsakymus ir deramai juos pagrįstų, todėl neretai daroma taip, kaip yra daugelyje mokyklų arba kaip jis įpratęs. Fizinio ugdymo teorijų ir metodikų išmanymas būtų veiksmingas racionalios praktikos veiklos pamatas. O teorinis įdirbis jau yra.

Dar pirmajame Lietuvos švietimo reformos etape iki 1990 m. kovo 11 d. parengti svarbūs švietimo raidai dokumentai: švietimo įstatymas, įvairių tipų mokyklų nuostatai, ugdymo turinio koncepcijos (tarp jų dvi kūno kultūros) ir t. t.

Antrajame etape, prasidėjusiame atkūrus Lietuvos valstybę, reorganizuotos respublikos švietimo valdymo struktūros, pradėta mokyklų pertvarka. Pagrįstai tvirtinama, jog mūsų bendrojo lavinimo mokyklos reforma, kuriant jos teorinius pagrindus, toli pažengė į priekį. Ji vykdoma remiantis Vakarų Europos šalių patirtimi, grindžiama demokratinėmis vertybėmis. Taip pat ir pagrįstai peikiama už idėjų neapibrėžtumą, kartais prieštarumą, neužbaigtumą, silpną teoretikų ryšį su praktikais, menką valstybės institucijų metodinę, ir ypač materialinę, paramą. Šie stabdantys reformą veiksniai bei bendrosios ugdymo teorijos pažanga atliepia ir moksleivių fiziniam ugdymui, juk bendrojo lavinimo mokyklos fizinio ugdymo pertvarka remiasi bendrųjų teorinių koncepcijų teiginiais ir didele dalimi priklauso nuo jų įgyvendinimo sėkmės. Kūno kultūros specialistams privalu išsiginčyti ateities bendrojo lavinimo mokyklos sampratą, suvokti šiandienę ir ateities mokyklos paskirtį, jos veiklą grindžiančias **vertybes ir principus**, pagrindinius **ugdymo tikslus ir uždavinius**, bendrojo ugdymo **turinį ir būdus**. Pavyzdžiu gali būti moksleivių fizinio ugdymo kryptys. Antai XIXa. pabaigoje Europoje, plintant švedų gimnastikai, susiformavo **biologinė fizinio lavinimo koncepcija**, kurios metodologinį pamatą sudarė biologijos ir medicinos mokslų nuostatos ir net metodai. Pagrindinė idėja – organizmo būklę galima labai pagerinti aktyviai fiziškai veikiant kūną. Jei kūnas mankštinamas mažai, gali sutrikti jo raida ir sumenkėti įgimtos fizinės galios. Šios koncepcijos ideologai nelabai reikšmingais laikė socialinius ir intelekto lavinimo aspektus, todėl fizinio lavinimo pamokos buvo panašios į **fizinio rengimo pratybas**. Fizinio parengtumo didinimas tapo pagrindiniu fizinio lavinimo pamokų tikslu. Reikia prisipažinti, jog šios koncepcijos teoriškai ir praktiškai gerai pasirengę vykdytojai vis dėlto pasiekė reikšmingų fizinio pajėgumo: fiziometrinių, fizinio darbingumo, fizinio parengtumo ir kt. rodiklių.

Iš pedagoginio idealizmo susiformavo **pedagoginė ugdymo fiziniu lavinimu koncepcija**. Ją lėmė reformų sąjūdis ir austrų fizinio ugdymo mokykla. Šios koncepcijos pamatinė idėja – judėjimas ir kūno lavinimas – yra vaisinga pažinimo galių, bendravimo įgūdžių ir charakterio savybių ugdymo priemonė. Judėjimo ir fizinė veikla nesiejama su istorine ar socialine perspektyva, tikslai formuluojami abstrakčiai, kartais net nesusiję su judėjimo veiksmiais. Pagrindinis metodologinis aspektas – fizinė veikla, organizuojama malonioje atmosferoje, tvarkingai, remiamasi funkcinio ugdymo idėja, todėl mokytojų rengimo programoje vyrauja **praktinė kryptis**. Nesistengiama paveikti ir plėtoti pažinimo, emocinės, socialinės ir estetiškos brandos.

Asmenybinė judėjimo ugdymo koncepcija yra panaši į pedagoginę ugdymo fiziniu lavinimu koncepciją. Jos idėja – judėjimas kaip egzistencijos būdas, todėl svarbu mokytis judėti. Svarbiausias metodologinis pamatas yra mokinio individualumo plėtotė bei raiška. Pedagoginis procesas vertinamas pagal individualius kriterijus. Taip itin sureikšminamas asmeninis fizinis aktyvumas, prarandami bendruomenės orientyrai ir fizinis ugdymas rizikuoja tapti izoliuotu tik savo klasės, geriausiu atveju, mokyklos, pasiekimu.

Konformistinė sporto socializacijos koncepcija inspiravo varžybinio sporto stiprėjimas. Jos šalininkams sportas yra reikšminga kultūrinė sritis, todėl verta išmokti sporto šakų techniką ir laikytis sporto vertybių. Tikslai formuluojami vartojant fizinio pajėgumo ir sportinio rengimo terminus. Turinys atspindi populiariausių sporto šakų technikos ir taktikos veiksmus. **Vyrauja mokytojo vadovaujantis vaidmuo, o mokinių pasiekimai vertinami pagal fizinių ypatybių, įvairių taisyklių žinojimo ir kontrolinio vertinimo rezultatus.**

Čia įvardytų fizinio ugdymo koncepcijų trūkumams išvengti atsiranda **kritinė konstruktyvi judėjimo socializacijos koncepcija**, kurios idėjinis pamatas – kritinio mąstymo ugdymas, humanistinės psichologijos ir pedagogikos nuostatos. Kūno kultūra yra svarbus moksleivio gyvenimo kokybinis kriterijus, o sportas – tik viena iš kūno kultūros funkcijų. Mokykla atveria galimybes per kūno kultūros pamokas ugdyti pažinimo gebėjimus, afektinę sferą. Neapsiribojama tik psichomotorine (ką mes fiziškai darome), o plėtojama ir kognityvinė (ką mes žinome: žinios, supratimas, sintezė, įvertinimas ir t. t.) bei afektinė (ką mes jaučiame: rūpinimasis, vertybių išraiška, jausmai ir t. t.) sritis. Mokytojo vaidmuo – partnerystė, orientacija į ugdytinį. Integruojami įvairūs formalūs ir neformalūs proceso ir rezultato vertinimo kriterijai, taikomas kriterinis ir ideografinis fizinio ugdymo pasiekimų vertinimas. Moksleivis ruošiamas gyventi ir kurti atviroje demokratinėje visuomenėje, praktikuoti kūno kultūrą visą gyvenimą.

Pastaroji fizinio ugdymo koncepcija taikoma Europos Sąjungos šalyse, kur gerbiamas žmogus individualumas, orumas jo fizinė prigimtis ir gebėjimai, todėl nauja, į mokinį orientuota, mokykla pagrįstai perša **holistinę pažiūrą** į ugdymą ir kūno kultūrą, t. y. **holistinę kūno kultūros kryptį**. „Holistinė kūno kultūros kryptis – tai žmogaus fizinės prigimties, o ne atskirų fizinio pajėgumo požymių ugdymas, atsižvelgiant į amžių, psichines bei dvasines nuostatas, gyvenimą ir laisvo pasirinkimo teisę“ (Sporto terminų žodynas, 1996 p. 169).

Holizmas – tai pažiūra, kuria reikalaujama suvokti reiškinį kaip tam tikrą vientisą visumą, netolygią jos elementų sumai (STŽ, 1990 p. 169). Taigi, **fizinio ugdymo holizmas** – socialinės, psichinės ir fizinės **darnos** prasminga paieška ir šios dermės įtvirtinimas bei plėtojimas. Mokykloje pagrįstai vyrauja bendrojo fizinio rengimo **metodinė linkmė, o ne atskirų sporto šakų specializacija**.

Pažymėtina, kad nuo 2000–2001 mokslo metų profilinio mokymo XI ir XII klasėse, be bendrosios kūno kultūros, galima pasirinkti ir atskirą sporto šaką. Pastaruoju atveju, pabrėžiamas tik dalykinis pamokų turinys, o fizinio ugdymo tikslas, uždaviniai ir siejami rezultatai lieka panašūs, kaip ir lankančių bendrosios kūno kultūros pamokas moksleivių.

Moksleivių ugdymo ir fizinio ugdymo funkcijos

Lemtingų visuomenei permainų tarpniais vyksta vertybių perkainojimas. Permainos vyksta

visą laiką, tačiau dabar jų tempas labai spartus. Lietuvos visuomenei orientuojantis į demokratinių šalių vertybes, keičiami besimokančio jaunimo ugdymo tikslai. Pasikeitę ugdymo tikslai reikalauja ir kitaip nei anksčiau ugdyti, todėl ugdymo tikslas ir uždaviniai praktinėje veikloje sukonkretinami, pabrėžiamas kuris nors komponentas svarbesnis tam tikroje visuomenėje ir tam tikru laikotarpiu. Sukonkretintieji ugdymo komponentai vadinami įvairiai – ugdymo ruožais, kryptimis, uždaviniais, sudėtinėmis dalimis, elementais, aspektais ir t. t. Tokia terminų įvairovė kelia maišatį, bet ją provokuoja preciziškų pedagogikos terminų stoka.

Ugdymas yra vientisas procesas, o jo atskirus komponentus galima vadinti **ugdymo sudėtinėmis dalimis** (šis terminas tradiciškai vartojamas dažniausiai). **Be to, norint pabrėžti ir aptarti konkrečios ugdymo sudėtinės dalies specifiką, vartojami ir šios dalies (pavyzdžiui, fizinio, protinio ugdymo) terminai**.

Žmogaus negalima išugdyti dalimis: pirmiausia jis išlavinamas fiziškai, vėliau – doriniu požiūriu arba tik protas. Žmogus – tai vientisa sistema, todėl ir atskiros ugdymo sudėtinės dalys negali būti plėtojamos visiškai atsietos viena nuo kitos, pvz., protinis lavinimas yra dorovinio, pilietiškumo ugdymo pagrindas, estetinis auklėjimas turi įtakos darbiniam, fizinis – protiniam, estetiniam ir t. t. Jeigu bent vieną ugdymo dalį ignoruosime, neišugdysime **visybinės asmenybės** (visapusiškos, harmoningos) **gebančios adaptuotis realioje aplinkoje**.

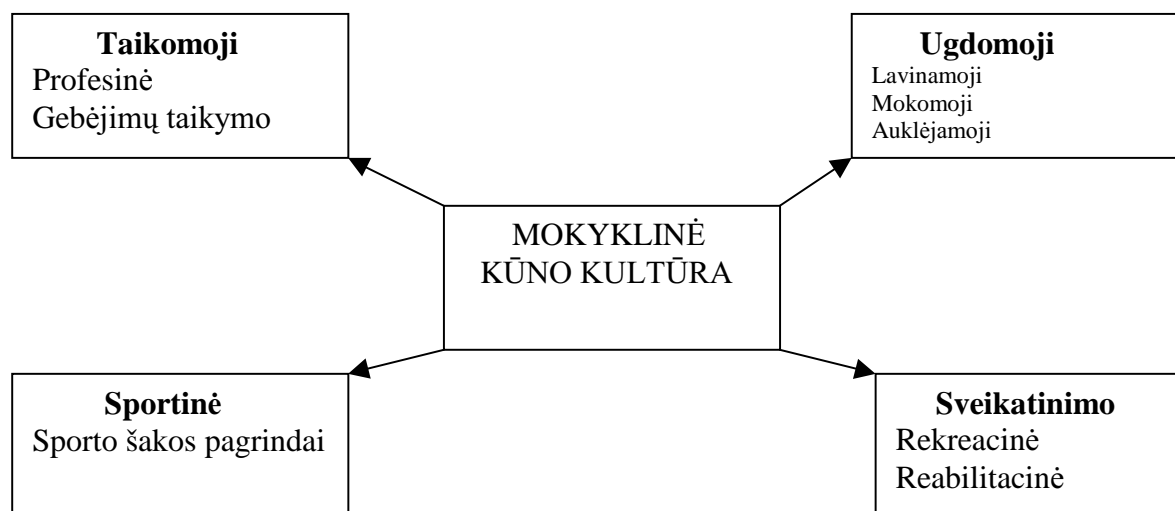
Pasaulio, o ypač mūsų visuomenei, žmogaus socialinė adaptacija yra viena iš aktualiausių ir sunkiai sprendžiamų problemų. Ugdymo procesas turi žmogui padėti adaptuotis gyvenime. L. Jovaiša (1993, p. 245) aiškina, jog žodžio „ugdymas“ turinys turi **vieną požymį** – kelti į ūgį, t. y., auginti, kad didėtų, plėtotųsi, vystytųsi, bręstų. Todėl ugdymas – bendriausia pedagogikos kategorija (nes vienas požymis). **Ugdymo sąveikos apimtis** didelė – ji apima auginimą, švietimą, mokymą, lavinimą, auklėjimą, formavimą. Anot L. Jovaišos, tarp šių sąvokų yra ryšys – jos viena kitą papildo, o susijusios, teikia kažką naujo (kalbama apie auklėjamąjį mokymą, lavinamąjį mokymą ir lavinamąjį auklėjimą). Taigi ugdymo **funkcijas** galima taip pavaizduoti: **auginimas – švietimas – mokymas – lavinimas – auklėjimas – formavimas**. Sporto terminų žodynas (1996, p. 615) skiria dvi tikslinančias ugdymą reikšmes: 1) bendriausioji pedago-

ginė kategorija – asmenybę kuriantis žmonių bendravimas sąveikaujant su aplinka. 2) planingas veikimas kito asmens, siekiant išugdyti tokias savybes, kurių jis dar neturi arba turi tik jų užuomazgą (pavyzdžiui, tėvynės meilės ugdymas). Pagrindiniai vienas nuo kito neatsiejami ugdymo **vyksmo aspektai** bei **funkcijos** yra: auginimas, mokymas, lavinimas, auklėjimas (p. 615). Be to, Sporto terminų žodynas (1996, p. 615) toliau paaiškina, jog fizinis ugdymas, tai „moksliškai pagrįstas pedagoginis vyksmas, kurio metu ugdytojas veikia ugdytinį, remdamasis kūno kultūros vertybėmis; ugdytinio ir ugdytojo bendravimas įgyvendinant tam tikrą asmenybės fizinės būsenos ugdymo programą“. Reikia pridurti, jog, apibrėžiant fizinio ugdymo sąvoką, be reikalo akcentuojamos tik kūno kultūros, o ne apskritai bendražmogiškosios, vertybės. Šiuolaikinė Lietuvos visuomenės situacija, matyt verčia labiau akcentuoti **dvasinę – vertybinę, negu proto – veiklos, fizinę – fiziologinę ugdymo sferas** (terminas „sferos“ vartojamas prof. B. Bitino darbuose).

Vertybinę kūno kultūros paskirtį išvelgia ir V. Stakionienė (žr. Žmogaus fizinis tobulumas/ parengė V. Stakionienė, 1987, p. 27). Ji skiria šiuos kūno kultūros **aspektus**: pirma, kūno kultūra – **rezultatas** to, ką visuomenė yra pasiekusi fiziškai tobulindama žmones; antra, kūno kultūra – racionaliai organizuota veikla (procesas); trečia, kūno kultūra – vertybių, tenkinančių žmonių ir visuomenės poreikius, **sankaupa**.

Kūno kultūros esmę atskleidžia jos **funkcijos** (paskirtis, vaidmuo). V. Stakionienė (1987, p. 29) skiria dvi apibendrintas kūno kultūros funkcijas: 1. Specifines funkcijas 2. Bendrakultūrinės, auklėjamąsias ir kitas socialines kultūros funkcijas.

Detalizuojant šiuolaikinės bendrojo lavinimo mokyklos kūno kultūros funkcijas, galima sudaryti tokią jų integracinę schemą.



Pav. Mokyklinės kūno kultūros funkcijos

Analizuojant mokyklinės kūno kultūros (kaip bendrosios kūno kultūros dalies) funkcijų schemą, matome, jog peiktina tokia tradicinė terminų vartosena, kaip pavyzdžiui, „kūno kultūra ir sportas“, „kūno kultūra ir fizinis ugdymas“. Tokia sąvokų vartosena yra nelogiška: juk nesakoma – pienas ir maisto produktai, obuoliai ir vaisiai ir t. t. Deja, vartosenoje mokyklinė kūno kultūra (pamatinis terminas) neretai sutapatinama su fiziniu ugdymu (dalies terminas), nors pastaroji yra tik viena iš kūno kultūros **funkcijų** – ugdomoji.

Iš paveikslo matome, kokia plati mokyklinės kūno kultūros sklaida ir galimas pedagoginis poveikis moksleiviui. Be abejo, bendrojo lavinimo mokykloje pamatinės kūno kultūros **ugdomoji** (fizinio ugdymo) ir sveikatos gerinimo (sveikatinimo) funkcijos, o taikomoji ir sportinė mažiau reikšmingos.

Fizinio ugdymo funkcija aprėpia fizinių pratimų, veiksmų technikos **mokymą**, ugdytinių proto galių ir fizinių ypatybių **lavinimą** bei **auklėjimą**, tai lyg **įvadas į kūno kultūrą**. Pagal vyraujančią funkciją, kūno kultūros pamokas galėtume vadinti **fizinio ugdymo pamokomis** arba **įvadu į kūno kultūrą**.

Tinkamai ir tikslingai organizuoto fizinio ugdymo proceso metu (per kūno kultūros pamokas ir po pamokų) taip pat stiprinama ir ugdytinių sveikata – **sveikatinimo funkcija**. Ugdytiniai atgauna jėgas po intensyvios sportinės veiklos, sveikatos sutrikimų ir ligų.

Apskritai kūno kultūros, kūno kultūros pamokų ir fizinio ugdymo **taikomoji funkcija** yra, pirmiausia, lavinti tas fizines ypatybes ir formuoti tuos judėjimo gebėjimus, kurių reikės būsimoje profesinėje veikloje. Tai pradeda labiau ryškėti tik aukštesnėse klasėse, gimnazijoje. Tuo tarpu išmokus judėjimo gebėjimus moksleiviai vienaip ar kitaip taiko buitinės, kūrybinės veiklos metu, per kūno kultūros pamokas.

Sportinė kūno kultūros funkcija labiausiai įgyvendinama per papildomas sporto pratybas po pamokų. Deja, dauguma moksleivių nelanko jokių sporto treniruočių ar mokyklos sporto būrelių pratybų. Vis dėlto, per kūno kultūros pamokas jie įgyja elementariausių žinių ir gebėjimų iš atskirų sporto šakų.

Nors visos įvardytos kūno kultūros (ir fizinio ugdymo) funkcijos bendrojo lavinimo mokyklose ir gimnazijose yra svarbios, tačiau jų reikšmė moksleiviui įvairiais visuomenės formavimosi laikotarpiais nebuvo vienoda. Antai, žymi kūno kultūros teoretikė V. Stakionienė (1987, p. 28) pagrįstai pastebėjo, jog kūno kultūros negalima per daug biologizuoti ir atsieti nuo visuomenės gyvenimo sąlygų. Reikia suprasti objektyvų jos poveikį žmogui, žmonių santykiams, būdingą jos savybę tenkinti ir ugdyti asmenybės ir visuomenės poreikius, plėtoti kultūrinės vertybes.

Pažangesni sovietinės okupacijos laikotarpio Lietuvos mokslininkai jau brandino mintį, kad, skiepydama fizinio tobulėjimo poreikį ir pomėgį, fizinio ugdymo sistema ugdytų ne tik sveikesnį žmogų, bet ir veiktų jo įsitikinimus, vertybines nuostatas bei elgesį. Tuo metu kūno kultūra neišvengė politinio poveikio, kuris labiau buvo jaučiamas sporte. To meto vertybių (tarp jų ir kūno kultūros) sistemoje teoriniai darbai neturėjo platesnės taikomosios erdvės. Dabar švietimo reforma atvėrė aiškesnę perspektyvą pažangesnėms demokratinėms ir humanistinėms idėjoms: laiduoti teisinį, informacinį, mokslinį bei metodinį aprūpinimą.

Šiuo metu per kūno kultūros pamokas bendrojo lavinimo mokykloje vyrauja vienos, o popamokiniu metu – kitos **kūno kultūros ir fizinio ugdymo funkcijos**. 1999 metais raštu apklausėme įvairių respublikos miestų ir rajonų 217 kūno kultūros mokytojų. Įsitikinome, kad jiems svarbiausia **kūno kultūros funkcija** yra moksleivių **sveikatinimo** (tą pažymėjo net 90,8 proc. apklaustųjų). 74,2 proc. mokytojų labai svarbi ir **lavinamoji fizinio ugdymo funkcija**. Pažymėtina, kad tarp pirmojo ir antrojo atsakymų rezultatų yra net statistiškai žymus ($p < 0,05$) skirtumas. Žymiai mažiau ($p < 0,05$) mokytojų nei pirmosioms dviem pirmenybę teikia mokomajai (31,8 proc.) ir auklėjamajai (29,5 proc.) fizinio ugdymo funkcijai. Apklaustieji anketoje pažymėjo ne vieną, o kelias svarbiausias funkcijas, todėl procentų suma yra didesnė nei 100.

Ta pačia tyrimo metodika 1994 metais esame apklausę 173 kūno kultūros mokytojus. Ir prieš penkerius metus pedagogams buvo svarbiausios tos pačios moksleivių kūno kultūros ir fizinio ugdymo funkcijos – sveikatinimo (84,3 proc.) ir lavinimo (73,2 proc.). Trečiąja funkcija akcentuota auklėjamoji (34,9 proc.), tačiau ji tik nežymiai aplenkė mokomąją fizinio ugdymo funkciją (23,2 proc. apklaustųjų ją itin iškelia). Beje, 1994 metais tarp pirmojo ir antrojo atsakymo rezultatų skirtumas buvo statistiškai nereikšmingas, o tarp abiejų pirmųjų ir likusiųjų funkcijų skirtumas ženklus ($p < 0,05$). Todėl galima teigti, kad per penkerius šalis nepriklausomybės ir švietimo reformos metus kūno kultūros mokytojų nuomonė apie kūno kultūros ir fizinio moksleivių ugdymo paskirtį beveik nepakito.

Šio poskyrio dalyje glaustai aptartas tik procesinis kūno kultūros aspektas – **fizinis moksleivių ugdymas**. Negvildenti šio proceso **rezultato ir vertybiniai aspektai** (jie aptariami trečiajame leidinio skyriuje). Nūnai moksleivių fizinio ugdymo procesas toliau kreipiamas bendrojo lavinimo mokyklų reformos dokumentuose išskeltoms idėjoms ir naujovėms įgyvendinti. Fizinį ugdymą turėtume suprasti ne vien tik kaip moksleivio biologinę kaitą, o daugiau kaip fizinės prigimties tolimesnę sklaidą socialinės veiklos metu. Strategiškai svarbu skleisti holistinę asmens kūno kultūros sampratą: suvokti mokyklinės kūno kultūros ir įvairių sociokultūrinio gyvenimo sričių įvairialypį sąryšį.

2.3. Moksleivių fizinio ugdymo atnaujinimo principai

Ką reiškia kaita

Kaita yra sudėtingas reiškinys. Norint šį procesą bent kiek valdyti, reikia jį perprasti. Pirmiausia aptarsime jos sampratą, ir kaip ji pasireiškia institucijoje ir individe.

Švietimo kaita moksleivių pasiekimus galima paveikti tada, kai ji apima visą įvykių visumą: nuo švieti-

mo politikos iki veiklos klasėje. Tai iš dalies paaiškina skirtingą reformos tempą, nes kiekvienas mokytojas tą procesą įveikia savo sparta. Kadangi išsipareigojama konkrečioms reformoms, todėl nevienoda sparta judančios įvairios mokytojų grupės gali priešingai vertinti tam tikrų valstybinės švietimo reformos aspektų naudą toje pačioje mokykloje. Be abejo, nereikėtų manyti, jog visi pokyčiai geri, ypač jei naujovių yra per daug. Galima laukti ketveriopo rezultato (D. Hopkins, M. Ainscow, M. West, 1998, p. 46):

Vieno tipo pokyčių būna tuomet, kai naujovė gera ir gerai įgyvendinta.

Antro tipo pokyčiai geri, tačiau netikusiai įgyvendinti (pvz., mokymosi lygių įgyvendinimas atėmė daug laiko, turėjo neigiamos įtakos pedagogų ir moksleivių, pedagogų ir tėvų santykiams (čia ir kiti pavyzdžiai V. Blauzdžio).

Trečio tipo pokyčiai esti tokie, kai mokyklai ir jos mokytojams arba moksleiviams pakanka išvalgumo kad nebūtų įgyvendintas nevykęs pokytis (pvz., kai kuriose mokyklose formuojasi galinga tėvų, vadovų ir mokytojų koalicija prieš ketinimą įgyvendinti profilinį mokymą XI–XII klasėse. Šis priešinimasis privertė vyriausybę šiek tiek pakoreguoti savo sprendimą).

Ketvirto tipo pokyčiai yra situacija, kurios labiausiai norima išvengti – kai labai gerai įgyvendinamas nevykęs pokytis. D. Hopkins, M. Ainscow, M. West nuomone, daugelyje įvairių šalių mokyklų dažnesni antrojo ir ketvirtojo tipo pokyčiai.

Kaita dažniausia būna: 1) **natūrali** – nuoseklus, dažniausiai nežymus perėjimas iš vieno būvio į kitą; 2) **planinga** – kai siekiama sustabdyti savaiminę įvykių raidą ir tam tikrą dieną, nutraukus ankstesnę veiklą, įvesti naują tvarką. Bandytas daryti įtaką naujovėms yra **kaita mikrolygiu**, o reforma – **makrolygiu**. Naujovės susijusios su konkrečių švietimo aspektų tobulinimu, o reforma – politinis procesas, susijęs su galių pasiskirstymu. Kaitos, kuri pasireiškia įvairiomis formomis, šaltiniai paprastai esti dvejopi: **išorės** ir **vidaus**. Vidaus, nesvarbu ar individo, ar institucijos, kaita suvokiama kaip natūrali arba organiška. Išorės kaitą, priešingai, yra sunkiau priimti, juk įtaką kiti darys mums, mūsų mokyklai. Apie kaitą rašantys autoriai dažnai pabrėžia, kad **priešinimasis tokiam staigiam būklės pasikeitimui, netgi kai tai tikrai atrodo į gerą, yra natūralus**.

Minėti autoriai švietimo kaitai įvardyti siūlo vartoti **atnaujinimo, augimo, tobulinimosi, apmąstymų** terminus, taip pabrėžiama paties individo pastangų pirmenybė. Švietimo naujovių **įdiegimas, įgyvendinimas** daugiau rodo, jog jos nuleistos „iš viršaus“. Teigiama, jog: 1) kaita įvyksta per tam tikrą laiką, 2) laikomasi įvairių požiūrių (nors jie ir prieštaringi, tačiau padeda geriau suprasti ir veikti), 3) vykstančią kaitą būtina įsisamontinti, 4) konfliktai ir nesutarimai neišvengiami, 5) kaitai priešinamasi, 6) pravartu investuoti į mokytojus ir mokyklas.

Iš to, kas pasakyta, aiškėja, jog mūsų šalyje dažniausiai ir pagrįstai vartojami terminai „Švietimo kaita“, „Ugdymo kaita“, nes jie rodo didesnę švietimo institucijų, o ne pačių pedagogų, moksleivių įtaką vykstančioms naujovėms.

Fizinio ugdymo atnaujinimo principai

Principas – yra svarbus, esminis teiginys, kuriuo remiantis kas nors padaryta. Edukologijoje skiriami

mokymo arba **didaktikos** ir **auklėjimo** principai. Tai – bendriausi nurodymai pedagogui kaip organizuoti mokymo procesą, perteikti žinias, auklėti asmenybę. Jie reglamentuoja ugdymo turinį, mokymo formas, metodus. Keičiantis ugdymo tikslui, turiniui, peržiūrimi ir ugdymo principai bei juos patikslinantys reikalavimai. Dažniausiai publikacijų autoriai išskiria septynis didaktikos principus: 1) moksliskumo, 2) sistemingumo ir nuoseklumo, 3) teorijos ir praktikos ryšio, 4) sąmoningumo ir aktyvumo, 5) vaizdumo, 6) prieinamumo, 7) žinių tvirtumo.

Fizinio ugdymo procesui, ypač judėjimo veiksmų mokymui, fizinių ypatybių lavinimui, būdingi ne tik bendri pedagoginiai dėsningumai, bet ir specifiniai dėsningumai (ypatumai). Šie specifiniai dėsningumai vadinami **fizinio ugdymo metodiniais principais**. Galima skirti šiuos **metodinius fizinio ugdymo principus**: 1) sąmoningumo ir aktyvumo, 2) sistemingumo, 3) prieinamumo ir individualizavimo, 4) vaizdumo, 5) laipsniško reikalavimų didinimo (progresavimo) principus (žr. plačiau V. Kuklys ir V. Blauzdis. Kūno kultūros teorijos ir metodikos terminai bei sąvokos. – V., 2000, p. 10–12). Fizinio ugdymo metodinių principų supratimas – tai mokymo, fizinių ypatybių lavinimo auklėjimo dėsningumų, trumpiausio ir efektyviausio fizinio ugdymo uždavinių sprendimo būdo žinojimas.

Formuluojant fizinio ugdymo **atnaujinimo** principus remtasi Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos koncepcijoje (1989, p. 13) aprašytais pagrindiniais persitvarkymo krypties principais bei Lietuvos švietimo koncepcijoje (1992, p. 7) įvardytais Lietuvos švietimo principais. Atsižvelgta į kūno kultūros bendrosios programos (žr. Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos bendrosios programos. I–X klasės. – V., 1997, p. 352–370; Bendrojo lavinimo mokyklos bendrosios programos ir išsilavinimo standartai XI–XII klasei. – V., 1999, p.44–65) ir Kūno kultūros standartų (žr. Bendrojo išsilavinimo standartai I–X klasės. – V., 1997, p.155–184) esmę.

Tobulinant fizinį moksleivių ugdymą, derėtų siekti **vidinės** kaitos – pirmiausia ugdytinio ir ugdytojo augimo, tobulinimosi, žinių ir gebėjimų apmastymo, įsisąmoninimo. Tik tokia ne iš šalies primesta kaita yra veiksmingiausia, todėl, įvardijant fizinio ugdymo principus, vartotas **atnaujinimo** terminas ir samprata.

Moksleivių fizinio ugdymo atnaujinimo **principai yra šie** :

1. Fizinio ugdymo turinio ir metodų lankstumas bei naujumas.
2. Fizinio ugdymo diferencijavimas ir integravimas.
3. Humaniškumas ir demokratiškumas.
4. Tautiškumas ir pilietiškumas.

Kiekvieną fizinio ugdymo atnaujinimo principą sudaro dvi labai reikšmingos, **glaudžiai sąveikaujančios, dalys**. Jei nėra nors vienos iš jų, neįmanoma sėkmingai taikyti principo. Aptarsime kiekvieną principą.

Fizinio ugdymo turinio ir metodų lankstumo bei naujumo principas

Fizinio moksleivių ugdymo **turinys** – sudėtinė bendrojo ugdymo turinio dalis. Todėl fizinio ugdymo turinį lemia ne tik bendrieji ir fizinio ugdymo tikslai, bet ir vyraujanti bendrojo ir fizinio ugdymo samprata. Ugdymo turinys orientuojamas į asmens visapusišką kūrybinę sklaidą, o ne į dalyko žinias, paremtas atmintimi (tai buvo būdinga ankstesniam mokymui). Dalyko mokymas dabar neatsiejamas nuo visų ugdytinio galių plėtojimo, todėl dabar išgyvendinama akademizmo tendencija, kuri absoliutinai atskiro mokomojo dalyko uždavinius ir **nedaug tesugebėjo juos derinti su savarankios ir kūrybingos asmenybės ugdymu**. Remiantis šia nuostata, kūno kultūros mokomoji programa vadinama **ugdomąja programa**.

