

**Предлог програма стручног усавршавања у оквиру активности
Центра за целоживотно учење**

Тема: Зелено вежбање – моторички програми у природи – прва помоћ у случају незгода

Облик: програм стручног усавршавања васпитача, учитеља и студената (трајање програма: 2 дана, 16 сати) – семинар који се може реализовати у форми радионица и излета, „викенд“ програма, курсева у Центру за целоживотно учење.

Општи циљ:

Оспособљавање васпитача, учитеља и студената за организацију и примену разноврсних моторичких програма и физичке активности који деци могу осигурати неспутано кретање, истраживање и боравак у природи, коришћењем природних ресурса које пружају специфична места.

Специфични циљеви: Унапредити знања, вештине и методичке стратегије васпитача, учитеља и студената да на специфичним местима у природи уз коришћење разноврсних импровизованих и стандардизованих реквизита и справа, у форми радионица и излета примењују разноврсне моторичке програме. Едукација васпитача, учитеља и студената за пружање прве помоћи деци у случају незгоде у специфичним и изненадним ситуацијама, као и за психолошки аспект суочавања са незгодама.

Аутор: др Наташа Стурза Милић, Висока школа струковних студија за васпитаче „Михаило Палов”, Вршац (у даљем тексту: Висока школа, Вршац);

Реализатори: спец. др. мед. Миливој Вишацки, Висока школа, Вршац, др Тања Недимовић, Висока школа, Вршац, др Предраг Пртљага, Висока школа, Вршац и др Наташа Стурза Милић, Висока школа, Вршац;

Циљне групе којима је програм намењен: учитељи, васпитачи, родитељи и студенти

Кратак опис садржаја програма: Програм *Зелено вежбање – моторички програми у природи – прва помоћ у случају незгоде* намењен је васпитачима деце предшколског узраста, учитељима и студентима и нуди бројне садржаје диверсификоване физичке активности организоване у синергији са природним условима. Програм садржи обиље моторичких програма и активности организованих у форми радионица, излета и др. који могу деци осигурати неспутано кретање, истраживање и боравак у природи уз коришћење природних ресурса у граду и селу које пружају специфична места као што су: паркови, видиковци, излетишта, трим стазе, обале река, језера, извори, аеродроми, шуме, ливаде, сеоска дворишта и сл. На овај начин се предшколске установе повезују са локалном средином, занимљивим локалитетима на отвореном који пружају могућност за пројектно осмишљавање разноврсних физичких активности и представљају изазов деци и васпитачима. Излети могу бити тематски, као и специфичне моторичке активности: *Вежбајмо на авионској писти, Пећарошка радионица поред језера или реке (вежбање на скели), Полигони у сеоском дворишту, Авантура у градском парку, Осети ветар на брегу, Шумска радионица и полигони* и сл. Приказ активности подразумевао би посету занимљивим локалитетима за вежбање и боравак у природи, уз комбиновање са семинаром у простору Центра за целоживотно учење.

Будући да синергистичко деловање физичке активности у специфичном природном окружењу интегративно утиче на развој различитих знања, вештина, способности и особина личности код деце и одраслих, програм васпитачима, учитељима и студентима нуди решења како да на специфичним местима у природи, уз коришћење разноврсних импровизованих и стандардизованих реквизита и справа (падобран за вежбање, мердевине, вијаче, тунели, дебла, полигони и сл.) у форми радионица и излета примењују: моторичке програме за савладавање простора; моторичке програме за савладавање препрека; моторичке програме за савладавање отпора; моторичке програме за манипулацију објектима.

Поред горенаведених активности, програм нуди и обуку васпитачима за пружање прве помоћи деци у случају незгоде, односно, у специфичним и изненадним ситуацијама као што су различите повреде при упражњавању моторичких активности (уганућа, истегнућа, преломи, посекотине), уједи крпеља, стршљена, змија, незгодни падови, дављења, губитак свести, епилептични напади, сунчаница, топлотни удар и сл., као и психолошке аспекти суочавања деце са незгодама (напади панике код деце, неадекватно реаговање одраслих, блокада...). Обуку прве помоћи у оквиру програма стручног усавршавања водиће лекар специјалиста, професор здравствених предмета на Високој школи, садржаје усмерене на психолошки аспект суочавања са незгодама водиће психолог, професор психолошке групе предмета на Високој школи.

