

OLYMPIC VALUES  
EDUCATION PROGRAMME

# ИМПЛЕМЕНТАЦИЈА НА ОВЕР ПРИРАЧНИКОТ

ПРАКТИЧНО УПАТСТВО  
ЗА ОБРАЗОВАНИЕ ЗА  
ОЛИМПИСКИ ВРЕДНОСТИ





**Признанија:**

МОК сака да изрази благодарност и признание до следните соработници. Индивидуалното и колективното знаење, експертиза и страст за олимпизмот послужија за создавање холистичка програма за обука заснована на принципите на олимпиското размислување и педагогија.

Гари Барбер, едукатор, Универзитетско училиште „Св. Михаил“, Викторија, Британска Колумбија

Аманда Станец, доктор по филозофија, сопственик, Move Live Learn, главен развивач на содржини

**Соработници:**

Нарин ХаџТас, менаџер за образование и обука, Олимписки комитет на Јордан

Параскеви Лиумпи, доктор по филозофија, Универзитет на Пелопонез, Меѓународна олимписка академија

Џејмс Мандиго, доктор по филозофија, проректор и професор,

Универзитет Брок

Фелане Фомане, теренски консултант на OVEP, Лесото

Ејми Шварц, виш стратег, Move Live Learn

Линдзи Симпсон, специјалист за наставни програми, Move Live Learn

# ИМПЛЕМЕНТАЦИЈА НА OVEP ПРИРАЧНИКОТ

## ПРАКТИЧНО УПАТСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ ЗА ОЛИМПИСКИ ВРЕДНОСТИ

Овој Прирачник треба да се користи заедно со „Основите на образованието за олимписки вредности: Програма базирана на спорт“ како дел од комплетот алатки на OVEP.

Објавено во 2023 година  
Произведено од Меѓународниот олимписки комитет  
Олимписка фондација за култура и наследство  
Лозана, Швајцарија



Содржината на OVEP и секое дело, елемент или материјал што ви е достапен или дистрибуиран во врска со OVEP, вклучувајќи, без ограничување, какви било документи, графики, слики и видеа („Материјалот на OVEP“) е единствена сопственост на и/или ви е достапен од Меѓународниот олимписки комитет („МОК“), за некомерцијални, непромотивни цели и ќе биде ограничен само на уреднички, образовни, истражувачки, аналитички, прегледни или известувачки цели (освен ако не е поинаку наведено). Материјалот на OVEP нема да биде модифициран, менуван и/или трансформиран, подлиценциран или повторно дистрибуиран, делумно или целосно, без претходна писмена согласност од МОК (или наведениот носител на права). МОК не дава гаранција и не презема никаква одговорност за информациите вклучени во Материјалот на OVEP, ниту за нивната точност ниту за комплетност. Ставовите и мислењата изразени (i) во кој било материјал од трета страна што ви е достапен како дел од материјалот

на OVEP, или (ii) во која било публикација, веб-страница или други средства преку кои таков материјал од трета страна ви е достапен како дел од материјалот на OVEP, одговараат само на гледиштето на нивните автори и не ја одразуваат нужно официјалната политика или став на МОК. Се согласувате да го обештетите, браните и ослободите од одговорност МОК од и против каква било штета што произлегува од или произлегува од вашата употреба или злоупотреба на материјалот на OVEP, или какво било кршење од ваша страна на овие лиценцни услови. МОК (и доколку е применливо, соодветниот носител на права) го задржува правото да ги повлече правата доделени на материјалот на OVEP во кое било време и од која било причина.

© 2023 Меѓународен олимписки комитет – сите права се задржани.

978-92-9149-239-8  
Дизајн: TwelfthMan  
Илустрација на корицата: Stephen Cheetham  
Уредување на текстот и ажурирање на содржината: Каролин фон Алвенслебен и Роксан Артингал, Олимписка фондација за култура и наследство, Quai d'Ouchy 1, 1001 Лозана, Швајцарија  
Тел +41 (0)21 621 6511 [www.olympics.com](http://www.olympics.com)  
Фотографија од МОК.



# СОДРЖИНА

---

Предговор	6
Олимпизам и образование базирано на вредности	8
<b>Секција 01:</b> Разбирање на придобивките од OVEP	<b>12</b>
<b>Секција 02:</b> Создавање средина за успешно учење	<b>16</b>
<b>Секција 03:</b> OVEP и компетенции за учење од 21 век	<b>18</b>
<b>Секција 04:</b> Циклусот на настава и учење	<b>20</b>
<b>Секција 05:</b> Методи на настава кои ја помагаат имплементацијата на OVEP	<b>26</b>
<b>Секција 06:</b> Олимписка образовна тематска настава (работни единици)	<b>30</b>
<b>Секција 07:</b> Спроведување физички активни OVEP	<b>34</b>
Поврзување на активностите на OVEP со наставните предмети	62
Предложено дополнително читање за педагогија	64
Речник на термини	65
Ресурси и референци	72

---



# ПРЕДГОВОР

Само мал број луѓе во светот стануваат олимпијци, но секој може да ужива во придобивките од физичката активност. МОК сака да се справи со глобалниот предизвик за зголемување на стапките на физичка неактивност, така што повеќе млади луѓе ќе имаат можност да станат олимпијци, но првенствено за да повеќе деца и младинци развијат доживотни модели на физичка активност за задоволството и здравствените придобивки што ги носи.

Физичката активност постои во многу форми, вклучувајќи, но не ограничувајќи се на, спорт, рекреација, неструктурирана игра, танц и вежбање. Не сите деца имаат позитивни искуства во спортот и физичката активност. Сакаме да го промениме тоа. Со пристапи кои се повеќе фокусирани кон ученикот и позитивни, и кои ги прават физички активните програми поинклузивни, повеќе деца и млади ќе имаат одлични искуства во програмите за физичка активност и ќе имаат поголема веројатност да останат физички активни во текот на целиот свој живот.



Комисијата за олимписко образование на МОК ја препознава важноста на поддршката на децата и младите луѓе да учат вредности и вештини што ги оспособуваат за живот. Ова советодавно тело се стреми да ги инспирира едукаторите за промоција на образованието базирано на олимписки вредности и дава стратешки насоки за програмите и активностите на МОК поврзани со образованието на младите луѓе преку спорт.

Оваа програма е дизајнирана да им овозможи на младите луѓе од кое било ниво на вештини и од кој било дел од светот да уживаат и да учат од физичката активност, како и да стекнат доживотни социјални, когнитивни и физички компетенции. Дополнително, оваа програма може да се модифицира за да биде насочена кон возрасните, кои исто така би имале корист од образованието базирано на вредности и зголемените можности за физичка активност.

Веруваме дека е важно да се обезбеди овој ресурс сега поради неговиот потенцијал позитивно да влијае на следните глобални визии, цели и упатства.

Одредете како овој ресурс се вклопува во контекстот на:

- Филозофијата на олимпизмот;
- Визијата на МОК за „Изградба на подобар свет преку спорт“; Стратешката насока на Комисијата за олимписко образование
- Да се промовира олимпизмот преку образование, физичка активност и спорт, ангажирајќи ги поединците да станат одговорни граѓани на нашиот свет“; и
- Придонесот на олимпиското движење во развојот на глобалните политики, остварен преку акциони рамки како што се целите за одржлив развој на ОН и испораката на квалитетно физичко образование.

# ОЛИМПИЗАМ И ОБРАЗОВАНИЕ БАЗИРАНО НА ВРЕДНОСТИ

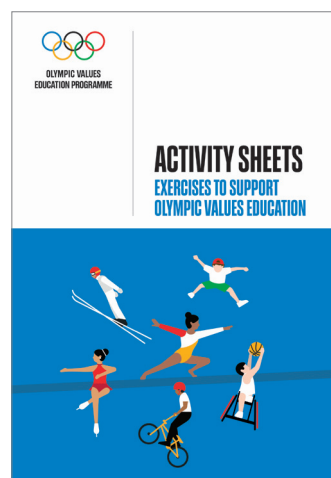
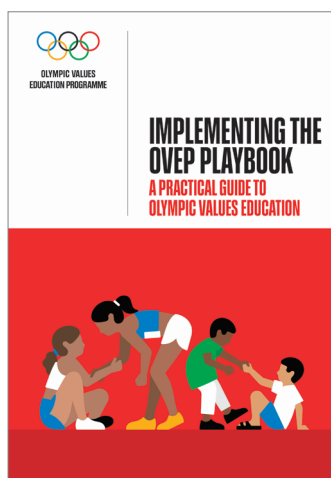
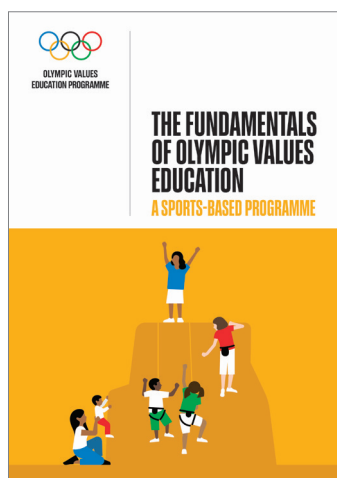
Олимпиското движење користи три основни вредности за да го промовира олимпизмот: извонредност, почит и пријателство. Сепак, тие не се единствените вредности што им помагаат на поединците да го остварат својот потенцијал. Вредности како што се решителност, храброст, упорност и отпорност се испреплетени со овие основни верувања и можат да се најдат во изобилство во преданијата за Олимписките игри. OVEP е програма базирана на вредности и може да се користи за:

- Развивање на разбирањето на ученикот за овие вредности и помош за нивно спроведување во нивните животи
- Охрабрување на учениците да учествуваат во спорт и физичка активност.
- Зајакнување на ценењето на трудот во академските предмети.
- Промовирање на позитивно однесување и градење здрави односи меѓу младите луѓе и нивната заедница.

Младите луѓе не мора нужно да бидат учесници во спортот за да го искористат ресурсот, иако ова е посакуван резултат.



## ПРОГРАМАТА ЗА ОБРАЗОВАНИЕ ЗА ОЛИМПИСКИ ВРЕДНОСТИ СОДРЖИ ТРИ РЕСУРСИ:



### ОСНОВИТЕ НА ОБРАЗОВАНИЕТО ЗА ОЛИМПИСКИ ВРЕДНОСТИ: ПРОГРАМА БАЗИРАНА НА СПОРТ

Ова е официјалниот основен ресурс за проектот и примарна база на знаење во рамките на спроведувањето на OVEP. Има четири дела. Првиот дел, „Вовед во образованието за олимписки вредности“, ги истражува принципите на олимпизмот и олимписките образовни теми. Во вториот дел, основните елементи на Олимписките игри, од симболи до церемонии, се дискутираат и се поврзуваат со образовни можности базирани на вредности. Третиот дел ја продолжува оваа работа и дискутира за тоа како олимпиското движење се прилагодило на можностите и предизвиците со кои се соочува светот преку иницијативи како што се Младинските олимписки игри (YOG), обезбедувајќи можности за жените и препознавајќи ја важноста на одржливоста при организирање на Игри. Последниот дел ја истражува важноста на олимписките образовни теми и се осврнува на современите прашања што ги предизвикуваат младите во светот.

### ИМПЛЕМЕНТАЦИЈА НА OVEP ПРИРАЧНИКОТ: ПРАКТИЧНО УПАТСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ ЗА ОЛИМПИСКИ ВРЕДНОСТИ

Овој водич ќе ви помогне во спроведувањето на Програмата за образование за олимписки вредности (OVEP) на МОК. Ги идентификува стратегиите за настава од 21 век и компетенциите на учениците што се користат за успешно спроведување на OVEP. Се дискутираат бројни педагошки стратегии и примери за практични начини за спроведување на OVEP.

### РАБОТНИ ЛИСТОВИ: ВЕЖБИ ЗА ПОДДРШКА НА ОБРАЗОВАНИЕТО ЗА ОЛИМПИСКИ ВРЕДНОСТИ

Секој работен лист со активности е водич за печатење за збир на практични вежби за учење кои ги земаат предвид олимписките теми, симболи и традиции и им обезбедуваат на учениците/учениците начини да го искушат овој материјал преку креативни активности што поттикнуваат на размислување. Листовите со активности се диференцирани за да ги задоволат развојните способности на учениците од основно до повисоките години од средното училиште.

# ИМПЛЕМЕНТАЦИЈА НА OVEP ПРИРАЧНИКОТ

## ПРАКТИЧНО УПАТСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ ЗА ОЛИМПИСКИ ВРЕДНОСТИ



OVEP, заедно со придружните ресурси, не е само за вградување вредности во начинот на кој се учат учениците, туку е и за помагање на учесниците да ги доживеат и да живеат според овие вредности.

Овој прирачник нуди практична поддршка за спроведување на OVEP од страна на едукаторите. Терминот „едукатори“ се користи во инклузивна смисла и се однесува на секој што е одговорен за пренесување на знаење. Ова ги вклучува наставниците, лидерите во заедницата, младинските работници, спортските тренери и родителите, плус оние што работат во хуманитарни и спортски организации, образовни институции и невладини организации. Исто така, учењето и примената на OVEP може да се одвива во многу средини: дома, во училиште, на спортски терен, место за богослужба, центар на заедницата, игралиште итн. Накратко, терминот „центар за учење“ се користи во овој документ за да се опишат сите такви средини за учење.

Овој водич ги дискутира принципите на испорака на ефективно образование базирано на вредности и дава примери за тоа како да се планира, предава и оценува образованието за вредности во пракса.

Ова упатство е организирано во секции за да му помогне на едукаторот, да го воведи и целосно да го имплементира OVEP. Сепак, важно е да се напомене дека ова упатство не треба да се чита секвенцијално.

## КЛУЧНИ ПРИНЦИПИ НА ОВОЈ ПРИРАЧНИК

- Не е наменет да биде прескриптивен документ, туку олеснувачки ресурс што ќе го овлости едукаторот.
- Ефективната употреба на овој ресурс ќе биде обликувана не само од искуството и вештината на едукаторот, туку и од начинот на кој се вклопува во уникатните околности на центарот за учење.
- Некои центри за учење ќе имаат импресивни физички и образовни ресурси, што им овозможува целосно да имплементираат многу од предложените активности на OVEP. Други центри за учење може да имаат многу ограничени ресурси. Активностите и ресурсите на OVEP и треба да се адаптираат на начин што овозможува успешна имплементација, сè додека овие промени го почитуваат духот и намерата на програмата.
- Од повеќето едукатори се бара да следат воспоставен образовен наставен план; сепак, важно е да се признае дека примената на OVEP не донесува осуда или не е во спротивност со вредностите што се учат во различни култури.
- Основните вредности на олимписката извонредност, почитта и пријателството имаат глобална релевантност и можат да извршат моќно и трансформативно влијание врз животите на оние што ги имплементираат.

Овој прирачник препознава дека ќе има широк спектар на вештини и искуство кај едукаторите што го имплементираат OVEP. Некои едукатори ќе имаат завршено програми за настава во високото образование и ќе се поврзат со многу од предложените педагошки стратегии. Други едукатори можеби немаат формална обука, но може да бидат почитувани лидери во нивните заедници. Без оглед на искуството на едукаторот, примената на содржината на OVEP и предложените стратегии за настава во овој документ имаат за цел да ги водат и поддржат сите практичари посветени на успешното спроведување на OVEP.

## КАКО МОЖЕ ДА СЕ КОРИСТИ СОДРЖИНАТА НА OVEP

- Да се обезбеди дополнителен материјал и активности за постоечка шема на работа.
- Да се инспирира развој на нова шема на работа.
- Како шема на работа сама по себе.



## ЛИТЕРАТУРА И ДОПОЛНИТЕЛНО ЧИТАЊЕ

- [Предавање на олимписмот во училиштата: Олимписко образование како фокус на образованието за вредности](#). Центар за олимписки студии, Д. Биндер, МОК-УАБ (пристапено август 2022 година).

# СЕКЦИЈА 01

## РАЗБИРАЊЕ НА БЕНЕФИТИТЕ ОД ОВЕР

Прирачникот за образование „Основи на олимписките вредности“ е обемен образовен ресурс полн со идеи, приказни и активности што можат да ги поучуваат младите луѓе за вредностите и да ги инспирираат. Исто така, има значителен потенцијал да ги трансформира животите на поединците и цели заедници, давајќи им надеж и можности на оние што ги усвојуваат основните вредности на олимпизмот: извонредност, почит и пријателство. Нелсон Мандела, поранешниот претседател на Јужна Африка, ја препозна вродената моќ и потенцијал во спортот.

*„Спортот има моќ да го промени светот. Има моќ да инспирира. Има моќ да ги обедини луѓето на начин што малку други работи го прават. Им се обраќа на младите на јазик што го разбираат. Спортот може да создаде надеж таму каде што некогаш имаше само очај. Тој е помокен од владите во рушењето на расните бариери. Се смее во лицето на сите видови дискриминација.“*

Нелсон Мандела





Важно е да се нагласи дека OVEP не е единствено спортска програма дизајнирана да ги мотивира идните олимпијци. Томас Бах, претседател на МОК, изјави:

*„Обединетите нации и Меѓународниот олимписки комитет знаат колку спортот може да направи за да се справи со широкиот спектар на човечки и социјални потреби во областите на здравството, образованието, инклузијата, одржливиот развој и мирот... Да, спортот може да го промени светот, но не може сам да го промени светот. Кога го ставаме спортот во служба на човештвото, ни требаат и сакаме партнерства со други играчи во општеството.“*

OVEP соработува со други партнери како што се училишта, центри во заедницата, верски заедници и спортски организации, за да бидат фасилитатори на оваа програма.

## КОИ СЕ ПРИДОБИВКИТЕ ОД OVEP?

Кога се спроведува OVEP, тој нуди значителни холистички и практични придобивки, не само за поединецот, туку и за семејствата и заедниците. Тие спаѓаат во шест широки категории:

- Индивидуални
- Физички
- Бихејвиорални
- Емоционални
- Социјални
- Образовни

### ИНДИВИДУАЛНИ ПРИДОБИВКИ

Добро е документирано дека успешните спортски програми можат да влијаат врз развојот на вредностите, карактерот и чувството за фер-плеј на спортистот. Знаењето и активностите на OVEP се особено ефикасни во развојот не само на основните вредности на олимпизмот - извонредност, почит и пријателство - туку и животни вредности како што се упорност, храброст, самоувереност, чесност, интегритет и лична одговорност. Олимписките игри даваат безброј примери на спортисти кои ги надминале неволјите за да ги постигнат своите цели. Постојат приказни за спортисти кои покажуваат огромна храброст во натпреварите, а други покажуваат интегритет и покрај неуспесите. OVEP се потпира на многу од овие приказни за да им помогне да ги инспирираат другите да ги следат овие добри примери. Учество во OVEP, исто така, им обезбедува на учесниците рамка врз која можат да развијат лидерски вештини, а потоа да ги користат во активности што го градат нивното разбирање за олимпизмот на практични начини.