Mokykla nėra pasyvi visuomenę aptarnaujanti bendruomenė. Ji savo gyvenimą grindžia dabarties Lietuvos mokyklos samprata, kuri mokyklų bendruomenėms suteikia daug savarankiškumo. Todėl praktinis ugdymo (taip pat ir fizinio ugdymo) turinio kūrimas vyksta kiekvienoje mokykloje. Valstybė bendrojo lavinimo mokyklai siūlo tik ugdymo turinio kūrimo orientyrus: bendrojo ir fizinio ugdymo tikslus, Bendrąsias programas, Išsilavinimo standartus, lankščius ugdymo planus ir egzaminų sistemą.

Kuriant moksleivių fizinio ugdymo turinį, dažniausiai pasitelkiamas toje bendrojo lavinimo mokykloje tradicinių sporto šakų turinys. Jis gali būti įvairiai atsirenkamas: pagal moksleivių pomėgius ir pageidavimus, mokyklos turimą materialinę sporto bazę ir tradicijas, kūno kultūros mokytojo sportinę specializaciją ir panašiai. **Tai – nelengvas derinimo procesas**.

Ugdymo turinio programos sudaromos atskiroms bendrojo lavinimo mokyklos pakopoms – pradinei, pagrindinei, vidurinei, gimnazijos pakopai (koncentrui). Pagal ugdomosios medžiagos **pateikimo būdą**, dalykinės programos gali būti trejopos: **kompleksinės, koncentrinės ir linijinės**.

Kompleksinės programos vartojamos daugelio šalių (iš jų ir Lietuvos) pradinėse mokyklose. Čia ta pati tema, analizuojanti paprastai daugialypį reiškinių, nagrinėjama per visų ugdomųjų dalykų pamokas, pvz., tema „Ruduo“ nagrinėjama per gimtosios kalbos (moksleiviai skaito apie rudens darbus kaime), matematikos (skaičiuoja derlių), dailės ir darbelių (piešia, konstruoja darbo įrankius), muzikos (pagal gimtosios kalbos pamoką išmoktą tekstą kuria melodiją rudens motyvais), kūno kultūros (judesiais improvizuoja rudens derliaus rinkimą) pamokas. Taip pradinukai įgyja kompleksą žinių ir gebėjimų apie kurią nors gyvenimo tikrovės dalį.

Koncentrinėse programose ta pati tema nagrinėjama kelis kartus: siauriau žemesnėse, visa apimtimi aukštesnėse klasėse, pvz., kamuolio perdavimo būdai. Pradinukai mokosi paprasčiausiais, pasirinktais būdais perduoti sviedinuką partneriui. Dešimtmetėje mokykloje jau mokomasi atskiro sporto žaidimo kamuolio perdavimo būdų, juos taikyti besikeičiančiomis situacijomis. Dar sudėtingesnės situacijos modeliujamos gimnazistams.

Linijinėse programose temos išeinamos tik vieną kartą; pateikiama visa medžiaga ir išugdomi reikalingi gebėjimai. Prie temos grįžtama nebent kartojant žinias ar gebėjimus trimestro ar mokslo metų pabaigoje.

V–XII klasių kūno kultūros programose vyrauja koncentrinis turinio pateikimo būdas, bet yra ir linijinės programos elementų. Dėl ugdomųjų dalykų programų struktūros bei turinio daug diskutuojama, todėl ir jas kuriant, ir vertinant būna prieštarinių nuomonių.

Bendrojo lavinimo mokyklų **ugdymo planuose** skiriamos dvi struktūrinės dalys: 1) **privalomas ugdymo branduolys**, 2) **pasirenkamieji dalykai**. Tarp privalomųjų kiekvienai klasei dalykų įrašyta ir kūno kultūra. Privalomas branduolys skiriamas bendrojo išsilavinimo pagrindams sudaryti, o pasirenkamieji dalykai sudaro galimybę intensyviau plėtoti specialiuosius moksleivių gebėjimus, atsižvelgti į jų polinkius, mokyklos, taip pat ir vietos bendruomenės, sociokultūrinės reikmes. Privalomojo branduolio ir pasirenkamųjų dalykų santykis mokyklos pakopose yra nevienodas. **Pradinės mokyklos** (I–IV klasių) ugdymo turinys sutampa su privalomu branduoliu. Išimtis, kai muzikos, dailės, užsienio kalbų ar lietuvių kalbos nelietuvių mokyklose mokoma pagal pagilinto mokymo programas. Pagrindinėje mokykloje (V–X kl.) taip pat vyrauja privalomasis ugdymo branduolys. Įvairovę lemia platesnis atskirų dalykų patobulintas mokymas, o IX–X pagrindinės mokyklos ir I–II gimnazijos klasėse pradedamas palyginti paviršutiniškas ugdymo profiliavimas. **Vidurinės bendrojo lavinimo mokyklos** (XI–XII kl.) ir gimnazijos III–IV klasėse ugdymas dar labiau profiliuojamas. Profiliuojant siekiama kuo daugiau padėti ugdytiniui plėtoti įgimtus gabumus ir reikmes. Moksleiviai gali pasirinkti keturis ugdymo profilius: **humanitarinį, realinį, technologinį, meninį**. Kiekvienas profilis gali turėti siauresnių **pakraipų** (pvz., realinis profilis gali būti tikslųjų, gamtos mokslų ar ekonominės pakraipos). Mokykla nusprendžia kaip bus formuojama profilio pakraipa. Profilio mokymo klasėse sudaromos mobilios grupės (grupėje 5–30 moksleivių) iš moksleivių, pasirinkusių tą patį dalyką ar to paties kurso ar modulio programą. Taigi, **ugdymo turinys konkretinamas bendrojo lavinimo mokykloje, gimnazijoje**. Profilio mokymo XI–XII klasėms atskirų dalykų mokytojai rašo **individualiasis dalyko programas**, kurias tvirtina mokyklos direktorius.

Šiuolaikiškai sudarytos dalyko programos turinys yra tik vienas žingsnis, antrasis – ugdymo turinio apmąstymas, prasmingas mokymas ir mokymasis. Čia svarbi **ugdymo (si) metodų** paskirtis. Ugdymo metodų definicija (lot. *definitio* – trumpas mokslinis sąvokų, reiškinio esminių bruožų apibūdinimas) nevienoda. **Metodas** – veikimo būdas, kurį taikant, siekiamas kuris nors tikslas (apie fizinio ugdymo metodus bei jų pasirinkimą galima pasiskaityti mokymo priemonėje: Kuklys V. ir Blauzdys V. Kūno kultūros teorijos ir metodikos terminai bei sąvokos.– V., 2000, p. 8–9). Ugdymo metodai turi atitikti iškeltą tikslą ir uždavinius, ugdymo turinio pobūdį, todėl **metodams ar jų komplektams** pasirinkti daugiausia įtakos turi švietimo kaitos tendencijos ir vyraujančios ugdymo sampratos. Kiekviename laikmetyje vartojami įprastieji (tradiciniai) ir naujoviški (modernūs) metodai. Šis skirstymas gana sąlygiškas, nes ne visa kas nauja yra geriau už jau patirtą. Todėl šiandien tikslinga kitaip įvertinti metodus: **pagal požiūrį į mokyklos vaidmenį kultūros raidoje ir į kultūros tradicijų perėmimą**. Dabar išskiriamos **reprodukcinė ir interpretacinė nuostatos**, kurios įtakoja ir ugdymo (si) veiklą ir metodus. **Reprodukcinė nuostata** skatina taikyti pasyvaus, mechaninio žinių, gebėjimų perteikimo metodus. **Interpretacinė nuostata** siūlo aktyvaus ugdymo (si) metodus, padedančius ugdytiniams aiškintis, vertinti, spręsti, **atsakingai** veikti. Mokytojas gali rinktis ugdymo metodus ir jų kompleksus.

Fizinio ugdymo diferencijavimo ir integravimo principas

Skiriamas **išorinis** ir **vidinis** ugdymo **diferencijavimas**. Kadangi moksleiviai iš esmės skiriasi savo gebėjimais, polinkiais bei siekiais, mokykloms siūloma **išoriškai** diferencijuoti ugdymo turinį. Didesnis ar mažesnis ugdymo turinio diferencijavimas yra būtina sąlyga: a) kuriant diferencijuotą bendrojo lavinimo institucijų sistemą; b) įvedant profilinį mokymą XI–XII vidurinės bendrojo lavinimo mokyklos klasėse (su profiliavimo pradmenimis IX–X klasėse) ir gimnazijose; c) sudarant moksleiviams galimybę rinktis norimą discipliną iš palyginti plataus pasirenkamųjų dalykų sąrašo; d) diegiant skirtingos apimties ir sudėtingumo ugdomųjų dalykų programas ar kursus (nuo 1999 – 2000 mokslų metų bendrąjį lavinimą teikiančių mokyklų **mokymo planai** pervardinti į **ugdymo planus**); e) sudarant galimybę rinktis vieną iš kelių alternatyvių vadovėlių; f) rengiant mokytojo asmeninės patirties, moksleivių poreikių ir vietos sociokultūrinio konteksto

sąlygojamas individualias ugdymo programas ir kt.

Vidinis ugdymo diferencijavimas yra toks, kai, dirbant su visa klase, atsižvelgus į besimokančiųjų skirtynes, taip pat į didaktinį užsiėmimo tikslą, į dalyko specifiką, organizuojamas grupinis darbas. Vidinis diferencijavimas dar vadinamas – **didaktiniu diferencijavimu**. Didaktinio diferencijavimo pranašumas, kad jis užtikrina mokymo, lavinimo ir auklėjimo proceso lankstumą, nes mažos grupės klasės viduje nėra pastovios, statiškos. Kiekvienoje mažoje grupėje dar galimas **individualus požiūris arba individualūs darbai**, todėl vidinis diferencijavimas nėra tas pats, kas individualizavimas.

Norėdami nustatyti vidinio diferencijavimo vietą per kūno kultūros pamokas 1994 metais raštu apklausėme 173, o 1999 metais 217 kūno kultūros mokytojų. Gautieji atsakymai rodo, jog **diferencijuotas mokymas** užima gana svarbią vietą. Antai, pirmosios apklausos metu paaiškėjo, jog **pagrindinėje pamokų** dalyje vyravo grupinis moksleivių darbo organizavimo būdas. Jį propagavo net 77,5 proc. mokytojų. Individualų darbą taikė žymiai ($p < 0,05$) mažiau kūno kultūros mokytojų (47,8 proc.). 31,2 proc. apklaustųjų pirmenybę teikė frontaliui ugdytinių mankštinimuisi. 1994 metų aptarta tendencija išliko ir 1999 m.: vėl vyravo grupinis moksleivių darbas (tą pažymėjo 84,3 proc. mokytojų). Žymiai ($p < 0,05$) mažiau mokytojų skatino individualų darbą (28,1 proc.) ir frontali (29,0 proc.) darbą.

Vidinio diferencijavimo reikšmė ir taikymo galimybės yra skirtingos nevienodais amžiaus tarpsniais ir atskirose mokyklos pakopose. Išorinio ir didaktinio diferencijavimo derinimas dirbant su klase ar mobilią grupe yra pagrįstas ugdytinio pažinimu, individualiu priėjimu prie kiekvieno, leidžiant dirbti pagal savo gebėjimus, individualiu darbo tempu ir stiliumi.

Mokykla ir mokytojas savarankiškai kurdami ugdymo turinį (ir procesą) ne tik diferencijuoja, bet ir **integruoja**. Skiriami trys ugdymo turinio integracijos būdai: **sociokultūrinis, tarpdalykinis, vidinis dalyko**.

Sociokultūrine integracija siekiama fizinio ugdymo turinį priartinti prie moksleivio socialinės, kultūrinės patirties ir tenkinti jo amžių, lytį, fizinį aktyvumą bei sveikatą atitinkančius interesus. **Tarpdalykine** integracija norima stiprinti ryšius su ugdymo dalykų – gimtosios kalbos, biologijos, chemijos, fizikos, darbų ir buities kultūros, istorijos ir pilietinės visuomenės pagrindų, meno dalykų ir etikos kursais (teminė integracija), taikant tuos pačius žodinius, vaizdinius ar praktinius metodus (metodų integracija), vartojant bendras tam tikrų mokslo sričių sąvokas, remiantis mokslinėmis idėjomis, principais ir dėsniniais (konceptuali turinio integracija). **Vidine** integracija norima atsirinkti iš tam tikrų sporto šakų privalomąjį turinio minimumą ir maksimumą, jį susisteminti ir panaudoti ne tik žinioms kaupti, bet **ypač gebėjimams ugdyti, vertybinėms nuostatomis formuoti bei veiklos būdams plėsti**.

Sudarant kūno kultūros programos turinį, reikia atsižvelgti ir į integruojančias ugdymo programas: doriinio ugdymo, pilietiškumo ugdymo, ekologinio ugdymo, sveikatos ugdymo ir kt. Jos suteikia atskirų dalykų studijoms vertybinę orientaciją, padeda supažindinti moksleivius su atitinkamais veiklos būdais.

Aptartas fizinio ugdymo diferencijavimo ir integravimo principas pabrėžtinai orientuoja į asmenybės ir kultūros visuminę sampratą. Šių dviejų principo sudėtinių dalių sąveika grindžia visą Lietuvos švietimą, pedagoginį procesą.

H u m a n i š k u m o i r d e m o k r a t i š k u m o p r i n c i p a s

Humanistinės mokyklos ar, tiksliau tariant, humanistinio ugdymo idėja nėra labai nauja. Visais laikais geri mokytojai siekė ne tik perteikti moksleiviams žinias, bet ir kiekviename vaike matyti augantį žmogų, už kurio tapsmą jie yra atsakingi.

Humanistinę psichologiją nemažai įtakojo religijos ir Rytų filosofija. Žmogus laikomas vientisa asmenybe, apdovanota laisve, kūrybinėmis galiomis, sąmoningumu, poreikiu suteikti savo buvimui dvasinę prasmę. Humanistinę psichologiją padeda suprasti, kad asmuo yra aktyvus, autonomiškas, linkęs sąmoningai pasirinkti, galintis prisitaikyti ir kintantis.

Negalima atmesti ir bihevioristinės psichologijos, kuriai svarbiausia psichikos apraiška – elgesys ir veikla. Daugelis Vakarų šalių mokslininkų mano, jog būtent pedagogikoje biheviorizmo principų taikymas davė praktiškai reikšmingų rezultatų, todėl atrodo, jog, ugdant moksleivius, neverta akylai taikyti vieną ar kitą psichologijos koncepciją: kiekviena turi judėjimo į tobulesnį būvį savitų aspektų. Vis dėlto mūsų bendrojo lavinimo mokyklos koncepcijos kūrėjai daugiau skleidžia humanistinės psichologijos idėjas – tai

alternatyva buvusiai gana sustabarėjusiai, diktatoriškai ir nerangiai mokyklos kaitai.

Šiuolaikinis žmogus turėtų būti imlus kaitai, pasirengęs visą laiką tobulėti, prisitaikyti prie besikeičiančios aplinkos. Jo šiandieniniai gebėjimai jam nesuteikia saugumo, o tik atveria perspektyvą tolesniam mokymuisi. Šiuo požiūriu yra svarbūs N. L. Gage ir D. C. Berliner (1994, p. 383) suformuluoti pagrindiniai humanistinio ugdymo tikslai (jie priimtini ir kitų kryptčių pedagogams): 1) skatinti mokinių savimoką (vadovavimą sau) ir nepriklausomybę; 2) padėti mokiniams imtis didesnės atsakomybės apsisprendžiant ko mokytis; 3) didinti mokinių kūrybiškumą; 4) ugdyti mokinių domėjimąsi menu; 5) žadinti mokinių žingeidumą. Šie autoriai išskiria keletą pagrindinių **humanistinio ugdymo principų**. Pirma, moksleiviai mokosi to, ko jiems reikia ir ką jie nori žinoti. Antra, noras mokytis ir išmanymas kaip mokytis yra svarbiau už faktines žinias. Trečia, vienintelis svarbus moksleivio darbo prasmingumo rodiklis yra tai, kaip jis pats vertina savo mokymosi rezultatus. Ketvirta, jausmai yra taip pat svarbūs, kaip ir faktai ir mokytis jausti yra tiek pat svarbu kaip ir mokytis mąstyti. Ir pagaliau, pažymi N. L. Gage ir D. C. Berliner (1994, p. 385), moksleivis mokosi tik tada, kai jis nejaučia baimės.

Šių principų įgyvendinimas yra ilgalaikis, didelių mokytojo ir moksleivio pastangų reikalaujantis procesas. Itin reikšminga tampa mokytojo ir moksleivio partnerystė. Per daugelį metų susiformavęs tradicinis mokymo uždavimas, kurio pagrindinis veikėjas buvo pedagogas, patogus tik pačiam mokytojui. Gyvybin-gesnis būtų į mokinį orientuotas mokymas, tačiau jis reikalauja ne tik didelių ugdytinio, bet ir didesnių mokytojo pastangų (tenka daugiau laiko ruošti pamokoms, nes rekomenduojama taikyti susiliejančių ugdymą). V. Lepeškienė (1996, p. 21), remdamasi užsienio literatūra, daro išvadą, jog susiliejančių ugdymas (confluent education) grindžiamas svarbiausia humanistinės psichologijos nuostata apie žmogaus visybiškumą, nedalomumą. Jos nuomone, susiliejančių ugdymas – tai pedagoginis procesas, kai jausmų ir pažintinės sferos teka kartu tarsi dvi vienos upės srovės – tai afektinės sferos (emocijų, nuostatų, vertybių) integravimas su kognityvine sfera (intelektu).

Kūno kultūros specialistams įsidėmėtina, jog aštuntajame dešimtmetyje, pradėjus JAV švietimo sistemoje (vaikų darželiuose, mokyklose, universitetuose) įgyvendinti susiliejančių ugdymą, mokymo turinys nebuvo keičiamas, o tik *ieškoma naujų būdų dėstyti įprastus dalykus*. Mūsų šalyje dėl pagrįstų priežasčių buvo sparčiai atnaujintas mokymo (taip pat ir kūno kultūros) turinys. Deja, kai kurie turinio dalykai nevykusiai nusižiūrėti iš užsienio šalių. Dabar lieka svarbiausia ir sunkiausia užduotis – išmintingai keisti ugdymo procesą; jį ne tik humanizuoti, bet demokratizuoti.

Demokratiškumas ir humaniškumas – reikšmingiausi dabartinio fizinio ugdymo atnaujinimo principai. Demokratinėje fizinio ugdymo sistemoje kiekvienam moksleiviui sudaromas įmanomai vienodas ugdymo-si startas: silpnesniam, vidutiniokui ir gabiam skiriamas diferencijuotos jų lygiui užduotys. Tuo nemenkinami jų fizinio parengtumo skirtumai, o tik žadinami įvairių gabumų ir gebėjimų vaikai iniciatyviai ir kryptingai fiziniu požiūriu tobulintis. Atsisakoma nuo visiško ugdytinio pajungimo grupės, klasės ar net mokyklos interesams, nuo mokyklos ar kūno kultūros mokytojo prievartos. Totalitarinėje sistemoje mokytojas yra pagrindinis vykdytojas, paklusnus, pasyvus valstybės ugdymo politikos perteikėjas. Pedagogas vaikui – viršinininkas. Demokratinėje sistemoje mokytojas pats geba sukurti savo dalyko programą. Jis daugiau konsultantas, patarėjas, tarpininkas tarp moksleivio ir pasaulio kultūros. Jis – ugdymo proceso dalyvis, nuolatos besimokantis, gaunantis daug galimybių augti nuolat bendraudamas su savo ugdytiniu. Ima nykti ribos tarp ugdytinio ir ugdytojo, didėja atsakomybė už kiekvieno ugdymo proceso dalyvio atliekamą darbą – taip stiprinami doroviniai pamatai. Demokratinėje mokykloje pedagogas ir moksleivis turi teisę rinktis fizinio ugdymo sistemą, turinį, metodus, pažangumo vertinimo būdą (formalųjį ar neformalųjį) ir kt. Kuriam **atvira** mokykla, kurioje sporto baze, biblioteka moksleiviai naudojami ne vien pamokų metu. Siekiama, kad mokyklos gėrybėmis galėtų naudotis ir kitose mokyklose besimokantis jaunimas bei vyresnio amžiaus vietos bendruomenės nariai. Svarbus mokyklinės kūno kultūros rūpestis – socialiai apleistų, mokyklos nelankančių, vaikų užimtumas ir socializacija. Demokratijos sklaida rodo, kiek yra laisva asmenybė, ar yra sąveika tarp asmenybės ir visuomenės. Kaip šia linkme dirba respublikos kūno kultūros mokytojai? Pavyzdžiui, 1994 metais mokytojai į klausimą „Ar bandėte pertvarkyti moksleivių fizinį ugdymą humaniškumo ir demokratiškumo linkme?“, tvirtai atsakė „Taip“ (51,2 proc.), o 1999 metais tą tvirtinančių buvo šiek tiek mažiau (41,2). Tik iš dalies atnaujinančių fizinį ugdymą buvo 45,7 proc. ir 52,8 proc. (antroji apklausa). Beje, antrosios apklausos metu 6,0 proc. kūno kultūros mokytojų prisipažinimo, kad moksleivių fizinio

ugdymo proceso humaniškumo ir demokratijos linkme net nebandė atnaujinti. Įsitikinome, kad mokytojai metodininkai ir vyresnieji mokytojai vienodai imlūs kaitai. Pedagogai savo pastangas humaninti ir demokratinti fizinį moksleivių ugdymą 1994 metais įvertino 7,0 balo, o 1999 metais – 7,2 balo (dešimtbale sistema). Beje, ir savęs vertinimui kvalifikacinė mokytojo kategorija neturėjo žymesnės įtakos.

Humanizmas ir demokratiškumas – iššūkis buvusiai fizinio ugdymo sistemai, vieni iš svarbiausių atsinaujinimo skatulių. Mokytojai stengiasi atnaujinti šalies kūno kultūros vyksmą, bet jų sėkmę mokyklos bendruomenės vertina įvairiai.

Tautiškumo ir pilietiškumo principas

Tautiškumas kaupia dvasines, idėjines, taip pat moralines vertybes ir tuo tramdo vis labiau įsisiautėjančių ekonominių pragmatizmą ir savanaudiškumą, visą žmogaus gyvenimą paverčiantį vartojamąja preke ir visą matuojantį pinigais. Tautinė savimonė, palaikydama dvasingumą, stiprina žmonių bendruomeninį sugyvenimą ir kartu gali pasipriešinti socialinei netvarkai, įvairiausio pobūdžio nusikalstamumo (taip pat bene baisiausios formos – korporatyvinio korumpuotumo) slinkčiams. Vyraujant dvasinėms, o ne vartojamosioms, vertybėms bendruomenė gali būti optimali žmogaus egzistencijai.

Tautinis auklėjimas vienodai svarbus tiek lietuviams, tiek ir Lietuvoje gyvenantiems kitataučiams. Sovietmečio „internacionalizmas“ priblėsino dalies mūsų tautos tautiškumą. Lietuvos mokykla yra įsipareigojusi tautos kultūrai. Ji rūpinasi tautinės tapatybės išsaugojimu, kūrybiniu pajėgumu ir jos istoriniu tęstinumu. Mokykla skatina pagarbą ir pasitikėjimą krašto tradicijomis, gimtajai kalbai, papročiams ir kūrybai, ugdo savo šalies patriotą. **Patriotizmas** turi būti doras; jis negali iškrypti į nacionalizmą. Nacionalizmas – egoistinė meilė savo tautai; tautiškumas iškeliama aukščiau už dorą bei teisingumą. Tauta neturi užsiskleisti savo tautiškumo ir patriotiškumo erdvėje. Šiuolaikio pasaulio ekonominės, kultūrinės, politinės integracijos procesai skatina pažinti kitas tautas ir su jomis bendradarbiauti, todėl svarbus ir **tarptautinis** auklėjimas kaip tautinio auklėjimo sudedamoji dalis.

Fizinis moksleivių ugdymas atsigręžia į tautines kūno kultūros ištakas: remiamasi Vydūno, K. Dineikos, St. Šalkauskio, A. Jurgelionio, A. Vokietaičio, V. Augustausko, V. Stakionienės idėjomis. Jų teigtos tautiškumo žmogaus fizinių ir protinių bei dvasinių galių harmonijos idėjos Lietuvai tebėra reikšmingos ir dabar: neturime nei per daug dvasingumo, nei stiprios sveikatos. Nūnai, kai Lietuvos švietimas grindžiamas krikščioniškomis vertybėmis, humaniškumo, demokratiškumo ir atvirumo principais, o bendrojo ugdymo turinys orientuojamas į žmogaus pasaulį, jo poreikius ir minties laisvėjimą, itin praverstų Vydūno, St. Šalkauskio ir kitų mąstytojų kultūros visumos pojūtis. Dabar vis dažniau tenka remtis vidinėmis galiomis, kurių neretai pristinga, dėl to prarandama savitvarda, sunkiai išstveriami užgriuvę sunkumai. Geriau išlavintos ir sutaurintos fizinės galios leistų produktyviau veikti norima kryptimi, išmintingiau pritaikyti savo fizinius gebėjimus. Kūno kultūra negali nutolti nuo aukštesnių žmogaus, tautinės bendruomenės ugdymo tikslų, susiaurinti ir iškreipti fizinio moksleivių ugdymo(si) prasmę, prieštarauti ugdytinio prigimčiai. Todėl šioms idėjoms įgyvendinti propaguojami šiai dienai primiršti judrieji žaidimai, tęsiamos populiarių sporto žaidimų, rungčių tradicijos.

Pilietiškumo sąvoka lietuviškoje terminijoje yra neaiškiai apibrėžta. Pilietiškumą galima apibrėžti kaip sąmoningą asmens įsipareigojimą būti valstybės piliečiu su visomis iš to išplaukiančiomis **teisėmis ir pareigomis**, todėl padedama ugdytiniui įsisąmoninti, kad demokratija nėra savaime duota, pastovi gėrybė. Priešingai, – tai asmeniui tenkanti užduotis atsakingai rūpintis savo, bendruomenės, tautos ir žmonijos šiandiena ir ateitimi, pareiga, nuo kurios istorija neatleidžia nė vienos kartos. Kartu puoselėjamas Tėvynės meilės, atsakomybės už savo tautą ir valstybę, tautinės savigarbos jausmas, ryžtas dirbti gimtojo krašto labui.

Taigi, pilietinis moksleivių ugdymas yra ir viena iš mokyklinės kūno kultūros paskirčių. Gera moksleivio sveikata, tinkamas fizinis pajėgumas padėtų sėkmingai mokytis, realizuoti profesijos gebėjimus ir integruotis į visuomenę. Dabar, plečiantis protinės veiklos apimčiai, prastėja žmonių sveikata, jų veiklos kokybė. Hipokinezė kliudo normaliai vidaus organų ir sistemų raidai, mažina jų potencialą. O svarbiausia – dėl to tarpsta abejingumas fizinei veiklai, plinta pasyvaus elgesio įgūdžiai, neišmokstama įtemptai, dirbti, racionaliai ilsėtis. Fizinės pratybos XXI amžiuje taps dar didesne žmogaus biologinio ir dvasinio egzistavimo reikšme negu šiandien, todėl humaniškos ir prasmingos kūno kultūros linkme turime išmoningai kreipti visus šalies piliečius.

Lietuvos švietimo reforma skatina bendrojo lavinimo mokyklų bendruomenes ieškoti savo tikrojo veido, bandyti ir kitų šalių, seniai suformavusių švietimo demokratiją, patirtį. Bendruomenėms pažangios humanizmo ir demokratijos vertybės suprantamos, tačiau idėjų įgyvendinimas kelia abejonių, skirtingai vertinimas. Viena iš priežasčių yra ta, kad susiduriama su diagnozavimo sudėtingumu. Anot B. Bitino (1998, p. 27), neturėdami savųjų švietimo futurologų, esame nepajėgūs moksliskai svarstyti ateities švietimo problemų, kaip tai daroma daugelyje šalių. Dar daugiau, mes linkę toliau dairytis į praeitį, iš jos semtis stiprybės, negu orientuotis į tas neišvengiamas tendencijas, kurios lems būsimųjų kartų gyvenimą. Nemažai žmonių norėjo švietimo revoliucijos, tad dabar jiems atrodo, kad reforma žlugo. Šis autorius kategoriškai pažymi, jog: „Reikia kartą suprasti, kad mokykla nepriima revoliucijų, kad švietimo neįmanoma pertvarkyti – jis pats persitvarko keičiantis kartoms. Galima drąsiai tvirtinti, kad reforma savo paskirtį iš esmės atliko – apvalė per dešimtmečius susikaupusį purvą. Daugiau iš dabartinės reformos nereikia ir negalima laukti. Apskritai ryžtingų pertvarkų laikai praėjo, visų šalių švietimo sistemos, panašiai kaip gyvas organizmas, patiria permanentinius pokyčius. Ugdymo specialistai, kurie rūpinasi dabartine Lietuvos švietimo pertvarka, nebepajėgūs, net jei panorėtų, iš principo keisti reformos kryptį vien todėl, kad vos suspėja padaryti tai, ko reikalauja švietimo praktika“ (B. Bitinas, 1999, p. 27).

Švietimo reformai trukdo ir psichologinis buvusios politinės sistemos palikimas. Aktyvūs iš prigimties edukologai sovietinėje terpėje negalėjo pakankamai laisvai skleisti, nes vyravo vidutinis paklusnių „neklystančioms nuorodoms iš Centro“ žmonių kultas. Net mokslininkai, metodininkai, kurių priedermė pagrįsti, skleisti naujas idėjas, negalėjo deramai atlikti savo misijos. Iš atskirtos nuo laisvojo pasaulio valstybės atėjome kurti naujo demokratinio švietimo, todėl ir kaitos žingsniai negalėjo būti greiti ir tvirti. Negalima pamiršti, jog daugelis reformų ir žlugo būtent dėl to, kad jos buvo bandomos įgyvendinti „iš viršaus“, plačiau neaptarus su specialistais pačios reformos tikslingumo ir įgyvendinimo metodų (etapų, priemonių ir pan.), o taip pat neįtikinus visuomenės dėl siūlomo projekto naudingumo jai pačiai. Tik specialistams išanalizavus projektą ir įtraukus į jo vykdymą visuomenę, galima tikėtis reformos sėkmės visais požiūriais. R. Želvys (1999, p. 147–152), apklausęs 594 Lietuvos apskričių bei savivaldybių švietimo padalinių, taip pat bendrojo lavinimo vidurinių mokyklų vadovus, priėjo prie išvadų, jog maždaug du trečdaliai apklaustųjų reformos pradžią laiko vidutiniška, šiandieninę švietimo padėtį – patenkinamą, ir optimistiškai žiūri į šalies švietimo ateitį. Daugiau kaip trys ketvirtadaliai vadovų mano, kad šiandieninė švietimo sistema geresnė už sovietinę ir daugiau kaip devyni dešimtadaliai pritaria dabartinei reformos kryptčiai. Tačiau dauguma mano, kad reforma vyksta labiau „iš viršaus“ negu „iš apačios“, jos tempas vidutiniškas, o tikslai platūs. Dauguma tiriamųjų savo dalyvavimą švietimo reformoje vertina kaip vidutinio aktyvumo ir teigia, kad jų asmeninė padėtis reformai vykstant pagerėjo.

