

34. nastavna tema:

PROGRAMIRANJE POUČAVANJA TEHNIČKIH I TAKTIČKIH ZNAJANJA



**Nakon praćenja nastave i svladanog gradiva
ove nastavne teme studenti će moći:**

- Definirati i objasniti principe programiranog poučavanja
- Opisati kibernetički model programiranog poučavanja u sportu
- Objasniti pojavu motoričkih pogrešaka i načine njihova ispravljanja
- Programirati proces poučavanja u višegodišnjem i godišnjem ciklusu

34.1. Program poučavanja tehničko-taktičkih znanja

Proces poučavanja u sportu realizira se određenim redoslijedom aktivnosti:

- 1) **Najava** tehničkog, odnosno taktičkog zadatka koji će se učiti.
- 2) **Razgovor** o važnosti i osobitostima elemenata koji se uči.
- 3) **Objašnjenje** strukturnih, biomehaničkih, fizioloških i drugih značajki motoričkog zadatka.

- 4) Trenerova **demonstracija** zadatka, prvo cjelovito, a zatim po dijelovima. Posebno valja demonstrirati kritične faze kretanja. Obratiti pozornost da tempo i brzina izvedbe budu primjereni sportaševim sposobnostima.
- 5) Sportaš izvodi tehničko-taktičke elemente manjom brzinom i slabijom snagom ili uz poluaktivnog protivnika.



- 6) Izvedba zadatka uz uočavanje **tipičnih pogrešaka**. Trener mora prvo uočiti krupnije pogreške. Isto tako mora otkriti uzroke za uočene greške i pronaći odgovarajuće načine za njihovo ispravljanje.
- 7) Provedba motoričkih vježbi za **ispravak** uočenih motoričkih pogrešaka.
- 8) Izvođenje zadatka visokim tempom i uz maksimalnu aktivnost protivnika u **situacijskim uvjetima**.

34.2. Principi programiranog poučavanja - učenja

1) Princip hijerarhičnosti

- Uvažavanje slijeda poučavanja kretnih struktura pri čemu jedna razina izvođenja prethodi drugoj, odnosno, **svaka razina uvjetovana je prethodnom** i ni jedna se ne smije propustiti ako se želi postići odgovarajuća razina usvojenosti motoričkih znanja, vještina i navika.

2) Princip cikličnosti organizacije

- Odnosi se na način usvajanja motoričkih znanja, vještina i navika, a podrazumijeva upravljanje trenažnim procesom na način da se **pojedini motorički zadaci ponavljaju na novim funkcionalnim razinama**.

3) Princip individualizacije

- Nalaže **uvažavanje individualnih obilježja** sportaša u odabiru i korištenju specijalnih trenažnih sredstava – operatora za poučavanje kojima se TE-TA znanja usvajaju i usavršavaju.