### ФИЗИЧКИ ПРИДОБИВКИ

OVEP не е наменет да биде пасивна програма каде што учесниците само читаат и размислуваат за образованието базирано на вредности. Тоа е програма што ги охрабрува своите учесници да бидат физички активни и да се стремат кон енергични цели со цел да постигнат здрав живот. Три од олимписките образовни теми дискутирани во Прирачникот за основни работи на OVEP - задоволството од вложен труд, потрагата по совршенство и рамнотежата помеѓу телото, волјата и умот - опишуваат примери на спортисти кои доживеале низа придобивки од учеството во физичка активност. Учество во спорт им овозможило на овие лица да погзнеат значителни физиолошки придобивки што, пак, ги поттикнале кон повисоки перформанси. Овие придобивки не се резерва на спортската елита; тие се достапни за секој што вежба со фреквенција (колку често вежбате), интензитет (колку напорно вежбате), времетраење (колку долго вежбате), специфичност (видот на вежби или активност што ја избирате) и прогресија (дали постојано се предизвикувате себеси?). Адаптациите што ги прави спортистот кога ги следи тие принципи на фитнес може да вклучуваат: зголемена кардиореспираторна кондиција, подобрувања во општите моторни вештини, поголема мускулна сила, плус зголемена флексибилност.

### ПРИДОБИВКИ КОН ПРОМЕНА НА ОДНЕСУВАЊЕ

Учество во OVEP може да доведе и до промени во однесувањето. Овој пристап базиран на вредности може да го зголеми просоцијалното однесување на учесникот, да го охрабри придонесот во граѓански настани (волонтерство итн.), а тоа, пак, може да го зголеми чувството на поврзаност на лицето со другите. Со поттикнување на учество во спорт (или други физички активности), OVEP може да дејствува како изолатор против социјалните притисоци што можат да доведат до пиење, пушење, експериментирање со ризично однесување итн.

### ЕМОЦИОНАЛНИ ПРИДОБИВКИ

Една од најчесто наведуваните причини за младите спортисти кои се откажуваат од спортските програми е тоа што престанале да се забавуваат. OVEP е дизајниран не само да споделува знаење и да им помогне на учесниците во развојот на вештините, туку и да биде нешто што е толку пријатно што тие ќе продолжат да учествуваат во спортот и да имаат корист од сè што тој може да понуди. Подобрувањето на самовербата, намалувањето на стресот и заштитата од депресија се забележани како потенцијални придобивки од OVEP.

### СОЦИЈАЛНИ ПРИДОБИВКИ

Учеството во OVEP може да изгради отпорност и социјални вештини и може да има длабоки ефекти врз животот на ученикот и животот на неговата заедница. Без разлика дали станува збор за подобрена граѓанска писменост (т.е. почитување на нормите и традициите на позитивно социјално однесување) или за премостување на разликите, OVEP има потенцијал да изврши значително влијание во овие области. Промовирањето на мирот и разбирањето се клучни елементи на олимписмот (како што е изразено во Олимписката заклетва, Олимпиското примирје итн.). Целта на OVEP е да помогне во промовирањето на мирот, разбирањето и социјалното помирување меѓу поединците и заедниците.

OVEP, исто така, им помага на учесниците да ја разберат важноста на социјалната инклузија и прифаќањето; ова е особено корисно за учесниците кои претходно доживеале предизвици во нивните социјални односи.

### ОБРАЗОВНИ ПРИДОБИВКИ

Активностите на OVEP се исто така дизајнирани да предизвикаат и збогатат искуствата за учење на ученикот. Кога се спроведуваат со ефикасни педагошки стратегии, оваа програма може да ги подобри академските перформанси, да ја зголеми ангажираноста на учесниците во програмите за учење и да има безброј придобивки, вклучувајќи подобрена функција на мозокот и целокупна способност за учење.



### РЕФЕРЕНЦИ И ДОПОЛНИТЕЛНО ЧИТАЊЕ

- [Олимписам: Етика и политика](#), Грешам колеџ, Џ. Пари, 2012 година (пристапено август 2022 година).
- Спорт, образование и социјална политика: Состојбата на општествените науки за спортот, Г. Дол-Тепер, К. Коенен и Р. Бејли, Routledge 2018.
- Вредности и норми во спортот: Критички размислувања за позицијата и значењата на спортот во општеството, Ј. Стинберген, П. Де Кноп, А. Елинг, Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd, 2001.
- [Идеи за учење](#), Министерство за образование на Нов Зеланд (пристапено август 2022 година).

# СЕКЦИЈА 02

## СОЗДАВАЊЕ СРЕДИНА ЗА УСПЕШНО УЧЕЊЕ

Едукатор кој го имплементира OVEP ќе ја препознае важноста на следниве елементи: содржина на програмата, педагогија, односи едукатор-ученик, разбирање на потребите на учениците и препознавање на можностите и предизвиците на центарот за учење.

### СОДРЖИНА

Секција 01 од Прирачникот за основни науки ги опишува принципите на олимписмот. Потоа артикулира како основните вредности се поврзуваат со образовните теми и ги поврзува со примери на олимписко образование низ целиот свет. Материјалот во Прирачникот има капацитет да остане релевантен многу години и не е нешто што брзо ќе стане застарено. Секоја нова Олимписка игра ќе генерира нова екипа херои и негативци. Инспиративните приказни за спортисти кои ги надминуваат неволјите ќе бидат компензирани со прашања што поттикнуваат на размислување и ќе ги предизвикаат нашите претпоставки за фер-плеј. Сепак, принципите на олимписмот никогаш нема да се променат. Тие ќе служат како водич за едукаторите кои сакаат да го збогатат разбирањето на своите ученици за сложените прашања што преовладуваат во нашите спортови и општества.

„Импулсот за учење генерално не доаѓа прво од самата содржина, туку затоа што наставникот научил да ја направи содржината привлечна.“

Керол Ен Тимлинсон

### ПЕДАГОГИЈА

OVEP признава дека ефективната настава може да се постигне преку многу методи и ќе ги почитува педагошките традиции од различни култури. Овој водич, исто така, признава дека овие едукатори ќе поседуваат широк спектар на вештини и искуство. Некои ќе имаат завршено програми за настава во високото образование и ќе се поврзат со многу од современите педагошки стратегии опишани во Прирачникот за основни науки. Други едукатори можеби немаат формална обука, но може да бидат почитувани лидери во нивните заедници. Без разлика какво е искуството, статусот или квалификацијата на едукаторот, предложените стратегии за настава во овој водич имаат за цел да олеснат и да создадат позитивно искуство за учење за сите ученици.

Она што го прави OVEP привлечен за разновиден опсег на ученици е мешавина од методи на оценување, планирање активности и иновативни методи на настава. Се соопнува кога се применува како крут сет на инструкции.



## ОДНОСИ

Едукаторите имаат влијателна улога во развојот на карактерот на своите ученици. Олимписките спортисти честопати признаваат тренер или ментор, некој кој не само што ги научил вештини за спортскиот терен, туку им помогнал и да станат личност способна за лидерство во нивната заедница.

Кога едукаторот има позитивен и професионален однос со својот ученик, тој зазема позиција на доверба и може да го инспирира, поддржи и води ученикот додека се соочува со животните можности и предизвици. Чувството на поврзаност што го чувствува ученикот со својот едукатор може да изгради огромна самодоверба и да го зголеми чувството за самопочит. Едукаторот, исто така, игра клучна улога во создавањето култура на прифаќање за сите ученици. Сепак, едукатор кој е осудувачки, непријателски настроен и ги отфрла своите професионални обврски како модел на улоги врши штетно влијание и може да му наштети на здравиот развој на учениците. Кодексите на однесување за спортисти, родители и тренери (едукатори) може да се најдат во Дел 04: „Б. Учење да се игра фер“ од Прирачникот за основи.

**„За секој поединец, спортот е можен извор за внатрешно усовршување.“**

Барон Пјер де Кубертен

## РАЗБИРАЊЕ НА ПОТРЕБИТЕ НА УЧЕНИЦИТЕ

OVEP е програма која никогаш не може да биде прескриптивна; нејзината ефикасност е изградена врз внимателно планирање и прагматично, а не идеалистичко, спроведување на нејзините активности. Затоа, на едукаторот, учениците и лидерите на заедницата е да одлучат кои образовни теми и методи на настава најдобро ќе ги задоволат потребите на оние кои учествуваат во програмата.

Важно е да се признае дека успешните искуства на учесниците во OVEP - без разлика дали се студенти, едукатори или пошироката заедница - се засилуваат кога оваа програма се спроведува на радосен начин. Наменета е да биде забавна!

Сите едукатори ќе знаат дека нивните ученици се по природа љубопитни. Тие бараат знаење и разбирање и се желни да бидат предизвикани. За да се осигури дека оваа желба за учење е почитувана, едукаторот ќе избере активности на OVEP кои се соодветни на широкиот спектар на способности на учениците. Деновите на настава „една големина за сите“ исчезнуваат. Денешните практичари ја разбираат потребата да се вклучат идеите, мислењата, стиловите на учење и интересите на ученикот во образовната програма. Методите на настава на OVEP избрани во ова упатство ќе покажат како се користат компетенциите за учење од 21 век за да им се дадат на учениците вештини, знаење и, најважно, вредности што ќе ги подготват за овој брзо менувачки свет.

Зборот „образование“ е изведен од латинскиот „educare“. Тоа значи „да се извлече“. OVEP е за „извлекување“ и градење на вредностите на олимпизмот - не е за наметнување на ригидни конструкции.

## ПРЕПОЗНАВАЊЕ НА МОЖНОСТИТЕ И ПРЕДИЗВИЦИТЕ НА ЦЕНТАРОТ ЗА УЧЕЊЕ

Ефективното користење на овој ресурс ќе биде обликувано не само од искуството и вештината на едукаторот, туку и од начинот на кој е обликуван според уникатните околности на центарот за учење. Некои центри за учење ќе имаат импресивни физички и образовни ресурси што ќе им овозможат целосно да имплементираат многу од предложените активности на OVEP. Други центри за учење може да имаат поограничени ресурси, како што се ограничен пристап до Wi-Fi или лошо адаптирани простори за учење. Нема лесни решенија за ограничувањата наметнати од лошите образовни установи.

Едукаторите долго време го извлекуваат најдоброто од тешките околности и ќе продолжат да го обезбедуваат најдоброто што можат со материјалите што ги имаат. Духот и намерата на OVEP нема да бидат намалени од хартија со слаб квалитет, недостаток на уметнички материјали или фактот дека учениците делат клупи.

## РЕФЕРЕНЦИ И ДОПОЛНИТЕЛНО ЧИТАЊЕ

- [Олимписко образование: предавање и учење олимпизам во програмата за физичко образование во средно училиште во Нов Зеланд](#). Универзитет во Кентербери, 2010 (пристапено август 2022 година).

# СЕКЦИЈА 03

## OVER И КОМПЕТЕНЦИИ ЗА УЧЕЊЕ ОД 21 ВЕК

Постојат многу патеки што едукаторите и студентите можат да ги користат за спроведување на OVER. Образовните патеки, како што е предложено на стр. 18 од Прирачникот за основни принципи, се движат од формални програми за високо образование, од кои некои ги нуди олимпиското движење, до интегрирани меѓукурукуларни пристапи што се користат во центрите за учење. Целите на овие патеки, и на многу други, се исти: да им се даде на учесниците во OVER збогатено искуство базирано на вредности што ќе му даде на олимпизмот лично значење во нивните животи и во животот на нивната заедница. Овој дел им дава на овие патеки образовна структура врз која OVER може да се имплементира како што одговара на околностите на секој едукатор (вид на центар за учење, достапност на ресурси итн.). Прво, ќе биде корисно да се обезбеди одредена позадина.

*„Образованието не е полнење кофа, туку палење оган.“*

Вилијам Батлер Јејтс



## ПРОМЕНА НА ПАРАДИГМИТЕ ВО НАСТАВАТА И УЧЕЊЕТО

Постојат многу теории за учење и безброј стратегии за настава кои се осмислени за да ги поддржат. Некои од по традиционалните образовни пристапи бараат учениците да бидат пасивни приматели на информации. Во овој поглед, обемот на учењето на ученикот е ограничен на длабочината и разбирањето на наставникот - во суштина, „учете што тие знаат“.

Овој директен пристап кон учењето се фокусира на содржината што е обезбедена и ги одразува преференциите или интересите на наставникот. Примери за директна настава вклучуваат предавања на час - само седите, слушате и снимате информации; и демонстративно учење - го гледате наставникот како извршува активност, а потоа ги следите пропишаните чекори. Во оваа методологија на директна настава, содржината е нешто што „ви е направено“, а не нешто што вие го избирате, врз основа на вашите интереси. Ефикасноста на OVEP со користење на овие методи е ограничена и не се препорачува.

OVEP ќе биде најефикасен кога учесниците активно ќе се вклучат во материјалот и ќе ги користат вештините за компетенции од 21 век за да ја истражат својата љубопитност, прашања и разбирања.

## КОМПЕТЕНЦИИ ЗА УЧЕЊЕ ОД 21 ВЕК

Образовната парадигма што моментално ги преобликува методологиите на учење и предавање е онаа на компетенциите од 21 век. Добрата практика во образованието сега се фокусира на персонализација на наставната програма, што вклучува дизајнирање на програмата околу интересите и личните стилови на учење на секој ученик. Клучните вештини што го поддржуваат овој пристап и кои се сметаат за суштински – основни компетенции – за учениците додека се движат кон работното место и во зрелоста сега вклучуваат:

- Креативност (инвентивно размислување) - Развивање стратегии за размислување кои носат уникатни решенија за сложени проблеми.
- Решавање проблеми - Анализирање на предизвици и работа (обично колаборативно) за наоѓање решенија.
- Критичко размислување - Користење стратегии за размислување за разбирање на природата на сложените проблеми и наоѓање инвентивни решенија.
- Соработка - Развивање на способноста за заедничка работа.
- Граѓанска писменост - Сложување со другите и давање придонес во вашата заедница.
- Комуникациски вештини - Препознавање на важноста на комуникацијата (користење на многу форми) за градење карактер и култура.
- Станување самоуправуван ученик - Учениците се охрабруваат да преземат одговорност за сопственото учење (наместо да ја префрлаат одговорноста директно на наставникот).

Јасно е дека овие вештини ќе се развијат само ако учениците активно се ангажираат со содржината. Овој пристап кон наставата центриран кон ученикот е во директен контраст со методологиите центрирани кон наставникот од минатото. Учениците сега се препознаваат како важни извори на информации и можат да ги користат своите искуства за да ја дизајнираат својата содржина за учење со персонализирана пристрасност.

## РЕФЕРЕНЦИ И ДОПОЛНИТЕЛНО ЧИТАЊЕ

- [Онлајн образовни ресурси](#), Олимписки музеј, МОК
- [Бател за деца](#). Партнерство за учење во 21 век, веб-страница (accessed August 2022).
- [УНЕСКО](#), Образовна, научна и културна организација на Обединетите нации, веб-страница.
- [Sportanddev](#), веб-страница, (пристапено август 2022).
- [Комплет за олимписки вредности и симболи](#), Меѓународен олимписки комитет

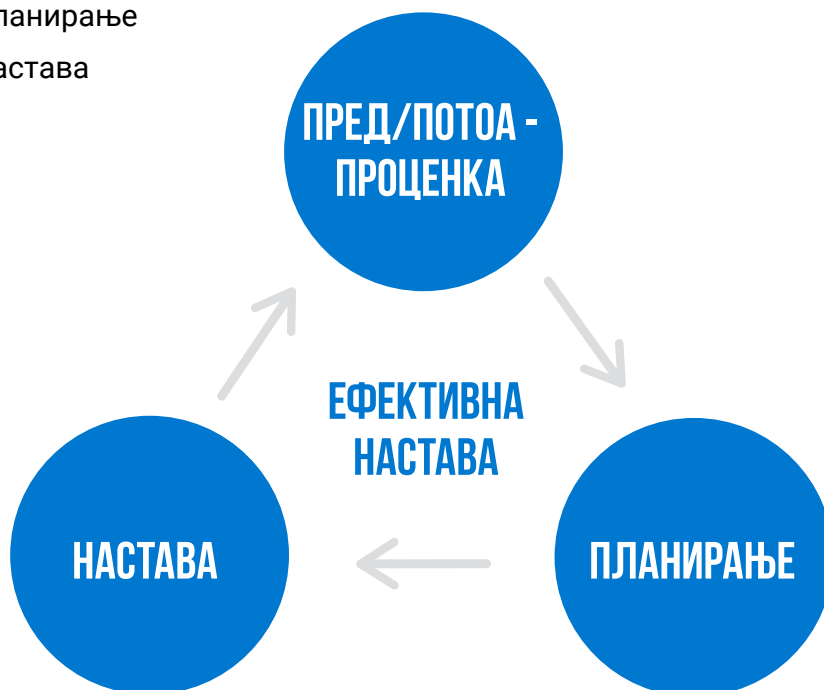
# СЕКЦИЈА 04

## ЦИКЛУСОТ НА НАСТАВА И УЧЕЊЕ

Оваа секција ќе обезбеди рамка - циклусот на настава и учење - што едукаторите можат да ја користат за да ја поддржат имплементацијата на OVEP. После ова, едукаторите ќе можат да научат различни стратегии што ја поддржуваат имплементацијата на OVEP користејќи компетенции од 21 век.

Циклусот на настава и учење се состои од три клучни елементи:

- Проценка
- Планирање
- Настава



## „Целта, без план, е само желба“

Антоан де Сент-Егзипери

### ПРЕД-ПРОЦЕНКА

Добриот едукатор не влегува во средина за учење и само почнува да предава. Со овој старомоден пристап, гледиштето беше дека ако предавате нешто за кое мислите дека е интересно, можеби ќе ангажирате некои ученици, а тоа е најдоброто на што можете да се надевате. Учениците очекуваат и заслужуваат подобро. Циклусот на предавање и учење нуди структура што му помага на едукаторот да дизајнира лекции и активности што ќе ги поддржат сите ученици. Претходната проценка е од суштинско значење бидејќи му помага на едукаторот да ги разбере профилите на учење на учениците. Оваа претходна проценка треба да се заврши од две различни перспективи: онаа на едукаторот и онаа на ученикот/учениците..