A. Kalvaičio (1997, p. 12–18) 1994 ir 1996 metais atliktos sociologinės mokytojų apklausos rodo, jog tik per trejus metus labai padaugėjo sąmoningų švietimo reformos šalininkų, o skeptikų sumažėjo. V. Grincevičienei (1998, p. 71–80) ilgalaikių nuo 1998 iki 1995 metų anketinių mokytojų, tėvų, moksleivių apklausų rezultatai, leido teigiamai įvertinti bendrojo lavinimo mokyklos kaitą. (Trumpalaikių ir siauresnio pobūdžio ugdymo dalyvių tyrimų yra daug ir todėl čia jų neanalizuosime).

Pokalbiai su kūno kultūros mokytojais leidžia teigti, jog jie prieštarvingai vertina fizinio ugdymo reformą. Vieniems nepatinka esama padėtis: kad ir gerai sukurta vizija, bet „nuleista“ nedemokratiškai. Kitų nuomone, jei reforma nebus daroma „iš viršaus“, tai ji gali ilgai tęstis arba net žlugti, kaip ne kartą jau yra buvę (revoliucinis būdas). Matyt, turėtų būti balansas, tarp revoliucinės pertvarkos ir evoliucinio persitvarkymo būdo. Be to, kartas nuo karto išmintinga moksliskai įvertinti pokyčius, nustatyti kokiam būvyje esame, ar galime eiti toliau ta ar kita kryptimi. Vienas ar du tyrėjai to atlikti nepajėgs – tai užduotis mokslininkų grupei.

Dar nepatikliai žiūrima į kai kurias kūno kultūros ir sporto įstatymo nuostatas, bendrąjį lavinimą teikiančių mokyklų ugdymo plano naujoves, nors jos atrodo daug žadančios. Gerai, kad kūno kultūros specialistai nelinkę akiai vykdyti aukštesniųjų institucijų nurodymų, bei instrukcijų, tačiau naujai situacijai suvokti ir sprendimams rasti reikia laiko bei profesionalumo.

Nūnai galėtume mažiau akcentuoti fizinio moksleivių ugdymo ir bendrojo ugdymo skirtynes, o daugiau

įžiūrėti bendrybių, nes humaniškas yra holistinis požiūris į vaiką.

Fizinis ugdymas, kaip vientiso (visybinio) ugdymo dalis, turėtų būti grindžiamas humanistinėmis ir demokratinėmis vertybėmis. Šios vertybės labiau svarbios bendrojo lavinimo moksleivių fizinio ugdymo pažangai. Derėtų paisyti atvirojo ir susiliejančiojo ugdymo idėjų, nes tradicinis pedagogui parankus mokymas kažin ar išspręstų asmenybės augimo, mokymo, lavinimo, auklėjimo ir formavimo, t. y. ugdymo problemas. Dauguma kūno kultūros mokytojų perprato šiuolaikę realybę: remdamiesi mokyklos reformos principais ir nuostatomis bei fizinio moksleivių ugdymo savitumais, keičia tradicinį vyksmą pažangesniu.

Užduotys:

- *Pasakykite savo nuomonę kaip keičiasi moksleivio gyvenimas mokykloje.*
- *Pagrįskite moksleivių fizinio ugdymo kryptį, jos naujoves.*
- *Apibūdinkite, kuo reiškiasi bendrojo ir fizinio ugdymo uždavinių įgyvendinimo prieštaravimai.*
- *Pasvarstykite, kodėl ne visi fizinio ugdymo atnaujinimo principai vienodai sėkmingai įgyvendinami mokantis mokykloje (ir dabar studijuojant). Paaiškinkite, kaip atnaujintumėte kūno kultūros programas turinį.*
- *Įvardykite svarbiausius moksleivių fizinio ugdymo laimėjimus ir nesėkmes. Paaiškinkite jų priežastis.*
- *Pateikite ir pagrįskite Jūsų siūlymus moksleivių, studentų fiziniam ugdymui atnaujinti.*

PAGRINDINĖ LITERATŪRA

1. Bitinas B. Lietuvos mokykla : ugdymo paradigmos kaita // Ugdymo problemos : mokslo darbai, IV (XXXI). – Vilnius : PI, 1998, p. 25–30.
2. Hopkins D., Ainscow M., West M. Kaita ir mokyklos tobulinimas . – Vilnius : Tyto alba, 1998. – 320 p.
3. Kuklys V., Blauzdys V. Kūno kultūros teorijos ir metodikos terminai bei sąvokos . – Vilnius : VPU I-kla, 2000. – 92 p.
4. Lietuvos vidurinės bendrojo lavinimo mokyklos koncepcija // Tautinė mokykla, I : mokyklų tipų koncepcijų projektai. – Kaunas : Šviesa, 1989, p. 6–56.
5. Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos bendrosios programos. I–X klasės. – Vilnius : Leidybos centras, 1997. – 370 p.

Papildoma literatūra

1. Bendrojo išsilavinimo standartai. I–X klasės : projektas 2. – Vilnius : Leidybos centras, 1997. – 184 p.
2. Bendrojo lavinimo mokyklos bendrosios programos ir išsilavinimo standartai. Menai ir kūno kultūra XI–XII klasei : projektas. – Vilnius : Leidybos centras, 1999. – 67 p.
3. Gage N. L., Berliner D. C. Individualus mokymas ir humanistinis ugdymas // Pedagoginė psichologija. – Vilnius : Alna litera, 1994, p. 361–396.
4. Grincevičienė V. Ugdymo dalyvių požiūris į dabarties mokyklą (socialinis pedagoginis aspektas) : daktaro disertacija : socialiniai mokslai, edukologija // Vilnius pedagoginis universitetas. – Vilnius, 1998. – 165 p.
5. Jovaiša L. Pedagogikos terminai. – Kaunas : Šviesa, 1993. – 264 p.
6. Kalvaitis A. Treji permainingi metai // Mokykla. – 1997, Nr.10, p. 12–18.
7. Lepeškienė V. Humanistinis ugdymas mokykloje. – Vilnius : Valstybinis leidybos centras, 1996. – 119 p.
8. Lietuvos švietimo koncepcija. – Vilnius : Leidybos centras, 1992. – 51 p.
9. Ozmon H., Craver S. Filosofiniai ugdymo pagrindai. – Vilnius : Leidybos centras, 1996. – 469p.
10. Sporto terminų žodynas / parengė S.Stonkus. – Kaunas : LKKI, 1999. – 680 p.
11. Želvys R. Švietimo vadyba ir kaita : monografija. – Vilnius : Garnelis, 1999. – 290 p.
12. Žmogaus fizinis tobulumas : metodinės rekomendacijos / parengė V. Stakionienė. – Vilnius : Respublikinis sporto metodikos kabinetas, 1987. – 36 p.

3. VALSTYBINIAI IŠSILAVINIMO STANDARTAI

Kokia valstybinių išsilavinimo standartų paskirtis? Kokios bendrojo išsilavinimo ir kūno kultūros standartų funkcijos? Kokiais kriterijais grindžiami bendrojo išsilavinimo ir kūno kultūros standartų pasiekimų lygmenys? Kaip skiriasi ir kuo svarbūs mokyklos, mokytojo, moksleivio, tėvų įsipareigojimai siekti valstybinio kūno kultūros standarto?

3.1. Valstybiniai bendrojo išsilavinimo standartai

Ugdymo pasiekimų standartų samprata

Respublikos bendrojo lavinimo mokyklos bendruomenės plėtoja savitą raidos viziją, todėl švietimo dalyvių (mokytojų, moksleivių) savarankiškumo ir atsakomybės santykių turi užtikrinti **speciali teisinė norminė bazė**. Reikšmingos ir sąveikaujančios jos dalys: a) valstybiniai bendrojo išsilavinimo (ugdymo pasiekimų) standartai; b) ugdymo turinio Bendrosios programos, žyminčios privalomas ugdymo gaires.

Valstybiniai išsilavinimo standartai (toliau – standartai) turi kartis nuo karto keistis pagal mokyklai keliamus reikalavimus. Standartai yra svarbūs moksleiviams, pedagogams, tėvams, švietimą prižiūrintiems asmenims, mokymo priemonių rengėjams, pedagogus rengiančioms institucijoms, švietimo politikams ir kt. **Jie padės įvertinti esamą ugdymo kokybę, atnaujinti ugdymo programas ir procesą, siekti rezultatų.**

Daugelyje šalių, užsibrėžusių decentralizuoti ir padaryti veiksmingesnį švietimą, pereita prie ugdymo proceso reglamentavimo standartais. Standartai, **siaurąja prasme**, suprantami kaip nuoseklus švietimo sistemos bendrųjų siekių, ugdymo tikslų, turinio, moksleivių žinių ir gebėjimų bei nuostatų **vertinimo kriterijai. Plačiąja prasme**, jie gali nusakyti švietimo sistemos struktūros, ugdymo proceso vyksmo reikalavimus bei vertinimo kriterijus. Ne visada švietimo standartams skiriama norminė funkcija, o jei skiriama – dažniausiai nebūna pagrindinė. Beveik visuose įvairių šalių standartuose didesnė reikšmė tenka svarbiausioms švietimo **gairėms** nužymėti. Bendrojo išsilavinimo standartų I–X klasėms projekte (1997, p. 4) nurodytos tokios Lietuvos bendrojo išsilavinimo standartų poreikį lėmusios priežastys:

- siekimas įgyvendinti mokyklos ir mokinių savarankiškumą, ugdymo turinio ir proceso lankstumą, mokymosi sąmoningumą;
- stiprėjanti visuomenės ir valstybės nuostata didinti švietimo įstaigų atsakomybę už savo darbo rezultatus ir jo efektyvumą;
- siekimas laiduoti deramą ugdymo lygį ir perimamumą didėjančios decentralizacijos ir švietimo institucijų įvairovės sąlygomis;
- poreikis objektyviau įvertinti moksleivių mokymosi ir auklėjimo rezultatus bei bendrą švietimo būklę, palyginti juos tarptautiniu mastu.

Atskirų ugdymo (mokymo) dalykų standartai nurodo svarbiausias brandos ir pasiekimų gaires, siekiamą moksleivių žinių, mokėjimų, įgūdžių kokybės lygį ir pageidautinas nuostatas. Jie parengti atsižvelgiant į esamą padėtį bei planuojant tokią ugdymo rezultatų kaitą, kokią diktuoja kintanti visuomenės vertybių sistema ir gyvenimo realybė. Standartais nesiekama vienareikšmiškai reglamentuoti ugdytinių vertybinių nuostatų. Jos nurodomos tik kaip pageidaujamas **siekis**.

Ugdant asmenybę, ypač būtina puoselėti šias vertybines nuostatas: rūpintis kitais, neabejingumas viskam, kas vyksta šalia; savigarba bei pagarba kitiems; atsakomybė už save, savo veiksmus; teisingumas; sąžiningumas; aplinkos saugojimas; iniciatyvumas, veiklumas ir konstruktyvumas; atvirumas (kaitai, ieškojimams, naujoms idėjoms); poreikis tobulėti. Šios nuostatos turėtų būti formuojamos per kiekvieno ugdymo dalyko pamokas.

Kuriantis informacinei visuomenei, tobulėjant mokslui ir technikai, itin svarbūs tampa gebėjimai bendrauti, bendradarbiauti, kritiškai mąstyti, spręsti problemas, savarankiškai mokytis, dirbti ir panašiai, todėl itin svarbu šiuos gebėjimus tinkamai ugdyti. Dėl visa apimančio pobūdžio, jie vadinami **bendraisiais** gebėjimais.

Pagrindiniai ugdytinių moksleivių **bendrieji gebėjimai**:

1. Asmeniniai gebėjimai:

- suprasti savo jausmus ir reikšti juos aplinkiniams priimtina forma, adekvačiai vertinti savo galias,

pasitikėti savo jėgomis, pasiekti vidinę pusiausvyrą;

- prisiminti asmeninę atsakomybę už savo veiksmus, elgtis teisingai ir sąžiningai;
- suvokti kiekvieno asmens vertingumą ir individualumą, būti tolerantiškam jo socialiniams ir kultūriniais skirtumams bei skirtingiems gebėjimams;
- siekti savo veikloje kokybės ir kūrybiškumo, kritiškai įvertinti savo kompetenciją bei patirtį, išvelgti žinojimo ar gebėjimų spragas, nuolatos mokytis, stengtis tobulėti;

- rinktis sveiką gyvenimo būdą ir jo laikytis.

2. Socialiniai gebėjimai:

- sugyventi su kitais asmenimis bei jų grupėmis, užmegzti ir palaikyti tarpasmeninius ryšius, rasti kompromisus, konstruktyviai spręsti konfliktus;
- mokytis, dirbti ir kurti kartu su kitais asmenimis, padėti jiems, įtikinti ir patraukti siekiant įgyvendinti bendrą tikslą;
- dalyvauti tautos bei bendruomenės kultūriniame, pilietiniame bei politiniame gyvenime, gerbti demokratinės visuomenės gyvenimo principus ir vertybes, rūpintis aplinka.

3. Komunikaciniai gebėjimai:

- išlavinti skaitymo, rašymo, klausymo, kalbėjimo ir skaičiavimo įgūdžius, įskaitant gebėjimą tikslin- gai vartoti visuotinus kultūros ženklus (simbolius) bei sąvokas ir vaizdines komunikacijos priemones;
- gebėti naudotis bendravimo formomis ir priemonėmis (įskaitant užsienio kalbas).

4. Kritinio mąstymo bei problemų sprendimo gebėjimai:

- suvokti pasaulį kaip sąveikaujančių procesų bei reiškinių sistemą, išvelgti ryšius ir sąsajas;
- žvelgti į objektą ar reiškinį lanksčiai, nestereotipiškai, pasitelkiant, kiek įmanoma, išsamesnius bei visapusiškesnius duomenis apie jį;
- taikyti žinias bei patyrimą įvairiose (ir nestandartinėse) situacijose;
- iškelti problemas bei jas spręsti, taikant įvairias problemų sprendimų strategijas, remtis tokiais pažin- tinės veiklos būdais, kaip aprašymas, modeliavimas, tyrimas, eksperimentavimas, duomenų rinkimas, duo- menų lyginimas, dėsniumų ieškojimas, hipotezių bei alternatyvų kėlimas ir tikrinimas, išvadų darymas;
- įvertinti problemų sprendimo, strategijų taikymo veiksmingumą ir jų tobulinimo galimybes.

5. Darbo ir veiklos gebėjimai:

- suprasti savo ir kitų asmenų darbo reikšmę bei mokėti įvertinti rezultatus;
- atsižvelgiant į užsibrėžtą tikslą, racionaliai tvarkyti laiką, finansus, medžiagas ir žmogaus (įskaitant ir savo) energijos bei sveikatos išteklius;
- naudotis informacinėmis technologijomis; ieškoti, tvarkyti, pateikti, analizuoti, interpretuoti, kritiškai įvertinti ir panaudoti informaciją;
- dirbti su natūraliomis ar dirbtinėmis sistemomis bei technologijomis, įvertinti jų privalumus bei trūku- mus, įveikti galimus nesklandumus;
- sekti ir įvertinti darbo eigą, daryti pagrįstus sprendimus, leidžiančius produktyviai veikti (Bendrojo lavinimo mokyklos bendrosios programos ir išsilavinimo standartai XI – XII klasei: menai ir kūno kultūra : projektas, – V.,1999, p. 6).

Greta bendrųjų gebėjimų, privalu plėtoti ir siauresnius **dalykinius gebėjimus bei kompetencijas**.

Svarbiausios išsilavinimo standartų funkcijos

Tai pirmas bandymas Lietuvoje sudaryti švie- timo standartus, todėl standartai gali būti grei- tai tikslinami. Svarbiausios standartų funkcijos yra šios:

- Papildyti ir konkretizuoti reformuotos Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos viziją. Planuojant ir vykdant visus tolesnius reformos žingsnius (pertvarkant bendrojo lavinimo mokyklos struktūrą, organizuo- jant ugdymo procesą ir pan.), būtina remtis šiuolaikine išsilavinimo samprata, šiuolaikinėmis, demokra- tiniame pasaulyje priimtomis, švietimo plėtotės tendencijomis.

- Būti vienu iš pagrindinių orientyrų rengiant mokymo programas, individualias konkrečiai mokyklai, klasei ar netgi paskiram vaikui. Ugdymo programų rengėjai turi aiškiai žinoti brandos gaires ir galutinių rezultatų reikalavimus.

- Būti vienu iš orientyrų vertinant ugdymo procesą bei ugdymo programas, pasirinktus ugdymo meto-

dus, mokytojo ar mokymo institucijos darbą.

- Būti šaltiniu rengiant mokytojus ir keliant jų kvalifikaciją. Mokytojų rengimas turi būti orientuotas į ateities mokyklą.
- Būti orientyru vadovėlių ir kitų mokymo priemonių autoriams. Tik aiškiai išsivaizduodami siekiamus galutinius rezultatus, autoriai galės parengti tinkamas mokymo priemones.
- Padėti įvertinti moksleivių pasiekimus tiek baigiamųjų egzaminų metu, tiek ir mokymo procese. Įgalinti pačius moksleivius patikrinti savo pasiekimus ir pagal tai koreguoti mokymosi pastangas.
- Tenkinti švietimo monitoringo poreikius. Sudaryti galimybes įvertinti švietimo sistemos ar atskirų jos dalių efektyvumą ir atlikti tarptautinius palyginimus.
- Paskatinti edukologijos mokslo, atskirų mokomųjų dalykų didaktikų plėtojimą ir tobulinimą. Siekiant turėti gerus išsilavinimo standartus, kuriuose būtų keliami realūs ir motyvuoti reikalavimai, būtina rūpintis bendrosios bei specialiųjų didaktikų moksliniu lygiu (Bendrojo išsilavinimo standartai. I–X klasės : projektas. – V., 1997, p. 9–10).

Išsilavinimo standartų sandara

Kiekvienas ugdymo (mokymo) dalykas rengdamas savo standartus laikėsi tokios bendros struktūrinės schemos:

- bendrieji dalyko tikslai suformuluoti remiantis pagrindiniais ugdymo tikslais, pateiktais bendrose programose;
- dalyko tikslai keliami atskiroms mokyklos pakopoms (pradinei, pagrindinei, vidurinei);
- dalyko turinio sudėtinės dalys (sritys) detalizuotos kiekvienai mokyklos pakopai;
- bendrosios vertybinės nuostatos ugdytinis mokantis tam tikro dalyko;
- skiltimis pateikiami žinių, mokėjimų, įgūdžių, atitinkančių tam tikrą pasiekimų lygmenį, vertinimo kriterijai;
- užduočių pavyzdžiai, kurių tikslas – padėti suvokti standartuose surašytų kriterijų esmę ir jų lygmenų skirtumus.

Ne visų ugdymo dalykų standartuose vienodai nuosekliai laikomasi šios schemos, nes kiekvienas ugdomas dalykas turi savų ypatumų. Skirtumus sąlygojo nevienoda dalykų paskirtis ir svarba, skirtingos jų dėstymo tradicijos ir pan. Standartuose vartojama pasiekimų **lygmens** sąvoka. Jos nereikėtų tapatinti su mokyklinėje praktikoje taikomu mokymosi lygiu. Pasiekimų lygmuo – tai kriterijų visuma. Dažniausia įvairių dalykų standartuose išskiriami trys moksleivių pasiekimų lygmenys: **minimalusis, pagrindinis, aukštesnysis**. Kai kurių dalykų (tarp jų ir kūno kultūros) pateikiami tik du – minimalusis ir pagrindinis pasiekimų lygmuo, kitų net keturi.

Minimalusis pasiekimų lygmuo nusako tokį ugdomojo dalyko bendro supratimo bei žinių, gebėjimų lygį, kuris pasiekiamas beveik visiems moksleiviams, yra būtinas gyvenant šiuolaikinėje visuomenėje ir užtikrina bent minimalias tolesnio mokymosi galimybes.

Pagrindinis pasiekimų lygmuo galėtų būti trumpai apibrėžtas kaip žinių, gebėjimų visuma, pasiekiamą daugumai moksleivių, užtikrinti normalias tolesnio mokymosi bei profesinės veiklos galimybes, sudaranti pagrindinį puoselėtiną tam tikro dalyko kultūrinį branduolį ir nusakanti dalyko vietą žmonijos kultūroje.

Aukštesnysis pasiekimų lygmuo nėra toks realiai apčiuopiamas kaip pirmieji du. Jis greičiau išreiškia **idealų tikslą**, kurio reikia siekti mokantis dalyko, bet kurį visiškai įgyvendinti sunku netgi tuo atveju, kai moksleiviui puikiai sekasi mokytis. Tas tikslas nusakomas ypač vertintiniais ugdymo rezultatais. Šį lygmenį pasiekti padeda specialieji gabumai bei ypatinga motyvacija, todėl kūno kultūros dalyko atveju šį pasiekimų lygmenį pasiekia specialiųjų gabumų sporto mokyklas lankantys moksleiviai. Bet tai jau ne bendrojo lavinimo mokyklos indėlis. Todėl kūno kultūros standartai apibrėžia tik du pirmuosius pasiekimų lygmenis.

Pasiekimų lygmenų išskyrimas nereiškia, kad standartai skatina ankstyvą moksleivių profiliavimą ir jų siaurą specializavimąsi. Svarbiausias **standartų suskirstymo lygmenimis tikslas – nurodyti tiek mokytojui, tiek moksleiviams ugdymo proceso ir dalyko mokymo vertybių hierarchiją, tikslų ir uždavinių eiliškumą ir svarbą**. Žinodami šią hierarchiją, moksleiviai su mokytoju gali apsispręsti, kokių galutinių rezultatų siekti, atsižvelgiant į ugdytinių jėgas ir tolesnio mokymosi planus.

Rengiant standartus, vadovautasi prielaida, kad mokytojas, organizuodamas ugdymo procesą, daugeliu

atvejų pirmiausiai orientuosis į pagrindinį lygmenį. Jei moksleivis dėl objektyvių priežasčių šio lygmens negalės pasiekti, bus persiorientuojama į minimalų lygmenį, **kurį turėtų pasiekti visi.**

Atsižvelgiant į dabartinius bendrojo lavinimo mokyklos tikslus, **standartų turinyje mažiau pabrėžiamos žinios (išimtis kūno kultūra), bet labai nuodugniai aptariamas gebėjimų plėtotės aspektas bei vertybinių nuostatų ugdymas.** Standartus siekiama formuluoti taip, kad gebėjimų, žinių ir vertybinių nuostatų turinys juose būtų organiškai integruojamas. **Integravimo idėja yra viena iš kertinių šiuose standartuose.** Pavyzdžiui, kalbant apie žinias, nuo jų tarpusavio integruotumo laipsnio (tiek dalyko viduje, tiek ir tarp dalykų) priklauso jų kokybė ir naudingumas. Šis integruotumas leidžia kalbėti jau ne apie **paskiras žinias, o apie jų sistemą.** Apie gebėjimų kokybę taip pat galima spręsti pagal jų integruotumą, įprasminimą.

Norint išvengti painiavos, būtina atskirai pabrėžti, kad **šie standartai išsilavinimo kriterijus nusako ne tiek kiekybiškai, kiek kokybiškai** (nors daugelyje praktinės veiklos sričių, tarp jų ir fiziniam ugdymui, labiau įprasminami kiekybiniai standartai). Tai lėmė gana plati numatomų priskirti standartams funkcijų įvairovė. Jie buvo kuriami kaip universalūs dokumentai, pritaikyti ne vienam, bet daugeliui švietimo reformos darbų. **Konkrečių normų nustatymas nėra jų pagrindinis tikslas.** Tokia išsilavinimo standartų samprata šiuo metu paplitusi pasaulinėje praktikoje.

Iš pradžių standartai atliks tik dalį savo funkcijų, kurias esame išvardiję anksčiau. Jas įgyvendinti reikia laiko, išsprusimo, parengti standartus papildančius dokumentus.

3.2. Valstybiniai kūno kultūros standartai

Standartų samprata

Kūno kultūra yra bendrosios kultūros dalis, savarankiška, specifinė visuomenės gyvenimo sritis, kurios raida ir rezultatai glaudžiai susiję su daugeliu žmogaus vertybių ir daro įtaką socialinei, kultūrinei bei ekonominei asmenybės bei visuomenės raidai. Bendrojo lavinimo mokykla bei gimnazija remiasi nuosekliais bendraisiais švietimo sistemos siekiais, atskleidžia fizinio ugdymo tikslus, turinį, moksleivių žinių, mokėjimų, įgūdžių kokybę. Ypač pabrėžiamos šios vertybinės nuostatos: 1) prigimtinės – veiklumas, pasirinkimo laisvė, savarankiškumas, sveikata, parama bei pagalba, kūrybingumo realizavimas; 2) egzistencinės – sveika mityba, higienos įgūdžiai, fizinis pajėgumas, fizinė bei dvasinė pusiausvyra; 3) praktinės – pažanga, kvalifikacija, profesija, poilsis; 4) kultūrinės – mokslas, menas, technologijos, papročiai; 5) dvasinės – tiesa, gėris, grožis, tikėjimas, viltis; 6) socialinės – pripažinimas, teisingumas, atjauta, pakantumas, humaniškumas, demokratiškumas, tautiškumas. Viso kūno kultūros ugdymo pamatas yra **holistinė (visuminė) kryptis**, pabrėžianti moksleivio fizinę prigimtį, sveikatą, fizinį pajėgumą, atsižvelgiant į jo amžių, lytį, gyvenimą, laisvo pasirinkimo teisę, o ne vien fiksuojanti atskirus fizinio parengtumo rezultatus.

Kūno kultūros standartai skatina stengtis stiprinti moksleivių sveikatą, etinius principus, estetinę nuovoką, interesus, gebėjimus, poreikius, atskleisti talentus, ugdyti bendravimo kultūrą. Raginama atsisakyti prievartos ir mušto kaip metodo bei vien fizinių galių ugdymo kaip tikslo. Ypač svarbu, kad per kūno kultūros pamokas moksleiviai galėtų patirti judėjimo džiaugsmą ir malonumą, įgytų pasitikėjimą savo veikla, išmokytų gerbti kitų veiklą, suvoktų kūno kultūros reikšmę išsaugoti sveikatą ir susiformuotų reguliaraus fizinio aktyvumo poreikį. Kūno kultūros standartai – tai ne dogma, o tik tam tikras siektinas lygmuo, kurį moksleiviai, mokytojo padedami, turėtų pasiekti, stengdamiesi patenkinti natūralų biologinį judėjimo poreikį ir įgyvendinti asmenybės tobulėjimo tikslus. Per kūno kultūros pamokas ypač svarbu išsiugdyti gebėjimą mąstyti, pasirinkti tinkamą fizinį krūvį, kurti ir dirbti savarankiškai. Kūno kultūros standartai ir Bendrosios programos sudaro galimybę ieškoti, stebėti, bandyti atrasti. Fizinio ugdymo metodai aukštesnėse klasėse artėja prie tyrimų metodo – stebėjimo, testavimo, todėl didėja asmenybės ugdymo prasmingumas. Jo įgyvendinimo sėkmę lemia ir kitų mokymosi dalykų žinios bei gebėjimai. Kūno kultūros siekiams įgyvendinti būtina neapsiriboti vien pamokine veikla, bet ir daugiau laiko skirti savarankiškam fiziniam tobulinimuisi.

Kūno kultūros standartais stengiamasi įgyvendinti ir pagrindinius olimpinės etikos elementus: toleranciją, geranoriškumą, solidarumą, draugystę, pagarbą, siekiama kūno kultūros ir sielos harmonijos, ne tik fizinio, bet ir dvasinio tobulumo.

Kūno kultūros standartai apima tas sporto šakas, kurios pagrįstos sporto taisyklių išmanymu ir paisymu, kuriose vadovaujama doru žaidimu.

Kertiniai kūno kultūros dalykai – etikos ir moralės principai, galimybė džiaugtis savo pačių sėkme. Vertybinės nuostatos siejamos su draugystės ir bendradarbiavimo idealais, požiūriu į savo varžovus ne kaip į priešus, bet kaip į asmenis, siekiančius tokių pačių tikslų. Kūno kultūros standartai glaudžiai susiję su doriniu, estetiniu, ekologiniu auklėjimu bei biologinės, etninės prigimties ir sveikatos stiprinimu. Kadangi kūno kultūros įtaka asmenybei yra teigiama, ji privaloma visų klasių ir profilių moksleiviams. Kūno kultūros standartų pasiekimų lygmenyse įvardyti kokybiniai ir kiekybiniai rodikliai **yra skirti savęs pažinimui ir neformaliajam įvertinimui**, t. y., už jų neįvykdymą ar įvykdymą pažymiai nerašomi.

Mokyklinės kūno kultūros **tikslas** – puoselėjant kūno kultūros vertybes ugdyti fiziškai tobulus žmones, pasirengusius atlikti socialines - kultūrinės pareigas.

Kiekvienai bendrojo lavinimo mokyklos pakopai keliamas konkretus moksleivių fizinio ugdymo tikslas, detalizuojami uždaviniai.

P r a d i n ė mokykla

Pradinukų kūno kultūros **tikslas** – tenkinant natūralų vaikų poreikį judėti, padėti išsąmoninti save, suteikti pradinį fizinį išsilavinimą, reikalingą kaupiant socialinę patirtį.

Pagrindiniai kūno kultūros **uždaviniai**:

- stiprinti pradinuko sveikatą;
- ugdyti sveikos gyvensenos nuostatą;
- tenkinti natūralų poreikį judėti, sudaryti sąlygas patirti judėjimo džiaugsmą;
- lavinti motoriką ir taisyklingą kūno laikyseną (sėdint, stovint, einant, bėgant);
- padėti pažinti save, ugdytis savivoką, nuostatą koreguoti savo fizinę prigimtį, ugdyti pasitikėjimą savo jėgomis;
 - padėti kaupti socialinę patirtį: gebėjimą bendrauti ir bendradarbiauti, veikti komandoje, grupėje, paisyti taisyklių ir susitarimų, jausti atsakomybę už bendrą veiklą ir jos rezultatus;
 - ugdyti valią, ryžtą, ištvermę ir kitas asmens brandai būtinas savybes;
 - mokyti saugaus elgesio, ugdyti atsakomybės už savo sveikatą ir gyvybę jausmą;
 - puoselėti judesių kultūrą ir grožį, estetinių skonį;
 - suteikti žinių apie asmens higieną, kūno kultūrą, aktyvaus poilsio reikšmę pradinuko organizmui ir sveikatai;
 - ugdyti įvairias pradinuko fizines galias, ypač greitumą, koordinaciją, lankstumą.

P a g r i n d i n ė mokykla

Kūno kultūros pagrindinėje mokykloje **tikslas** – įprasinti kūno kultūros kaip bendrosios kultūros dalies suvokimą, ugdyti paauglių dorovines ir sveikatinimo nuostatas, sąmoningą požiūrį į kūno kultūrą ir ją praktikuoti.

Pagrindiniai kūno kultūros **uždaviniai**:

1. Sveikatos ugdymas:

- stiprinti mokinių sveikatą, ugdyti asmens polinkius ir interesus atitinkančią sveiką gyvenseną;
- ugdyti gebėjimą išlaikyti bei stiprinti fizinę, protinę bei emocinę sveikatą;
- ugdyti savistabos, savikontrolės, saviugdos įgūdžius;
- tenkinti fizinio aktyvumo poreikį puoselėjant motyvus ir fizinio tobulėjimo poreikį.

2. Motorinių gebėjimų bei judesių kultūros ugdymas:

- ugdyti judesių kultūrą, fizines galias bei jų kontrolės įgūdžius;
- ugdyti valią, ištvermę ir kt. ypatybes, būtinas asmenybės saviraiškai;
- lavinti fizines ypatybes (ištvermę, greitumą, greitumo jėgą, koordinaciją, jėgos ištvermę, lankstumą);
- lavinti įvairias raumenų grupes;
- ugdyti taisyklingą kūno laikyseną, žinoti ir praktiškai taikyti koreguojamosios gimnastikos pratimus;

- skatinti savarankiško mankštinimosi poreikį.