4) Princip intenzifikacije

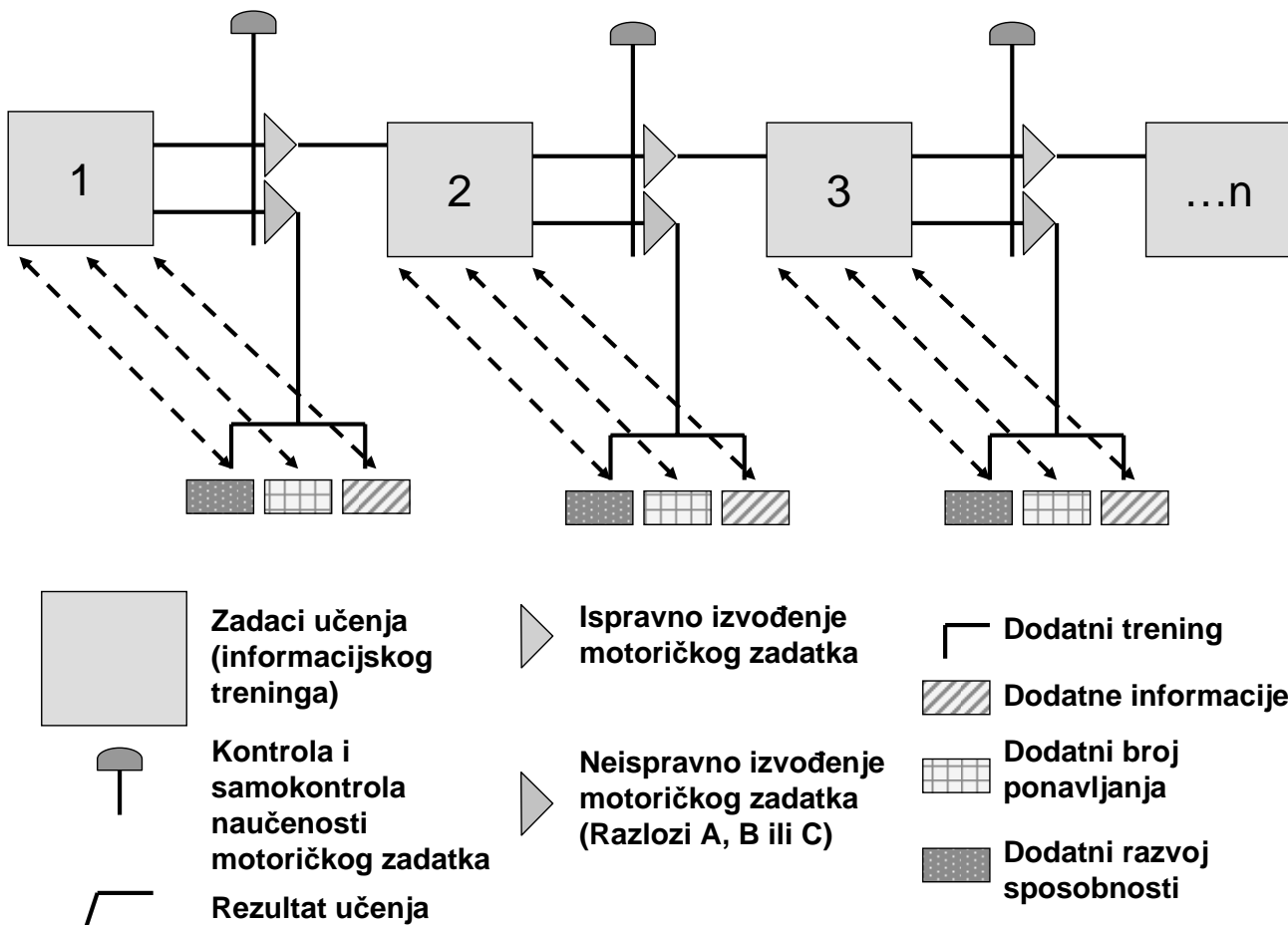
- Podrazumijeva, prvo, **povećanje brzine** izvedbe (usporeno, brzo i maksimalno brzo izvođenje motoričkog zadatka), a zatim **povećanje protivnikove aktivnosti** (pasivan, poluaktivan, vrlo aktivan i maksimalno aktivan protivnik).



34.3. Kibernetički model programiranog poučavanja - učenja u sportu

- Proces učenja sastoji se od svladavanja **n** **motoričkih zadataka**.
- Složenost sporta određuje njihov broj.
- Na idući zadatak **prelazi se** tek nakon što sportaš počne uspješno i ispravno izvoditi motorički zadatak koji je učio.
- **Vrednovanje izvedbe** je tipični trenutak motoričkog učenja.

Kibernetički model učenja u sportu (Stančev, 1981)



Razlozi za neispravno izvođenje motoričkog zadatka

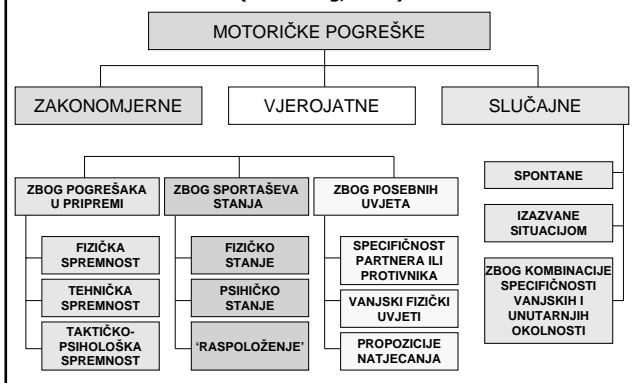
- 1) Nedostatak odgovarajućih **informacija** o zadatku.
- 2) Nedovoljan **broj ponavljanja**.
- 3) Nedovoljna razina **motoričkih sposobnosti**.