Прашањата/собирањето податоци од страна на едукаторот за претходна проценка може да вклучуваат:

- Колкав е возрасниот/половиот/културниот состав на учениците?
- Кои информации за оценување се веќе достапни? Разговарајте со претходните едукатори и откријте како учениците учат, соработуваат, доживуваат тешкотии итн.
- Прочитајте ги извештаите на учениците. Погледнете примери за работа што учениците веќе ја завршиле.
- Кои методи на настава ги ангажираа учениците и ги инспирираа да работат напорно?
- Како претходниот едукатор ја збогати програмата или ја прилагоди за да ги задоволи потребите на различните ученици?
- Кои се индивидуалните силни страни/потреби за учење на секој ученик?
- Дали им е потребна дополнителна работа за да го зајакнат своето разбирање или се подготвени да преминат на попредизвикувачки концепти?
- Претходната проценка/собирањето податоци од учениците може да вклучува:
  - Кои аспекти на OVEP нè интересираат?
  - Што веќе знаеме?
  - Што би сакале да знаеме?
  - Кои спортски искуства би сакале да ги испробаме?
  - Како сакаме да го изразиме нашето знаење

Овие информации се користат за да се информираат одлуките на едукаторот во следната фаза од циклусот на настава и учење.

### ПЛАНИРАЊЕ

Изборот на соодветна содржина и планирањето ангажирачки активности во OVEP може да имаат корист од употребата на принципот наречен „Разбирање преку дизајн (UBD)“. Тука едукаторот го започнува своето планирање со разгледување на вештините, знаењата и искуствата што учениците ќе ги имаат на крајот од проектот. „Почнувајќи со целта на ум“ е слоган што ќе му помогне на едукаторот да ги избере стратегиите за настава и да размисли како и кога да ги користи.

Како спортист кој се подготвува за врвен настап на Олимписките игри, OVEP е најефикасен кога е планиран и испорачан со специфични цели. Овие цели може да се движат од краткорочни - специфичните цели на учење на часот - до среднорочни - учениците да истражуваат образовна тема за олимпизмот - до долгорочна цел - спроведување на OVEP на начин што гради вредности и постојано ги изложува учениците на олимпизмот година по година. Типично, едукаторите ќе започнат со краткорочни и среднорочни цели и ќе ја проценат ефективностата и популарноста на програмата кај учениците.

Планирањето на темпото на програмата или активноста (на пр., недела со олимписка тематика наспроти час секоја недела во текот на еден месец) е важно бидејќи ќе биде комбинирано со сите други образовни барања што едукаторот е должен да ги исполни.

Добриот едукатор препознава дека учениците имаат многу различни стилови на учење, различни интереси и лични преференции во однос на тоа како го демонстрираат своето учење. Планирањето и почитувањето на овие разлики ќе бара од едукаторот да ги земе предвид и следниве работи:

- Прилагодувања - Како да се предава истата содржина, но да се прилагодат резултатите за ученик со различни способности. Едукаторот може да ги промени аспектите на средината за учење или да користи различна опрема, но сепак ќе ја предава истата содржина како и за другите ученици.
- Модификации - Како да се промени програмата за ученикот да може автентично да комуницира со материјалот. Дали е потребна посебна опрема или посебна стратегија за настава за да се олесни учењето на учениците? Дали постојат специфични средини за учење за кои активноста е најсоодветна? На пример, дали учениците најдобро ќе ги научат концептите преку искуствено образование на отворено или во дискусии во мали групи?

Податоците од претходната проценка (т.е. како учат учениците) и процесот на планирање (што ќе ги научите) ќе го насочат едукаторот кон специфични стратегии за настава. Следниот дел опфаќа неколку такви методи - иако во никој случај не е сеопфатен список, бидејќи педагогијата варира во различни региони, култури и традиции.

Пред да ги разгледаме овие методи, важно е да се препознае дека овие стратегии за настава не можат да бидат ефикасни ако се применуваат на случаен, расфрлан пристап. Ефективноста на едукаторот се зголемува кога учењето е поткрепено со структура доволно флексибилна за да ги задоволи потребите на сите ученици.

## ПРОЦЕНКА НА УЧЕЊЕТО ОД ПРЕТХОДНИОТ ЧАС

Едукаторот може да избере да го започне часот со проценка на разбирањето на ученикот за претходниот концепт. Очигледно, овој чекор се прескокнува ако сè е ново. Еден сè попопуларен метод на предавање е „Превртена училница“. Во овој метод, на учениците однапред им се дава содржината на часот. Кога ќе пристигнат во училницата/средината за учење, треба да ја дискутираат содржината, да работат на задачи што го продлабочуваат разбирањето, да полагаат тестови или да добијат помош со тешки концепти.

## ЗАПОЗНАВАЊЕ СО НОВА СОДРЖИНА

Едукаторот ги користи податоците од претходната проценка за да воведеш вештини и концепти на начин што ја препознава разновидноста на стиловите на учење и интересите на учениците. Современите стратегии за предавање ја намалуваат улогата на едукаторот како „мудрец на сцената“ и го зголемуваат капацитетот на ученикот да ги споделува своите знаења и искуства. Учениците се охрабруваат да преземат лидерски улоги, збогатувајќи го сопственото разбирање и поддржувајќи го учењето на другите.

## ОЛЕСНЕТА ПРАКТИКА

Едукаторот ја презема улогата на фасилитатор на учењето. Во овој капацитет, ученикот е воден да истражува и да го продлабочи своето разбирање на материјалот. Едукаторот може да дава предлози, но на крајот, ученикот развива чувство на „сопственост“ на своето учење, наместо да меморира факти за кои наставникот смета дека се важни.

## ПОВРАТНИ ИНФОРМАЦИИ (ФИДБЕК)

Моделот „РАСТЕЊЕ“ (развиен од Сер Џон Витмор) често се користи за да се опишат елементите на повратни информации.

- **Цел**  
Едукаторот започнува разговор со ученикот прашувајќи: „Која беше вашата цел во оваа задача? Дали ја постигнавте? Кои прашања/проблеми ги идентификувате со вашата работа/разбирање?“ Целта е ученикот да развие вештини за саморефлексија.
- **Реалност**  
Понекогаш учениците не ја оценуваат прецизно својата работа или перформанси (оттука и потребата од повратни информации). Во овој елемент, едукаторот ги споделува со ученикот аспектите на работата што ги сметал за позитивни. Потоа едукаторот дава предлози што би можеле да го зајакнат разбирањето или да ги подобрат перформансите. Важно е да се напомене дека афирмативните фрази како што се „добра работа“ или „добро завршено“ погрешно се толкуваат од некои едукатори како повратни информации. Ваквите фрази - иако се добронамерни - не пренесуваат информации што му овозможуваат на ученикот да препознае или идентификува силни страни и области за подобрување..
- **Опции**  
Едукаторот го поттикнува или го прашува ученикот да истражи други можности со оваа задача. „Што би можел да направиш поинаку? Кои можности постојат што ќе го продлабочат твоето разбирање?“
- **Волја (или пат напред)**  
Овој елемент го поттикнува ученикот да размисли како ќе се движи напред. Ученикот размислува за своето учење и се обидува да идентификува (самооценува) области за подобрување.

## САМОСТОЈНО ВЕЖБАЊЕ

Едукаторот го охрабрува ученикот да вежба и да го развива своето учење надвор од контекстот на средината за учење.

## ПРИМЕРИ ЗА ОЦЕНУВАЊЕ

### ОЦЕНУВАЊЕ ФОКУСИРАНО НА ПЕРФОРМАНСИТЕ

Ученикот ја прикажува својата работа и добива повратни информации од едукатори, родители, врсници итн. Овие прикази можат да вклучуваат претстави, песни, поеми итн., додека повратните информации можат да бидат писмени или усни

### ОЦЕНУВАЊЕ ФОКУСИРАНО НА ИСПИТИ

Едукаторот користи тестови (формативни), квизови, сумативни испити и тестови изработени од врсници за да ја утврди длабочината на разбирањето.

### САМООЦЕНУВАЊЕ

Ученикот размислува за својата работа. Ги разгледува своите почетни цели и ги поврзува резултатите од своите напори со овие цели. Оваа рефлексija може да се изрази преку писмени дела, снимени интервјуа или монолози. Презентацијата на работата во портфолија - особено електронски - станува сè попопуларна.

### МЕЃУСЕБНО ОЦЕНУВАЊЕ СО СОУЧЕНИЦИ

Учениците бараат повратни информации од нивните соученици. Една стратегија е „Три ѕвезди и една желба“. Тука врсникот ја започнува својата повратна информација со три многу позитивни коментари за работата што ја оценува. Потоа го следат со „Желба“ - коментар што ќе му помогне на ученикот дополнително да ја зајакне својата работа.

### ПРОЦЕНКА ФОКУСИРАНА НА КОНФЕРЕНЦИИ

Едукаторот организира состаноци на кои студентот дискутира за својата работа и добива повратни информации од заинтересирани страни. Овие понекогаш се нарекуваат „конференции предводени од студенти“ и се моќен начин да им се помогне на студентите да се гордеат со својата работа, а исто така да се чувствуваат поврзани со оние кои им даваат повратни информации.

### ПРОЦЕНКА БАЗИРАНА НА КРИТЕРИУМИ

Едукаторот создава рубрики кои ги поврзуваат специфичните барања со одреден број. Така, студентот може да се самооценува и да собира информации за областите во кои неговата работа или разбирање треба да се зајакне.



## ПОСТ-ОЦЕНУВАЊЕ

Последниот дел од циклусот на настава и учење е повторно разгледување на оценувањето, иако треба да се наведе дека оценувањето може да се одвива во кое било време во текот на една единица, тема или проект, а не само на неговиот крај. Како и кај педагогијата, постојат безброј методи што еден едукатор може да ги користи за да го процени учењето на учениците и да се осигури дека едукаторот ги користи методите „како алатка за раст, а не како средство за посочување на грешки“ (Томлинсон, 1999, p10).

## ЦИКЛУСОТ ПОТОА СЕ ПОВТОРУВА

Едукаторот ги користи податоците од проценката за да го планира следниот час и следната тематска единица, и го прави тоа знаејќи дека материјалот е избран и испорачан на начин што е предизвикувачки и ги почитува уникатните потреби на ученикот.

## ПРОЦЕНКА, СЛЕДЕЊЕ И ЕВАЛУАЦИЈА НА ФИЗИЧКИ АКТИВНИ OVER-И

Проценката се користи во специфични часови за да ги насочи одлуките и активностите на инструкторите за најдобра поддршка на искуствата и учењето на младите луѓе. Мониторингот се состои од анализа на најмалку неколку проценки со цел да се идентификува што треба да се подобри или што е успешно за програмата да ги задржи своите силни страни. Проценката се користи по завршувањето на програмата за да се утврди нејзината ефикасност, да се идентификуваат областите за раст и да се утврди дали инструкторите биле ефикасни.

Планот на програмата дава водич за спроведување на програмата, врз основа на најдобрите информации што ги има инструкторот пред спроведувањето на програмата. Кога програмата се одвива, можно е да се појават непредвидливи услови или однесувања што ќе го отежнат завршувањето на програмата според планот. На пример, можеби односот млади-инструктор бил превисок, а програмата не ги исполнувала целите поради овој висок однос. Инструкторот ќе мора да ја измени програмата за да ги задоволи потребите на своите учесници и да ги постигне целокупните цели на програмата со барање дополнителни инструктори и/или подучување на млади во подгрупи за време на активностите.

## ПРОЦЕНКА И МОНИТОРИНГ

Оценувањето е метод на собирање информации со цел насочување на идната настава. Инструктор кој проценува дали учесниците ги учат клучните теми на програмата ќе користи техника за да истражи кои концепти можеби ќе треба да се преиспитаат или да се предаваат на друг начин, или кои концепти ги разбираат младите. Оценувањето може да биде формално (на пр. писмени одговори од учесниците за содржината) или неформално (на пр. набљудување, усни одговори на прашања). Може да биде формативно/континуирано или може да биде сумативно/да се случи на крајот од искуството.



### ПРОЦЕНКА

Следниве се примери за различни видови на проценка:

- Влезни ливчиња/влезници - Поставувајте прашања додека учесниците влегуваат и започнуваат лекција.
- Излезни ливчиња/влезници - Поставувајте прашања додека учесниците влегуваат и завршуваат лекција.
- Спојување во парови и споделување – Побарајте од учесниците да најдат партнер и секој од нив да го сподели својот одговор на прашање поставено од фасилитаторот за тоа што научиле од програмата досега. Инструкторите можат да шетаат низ просторот и да го слушаат споделувањето за да утврдат дали учесниците ги разбрале концептите или не.
- Набљудување – Фасилитаторот или инструкторот ги набљудува вештините или однесувањето на учесниците и утврдува дали се постигнува напредок кон целите на програмата. Врз основа на овие повратни информации, фасилитаторот или инструкторот може да даде повратни информации што ќе им помогнат на младите да се подобрат врз основа на овие набљудувања.

### МОНИТОРИНГ

Мониторингот е кога фасилитатор или инструктор се повлекува од индивидуалните сесии и ги анализира одговорите од проценката со текот на времето за да утврди области каде што е потребно подобрување и да идентификува што функционира добро.

Мониторингот има неколку цели:

- Да се прилагоди текот на физички активната програма OVEP, така што тие ќе бидат оптимизирани за постигнување на целите и задачите. На пример, ако учесниците не се ангажирани, мониторингот ќе ги информира фасилитаторите и инструкторите да се обидат да го достават материјалот преку различни инструктивни стратегии.
- Да им помогне на идните учесници во работилницата „Обука на инструкторот“ да ги информираат физички активните програми OVEP. На пример, можеби пет сесии не беа соодветни за да се постигнат планираните цели, па затоа идните програми можеби ќе треба да дозволат повеќе сесии.
- Одговорност на фасилитаторите и инструкторите за постигнување на нивните цели и задачи. На пример, ако инструкторот има видливо разбирање на темите на OVEP како цел за неговите програмски сесии, но не ги набљудува темите во акција за време на програмските сесии, можеби не ги исполнува своите цели. Ова ќе им помогне ним, или на другите, да препознаат слабост во испораката на нивната програма и да преземат мерки за нејзино подобрување.

Техниките за оценување кои се фокусираат на оценување за учење поддржуваат добри педагошки практики. Подолу се дадени примери и за традиционални и за позитивни практики за оценување. Физички активните OVEP бараат позитивни практики за оценување.

#### ТРАДИЦИОНАЛНИ ПРАКТИКИ ЗА ОЦЕНУВАЊЕ

Проценката на вештините се одвива изолирано од игри, танци или рутини.

Формалното оценување, како што е писмен тест, често одзема многу време и го намалува времето за физичка активност.

Проценките вклучуваат пишување и самостојно работење.

Проценка на меморирање или што ученикот знае или може да идентификува.

Поставете задачи така што младите луѓе имаат можност да вежбаат.

#### ПРАКТИКИ ЗА ПОЗИТИВНО ОЦЕНУВАЊЕ

Проценката на вештините се одвива во реални искуства, како што се игри, танцова изведба или гимнастичка рутина.

Проценката е често неформална и се одвива на континуиран начин во реални услови, така што на учесниците може да им се дадат повратни информации специфични за вештините, бидејќи се физички активни.

Проценките може да вклучуваат пишување и самостојно работење, но исто така вклучуваат набљудување, дискусија и групни епизоди со прашања и одговори.

Проценка како информациите можат да се применат и пренесат од ученикот.

Поставете задачи така што само неколку млади имаат можност да вежбаат истовремено, а остатокот од времето ги набљудуваат другите.

## ЕВАЛУАЦИЈА

За да се утврди ефективноста на OVEP за физичка активност, евалуацијата треба да открие дали младите луѓе:

- имале повеќе можности да бидат физички активни отколку пред програмата;
- ги разбираат петте олимписки образовни теми; и
- да разберат како да ги применат, и доколку ги применуваат, петте олимписки образовни теми во своите животи, и во рамките на програмата и надвор од неа.

Пред да ги развиете процедурите за евалуација на програмата, ве молиме земете ги предвид овие правила што треба и не треба да се прават во врска со евалуациите на програмите за физички активни млади луѓе.

ШТО ДА ПРАВИТЕ?	ШТО ДА НЕ ПРАВИТЕ?
Користете ја евалуацијата на програмата како начин да утврдите дали програмата ги исполнила своите цели или не.	Користете ја евалуацијата на програмата само како начин да ја презентирате програмата на позитивен начин.
Користете ги резултатите од евалуацијата на програмата за да направите потребни промени за подобрување.	Сфатете ги резултатите лично или чувствувајте се дека програмата нема иднина ако евалуацијата покаже дека програмата не ги исполнила сите свои резултати.
Запознајте се со методите за евалуација на програмата во полето за позитивен развој на младите (PYD) и разгледајте ги овие мерки за физички активниот OVEP. Забележете дека примери за преглед се дадени во овој дел.	Брзо развијте формулар за евалуација и не дозволувајте да го прегледаат колегите.
Размислете за групата што се оценува и направете ги сите потребни прилагодувања за да им се овозможи да ја завршат евалуацијата (на пр., преведете формулар(и) за евалуација, доколку е потребно).	Изберете луѓе да учествуваат во евалуацијата на пристрасен начин или за да се обезбеди одреден резултат.
Стратешки користете ги податоците за евалуација на програмата за да оправдате или да го изнесете случајот за финансирање и/или партнерства за испорака на програмата.	Занемарете ги негативните или критичките повратни информации кога ги презентирате резултатите на финансиерите. Тие често сакаат да знаат како работите можат да се подобрат и како можат да помогнат во подобрувањето.
Размислете за различни извори на податоци за евалуација, вклучувајќи реакција/повратни информации од учесниците, набљудување од инструктори и анкети на учесниците или формулари за повратни информации, рангирање или оценување.	Собирајте само квантитативни податоци (броеви). Зборовите или искуствата на учесниците, анегдотите или приказните (квалитативни податоци) можат да бидат моќни алатки за охрабрување на идните финансиери или партнери да бидат дел од програмата.
Доколку користите алатки за набљудување, вклучете дел во кој набљудувачот може да даде зборови за да го илустрира контекстот на набљудувањето.	Собирајте податоци без информации за учесниците или контекстот во кој учествуваат во програмата. Иако информациите треба да се собираат без имиња, за да се обезбеди приватност, важно е да се соберат и други информации (на пр. возраст, број на посетени сесии, мајчин јазик ако се разликува од јазикот на кој е одржан OVEP).
Кажете им на учесниците за што ќе се користат податоците.	Објавете ги податоците или имињата на оние кои ги завршиле евалуациите без нивна дозвола.
Споделете ги вашите резултати од евалуацијата со учесниците.	Зачувајте ги податоците за себе.