3. Vertybinių nuostatų ugdymas:

- ugdyti pasitikėjimą savo jėgomis ir asmeninės vertės pajautimą; tikėjimą galimybe fiziškai tobulėti, blaivų požiūrį į savo kūną ir fizinio vystymosi ypatybes (privalumus bei trūkumus);
- ugdyti atsakomybę už savo sveikatą, skatinti suvokti kūno kultūros naudą sau, visuomenei;
- ugdyti norą, siekimą išsiugdyti sveikos elgsenos, kasdieninio fizinio aktyvumo įpročius;
- tenkinti saviraiškos poreikį, skatinti savikūrą;
- ugdyti bendravimo, bendradarbiavimo gebėjimus, žaidimų etikos bei sporto žaidimų taisyklių supratimą;
- ugdyti dorovės normomis pagrįsto bendradarbiavimo bei partnerystės, solidarumo komandoje nuostatas bei sąžiningo, korektiško, garbingo rungtyniavimo su varžovais nuostatas bei elgseną;
- ugdyti pagarbų požiūrį į asmenis, pasižyminčius silpnėmis fizinėmis galiomis, turinčius kitokius gebėjimus, interesus bei gyvenimą;
- ugdyti nuostatą ir įprotį racionaliai planuoti dienos režimą, siekiant asmens kūno kultūros namuose, laisvalaikiu, per pamokas, užklausinės ir užmokyklinės veiklos metu;
- skatinti nusiteikimą kaupti žinias, analizuoti, interpretuoti ir pritaikyti informaciją apie fizinio aktyvumo, fizinių galių ir sveikatos sąveiką bei jomis disponuoti, siekiant asmeninės kūno kultūros ir sveikos gyvensenos;
- skatinti iniciatyvumą, organizuojant vietos bendruomenės sportinį gyvenimą ir dalyvaujant jame.

Vidurinė mokykla, gimnazija

Kūno kultūros vidurinėje mokykloje, gimnazijoje **tikslas** – visiems moksleiviams pagal išgales didinti ir realizuoti savo fizinį, psichinį, dvasinį bei visuomeninį potencialą, stiprinti asmeninę kūno kultūros saviugdą (kūno kultūra kaip veiklos būdas, vertybių sancaupa, rezultatas).

Pagrindiniai kūno kultūros **uždaviniai**:

Sveikatos ugdymas:

- ugdyti atsakomybę už savo pačių bei kitų sveikatą;
- įvertinti savo sveikatą;
- ugdyti gebėjimą sąmoningai rūpintis savo sveikata bei kūno grožiu;
- išmokyti reguliuoti psichoemocinę būseną ištikus stresui;
- įtvirtinti sveikos gyvensenos komponentus, kad fizinis aktyvumas, grūdinimasis taptų neatsiejama gyvenimo dalimi;
- įtvirtinti savarankiško mankštinimosi, savistabos ir savikontrolės įgūdžius;
- formuoti sveiko gyvenimo įgūdžius;
- šalinti sveikatos rizikos veiksnius.

Vertybinės nuostatos:

- ugdyti visuminį požiūrį į kūno kultūrą, suvokti kūno kultūros funkcijų (sveikatinimo, ugdomosios, taikomosios, sportinės) prasmingumą ir jų ryšį su socialinėmis bei kultūrinėmis gyvenimo sritimis;
- puoselėti kūno kultūros tautiškumą (domėtis tradicijomis, laimėjimais, ieškoti naujų formų);
- išmanyti fizinio ugdymosi būdus turimiems gebėjimams išlaikyti ir plėtoti;
- išsiugdyti pasitikėjimą savo jėgomis;
- sąmoningai rūpintis savo sveikata ir fiziniu tobulumu (fiziniu išsivystymu, parengtumu bei fiziniu aktyvumu), atitinkančiu asmens etines normas bei visuomenės poreikius;
- gebėti sąžiningai bendrauti, bendradarbiauti sportinėje veikloje, puoselėti olimpinės sporto vertybes;
- toleruoti kitaip mąstančius, kitokių gebėjimų bei interesų asmenis;
- racionaliai planuoti fizinį aktyvumą individualių galių, vertybių sklaidai.

Judesių kultūros ugdymas:

- įsisamontinti, kokia svarbi taisyklinga laikysena, ir ją išlaikyti;
- suvokti, kokia svarbi kūno kultūra sveikatai išsaugoti;
- gebėti estetiškai judėti;

- gebėti savarankiškai atlikti gimnastikos pratimus;
- lavinti visas (ypač silpnesniašias) raumenų grupes.

Motorinių gebėjimų ugdymas:

- ugdyti individualius fizinius gebėjimus, būtinus asmenybės saviugdai bei savišvietai, saviauklai (savimonei, saviraiškai);
- ugdyti fizines galias (kryptingai ir tikslingai jas lavinti pasirinktomis priemonėmis);
- išmokti įvertinti savo fizinio parengtumo lygį;
- įgyti žinių apie pagrindinius fizinio išsivystymo bei fizinio parengtumo nustatymo būdus;
- išmokti psichiškai ir fiziškai prisitaikyti prie fizinių krūvių.

Kiekvienos bendrojo lavinimo mokyklos pakopos kūno kultūros tikslo ir uždavinių įgyvendinimo sėkmę galima patikrinti standartais. Jų lygmenims pasiekti pagal būdingas ugdymo dalyvių funkcijas įsipareigoja **mokykla, kūno kultūros mokytojas, moksleivis ir jo tėvai**. Aptarsime jų priedermes ir standartų teikiamą naudą.

Mokykla turi sudaryti sąlygas moksleiviui augti fiziškai, psichiškai ir doriškai sveikam, padėti kiekvienam jaustis atsakingam už savo ir aplinkos sveikatą. Mokykla ugdo mokinių suvokimą, kad esama glaudžių ryšių tarp visų žmogaus sveikatos sričių – fizinės, psichinės (emocinės ir dvasinės), socialinės, asmeninės, moko būdų, kaip įveikiant gyvenimo prieštaravimus, siekti darnos. Kūno kultūra siekiama išvelgti dvasinių bei dorinių pasiekimų prasmę bei grožį – tai labai svarbu psichofizinei moksleivių pusiausvyrai ir sveikatai. Kartu su tėvais ir visuomene mokykla ieško būdų kaip padėti socialiai remtiniams vaikams, rengia įvairius socialinės pagalbos projektus. Tai – integruotas sveikatos, doros, socialinės atjautos ugdymas. Mokyklos vadovybė derina fizinio ugdymo proceso vertinimą: metodus ir būdus, tikslina savaitinį pamokų skaičių bei papildomo ugdymo pamokas (valandas), vertina ugdymo programas (koreguoja vadovavimo tikslus, bendravimą ir bendradarbiavimą su mokyklos bendruomene, visuomene). Integruojant vaikus su negaliomis į bendrojo lavinimo mokyklą, atsiveria galimybė humanizuoti sveikųjų santykį su silpnesnės sveikatos moksleiviais, praplėsti vienu ir kitu etikos, biologijos, psichologijos žinias ir įgūdžius. Gamtamokslinės kūno kultūros žinios turi padėti ugdytiniams atsispirti žalingiems įpročiams (rūkymui, alkoholizmui, narkomanijai), destruktvyviai veikiančioms bręstantį organizmą.

Mokytojui kūno kultūros standartai sudaro galimybę:

- dirbti kokybiškai nauju lygmeniu;
- įgyvendinti savarankiškumo, pasirinkimo laisvės ir atsakomybės principus;
- individualizuoti mokymą: suteikti mokiniui galimybę atlikti tokias užduotis, kurios atitinka jo individualias išgales ir pedagogiškai pagrįstus interesus, pasirinkti moksleivių fizinei brandai tinkamus mokymo metodus bei būdus;
 - individualizuoti fizinį ugdymą, aktyvinti moksleivius, siekti kasdieninio fizinio aktyvumo;
 - mokymo procese taikyti didaktinį diferencijavimą, rengti mokymo metodiką, skatinti mokinio savarankiškumą bei kūrybiškumą, sudaryti mokiniui galimybę pasirinkti tam tikro lygmens užduotis;
 - tikslinti vertinimo metodus, individualių mokymo programų ir pamokų turinio išdėstymą, taikyti diferencijuotą vertinimo sistemą;
 - organizuoti visą fizinio ugdymo procesą taip, kad visi sveiki moksleiviai įveiktų kūno kultūros standartų minimalų lygmenį ir gautų teigiamą įvertinimą, o norintys ir gebantys pasiektų kur kas daugiau;
 - padėti tėvams veikti fizinės raidos procesą; fizinį išsivystymą, parengtumą bei sveikatą;
 - kontroliuoti mokinių veiklą ir elgesį, vertinti fizinio pajėgumo rodiklius, koreguoti fizinio ugdymo procesą, vykdyti apskaitą;
 - bendrauti, bendradarbiauti su mokyklos bendruomene ir kt. (bendraujant vyksta tarpasmeninė, grupinė sąveika, brandinama asmenybė).

Moksleiviui kūno kultūros standartai padės:

- įsisąmoninti, kad savikontrolė yra svarbesnė už išorinę kontrolę, o vidinė atsakomybė – už veiklos rezultatus labiau nei atsiskaitymo formalumai;
- sudaro galimybę maksimaliai įtvirtinti savarankiškumą, jo, kaip asmenybės, laisvą pasirinkimą (ko, kiek ir kaip mokytis);

- sąmoningai siekti fizinio tobulumo, įvertinti savo fizinį parengtumą bei sveikatos būklę;
- siekti pasirinktos sporto šakos įgūdžių;
- savo noru dalyvauti popamokinėje fizinėje veikloje;
- mokytis racionaliai planuoti laisvalaikį;
- bendrauti ir bendradarbiauti.

Tėvus kūno kultūros standartai skatina ir įpareigoja:

- išauklėti dorą ir kultūringą vaiką;
- sudaryti sąlygas pačiam vaikui įsisamontinti tikrąsias vertybes ir jomis reguliuoti savo elgesį;
- stebėti savo vaikų fizinę raidą ir išsilavinimą;
- domėtis vaiko fizine būkle ir pažangumu;
- bendrauti ir bendradarbiauti su kūno kultūros mokytoju bei klasės auklėtoju;
- aptarti vaikų fizinio aktyvumo pedagoginio reguliavimo būdus;
- suprasti fizinio aktyvumo reikšmę vaiko fiziniam bei protiniam darbingumui, sveikatai;
- domėtis vaiko sėkmėmis bei nesėkmėmis per kūno kultūros pamokas, suvokti kūno kultūros prevencines vertybes, turėti nuostatą sveikai gyventi;
- derinti pamokų veiklą su sporto papildomu ugdymu;
- suprasti pamokinės ir nepamokinės fizinės veiklos svarbą individualiai saviraiškai ir savikūrai.

Kūno kultūros standartų sandara

Valstybiniai kūno kultūros standartai pateikiami struktūrinė schema, kurioje išskirti šie **dėmenys**:

- **Ugdymo sritys**, kurios sąlygiškai suskaidytos į sveikatos, judesių kultūros, motorinių gebėjimų ugdymo poskyrius.
- **Esminiai gebėjimai**, kurių įvaldymo fizinis pagrindas yra sveikata; psichologinis pagrindas – gabumai, įgyti gebėjimai, intelektas; socialinis pagrindas – teisė veikti; pedagoginis pagrindas – žinios, mokėjimai, įgūdžiai.
- **Žinios** apie sveikatą, judesių kultūrą, motorinius gebėjimus, kaip asmens vertybių sandaumą, jų savitarpio ryšius atskleidžiančius fizinio ugdymo dėsnumus.
- **Vertybinės nuostatos**, kurių paskirtis skleisti ir įtvirtinti fizinės veiklos bei elgesio pozityvius motyvus, labiausiai atitinkančius asmenybės dvasinius, kultūrinius, socialinius poreikius ir visuomenės reikmes.
- **Pasiekimų lygmenys**: 1. *Minimalusis*, kuris rodo kūno kultūros prasmės ir reikšmės supratimo, žinių, mokėjimų išmokimo žemiausią lygį, būtiną tolimesniam moksleivio mokymuisi, sudaro galimybę adaptuotis ir realizuoti kai kuriuos savo gebėjimus realioje aplinkoje. Tai – žemiausioji patenkinamo mokymosi (fizinio ugdymosi) rezultatų riba. 2. *Pagrindinis*, kuris pasiekiamas daugumai moksleivių ir yra kūno kultūros kaip procesinės (fizinio ugdymo) veiklos, jos rezultatų bei vertybių, tenkinančių moksleivio ir visuomenės reikmes, sandauma. Čia svaresnė yra **kokybinė** kūno kultūros rezultato, t. y., jos žinių, mokėjimų ir įgūdžių reikšmė. Aukštesnis fizininių gebėjimų lygmuo užtikrina geresnes mokymosi (bendrojo ar profesinio išsimokslinimo siekimą), savirealizacijos visuomenėje galimybes.

Minimalusis ir pagrindinis fizinio ugdymo (-osi) pasiekimų lygmuo rodo skirtingus kūno kultūros tikslų ir uždavinių įgyvendinimo rezultatus, todėl pasiekimų lygmenyse užrašyti ir keletas konkrečių atitinkamo lygmens rezultatų. Pavyzdžiui, siekiantis pagrindinio lygmens pradinukas ne tik išmoksta taisyklingai kvėpuoti keisdamas pratimų tempą, bet ir geba sulaikyti kvėpavimą 20–30 s, maksimaliu greičiu bėgti 20–30 m. Taigi, mokinių rezultatų sklaida gali būti didelė, nes kiekvienas bėgs tokiu maksimaliu greičiu, kokiu tik gali. Taip pat ir pagrindinės mokyklos kai kurie minimalaus bei pagrindinio lygmens reikalavimai yra panašūs. Pavyzdžiui, moksleiviai turėtų išmokti nekvėpuoti iki 30 s, bėgti maksimaliu greičiu 20–30 m. Dalis reikalavimų yra skirtingi, pavyzdžiui, norint pasiekti minimalų lygį, mergaitėms pakanka parankia sparta bėgti 6 min., techniškai šokti į tolį iš vietos apie 150–160 cm, o pagrindiniam lygiui parankia sparta bėgti jau 8 min., šokti į tolį apie 170–180 cm. Kiekybiniai reikalavimai neaukšti ir tuo pačiu neleidžia išglebti ar per daug iškelti rezultato vaidmenį. Laikomasi kūno kultūros tradicijų: žaisti du pasirinktus sporto žaidimus, atlikti lengvosios atletikos rungtis (bėgimai, šuoliai, metimai), bendrosios gimnastikos bendruosius, laisvuosius, akrobatikos, ant prietaisų nesudėtingus pratimus, šokti polką ir valsą, atlikti šiuolaikinio šokio figūrų, improvizuoti ir t. t.

Specialiuosius gabumus tobulinantys ir ypatingą motyvaciją turintys moksleiviai be didesnių pastangų įvykdys pagrindinį pasiekimų lygmenį. Kad neskatintume nesveiko sportininkų ir mažesnių gabumų bei parengtumo moksleivių lenktyniavimo, neišskiriamas aukštesnysis – trečiasis lygmuo.

Pagrindinis kūno kultūros pasiekimų lygmuo aprėpia visus minimalaus lygmens reikalavimus kai kuriuos praplėsdamas, o dažniausiai – pagilindamas. Šiuos du pasiekimų lygius lemia ne tiek ugdymo programos, kiek fizinio ugdymo metodikų skirtumas (įvairovė, kokybiškumas, ryškesnis profiliavimas ir pan.). Pradinėje, pagrindinėje, vidurinėje mokykloje ir gimnazijoje mokyklinė kūno kultūra remiasi Bendrosios kūno kultūros programos vieningomis nuostatomis ir laisvo pasirinkimo turiniu, tačiau du pasiekimų lygmenys įvertina moksleivių **pastangų ir gebėjimų skirtingumą**. (Kūno kultūros standartai išdėstyti lentelėje atskirais **dėmenimis**). Tačiau nepaisant jų savitumų, **integravimo idėja** yra pamatinė fiziškai ugdant moksleivius (žr. standartus, kurie nurodyti pagrindinės literatūros sąrašė).

Besidomintys kūno kultūros standartų taikymu ir ugdytinių parengimu pagal pasiekimų lygmenis gali pasiskaityti J. Armonienės ir V. Blauzdžio straipsnį (Pradinės ir pagrindinės mokyklos bendrosios programos ir išsilavinimo standartų metodiniai komentarai : kūno kultūra // Švietimo ir mokslo ministerijos informacinis leidinys. – 1998, Nr. 28–29, p.18–24).

X X
X

Valstybinių kūno kultūros standartų turinys, ypač gebėjimų plėtotės lygmenys bei vertybinės nuostatos, rodo kūno kultūros mokytojui ir moksleiviams pratimų, žaidimų, veiksmų, elementų ir fizinių ypatybių lavinimo eiliškumą ir svarbą. Žinodami bendražmogiškųjų ir kūno kultūros vertybių, tikslų bei uždavinių hierarchiją, moksleiviai kartu su mokytoju, atsižvelgdami į tolimesnes mokymosi perspektyvas, poreikius, galimybes, gali nuspręsti, kokių galutinių rezultatų siekti. Ugdytinis, daugeliu atvejų, turėtų orientuotis į pagrindinį kūno kultūros pasiekimų lygmenį; minimalųjų turėtų pasiekti visi sveiki moksleiviai.

Bendrajį išsilavinimą teikiančių mokyklų darbo sąlygų ir tradicijų, fizinio ugdymo metodikų įvairovė leidžia daryti prielaidą, jog kūno kultūros standartų turinys kels kai kurių abejonių : vieniems jis bus per mažai lankstus, kitiems – per daug detalus, fragmentiškas ir t. t. Standartų svarba verčia atidžiai įsiklausyti į siūlymus ir kaupti informaciją apie pastebėtus trūkumus. Be to, reikia ir tyrimų duomenų. Praktinė išsilavinimo standartų realizavimo patirtis ir mokslo tyrimų rezultatai padėtų parengti tobulesnius kūno kultūros standartus.

Iš pradžių, kol naujas kūno kultūros turinys neįsitvirtins pradinėje ir pagrindinėje, vėliau – vidurinėje mokykloje bei gimnazijoje, standartai galės atlikti tik dalį savo funkcijų. Neabejotinas standartų vaidmuo kuriant naują moksleivių fizinio ugdymo viziją, rengiant individualiasias programas, mokymo priemones, monitoringo sistemą, ruošiant kūno kultūros egzaminą (šiose srityse juos galima naudoti nedelsiant). Nekečia abejonių ir standartų poveikis sporto mokslui, fizinio ugdymo didaktikai. Dėstant kūno kultūrą, mokytojas jau turėtų vadovautis standartais ieškodamas fizinio ugdymo metodų, pasirinkta sistema vertindamas ugdytinių pasiekimus ir t. t. Dėstant dalykus, kuriems dar nėra vadovėlio, reikės daug daugiau mokytojo iniciatyvos ir išradingumo, todėl kūno kultūros standartais, šiuo atveju, reikėtų remtis gana atsargiai, lanksčiai. Čia, kūno kultūros mokytojo laukia daug imlaus darbo dėstant žinias: sveikatos, motorinių gebėjimų, judesių kultūros ugdymo srityse, rekomenduojama labai išplėsti atitinkamų žinių apimtį, į talką kvieštis kitų ugdymo dalykų pedagogus. Plėsdami žinias, mokytojai turėtų atsižvelgti į svarbiausias Bendrųjų standartų idėjas: ugdyti vertybines nuostatas, gebėjimą kritiškai mąstyti, spręsti problemas, gebėjimą taikyti žinias ir mokėjimus praktinėse situacijose, integruoti skirtingų ugdymo dalykų ir savo dalyko temas, t. y., vadovautis nauja fizinio ugdymo filosofija.

Užduotys:

- *Pagrįskite valstybinių bendrojo išsilavinimo standartų reikšmę švietimo kaitai.*
- *Apibūdinkite bendrojo išsilavinimo ir kūno kultūros standartų funkcijas.*
- *Pasakykite savo nuomonę apie standartų pasiekimų lygmenis.*
- *Nurodykite pagrindinių ugdymo veikėjų pareigų, siekiant kūno kultūros standarto, bendrumus ir skirtumus.*
- *Pasvarstykite, kokia sparta Jūs įgyvendintumėte kūno kultūros standartus.*

PAGRINDINĖ LITERATŪRA

1. Bendrojo išsilavinimo standartai. I-X klasės : projektas, 2. – Vilnius : Leidybos centras, 1997. – 184 p.
2. Bendrojo lavinimo mokyklos bendrosios programos ir išsilavinimo standartai. Menai ir kūno kultūra XI-XII klasei : projektas. – Vilnius : Leidybos centras, 1999. – 67 p.

Papildoma literatūra

1. Pradinės ir pagrindinės mokyklos bendrosios programos ir išsilavinimo standartų metodiniai komentarai : kūno kultūra / parengė J. Armonienė, V. Blauzdys // Švietimo ir mokslo ministerijos leidybos centras, 1998, – Nr. 28–29, p. 18–24.

4. BENDROJO LAVINIMO MOKYKLOS KŪNO KULTŪROS PROGRAMOS

Kokios ugdymo programų kūrimo kryptys? Kuo reikšmingos Bendrosios programos? Kokia individualiosios dalyko programos paskirtis? Kokiu lygiu gali mokytis moksleivis? Kokia kūno kultūros bendrojo lavinimo mokykloje paskirtis? Kokie integraciniai kūno kultūros ryšiai su kitais ugdymo dalykais? Kokiomis didaktinėmis nuostatomis grindžiamas nūdienos moksleivių fizinis ugdymas? Kaip tikrinami ir įvertinami kūno kultūros pasiekimai? Kokia individualiosios kūno kultūros programos esmė ir jos rengimo nuostatos?

4.1. Valstybinės ir mokyklos lygmens ugdymo programos

Ugdymo programų kūrimo kryptys

Išsivysčiusiose ir ypač besivystančiose šalyse, planuojant bei administruojant švietimą, iškyla decentralizacijos pro-

blema: kiek autonomijos turi būti skiriama atskiriems regionams, institucijoms ir bendruomenėm. Ypač diskutuojama dėl ugdymo (mokymo) programų: ką reikėtų nustatyti centralizuotai, o ką vietiniu mastu. Ką rinktis – centralizuotas programas, parengtas aukšto lygio ekspertų, ir rizikuoti kad jos gali būti neįgyvendintinos, ar regionų, atskirų mokyklų sudarytas programas?

Tradiciškai **ugdymo programa buvo suvokiama kaip žinių ir gebėjimų temų, kurių turi būti mokoma mokykloje, visuma.** L. Jovaiša (1993, p. 126) patikslina, kad mokymo programa – tai didaktiškai pagrįstas valstybinis dokumentas, kuriame nurodoma atskirų mokomųjų dalykų dėstymo apimtis, turinys ir svarbiausi mokymo reikalavimai, kuriuos įvykdžius, baigiamas tam tikro dalyko kursas. Programos, anot jo, sudaromos atskiroms klasėms ir jų struktūra paprastai būna tokia: 1) paaiškinimai, 2) turinys (temos ir potėmės), 3) literatūros sąrašas.

Atnaujinamas Lietuvos švietimas, paremtas kardinaliomis nuostatomis siūlo keisti ne tik ugdymo sanpratą, metodus, bet ir ugdymo programas. Ugdymo turinio pertvarka aprėpia labai platų darbų barą: naujo ugdymo plano, bendrojo išsilavinimo standartų kūrimą ir kt. Įsigilinus ne tik į Lietuvos švietimo tradicijas, bet ir į pasaulio šalių švietimo raidą, išsivysčiusių bei besivystančių šalių patirtį, **prasiplečia ugdymo programų samprata.**

Pasaulio šalys renkasi vieną iš trijų ugdymo programų **rūšių.** Pagal programos struktūros ir turinio apibrėžtumą, autonomijos ją įgyvendinant laipsnį galima skirti: 1) **valstybines** (mūsų atveju Bendrąsias), 2) **regionines** (vietinės apskričių, rajonų), 3) **mokyklos lygmens** (individualiąsias) programas.

Anot Ž. Jackūno, (1995, p.10), **valstybinėmis**, visuotinai privalomomis ugdymo programomis grindžiamos Prancūzijos, buvusios SSRS ir daugelio kitų šalių mokyklos darbas. Prieš keletą metų pirmą kartą savo švietimo istorijoje valstybines ugdymo programas parengė ir Anglija. Geras šių programų bruožas yra tas, kad jos sudaro galimybę laiduoti beveik vienodą ugdymo lygį įvairiose šalies vietovėse ir atskirose mokyklose. Pagrindinis jų trūkumas – kad, remiantis šiomis programomis, sunku atsižvelgti į vietos sąlygas, konkrečios klasės moksleivių poreikius ir galimybes, lanksčiau taikyti dalykinį ugdymo turinį ir procesą.

Kai kurių šalių valstybinių programų struktūra ir turinys labai apibrėžti: nurodomi švietimo ir ugdymo tikslai, dalykinis turinys ir kaip kiekvienoje klasėje pasiekti reikiamą žinių bei gebėjimų standartus.

Priešingai ugdymo programų **kūrimo kryptis** atstovauja šalys, kuriose mokyklos dirba pagal savo pačių parengtas ir vietos švietimo administracinių įstaigų patvirtintas programas. Tokios į konkrečios mokyklos sąlygas orientuotos (school – based) programos buvo būdingos Anglijai, jomis daugiausia vadovaujasi JAV mokyklos ir kitos šalys, kuriose vyrauja decentralizuotos švietimo sistemos. **Mokyklų lygmens** programų privalumas – galimybė lanksčiai, gerai atliepti vietos poreikius. Neigiamas bruožas – sunkiau laiduoti vienodą ugdymo lygį visame krašte, ugdymo turinio perimamumą atskirose šalies mokyklose.

Šiuo metu išryškėjo trečioji ugdymo programų **kūrimo ir diegimo kryptis.** Jai būdingas siekis išlaikyti pirmųjų dviejų kryptių privalumus, ir išvengti jų trūkumų. Šią kryptį renkasi tos šalys, kurios rengia **visuotinai privalomas ugdymo turinio (curriculum) gaires, metmenis,** o ne konkrečias valstybės patvirtintas kiekvieno ugdymojo dalyko programas. **Konkrečias dalyko programas parengti, remdamiesi bendrosiomis gairėmis, privalo patys mokytojai.** Kurdamas tokią **individualią** programą, mokytojas atsižvelgia į savo mokyklos moksleivių, vietos bendruomenės poreikius. Kita vertus, mokytojas privalo atsižvelgti ir į

principinius reikalavimus, kurie ugdymui suformuluoti **bendrose atitinkamo dalyko programose**.

B. Bitinas (1995, p. 21–22) įsitikinęs, jog Bendrosiomis programomis pradedamas naujas Lietuvos švietimo sistemos reformos etapas – perėjimas nuo centralizuoto mokymo turinio į jo decentralizavimą. Šis autorius pažymi, jog Bendrosios programos nėra **vien atskirų ugdymo dalykų sąvadas, o yra vieninga sistema – ugdymo turinio koncepcija**. Lietuviškajai masei mokyklai tai naujas dalykas, todėl suprantamas ir pateisinamas siekimas įveikti buvusį švietimo centralizavimą ir iš „viršaus“ siekti decentralizavimo. Bendrųjų programų idėja kelia ir priešinimąsi: daugelis mokslininkų, menininkų, kitų specialistų įžiūri jų dalyko menkinimo pavojų.

Bendrųjų programų sudarymą sunkina dar viena aplinkybė. Ištikus dešimtmečius mokyklai buvo pirmas vienintelis ugdymo filosofinis pagrindas – materialistinė ugdymo koncepcija. Viena iš bėdų buvo ta, kad buvo neigiamos bei draudžiamos kitokios ugdymo koncepcijos. Todėl buvusios koncepcijos pakeitimas tik viena vienintele duotų tokius pat neigiamus rezultatus. Visai pagrįstai Bendrosios programos grindžiamos teoriniu ir vertybiniu pliuralizmu, tačiau neišvengta vieno pavojaus. Programų autoriai perėmė beveik visų šiuolaikinių koncepcijų teigiamus bruožus ir surašė į vieną dokumentą, nutylėdami šių koncepcijų neigiamus bruožus. Bendrosios programos tampa nerealios, prieštaringos: daugelis jų teiginių tiesiog deklaruojami, retas žino kaip juos įgyvendinti praktiškai, bet jie įrašyti į programas, nes iš tikro yra gražūs, vertingi. Gražūs, bet nerealūs teiginiai – bėda, kuri dar ilgai kankins mūsų pedagogikos būtį, tad jau šiandien reikia ieškoti būdų, kaip šią negerovę įveikti (B. Bitinas, 1995, p. 22–23).

Naujosios ugdymo programos sunkiai skverbiasi į praktiką ir kitose pasaulio šalyse. *Naujųjų programų judėjimas*, atsiradęs šeštąjį dešimtmetį, skatino pakeisti ugdymo programos sampratą, t. y., koncepciją. Buvo taikoma „dalyko struktūros“ idėja nustatant, ko turi būti mokoma mokyklose, taikomi akademiniai ir į dalyką orientuoti kriterijai. Prie mokymo planų prisidėjo vadovėliai, pratybų sąsiuviniai, mokytojo knygos, techninės mokymo priemonės, testai ir t. t. Taigi, ugdymo programos buvo centralizuotos, sudarytos ekspertų, o mokyklos ir mokytojai turėjo suvaidinti aktyvų vaidmenį teikiant siūlymus, išbandant naujas programas. Tačiau tas pedagogų aktyvumas nebuvo toks, kokio laukta. JAV maždaug 85 proc. mokyklų nesinaudojo naujųjų ugdymo programų siūlymais. Mokslininkai bandė išsiaiškinti, kodėl brangios, valstybinių ekspertų sudarytos, finansinę paramą turėjusios, su kokybiška papildoma mokomąja medžiaga programos nepriėjo mokyklose. Kai kurie tvirtino, kad mokytojai nebuvo gerai paruošti mokyti pagal naujas sudėtingas programas ir kurti naują vaidmenį klasėse. Kitų kritikų nuomone, devintąjį dešimtmetį plataus masto centralizuotas programos ištikos nesėkmė dėl pačių programų centralizuoto kūrimo, o ne dėl diegimo trūkumų. Ekspertai, dirbantys toli nuo savo produkto vartotojų, negalėjo mokytojams perduoti subtilių naujųjų programų bruožų, skatinti juos keisti įpročius taip, kad būtų užtikrinta šių programų sėkmė. Be to, buvo manoma, kad profesinis mokytojo statusas labai sustiprėtų, jeigu, užuot buvę paklusnūs svetur sukurtos programos vykdytojai, patys galėtų kurti naują ugdymo medžiagą. Asmeniško apsisprendimo idėja ir vietos autonomijos svarba labiau atitiko demokratines normas nei tradicinis reikalavimas paklusti kitų nurodymams.

Plačiai plintantis neigiamas požiūris devintąjį dešimtmetį stimuliuojo **mokyklos lygmens programų** (MLP) kūrimą. MLP šalininkai atmetė Naujųjų programų principus (iš dalies ir idealus), kurie, kaip buvo tikimasi šeštąjį ir septintąjį dešimtmetį, turėjo įkūnyti pasaulinę mokyklų reformą.

Trečiojo pasaulio šalių naujos švietimo sistemos pirmenybę teikė **valstybinėms programoms**, nes buvo tikimasi, kad jos sustiprins tautinį identitetą, modernizuos švietimo sistemą ir laiduos bent jau visuotinį pradinį išsilavinimą. Nacionalinės vienybės idėja buvo pabrėžiama daug labiau nei pagarba įvairioms tautos vertybėms bei interesams. Devintąjį dešimtmetį pirmiausia tos besivystančios šalys, kurios jau pasiekė rezultatų kurdamos valstybinę programą, o vėliau ir tos, kurioms ši užduotis nepavyko, įsitikino, kad pageidautina būtų skatinti regioninių ir MLP kūrimą. Iš dalies dėl to, kad būtų galima papildyti valstybinę programą, o iš dalies ir dėl to, kad būtų galima pakeisti kai kuriuos jos elementus (A. Lewy, 1998, p. 17–19).