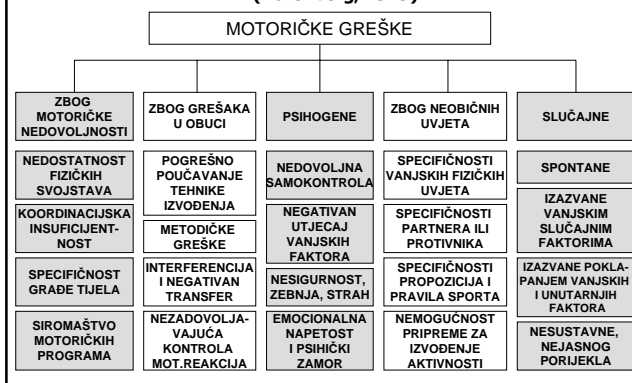
Motoričke pogreške

- Znače da izvedba tehničko-taktičkog zadatka **značajno odstupa** od idealne izvedbe koja se od sportaša očekuje prema njegovim psihofizičkim sposobnostima.
- Treneri moraju **poznavati razloge** koji mogu prouzročiti **neispravno izvođenje** motoričkog zadatka, a zatim oblikovati sadržaje dopunskih treninga radi ispravljanja uočenih pogrešaka.

Klasifikacija motoričkih pogrešaka prema vjerojatnosti njihova nastajanja (Korenberg, 1979)



Klasifikacija motoričkih grešaka prema uzroku njihovog nastajanja (Korenberg, 1979)

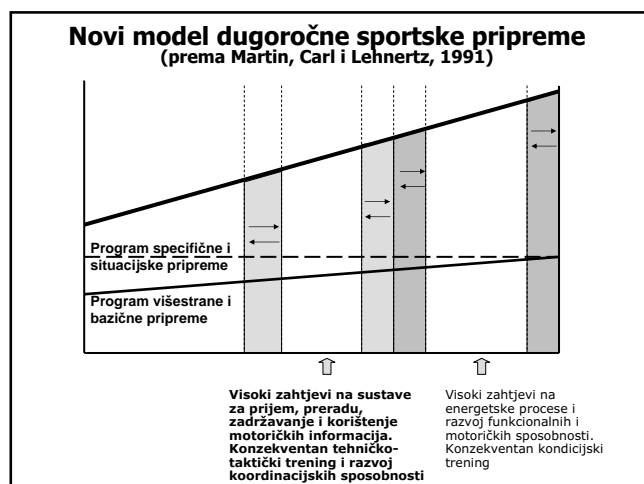


34.4. Programiranje procesa poučavanja u višegodišnjem i godišnjem ciklusu

- Od početka bavljenja sportom djeca uče **pravilno izvoditi osnovnu tehniku i taktiku** s ciljem stvaranja kvalitetne predodžbe o smislu sportske aktivnosti i vrstama motoričkog djelovanja
- Prvi je cilj usvajanje **elementarne** tehnike i taktike izabranog sporta

- **Višestrana tehničko-taktička izobrazba** (više igračkih pozicija u sportskim igrama ili veći broj tehnika u borilačkim sportovima) predstavlja dobar temelj za **kasniju specijalizaciju** (jedna igračka pozicija u sportskim igrama ili nekoliko "specijalki" u borilačkim sportovima) i sve efikasnije izvođenje tehničko-taktičkih aktivnosti u natjecateljskim uvjetima





Za uspješno svladavanje ove nastavne teme korisno je pročitati:

- Gabrijelić, M. (1983). Tehničko-taktička priprema sportaša i momčadi. U *Metodologija priprema vrhunskih sportaša*. Beograd: SFK Jugoslavije.
- Trninić, S. (2006). *Selekcija, priprema i vođenje košarkaša i momčadi*. Zagreb: Vikta-Marko.
- Vuleta, D., Milanović, D. (2004). Stupnjevito učenje i usavršavanje tehničko-taktičkih znanja u rukometu. *Zbornik radova XXVIII. seminara za rukometne trenere*. Pula, (str. 95-115).