# СЕКЦИЈА 05

## МЕТОДИ НА НАСТАВА КОИ ЈА ПОМАГААТ ИМПЛЕМЕНТАЦИЈАТА НА OVER

Како и многу други области на студии, методите на настава - педагогијата - имаат свој дел од жаргон и терминологија. Некои од термините може лесно да се разберат, на пр. „цели на учење“ или „дискусиони групи“. Но, други термини, на пр. „диференцијација“, „скеле“ или „компактиране“ можеби не се толку широко признати. Една од задачите на едукаторот е да примени методологии на настава што го промовираат OVER без потпирање на технички јазик за поддршка. Прагматизмот е најефикасен кога има едноставен јазик како основа - наставата не мора да биде премногу комплицирана за да биде ефективна! Овој дел ги разгледува методите на настава што можат да го развијат OVER користејќи компетенции за учење од 21 век и други методологии што градат врз постојното знаење и го поддржуваат ученикот.



## МЕТОДИ НА ПРЕДАВАЊЕ, КОМПЕТЕНЦИИ ЗА УЧЕЊЕ ОД 21 ВЕК И OVER

### КРЕАТИВНОСТ

Генерирањето нови идеи или решенија е важна вештина што е вклучена во OVER.

Може да се користат следниве методи:

- Предводено или отворено истражување – Ова може да биде индивидуален или колаборативен процес што ги охрабрува учениците да бидат свои истражувачи на знаењето и разбирањето. Постојат неколку начини на кои ова може да се направи:
- Предводено истражување – Наставникот поставува прашање, ученикот/учениците потоа ги избираат процесите за истражување, а потоа ги соопштуваат своите наоди.
- Отворено истражување – Учениците ги избираат своите прашања, методи на истражување и методи на соопштување на своите резултати и откритија.
- Размислувај – поврзувај – предизвикувај – изразувај – Едукаторот го води ученикот да го процени проблемот и да го поврзе со нивното моментално разбирање, пред да го предизвика и конечно да го изрази своето ново разбирање.
- Драмата се цени како моќен начин за провоцирање на мислата, споделување идеи и инспирација за нови начини на гледање на проблемите. Драмата се користи во некои од овие активности на OVER за да ги оживее прашањата што произлегуваат од олимписмот и да обезбеди забавен начин учениците да се поврзат со овој материјал.
- Играње улоги – Учениците истражуваат ликови од олимписки приказна, а потоа ја глумат. Потоа разгледуваат и дискутираат за прашања.
- Критичко размислување – Наместо да биде една вештина, критичкото размислување е збир од различни мисловни процеси: анализа на информации, синтетизирање во некое лично значење и формирање проценка за оваа нова информација. Ова е важна вештина во OVER бидејќи му помага на ученикот да го развие сопственото разбирање, наместо тоа да му го даде едукатор.
- Метакогниција – Во оваа техника, учениците се охрабруваат
- да го анализираат својот процес на размислување – што им кажува тоа? Дали размислувањето открива пристрасност или длабочина? Дали поттикнува или бара дополнителни прашања за да се добие поголема јасност? Овој метод е најсоодветен за напредни мислителите – не за оние кои сè уште се на конкретно-секвенцијално ниво (т.е. мали деца)

### РЕШАВАЊЕ ПРОБЛЕМИ

Ако сакаме учениците да развијат свои идеи за образование базирано на вредности, ќе треба да им ги дадеме вештините да размислуваат самостојно. Способноста за решавање проблеми и нејзината придружна вештина, критичкото размислување, ќе помогнат во овој процес.

- Учење со вртелешка - Ова е активност за размена на идеи. Едукаторот поставува прашање - може да има неколку делови - и го запишува на неколку листови хартија. Тие се залепени на сидовите. Учениците се ротираат од хартија на хартија. Тие го разгледуваат прашањето на хартијата, размислуваат, а потоа ги запишуваат своите одговори. Потоа преминуваат на следниот лист. На крајот, листовите се симнуваат и се проучуваат за шеми и теми за дискусија. Овој метод може да го активира претходното знаење на ученикот и да предизвика нови насоки на истражување. Исто така, им овозможува на помалку самоуверените и отворени членови на класот да дадат промислени придонеси.
- Учење со сложувалка – Во овој метод, учениците се поделени во групи и учат различен дел од еден проблем. Потоа се собираат, ги споделуваат своите идеи и го составуваат своето решение за проблемот. Тоа е силен метод за промовирање на соработка. Ако едно парче од сложувалката доминира над останатото – исто како сложувалка – нема да функционира. Парчињата мора да се вклопат.
- Работење наназад – Ова е единствена стратегија за настава каде што учениците ја започнуваат својата работа на завршната точка. Потоа учениците треба да ги одредат претходните чекори што помогнале да се достигне оваа точка.
- Структурирано истражување – Наставникот поставува прашање и очекува конкретни резултати од истражувањето. Клучниот аспект на овој пристап е учениците да развијат аналитичко и рефлексивно размислување.

### КРИТИЧКО РАЗМИСЛУВАЊЕ

Методите на предавање што ќе ја развијат оваа вештина вклучуваат метакогниција, учење со вртелешка, сложувалка, работа наназад и структурирано истражување. Исто така:

- Прашања и одговори – Овој метод се потпира на вештината на едукаторот да поставува прашања што го истражуваат разбирањето на ученикот, а потоа да ги предизвика со дополнителни прашања врз основа на нивните одговори. Овој пристап им дава можност на учениците да прават предвидувања и да обезбедат расудување кое пак ќе биде предизвикано за јачина или точност.
- Панел дискусија – Модератор (едукатор или студент) се избира за да постави прашања на група луѓе (можеби студенти или експерти). Форматот за одговорите на панелот може да варира. Модераторот може да постави прашање до одреден член на панелот или да ги постави истите прашања до сите членови. По одредено време одговарајќи на прашањето (без прекини) другите членови на панелот можат да коментираат за одговорите.

## СОРАБОТКА

Ова е процес што го олеснува учењето преку внесување на вештините, знаењето и искуството од другите и нивно вклучување во вашето сопствено учење. Многу од активностите во комплетот алатки на OVEP користат вештини за соработка во наставата.

- **Круг на споделување** – Во овој метод на учење, учениците се ставаат во круг и им се дава еден проблем на кој треба да работат. Секој во кругот размислува за проблемот – обично прашање со отворен одговор, предизвикувачко прашање. Потоа, снимачот ќе ги транскрибира одговорите и придонесите на секое лице во кругот. По собирањето на сите влезни информации, запишувачот ги сумира одговорите и ова води кон понатамошна дискусија.
- **Тркалезна маса** – Во оваа стратегија, едукатор пишува прашање (или неколку прашања) на парче хартија. Учениците пишуваат одговори или предлагаат идеи, а потоа го предаваат трудот на следниот член од групата. Ова е корисен начин за генерирање идеи, но исто така е и средство за едукаторот да го процени нивото на разбирање на групата.
- **Панел дискусија** – Модератор (едукатор или студент) се избира за да постави прашања на група луѓе (можеби студенти или експерти). Форматот за одговорите на панелот може да варира. Модераторот може да постави проблем на одреден член на панелот или да им постави исти прашања на сите членови. По одредено време за одговарање на прашањето (без прекини), другите членови на панелот можат да коментираат за одговорите.
- **Настава со соученици** – Истражувањата постојано покажуваат дека дозволувањето на учениците да се учат едни со други има длабоко влијание врз успехот во учењето и на ученикот и на наставникот. Ова е особено моќно за учениците кои го сметаат материјалот за предизвикувачки. Имањето врсна наставничка му помага на ученикот во развој да се поврзе и со материјалот и со своите врсници на значајни начини.

## ГРАЃАНСКА ПИСМЕНОСТ

- Развивањето на лидерски вештини и чувството за граѓанска одговорност (волонтерство) ја олеснува примената на вредностите на OVEP.
- И учениците и едукаторите, преку сопствен пример, имаат важна улога во зацврстувањето и поттикнувањето на овие вештини.

## КОМУНИКАЦИСКИ ВЕШТИНИ

Вредностите на OVEP можат да се развиваат преку многу форми на медиуми. Информатичко-комуникациската технологија (позната како ИКТ) нуди софистицирани алатки за споделување на учење, пренесување пораки, соработка, решавање проблеми и креирање. Некои од овие алатки се широко користени од младите луѓе: Фејсбук, блогови, влогови, Prezi и PowerPoint.

- **Блогови** - Учениците со пристап до интернет можат да пишуваат за своите искуства со OVEP, а потоа да ги објавуваат онлајн. Блогот е како дневник и може да земе кој било стил на пишување што сметате дека одговара на вашата цел.

Можеби ќе сакате да пишувате убедливо, да изразувате мислења или да ги славите успехите на другите. Може да биде што и да сакате да биде. Некои блогови се напишани за публика од следбеници, додека други може да бидат само за радост од лично изразување. Постојат многу ресурси за блогирање достапни онлајн, а тие лесно може да се пронајдат преку пребарувачите.

Бидејќи некои студенти можеби немаат пристап до овие алатки или пристап до интернет, може да се користат и по традиционални алатки за комуникација:

- **Дневници** – Учениците се охрабруваат да водат дневник додека ги обработуваат овие активности на OVEP. Тој може да ги евидентира нивните мисли и да ги обликува нивните идеи за теми што бараат дебата и мислење. Тие можат да станат моќна архива на развивањето на чувството за карактер на ученикот.
- **Дневници за одговори** – Ученикот ги користи за да ги запише своите мисли (со текот на времето) на прашање. На пример, едукаторот може да постави прашање: „Дали OVEP може да го промени карактерот на ученикот?“ Додека ученикот учествува во активностите на OVEP, ќе може да прави записи во дневник како одговор на ова прашање.
- **Кругови за литература** – Ова е одличен начин да се соберат идеите на учениците за темите на OVEP. Учениците се сместуваат во (или избираат) мали групи. Им се дава текст за читање, а потоа се дискутира за неговата содржина. Тие можат да известат пред поголемата група за разговорите и мислењата што биле изразени. Овие кругови за литература можат да се користат за проучување книги, како и за пократки пишани дела.

## САМОСТОЈНО УЧЕЊЕ

- **Учење базирано на проекти (PBL)** – Учениците се охрабруваат да изберат прашање што ќе го води нивното учење за одреденото времетраење на задачата или проектот. OVEP и PBL се природно вклопуваат бидејќи учениците можат да изберат една или повеќе образовни теми, а потоа да истражуваат аспекти што одговараат на нивните интереси. Пристапот PBL ќе им овозможи на учениците да изберат како ќе го презентираат она што го научиле. Учениците го истражуваат своето размислување околу ова прашање и избираат начини на кои би сакале да го изразат она што го научиле. Ова не е наменето да биде брз процес, туку е нешто што може да трае со недели, па дури и месеци. Пример за прашање за учење базирано на проекти што користи материјал од OVEP може да биде: „Олимпизмот ги трансформира општествата. Што значи ова за вас и вашата заедница?“
- **Студија на случај** – Учениците можат да одлучат да продолжат со детална, фокусирана студија за одреден аспект на OVEP. Методите за демонстрирање на нивното учење – во согласност со персонализиран пристап – треба да ги одлучи ученикот.
- **Табла за избор** – Едукаторот пишува опции за учење на табла што се поврзуваат со целта на часот. Ученикот избира која активност е најсоодветна за неговиот стил на учење и моменталните интереси. Исто така, му дава на ученикот избор за тоа како сака да го демонстрира своето учење.
- **Станици за учење** - Едукаторот создава серија станици со активности што се поврзуваат со темата на часот. Едукаторот може да им дозволи на учениците сами да го насочуваат своето движење од една станица до друга или да ги насочува според потребите.

## МЕТОДИ НА ПРЕДАВАЊЕ КОИ ГРАДАТ ИЛИ ПОДДРЖУВААТ ПОСТОЕЧКО ЗНАЕЊЕ

### Скеле

Ова е техника со која едукаторот ја дели задачата на помали, полесни за управување делови и го поддржува ученикот сè додека не биде подготвен за посложени делови.

### Компактност

Едукаторот ги користи податоците од претходната проценка за да утврди дали е потребно ученикот да работи на одреден дел од задачата.

Доколку ученикот веќе го совладал концептот, подготвен е да премине на нешто посложено и попредизвикувачко.

### Закотвување

Некои ученици ќе ја завршат работата брзо. Едукаторот може да обезбеди дополнителен материјал што се надоградува на концептот/учењето што им е доделено на останатите од класот.

## ПРЕДАВАЊЕ СО ПРИЛАГОДУВАЊЕ НА СОДРЖИНАТА НА OVER

### Прилагодувања

Едукаторот предава иста содржина за секој ученик и очекува исти резултати, но треба да им даде на учениците со различни способности повеќе време, или можеби различна опрема, за да им овозможи да го демонстрираат своето учење.

### Модификации

Едукаторот ја прилагодува содржината така што ученикот ќе комуницира со материјалот на начин што ги почитува неговите способности.

## ПРИЛАГОДУВАЊЕ НА ТЕМПОТО НА УЧЕЊЕ

Некои ученици се мотивирани да создаваат квалитетна работа кога им се дадени специфични временски рамки. Кај други ученици, ова ќе создаде вознемиреност и ќе го попречи нивното учење. Методите на настава што го прилагодуваат темпото (променливо, самостојно насочено, забрзано, забавено итн.) можат да се користат за поддршка на разновидноста на стиловите на учење.

## ОРГАНИЗИРАЊЕ НА УЧЕНИЦИТЕ

Постојат многу начини да ги организирате вашите ученици:

- Групирање на надарени деца заедно за да можат да го продлабочат своето учење заедно.
- Мешањето групи ученици со различни стилови на учење и различни потреби е покажано во истражувањата дека им користи на сите ученици.
- Случајното групирање спречува формирање клики за учење во средина за учење.
- Бихејвиорално групирање - Организирање на учениците на начин што им овозможува на оние кои се срамежливи или помалку гласни да имаат можност да споделуваат идеи (и да не бидат заплашени од поотворени поединци).

## УЧЕЊЕ ПРЕКУ ПРАВЕЊЕ

### Конструктивизам

Ова е метод - артикулиран од античкиот грчки филозоф Аристотел - кој верува дека учениците се поврзуваат на подлабок, позначаен начин кога активно се вклучуваат во материјалот, наместо да седат пасивно, примајќи факти. Активностите предложени во OVEP им овозможуваат на учениците да учат за олимпизмот преку правење, а не само слушање за него.

## УЧЕЊЕ ПРЕКУ ИСТРАЖУВАЊЕ

Ова може да биде индивидуален или колаборативен процес што ги охрабрува учениците да бидат свои истражувачи на знаењето и разбирањето. Постојат неколку начини на кои ова може да се направи:

- **Предводено истражување**  
Наставникот поставува прашање, ученикот/учениците потоа ги избираат процесите што ќе ги истражуваат, а потоа го соопштуваат она што го пронашле.
- **Структурирано истражување**  
Наставникот поставува прашање и очекува конкретни резултати од истражувањето. Клучниот аспект на овој пристап е учениците да развијат аналитичко и рефлексивно размислување.
- **Open-ended enquiry**  
Учениците ги избираат своите прашања и методи на истражување и методи на соопштување на своите резултати и откритија.
- **Сократово поставување прашања**  
Оваа античка стратегија, инспирирана од учењата на грчкиот филозоф Сократ, ја води едукаторот, кој ги предизвикува учениците да ги преиспитаат своите разбирања и да ги бранат своите мислења.

## УСНИ МЕТОДИ НА НАСТАВА

Некои култури користат усни методи на образование за да ги учат учениците. Раскажувањето приказни, употребата на аналогии и сократовското поставување прашања (користење прашања за истражување на подлабоко размислување за одредена тема) се примери за такви методи.

## ДИДАКТИЧКИ МЕТОДИ

Постојат култури каде што учениците најдобро учат преку строго пропишана инструкција - што значи дека државата диктира што ќе научат. Учениците обично добиваат информации од инструкторот, а нивното поставување прашања е ограничено на внимателно дефинирани параметри.