Ši pasaulinė ugdymo programų kūrimo patirtis rodo, jog mokyklos negali ir griežtai nesilaiko ugdymo programos, kurią pateikia aukštesnioji ar šalies vadovybė, bet kartu mokykla, nusprendusi kokių dalykų bus mokoma, negali neatsižvelgti į pateiktus „iš aukščiau“ apribojimus. Ši patirtis rodo, jog negalima tikėtis, kad pavyks mokytojus įtraukti į programų kūrimą. Kai kurie mokytojai žiūri tik dabarties, yra gana konservatyvūs ir individualistai, vengia ilgalaikio planavimo, stengiasi nedalyvauti mokyklai dėl ko nors

apsisprendžiant. Kiti – yra aktyviausi programų kūrėjai.

Pedagogo aktyvumą kuriant **individualiąją** dalyko programą riboja keletas priežasčių. Ugdymo meistriskumas nebūtinai siejasi su programos kūrimo meistriskumu: nelengva ugdymo turinį suderinti su kitų dalykų, mokytojų, tėvų, moksleivių poreikiais ir bendrosios ugdymo programos nuostatomis. Dauguma kūno kultūros (ir kitų dalykų) mokytojų neturi patirties dalyko programai kurti. Jų kūrimas užima daug laiko ir vyksta laisvalaikio metu. Gerai, kad Lietuvoje individualios programos kūrimas yra viena iš mokytojo profesinės kvalifikacijos kėlimo sąlygų.

Programos kūrimą gali sunkinti ir moksleivių dalyvavimas priimant sprendimą dėl programos. Vis dėlto toks bendradarbiavimas būtinas. Žinoma, jog kai moksleivius sudomina tema, labai padidėja jų motyvacija mokytis. Antra vertus, lengviau demokratinti vyksmą, jei ugdytiniai yra vertinami kaip partneriai, aptariant ugdymosi turinį.

Moksleivių įtraukimas į programos kūrimą gali būti skirstomas pagal: a) kūrybinės veiklos prigimtį, b) atskiros programos lygį ir kursą, c) iniciatyvos kilmę.

Kūrybinės veiklos prigimtis. Moksleivių dalyvavimą kuriant programą dažnai riboja mokytojo sudaryta ugdymo kurso apimtis ir turinys. Moksleiviams gali būti leidžiama iš parengtos visumos parinkti konkrečias temas (pvz., sporto šaką, lengvosios atletikos rungtį, žinių temą) ar mokymosi dalyką (pavyzdžiui XI–XII klasėse moksleiviai gali rinktis vieną iš galimų **ugdymo plano** variantų: bendrąją kūno kultūrą, pasirinktą sporto šaką ar sportinius šokius. Moksleiviams pageidaujant gali būti derinami ir keli pasirinkimai: bendroji kūno kultūra ir sportiniai šokiai ir pan.).

Programos lygis ir kursas. Moksleiviai gali mokytis dalyko įvairiu lygiu. Pavyzdžiui, pagilintas kūno kultūros mokymas nuo V ar IX klasės organizuojamas pagal mokytojo individualiąją ir Bendrąsias programas. Nuo 1999–2000 m. m. pagilinto mokymo statusas **klasėms** neteikiamas, todėl sustiprintas dalykų mokymas laipsniškai pertvarkomas į pagilintą dalykų mokymą (**mokymą grupėmis**). V ir IX–X klasėse mokytojas dalyko programą papildo 17 ar 34 pamokų trukmės **moduliu**, parengtų pagal Profiliavimo pradmenų nuostatas, programomis, kurias apibūdina mokyklos dalykų mokytojų metodiniai būreliai ir tvirtina mokyklos direktorius. Nuo 2000 m. rugsėjo 1 d. sustiprintas dalykų mokymas XI klasėse pertvarkomas į **tikslinį kursą**. Dalyko tikslinį kursą gali rinktis visi moksleiviai. Tais mokslo metais XII klasių mokiniams dar tęsiamas sustiprintas dalyko mokymas. Taigi, moksleiviai gali rinktis bendrojo, išplėstinio ar tikslinio kurso programas (2000–2001 mokslo metų bendrojo lavinimo mokyklų ugdymo planai. – V., 2000, p. 7–9).

Iniciatyvos kilmė. Inicijavę pasiūlyti moksleiviams patiekti nuspręsti dėl programos gali būti **išorinė** – už mokyklos ribų, kai ją rekomenduoja švietimo valdžia, bendruomenė, tėvai. Ji gali būti mokyklos ar paties mokytojo pasiūlyta. Vis dėlto lemiamą žodį turėtų tarti pats ugdytinis.

Taigi, individualios dalyko programos kūrimas skatina pedagogą plačiai bendradarbiauti su visais ugdymo dalyviais.

Šiame poskyryje aptarėme priežastis, lėmusias Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos bendrųjų ir individualiųjų mokytojų programų reikalingumą. Verta išsamiau aptarti jų esmę.

4.2. Bendrojo lavinimo mokyklų bendrosios programos

Bendrųjų programų esmė Pirmosios Lietuvos švietimo istorijoje Bendrosios programos nužymi žmogaus, tautos, valstybės ir visuomenės europietiškos raidos gaires keliolikai metų į priekį. Jos deda kultūrinius modernios, demokratiškos šalies mokyklos pamatus. Mokyklos sampratos ir atskirų ugdymo dalykų turinyje įvardytos esminės tautos ir pasaulio, ypač Europos, vertybės sudaro prielaidas kurti mokykloje ugdymo terpę, pajėgią brandinti demokratišką, humanišką asmenybę, gebančią apgalvotai ir atsakingai spręsti asmeninio bei visuomeninio gyvenimo problemas. Bendrosios programos atskleidžia šiuolaikinėms demokratinėms visuomenėms būdingus politinio, ekonominio, socialinio ir kultūrinio gyvenimo pagrindus. Ryždamasi puoselėti asmens ir tautos kultūrą, pagrįstą demokratinėmis vertybėmis, mokykla stoja į kritinį, kartais net opozicinį santykį su posovietiniu Lietuvos tikrovės palikimu, todėl mokyklai tenka išsiugdyti kritinio tikrovės suvokimo ir vertinimo **kultūrą**. Ji siekia ugdyti žmogų, gebantį suvokti konfliktišką, prieštaringų kaitos procesų kupiną, mūsų gyvenimo tikrovę, ją objektyviai, vadovaujantis išsamia ir visapusiška informacija, analizuoti ir vertinti, įgyvendinti pažangias tendencijas. Todėl Bendrosiose programose itin akcentuojama interpretacinių ir kritinių gebėjimų reikšmė dalyki-

niame ugdymo turinyje ir ugdymo procese. Siekiant plėtoti ugdytinių interpretacinius pradus, kritinę jų nuostatą į Bendrąsias programas, įtraukta daug temų, kurios glaudžiai susijusios su moksleivio gyvenimiškaisiais interesais.

Mokslas vis dažniau pabrėžia žmogaus veiklos sisteminę, holistinę prasmę. Reformuojamai mokyklai siūloma puoselėti visuminę žmogaus prigimtį, ugdyti sisteminių požiūrį į tikrovės procesus, visuminę pasaulėvoką. Bendrosiose programose iškeliamos ugdomųjų dalykų sąsajos, kurių dėka pasaulis ji pažįstančiam asmeniui skleisis kaip sąryšinga tikrovė, ryškės įvairiapusis nagrinėjamų reiškinių sąlygotumas, todėl atsiveria galimybė per pamoką kurti probleminę mokymosi terpę, padedančią brandinti ugdytinių tiriamuosius ir interpretacinius įgūdžius, mąstymo kultūrą, pratintis išvelgti dažnai netiesioginius, sunkiai nuspėjamus visuomeninių bei individualių sprendimų ir veiksmų padarinius, ugdytis atsakomybės jausmą (Ž. Jackūnas, 1995, p. 12–13).

Bendrosios programos nuo buvusių valstybinių programų skiriasi ne tik savo forma, grindžiamu turiniu ar mokytojo bei mokyklos savarankiškumu, bet ir atsakomybe. Todėl Bendrosios programos iš mokytojo ir mokyklos reikalauja savo suvokimo ir interpretavimo. **Tai strateginis ugdymo turinio posūkis.** Šių programų **paskirtis** – atskleisti šiuolaikę bendrojo lavinimo mokyklos sampratą, atskiro ugdymo dalyko esmę: siektiną ugdymo tikslą, uždavinius, galimus ugdymo metodus, dalyko ryšius su kitais ugdymo dalykais, tik pagrindines temas bei problemas. Išgiline į kuriamos mokyklos sampratą, dalyko paskirtį, tikslą ir uždavinius, mokyklų bendruomenės, vadovėlių autoriai **savarankiškai** juos konkretina ir detalizuoja, **laisvai** renkasi nagrinėtinas temas, problemas bei jų seką, sudaro savus ugdymo metodų komplektus, kuriasi individualias programas. Kiekvieno dėstomo dalyko mokytojui vertėtų gerai perprasti **dalyko bendrąją programą** ir, remiantis ja, parengti individualiąją programą.

4.3. Kūno kultūros bendroji programa

Kūno kultūros paskirtis

Kūno kultūra – svarbi bendrosios asmens ir visuomenės kultūros dalis, glaudžiai susijusi su kitomis kultūros sritimis, ypač su sveikatos stiprinimu ir sportu. **Ji padeda siekti fizinės, psichinės ir dvasinės asmens darnos, stiprinti įvairaus amžiaus žmonių sveikatą.** Kūno kultūra atveria galimybę patirti išlavinto, stipraus ir sveiko organizmo, kūno ir judesių grožio keliamą džiaugsmą, kuria prielaidas asmens saviraiškai ir savirealizacijai. Apimdama įvairias asmens fizinio aktyvumo raiškos formas, kūno kultūra sudaro sąlygas asmeniui pažinti save ir ugdytis fizinę bei dvasinę ištvermę, reikalingą kritinėse situacijose, individualumą, tikėjimą sėkme siekiant fizinės bei dvasinės sveikatos.

Kūno kultūros pamokos teikia daug progų ugdytis doro, sąžiningo rungtyniavimo bei varžymosi, savitvardos, bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius. Tuo pačiu sergstima, kad pamokos neslopintų asmens individualumo ir jo raiškos, o sąmoningai stiprinant sveikatą, puoselėjant fizines galias padėtų remtis savo prigimtimi ir pasirinkimo teise.

Sėkminga šiuolaikinės kultūros skaida neįmanoma be žinių apie sveiką gyvenimą, žmogaus organizmą ir veiksmus, laidojančius darnų funkcionavimą, taip pat jo veiklą pažeidžiančius veiksmus bei būdus ir priemones, padedančias grąžinti organizmo darną. Kūno kultūros programa sudaro galimybę suvokti fizinio ugdymo psichologijos pradmenis, tautines kūno kultūros tradicijas, įgyti žinių apie asmens higieną, ugdo platų, kritišką ir blaivų požiūrį į šiuolaikinį sporto pasaulį.

Kūno kultūra, kaip ir kitos kultūros sritys, yra susijusi su daugeliu skirtingų (kartais ir prieštarų) asmens ir visuomenės nuomonių, vertybių, nuostatų, įsitikinimų, stereotipų, kurie ne visada esti palankūs sveikatai, kūno kultūrai puoselėti. Todėl mokykla turėtų dėti visas pastangas, kad išugdytų sveikos gyvenimo poreikį ir nuostatas, gebėjimus.

Skleisdama sveikos gyvenimo principus, mokykla siekia juos įtvirtinti ir šeimos, vietinės bendruomenės gyvenime. Svarbu, kad kiekvienas mokinys suvoktų šį siekį kaip esminį tautos ir valstybės siekį, nes tik dvasiškai stipri ir fiziškai sveika tauta gali išlikti laisva, gyvybinga ir kūrybinga. Sveikos gyvenimo įtvirtinimas padėtų neutralizuoti neigiamą poveikį sveikatai, patiriamą dėl hipodinamijos, prastos krašto ekologinės būklės, gausių stresinių situacijų, paplitusios savigriovos (narkomanijos, girtuokliavimo ir kt.). Dvasiškai sveikų kartų atėjimas turėtų esminės įtakos ūkinei, visuomeninei bei kultūrinei krašto pažangai.

Kūno kultūra mokykloje atveria mokiniams galimybę plėtoti savo organizacinius gebėjimus, įsitraukti į

mokyklos, šeimos, vietinės bendruomenės reikalų ir problemų, susijusių su sveikata ir sportu, svarstymą, ugdytis kritišką, pilietiškai brandų požiūrį į jas, pratintis pagal išgales praktiškai prisidėti prie šių klausimų sprendimo. Šiuo atžvilgiu, **kūno kultūra yra reikšmingas mokinių socialinės, pilietinės kultūros puoselėjimo veiksnys.**

Labai svarbus mokyklos veikos baras yra **korekcinė gimnastika**, reikalinga koreguoti mokinių fizinio raidos sutrikimams. Ji sudaro sąlygas visiškai ar iš dalies pašalinti mokinių fizinio vystymosi sutrikimus arba bent sušvelninti juos. Korekcinė gimnastika skiriama mokiniams, turintiems fizinių negalių, ugdymuisi per pamokas, popamokiniu metu ir namuose. Kūno kultūros pamokos, sporto renginiai, išvykos į gamtą, kuriose kartu su sveikais dalyvauja ir sutrikusio fizinio vystymosi bei turintys fizinę negalią vaikai, padeda jiems susigyventi, geriau suprasti vieniems kitus.

Kūno kultūros pamokomis bendrojo lavinimo mokykloje siekiama:

- laiduoti harmoningą fizinę, socialinę bei kultūrinę kiekvieno mokinio raidą;
- sudaryti galimybę kuo dažniau išgyventi džiaugsmą, tenkinant natūralų fizinio aktyvumo, saviraiškos, savirealizacijos ir kūrybos poreikį, stiprinti nusiteikimą ir gebėjimą sieti mokymąsi, darbą bei poilsį su fiziniu aktyvumu;
- stiprinti mokinių sveikatą, laiduojant darnią asmens fizinės, dvasinės ir socialinės sveikatos skaidą, puoselėti sveikos gyvensenos įtvirtinimui reikalingas žinias, įgūdžius ir nuostatas, ugdyti gebėjimą nustatyti savo fizinę būklę;
- puoselėti kūno grožį, judesių kultūrą, asmens estetinį skonį;
- plėtoti žinias ir gebėjimus, būtinus žmogui, praktikuojančiam įvairias kūno kultūros formas, sporto šakas, taip pat įgūdžius, padedančius saugiai elgtis, išvengti traumų;
- teikti korekcinę pagalbą sutrikusio fizinio vystymosi bei turintiems fizinių negalių mokiniams, siekiant pašalinti ar sušvelninti fizinio vystymosi spragas ar sutrikimus;
- puoselėti mokinių bendravimo įgūdžius, ugdyti savigarbą, pagarbą kitam, asmeniui, savitarpio pagalbos ir rūpinimosi kitais, paslaugumo nuostatas, atsakomybę už gamtą ir aplinką;
- puoselėti žinias, gebėjimus ir nuostatas, įgalinančias asmenį išmaniai dalyvauti kuriant (šeimoje, mokykloje, vietinėje bendruomenėje) kūno kultūrai ir sveikatos stiprinimui palankią aplinką;
- ugdyti šiuolaikinę kūno kultūros ir sporto sampratą, gebėjimą kritiškai analizuoti ir vertinti aktualias sporto pasaulio problemas, suvokti kūno kultūros, sveikatos, sporto ir kitų socialinio bei kultūrinio gyvenimo sričių įvairiapusį savitarpio sąlygotumą ir priklausomybę.

Kūno kultūros ryšiai su kitais dalykais

Kūno kultūra bendrojo lavinimo mokykloje aprėpia:

- mokinių fizinio aktyvumo raišką,
- kūno kultūros, sveikatos žinias.

Fizinis mokinių aktyvumas reiškiasi per kūno kultūros pamokas, jis yra skirtas:

- pagrindiniams judesiams lavinti, judesių kultūrai ugdyti;
- motorinei veiklai, fizinėms galioms ugdyti;
- judriesiems ir sporto žaidimams;
- korekcinei gimnastikai;
- įvairioms asmens fizinio aktyvumo formoms gamtoje (išvykos, turistiniai žygiai ir kt.).

Nurodytos mokinių fizinio aktyvumo formos paprastai užima nevienodą vietą per kūno kultūros pamokas. Ją lemia mokinių amžius, asmeninio fizinio išsivystymo lygis, sveikatos būklė, lytis, individualūs interesai, polinkiai bei gebėjimai, mokyklos materialinė bazė. Mokiniai skatinami sąmoningai rinktis tinkamiausias fizinio aktyvumo formas bei rūšis, atsižvelgiant į savo interesus bei polinkius.

Pagrindiniai mokinių judesiai (ėjimas, bėgimas, šuoliai, žaidimai ir t. t.) pagal mokyklinę programą gali būti lavinami tiek specialiomis užduotimis, tiek per kitas pratybas. Pastaruoju atveju, judesių kultūros ugdytas yra neatskiriamas kūno kultūros pamokų komponentas.

Fizinio mokinių aktyvumo raiška gali būti realizuojama dvejopai: a) puoselėjant fizines galias bei sveikatą, nesiekiant sporto rezultatų, ir b) siekiant sporto rezultatų. Pastaruoju atveju, kūno kultūra iš esmės sutampa su sportu.

Judėjimo poreikis gali būti realizuojamas tiek per kūno kultūros pamokas, tiek per įvairias papildomam ugdymui skirtas popamokines, užmokyklines kūno kultūros pratybas, sporto turizmo renginius. Siekiama, kad visas mokyklos gyvenimas, popamokinė bei užmokyklinė veikla sudarytų kuo daugiau progų fiziniam mokinių aktyvumui reikštis.

Žinios, pateikiamos per kūno kultūros pamokas, sudaro galimybę susipažinti su: sveikos gyvensenos pagrindais, žmogaus organizmu ir veiksniais, sąlygojančiais sveiką ir darnų jo funkcionavimą, taip pat organizmo veiklą pažeidžiančiais veiksniais ir būdais bei priemonėmis organizmo darnai grąžinti; atskirų fizinio aktyvumo formų, sporto šakų lavinamosiomis bei korekcinėmis galimybėmis, taisyklėmis, jų praktiškavimui reikalingų gebėjimų lavinimo metodika; kūno kultūros (ir sporto) psichologijos pradžiomis; saugaus elgesio, padedančio išvengti traumų, taisyklėmis; fizinio išsivystymo rodikliais ir metodais, leidžiančiais nustatyti savo fizinę būklę; tautinėmis fizinio aktyvumo, kūno kultūros tradicijomis; šiuolaikiniu sporto pasauliu ir aktualiomis jo problemomis; kūno kultūra, kaip sudedamąją asmens ir visuomenės kultūros dalimi, įvairiapusiškai susijusia su kitomis sociokultūrinio gyvenimo sritimis (darbu, poilsiu, buitimi, ūkiniu gyvenimu ir kt.).

Kūno kultūra mokykloje glaudžiai siejama su kitais ugdymo dalykais. Stiprūs saitai sieja kūno kultūrą su etika. Kūno kultūros pamokos, varžybos atveria plačias galimybes ugdyti mokinių bendravimo ir bendradarbiavimo etiką bei kultūrą, puoselėti savitarpio pagarbos, pagalbos, solidarumo, teisingumo, atsakomybės, tolerancijos nuostatas ir jausmus. Savitų galimybių šiuo požiūriu teikia bendras sveikųjų mokinių ir vaikų, turinčių fizinę negalią, dalyvavimas kūno kultūros pamokose. Kūno kultūra sudaro galimybę geriau pažinti savo fizinę prigimtį, adekvačiau vertinti savo galimybes ir laimėjimus, ugdytis ryžtą tobulinti savo fizines galias, kūną, sveikatą.

Su gimtąja kalba kūno kultūrą sieja siekimas ugdyti kalbos kultūrą, pratinti mokinius taisyklingai vartoti, kirčiuoti kūno kultūros (ir sporto) terminus, aiškiai ir raiškiai perteikti žodžiu ir raštu asmeninę bei socialinę patirtį, atspindinčią šiuolaikinio sporto pasaulio realijas.

Pažymėtini kūno kultūros ryšiai su pilietinės visuomenės pagrindų, istorijos kursais. Istorinė žmonijos kūno kultūros patirtis prasideda nuo pirmąsias bendruomeninės santvarkos ir vis turtėdama apima olimpinių idėjų atsiradimą, fizinių galių ugdymą karybos tikslais, aukštų sportinių rezultatų siekimą, sveikatos stiprinimą. Ugdydama pilietinę mokinių nuostatą sveikai gyventi, kritišką, blaivų asmens santykį su šiuolaikiniais sporto pasaulio procesais (ypač su pasitaikančiomis negerovėmis – sporto orientacija tik į rezultatą, dopingą, per dideliu sporto politizavimu, pernelyg pabrėžiama nacionalinio prestižo reikšmė ir kt.), kreipdama mokinių dėmesį į nevienodas skirtingų gyventojų grupių galimybes naudotis kūno kultūra savo sveikatai stiprinti, poilsiui, laisvalaikiui bei su tuo susijusia socialine nelygybe, kūno kultūra padeda puoselėti socialinę, pilietinę mokinių patirtį, demokratines asmens nuostatas ir vertybes. Kūno kultūros pamokos padeda plėsti asmeninio mokinių dalyvavimo grupių, komandų veikloje patirtį, ugdytis organizacinius gebėjimus, ištraukti į grupinę veiklą, kuria siekiama plėtoti sportinį, turistinį mokyklos, vietinės bendruomenės gyvenimą, kurti žmonių sveikatai stiprinti reikalingą aplinką. Visa tai padeda puoselėti mokinių patirtį (žinias, įgūdžius, vertybių sistemą), būtiną jų kaip piliečių kompetentingam ir atsakingam dalyvavimui tautos ir valstybės gyvenime.

Su gamtos ir tiksliaisiais mokslais (biologija, chemija, fizika, matematika) kūno kultūrą sieja atida žmogaus organizmui, jo funkcijoms, sąlygoms ir veiksniams, laiduojantiems darnųjį funkcionavimą arba pažeidžiantiems jį, taip pat būdams ir priemonėms, kuriomis gali būt grąžinama organizmo darna, stiprinama fizinė, psichinė (emocinė ir dvasinė) asmens sveikata. Šiuo požiūriu svarbios biologijos žinios, chemijos duomenys apie medžiagas bei procesus, kenkiančius organizmui arba padedančius šalinti organizmo funkcijų, sveikatos sutrikimus, žinios apie ekologines sąlygas, sveiką ir saugią aplinką, narkotines ir toksines medžiagas, ligas, kitus veiksnius, kurie daro įtaką gyvybei ir organizmo raidai nuo jo užsimezgmimo motinos iščiose iki žilos senatvės.

Su darbais ir buities kultūra kūno kultūrą sieja bendras rūpestis ugdyti sveikos gyvensenos sampratą ir įgūdžius, stiprinti mokinių nusiteikimą grįsti darbą, buitį, poilsį sveikai gyvensenai būdingais principais, ekonomine sveikos gyvensenos nauda. Kūno kultūros mokytojas, radęs tinkamą progą, nevengia priminti sveikos mitybos reikalavimų, atskleidžia pagrindines higieniško ir sveiko būsto, drabužių, poilsio bei laisvalaikio leidimo ypatybes, kūno kultūros ir sporto vietą gyvenime ir veikloje, grindžiamoje sveikos gyvensenos principais.

Gana glaudūs ryšiai kūno kultūrą sieja su meno dalykais – literatūra, daile, muzika, teatru. Šiuolaikinė kūno kultūra, ir ypač sportas, yra susipynę su įvairia menine kūryba (pvz., meninė gimnastika, dailūsis čiuožimas, aerobika, sportiniai šokiai, įvairūs teatralizuoti sportiniai-meniniai renginiai ir t. t.). Išlavintas, stiprus ir gražus kūnas, aukšta judesių kultūra teikia didžiules galimybes meninei asmens saviraiškai ir kūrybai, todėl per kūno kultūros pamokas, sporto varžybas siekiama ne tik plėtoti mokinių fizines galias, stiprinti sveikatą, bet ir puoselėti jų estetinį skonį, grožio pajautą, sudaryti galimybes išgyventi džiaugsmą, kurį žadina judesių harmonija, gebėjimas išreikšti save per ekspresyvų judesį, įvairias fizinio aktyvumo formas (žaidimus, atletines pratybas, šoki). Siekiama ugdyti mokinių nuovoką apie tai, kaip Europos kultūros ir meno istorijoje buvo poetizuojamas fizinis ir dvasinis žmogaus grožis, kaip istorijos raidoje kito fizinio grožio samprata ir idealas. Per kūno kultūros pamokas derama vieta skiriama ritminei gimnastikai, tautiniams šokiams ir sporto žaidimams pasitelkiant tinkamą muziką. Šiuo atžvilgiu kūno kultūra gali ir privalo suvaidinti svarbų vaidmenį puoselėjant mokinių tautinės kultūros nuovoką, supažindinant juos su tautinėmis kūno kultūros ir sporto tradicijomis.

Daugelis aptartų kūno kultūros ir kitų mokykloje dėstomų dalykų saitų gali būti papildyti ir pagilinti remiantis integruojančiomis lietuvių kalbos, pilietinio ugdymo, dorovinio ugdymo, sveikatos, ekologinio ugdymo, etninės kultūros, darbinio ugdymo programomis.

Mokykla, sėkmingai realizuodama aptartus kūno kultūros ir kitų bendrojo lavinimo mokyklos dalykų ryšius, imasi visapusiškai ugdyti asmenybę. Šiame ugdymo procese fizinių asmens galių puoselėjimas tėra tik vienas aspektas, neatskiriamai susijęs su kitais asmenybės ugdymo aspektais.

Didaktinės nuostatos

Ugdymas per kūno kultūros ir sporto pratybas grindžiamas: pagarba mokiniui, kaip asmenybei, pozityviu požiūriu į kiekvieno mokinio individualią fizinę prigimtį, psichofizinį skirtingumą; nuolatinis siekimas kūno kultūros pamokų, sporto renginių metu sudaryti sąlygas, kurios leistų mokiniams patirti džiaugsmą, susijusį su judėjimo poreikių patenkinimu, saviraiškos, savitaigos, kūrybos poreikio realizavimu; kūno kultūros ir sporto užduočių diferencijavimu bei individualizavimu, atsižvelgiant į mokinio fizinę prigimtį, amžių, lytį, interesus, polinkius ir gebėjimus bei sveikatą; mokinių savarankiškumo, gebėjimo spręsti, rinktis, dirbti individualiai bei kolektyviai, pasirengimo imtis atsakomybės puoselėjimu; tolydžiu kūno kultūros užduočių sunkinimu, atsižvelgiant į klasės bei atskiro mokinio fizinės raidos pažangą.

Per kūno kultūros pamokas daug pastangų, dėmesio reikia skirti moksleiviams, turintiems fizinių negalių; esant reikalui, kviesti kineziterapijos ir psichologijos specialistus šių moksleivių fiziniam ir psichiniam ugdymui tobulinti, padėti juos įtraukti į visavertį mokyklos gyvenimą.

Per kūno kultūros pamokas dera itin akcentuoti veiklą, kuri teiktų mokiniams judėjimo džiaugsmą, ugdytų judesių kultūrą, raiškumą, puoselėtų tautos kultūrinės tradicijas, padėtų asmenybei bręsti socialiai, ugdytų teigiamą požiūrį į fizinį aktyvumą, sveikatą, brandintų atitinkamus poreikius ir motyvus. Siektina, kad kiekviena pamoka plėstų pozityvią mokinių bendravimo ir bendradarbiavimo patirtį, ugdytų dorą valią, puoselėtų susiklausymą, gebėjimą individualiai ir kolektyviai veikti siekiant užsibrėžto tikslo.

Programoje nedetalizuojant ugdomosios medžiagos, pateikiamos pagrindinės gairės; kūno kultūros mokytojai suteikiama galimybė ją konkretinti, pasirinkti fizinio ugdymo priemones. Atsižvelgdama į sąlygas ir reikmes, mokykla, nekeisdama pagrindinių tikslų ir uždavinių, gali keisti kūno kultūros programą. Rekomenduotina kuo daugiau pamokų rengti lauke, gamtoje (nebūtinai mokyklos sporto bazėje) ir visur, kur galima sudaryti sąlygas kūrybiškai dirbti (miške, parke, aikštynuose). Mokytojas privalo garantuoti mokinių saugą, išmokyti juos saugaus elgesio taisyklių.

Kurtinos kompensuojamojo mokymo grupės, dirbančios pagal skirtingo lygmens programas (pvz., grei-tumo, ištvermės lavinimo ir t. t.). Fiziškai atsilikusiems ir silpniesiems mokiniams organizuojamos papildomos pratybos, kurios prasideda pradinėje mokykloje ir gali tęstis per visą mokymosi laiką. Svarbiausias mokytojo darbo kokybės rodiklis yra mokinių žinių tvirtumas, fizinių gebėjimų poslinkiai, mokinių poreikis ir gebėjimas savarankiškai mankštintis, sportuoti. Šie rodikliai, taip pat mokinių aktyvumas, kūrybiškumas per pamokas ir užklausinėje veikloje bei žinios sudaro moksleivių fizinio išsilavinimo pagrindą. Vertinimo matų pasirinkimas ir reikšmingumas priklauso nuo amžiaus, fizinio moksleivių pajėgumo.

Fizinis parengtumas nustatomas Eurofito ar kitais testais; testuojama mokslo metų pradžioje ir pabaigo-

je. Fizinio parengtumo lygis gali būti nustatomas pagal Lietuvos moksleivių fizinio pajėgumo rezultatų vertinimo lenteles (žr. EUROFITAS. Fizinio pajėgumo testai, metodika, Lietuvos moksleivių fizinio pajėgumo rezultatai. – V., 1993) arba **kūno kultūros standartų lygmenis**. Skatinant moksleivius fiziškai tobulėti, rezultatai įvertinami pirmiausia pagal asmeninių laimėjimų gerėjimą (apie tai atskirai rašoma 4.4. poskyryje).

Pagrindinė kūno kultūros forma mokykloje yra pamoka. Per pamoką mokytojas gali dirbti su visa klase vienu metu, suskaidyti klasę į mažesnes grupes (didaktinis diferencijavimas), individualiai. Derėtų skirti motorines namų užduotis ir kontroliuoti kaip jos atliekamos.

Kitas kūno kultūros formas (sporto, sveikatinimo) mokykla ir moksleiviai renka savarankiškai. Mokykloje organizuojami renginiai turi būti prasmingi ugdytiniams. Mokykla garantuoja moksleivių dalyvavimo papildomojo ugdymo renginiuose **savanoriškumą**, skatina fakultatyvų, būrelių, grupių įvairovę, toleruoja ugdytinio teisę nepriklausyti jokiam būreliui.

Pagal galimybes mokykloms rekomenduotina kurti rekreacines zonas, sporto aikštynus, kuriuose ne tik moksleiviai, bet ir jų šeimos nariai galėtų patenkinti fizinio aktyvumo poreikį, patirti judėjimo džiaugsmą.

Rekomenduotina fizinį moksleivių aktyvumą siekti dviasiskai turtinant (pvz., istorinių, žymių žmonių gyvenimo vietų lankymas). Kūno kultūros renginius derėtų dažniau organizuoti gamtoje: rengti išvykas, ekskursijas, turistinius žygius, krosus, slidinėjimo, čiuožimo pratybas ir varžybas.