Оправданост избора теме програма: У данашње време убрзаног технолошког развоја и урбанизације, када код већине деце и одраслих преовладава седентарни (седећи) начин живота и смањено кретање (Sturza Milić i Prtljaga, 2017), отуђеност од природе и ирационални страх од ње никада нису били израженији. У таквим условима, деца немају прилику да овладају веома корисним знањима и вештинама и отворе бројне могућности и користи које доноси боравак и кретање у природи. Денатурирано детињство лако може довести до психичких и телесних поремећаја и повреда, а излагање деце кретању у природном окружењу сматра обликом профилаксе али и терапије поремећаја дефицита пажње и хиперактивности, неспретности, анксиозних поремећаја и различитих облика негативног утицаја стреса (Louv, 2005). Овакви програми се у последње време називају “терапија природом”, али су веома ретки. Природа је идеално место за слободно кретање, учење и овладавање различитим моторичким програмима, игру и истраживање деце, будући да се стално мења, никада није иста, те од деце захтева непрестано прилагођавање и импровизацију (Aziz i Said, 2012, Thompson et al., 2011). Наученим знањима и вештинама у природи дете често додаје властиту креативност и инвентивност, што свакако делује позитивно на самопоуздање, осећај постигнућа, интелектуални, социјални и моторички развој (Стурза Милић, 2019). Природа деци нуди изазовно окружење занимљиво за посматрање, истраживање и размишљање, за доношење одлука, дружење и сарадњу са другом децом, родитељима и васпитачима, решавање бројних моторичких проблема и др. Боравак у природи у односу на свакодневни живот захтева мањи број одлука, али, одлука које су критичне и имају бинаран исход, повољан или неповољан, чиме свака одлука има тежину, а од ње зависи удобност боравка у природи, некада и сам живот. Еколошка теорија о перцепцији и акцији заснована је на директној перцепцији спољашње средине (директно осећамо шта нам предмети и површине из спољашње средине дозвољавају да урадимо, с обзиром на могућности). Предузимање акције је зато суштински битан аспект развоја система перцепција – акција. Интеракција са спољашњом средином (природом) је од великог значаја за перцепцију афорданси (Хејвуд и Гечел, 2017).

Већ је поменуто да савремени живот носи ирационални страх од природе. Васпитачи, родитељи и др. често неоправдано избегавају организацију различитих моторичких и других активности у природи, плашећи се повреда, незгода, инсеката, утицаја зрачења, дављења и сл. Програм нуди стручну помоћ квалификованих стручњака (лекара, психолога) у циљу превазилажења страхова и несигурности подизањем знања и свести код васпитача, учитеља и студената о томе како одговорно, одлучно и брзо реаговати (пружити прву помоћ деци) у изненадним незгодама и стањима.

Резултати истраживања (Т. Bratina, UM PEF, 2019), спроведеног у оквиру актуелног КЕУ – *Keep Educating Yourself* пројекта (598977-EPP-1-2018-1-RS-EPPKA2-CBHE-JP, *Erazmus+* програм Европске уније, 2018–2020); опширније в. <https://www.uskolavrsac.edu.rs/projekti/>), показују да васпитачи и стручни сарадници (укупно 1466 испитаника, 700 из Р Србије), у области непосредног васпитно-образовног рада издвајају да им је потребна подршка у осмишљавању и примени моторичких програма у природи, као и да постоји велико интересовање васпитача за едукацијом у области пружања прве помоћи деци у различитим животним ситуацијама.

Литература и електронски извори:

Aziz, N.F.i Said, I. (2012). The Trends and Influential Factors of Children’s Use of Outdoor Environments: A Review. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, Volume 38, 2012, Pages 204–212.

Хејвуд М.К., Гечел, Н. (2017). *Моторички развој кроз живот*. Универзитет у Црној Гори, Нови Сад: Факултет спорта и ФВ.

Louv, R.(2005). *Last child in the woods*. Chapel Hill (NC): Algonquin Press.

Стурза Милић, Н. (2019). *Дете и покрет*. Вршац: Висока школа струковних студија за васпитаче „Михаило Палов“.

Sturza Milić, N., Prtljaga, P. (2017). Integrative approach to the problem of sedentary life style of young people in ICT and physical education teaching. U Robert Celec, (Ur.), *Znanstvena monografija „Development of Ecological Responsibility“*, Hamburg: Verlag Dr. Kovač., University of Rijeka, 287-305.

Thomson Koon, J. Boddy, K. Stein, K. Whear, R. Barton, J., Depledge, M.H. (2011). Does Participating in Physical Activity in Outdoor Natural Environments Have a Greater Effect on Physical and Mental Well-being than Physical Activity Indoors? A Systematic Review. *Environmental Science and Technology*.

Раније акредитације програма:

Физичком активношћу против вршњачког насиља (др Наташа Стурза Милић и др Тања Недимовић)
Едукација и рад са даровитом децом (др Наташа Стурза Милић и други)