# СЕКЦИЈА 06

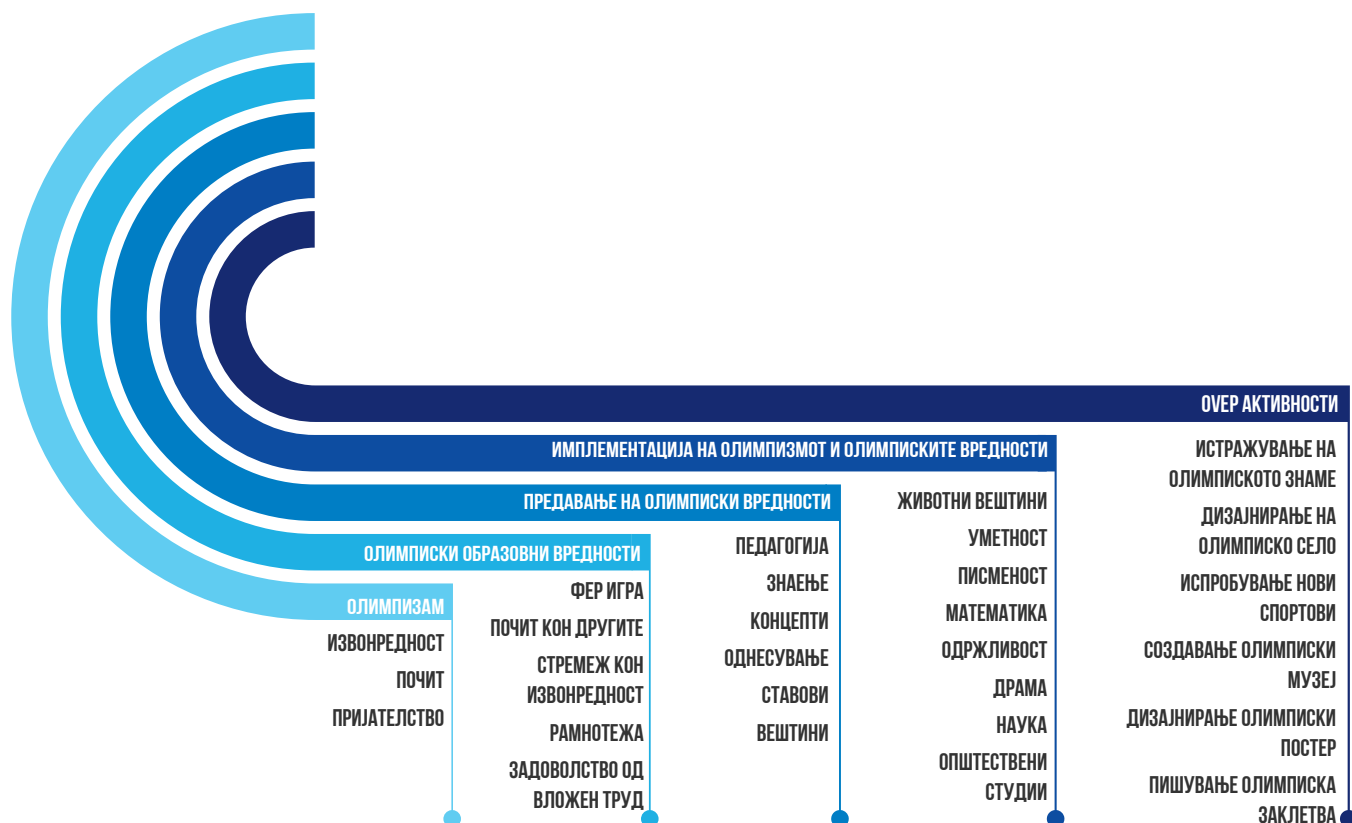
## ОЛИМПИСКА ОБРАЗОВНА ТЕМАТСКА НАСТАВА (РАБОТНИ ЕДИНИЦИ)

Прирачникот за основи обезбедува материјал за истражување, дискусија, размислување и активност. Спроведувањето на оваа работа така што е кохерентна и се усогласува со целите на учење на OVEP може да се постигне со користење на овие материјали на следниве начини:

- Ресурсите на OVEP се користат како самостојна активност.
- Ресурсите на OVEP се вклопуваат во други образовни проекти.
- Ресурсите на OVEP се целосно интегрирани во наставната програма, но се користат само за одреден период (на пр., за време на Олимписките игри).
- OVEP се спроведува како шема на работа со користење на учење базирано на проекти.
- Активностите на OVEP се спроведуваат по предметна област.
- Активностите на OVEP се спроведуваат со користење на олимписките образовни теми.



## ИМПЛЕМЕНТИРАЊЕ НА OVER



### РЕСУРСИТЕ НА OVER СЕ КОРИСТАТ КАКО САМОСТОЈНА АКТИВНОСТ

Едукаторот може да има само мала количина време или ограничени ресурси за OVER. Така, тој може да избере активности што одговараат на овие ограничувања и да ги предава на начин што сепак ќе им помогне да ги постигнат посакуваните резултати - на пр., инспирирајќи ги учениците да ги усвојат вредностите на олимписмот. Наставникот во училишница може да ги замоли учениците да размислат за прашање што поттикнува на размислување, а потоа да избере активност од Листовите со активности што им овозможува дополнително да ја истражат оваа работа.

Изберете начин да ги изразите вашите мисли и учење за ова прашање. Јасно е дека таков пристап се погодува и за многу подлабоко испитување користејќи повеќе активности.

Пример: Едукатор држи курс за животни вештини и сака учениците да размислат за начините на кои спортот и Олимписките игри можат да промовираат меѓународен мир и соработка. Едукаторот може да ги користи прашањата поставени на страница 49 од Прирачникот за основи - Јазикот на мирот - за да предизвика разговор и да ги развие мислите на учениците за ова прашање. Прирачникот за основи се користи во овој пример како ресурс за поддршка на одредена тема/можност за учење, наместо да се користи како целосна програма.

## РЕСУРСИТЕ НА ОВЕР СЕ ВКЛОПЕНИ ВО ДРУГИ ОБРАЗОВНИ ПРОЕКТИ ИЛИ КУРСЕВИ

Едукаторот може да избере да вклучи избран материјал за да дополни постоечки проект или работна единица.

Пример: Многу средини за учење учат „животни вештини“, а оваа единица ги опфаќа областите што учениците ги искусуваат додека развиваат здравје, сексуалност, развој на пријателства, социјални вештини, избор на начин на живот и вештини за донесување одлуки, меѓу другото. Темите за олимписко образование јасно се поврзуваат со многу аспекти на таквата програма. Едукатор одговорен за предавање на овие животни вештини би можел да избере активности на ОВЕР за да ја подобри сопствената програма.

## РЕСУРСИТЕ НА ОВЕР СЕЛЕКТИВНО СЕ ИНТЕГРИРАНИ ВО НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Образовните средини, како што се училиштата, се должни да го спроведат своето образование користејќи многу предмети: писменост, математика, наука, историја, уметност итн. Затоа, барањата за спроведување на широка наставна програма се предизвикувачки. Сепак, сè уште постојат можности за спроведување на програмата ОВЕР. Примери:

- програми за атлетско лидерство;
- курсеви за животни вештини;
- часови по физичко образование;
- домашно образование (т.е. време на настава во кое не се предава специфичен предмет);
- воннаставни клубови (т.е. се формира „Олимписки клуб“ за да го следи ОВЕР).

Многу од активностите даваат можности за едукаторот да го поврзе искуството на учениците со ОВЕР во специфични предметни области. Селективна интеграција на ОВЕР се случува кога оваа програма се користи само за одреден период (на пр. за време на Олимписките игри).

## РЕФЕРЕНЦИ И ДОПОЛНИТЕЛНО ЧИТАЊЕ

- [Движејќи се заедно: промовирање на психосоцијална благосостојба преку спорт и физичка активност](#), ICSSPE, Референтен центар за психосоцијална поддршка на Меѓународната федерација на друштвата на Црвениот крст и Црвената полумесечина, Швајцарска академија за развој и Технички универзитет во Минхен, PDF, 2014

## ОВЕР СЕ ИМПЛЕМЕНТИРА КАКО ШЕМА НА РАБОТА СО КОРИСТЕЊЕ НА УЧЕЊЕ БАЗИРАНО НА ПРОЕКТИ (PBL)

ОВЕР е најефикасен кога е континуиран, со вештини, знаења и искуства кои се градат од година во година. Еден пристап е едукаторот да дизајнира единици околу олимписките образовни теми и да ги користи ресурсите на ОВЕР за избор на активности. Предавањето на овој материјал во курсеви/училници кои се структурирани на распоредот на наставната програма би го обврзало едукаторот целосно да го имплементира, наспроти тоа да се смета за нешто друго што треба да се вметне во наставната програма.

Друг практичен метод на настава за имплементација на ОВЕР е користење на учење базирано на проекти (PBL). Учениците избираат отворено прашање кое предизвикува предизвикувачко и подлабоко размислување за темата. Откако ќе го разгледаат „водечкото прашање“, секој ученик може да избере аспект што особено ги интригира и мотивира да истражуваат и да искусуваат повеќе за темата. Овој пристап овозможува проектот да биде високо персонализиран и е привлечна методологија за ученици со многу различни стилови на учење, интереси и способности.

Пример за PBL за ученици во средно одделение (9-12) е: „Како политиката влијае на Олимписките игри?“ Користејќи го пристапот на истражување, едукаторот ќе побара одговори од учениците, а потоа ќе поттикне дополнителни прашања што ќе генерираат дополнителни прашања и одговори од учениците: „Дали земјите некогаш треба да го користат бојкотирањето на Олимписките игри како средство за давање политичка изјава? Како Олимпиското движење одговори на идеолошкиот раздор? Како политичките одлуки влијаеја врз доделувањето на наградите за Игрите? Како политичките очекувања влијаеја врз перформансите на Олимписките игри?“ Користејќи ги овие прашања и мислите на учениците како насоки, едукаторот и ученикот можат да изберат активности на ОВЕР што ќе им помогнат понатаму да ги истражат своите интереси и начини на демонстрирање на она што го научиле.

## РЕФЕРЕНЦИ И ДОПОЛНИТЕЛНО ЧИТАЊЕ

- [Меѓународен совет за спортска наука и физичко образование, Научни ресурси](#), ICSSPE, веб-страница (пристапено август 2022 година).
- [Игра за живот, Спорт Сингапур](#), веб-страница (пристапено август 2022 година)





# СЕКЦИЈА 07

## СПРОВЕДУВАЊЕ НА ФИЗИЧКИ АКТИВНИ OVER-И

Образованието и физичката активност се моќни начини за вклучување на децата и младите во реализација на нивниот потенцијал. Физички активните програми што се спроведуваат со добри практични наставни стратегии го олеснуваат социјалниот, емоционалниот и когнитивниот развој на децата и младите, промовираат академски достигнувања, ја зајакнуваат самодовербата и овозможуваат интегриран развој на умот и телото.<sup>1,2,3</sup>

Ве покануваме да дојдете на ова патување на учење и да го запалите глобалниот факел на олимпиското образование базирано на физички активни вредности!



## БЕЗБЕДНОСТ

За да се чувствуваат добредојдени и удобно поединците, важно е да се чувствуваат безбедно - физички и емоционално.

### СОВЕТ ЗА БЕЗБЕДНОСТ

### КАКО ДА СЕ ИМПЛЕМЕНТИРА СОВЕТ ЗА БЕЗБЕДНОСТ

#### Планирајте да се осигурате дека учесниците се чувствуваат удобно

- Информирајте ги учесниците каде се наоѓаат тоалетите.
- Информирајте ги учесниците за специфични паузи за исхрана.
- Побарајте од учесниците да ги слушаат своите тела за време на активните сесии и не ги принудувајте да бидат физички активни во случај да имаат повреда за која не сте свесни.
- Користете ја фразата „Ве поканувам да...“ за да се чувствуваат добредојдени да учествуваат, но исто така да не бидат под стрес или загрозени.
- Поканете ги да стојат или да се истегнат или да направат пауза секогаш кога е потребно.

#### Планирајте да се осигурате дека учесниците се физички безбедни

- Фасилитирајте или подучувајте додека го држите грбот свртен кон сидот.
- Фасицирајте или подучувајте додека ги држите очите насочени кон сите учесници.
- Идентификувајте ги природните или другите бариери во просторот за учење за да можат учесниците да ги избегнат.
- Следете ги локалните политики поврзани со одржувањето и стандардите на објектите и опремата.
- Охрабрете ги учесниците да демонстрираат соодветна и логична практика на проценка на ризикот, така што одлуките ќе се донесуваат врз основа на минимален ризик.
- Означете ги границите користејќи описни термини или со користење маркери како што се линии во земјата,
- конуси итн.
- Користете стил на директно/командно предавање (инструкторот зборува, учесниците слушаат) кога првично
- водите активности со поголем потенцијал за ризик, како што се стреличарство или гимнастика, за да воспоставите протокол за безбедност.
- Осигурајте се дека факторите на ризик и опасностите од животната средина се минимизирани и планирани како дел од кој било
- протокол за управување со ризик (на пр. заштита од сонце, дехидратација, хипотермија, алергии на инсекти).

#### Планирајте да се осигурате дека учесниците се емоционално безбедни

- Користете јазик што ги вклучува родовите аспекти, како што се „пријатели“ или „сите“, наместо „момци“.
- Осигурајте се дека правата и слободите утврдени во Олимписката повелба се обезбедени (на пр. раса, религија, сексуална ориентација).
- Охрабрете ги учесниците да поставуваат разјаснувачки прашања секогаш кога е потребно.
- Оддадете внимание на лицата со попреченост и обратете се до членовите на заедницата и поддржете ги со цел да ги задоволат нивните потреби.
- Поканете ги учесниците да ги споделат сите проблеми што може да се појават за време на обуката и поддржете ги во наоѓањето решение.

## ФИЗИЧКИ АКТИВНО УЧЕЊЕ

Програмите за физичко образование и физичка активност имаат потенцијал да дадат длабок придонес не само за развојот на фундаментални вештини за движење и физички компетенции, туку и за развојот на социјални вештини и однесувања, самодоверба и академски и когнитивен развој.<sup>4</sup>

Истражувањата покажуваат дека постои силна врска помеѓу учеството на младите во физичка активност и позитивните бихејвиорални и психосоцијални компетенции.<sup>5</sup>

Преку физичка активност, децата и младите учат или стекнуваат:

- почит кон телото - своето и туѓото;
- интегриран развој на умот и телото;
- самодоверба и самодоверба;
- социјален и когнитивен развој и академски достигнувања.

Препознавајќи го значајниот придонес што физичкото образование може да го даде во сите аспекти на учењето кај децата и младите, постои зголемена поддршка за пристапите за учење фокусирани на „образование преку физичкото“, наспроти само „образование на физичкото“. <sup>6</sup> Препознавањето на улогата што физичката активност ја игра во учењето на целото дете се совпаѓа со олимпиското размислување за хармонијата и рамнотежата помеѓу телото, волјата и умот.

## ПОЗИТИВЕН РАЗВОЈ НА МЛАДИТЕ (PYD) И ПРОГРАМИ ЗА ФИЗИЧКА АКТИВНОСТ

Процесот преку кој младите луѓе стекнуваат компетенции за здраво снаоѓање во адолесценцијата е познат како Позитивен развој на младите (PYD).<sup>7</sup>

Целта на пристапот на PYD е да се промовира физичкото и менталното здравје, како и когнитивниот, психолошкиот, емоционалниот и социјалниот развој кај младите луѓе. Пристапите фокусирани на учесниците кои активно го ангажираат ученикот во текот на целиот процес на учење се најдобро позиционирани за поттикнување на PYD. Програмите кои се дизајнирани да постигнат позитивен развој на младите се фокусираат на 5C: компетентност, самодоверба, поврзаност, карактер и грижа/сочувство (competence, confidence, connection, character, and caring/compassion).<sup>8</sup>

Околина на PYD во која секој учесник има можност да биде успешен може да се создаде со тоа што искуството со физичка активност ќе биде инклузивно, развојно соодветно и со почит кон сите поединци и нивните способности.



## СПРОВЕДУВАЊЕ НА ПРОГРАМИ ЗА ФИЗИЧКА АКТИВНОСТ ФОКУСИРАНИ НА ПОЗИТИВЕН РАЗВОЈ НА МЛАДИТЕ

Спортот не учи магично животни лекции.<sup>9</sup> Всушност, спортот и другите форми на физичка активност можат да ги намалат однесувањата поврзани со физичка активност ако учесниците имаат премногу негативни искуства.

Многу деца во нашата заедница имаат физички и когнитивни разлики, па затоа е важно да се изгради инклузивна програма што обезбедува значаен пристап и учество од страна на сите млади луѓе. Следната табела ги прикажува работите што треба и не треба да се прават за физички активните инструктори на OVEP за да се поддржи оптимално физички активно искуство за младите луѓе.



ШТО ДА ПРАВИТЕ	ШТО ДА НЕ ПРАВИТЕ
Намерно испланирајте и имплементирајте содржина за позитивен развој на младите во секоја физичка активност.	Претпоставете дека врските за позитивен развој на младите автоматски ќе се појават преку физички активности.
Поттикнете тимска работа и заедништво во групата.	Спротивставете ги младите едни против други и имплементирајте практики како што се губитниците кои мора да ја земат опремата или да извршат дополнителна физичка активност како казна за поразот.
Поканете ги младите луѓе да ги споделат што им се допаѓа, а што не, за да може нивните повратни информации да се искористат за планирање сесии и активности.	Обидете се постојано да ја направите активноста пријатна за младите луѓе ако постојано велат дека не уживаат во неа.
Поставете задачи така што младите луѓе ќе бидат фокусирани на тоа да дадат се од себе, да ја подобрат или совладаат задачата.	Поставете задачи така што само неколку млади ќе се натпреваруваат за тоа кој може да биде најбрз, бидејќи тоа честопати ќе го попречи процесот или квалитетот на движењето.
Поставете задачи така што младите ќе имаат можност да вежбаат.	Поставете задачи така што само неколку млади ќе имаат можност да вежбаат истовремено, а остатокот од времето ќе ги набљудуваат другите.

## ДОБРИ ПЕДАГОШКИ ПРАКТИКИ ЗА УЧЕЊЕ ПРЕКУ ФИЗИЧКА АКТИВНОСТ

Учењето преку физичка активност е пристап каде што активностата служи како средство за предавање содржина. Во физички активните OVEP-и, активностата е средство за предавање на петте олимписки образовни теми. Со примена на добри педагошки стратегии во физички активните OVEP-и, младите луѓе имаат поголема веројатност да доживеат движење во топла, инклузивна и радосна средина додека учат за петте олимписки образовни теми и како да ги применуваат вредностите во текот на целиот свој живот.

Физичката активност не само што може да обезбеди инклузивна и радосна средина за младите луѓе да учат за петте олимписки образовни теми, туку може да има и длабоки и позитивни влијанија врз децата и младите, вклучувајќи:

- **Здрав физички развој**  
преку поддршка на физички активни однесувања и развивање вештини за долгорочно вклучување во физички активности.
- **Социјален развој**  
преку можности за поминување време со врстници и за учество во група.
- **Емоционална благосостојба**  
преку намалување на стресот, анксиозноста и депресијата што можат да бидат резултат на долготрајни физички активности.

Според тоа, спроведувањето на OVEP во физички активни средини кои демонстрираат добри педагошки практики е стратешки начин за поддршка на здравиот развој на младите луѓе преку иницијативи за образование базирани на вредности.

Како едукатори за физичка активност, вашата работа е да го поддржите социјалниот, физичкиот и емоционалниот развој на децата и младите луѓе преку дизајнирање програми и активности кои поддржуваат позитивни искуства во спортот и програмите за физичка активност. Затоа, од клучно значење е физичката активност што се користи како средство за подучување образование базирано на вредности да демонстрира добри практики. Кога поединците доживуваат исклучување, социјална изолација и неправедност во спортот или други форми на физичка активност, тоа ги прави да се чувствуваат негативно во врска со програмите за физичка активност. Овие видови искуства ја намалуваат веројатноста децата и младите луѓе да учествуваат во такви програми и да развиваат доживотно физички активно однесување.

За да демонстрирате добри педагошки стратегии во физички активни OVEP, треба да разберете и да можете да примените стратегии за настава за позитивно и инклузивно програмирање на физичка активност. До крајот на оваа секција, ќе бидете добро опремени за тоа!