4.4. Kūno kultūros pasiekimų tikrinimas ir įvertinimas

Žinių, gebėjimų tikrinimas ir įvertinimas yra neatsiejama bendrojo lavinimo mokyklos moksleivių ugdymo proceso dalis, pamatinis didaktikos reikalavimas. Pedagoginėje literatūroje, aptariant mokymosi tikrinimo rezultatų įvertinimo aspektus, aiškinama, jog vertinimas kaip procesas įeina į tikrinimą (įvertinimas formuojasi palaipsniui, tikrinant tai, ką mokinys išmoko), o kaip rezultatas užbaigia tikrinimą (yra darbo rezultatų pilnumo ir kokybės matas). Mokymosi rezultatai svarbūs ne tik moksleiviui, bet ir tėvams bei pedagogams, todėl žinių ir įvertinimų objektyvumas turi įtakos ir subjektų santykiams. Įvertinimo svarba, siekiant pagerinti humaniškus, partneriškus ugdytinių ir mokytojų santykius, dar labiau padidėja. Nenorėdami jų komplikuoti, daugelis humanistinės krypties pedagogų mano, kad reikia mažiau kreipti dėmesį į pažymius arba gal ir visai jų atsisakyti, mažiau rūpintis testais, tikrinimu.

Deja, mūsų šalies mokslininkai bei pedagogai publikacijose retai analizuoja konkretesnius moksleivių pažangumo šiuolaikinius aspektus, dar rečiau – diskutuoja kūno kultūros pasiekimų įvertinimo klausimais.

Viena pagrindinių mokymo bei mokymosi funkcijų – **įvertinimas**: ar mokiniai yra pasiekę tai, ko norėjo. Kūno kultūros mokytojas, siekdamas valstybiniuose standartuose įvardytų žinių, mokėjimų ir įgūdžių, fizinį ypatybių išlavėjimo, galėtų ir norėtų dažniau remtis **neformalioju** vertinimu (įvertinimas neužrašomas, o nuomonė lieka ilgam atmintyje ir turi reikšmės mokytojo veiksmams). Pavyzdžiui, įvertinimas susidarius nuomonę apie mokinį. Mokslo metų pradžioje mokytojas susipažįsta su naujais mokiniais arba per vasarą fiziškai nevienodai sustiprėjusiais jo ugdytiniais, diagnozuoja jų fizinio parengtumo, motyvacijos lygį, iš šalies (mokinių, pedagogų) dar ką nors sužino apie mokinį, t. y., turi tam tikrą **nuomonę** apie kiekvieną moksleivį. Pirmieji išpūdžiai gali būti ir subjektyvūs: neturi motyvų, negabus, emociškai nepastovus ir pan. Gal mokslo metų pradžioje jį itin prislėgė materialiniai nepritekliai, o apie tai kūno kultūros mokytojas nežino. Arba, pernykštis darbštuolis, įgijęs mokytojo pasitikėjimą per krepšinio pamokas, rudėnį lengvosios atletikos (jos nemėgsta!) pamokų metu rodo mažai pastangų. Todėl pirmieji ir vėlesni išpūdžiai neturėtų virsti **pastoviu požiūriu**.

Mokymo metu pagal tam tikrus ženklus kūno kultūros mokytojas sprendžia ar mokiniai suprato judriojo žaidimo taisykles, ar dar reikia ir parodyti kaip žaisti, ar reikia lengvinti pratimą (skaidyti į dalis ar kitaip palengvinti atlikimo sąlygas ir t. t.) ar dar reikia pavyzdžių, ar neaiškina ir nerodo to, kas yra savaimė suprantama, t. y., jis turi „jausti“ klasę. Grįžtamosios informacijos suvokimą lemia mokytojo profesinė kvalifikacija, požiūris ir noras suprasti mokinį, mokinio gabumai ir t. t. Neformalus įvertinimas humanišku požiūriu yra labai reikšmingas mokiniui. Svarbu išvengti asmeninio tendencingumo, šališkumo, formalizmo. Dalis pedagogų yra šališki – ieško argumentų, įtikinančių, jog jie patys viską moka, o mokinių prastą išmokimą linkę aiškinti pastarųjų motyvacijos stoka, abejingumu, **o ne blogu mokymu**.

Per mokslo metus vertėtų keliais būdais (kontroliniais pratimais, užduotimis) įvertinti pažymiais ar kitu

žymeniu („įskaityta“), t. y., gebėjimus įvertinti **formaliai**. Norint formaliai įvertinti gebėjimus tenka juos tikrinti. Svarbūs trys tikrinimo principai: sistemingumo, objektyvumo, individualizavimo. Pastarasis reikalauja išžiūrėti individualų moksleivio fizinį pajėgumą, jo pastangas. Nepatenkinamo pažymio galima ir nerrašyti jeigu moksleivis pagrindžia neišmokimą. Parengiamosios medicininės fizinio pajėgumo grupės mokiniams daromos žinomos nuolaidos. Kai yra apibrėžtas valstybinis kūno kultūros pasiekimų minimalus ir pagrindinis lygmuo, nėra grėsmės perlenkti į vieną ar kitą pusę. Valstybinis fizinio parengtumo įvertinimas turėtų padėti greičiau įveikti atskirų klasių, mokyklų ar rajonų moksleivių fizinį atsilikimą, įtikintų darbdavius, tėvus ir mokesčių mokėtojus, jog fizinio išsilavinimo lygis pakankamas, ir valstybės pinigai nešvaistomi tik judėjimo džiaugsmui teikti.

Vakarų šalyse plačiai taikomi testai gabumams ir mokymosi rezultatams įvertinti. Gabumų testai taikomi atrankai į įvairaus profilio mokyklas. Per kūno kultūros pamokas kai kurie pratimai atitinka testams keliamus reikalavimus, informatyvumą, patikimumą, objektyvumą (pvz., šuolis į tolį iš vietos ir išbėgėjus, prisitraukimai prie skersinio, 30 m bėgimas ir t. t.) ir už jo atitinkamą absoliutų rezultatą ar jo prieaugį galima rašyti pažymį. Tai – **sisteminis (einamasis, kasdienis)** tikrinimas ir įvertinimas. **Baigiamojo** tikrinimo ir įvertinimo (pvz., baigus visą gimnastikos skyrių, lengvosios atletikos dalį – ilgalaikį bėgimą ar šuolį į tolį išbėgėjus ir t. t.) galėtų būti įvertinami ne tik **prieaugio, bet ir absoliutaus rezultato požiūriu**. Pavyzdžiui, devintokas per 1,5 mėnesio padidino prisitraukimų prie skersinio skaičių nuo 3 iki 5 kartų. Nors pažanga nemaža, tačiau ji nesiekia pagrindinio standartų pasiekimų lygmens (6–8 kartų rezultato). Šiuo atveju, jo pažangos ir nevertėtų įvertinti 10 balų. Arba, devintokas šį rezultatą pagerino tik 1 skaičiumi, tačiau jo pasekmė yra 9 prisitraukimai. Tokią pažangą, manytume, galima įvertinti aukščiausiu pažymiu.

Parengiamojo tikrinimo ir įvertinimo tikslas – nustatyti gebėjimų lygį po vasaros atostogų arba pradėjus naują kūno kultūros programos skyrių. Tokių tikrinimų rezultatų geriau pažymiais nevertinti, nes moksleiviai kartais pradeda „gudrauti“ – rodo žemą rezultatą, kad baigiamojo tikrinimo metu lengviau pasiektų žymesnį jo prieaugį. Be to, pradėjus naują medžiagą, būtų nehumaniška įvertinti seniau išeitą ir iš dalies primirštą žaidimo veiksmą ar lengvosios atletikos pratimą.

Atskirai aptarsime fizinio parengtumo testavimą mokslo metų pradžioje ir pabaigoje.

Mokytojai patys pasirenka testus. Jeigu testai **standartizuoti** (atitinka vienodus reikalavimus), tada galima palyginti mokinio rezultatą su būsimos įskaitos norma, atskirų klasių, mokyklų pasiekimus, kuri mokykla atitinka šalies vidurkį ar kitą lygį. Testuojant moksleivis, turėtų būti dedamos maksimalios pastangos, todėl pirmasis jų jėgų išbandymas galėtų būti tik po specialaus parengiamojo pamokų ciklo, ne anksčiau kaip **rugsėjo pabaigoje**. Šio testavimo paskirtis neleidžia moksleiviams už rezultatus rašyti pažymių. Tai – einamojo ir baigiamojo tikrinimo paskirtis. Kuo daugiau patyręs pedagogas, tuo jam sudėtingiau įvertinti moksleivį: mato daugybę vertinimo aspektų, išžiūri individualybę, vertinamos žinios, mokėjimai ir įgūdžiai įgyti per pamokas ir atliktos namų užduotys. Nerekomenduotina vertinti mokinį vien už tai, kad jis **lanko** gimnastikos sekciją ar **dalyvavo** krepšinio varžybose, **atstovavo** mokyklos rinktinei ir panašiai. Ši veikla moksleiviui neprivaloma ir skatinama kitais būdais.

Galima teigti, jog kūno kultūros standartų pasiekimų lygmenys palengvina, tačiau visiškai neišsprendžia fizinio ugdymo gebėjimų tikrinimo ir įvertinimo. Neįmanoma aprėpti visų konkrečių situacijų, todėl vertinimo būdai ir principai turėtų būti įvairūs.

Čia savo prasmės nepraranda tradiciškai populiarus **norminė** sistema, kai moksleivio pasiekimai lyginami su kitų klasės bendraamžių ir vertinami pažymiu. Vis populiareesnė darosi **ideografinė** vertinimo sistema, orientuota į daromą pažangą, lyginant ją su pačiu savimi. Ji didina kiekvieno ugdytinio motyvaciją. Kai reikia fizinio ugdymosi pasiekimus lyginti su kitų klasės mokinių rezultatais, ideografinė sistema mažai tinka. Mums įprasta **kriterinė** vertinimo sistema, kai moksleivio pasiekimai lyginami su iš anksto numatytais labai konkrečiais fizinio parengtumo standartais, nepraranda gyvybingumo. Kriterinis įvertinimas išlaikė-neišlaikė, įskaityta-neįskaityta tinka parengiamosios, ypač specialiosios medicininės fizinio pajėgumo grupės moksleiviams, o taip pat ir pagrindinės medicininės fizinio pajėgumo grupės mokiniams, pavyzdžiui, pradinukams (Mokyklos tarybos sprendimu), lankantiems sporto mokyklas. Vis dėlto baigiančiųjų atitinkamą mokyklos pakopą sveikų moksleivių pasiekimus dauguma respublikos kūno kultūros mokytojų tebenori vertinti pažymiu. 1994 metais **pažymiu ir kūno kultūros įskaita** ugdytinių žinias ir gebėjimus

siūlė įvertinti 62,4 proc., o 1999 metais – 64,0 proc. apklaustųjų pedagogų. Už laimėjimų įvertinimą tik **pažymiu** pasisakė atitinkamai 28,3 ir 24,9 proc. apklaustųjų. Nedaug pedagogų (7,5 proc. pirmojo ir 6,5 proc. antrojo tyrimo metu) siūlė pasikliauti **tik kūno kultūros įskaita**. Visiškai formaliai nevertinti siūlė tik 1,2 ir 2,8 proc. kūno kultūros mokytojų. Be to, tiek pirmojo, tiek antrojo tyrimo rezultatai leidžia teigti, jog moksleivių pasiekimų tikrinimo ir įvertinimo būdų (formaliai ar neformaliai), tikrinimo metodų (įskaita) klausimais nuomonės per penkerius metus beveik nepakito.

Apibendrinant norime priminti, jog Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos bendrieji nuostatai (1996 metų ir 1999 metų leidimas) rekomenduoja pažymiais nevertinti visų klasių muzikos, dailės ir kūno kultūros dalykų pasiekimų. Mums atrodo, kad pasiekimų tikrinimas ir įvertinimas pažymiu neturėtų būti sumenkintas vien todėl, kad jis tenkina ne visus moksleivius, tėvus, pedagogus, švietimo ideologus. Pažymio reikšmė labai plati. Skiriamos mokomoji, lavinamoji, auklėjamoji, kontrolės ir diagnostinė bei pažinimo pažymio funkcijos. Šios funkcijos viena kitą papildo, padeda kuo sąmoningiau ir tvirčiau perimti kūno kultūros žinias (dabar jų reikšmė ir apimtis žymiai prasiplėtė), mokėjimus bei įgūdžius sieti su asmenine patirtimi ir gebėjimais, skatinti kritinį mąstymą, aktyvumą ir savarankiškumą, ugdyti pažinimo galias, auklėti. Tai – svarbus Bendrųjų programų ir Išsilavinimo standartų rekomenduotas kūno kultūros mokytojo darbų baras, todėl formalųjį žinių, gebėjimų tikrinimo ir įvertinimo procesą reikėtų tobulinti, o ne šalinti iš kūno kultūros praktikos.

4.5. Individualioji kūno kultūros programa

Kūno kultūros programos Vakarų šalyse paplitusios įvairių rūšių ugdymo programos. Tą lėmė liberali ir demokratiška jų švietimo sistema, skatinanti alternatyvių vadovėlių ir jiems atitinkamų mokymo priemonių paklausą. Ši situacija didino konkrečios mokyklos atsakomybę už ugdymo rezultatus ir mažino valstybės priedermes. Mūsų situacijoje dar nemažą atsakomybę už švietimo rezultatus prisiima Lietuvos valstybė – LR Švietimo ir mokslo ministerija tvirtina Bendrąjį išsilavinimą teikiančių mokyklų ugdymo planus, Bendrojo išsilavinimo standartus, Bendrąsias programas. Ministerija tiesiogiai atsakinga už išsilavinimo standartų turinį. Įtvirtinama mokytojo **teisė ir pareiga** kurti konkrečią ugdymo dalyko **individualiąją programą**.

Mokyklų bendroji kūno kultūros programa taip pat remiasi tradiciniu sporto šakų turiniu ir naujomis ugdymo nuostatomis, orientuotomis į sparčiai kintantį dabarties gyvenimą bei ateities perspektyvą. Ši situacija įteisina kūno kultūros programos turinio įvairovę. Tai gerai, bet šiuo klausimu yra neaiškumų, prieštarų samprotavimų, net nesutarimų, kurie kartais trukdo išvelgti moksleivių kūno kultūros pamatinius dalykus. Pavyzdžiui, šiandien aktualu parengti ne tik individualiąją kūno kultūros programą, bet nemažiau svarbu suplanuoti jos įgyvendinimą tokiais dokumentais kaip metiniu planu – grafiku, pamokų planais.

Respublikos kūno kultūros mokslininkai bei mokytojai yra sukaupę nemažą programų pasirinkimo, jų koregavimo, fizinio ugdymo planavimo patirtį. 1994 metais 12,3 proc. mūsų apklaustųjų mokytojų jau pasirengdavo savo mokyklos, atskirų klasių kūno kultūros programą. 1999 metais programos rengėjų padidėjo žymiai (20,7 proc. $p < 0,05$). Ir anksčiau, ir dabar buvo plati ugdymo programų sklaida. Pirmojo tyrimo metu pagal pirmąją kūno kultūros programą dirbo 25,1 proc. (antrojo metu – 8,8 proc.), pagal antrąją – 9,9 ir 12,9 proc., pagal trečiąją – 35,7 ir 41,9 proc., pagal ketvirtąją – 17,0 ir 14,8 proc. apklaustųjų pedagogų. Dauguma mokytojų, pasirinkę tinkamą programą, ją dar šiek tiek pertvarkydavo savo mokyklos reikmėms: 1994 metais tą darė 69,6, o 1999 metais net 82,9 proc. (skirtumas ženklus $p < 0,05$) apklaustųjų.

Taigi, dabar jau matomas didesnis mokytojų kūrybiškumas, turinio atnaujinimas. Turinio atnaujinimo siekis turėtų skatinti ir kitus pedagogus peržengti tradicinio mokymo ribas: padėti ugdytiniams pamėgti mokymąsi, pajusti vidinį ryšį su kitais ugdymo dalykais, skatinti įgyti žinių bei įgūdžių, leidžiančių jiems prasmingai tyrinėti ir paaiškinti fizinio ugdymo principus, dėsnius ir dėsningumus. Permainų laikotarpiu labai svarbu plėtoti **kritinį mąstymą ir aktyvaus mokymosi metodus**. Visa tai turi skatinti individualioji kūno kultūros programa.

Programos rengimo nuostatos **Kritinis mąstymas** nėra vien neigiama kritika. Tai – protingas įvairių požiūrių ir filosofijų svarstymas tam, kad būtų padaryti pasverti vertinimai ir sprendimai. Niekas nelaikoma besąlygiškai teisinga ir atsisakoma akiai tikėti autorite-

tais. Kritinis mąstymas įgalina pasirinkti įvairias pagrįstas interpretacijas, priimti nepriklausomus sprendimus, kelti naujus prasmingus klausimus. Tačiau, kritinis mąstymas nėra negatyvus, priešingai – jis pozityvus dalykas. Nors jis neretai sukelia sunkumų versdamas patikrinti ankstesnes nuostatas bei prielaidas, tačiau gali prieštarauti nusistovėjusiai patirčiai; taip pat kritinis mąstymas padeda ir mums keistis. **Literatūroje kritinis mąstymas įvardijamas net kaip esminis ugdymo programų kūrimo ir ugdomosios veiklos klasėje principas**, todėl kritinio mąstymo elementų turėtų būti ir ugdymo programoje, ir ją taikant. Mokytojo knyga „Aktyvaus mokymosi metodai“ (1998, p. 13) išskiria tokius ugdymo programų, pagrįstų kritiniu mąstymu, pagrindinius bruožus:

1. Ugdoma moksleivių ir mokytojų bei moksleivių tarpusavio pagarba.
2. Per pamokas naudojamos moksleivių patirtimi.
3. Konkretus ugdomojo turinio taikymas atitinka moksleivių poreikius.
4. Sprendžiant problemas naudojamos ugdomuoju turiniu.
5. Integruojami įvairūs požiūriai ir dalykai.
6. Priimamos ir patikrinamos prielaidos.
7. Mokymasis paverčiamas bendromis moksleivių ir mokytojų bei moksleivių tarpusavio pastangomis.
8. Moksleiviams suteikiama galimybė mokytis savarankiškai.
9. Parenkami metodai, labiausiai atitinkantys moksleivių pasirengimo lygį.

Šie ugdymo programų sudarymo ir jų taikymo bruožai yra pamatiniai Individualiajai kūno kultūros programai, atitinka Bendrųjų programų idėjas. Remdamiesi Bendrosiomis kūno kultūros programomis, mokslo tyrimais, savo ir kolegų patirtimi, kūno kultūros mokytojai renkasi individualiosios programos struktūrą ir turinį. Čia negali būti preciziško tikslumo ir pažodinio sekimo, tačiau netoleruotinas ir atskirų sporto šakų specifikos, ugdymo logikos, metodikos chaosas.

Aptarsime **pagrindines** Kūno kultūros individualiosios programos sudarymo nuostatas.

1. Būtina pratarmė. Joje turėtų būti įvardytas mokyklos ar gimnazijos profilis, modulio pavadinimas ir pagrįsta kaip jis bus įžiūrimas.

1.1. Pratarmėje šiuolaikiškai suformuluojamas ugdomojo dalyko **tikslas**, kuris atskleidžia holistinę kūno kultūros kryptį. Jo nederėtų suplakti su dalyko uždaviniais, kai neaišku, kuri formuluotė yra tikslas, kuri – uždavinys. Gerai, kai kūno kultūros uždaviniai atspindi bendrąjį moksleivių ugdymo **profilį**. Formuluojami kuo konkretesni (ne deklaratyvūs) kūno kultūros uždaviniai, kurie gali būti užrašyti atskirai klasei (jeigu tęsiamas sustiprintas arba įgyvendinamas pagilintas mokymas), moduliui, klasių grupei atskirai (pvz., V–VI, VII–VIII, IX–XII klasėms). Formuluojuojant tikslą ir uždavinį, vartotinos veiksmažodžio bendratys, o ne veiksmažodiniai daiktavardžiai (žr. 3 skyriaus antrąjį poskyrį „Valstybiniai kūno kultūros standartai“).

1.2. Atskleidžiami kūno kultūros ryšiai su bendraisiais kultūros, fundamentaliaisiais ir specialiaisiais dalykais. Gali būti bendresni ryšiai ar net įvardijamos konkrečios temos. Kadangi siekiama pažengti toliau už tarpdalykinį ryšių lygmenį, buvusį netolimoje praeityje, todėl rekomenduojama derinti tris kūno kultūros programos turinio integravimo būdus (žr. temos „Moksleivių fizinio ugdymo atnaujinimo principai“ skirsnį „Fizinio ugdymo diferencijavimo ir integravimo principas“). Tai – būtų ryškiausia individualiosios programos naujovė.

1.3. Glaustai atskleidžiamos individualiosios programos įgyvendinimo organizacinės ir metodinės **nuostatos**, todėl paaiškinama, kas lėmė atskirų klasių ar jų grupių moksleiviams sporto šakų turinį, jam numatytą orientacinę teorinių temų ir pratybų skaičių, pratybų vietą (lauke ar patalpoje), kaip bus tikrinamos žinios ir gebėjimai ir kokia bus taikoma įvertinimo sistema (kaip moksleiviai rinksis fizinio pajėgumo testus, kontrolinio vertinimo pratimus, už kokią pažangą gaus įskaitinį ar kitą įvertinimą), kokio pobūdžio skiriamos ir atliekamos namų užduotys, kaip bus organizuojamos fakultatyvios pratybos sporto šakų sekcijose, klubuose ar panašiai. Svarbu **pratarmėje** užsibrėžti **siekį** programos turinį ir jo įgyvendinimo vyksmą grįžti kritiniu mąstymu ir aktyvaus ugdymosi metodais ir (ar) įprastų fizinio ugdymo metodų netradiciniais būdais.

Nederėtų mechaniškai pamėgdžioti parodyto pratimo, o mokytį moksleivius suvokti jo įvairialypę prasmę. Todėl rekomenduojama mokytį **atrasti**, t. y., skatinti pačius ugdytinius atrasti racionaliausią judėjimo veiksmo atlikimo variantą (kamuolio perdavimo ar metimo būdą, išibėgėjimo nuotolį ir t. t.), padėti jiems tirti ir, remiantis duomenimis, daryti išvadas (pvz., susidaryti namų užduoties pratimų kompleksą, išvermės

lavinimosi programą, numatyti atskirų fizinių ypatybių pažangą). 1.3 skirsnio nuostatos leidžia spręsti ar nebus ugdytiniams per sunku, kokia bus fizinio ugdymo kryptis, ar įgyvendinami pagrindiniai fizinio moksleivių ugdymo atnaujinimo principai, kokie laukiami rezultatai.

2. Programos skyriuose ir poskyriuose (pvz., žinių poskyryje) pagal ugdymo profilį, modulį, ugdytinių amžių, lytį ir išsimokslinimą turėtume matyti kūno kultūros derinimą su kitais ugdymo dalykais (žr. poskyrį „Dalyko struktūra ir ryšiai su kitais dalykais“ iš „Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos bendrosios programos“, 1997, p. 363–365). Be to, teikiamos rekreacinio ir (ar) reabilitacinio pobūdžio žinios apie elgseną po mokymosi, sužeidimų, aptariama, kaip reguliuoti psichinę įtampą (psichoemocinę būseną), daugiau pratybų skiriama didesnes emocijas ir atsipalaidavimą keliantiems judriesiems ir (ar) sporto žaidimams, proto nuovargį mažinantiems pratimams ir jų atlikimo metodikoms, grūdinimasi didinančioms pratyboms lauke ir panašiai.

3. Programos skyrių turinys turėtų būti glaustas, konkretus ir atitikti moksleivių fizinę būklę: medicininę fizinio pajėgumo grupę, jų parengtumą ir žinių lygį. Įvardijamas pratimo ar žaidimo veiksmo pavadinimas, todėl **programos skyriuose** vengiama tokių užrašymų, kaip pvz., „**Mokyti** šuolio į tolį išibėgėjimo **technikos**“. Netinka rašyti „technikos“, nes ir taip aišku, kad bus mokoma to pratimo technikos. Nereikėtų perkrauti individualiosios programos specialiaisiais, imitaciniais, parengiamaisiais pratimais, kurių gausu metodikos literatūroje. Juos mokytojas turi parinkti (arba moksleivis pasirinkti) konkrečiai pamokos situacijai, bet **negalima įsipareigoti būtinai šį pratimą taikyti visiems savo ugdytiniams**. Skyrių turinys struktūrinamas pagal sporto šakos specifiką. Pavyzdžiui, sporto žaidimų: žinios, technikos veiksmas, taktikos veiksmas, gebėjimų įvertinimas; lengvosios atletikos: žinios, ėjimas, bėgimai, šuoliai, metimai, gebėjimų įvertinimas; bendrosios gimnastikos: žinios, rikiuotės ir pusiausvyros pratimai, kybojimai ir atremtys, akrobatika, atraminiai šuoliai ir t. t. Galėtų būti užrašyta **privalomoji** ir (jei reikia), **papildomoji** medžiaga (atskirai klasei ar jų grupėms arba net tos pačios klasės, modulio geriau fiziškai pasirengusiems moksleiviams).

Individuali programa rašoma **atskirai** mergaitėms, berniukams, mobiliai grupei ar klasei. Dėl disko, ieties, granatos metimų pavojingumo aplinkiniams geriau apsiriboti tik rutulio stūmimu (ne visada akcentuojant kiekybinį, o dažniau – kokybinį rezultatą, pažangą). Bendrojo lavinimo, profesinėse mokyklose moksleiviai dažniausiai išmoka žaisti du sporto žaidimus – vieną iš jų įvaldo geriau. Šią tendenciją galima tęsti. Organizuojanti tris ir daugiau savaitinių kūno kultūros pamokų, sporto žaidimų skaičių galima didinti, nes juos mėgsta dauguma ugdytinių, o jų sklaida asmenybės brandai gana plati. Nereikėtų vengti gimnastikos, aerobikos, grakščiosios mankštos, atletinės ir meninės gimnastikos bei kitų, nereikalaujančių daug vietos ar brangaus inventoriaus, sporto šakų. Iš programos turinio turėtų būti aišku, kokių žinių, mokėjimų ar įgūdžių įgis besimokantieji. Sudarant individualiąją programą, galima remtis ankstesnėmis programomis, jas pritaikius šiuolaikinėms reikmėms ir vietos sąlygoms.

Individualiosios programos pratarmėje, skyrių ir poskyrių turinyje turi būti naujovių. Programa turi savią stilių: aiškinama, kaip **dirbs** programą parengęs mokytojas ir jo mokiniai, o ne ką turėtų daryti apskritai mokytojai. Programa baigiama moksleiviams rekomenduotinos literatūros sąrašu. Literatūra užrašoma pagal bibliografijos reikalavimus. Be abejo, individualioji kūno kultūros programa – tai tik pirminis sėkmingo fizinio ugdymo veiksnys.

Pateikiame individualiosios programos krepšinio ir lengvosios atletikos skyrių rašymo pavyzdžius.

MERGINOS

IX klasė

Krepšinis (14–16 pamokų)

Žinios. Savarankiškos pramankštos per krepšinio pamokas svarba ir ypatumai. Svarbiausios žaidimo taisyklės. Teisėjavimas.

Technikos veiksmas. Judėjimas pristatomu žingsniu keičiant kryptį. Sustojimai. Varpstės. Kamuolio perdavimas viena ranka nuo krūtinės, abiem – nuo galvos. Metimas viena ranka nuo peties iš vietos pavaris kamuolį. Prasiveržimas pro neaktyvią ir aktyvią gynėją ir metimas į krepšį judant. Baudos metimas.

Taktikos veiksmai. Asmeninė gynyba: puolėjos be kamuolio gynimas. Kamuolio išmušimas. Puolimo taktika: įžaidėjos ir vidurio, krašto puolėjos veiksmai. Žaidimas 1 x 1, 2 x 2 ir t. t.

Kamuolio įmetimo iš už šoninės linijos deriniai. Puolėjos su kamuoliu gynimas. Puolėjų veiksmai esant kiekybinei jų persvarai: 2 x 1, 3 x 2 ir t. t. Pirmasis perdavimas greitajame puolime. Teisėjavimas.

Gebėjimų įvertinimas. Metimas judant iš šono (moksleivė pasirenka pusę). Žaidimas 1 x 1. Žinios: savarankiškos pramankštos per krepšinio pamokas ypatumai.

Pastaba. Po punktyrinio brūkšnio užrašyta papildomoji medžiaga.

VAIKINAI

IX klasė

Krepšinis (18–20 pamokų)

Žinios. Savarankiškos pramankštos per krepšinio pamokas esmė. Supaprastinto žaidimo esmė. Teisėjavimas.

Technikos veiksmai. Judėjimas keičiant kryptį (ėjimas, bėgimas paridenant, pametėjant kamuolį, pašokant ir kt.). Varpstės pirmyn, atgal. Kamuolio perdavimas viena ranka. Metimas judant, pašokus.

Taktikos veiksmai. Asmeninė gynyba: puolėjo su kamuoliu, ir be jo, gynimas, ginamojo atitvėrimas po metimo. Prasiveržimas pro aktyvų gynėją. Puolimo taktika: įžaidėjo sąveika su puolėjais, kamuolio įmetimas iš užribio. Žaidimas 1 x 1, 2 x 2, 3 x 3. Teisėjavimas.

Asmeninė gynyba pusėje aikštės. Puolėjų veiksmai esant kiekybinei persvarai: 2 x 1, 3 x 2 ir t. t. Greitasis puolimas.

Gebėjimų įvertinimas. Pasirinktinai: varpstės ir metimas judant iš šono arba metimas nuo peties pašokus (vertinama technika ir pataikymų tikslumas). Žaidimas 2 x 2. Žinios: savarankiškos pramankštos per krepšinio pamokas ypatumai.

MERGAITĖS

V klasė

Lengvoji atletika (16–19 pamokų)

Žinios. Saugaus elgesio taisyklės per lengvosios atletikos pamokas. Pramankštos baigiamosios pamokos dalies paskirtis. Mano fizinis išsivystymas (antropometriniai rodikliai, pulsas).

Bėgimai: aukštas startas, 30 m, 300m bėgimas, bėgimo derinimas su ėjimu iki 1000–1500m.

Šuoliai: į tolį iš vietos (testas), įsibėgėjus.

Šuolis į aukštį. Šaudyklinis bėgimas 3 x 10 m. 150 gr. kamuoliuko metimas iš vietos.

Gebėjimų įvertinimas. Pasirinktinai: 30 m ar 300 m bėgimas. Šuolis į tolį iš vietos.

BERNIUKAI

V klasė

Lengvoji atletika (16–19 pamokų)

Žinios. Saugos taisyklės per lengvosios atletikos pamokas. Pramankštos ir baigiamosios pamokos dalies paskirtis. Mano fizinis išsivystymas (ūgis, kūno masė, pulsas).

Bėgimas: aukštas startas, 30 m, 50 m, 300m, 500 m bėgimas, bėgimo derinimas su ėjimu iki 2000 m.

Šuoliai: į tolį iš vietos (testas), išibėgėjus, penkiašuoelis.

Metimai: 150 gr. kamuoliuko metimas iš vietos.

Šuolis į aukštį. Šaudyklinis bėgimas 5 x 10, 150 gr. kamuoliuko metimas iš kryžminio žingsnio. 1000 m bėgimas.

Gebėjimų įvertinimas. Pasirinktinai 30 m ar 50 m bėgimas, 300 m ar 500 m bėgimas. Šuolis į tolį iš vietos.