## ОСНОВНИ ИНФОРМАЦИИ ЗА УЧЕЊЕТО

### МОСТОНОВИТЕ СТИЛОВИ НА ПРЕДАВАЊЕ И ФИЗИЧКИ АКТИВНОТО УЧЕЊЕ

Секој учи на различни начини. За да се биде ефикасен инструктор за физичка активност, важно е да се разберат и применат различни стилови на настава. Во 1960-тите, наставникот по физичко образование, Муска Мостон, развил спектар на пристапи во наставата што покажува како различните стилови на настава, стилови на учење и активности обезбедуваат различни искуства за ученикот, почнувајќи од фокусирани на наставникот до фокусирани на ученикот.

Спектарот ги покажува варијациите во стилот на настава во зависност од тоа кој донесува одлуки за време на активоста. Ако наставникот донесува одлуки, стилот на настава е на крајот од спектарот фокусиран на наставникот, а ако ученикот донесува одлуки, стилот на настава е на крајот од спектарот фокусиран на ученикот.

Инструкторите на програмите за физичка активност можат да го користат овој спектар за да го разберат опсегот на стилови на настава и кои најдобро функционираат врз основа на учениците и активоста што ќе ја предаваат. Стиловите на настава на Мостон можат да се користат и во училишта и во физички активни средини.

Користењето на различни стилови на настава низ целата програма е најефикасниот начин да се допрат сите ученици.

Стилот на настава „команда/директно“ ретко е добра практика за учениците бидејќи е премногу центриран кон наставникот; сепак, може да биде важен стил за да се воспостави физички безбедна средина. На пример, ако младите луѓе учат за темите на OVEP преку активност со стреличарство, веројатно е најдобро да се предаваат безбедносни протоколи во стил „команда/директно“. Откако ќе се исполнат важните безбедносни цели, инструкторот би можел да користи стил на самопредавање како што е реципрочна или самопроверка, каде што младите дизајнираат и играат игра со стреличарство што вклучува безбедност, како и вештини и тактики.

Важно е да се напомене дека стиловите на настава центрирани кон ученикот ги ангажираат учениците повеќе од стиловите на настава во близина на стилот „команда/директно“ на спектарот на Мостон.

### РЕЗИМЕ НА МОСТОНОВИОТ СПЕКТАР<sup>1</sup>



<b>A</b>	<b>КОМАНДА/ НАСОЧУВАЊЕ</b>	Наставникот/тренерот/фасилитаторот ги донесува сите одлуки, а младите ги следат нивните инструкции.
<b>B</b>	<b>ВЕЖБАЊЕ</b>	Младите ги завршуваат сите зададени задачи.
<b>C</b>	<b>РЕЦИПРОЦИТЕТ</b>	Младите работат во парови или групи од по тројца, а едно лице дава фидбек.
<b>D</b>	<b>САМОПРОВЕРКА</b>	Младите сами ги оценуваат своите перформанси според критериумите.
<b>E</b>	<b>ИНКЛУЗИЈА</b>	Младите ја следат сопствената работа зададена од возрасен лидер (на пр. наставник, тренер итн.).
<b>F</b>	<b>ПРЕДВОДЕНО ОТКРИВАЊЕ</b>	Младите доаѓаат до општи заклучоци преку конкретни факти, искуства и/или размислувања.
<b>G</b>	<b>ДИВЕРГЕНТНОСТ</b>	Младите решаваат проблеми без помош на возрасен лидер
<b>H</b>	<b>ИНДИВИ ДУАЛНОСТ</b>	Возрасниот лидер ја одредува содржината, а младите ја планираат програмата.
<b>I</b>	<b>ИНИЦИЈАТИВА</b>	Возрасниот лидер ја игра улогата на советник додека младите ја планираат својата програма.
<b>J</b>	<b>САМОУЧЕЊЕ</b>	Младите преземаат целосна одговорност за процесот на учење.







## Индивидуализирана обука за различни нивоа на вештини и искуства<sup>13</sup>

**Поединците се со различна големина, имаат различни искуства и учат со свое темпо. Важно е активностите да се планираат на начини што ги прилагодуваат овие разлики. Ова може да се направи со:**

- Поедноставување или посложеност на физичката задача..
- Поддршка на младите луѓе да се фокусираат на квалитетот наместо на квантитетот на вештината. На пример, отстранување на временските ограничувања за младите луѓе да не се чувствуваат прекумерно притиснати.
- Зголемување или намалување на големината на просторот за играње за да се бара побрзо или побавно време на реакција. На пример, кога просторот за играње е поголем, учесниците ќе имаат повеќе време да примат предмет и да одлучат што да прават со него.
- Структурирање на активност при која оние на почетно ниво на вештини можат да ги користат своите доминантни раце или стапала, а оние на напредно ниво на вештини мора да ги користат само своите недоминантни раце или стапала.
- Модификација на опремата од полесни, поголеми предмети (за почетни нивоа на вештини) во потешки, помали предмети (за напредни нивоа на вештини).
- Поставување прашања како „Дали некој не разбира?“ за да се охрабрат оние кои не разбираат да проговорат и да се имплицира дека некои можеби не разбираат.
- Давање инструкции однапред или како визуелни средства покрај вербалните знаци за оние кои можат да обработуваат информации со побавно темпо од другите.
- Поврзување со тоа како одредена вештина се користи во рамките на активноста.
- Обезбедете им на учесниците можности да развијат вештини на автентични начини за да ја поддржат преносливоста на вештините во физички активности.

### БЕЛЕШКИ ОД РАБОТИЛНИЦАТА

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---













## Мотивациска клима за подобрување на учењето и уживањето<sup>17,18</sup>

**Водителите на програмите за физичка активност можат да создадат средина што ги поддржува учесниците да се чувствуваат мотивирани за постигнување успех.**

Постојат два вида мотивациски клими ориентирани кон успех:

- Мотивациска клима поврзана со егото, во која успехот е дефиниран како победа и да се биде најдобар.

- Мотивациска клима поврзана со задача, во која успехот се дефинира како совладување на задачата, давање максимум од себе или подобрување на перформансите.

Многу испорачатели на програми за физичка активност имаат тенденција да воспостават комбинација од его и мотивациска клима поврзана со задачи.

За да се создаде мотивациска клима поврзана со задачи, некои традиционални практики треба да се заменат со позитивни практики.

ТРАДИЦИОНАЛНА ПРАКТИКА	ПОЗИТИВНА ПРАКТИКА
Губитниците ја земаат опремата	Сите учесници ја земаат опремата. Забележете дека ова ја демонстрира темата на OVEP за почит кон другите.
Определете кој може да изврши најмногу повторувања во доделеното време	Не фокусирајте се на времето, фокусирајте се на знаците за вештини и работете кон совладување на вештините, давање на најдоброто од себе или подобрување. Забележете дека ова ја демонстрира темата на OVEP за потрага по совршенство.
Казнете со вежбање	Наградете со движење во оптимистичко опкружување. Забележете дека ова ја демонстрира темата на OVEP за радост од напорот.
Определете кој е најдобар во изведувањето на вештина	Побарајте од младите да се потрудат најдобро што можат во учењето или во напредувањето кон нова вештина и кажете им дека давањето на својот максимум труд е поважно отколку да се биде совршен во некоја вештина. Забележете дека ова ја демонстрира темата на OVEP за радост од напорот.

## БЕЛЕШКИ ОД РАБОТИЛНИЦАТА

---



---



---



---



---



---



---









## Бодување фокусирано на вештини и задачи<sup>22</sup>

### Постојат два начина за евидентирање на резултатот при играње игри:

- Бодирање врз основа на мерки за успех. На пример, во игра со мали страни, броење кој може да постигне најмногу голови на мала мрежа.
- Бодирање врз основа на целите на учење (на пр., компетенција за испраќање и примање). На пример, поентата на активноста може да биде вежбање додавање на топка со нозе до соиграч, па затоа бодувањето се врши со броење на успешни додавања до соиграч.

Во активностите на OVEP за учење преку физичка активност, водењето бодови секогаш треба да биде ориентирано кон развој на вештини. Во овие случаи, бодовите се доделуваат во однос на задачата и вештината на часот. Активностите од типот на кружен робин со мали страни се исто така добри инструктивни алатки за време на модифицирани спортски активности бидејќи, без разлика каков е резултатот помеѓу два тима во една рунда, набргу потоа се одржува нова рунда, а помеѓу рундите може да се обезбеди време за

тимовите да размислуваат и да се фокусираат на тоа како да ги подобрат своите задачи и вештини.

### Пример активност:

- Активност за бадминтон 2 против 2 во круг (на пр., парови од по двајца играат многу други парови од по двајца во еден час.)
- Четириминутни рунди
- Секој играч постигнува поени врз основа на однапред одреден фокус на часот (на пр., враќање на сервис со одреден удар).
- Два поени се доделуваат за победа во една рунда, а еден поен се доделува за израмнување во една рунда.
- Затоа, ако еден тим изгуби рунда со 10-2, последователните кумулативни вкупни резултати се еднакви на 2 и 0. Кога победничкиот тим продолжува да игра со следниот тим, тие земаат 2 поени со себе - не 10. Така, тимот што заработил 0 поени во првата рунда зема 0 поени со себе во следната игра. Кумулативните вкупни резултати од целиот час се користат за да се утврди кој ќе го освои шампионот за денот!

## БЕЛЕШКИ ОД РАБОТИЛНИЦАТА

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---











## ПЕДАГОШКИ СТРАТЕГИИ ОРИЕНТИРАНИ КОН УЧЕНИКОТ

Покрај добрите педагошки стратегии за подучување на физичка активност опишани претходно, постојат и други стратегии за подучување ориентирани кон ученикот кои можат да го поддржат учењето на учесниците за OVEP и како најдобро да ги подучуваат програмите на OVEP. Овие се препорачуваат бидејќи, покрај тоа што се ориентирани кон ученикот, тие стимулираат критичко размислување, соработка и решавање проблеми - сите вештини за учење на 21 век.

ПРЕДАВАЊЕ	ДЕФИНИЦИЈА
<b>СПОДЕЛУВАЊЕ НА ИДЕИ (BRAINSTORMING)</b>	Се користи метод на настава за групата да може да сподели идеи што им паѓаат на ум. Улогата на инструкторот во оваа стратегија е да олесни дискусија и да покани луѓе кои можеби не се пријавуваат доброволно да ги споделат своите идеи. Овие идеи можат да се користат за да се утврдат решенија за сценарија на случаи поврзани со теми или области на OVEP во кои лекциите научени преку физички активните програми на OVEP можат да се применат во други области од животот.
<b>ПРИСТАП НА СТУДИЈА НА СЛУЧАЈ</b>	Студија на случај, или стратегија на сценарио на случај, им дава на младите луѓе пример за ситуација што може да биде од реалниот живот. Студијата на случај може да ја користат поединци или во мали групи. Ова е ефикасна стратегија за настава бидејќи промовира критичко размислување, решавање проблеми и разгледување на различни последици. Студиите на случај првично беа дизајнирани за контекст во училиница, но пристапот на студија на случај може да биде ефикасна алатка во физички активните програми.
<b>СЛОЖУВАЛКА</b>	Врз основа на кооперативно учење, младите учествуваат во мали групи и на секој му се доделува различна информација. Оние кои имаат иста информација се наоѓаат едни со други и дискутираат, истражуваат и се обидуваат да ги разберат своите информации. Потоа младите се враќаат во своите првични групи, каде што секој ги споделува своите наоди, а групата соработува за да ја „спои“ главната идеја, концепт или тема што се опфатени. Целта на оваа инструктивна стратегија е да се поттикне критичкото размислување и соработката меѓу членовите на групата. Инструктивната стратегија со сложувалка препознава дека секое дете игра важна улога во комплетирањето и целосното разбирање на конечниот производ.
<b>МОДИФИЦИРАНО УЧЕЊЕ БАЗИРАНО НА ПРОЕКТИ (PBL)</b>	Учењето базирано на проекти (PBL) е наставна стратегија ориентирана кон ученикот која се користи со текот на времето за да им овозможи на младите луѓе да решат проблем или празнина од реалниот живот. Најчесто се користи во училиници во образованието, но може да се имплементира и во рекреативни или програми по училиште. Кога се користи наставна стратегија за PBL, младите луѓе се собираат и анализираат информации, донесуваат одлуки заеднички, нудат решение/проект за идентификуваниот предизвик, размислуваат и ја критикуваат својата работа и ја усовршуваат. Со ова, младите луѓе можат да изберат да водат здравствен саем, да поднесат петиција за нова велосипедска лента на локален пат или да посетат засолниште за животни. PBL може да биде корисна наставна стратегија во програмирањето на OVEP бидејќи им овозможува на учесниците да ги утврдат областите на потреба во нивните заедници, а потоа да најдат решение за идентификуваниот/ите предизвик/и. Доколку работите со млади луѓе, имајте на ум дека изборот на учениците и гласот во проектите за услуги треба да се усогласат со темите на OVEP, како и со перцепираните грижи на младите луѓе или идентификуваните области за раст.
<b>СТРАТЕГИЈА НА НЕФОРМАЛНА МЕЃУСЕБНА РЕЦЕНЗИЈА</b>	Стратегијата на неформална меѓусебна рецензија се применува кога врсници ги слушаат решенијата или идеите едни на други и, без оценување или осуда, даваат предлози за понатамошно подобрување на работата. Се нарекува неформална бидејќи не служи за оценување, туку за унапредување на процесот на учење. Целта на оваа стратегија е да се надградуваат или модифицираат претходните идеи и предложени решенија.  Овие стратегии се корисни затоа што им овозможуваат на младите луѓе да ја вежбаат вештината на активно слушање додека другите даваат коментари за нивната работа. Потоа тие ги разгледуваат коментарите и одлучуваат дали ќе ги искористат, кои конкретно и зошто. Меѓусебната рецензија во неформално, безпритисочно опкружување ја отстранува тензијата и ги поттикнува учениците да се фокусираат на процесот на учење и подобрување на својата работа, наместо на тоа што е „точно“ или „погрешно“.
<b>WORLD CAFÉ (СВЕТСКА КАФЕ-ДИСКУСИЈА)</b>	„World Café“ е метод кој се користи кога сакате голема група луѓе да дискутираат за прашања во повеќе мали групи. Обично, големата група се дели на помали групи од по четири до пет учесници. Во овие мали групи, учесниците седат во круг за да се создаде атмосфера слична на кафеана или неформален разговор. По одредено време, учесниците се преместуваат во нови групи со различни луѓе за повторно да ги разгледаат истите прашања или да разговараат за нови. Овој метод се користи за учесниците да добијат увид во тоа како размислуваат другите, да ги преиспитаат сопствените ставови и да разменат идеи што градат доверба и разбирање меѓу групите. Фасилитаторите поставуваат прашања, даваат сигнали кога треба да започне или заврши рунда, и ги информираат учесниците кога е време да преминат на следното прашање.

## ПЛАНИРАЊЕ ЗА ФИЗИЧКИ АКТИВНИ ОВЕР-И

Следната табела дава совети кои можат да помогнат во планирањето, спроведувањето и евалуацијата на физички активен ОВЕР.

ФАЗА	ЦЕЛИ
ПЛАНИРАЊЕ НА ВАШАТА ПРОГРАМА	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Определете ја потенцијалната група млади кои ќе учествуваат и нивните специфични потреби и интереси.</li> <li>• Обидете се однапред да дознаете што е можно повеќе информации за учесниците за да помогнете во планирањето на целните програми.</li> <li>• Обидете се да откриете кои прашања се важни за заедницата и поединците во тие заедници.</li> <li>• Не правете претпоставки во нивно име.</li> <li>• Определете кои локални ресурси се достапни за да се обезбеди одржливост.</li> <li>• Развијте компетентност во добрите педагошки практики за испорака на физички активни програми.</li> <li>• Определете го системот, инструкторот(ите) и околината за вашата програма.</li> <li>• Определете ги буџетските потреби и начините за зацврстување на финансирањето (на пр., корпоративни партнери, финансирање од грантови).</li> <li>• Определете ги потребните партнери (на пр., доверливи канали во популации со голем број имигранти за да се помогне во поттикнувањето на учеството или да се помогне со потенцијалните потреби за превод) за да се поттикне учеството на младите.</li> <li>• Развијте формулари за дозвола од родители/старатели за учество на младите кои ги земаат предвид сите локални политики што мора да се следат.</li> <li>• Планирајте ги часовите за физички активност заедно со темите на ОВЕР.</li> <li>• Определете ги потребите од опрема.</li> <li>• Определете колку ќе трае секој час и закажете ден(ови)/време(ња) за спроведување на програмата.</li> <li>• Обучете инструктори за спроведување на програмата за физички активен ОВЕР.</li> </ul>
ИМПЛЕМЕНТИРАЊЕ НА ВАШАТА ПРОГРАМА	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спроведете ја програмата.</li> <li>• Спроведете и анализирајте ги оценките за да го насочите процесот на наставата.</li> <li>• Развијте систем за следење и анализирајте ги резултатите од оценките со цел прилагодување на програмата.</li> <li>• Имплементирајте, поттикнете и следете добри педагошки практики.</li> </ul>
ЕВАЛУАЦИЈА НА ВАШАТА ПРОГРАМА	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Идентификувајте краткорочни, среднорочни и долгорочни цели и резултати за програмата.</li> <li>• Изберете алатки за проценка и евалуација што ќе ви овозможат да ги следите вашите цели и резултати.</li> <li>• Администрирајте и анализирајте ги евалуациите на младите учесници.</li> <li>• Администрирајте и анализирајте ги евалуациите на инструкторите.</li> <li>• Администрирајте и анализирајте ги евалуациите на родителите/старателите.</li> <li>• Направете ги потребните и изводливи промени во програмата.</li> </ul>







# ПОВРЗУВАЊЕ НА АКТИВНОСТИ НА OVER SO ПРЕДМЕТИ ОД НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

АКТИВНОСТ	ОЛИМПСКА ОБРАЗОВНА ТЕМА	УЧИЛИШНИ ПРЕДМЕТИ	МЕТОДИ ЗА НАСТАВА
01 Барон Пјер де Кубертен и Олимпиското движење	Почитување кон другите, рамнотежа, фер игра	Уметност, Драма, Општествени науки	Играње улоги, истражување, театар, дискусија
02 Олимпискиот симбол	Почит, стремеж кон извонредност	Уметност, Историја, Општествени науки	Дискусија, истражување
03 Виее на знамето	Почит	Уметност, Историја, Географија, Општествени науки	Дискусија, истражување
04 Ситиус, Алтиус, Фортиус – Комуниер	Стремеж кон извонредност, рамнотежа, задоволство од вложен труд	Физичко образование, Пишување, Писменост, Географија, Општествени науки	Дискусија, истражување
05 Палење на духот: Олимпискиот пламен	Почит	Физичко образование, Пишување, Писменост, Географија, Математика	Водено истражување, круг на споделување
06 Церемонијата на отворањето на Олимписките игри	Стремеж кон извонредност, баланс, почит кон другите, фер игра	Драма, Уметност, Музика	Водено истражување, играње улоги, театар
07 Церемонијата на затворањето на Олимписките игри	Стремеж кон извонредност, баланс, почит кон другите, фер игра	Пишување, Писменост, Драма, Уметност	Истражување, сократово испитување
08 Музика и Олимписка химна	Пријателство, стремеж кон извонредност, почит кон другите	Уметност, Музика, Историја	Дискусија, слушање, физичка координација, играње улоги, креативност
09 Олимписките медали	Стремеж кон извонредност, почит кон другите	Историја, Уметност, Географија	Дискусија, слушање, играње улоги, креативност
10 Олимписката заклетва	Фер игра, почит кон другите, задоволство од вложен труд	Пишување, Писменост, Драма, Уметност	Конструктивизам, сократово испитување
11 Олимпиското примирје	Почит кон другите, баланс, фер игра	Пишување, Писменост, Драма, Уметност	Круг на споделување, тркалезна маса
12 Мир и Олимписките игри	Почит кон другите, фер игра	Пишување, Писменост, Драма, Уметност	Круг на споделување, тркалезна маса
13 Играта на мировното наследство	Почит кон другите, фер игра, пријателство, задоволство од вложен труд	Пишување, Писменост, Драма, Уметност	Круг на споделување, тркалезна маса
14 Спорт и уметност во Античка Грција	Почит, баланс, стремеж кон извонредност	Пишување, Писменост, Драма, Уметност	Водено истражување, конструктивизам
15 Спорт и уметност на современите Олимписки игри	Почит, баланс, стремеж кон извонредност	Пишување, Писменост, Драма, Уметност	Водено истражување, конструктивизам
16 Амблеми и маскоти	Баланс, задоволство од вложен труд, почит	Уметност, Географија, Општествени науки	Литературни кругови

АКТИВНОСТ		ОЛИМПСКА ОБРАЗОВНА ТЕМА	УЧИЛИШНИ ПРЕДМЕТИ	МЕТОДИ ЗА НАСТАВА
17	Олимписката спортска програма	Рамнотежа, стремеж кон извонредност, фер игра, почит кон другите, задоволство од вложен труд	Уметност, Бизнес студии, Драма, Музика	Истражување, соработка
18	Младински олимписки игри (МОИ)	Рамнотежа, стремеж кон извонредност, фер игра, почит кон другите, задоволство од вложен труд	Општествени науки, Драма, Музика	Креативност, соработка
19	Олимписката фондација за бегалци и Олимпискиот тим за бегалци на МОК	Пријателство, стремеж кон извонредност, почит кон другите	Општествени науки, Животни вештини	Истражување, подготовка за настани, соработка во подготовката и критичко размислување
20	Пробивање на бариерите: жените во спортот	Рамнотежа, стремеж кон извонредност, фер игра, почит кон другите, задоволство од вложен труд	Уметност, Драма	Играње улоги, театар, креативност
21	Параолимписките игри: „Дух во движење“	Рамнотежа, стремеж кон извонредност, фер игра, почит кон другите, задоволство од вложен труд	Физичко образование	Играње улоги, истражување, конструктивизам
22	Домаќин на Олимписките игри	Рамнотежа, стремеж кон извонредност, фер игра, почит кон другите, задоволство од вложен труд	Пишување, Писменост, Бизнес студии, Уметност, Музика, Драма	Истражување, конструктивизам, креативност
23	Олимпиското село	Почит, стремеж кон извонредност, фер игра	Општествени науки, Наука, Биологија, Уметност	Креативност, решавање проблеми
24	Надминување на предизвиците на Олимписките игри	Рамнотежа, стремеж кон извонредност, фер игра, почит кон другите, задоволство од вложен труд	Уметност, Драма, Животни вештини, Општествени науки	Играње улоги, дискусија
25	Одржлив развој преку Олимписките игри	Рамнотежа, почит кон другите	Општествени науки, Наука, Биологија, Уметност	Креативност, решавање проблеми
26	Доживување на радоста од напорот преку спорт и физичка активност	Рамнотежа, почит кон другите	Физичко образование	Решавање проблеми, креативност, соработка
27	Прославување на човештвото: приказни од Олимписките игри	Задоволство од вложен труд, стремеж кон извонредност, фер игра, рамнотежа, почит кон другите	Општествени науки	Дискусија, играње улоги, круг на споделување
28	Живеење според правилата на фер-плеј	Почит кон другите, рамнотежа, фер игра, стремеж кон извонредност, задоволство од вложен труд	Уметност, Драма, Животни вештини, Општествени науки	Играње улоги, дискусија
29	Практикување почит кон себеси и другите	Фер игра, почит, рамнотежа	Уметност, Пишување, Писменост	Кругови за литература, дискусија
30	Моите права = мои одговорности	Почит	Животни вештини, Општествени науки	Истражување, вештини за размислување
31	Донесување тешки избори	Почит, рамнотежа, фер игра	Животни вештини, Драма	Играње улоги, дискусија, решавање проблеми
32	Давање на најдоброто од себе преку стремеж кон извонредност	Почит, рамнотежа, фер игра	Пишување, Литература	Дневник, дневници за одговори, круг на споделување
33	Упорност и Олимписките игри	Почит, рамнотежа, фер игра	Физичко образование	Дискусија, креативност, моделирање улоги, решавање проблеми
34	Отпорност и Олимписките игри	Почит, рамнотежа, фер игра	Општествени науки	Истражување, креативност
35	Храброст на Олимписките игри	Почит, рамнотежа, фер игра	Општествени науки	Дискусија, истражување, круг на споделување
36	Живеење активен, избалансиран и здрав живот	Задоволство од вложен труд, стремеж кон извонредност, фер игра, баланс, почит кон другите	Физичко образование	Решавање проблеми, креативност, соработка

# ПРЕПОРАЧАНО ДОПОЛНИТЕЛНО ЧИТАЊЕ ЗА ПЕДАГОГИЈА

Сите информации наведени подолу се точни во времето на печатење и може да се променат без претходна најава.

**Стратегии за темпо на наставата и интрукции за во училиница**

<http://www.edutopia.org/blog/instructional-pacing-tips-rebecca-alber>

**Тематско образование**

<http://www.funderstanding.com/educators/thematic-instruction/>

**Дизајнирање и планирање на часови**

[http://www.crlt.umich.edu/gsis/p2\\_5](http://www.crlt.umich.edu/gsis/p2_5)



## РЕФЕРЕНЦИ И ДОПОЛНИТЕЛНО ЧИТАЊЕ

- [Спорт за развој: Каква улога може да игра спортот во одржливите општествени промени?](#) видео, Магичен автобус, 2013 година.
- Академија за игра: Ресурси за наставници, веб-страница, Right To Play International.
- Меѓународна инспирација, веб-страница, International Inspiration.
- Стили на учење на Колб, дијаграм, [www.businessballs.com](http://www.businessballs.com).
- Програма за олимписки амбасадори, веб-страница, The New Zealand Olympic Committee, 2016.
- [Млади во спортот - одржување на децата во играта](#), видео, Хју Мекдоналд, TEDxLangleyED.

Термините подолу се наменети за дополнување на вашата база на знаење, но не мора да бидат вклучени во ресурсните материјали. Овој речник е наменет за општа употреба.

<b>ПРИЛАГОДУВАЊЕ</b>	Наставникот ја предава истата содржина на сите ученици и очекува исти резултати, но треба да им овозможи на учениците со различни способности повеќе време или, доколку е потребно, различна опрема за да можат успешно да го демонстрираат своето знаење.
<b>ЗАКОТВУВАЊЕ</b>	Некои ученици ја завршуваат работата побрзо. Наставникот може да им понуди дополнителна активност која се надоврзува на концептот или знаењето што го обработува остатокот од класот
<b>ОЦЕНУВАЊЕ ЗА УЧЕЊЕ</b>	Процесот на собирање информации за време на сесија или активност со цел тие информации да се искористат за донесување одлуки во врска со идното планирање и реализација на наставата.
<b>АВТЕНТИЧКО ОЦЕНУВАЊЕ</b>	Оценување што се спроведува во реален контекст – на пример: игра со помал број учесници, танцовачка изведба, гимнастичка рутина и слично. Автентичното оценување не ги оценува вештините во изолација, туку во нивна практична примена.
<b>БЛОГОВИ</b>	Учениците со пристап до интернет можат да пишуваат за своите искуства со OVEP и да ги објавуваат онлајн. Блогот е како дневник или личен журнал и може да биде во кој било стил на пишување што одговара на вашата цел. Може да биде убедлив текст, израз на мислење или прослава на успеси на други. Некои блогови се создаваат за публика и следбеници, додека други се пишуваат од лична мотивација и желба за изразување. На интернет има многу ресурси за креирање блогови кои лесно можат да се пронајдат преку пребарувачи.
<b>ГРАДЕЊЕ НА ЗАЕДНИЦА</b>	Процесот на зближување на членовите на групата, меѓусебно запознавање и воспоставување чувство дека секој член има свој глас во групата. Изградбата на заедницата треба да започне на почетокот на секоја работилница или програма и да продолжи континуирано.
<b>РОТИРАЧКО УЧЕЊЕ</b>	Ова е активност за генерирање идеи (brainstorming). Наставникот поставува прашање – можно е да има неколку делови – и го запишува на повеќе листови хартија кои се прикачуваат на ѕидовите. Учениците ротираат од еден лист до друг, го читаат прашањето, размислуваат и ги запишуваат своите одговори. Потоа се движат кон следниот лист. На крајот, сите листови се симнуваат и заеднички се разгледуваат за да се идентификуваат модели, теми за дискусија итн. Овој метод им овозможува на учениците да ја активираат својата претходна основа на знаење и да развијат нови идеи. Исто така, им дава можност на потивките или понесигурните ученици да придонесат на внимателен и смислен начин.



<b>СТУДИИ НА СЛУЧАЈ</b>	Учениците можат да одлучат да продолжат со детално, фокусирано проучување на одреден аспект на OVEP. Методите за демонстрирање на нивното учење - во согласност со персонализиран пристап - треба да ги одлучи студентот.
<b>ДИГИТАЛНИ СОБИ ЗА РАЗГОВОР</b>	Многу од активностите на OVEP се дизајнирани да ги поттикнат и развијат мислите на учениците. Дигиталните соби за разговор би можеле да бидат одлични форуми за соработка со ученици од други делови на светот. Употребата на соби за разговор како метод на настава, иако полна со потенцијал, мора да се користи и со здрава професионална проценка, бидејќи тие можат да бидат и места каде што се изразува несоодветна содржина. На едукаторите им се препорачува да се консултираат со нивните ИТ оддели за препораки.
<b>ТАБЛИ СО ИЗБОР</b>	Едукаторот ги запишува опциите за учење на табла што се поврзани со целта на часот. Ученикот избира која активност најмногу одговара на неговиот стил на учење и моменталните интереси. Исто така, му се дава на ученикот избор за тоа како сака да го демонстрира своето учење.
<b>КРУГ НА СПОДЕЛУВАЊЕ</b>	Во овој метод на учење, учениците се ставаат во круг и им се дава еден проблем на кој треба да работат. Секој во кругот размислува за проблемот - обично отворено, предизвикувачко прашање. Потоа, снимачот ќе ги транскрибира одговорите и придонесите на секое лице во кругот. Откако ќе ги собере сите влезни информации, запишувачот ги сумира одговорите и ова води кон понатамошна дискусија..
<b>ГРАЃАНСКА ПИСМЕНОСТ</b>	Разбирање за тоа како да се ангажирате во заедницата (локална, глобална) со цел да го зајакнете општеството.
<b>СОРАБОТКА</b>	Ова е една од компетенциите за учење на 21 век и е важна техника за предавање на многу од активностите на OVEP. Учениците се охрабруваат не само да се „сложуваат“, туку и да ги бараат и вреднуваат идеите на другите додека работат заедно на проекти и задачи.
<b>КОМУНИКАЦИСКИ ВЕШТИНИ</b>	Многу од овие активности на OVEP ги развиваат комуникациските вештини на учениците. Во пишувањето, тие имаат можност креативно да ги изразат своите мислења преку раскажување приказни, пишување статии и интервјуирање. Тие исто така можат да ги развијат своите методи на лично изразување преку движење, драма и говорен збор (како што се монолози или дијалози). Активностите на OVEP ги вреднуваат мислите и придонесите на сите ученици, без оглед на нивните способности, а многу од препорачаните методи на настава се дизајнирани да овозможат еднаквост на гласот во дебатата и дискусијата.
<b>КРАТЕЊЕ НА НАСТАВАТА</b>	Едукаторот ги користи податоците од претходната проценка и утврдува дали е потребно ученикот да работи на некој аспект од задачата. Доколку го совладале концептот, тие се подготвени да продолжат со нешто попродизвикувачко.
<b>МАПИРАЊЕ НА КОНЦЕПТИ</b>	Оваа техника бара од учениците да идентификуваат врски помеѓу идеите и темите, а потоа да ги изразат на визуелен начин. Пример: Олимпискиот се поврзува со олимписките образовни теми, кои се поврзуваат со задоволството од вложениот труд, што пак се поврзува со еден аспект на спортот. Оваа стратегија на размислување им помага на учениците да сместат големи количини на информации во категории кои потоа можат да се анализираат (или користат на кој било начин што го бара проектот или задачата).
<b>КОНСТРУКТИВИЗАМ</b>	Ова е образовна филозофија која сугерира дека учениците учат најефикасно кога „прават“ или го доживуваат учењето, наместо пасивно да комуницираат со содржината. Многу од активностите на OVEP го поттикнуваат ученикот да го развие своето размислување и разбирање на вредностите користејќи конструктивизам, наместо да седи во училница и да му се држат предавања.
<b>КРЕАТИВНОСТ</b>	Ова е препознаено како една од клучните компетенции за учење во 21 век. Учениците се охрабруваат да ги донесат своите идеи за проблеми и средства за изразување.

<b>КРИТИЧКО РАЗМИСЛУВАЊЕ</b>	<p>Наместо да биде една вештина, критичкото размислување е збир од различни мисловни процеси: анализа на информации, синтетизирање во некое лично значење и формирање проценка за оваа нова информација. Ова е важна вештина во OVEP бидејќи му помага на ученикот да го развие сопственото разбирање, наместо да му го даде едукатор.</p>
<b>ВЕШТИНИ ЗА ДЕБАТИРАЊЕ</b>	<p>Многу вештини се развиваат преку употреба на дебати како педагошка стратегија. Следниве се некои вештини развиени преку соодветни практики на дебата: вербална комуникација, ефективно слушање, критичко размислување и самодоверба.</p>
<b>ДИФЕРЕНЦИЈАЦИЈА</b>	<p>Ова е процес со кој едукаторот дизајнира уникатно искуство за учење за ученикот. Можеби ќе смета дека е потребно да ги прилагоди клучните варијабли во училиницата: содржината, темпото на учење, очекуваните резултати од учењето и организацијата на учениците (на пример, мешани способности или групирани околу интереси).</p>
<b>ДРАМА</b>	<p>Еден од големите придонеси од античка Грција – заедно со Олимписките игри – беше драмата. Таа беше ценета како моќен начин за провоцирање на размислување, споделување идеи и инспирација за нови начини на гледање на проблемите. Драмата се користи во некои од овие активности на OVEP за да ги оживее проблемите што произлегуваат од олимпизмот и да им обезбеди забавен начин на учениците да се поврзат со овој материјал.</p>
<b>ВЛЕЗНИ КАРТИЧКИ</b>	<p>На почетокот на часот, учениците се охрабруваат да ги запишат своите прашања во врска со темата на мала картичка. Поточно, тие ќе напишат што знаат и што сакаат да знаат. Потоа, едукаторот и ученикот можат да се повикуваат на овие картички низ целата единица и да ги користат како потсетници за фокусирање на работата и одговарање на прашања.</p>
<b>ИСТРАЖУВАЊЕ</b>	<p>Ова може да биде индивидуален или колаборативен процес што ги охрабрува учениците да бидат свои истражувачи на знаењето и разбирањето. Постојат неколку начини на кои ова може да се направи:</p> <p><b>Предводено истражување:</b> Наставникот поставува прашање, ученикот/учениците потоа ги избираат процесите за истражување, а потоа ги соопштуваат своите пронаоѓања.</p> <p><b>Структурирано истражување:</b> Наставникот поставува прашање и очекува конкретни резултати од истражувањето. Клучниот аспект на овој пристап е учениците да развијат аналитичко и рефлексивно размислување.</p> <p><b>Отворено истражување:</b> Учениците избираат свое прашање, методи на истражување и методи на соопштување на своите резултати и откритија.</p>
<b>ИЗЛЕЗНИ КАРТИЧКИ</b>	<p>Придружна картичка на влезната картичка е излезната картичка. На крајот од часот, ученикот ги запишува работите што ги научил, заедно со областите што се од интерес за понатамошно учење и какви било прашања или предизвици со кои се соочил.</p>
<b>ИСКУСТВЕНО УЧЕЊЕ</b>	<p>Во овој метод, учениците имаат задача да завршат активности каде што моќта и влијанието на лекцијата најдобро се постигнуваат со „правење“. Во листот со активности за Параолимписките игри 19, вежбите најдобро се „проучуваат“ преку играње на игрите, наместо преку размислување за нив.</p>
<b>ПРЕВРТЕНА УЧИЛНИЦА</b>	<p>Во овој метод, на учениците однапред им се дава содржината на часот. Кога ќе пристигнат во училиницата или во средината за учење, од нив се бара да разговараат за содржината и да работат на задачи што го продлабочуваат разбирањето, да полагаат тестови или да добијат помош со тешки концепти.</p>
<b>ФОРМАТИВНО ОЦЕНУВАЊЕ</b>	<p>Тековно оценување кое се користи за насочување на идната настава. Формативното оценување може да биде неформално (на пр., покажување палец нагоре ако разбирате или палец надолу ако не разбирате) или формално (на пр., пишување коментар на труд што треба да се поднесе).</p>
<b>ФОРУМ ТЕАТАР</b>	<p>Еден од големите придонеси од античка Грција – заедно со Олимписките игри – беше драмата. Таа беше ценета како моќен начин за провоцирање на размислување, споделување идеи и инспирација за нови начини за испитување на проблемите. Некои од овие активности на OVEP ја користат драмата за да ги оживеат проблемите што произлегуваат од олимпизмот, обезбедувајќи забавен начин за учениците да се поврзат со овој материјал.</p>



### ВОДЕНО ЧИТАЊЕ / ДИСКУСИЈА / РАЗМИСЛУВАЊЕ / ПИШУВАЊЕ

Едукаторот може да користи OVEP и дополнителни материјали - статии, книги, блогови, веб-страници - за да го поддржи разбирањето на поставените прашања од страна на ученикот. Во насоченото читање, едукаторот може да го замоли ученикот да прави предвидувања („Што мислите дека би можело да се случи ако...?“), да користи поттици за да стимулира подлабоко размислување, да му помогне на ученикот да прави споредби, да пронајде сличности и да забележи разлики.