Apibendrinant šio poskyrio mintis, galime akcentuoti, kad demokratinių šalių švietimo sistemų patirtis įtakojo ir bendrojo bei fizinio ugdymo turinio naujų planavimo dokumentų atsiradimą. Mūsų tyrimai rodo, jog šalies kūno kultūros mokytojai jau yra sukaupę šiek tiek patirties koreguojant buvusias valstybines kūno kultūros programas, rašant naujas gimnazijų kūno kultūros programas. Bandoma derinti tradicinių turinį, jį prasmingai keisti. Vis dėlto, individualių kūno kultūros programų rengimas daugumai mokytojų yra sudėtingas, mažai žinomas. Todėl labai svarbu kaupti tam reikalingas žinias ir patirtį.

X
X X

Kūno kultūros turinio sandaros teorines nuostatas ir praktinę pusę daugiausia lemia filosofijos pakraipa, dominuojanti bendrajame moksleivių ugdyme. Ja remiantis bandoma apibrėžti fizinio ugdymo dalykinį turinį (ir pasirinkti ugdymo metodiką): nuspręsti ko konkrečiai mokytis, ką ir kiek lavinti, kiek tai atitiks Bendrojoje kūno kultūros programoje keliamus tikslus ir uždavinius. Atsakymų į šiuos sudėtingus klausimus tenka ieškoti negausioje metodikos literatūroje. O ir turinio formavimo patirties, laiko ir noro užtenka ne visiems, todėl kartais daroma taip, kaip yra įpratę ar daro kolegos. Vadinasi, pedagogai turi žinoti šaltinius ir ugdymo kryptis, kad susidūrę su problemomis galėtų į ką atsiremti, argumentuotai pagrįsti, įrodyti, atsižvelgti. Įvykių tėkmė verčia skubėti, nes nuo 2000 metų žymiai padaugėjo profilineio mokymo klasių, galimybių sudaryti mobiliąsias moksleivių grupes, todėl žymiai daugiau kūno kultūros mokytojų rengs individualiąsias dalyko programas.

Užduotys:

- *Prisiminkite, kokias kūno kultūros mokomąsias programas Jūs skaitėte ir kokiai kūrimo bei diegimo kryptčiai jas priskirtumėte.*
- *Papasakokite būdingesnį epizodą, kaip moksleivių siūlymai keisti kūno kultūros programos turinį veikė mokytojo ir moksleivių santykius.*
- *Pagrįskite, kuo svarbūs kūno kultūros ryšiai su kitais bendrojo lavinimo mokyklos ugdymo dalykais.*
- *Yra tvirtinimų, jog kūno kultūros žinių ir gebėjimų tikrinimas bei įvertinimas pažymiu yra nereikalingas, net žalingas moksleiviams; Jūsų nuomonė šiuo klausimu.*
- *Pateikite norminės, kriterinės ir ideografinės pasiekimų vertinimo sistemos pavyzdžių.*
- *Įrodykite, kad tikrinimas padeda sėkmingiau mokytis arba atvirkščiai.*
- *Padarykite išvadas apie individualiosios kūno kultūros programos svarbą fizinio ugdymo procese.*
- *Atskleiskite kritinio mąstymo svarbą Jums.*

PAGRINDINĖ LITERATŪRA

1. Bendrojo lavinimo mokyklos V–XII klasių kūno kultūros programos. – Vilnius : Leidybos centras, 1992. – 195 p.
2. Bitinas B. Bendrosios programos kaip sistema // Lietuvos mokykla : ugdymo turinys ir būdas: konferencijos medžiaga. – Klaipėda : Klaipėdos universitetas, 1995, p. 21–29.
3. Jackūnas Ž. Pagrindinės ugdymo turinio pertvarkos kryptys // Lietuvos mokykla : ugdymo turinys ir būdas : konferencijos medžiaga. – Klaipėda : Klaipėdos universitetas, 1995, p. 9–15.
4. Kritinis mąstymas mokymo programose // Aktyvaus mokymosi metodai : mokytojo knyga. – Vilnius : Garnelis. 1998, p. 13–22.

Papildoma literatūra

1. EUROFITAS. Fizinio pajėgumo testai, metodika, Lietuvos moksleivių fizinio pajėgumo rezultatai : metodikos priemonė sporto specialistams, pedagogams, medicinos darbuotojams, sportuotojams // parengė V. Volbekienė. – Vilnius: Mintis, 1993. – 127 p.
2. Lewy A. Valstybinės ir mokyklos lygmens ugdymo programos. – Vilnius : Margi raštai, 1998. – 110 p.
3. Jovaiša L. Pedagogikos terminai. – Kaunas : Šviesa, 1993. – 265 p.
4. Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos bendrieji nuostatai // Valstybės žinios. – 1999, Nr. 72, p. 7–15.
5. Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklos bendrosios programos. I–X klasės. – Vilnius : Leidybos centras, 1997. – 370 p.
6. 2000–2001 mokslo metų bendrojo lavinimo mokyklų ugdymo planai. – Vilnius : Švietimo aprūpinimo centras, 2000. – 118 p.
7. Rajeckas V. Mokinių mokymosi rezultatų tikrinimas ir vertinimas. – Vilnius : LPKI rotoprintas, 1998. – 84 p.

5. KŪNO KULTŪROS KURSO PLANAVIMAS

Kokie tradicinio ir alternatyvaus ugdymo planavimo modelio privalumai ir trūkumai? Kokie gali būti ugdymo proceso planavimo rezultatai? Kokia ugdymo tikslų klasifikacijos svarba planuojant pamoką? Ko siekiama valdant moksleivių fizinio ugdymo procesą? Kokie kūno kultūros pamokų planavimo dokumentai paplitę plačiausiai? Kaip rašyti metinį planą – grafiką ir pamokos planą?

5.1. Mokymo planavimo ir sprendimų priėmimo bendroji apžvalga

Planuoti ar neplanuoti?

Sveikas protas ir patirtis bei mokslo tyrimai rodo, jog bet kokios veiklos perspektyvinis planavimas ir jos valdymas duoda teigiamų rezultatų. Tyrimai taip pat rodo suplanuoto ugdymo, o ne nevaldomų įvykių ar veiksmų naudą. Tiesa, nevienodai suplanuoto ugdymo proceso efektyvumas gali būti skirtingas. Atitinkamas planavimas ir sprendimai mokant nepaprastai svarbūs ir glaudžiai siejasi su visomis kitomis mokytojų funkcijomis. N. L. Gage ir D. C. Berliner (1994, p. 404–407) mokytojo darbą suskirsto į du etapus: **planavimą ir sąveiką**. Planavimo etape mokytojas dirba vienas (arba su kitais mokytojais, jei mokoma keliese), jis ruošiasi mokymui – suskirsto dėstomąją medžiagą ir sudaro dėstymo grafiką. Jis planuoja užduotis, mokymosi rezultatų testavimą, vaizdines priemones ir t. t. Tuo metu pedagogas galvoja apie klasės visumą, jos interesus ir gabumus, o taip pat ir apie atskirus moksleivius – kiek jie jau moka ir su kokiais sunkumais susiduria. Sąveikos etape pedagogas tiesiogiai susiduria su ugdytiniais, jie vieni kitus veikia: duoda ir ima žinias, perima gebėjimus. Tai – socialinė sąveika (vienas kitą stimuliuoja ir vienas į kitą reaguoja).

Planuojama prieš ir po sąveikos. Apmąstymai ir sprendimų priėmimas **prieš sąveiką** vyksta prieš pradedant kursą, trimestrą ir prieš kiekvieną pamoką. Apmąstymai ir planavimas **po sąveikos** vyksta po pamokos ir užbaigus visą kursą. Svarbiausias planavimo momentas yra nuspręsti. Gali prireikti nemažai laiko, kol mokytojas pasirinks ugdymo programą arba mokomąją medžiagą, kol sudarys jos mokymo grafiką, numatys popamokines užduotis ir veiklos formas (namų darbus, išvykas). Ilgai trunka ir sprendimų koregavimas. Dauguma užsienio ugdymo specialistų mano, kad mokytojai turėtų kiek įmanoma detaliau viską suplanuoti prieš susitikdami su moksleiviais, bet jie turi būti pasirengę ir pakoreguoti savo planus, kai sužinos ką jo ugdytiniai geba, kuo domisi, kokią turi patirtį.

Ugdymo dalykinio turinio ir proceso planavimą yra aprašę ir nagrinėję daug tyrėjų, todėl ir nuomonių yra įvairių, net prieštaringų. Planuojant dažniausiai vadovaujamosi logišku **racionaliuoju linijiniu modeliu** (R. Arends, 1998, p. 56–57):

TIKSLAI → VEIKSMAI → REZULTATAI

Čia sutelkiamas dėmesys į tikslus ir uždavinius, o tik po to atsirenkami veikimo būdai ir konkretūs veiksmai iš anksto apibrėžtiems tikslams pasiekti. Daroma prielaida, jog tie, kas nusako tikslus ir uždavinius, ir tie, kas atsako už jų įdiegimą, yra glaudžiai susiję. Tai – **tradicinis ugdymo proceso planavimo modelis**.

Šalia tradicinio planavimo modelio, kaip dažnai esti, yra ir alternatyvi planavimo samprata. Kai kurie autoriai abejoja, ar racionalusis linijinis modelis tiksliai nusako kaip iš tikrųjų planuojama. Suabejota, ar organizacijas ir klases veikti skatina tikslai, ir taip pat tuo, kad pasaulyje, kuriam iš esmės būdingas sudėtingumas, kaita ir netikrumas, atlikti veiksmus galima labai tiksliai. Alternatyvaus planavimo šalininkai įrodinėja, kad modelis yra **nelinijinis**, o planuotojai iš tikrųjų pradeda nuo veiksmų, kurie po to duoda lauktų ir nelauktų rezultatų, o galiausiai apibendrina ir aiškina savo veiksmus, nurodydami tikslus. Jie įrodinėja, kad planai nebūtinai esti veiksmų gairės, bet veikiau pasidaro simboliais ir pateisina tai, kas žmogaus jau padarė. Tai daugiau būdinga patyrusiems pedagogams, kurie daug bando ir neretai klysta. Nelinijinis planavimo modelis pagal R. Arensą (1998, p. 56–57) atrodo taip :

VEIKSMAI → REZULTATAI → TIKSLAI

Suomijoje atlikti tyrimai parodė, kad visi tirti mokytojai mintyse suplanuodavo pamoką, ją pasižymėdavo vadovėlyje. Tik nedaugelis nuolat ar kartais parašydavo pamokos plano metmenis. Tik šeštadalis tiriamųjų kartais parengdavo detalų pamokos planą. Humanistinio ugdymo šalininkai susiduria su specifinėmis mokymo planavimo ir tikslų kėlimo problemomis. Pažymėtina, kad vienas pagrindinių atvirojo ugdymo tikslų – leisti moksleiviui daugiau pačiam apsispręsti dėl savo mokymosi, suteikti jam laisvę rinktis, ko ir kaip mokytis, todėl ir ugdytiniai turi dalyvauti keliant pamokos tikslus. Šis modelis pakiša mintį, jog nebūtina iš anksto tiksliai apibrėžti tikslus, kol nepasirinktos priemonės, kad tikslai turėtų būti detalizuojami veikiant ir, savo ruožtu, kreipti veiklą, suteikti jai prasmę. Šiuo atveju, mokymosi veikla yra pirminė: moksleivio pasirinkta veikla yra ne mažiau svarbi už tikslus, tikslus turi pasirinkti moksleiviai, vadovaujami mokytojo (N. L. Gage, D. C. Berliner, 1994, p. 406).

Literatūroje keliama mintis, kad linijinis planavimo modelis, skatinantis mokytojus ir jų ugdytinius suvokti užsibrėžtus tikslus, juos pasiekti, gerina moksleivių veiklos rezultatus, **nes jie (tikslai) padeda besimokančiam geriau orientuotis**. Vis dėl to, tyrėjai perspėja, jog pernelyg koncentruojantis į tikslus, galima riboti kitokias reikšmingas moksleivio žinias. Pastebėta, jog planuojantys mokytojai yra ne tokie atidūs ugdytinių idėjoms, nes stengiasi įgyvendinti savus tikslus, todėl, ar nereikėtų atsisakyti pamokų planų? Mokslininkai priėjo prie išvadų, kad, atsisakius planuoti, mokymas gali virsti atsitiktiniu ir neefektyviu. Be to, sklandus darbas klasėje mažina drausmės problemas, trukdymus. Reikėtų skirti **patyrusio ir pradedančiojo mokytojo** pamokinės veiklos planavimą. Patyrusiems pedagogams labiau rūpi iš anksto numatyti kaip bus organizuojama klasės veikla ir suplanuoti galimus pokyčius per pamoką, o pradedantiems reikia detalesnių planų negu patyrusiems mokytojams. Planuodami jie daugiau laiko skiria tam, kaip jie aiškins žodžiu. Be to, nepatyrusiems pedagogams labiau rūpi moksleivių susidomėjimas ir tai, kad jie apskritai dirbtų. Naujokų mokytojų pamokoms būdinga suskaidyta pamokos struktūra, ilgai pereinama nuo vienos pamokos dalies prie kitos. Jų pamokos nelabai dera tarpusavyje.

Patyrusieji mokytojai ne visada laikosi planavimo procedūrų, kreipia dėmesį į kitokius negu pradedantieji planavimo darbus. Planavimas ir sprendimų priėmimas yra protinė veikla, kurios neįmanoma stebėti. Kitiems matomi tik rezultatai. Net raštiški planai atskleidžia tik labai menką dalį to, kas vyksta planuojančiojo galvoje, todėl pradedantiems mokytojams keblu mokytis iš patyrusiųjų. Galima tik pasikalbėti su patyrusiais mokytojais, kaip šie sprendžia, tačiau dažnas suprantamais žodžiais neįstengia papasakoti **to mąstymo, virtusio jo sprendimais ir planais**. Pradedantiems tai kelia netikrumą, abejones, bet tuo pačiu verčia analizuoti ir ieškoti sprendimų.

Planavimo specifika Aišku, kad planuoti pamoką svarbu, ir, kad reikia numatyti daug pedagogo ir jo ugdytinių veiksmų. Pradedama nuo pamokos tikslo ir uždavinių formulavimo. Vienus tikslus ir uždavinius lengva suformuluoti ir juos suprasti, kitus – sudėtingiau. Juos galima užrašyti, keliais skirtingais būdais. Kartais diskutuojama: kaip ir kokie pamokos tikslai ir uždaviniai turėtų būti užrašyti. Dar 1962 m. Robertas Mageris padarė išvadą: tam, kad mokymo tikslai būtų prasmingi, jie turi aiškiai parodyti, ko mokytojas ketina mokytis, būti labai konkretūs. R. Magerio suformuluoti tikslai žinomi kaip **elgesio tikslai**. Jie susideda iš trijų dalių:

1. **Moksleivio elgesys.** Ką darys moksleivis arba kokį elgesį mokytojas laikys pasiektu tikslu.
2. **Testavimo aplinkybės.** Sąlygos, kurioms esant bus stebimas elgesys arba numatomas jo pasireiškimas.
3. **Atlikimo kriterijai.** Nustatytas priimtas standartas arba atlikimo lygis.

Elgesio tikslus nesunku įsiminti kaip ETA metodą: moksleivio elgesys (E), testavimo aplinkybės (T), atlikimo kriterijai (A). Uždaviniams įvardyti vartojami tikslūs žodžiai, kurių nebūtų galima plačiai interpretuoti: *rašyti, išvardyti, nurodyti, palyginti*. Ne tokie tikslūs gali būti: *žinoti, suprasti, vertinti*. Šis ETA metodas keletą dešimtmečių buvo pripažintas mokytojų ir kitų ugdymo specialistų, bet buvo ir kritikuojamas: siekiant didelio tikslumo plačius tikslus (uždavinius) teko skaidyti į mažas dalis, todėl jų susidarydavo labai daug, mokytojai rizikavo apsiriboti tik specifiniais tikslais ir nebepaisyti visumos ir panašiai. Be to, kritikai pagrįstai nurodė, kad daugelis sudėtingesnių pažinimo procesų nėra lengvai pamatomi (pvz., nesunku pamatyti, kaip moksleivis prisimena romano veikėjus, bet nelengva išsiaiškinti, kaip jis supranta romaną). Todėl kritikai nuogaštavo, kad sutelkus dėmesį į elgesio tikslus, galima nebepaisyti svarbesnių ugdymo aspektų jau vien dėl to, kad pastaruosius ne taip **lengva stebėti ir išmatuoti**.

Kiti ugdymo programų teoretikai mano, kad pirma galima suformuluoti ne tokius apibrėžtus tikslus, o paskui, kad būtų aišku, papildyti atitinkamais konkrečiais. Jie dažniau vartoja tokius žodžius kaip *suprasti, vertinti, patikti*, todėl temos pradžioje nusakomas bendrasis norimas tikslas, kurį nori pasiekti mokytojas. Pamokoje jis patikslinamas, bet apibrėžiamas ne taip skrupulingai kaip ETA atveju.

Mūsų šalies didaktikos specialistų žvilgsniai vis dažniau krypsta į Bendžamino Bloomo šeštajame dešimtmetyje (1956) sukurtą schemą, sistemiškai klasifikuojančią ugdymo tikslus. Priemonė, kuri padeda klasifikuoti ir parodyti daiktų sąsajas, vadinama **taksonomija**. Bloomo taksonomija buvo taikoma įvairiems mokymo aspektams, o taip pat ir kaip pagalbinė planavimo priemonė. Bloomo taksonomija suskirstyta į tris dideles sritis: pažinimo (kognityviąją), emocinę ir psichomotorinę.

Pažinimosritis

Pažinimo srities tikslai, pagal Bloomo klasifikavimo sistemą, skirstomi į šešis lygius. Kiekviename lygyje, pradedant nuo pastarųjų ir einant prie vis sudėtingesnių, tiksliai apibrėžiama, koks turi būti ugdytinių pažinimo veiklos (mąstymo) proceso tipas. Toliau išvardijami ir apibūdinami šeši pažinimo lygiai ir su jais susiję pažinimo veiklos procesai, kurių tikimasi iš moksleivio.

Žinojimas. Moksleivis gali atsiminti, apibrėžti, atpažinti arba nustatyti mokymo metu pateikiamą informaciją.

Supratimas. Moksleivis gali parodyti, jog suprato informaciją, suteikdamas jai kitokią formą arba atpažindamas ją pateiktą kita forma.

Taikymas. Moksleivis gali pritaikyti informaciją, atlikdamas konkrečias užduotis.

Analizė. Moksleivis gali išvelgti informacijos sutvarkymą ir sandarą, suskaidyti tą informaciją į sudedamąsias dalis, tiksliai apibūdinti šių dalių ryšius.

Sintezė. Moksleivis, remdamasis įvairių šaltinių informacija, gali pats sukurti savitą produktą. Jo formos gali būti labai įvairios: rašytinė, žodinė, vaizdinė ir kt.

Įvertinimas. Mokinys gali taikyti standartą sprendamas kokio nors dalyko, pavyzdžiui, veiksmo, vertę.

Emocinė sritis

Bloomo taksonomija emocinius tikslus skirsto į penkias kategorijas. Kiekviena kategorija nurodo, koks turėtų būti moksleivių dalyvavimas arba emocinis pajėgumas.

Priėmimas. Moksleivis suvokia arba kreipia dėmesį į ką nors aplinkoje.

Reagavimas. Moksleivis rodo tam tikrą naują elgesį ir reaguoja į patirtį.

Vertinimas. Matyti, kad moksleivis pakankamai suvokia arba siekia tam tikros patirties.

Organizavimas. Moksleivis įjungia naująją vertę į savo bendrąją vertybių sistemą ir gali jai suteikti deramą vietą pagal prioritetus.

Apibūdinimas pagal vertybę. Moksleivio elgesys atitinka vertybę, ir jis jaučiasi tvirtai apsisprendęs patirties atžvilgiu.

Psichomotorinė sritis

Psichomotorinė veikla labiausiai būdinga fiziniam ugdymui ir sportui. Vienokių ar kitokių fizinių judesių atliekama ir per protinio lavinimo pamokas: naudojimasis įranga, veido išraiška, gestai. Šešios psichomotorinės srities kategorijos prasideda nuo paprastų refleksų ir baigiasi sudėtingais veiksmais.

Refleksiniai judesiai. Moksleivių judesiai, reaguojant į kokius nors dirgiklius, gali būti nevalingi.

Pagrindiniai judesiai. Moksleivis turi įgimtus judesių modelius, susidedančius iš refleksinių judesių derinių.

Suvokimo galios. Moksleivis gautus dirgiklius gali perteikti atitinkamais pageidaujama judesiais.

Fizinės galios. Moksleivio pagrindiniai judesiai yra išlavėję, ir tai yra pamatas sudėtingesniems judesiams lavinti.

Sudėtingi judesiai. Moksleivis išmoksta ir geba atlikti sudėtingus judesius.

Nekalbinis bendravimas. Moksleivis geba perteikti informaciją kūno judesiais.

Bloomo taksonomija, padedanti pasirinkti mokymo tikslus, buvo kritikuojama dėl mokymo tikslų hierarchijos. Kritikai pagrįstai abejojo, ar įmanoma atskirti įvairių lygių tikslus, ypač aukštesnio pažinimo, kur analizės ir sintezės procesai iš dalies sutampa.

Nepaisant taksonomijų silpnųjų vietų, mokytojai jas tebenaudoja. Vis dėlto, jos padeda mąstyti apie įvairius ugdymo (mokymo, lavinimo, auklėjimo) tikslus ir dėl to yra naudingos planuojant ir vedant pamokas.

Pamokų planai

Užsienio autoriai dažniausiai išskiria penkis ugdymo turinio planavimo lygmenis: metų, trimestro, mokomojo vieneto (pamokų ciklo), savaitės ir vienos dienos. Taigi, įvairių šalių mokytojai rašo ir trumpalaikius ir ilgalaikius planus.

Metiniai planai. Metiniai planai yra svarbūs, bet dėl ilgos laiko trukmės ir savo paskirties nėra tiksliai apibrėžti ir mažai detalizuoti. Apie metinių planų veiksmingumą dažniausiai sprendžiama pagal tris ypatumus: a) kaip juose atsispindi bendrosios temos ir nuostatos, b) temų apimtis, c) kaip turinys suderintas su mokslo metų ciklais.

Dauguma pedagogų turi dėstomojo dalyko pamatinių plačių temų, kurių išmokimas formuos labai svarbias nuostatas. To per vieną ar dvi pamokas neįmanoma išmokyti. Todėl šios temos turi būti kruopščiai suplanuotos ir koordinuojamos per visus metus, kartais prie jų vis grįžtama.

Dalis mokytojų apgailestauja, kad nebeliko laiko svarbiems dalykams išmokyti, todėl svarbu preliminariai apsibrėžti, kiek pamokų skirti vienai ar kitai temai, t. y., numatyti jų mokymuisi pamokų skaičių (apimtį). Neretai pedagogai stengiasi mokyti per daug ir neapgalvotai. Moksleiviams gal būtų geriau, jei būtų suplanuota mažiau. Pradedantieji mokytojai neretai pervertina tai, kiek iš tikrųjų turima laiko mokymui, ir nepakankamai įvertina tai, kiek reikia laiko, norint ko nors gerai išmokyti. Atitinkamai planuojant, šią paklaidą galima gerokai sumažinti.

Visi mokytojai žino, kad mokslo metai yra cikliški (trimestrai, kalendorinis metų laikas, šventės, atostogos) ir kad kai kurių temų geriau mokyti vienu, bet ne kitu laiku. Patyrusieji mokytojai žino, kad naujų skyrių ar svarbių temų nereikėtų pradėti prieš atostogas, penktadienį, kad, baigiantis mokslo metams, bus įvairių trukdymų, laukiantiems vasaros atostogų moksleiviams silpnės ugdymosi motyvacija ir t. t.

Metiniai ugdymo planai gali būti labiau detalizuojami trimestrinuose planuose. Juose atsispindi metinių planų sudarymo ypatumai.

Pamokų ciklo, savaitės planai. Užsienio bendrojo lavinimo mokyklose kartais visą savaitę ar ilgesnį laikotarpį kasdien mokomasi tik vieno dalyko, pavyzdžiui, biologijos, todėl ir pamokų ciklo (temos apimtyje), ir planų (ypač savaitės) gali būti keliolika. Mokymo temų turinį gali sudaryti knygų skyriai ar svarbesni skyreliai. Temų planai, anot R. Arendso (1998, p.68), daugeliu atžvilgių, yra svarbesni už kasdieninius planus. Temos planas sujungia įvairius tikslus, turinius ir mokytojo apmąstytą veiklą. Jis lemia keleto pamokų bendrą tėkmę, trunkančią kelias dienas, savaites, gal netgi mėnesius. Jame dažnai atsispindi ne tik dalykinio mokymo turinio, bet ir **ugdymo proceso samprata**. Savaitinius planus mokytojai paprastai surašo, pažymėdami palyginti daug detalių. Parašytos temos planas vėliau primena tai, kad kai kurioms pamokoms reikia papildomos medžiagos, įrangos, skatinamųjų ar vertinimo priemonių. O šių dalykų iš anksto nepasiruošęs ne visada gali gauti.

Moksleiviai taip pat gali būti supažindinami su temų planais. Susipažinę su temos tikslais ir veikla, ugdytiniai gali suprasti, ko iš jų laukiama išmokstant.

Pamokos planas. Pamokos planui skiriama ypatinga reikšmė. Kai kuriose užsienio šalių mokyklose netgi nurodoma pamokos plano forma. Dažniausiai pamokos plane apibrėžiamas visas mokymo turinys: temos, motyvacijos žadinimo technika, konkretūs moksleivių veiksmai, reikalinga medžiaga ir įvertinimas. Detalių kiekis gali būti įvairus. Iš pradedančiojo mokytojo gali būti reikalaujama parašyti labai detalų pamokos planą, patyrusiojo pedagogo planas gali būti daug glaustesnis.

Pamokos plano formų gali būti daug. Plano forma dažnai priklauso nuo konkrečios pamokos ypatumų. Kai kuriose mokyklose tam tikra plano forma labiau mėgstama ir jos laikytis reikalaujama iš visų mokytojų. Plačiausiai paplitusi pamokos forma apima aiškių tikslų formulavimą ir mokymosi veiklos seką per pamoką nuo to momento, kai pradedama, iki tam tikros pabaigos ir užduočių skyrimo, numato būdus besimokančiųjų žinioms, gebėjimams ir pačiai pamokai įvertinti.

Planavimo specialistai įspėja, kad kai kurie nepatyrę mokytojai pernelyg pasikliauja savo kolegų teminiais, savaitiniais ar kitokiais pamokos planais. Dažniausiai jie netinka jaunesniems mokytojams, nes pastarieji nepasirengę sudėtingesniai turiniui. Be to, mokymas ir mokymasis yra kūrybiški procesai, taikomi konkrečiai besimokančiųjų grupei tam tikru momentu.

Apibendrinant šio poskyrio mintis, galima pritarti įvairių šalių pamokų planavimo specialistų nuomonei, kad ugdymo (mokymo, lavinimo, auklėjimo) planavimas yra vienas iš svarbiausių pedagogo darbo barų. Išmokyti planavimo technologijos iš kitų yra gana keblu, nes didžioji darbo dalis iš šalies nematoma. Tradi-

cinis planavimas paplitęs plačiai ir įteisina racionalų linijinį modelį. Naujesnės planavimo sampratos labiau pabrėžia mokytojo ir jo ugdytinio apmąstymus. Planavimo rezultatai gali būti įvairūs: net riboti moksleivių mokymosi iniciatyvą ir skatinti pedagogų neatidumą ugdytinių mintims. Metinio, trimestrinio, pamokų ciklo, pamokos plano sutampa tik kai kurios detalės. Planuojami ir mokymo (-si) tikslai ir **besimokančiųjų elgsena**. Plačiai paplitusi **Bloomo** taksonomija klasifikuoja tikslus į tris svarbias sritis. Pamokos planų formos gali būti labai įvairios.

5.2. Fizinio ugdymo turinio planavimas

Planavimas – vienas iš būdų valdyti fizinio ugdymo procesą

Kūno kultūros pamokų turinys yra sudėtingas ir daugialypis. Klaidin-

ga būtų manyti, kad tai tik fiziniai pratimai. Fiziniai pratimai sudaro **tik dalykinį** kūno kultūros pamokos turinį. Be jų ne mažiau svarbi yra ir moksleivių veikla, kai jie neatlieka fizinių pratimų (stebi, analizuoja, vertina, kuria mintyse naujas užduotis ir panašiai). Be abejo, ir pedagogo veikla, kai jis aiškina pratimą, teikia užduotis bei vertina. Ši plati ir įvairi pedagogo ir jo ugdytinių veikla per pamoką turėtų būti prasmingai partneriškai derinama ir valdoma. Išmanančiai siekti Valstybinių kūno kultūros standartų neįmanoma be kryptingai suplanuoto kūno kultūros pamokų turinio. Turinio įgyvendinimas turėtų būti valdomas vyksmas. Ši idėja subrandinta ir įgyvendinta Lietuvoje jau seniai. Lietuvos kūno kultūros instituto profesorės V. Stakionienės 1962 metais sukurta kūno kultūros programinės medžiagos planavimo sistema, 1963 metais rekomenduota visoms respublikos bendrojo lavinimo mokykloms. Šio masinio pedagoginio eksperimento rezultatai buvo sistemingai analizuojami, o vieninga planavimo sistema – koreguojama. Padaryta išvada, jog ši vieninga programinės medžiagos planavimo sistema gali būti **stambiausias moksleivių fizinio ugdymo modelis**.

Valstybinė kūno kultūros mokomoji programa tuo laikotarpiu nurodė pagrindines mokymo ir auklėjimo priemones. Jos vieningi ir diferencijuoti pagal moksleivių amžių reikalavimai, tikslai ir uždaviniai buvo privalomi visoms respublikos bendrojo lavinimo mokykloms, o pedagoginio poveikio priemonės (mokymo, auklėjimo metodus, moksleivių organizavimo būdus) mokytojai galėjo pasirinkti savo nuožiūra.

Tuo metu nebuvo aiškios nuomonės dėl planavimo dokumentų skaičiaus. Mūsų tyrimai 1970 m. parodė, jog mokymo planą-grafiką sudarė visi tirti 125 vidurinių mokyklų kūno kultūros mokytojai. Plano-grafiko pagrindu pamokos planą rašė 35,2 proc., trimestrinį planą – 14,14 proc. apklaustųjų mokytojų. Pažymėtina aiškiai neigiama tendencija – 26,4 proc. mokytojų naudojo tik planą-grafiką.

Tokia kūno kultūros programos (fizinio ugdymo proceso) planavimo tradicija išlieka ir atkūrus Lietuvos nepriklausomybę. 1994 metais metinį planą-grafiką sudarė 87,8 proc., o 1999 metais – 90,8 proc. apklaustųjų mokytojų. Trimestrinį – atitinkamai 10,5 ir 10,1 proc., mėnesio ir savaitės – 15,7 ir 13,8 proc., pamokos – 11,1 ir 22,6 proc. pedagogų (pamokos planą dabar rašo žymiai daugiau apklaustųjų, $p < 0,05$). Jokių planavimo dokumentų nerengė 2,9 proc. (1994) ir 2,3 proc. (1999) kūno kultūros mokytojų. Įdomus faktas: nei 1994, nei 1999 metais pedagogų kvalifikacinė kategorija neturėjo jokios reikšmės planavimo dokumentų sklaidai.

Kūno kultūros pamokų planas-grafikas

Kūno kultūros pamokų bet kurioje klasėje pirmasis planavimo dokumentas yra **grafikas**. Iš grafiko

matosi kada išeinami atskiri kūno kultūros programos skyriai (krepšinis, gimnastika ir t. t.) ir kiek jiems skiriama pamokų. Pavyzdžiui, 1977 m. tuometinė švietimo ministerija visoms respublikos bendrojo lavinimo mokyklų IV–XI klasėms, rekomendavo V. Blauzdžio parengtus tris fizinio ugdymo kurso planavimo variantus – grafikus (žr. Blauzdys V. IV–XI klasių fizinio lavinimo pamokos ir jų planavimas. – V., 1982, p. 104–109) pirmasis kūno kultūros pamokų grafikas buvo skirtas mokykloms, turinčioms geras materialines darbo sąlygas. Antrasis – kai nėra sporto salės arba kūno kultūros pamokoms tinkamų patalpų. Sudarant šį grafiką, pakoreguotas kūno kultūros programoje nurodytas atskirų skyrių pamokų skaičius. Jeigu mokykla neturi sporto salės, tai jos moksleivių negalima išmokyti visų programoje nurodytų sportinės ir meninės gimnastikos elementų, sporto žaidimų. Todėl ir buvo sumažintas šių sporto šakų pamokų skaičius, o pirmenybė teikta lengvajai atletikai. Mokyklos, pasirinkusios trečiąjį fizinio ugdymo grafiką, jeigu leido gamtinės sąlygos, galėjo organizuoti plaukimo pamokas (ne tik baseine, bet ir atviraime vandens telkinyje).

Pažymėtina, kad, remiantis mokslo išvadomis, atskiri kūno kultūros programos skyriai per vienus mokslo metus buvo suplanuoti **ištisai**, neskaidant jų į dvi dalis. Išimtis – lengvoji atletika, kurios pamokos dėl meteorologinių klimato sąlygų buvo suplanuotos ir vyko rudenį bei pavasarį. Taigi, po 12–13 lengvosios atletikos pamokų rudenį buvo suplanuota 16–18 gimnastikos pamokų, žiemą – 10 slidinėjimo pamokų, po to – 21–22 sporto žaidimų (dažniausiai dviejų) pamokos, balandžio – gegužės mėnesiais – 7–8 lengvosios atletikos pamokos. Beje, pavasarį atskirų lengvosios atletikos rungčių mokymo jau neplanavome kartoti. Pavyzdžiui, šuolio į tolį susilenkus mokymą numatėme rudenį, o pavasarį rekomendavome mokyti šuolio į aukštį peržengimu technikos, nes sporto žaidimų parankiau mokyti pavasarį – dažna emocijų kaita, azartas skatina jau gerokai nerviškai išsekusius moksleivius atsigauti, išvengti monotonijos, nuobodulio. Kas kita, kai salėje kartu mokosi dvi – trys klasės arba viena iš dviejų sporto salių yra speciali, pavyzdžiui, skirta tik gimnastikai. Tokiu atveju, siekiant tikslingiau panaudoti inventorių, ypač gimnastikos prietaisus, galima keisti skyrių planavimo tvarką.

1977 metais IV–XI klasėms (o IX–XI klasėms – atskirai merginoms ir vaikinams) dar sudarėme vienuolika kūno kultūros pamokų metinių **planų-grafikų**. **Tai buvo pavyzdžiai, kaip galima suplanuoti atskirų programos skyrių turinį**. 1981 metais atsižvelgdami į mokytojų siūlymus, naujų tyrimų duomenis, programos turinio pakeitimus, IV–XI klasių kūno kultūros kurso planus – grafikus pertvarkėme. Kiekviena respublikos bendrojo lavinimo mokykla gavo pertvarkyto plano – grafiko pavyzdį.

Respublikos kūno kultūros mokytojams esame ne kartą rašę, aiškinę per pasitarimus, seminarus, jog būtina kūrybiškai taikyti pasirinktą **kūno kultūros pamokų grafiką ir metinį planą-grafiką**. Deja, mūsų stebėjimai rodo, jog dauguma mokytojų neturėjo savo planų-grafikų, o oficialiu planavimo dokumentu laikė V. Blauzdžio parengtus planus-grafikus. Tiesa, remiantis praktine išmintimi, pamokų turinys neretai nukrypavo nuo plano-grafiko suplanuotos medžiagos, t. y. **planas-grafikas buvo pritaikomas vietos sąlygomis, bet to nebuvo matyti plane-grafike**.

Aptarsime bendresnius atskiro kūno kultūros programos skyriaus planavimo ypatumus.

Kiekvieną programos skyriaus pirmąją pamoką derėtų teikti žinias, ypač atidžiai paaiškinti, apie tai, kaip išvengti traumų. Aišku, atskiros metodikos žinios perteikiamos ir mokant to skyriaus pratimų. Tada moksleiviai geriau išmoksta veiksmus, įsisąmonina jų taikomąją vertę, tampa sąmoningais mokymosi dalyviais.

Planuojant dalykinį pamokos turinį, stengiamasi išvengti neigiamo judesių **perkėlimo** (interferencijos), todėl per pamoką numatoma teigiama judėjimo veiksmų sąveika (transpozicija). Kad ugdytinių fizinis ugdymas būtų nuoseklesnis ir tikslingesnis, planuojant programos skyrių, laikomasi tam tikros sistemos: V–VII klasėse daugiau pamokų skiriama pamatiniams to skyriaus pratimams, o juos įvaldžius moksleivių judėjimo patirtis plečiama kitais arba tie pratimai atliekami sudėtingesnėmis sąlygomis. Tik retais atvejais tikslinga numatyti tris mokymo uždavinius (ne užduotis!) per pamoką (pvz., tą pačią pamoką **susipažinus** VII klasių mergaitėms ir berniukams su žemo starto technika, toliau galima **mokytis** bėgti 30 metrų nuotolį). Šiuos uždavinius galima atlikti frontaliuoju moksleivių organizavimo būdu, t. y., per trumpą laiką užduotį kiekvienas septintokas ir septintokė pakartos 12–15 kartų. Kuo aukštesnė klasė, tuo dažniau sporto žaidimų veiksmai atliekami deriniais: kamuolio perdavimas – gaudymas – varymas; kamuolio varymas – metimas – perdavimas ir pan. Be to, mokymo užduotys gali būti glaudžiai integruotos su fizinių ypatybių lavinimo turiniu (pvz., pamokius septintokus finišavimo technikos, tęsti mokymą galima lavinant greitumą, kai jie bėga 5–8 X 10–15 metrų).

Taupant vietą į planus-grafikus, atskiri žaidimų veiksmai, gimnastikos pratimai užrašomi suskirstyti į stambesnes grupes arba pateikiamas tik pagrindinis jų variantas, todėl, rašant pamokų planus, reikėtų dar kartą peržiūrėti kūno kultūros programą ir nurodyti konkretesnį žaidimo veiksmo ar akrobatikos pratimo, parengiamojo, specialaus ar imitacinio pratimo turinį. Į tos klasės plano- grafiko mokomąjį turinį nederėtų įtraukti ankstesniais metais išeitą kursą, nes, prieš mokantis sudėtingesnių veiksmų, per pamoką pakartojami anksčiau išmokti lengvesni pratimai (juos galima užrašyti pamokos plane).

Sunkiausia numatyti, keliose pamokose ir kiek per pamoką šuolių į tolį, metimų į vartus, užtvarų puolamajam smūgiui moksleiviai turėtų atlikti, kad jie išmoktų šių pratimų (veiksmų) techniką ir tinkamai lavintųsi fizines ypatybes. Žinoma, kad pratimų sudėtingumas nevienodas. Be to, ir Kūno kultūros išsilavinimo standartuose įvardyti ne visų ugdymo programoje įrašytų judėjimo veiksmų įvaldymo lygiai. Todėl ir užduočių trukmė per pamoką ir joms išmokti skirtas pamokų skaičius bus nevienodas. Mokant veiksmo

technikos dažniausiai skiriamos 3–6 pamokos (pamokų ciklas), o fizinių ypatybių lavinimo ciklą galėtų sudaryti ne mažiau kaip 8 pamokos. Atskiro programos skyriaus turinio išplanavimą lemia tos sporto šakos techninio rengimo schemos, kuriose nurodyta atskirų rungčių, pratimų, veiksmų mokymosi seka.

Plane-grafike tikslinga numatyti moksleivių fizinio parengtumo testavimą (rugsėjo pabaigoje – spalio mėn. pradžioje ir gegužės mėnesį), baigiamąjį išmoktos pagal programą medžiagos įvertinimą, orientacines namų užduotis. Be to, planuose-grafikuose rekomenduojama įrašyti specialią skiltį – „Fizinių pratimų kompleksai“, nes ugdomuoju pedagoginiu eksperimentu V–IX klasėse įrodėme jų prasmingumą ir efektyvumą ne tik moksleivių fiziniams ypatybėms lavinti, bet ir pratimų technikai įvaldyti, sveikatai tvirtinti. Plane-grafike gali būti vartojami įvairūs ženklai, žinių temos gali būti žymimos „Ž“ raide, testavimas – „T“ raide, supažindinimas su tema – „S“ raide, mokymas – „M“ raide, fizinių ypatybių lavinimas – „L“ raide, įskaitinis ar baigiamasis gebėjimų įvertinimas – „Į“ raide ir pan. Tada iš pirmo žvilgsnio matyti, kaip per pamoką ir ilgesniame mokymo, lavinimo etape derinami ugdymo uždaviniai, koks jų skaičius, kaip jie diferencijuojami pagal lytį, amžių, fizinių parengtumą. Rašant ciklinius pamokų planus, šie ženklai labai padėtų tikslinti pratimų mokymo, fizinių ypatybių lavinimo, sveikatos gerinimo sistemą.

Sudarant kiekvienos klasės (nuo VIII klasės atskirai merginoms ir vaikinams) fizinio ugdymo planą-grafiką, derėtų laikytis šių **pagrindinių** reikalavimų:

- 1) turinys turi atitikti ugdymo programą ir darbo sąlygas;
- 2) išanalizavus programą ir pasirinkus skyrius, sudaryti jų mokymosi seką – grafiką;
- 3) tarp pamokos uždavinių ir užduočių būtinas logiškas ryšys (vengti neigiamo judesių perkėlimo);
- 4) geriausia planuoti tik dalykines, o ne kombinuotąsias pamokas, o visą skyriaus medžiagą išeiti ištaisai;
- 5) pamokos turinys turėtų būti įvairus (integruotas): reikėtų teikti žinių, mokyti judėjimo veiksmų technikos, lavinti fizines ypatybes, ugdyti vertybines nuostatas, mokyti veiklos būdų;
- 6) ugdymo procesą tikslinga integruoti su kitomis disciplinomis (pvz., fizika, etika ir t. t.), atsižvelgti į klasės profilį;
- 7) per trimestrą numatyti ne daugiau 3 – 4 kontrolinių pamokų, visų klasės moksleivių pasiekimams įvertinti;
- 8) paskutinę trimestro pamoką reikėtų palikti neplanuoto turinio – rezervinę;
- 9) planas – grafikas turėtų būti glaustas, konkretus, patogus naudoti, ženklai suprantami.

Šį svarbiausią fizinio ugdymo proceso planavimo dokumentą kūno kultūros mokytojas parašo prieš mokslo metų pradžią. Jį tvirtina mokyklos direktorius. Kūno kultūros mokytojui nereikėtų rašyti teminio plano, nes jį pakeičia kūno kultūros pamokų planas-grafikas.

Pamokos planas

Trumpų, metodiškai pagrįstų pamokos aprašų, yra įvairių. Vartojami dalykiniai sporto šakų, metodikos terminai bei žymėjimai. Paprastai plano pradžioje užrašoma klasė, pamokos data ir vieta, pagrindiniai uždaviniai, būtinas inventorių. Po to, galėtų būti įvairios plano formos: „vertikalioji“, „horizontalioji“.

Pateikiame „vertikaliosios“ plano formos pavyzdį.

52-osios – 54-osios kūno kultūros pamokos planas

Klasė: V. Pamokos data: kovo 13–23 d. Vieta: sporto salė.

Uždaviniai (rezultatai): 1. Susipažinti su sustojimu žingsneliu einant ir bėgant. 2. Mokyti perduoti kamuolį abiem rankom nuo krūtinės traukiant gynėjui ir išvengiant grubaus elgesio. 3. Lavintis greitumą ir vikrumą, mokyti sąveikauti žaidžiant judrųjį žaidimą „Kas ilgiau išlaikys kamuolį“. 4. Lavintis šoklumą ir lankstumą atskirais pratimais.

Inventorių: 10 krepšinio kamuolių, sumuojantis laiką chronometras.

Pamokos dalys ir laikas	Pratimai	Krūvio apimtis	Organizavimo ir metodikos procedūros
1	2	3	4
I dalis 6'	Bendrieji pratimai.	5'	Moksleiviai išsirikiuos puslankiu prie tri- taškio metimo linijos. Pasisveikinimas. Frontalio organizavimo būdu.
II dalis 35'	1. Sustojimas žingsneliu: a) einant, b) lėtai bėgant.	20 kartų. 4' 2'	Skelbiami pamokos uždaviniai. Supažindinama: paaiškinama, du kartus parodoma ir vėl akcentuojamas žodžių žingsnelių skaičius. Moksleiviai perrikuo- jami į dvi eiles veidu į mokytoją. Stovima taisyklinga stovėsena kaire koja šiek tiek į priekį. Po ženklo visi žengia žingsnį deši- ne, paskui – kaire koja ir vėl užima taisyk- lingą laikyseną. Šiuo imitaciniu pratimu žingsniuojama iki salės vidurio ir atgal (ki- toje pusėje dirba kita klasė). Neminint var- dų ir pavardžių, aptariamos būdingesnės klaidos. Įvaldę sustojimą žingsneliu einant, mokosi jį atlikti lėtai bėgant – neišmokę at- lieka tik einant. 53–54 pamokas sustojimas žingsneliu atliekamas laikant kamuolį, ge- riau išmokę bando sustoti po kamuolio va- rymo. Moksleiviai aiškina sustojimo žings- nelių paskirtį, ką išmoko.
	2. Kamuolio perdavimas abiem rankom nuo krūtinės: a) perdavimas stovint ei- lėje vienas prieš kitą,	8' 3'	Atliekamas stovint taisyklinga stovėse- na. Po to žengiant žingsnį (tai kaire, tai de- šine koja). Keičiama perdavimo trajektorija.
	b) perdavimas trukdant gy- nėjui.	5'	Tarp dviejų moksleivių stovi trečias, ku- ris šiek tiek trukdo (gynėjo pareigos). Po to aktyvesnė gynyba. Vengti susidūrimų, gru- bumo, pajuokos. Moksleiviai patys nu- sprendžia kada pasikeisti vaidmenimis ar- ba, perėmęs kamuolį, gynėjas tampa puo- lėju.
	3. Judrusis žaidimas „Kas ilgiau išlaikys kamuolį“.	7'	Leidžiama perduoti. Neleidžiama nusi- žengti krepšinio taisyklėms (šiurkštūs veiks- mai, žingsniai), žaidžiama du kartus po 2,5 min., skaičiuojamas pulsas. Aptariama žai- dimo taktika.
	4. Lankstumo pratimai: a) tempimo pratimai;	10' 2'	Tempiami tie raumenys, kurie buvo la- biausiai apkrauti šią pamoką.

1	2	3	4
<p>III dalis 4'</p>	<p>b) išsilenkimai, kojų mostai pirmyn aukštyn, į šalis, tūpimai; c) mentes suglausti išsilenkiant per pečių lanką; d) tas pats, tik su įtupstu pirmyn; e) tas pats, tik susikabinus pakeltomis aukštyn rankomis; f) tempimo pratimai.</p> <p>5. Šoklumo pratimas: a) P.p. atremtis tupint, šuoliukas aukštyn išsilenkiant; b) lėtas vaikščiojimas atsipalaidavus.</p> <p>Judrusis žaidimas „Eik užsi-merkęs“.</p>	<p>2x15-20 kartų.</p> <p>Iki 10" kiekvieną.</p> <p>4' 2 x 90"</p> <p>30"</p> <p>3'</p>	<p>Prie gimnastikos sienelės.</p> <p>Pratimai poromis stovint nugarą į vieną kitą, susikibus per alkūnes.</p> <p>Atliekant lankstumo pratimus, akcentuojamas pastangų laipsniškumas bei taisyklinga kūno padėtis. Klausiama, kodėl tai svarbu atliekant lankstumo pratimus.</p> <p>Kreipti dėmesį į švelnų nušokimą ant grindų. Moksleivis renkasi atlikimo tempą. Skaičiuojamas pulsas.</p> <p>Po pirmosios šuoliukų serijos – lėtas atsigavimas. Klausiama kokia lėto vaikščiojimo paskirtis.</p> <p>Pasiskirstyti į 3 komandas. 3-4 moksleivių darbas įvertinamas pažymiu. Skelbiama užduotis kitai pamokai: po skambučio išsirikiuoti į liniją prie galinės krepšinio linijos .</p>

Rašant pamokos planą, iš pradžių iškeliami konkretūs pamokos uždaviniai, po to numatomas pagrindinės pamokos dalies turinys (fiziniai pratimai, jų atlikimo trukmė, moksleivių ir mokytojo veikla) ir tik po to planuojamos kitos pamokos dalys.

Seniau kūno kultūros pamokos buvo daugiau planuojamos pagal mokytojo galimybes, labiausiai pabrėžiamas dalykinis turinys, todėl „vertikalioje“ plano schemeje viena iš skilčių buvo įvardijama „Pamokos turinys“. Dabar planuojama daugiau atsižvelgiant į ugdytinį, **labiausiai pabrėžiant ugdymo metodus**. Tą atspindi ketvirtoji „vertikalaus“ pamokos plano skiltis „Organizavimo ir metodikos procedūros“: ji žymiai platesnė ir svarbesnė, nes numato būsimas moksleivių ir mokytojo **veiklos procedūras**.

Pradinių klasių mokytojai kartais rašo kūno kultūros pamokos planą pagal paprastesnę, „horizontaliąją“ schemą. Pateikiame pavyzdį.

Kūno kultūros pamokos planas Nr. 4–5

III klasė. 2000 09 22 . Mokyklos aikštynas.

Pagrindiniai uždaviniai (rezultatai): 1. Susipažinti su ėjimu aukštai keliant kelius. 2. Išmokti bėgti iš aukšto starto tiesia linija stadione veja ir mokyti finišavimo. 3. Pagal signalą mokyti mesti kamuoliuką kaire ir dešine ranka. 4. Lavinantis greitumą, šoklumą ir pusiausvyrą, suvokti ugdomąją reikšmę mokiniui.

Inventorius: finišo juostelė, vėliavėlė, 12 teniso kamuoliukų.

Parengiamoji pamokos dalis – 5 min.

Išsirikivimas į du ratukus (berniukų mažiau – jie viduryje) ir bendrieji pratimai stovint, einant susikibus rankomis – iki 5 min.

Pagrindinė pamokos dalis – 35 min.

1. Pamokos uždavinių nusakymas.
2. Ėjimas stadiono veja aukštai keliant kelius – iki 6 min:
 - a) stovima eilėje, paaiškinama ėjimo aukštai keliant kelius technika, paskirtis, parodoma (2 min);
 - b) išretėjus einama vietoje, po to į priekį (3 min);
 - c) pratimą atlieka techniškiausiai einantys dvi mergaitės ir du berniukai (1 min);
3. Bėgimas tiesia linija po komandų: „Į vietas“, „Dėmesio“, „Marš“ ir finišavimo – iki 8 min:
 - a) stadiono vejoje, stovint eilėje išretėjus, kartojamos komandos; prašoma moksleivių pagrįsti jų svarbą;
 - b) startinis įsibėgėjimas – iki 5–6 min;
 - c) 10 m bėgimas ir finišavimas – 6 kartus. Išmokstama bėgti tiesiai;
 - d) 10 m bėgimas bėgimo take ir finišavimas per juostelę – 3 kartus. Bėgama savo taku.
4. Žaidimas „Tuščia vieta“ – 4 min.
5. Kamuoliuko metimas į taikinį – iki 10 min:
 - a) metimas po 3 kartus iš eilės į bėgimo take nubrėžtą kvadratą. Moksleivis tą atlieka patogiąja ranka 4 x 3 metimus;
 - b) metimai į taikinį nepatogiąja ranka – 3 min;
 - c) metimai į taikinį pasirinkta ranka – likusiu laiku.
6. Žaidimas „Šuolininkų lenktynės“ – 7 min. Krūvis norminamas pagal išorinius nuovargio požymius. Aiškinamasi, kokias fizines ypatybes lavina šis žaidimas, kokia pedagoginė, fiziologinė ir socialinė jo reikšmė.

Baigiamoji pamokos dalis – 5 min.

Raminantis ėjimas atsipalaidavus – 1 min. Stovint eilėje aptariama moksleivių veikla: klausama, ką naujo sužinojo ir išmoko, kas jiems nepatiko, ką norėtų keisti kitą pamoką.

Pasirinkus pamokos plano schemą, svarbu plėtoti kritinį moksleivių mąstymą bei bendradarbiavimą. Todėl, anot E. Jenseno (1999, p. 78), kad ir kaip kruopščiai pasirengę pamokai, tikrai geri mokytojai visada palieka vietos spontaniškumui. Jo nuomone, gerai yra turėti struktūrinį planą ir palikti vietos spontaniškiems momentams (ir viena, ir kita yra vertinga). Pagrindinėje pamokos dalyje būtinai išskiriamos svarbiausios ir antraeilės užduotys, laikomasi orientacinio technikos mokymosi ir fizinių ypatybių lavinimosi santykio.

Pamokų planus mokytojai rašo specialiame sąsiuvinyje ar ant kietų kortelių. Metodiškai tikslinga rašyti ne vienos, **o iš karto viso ciklo planus**. 2–3 pamokoms gali tikti vienas planas (koreguojami dalykai įrašomi į planą). Pamokos planas rodo mokytojo erudiciją, kvalifikaciją, yra apskaitos dokumentas. Vertėtų juos kaupti, analizuoti, nes mokytojui jie gali praversti ir kitais metais arba tolimesnėje ateityje.

Čia nepateikiame pamokos plano-konspekto (galima vadinti konspektu) pavyzdžio. Jį mokytojai rašo retai (kai vedama atvira pamoka, kai reikalauja mokyklos administracija), nes reikia didelių laiko sąnaudų. Planas-konspektas yra labiau detalizuotas, išsamesnis. Taikomas principas: kitas pedagogas pagal planą-konspektą galėtų tiksliai vesti pamoką taip, kaip numatė autorius, todėl turi būti įvardyti visi mokytojo ir moksleivių organizaciniai, metodiniai veiksmai nuo pirmos iki paskutinės pamokos minutės. Dažniausia pamokos plano-konspekto apimtis yra 2–3 puslapiai.

Iš to, kas aukščiau aptarta, matome, jo respublikos kūno kultūros mokytojai moksleivių fizinio ugdymo procesui valdyti taiko anksčiau išbandytus planavimo dokumentus. Pamatiniais pagrįstai buvo ir lieka kūno kultūros pamokų planas-grafikas bei pamokos planas. Vis dėlto laikmetis skatina keisti jų turinį. Fizinio ugdymo arba kūno kultūros pamokų plano-grafiko (šie pavadinimai įvairuoja) dalykinis turinys keičiasi mažai, nes dažniausia moksleiviai mokomi tik mokykloje tapusių tradicinėmis sporto šakų. Esmingai keičiama pamokų metodika, todėl gerokai pakito kūno kultūros pamokų planai: tiksliau ir problematiškiau formuluojami uždaviniai (pamokos rezultatai) **moksleiviams**, tradicinė ketvirtoji plano skiltis įvardijama kitaip, nes gerokai atnaujinamas jos turinys. Tą atnaujinimą ragina ir ugdytiniai, nes norima neatsilikti nuo kitų ugdymosi sričių pažangos. Todėl kitaip, negu anksčiau suformuluoti, mokymosi bei lavinimosi uždaviniai apima: **atlikimą** (ką moksleiviai gebės padaryti), **kokiomis sąlygomis** (dalyko, bendrojo ugdymo), **kokiais kriterijais bus remiamasi įvertinant** (su koku standartu lyginama sėkmė). Iš pamokos turinio matyti, kokia bus moksleivių motyvacija, kokie vyraus ugdymo (-si) metodai, kaip bus įvertinamas mokymasis, lavinimasis.

X X
X

Ir moksleiviai, ir mokytojai yra atsakingi už moksleivių mokymosi kokybę. Pedagogai ne tik suplanuoja savo ir ugdytinių darbą bet ir įvertina ugdymosi pažangą. Jie yra tolesnio tobulėjimo skatintojai. Kūno kultūros mokytojas, planuodamas visą, o ne tik dalykinį turinį ir jo perteikimą bei moksleivių išmokimą akumuliuoja kitų ugdymo dalykų mokytojų ir savo srities specifinę planavimo patirtį, remiasi pagrindiniais principais, aktyvaus mokymosi metodais skatinančiais save ir ugdytinius kritiškai mąstyti, demokratiškai rinktis, padėti jaunuomenei integruotis į šią dieną ir ateities informacinę visuomenę. Gyvename sparčiai, kartais nenuspėjamai kintančioje aplinkoje, kad išliktume ir klestėtume turime sukaupti tiek žinių, išmolti tokių veiklos būdų, kurie leistų prasmingai realizuoti ne tik savo tikslus, bet ir kelti šalies gerovę.

Užduotys:

- *Palyginkite tradicinį ugdymo turinio planavimą su alternatyviu.*
- *Pateikite ugdymo proceso planavimo rezultatų pavyzdžių, pagrįskite jų priklausomybę nuo atitinkamo planavimo.*
- *Suformuluokite pamokos uždavinius pagal ankstesnę ir dabartinę sampratą, aptarkite jų skirtumus.*
- *Pareikškite savo požiūrį į kūno kultūros pamokos schemas.*
- *Pasvarstykite apie kitų autorių parengtų planų-grafikų, pamokos planų panaudojimą savo reikmėms.*

PAGRINDINĖ LITERATŪRA

1. Arends R. Planavimas // Mokomės mokyti. – Vilnius : Margi raštai, 1998, p. 55–76.
2. Blauzdys V. Fizinio lavinimo pamokų planavimas // IV–XI klasių fizinio lavinimo pamokos ir jų planavimas : metodinės rekomendacijos. – Vilnius PMTI, 1982, p. 30–109.
3. Ivanovas P. Ugdymo proceso planavimas // Kūno kultūros pamokos pradinėse klasėse : metodinė mokymo priemonė // sudarė V. Blauzdys ir V. Kuklys. – Kaunas : Šviesa, 1992, p. 55–64.

Papildoma literatūra

1. Aktyvaus mokymosi metodai : mokytojo knyga . - Vilnius : Garnelis, 1998. - 148 p.
2. Blauzdys V. IV-VI klasių mokinių fizinio lavinimo programinės medžiagos planavimas : metodinis laiškas. - Vilnius : PMTI, 1975. - 25 p.
3. Gage N. L., Berliner D. C. Kaip mokytojai planuoja // Pedagoginė psichologija. - Vilnius : Alna litera, 1994, p. 405-408.
4. Jensen E. Tobulas mokymas : daugiau kaip 1000 praktinių patarimų vaikų ir suaugusiųjų mokytojams. - Vilnius : AB Ovo, 1999, - 294 p.

PABAIGOS MINTYS

Šis leidinėlis – tai tik įvadas į tuos sudėtingus švietimo ir jo grandies – bendrojo lavinimo mokyklos – ugdymo proceso problemas, kaitos iššūkius, mėginimas atsiremiant į fizinio ugdymo realybę ieškoti išeičių. Šalies politinės santvarkos kaita atvėrė duris Ž. Ž. Ruso (Rousseau) suformuluotai laisvojo ugdymo idėjai, kuri tapo net pedagogine koncepcija.

Vakarų Europos pokario ekonominė raida, demokratijos idėjų įvertinimas turėjo įtakos ir ugdymo filosofijai: susiformavo nauja **progresyvizmo** pedagoginė ugdymo koncepcija. Būta ir perdėm laisvajį ugdymą propaguojančių. Tai – lyg ir atsakas į autoritarizmu grindžiamą ugdymą. Vis dėlto progresyvizmas neneigia tų klasikinės pedagogikos teiginių, kurie neprieštarauja pagrindiniams progresyviojo ugdymo principams: 1) laisvės principas verčia atsisakyti pedagoginės prievartos ir sudaryti ugdytiniams sąlygas vystytis laisvai; 2) individualiosios patirties principas reikalauja ugdytiniams sistemingai tikrinti savo polinkius ir interesus; 3) eksperimentavimo principas primygtinai perša ne teorinį mokymo turinį, kurį sudarytų mokslo modeliai, o reali tikrovė ir jos vidiniai bei išoriniai prieštaravimai; 4) pedagoginio konsultavimo principas reikalauja atsisakyti autoritarinio vadovavimo ugdymui, o mokytojas vadovautų ugdymo procesui kaip moksleivių veiklos organizatorius ir patarėjas; 5) rėmimosi šeima principas siūlo tėvams tiesiogiai dalyvauti ugdymo procese, kartu su mokytojais spręsti, ko turi mokytis jų vaikai ir kaip vertinti ugdymosi rezultatus.

Svarbus progresyvizmo didaktikos ypatumas yra ugdymo turinio **decentralizavimas**: valstybė nustato tik ugdymo turinio gaires. Kitas ypatumas – **integruotas** ugdymas. Šiuos ypatumus plėtojantis progresyvizmas tampa vyraujančia Europos pedagogine koncepcija, nes ne tik atitinka demokratijos standartus, bet ir padeda įvertinti demokratiją visuomenėje. Ši koncepcija įgyja pasekėjų Anglijoje, Prancūzijoje, Skandinavijos šalyse, Rusijoje ir buvusiose socialistinėse šalyse. Įsitvirtina humanistinė pedagogika. Šios **krypties** ištakos – ne filosofijos, o psichologijos koncepcija, nagrinėjanti asmenybę holistiškai, jos saviraidos procese. Ugdytojas, kuris remiasi humanistinės pedagogikos idėjomis, yra nusiteikęs sąveikauti su ugdytiniu, įsivaizduoti save ugdytinio padėtyje, jausti jo išgyvenimus, nuoširdžiai ir atvirai su juo bendrauti.

Humanistinė pedagogika siūlo tokį sąveikavimą: 1) siekti nuoširdaus bendravimo su ugdytiniu, jį nuolat teigiamai vertinti, skatinant intelektualinio, emocinio bei valios potencialo plėtrą; 2) padėti ugdytiniui suvokti save, savo problemas, saviraiškos tikslus ir transformuoti juos į veiklos motyvus; 3) bendradarbiauti su ugdytiniais planuojant ugdymo veiklą, kad jie pajautų atsakomybę už šią veiklą ir jos rezultatus; 4) optimizuoti ugdymo procesą, grindžiama ugdytinių poreikiais.

Humanistinės pedagogikos propagotojai atsisako psichologinio spaudimo, prievartos ugdytiniams (jokios atrankos, konfliktų tarp mokytojų ir moksleivių, tarp pačių ugdytinių, įveikiamos stresinės situacijos, atsisakoma mokymosi rezultatų kiekybinio vertinimo ir pan.). Partnerystė, demokratinis stilius ir žmogiškųjų santykių normos yra svarbiausi pedagoginės veiklos ypatumai. Deja, dar per anksti kalbėti apie savarakišką humanistinės pedagogikos teoriją. Šiuo metu yra tik tam tikros idėjos, gairės. Todėl ir kūno kultūros specialistams atsiveria plati erdvė brandinti bendrąsias humanistinės pedagogikos idėjas, nužymėti fizinio ugdymo galimybes, ieškoti konkrečių sprendimų.

VINCENTAS BLAUZDYS
DARŽELINUKŲ IR MOKSLEIVIŲ FIZINIO UGDYMO KAITA
Mokymo priemonė kūno kultūros specialybės studentams

Tir. 200 egz. 8 sp. 1. Užsak. Nr. 73
Išleido Vilniaus pedagoginis universitetas, Studentų g. 39, LT-2004 Vilnius
Maketavo ir spausdino VPU leidykla, T. Ševčenkos g. 31, LT-2009 Vilnius
Kaina sutartinė