### МЕТОД НА СЛОЖУВАЛКА

Во овој метод, учениците се поделени во групи и изучуваат различен дел од еден проблем. Потоа се собираат, ги споделуваат своите идеи и го составуваат своето решение за проблемот. Тоа е силен метод за промовирање на соработката. Ако едно парче од сложувалката доминира над останатите, тогаш - исто како сложувалка - нема да функционира. Парчињата мора да се вклопат заедно.

### ДНЕВНИЦИ

Учениците се охрабруваат да водат дневник додека ги обработуваат овие активности на OVEP. Тој може да ги евидентира нивните мисли и да ги обликува нивните идеи за теми што бараат дебата и мислење. Тие можат да станат моќна архива на развивањето на чувството за карактер на ученикот.

### СТАНИЦИ ЗА УЧЕЊЕ

Едукаторот создава серија станици со активности што се поврзуваат со темата на часот. Едукаторот може да им дозволи на учениците сами да го насочуваат своето движење од една станица до друга или да ги насочува по потреба.

### ЛИТЕРАТУРНИ КРУГОВИ

Ова е одличен начин да се соберат идеите на учениците за темите на OVEP. Учениците се распоредуваат во (или избираат) мали групи. Им се дава текст за читање, а потоа се дискутира за неговата содржина. Тие можат да известат пред поголемата група за разговорите и мислењата што биле изразени.

### МЕТАКОГНИЦИЈА - РАЗМИСЛУВАЊЕ ЗА СОПСТВЕНОТО УЧЕЊЕ

Во оваа техника, учениците се охрабруваат да го анализираат својот процес на размислување - што им кажува тој? Дали размислувањето открива пристрасност или длабочина? Дали поттикнува или бара дополнителни прашања за да се добие поголема јасност? Овој метод е најсоодветен за напредни мислителни - не за оние кои сè уште се на конкретно-секвенцијално ниво (т.е. мали деца).

### ПРИЛАГОДУВАЊА

Едукаторот ја прилагодува содржината така што ученикот ќе комуницира со материјалот на начин што ги почитува неговите способности.

### СЛЕДЕЊЕ И ЕВАЛУАЦИЈА

Мониторингот на програмата е континуиран и вклучува консултации со учесниците, нивните семејства и инструкторите, за да може да се собираат повратни информации за подобрување на програмата на континуирана основа. Евалуацијата е сеопфатен пристап кон податоците (т.е. квантитативни, квалитативни) што се користат за да се утврди дали програмата ги исполнила своите цели и задачи и да се обезбедат повратни информации до учесниците.

### СРЕДИНА БЕЗ ОЦЕНУВАЊЕ И ПРИТИСОК

Средина во која нема осудување или евалуација на извршените активности или споделената содржина.

### ОЛИМПИСКИ ВРЕДНОСТИ

Основните олимписки вредности се: извонредност, почит и пријателство.

### OVEP ОБРАЗОВНИ ТЕМИ

Петте образовни теми на OVEP се: задоволство од вложениот труд, фер игра, почит кон другите, стремеж кон извонредност и рамнотежа помеѓу телото, волјата и умот.

### OVEP ИНСТРУКТОР

Поединецот кој ќе им го испорача физички активниот OVEP на младите луѓе.

### ОЛИМПИЗАМ

Олимпизмот е филозофија на животот заснована на олимписките вредности, кои произлегуваат од Олимпиското движење.

<b>ПАНЕЛ ДИСКУСИЈА</b>	Модератор (едукатор или уленик) се избира за да постави прашања на група луѓе (можеби студенти или експерти). Форматот за одговорите на панелот може да варира. Модераторот може да се осврне на одреден член на панелот или да постави исти прашања на сите членови. По одредено време одговарајќи на прашањето (без прекини), другите членови на панелот можат да коментираат за одговорите.
<b>МЕЃУСЕБНО ПОДУЧУВАЊЕ</b>	Истражувањата постојано покажуваат дека дозволувањето на учениците да се учат едни со други има длабоко влијание врз успехот во учењето и на ученикот и на наставникот. Ова е особено моќно за учениците кои го сметаат материјалот за предизвикувачки. Имањето наставник-врсник му помага на ученикот во развој да се поврзе и со материјалот и со своите врсници на значајни начини.
<b>ПЕРСОНАЛИЗАЦИЈА</b>	Оваа методологија се потпира на компетенциите за учење од 21 век (креативност, соработка, комуникациски вештини, решавање проблеми) и му овозможува на ученикот да го дизајнира своето учење околу своите интереси и преферирани стилови на учење. Потоа, учениците можат да изберат како ќе го изразат своето учење - во суштина, тие го персонализираат.
<b>ПОРТФОЛИО</b>	Портфолиото е складиште на учењето на учениците. Може да биде физички документ - папка, датотека или дигитална кутија во која можат да се складираат различни медиуми. Ученикот собира работа што го прикажува нивното учење, како напредувало, заедно со областите на силни и слаби страни.
<b>ПОЗИТИВЕН МЛАДИНСКИ РАЗВОЈ (PYD)</b>	Процесот преку кој младите луѓе ги стекнуваат компетенциите за здраво снаоѓање во адолесценцијата.
<b>АНАЛИЗА ПО ИГРА</b>	Анализите по играта низ целиот Прирачник се рефлексивни прашања што им се даваат на учесниците во работилницата критички да размислуваат за содржината на високо ниво.
<b>PREZZI/POWERPOINT</b>	Голем број дигитални алатки можат да се користат за презентирање на идеи поврзани со овие активности на OVEP на шаренолик начин.
<b>РЕШАВАЊЕ ПРОБЛЕМИ</b>	Способност за одредување решенија во различни ситуации. Некои решенија за проблеми се подобри од други, а младите луѓе треба критички да размислуваат и да размислат за соработка со други додека бараат оптимални решенија.
<b>ЕВАЛУАЦИЈА НА ПРОГРАМАТА</b>	Процесот на собирање информации за програмата откако ќе биде завршена за да се утврди нејзината ефикасност во исполнувањето на целите на програмата.
<b>УЧЕЊЕ БАЗИРАНО НА ПРОЕКТИ (PBL)</b>	Студентите се охрабруваат да изберат прашање кое ќе го води нивното учење за одреденото времетраење на задачата или проектот. OVEP и PBL се природно вклопуваат бидејќи студентите можат да изберат една или повеќе образовни теми, а потоа да истражуваат аспекти што одговараат на нивните интереси. Пристапот PBL ќе им овозможи на студентите да изберат како ќе го презентираат она што го научиле.
<b>ПРАШАЊА И ОДГОВОРИ</b>	Овој метод се потпира на вештината на едукаторот да поставува прашања што го истражуваат разбирањето на ученикот, а потоа да го предизвика со дополнителни прашања врз основа на нивните одговори. Овој пристап им дава можност на учениците да прават предвидувања и да обезбедат расудување кое, пак, ќе биде предизвикано за сила или точност.
<b>РЕФЛЕКСИЈА</b>	Чин на размислување за искуство со цел подобрување на наставата или резултатите од активноста или часот.
<b>ДНЕВНИЦИ ЗА ОДГОВОРИ</b>	Овие ги користи ученикот за да ги запише своите мисли (со текот на времето) за некое прашање. На пример, едукаторот може да постави прашање: „Дали OVEP може да го промени карактерот на ученикот?“ Додека ученикот учествува во активностите на OVEP, тој ќе може да прави записи во дневник како одговор на ова прашање.



### ИГРА НА УЛОГИ

Учениците истражуваат ликови од олимписка приказна, а потоа ги глумат.

### ТРКАЛЕЗНА МАСА

Во оваа стратегија, едукаторот пишува прашање (или неколку прашања) на парче хартија. Учениците пишуваат одговори или предлагаат идеи, а потоа го предаваат листот на следниот член од групата. Ова е корисен начин за генерирање идеи, но исто така е и средство за едукаторот да го процени нивото на разбирање на групата.

### СКЕЛЕ

Ова е техника со која едукаторот ја дели задачата на помали, полесни за управување делови и го поддржува ученикот сè додека не биде подготвен за посложени делови.

### СОКРАТОВО ПОСТАВУВАЊЕ ПРАШАЊА

Оваа древна стратегија, инспирирана од учењата на грчкиот филозоф Сократ, ја води едукаторот, кој ги предизвикува учениците да ги преиспитаат своите разбирања и да ги бранат своите мислења.

### РАСКАЖУВАЊЕ ПРИКАЗНИ

Педагошка стратегија што се користи како моќна алатка за комуникација на тема или концепт со учениците.

### СУМАТИВНО ОЦЕНУВАЊЕ

Проценка што се случува на кулминацијата на активност или вештина за да се утврди дали учениците ја совладале вештината или целите на учењето или дали им е потребна дополнителна настава за да го сторат тоа.

### КАРТИЧКИ СО ЗАДАЧИ

Едукаторите запишуваат задачи што ги опишуваат или поддржуваат активностите на OVEP. Овие картички можат да се земат во групи и да се користат за да се покренат прашања или да се разјасни разбирањето.

### РАЗМИСЛИ - ПОВРЗИ - ПРЕДИЗВИКАЈ - ИЗРАЗИ

Едукаторот го води ученикот да го процени проблемот и да го поврзе со нивното моментално разбирање, пред да го оспори и конечно да го изрази своето ново разбирање.

### ВЕШТИНИ ЗА РАЗМИСЛУВАЊЕ

Многу од активностите на OVEP ги поттикнуваат учениците да ги истражат сопствените идеи за материјалот. Така, вештините за размислување како што се анализа, рефлексija, синтеза и теоретизирање се вклучени во овие активности.

### ОБРАЗОВАНИЕ ЗАСНОВАНО НА ВРЕДНОСТИ

Пристапи за подготовка на децата и младите за живот преку подучување на вредности.

### ВИРТУЕЛНО УЧЕЊЕ

Студентите кои имаат пристап до информациски и комуникациски технологии (познати како ИКТ) можат да ги користат овие ресурси за креативно користење на многу од предложените активности на OVEP. Тие можат да ги споделат своите идеи преку видео конференции, подкасти, соби за разговор или социјални медиуми.

### ВЛОГОВИ

Технолошката писменост на учениците им нуди многу уникатни начини да им покажат на своите едукатори што научиле. Влоговите се видео еквивалент на блоговите. Учениците можат да снимат интервју едни со други или да снимат монолог, а потоа да го прикачат на веб-страница или веб-страница за хостирање. Овој метод нуди значителен потенцијал за учениците.

### РАБОТА ОД КРАЈ КОН ПОЧЕТОК

Ова е единствена стратегија за настава со која учениците ја започнуваат својата работа од завршната точка. Потоа учениците треба да ги одредат претходните чекори што помогнале да се стигне до оваа точка.



# РЕСУРСИ И РЕФЕРЕНЦИ

## СЕКЦИЈА 7

1. „Позитивен развој на младите и интервенции за физичка активност/спорт: механизми што водат до одржливо влијание“, Физичко образование и спортска педагогија 18, бр. 3: 256–281, К. Армор, Р. Сандфорд и Р. Данкомб, 2013.
2. „Физичко образование и спорт во училиштата: преглед на придобивките и резултатите.“, Journal Of School Health бр. 8: 397, Р. Бејли, 2006.
3. „Научете ги децата добро: холистички пристап кон развивање на психосоцијални и бихејвиорални компетенции преку физичко образование.“ Quest (00336297) 63, бр. 1: 55–65, М. Вајс, 2011.
4. „Физичко образование и спорт во училиштата: преглед на придобивките и резултатите.“, Journal Of School Health бр. 8: 397, Р. Бејли, 2006.
5. „Научете ги децата добро: холистички пристап кон развивање на психосоцијални и бихејвиорални компетенции преку физичко образование.“ Quest (00336297) 63, бр. 1: 55–65, М. Вајс, 2011.
6. „Ефективноста на предавањето програма за животни вештини во контекст на физичко образование“, Европски журнал за психологија на образованието – ЕЈРЕ (Институт Супериорен за примена на психологија) 21, бр. 4: 429–438, М. Гудас, И. Дермицаки, А. Леондари и С. Даниш, 2006.
7. „Зајакнување на развојот на младите преку спорт“. World Leisure Journal 46, бр. 3: 38–49, С. Даниш, Т. Форнерис, К. Хоџ и И. Хеке, 2004.
8. „Позитивен развој на младите, учество во програми за развој на младите во заедницата и придонеси во заедницата на адолесцентите од петто одделение: наоди од првиот бран на 4-Н студијата за позитивен развој на младите“. Весник на рана адолесценција 25, бр. 1: 17–71, Р.М. Лернер, Ј.В. Лернер, Ј.Б.Алмериги, Ј.Теокас, Е. Фелпс, С. 2005 година.
9. „Предавање животни вештини преку спорт.“ Во „Парадокси на младите и спортот“, С. Даниш, уредено од М. Гац, М. Месмер и С. Бол-Рокеач, Албани, Њујорк: Државен универзитетски печат на Њујорк, 2002 година.
10. „Стилови на предавање во физичкото образование и Мостоновиот спектар.“ <https://spectrumofteachingstyles.org/assets/files/articles/TeachingStyles%20inPEandMosstonsSpectrum.pdf>, Џ. Доерти, (пристапено на 1 август 2016 година).
11. „Модел на лесна игра: инклузивен пристап кон пријатно спортско учество.“ Physical & Health Education Journal 80, бр. 1: 24–28, Л. Чунлеи и К. Стил, 2014 година.
12. „Предавање игри и спорт за разбирање: Истражување и преиспитување на нивната важност во физичкото образование.“ European Physical Education Review 20, бр. 1: 36–71, С. Столц и С. Пил, 2014.
13. „Модел на лесна игра: инклузивен пристап кон пријатно спортско учество.“ Списание за физичко и здравствено образование 80, бр. 1: 24–28, Л. Чунлеи и К. Стил, 2014.
14. „Предавање за совладување на вештините.“ Списание за физичко образование, рекреација и танц 86, бр. 7: 9–13, С. Чепко и Р. Доан, 2015.
15. „Учење со помош на врсници во програмите за физичко образование, спорт и физичка активност во училиштата: систематски преглед.“ Физичко образование и спортска педагогија 19, бр. 3: 253–277, К. А. Џенкинсон, Г. Нотон и А. Џ. Бенсон, 2014.
16. „Улогата и влијанието на лидерството на учениците врз учесниците во програмата за здрава исхрана и физичка активност.“ Списание за здравствено образование 75, бр. 1: 27–37. Л. Гутуски, Н. МекКотри, Б. Шен, Е. Сентеио и А. Гарн, 2016.
17. „Модел на контекстуална мотивација во физичкото образование: Користење на конструкции од теориите

за самоопределување и постигнување на целите за предвидување на намерите за физичка активност.“ Весник за едукативна психологија 95, бр. 1: 97–110, М. Стендаж, Ј.Л. Ворм и Н. Натманис, 2003.

18. „Развивање на уживањето кај учениците во физичкото образование“. *Physical & Health Education Journal* 79, бр. 2: 14–18, Ј.Р. Лорусо, С.М. Павлович и Л. Чунлеи, 2013 година.
19. „Елиминирање на бариерите за физичка активност: користење на културно преговарање и компетентност“. *Стратеги: Списание за физички и спортски едукатори* 26, бр. 3: 35–40, В. Сулп, 2013.
20. „Подготовка на културно компетентни наставници: учење преку служба и образование на наставници по физичко образование“. *Списание за настава по физичко образование* 27, бр. 3: 347–367, Е. Домангу и Р.Л. Карсон, 2008.
21. „Обраќање кон различноста во училиштата: Културно одговорна педагогија“. *Предавање на исклучителни деца* 39, бр. 3: 64–68. Х. В. Ричардс, А.Ф. Браун и Т.В. Форде, 2007.
22. „Тие треба да уживаат во физичка активност, знаете?“. *Борба со забавата во физичкото образование.“ Спорт, образование и општество* 6, бр. 2: 211–21, Е. О’Рајли, Џ. Томпкинс и М. Галант, 2001.
23. „Додавање вредност на физичкото образование преку интегриран пристап.“ *Физички едукатор – журнал за физичко образование, Нов Зеланд* 46, бр. 1: 35–37, Д. Слејд, 2013.
24. „Интегрирано учење со физичко образование и музика.“ *Клириншка куќа* 84, бр. 5: 174–179, К. Хамфрис Шарлот, С. Биднер и К. Едвардс, 2011.

## ПОНАТАМОШНО ЧИТАЊЕ

- Африканска традиционална и усна литература како педагошки алатки во училниците од градинка до 12-то одделение, Л. Асименг-Боахене и М. Бафо, *Information Age Publishing*, 2014.
- Создавање и одржување на конструктивистичка училница, Б. А. Марлоу и М. Л. Пејџ, *Corwin Press*, 2005.
- Различни брзини и различни потреби: Како да се предава спорт на секое дете, Г. Барбер, *Paul Brookes Publishing*, 2010.
- Пправење на диференцијацијата во навика: Како да се обезбеди успех во академски разновидни училници, Д. Хикокс, *Free, Spirit Publishing*, 2009.
- Почетен комплет за учење базирано на проекти (PBL), Џ. Лармер, Д. Рос и Џ. Р. Мергендолар, *Unicorn Printing*, 2009.
- Методи за физичко образование за наставници во основно образование, 3-то издание, К. Томас, А. М. Ли и Џ. Р. Томас, *Човечка кинетика*, 2008.
- Квалитети на ефективни наставници, 2-ро издание, Ј. Х., Стронг, *ASCD*, 2007.
- Диференцирана училница: Одговор на потребите на сите ученици, 2-ро издание, Џ. А. Томлинсон, *ASCD*.





Меѓународен  
Олимписки Комитет

Олимписка куќа  
1007 Лозана, Швајцарија  
[www.olympics.com/ioc](http://www.olympics.com/ioc)

