

ЗАВРШНА ФАЗА ЧАСА

Завршна фаза часа је временски најкраћа. Траје 2-3, или како је важећим теоријским оквирима предвиђено, 3-5 минута. Она је једнако важна као и уводна фаза часа. Значајна је у физиолошком смислу, али и по могућностима за васпитно деловање на ученике.

Много позитивних и негативних догађаја, током и поводом вежбања које наставник региструје, пружају шансу за озбиљне разговоре са ученицима. Обавеза је учитеља-наставника да у краћим цртама анализира са ученицима протекли час, о његовом учинку, његовој успешности и значају рада који је протекао са више или мање реда. То је прилика да се ученици похвале, али и да им се укаже на колективне или појединачне слабости, којих, морамо признати, има у одређеном степену на готово сваком часу физичког васпитања. На неспровођење те врсте анализе не сме да утиче ни нестрпљење ученика да се што пре домогну свлачионице и припреме за одлазак на наредни час или оду из школе ни, можда, индиспонираност наставника да се ученицима још мало бави. У интересу континуитета васпитног деловања нарочито, ако је било одређених проблема на часу, боље је и скратити основну фазу часа у корист завршне.

Ма колико се чини да је на крају часа, када су сви уморни (или “уморни” од неискоришћене могућности да се заморе), тешко смоћи снаге за још једно окупљање и разговор, тај завршни напор је неопходан и не сме да изостане. Ниједан педагог, коме је стало до резултата у раду са децом и омладином, неће себи дозволити облик недоследности да се са ученицима на крају часа чак и не поздрави, омогућујући им да, на знак звона или нешто раније, слободно напусте простор за вежбање.

Таква слика говори о извесној индиферентности учитеља-наставника према раду, али и незаинтересованости за постизање одређених резултата у образовно-васпитној делатности.

Значај завршне фазе часа је и у томе што је она основна веза са наредним часом или низом часова који тек треба да уследе.

Резултати у васпитању и образовању се постижу континуираним, систематским радом. Од те чињенице не може се побећи ни код наставе у физичког васпитања ученика. Сваки завршени час физичког васпитања мора бити у функцији часа физичког васпитања који следи. Завршна фаза часа је психолошка копча са активношћу која ће тек да уследи сутра или за неки, други, дан. Поред анализе, која мора да буде кратка, јасна, концизна, интелектуална али и емоционално обојена, мора се најавити садржај рада и друго, значајно за следећи час.

Минимална корист је, макар, у томе што ученици знају шта их очекује следећи пут. Ученици воле да знају шта ће се радити наредног часа и какве их евентуалне тешкоће и изазови очекују. Ретко ко воли изненађења.

Правило у методици јесте да после интензивнијег вежбања следи неопходно опуштање, смиривање физиолошких функција и лабављење мишића, у циљу њихове релаксације. Функционално је да се ова вежбања спроводе као саставни део основне фазе часа. Међутим, није исто смиривати организам после вежбања гимнастике, истрајног трчања, игре на два коша, или интервалног спринтерског трчања. После вежбања на справама није потребно вежбање типа “смиривања” функција кардиореспираторног система. Наставник ће радије дати неку забавну игру, јер вежбање на справама, само по себи, захтева концентрисаност и озбиљност. Насупрот овој ситуацији, после интензивнијег трчања или спортске игре у живљем ритму, оптимално је да следи опуштање : у ходу, на месту са вежбама дисања, или седење на поду са лабављењем мишића ногу. Лабављење је неопходно и после интензивног рада на развоју снаге у завршном делу основне фазе часа.

Задатак ове фазе часа је довођење ученика у стање које омогућује нормалну активност на следећем школском часу или одлазак из школе у смиреном стању.

Завршна фаза часа почиње прекидом вежбања, предвиђених у основној фази часа. Дидактички посматрано, од вежбања су далеко значајније неке друге активности наставника и ученика.

Активности на крају основне фазе часа су следеће:

- обавештење, знак, команда наставника да је потребно прекинути сваку активност (позив за прекид вежбања);
- давање упутства и организовање ученика за поспремање справа и реквизита;
- окупљање ученика које може бити у форми постројавања или на слободнији начин;
- кратак разговор о протеклом часу, примедбе наставника, похвале, питања наставника и питања ученика;
- давање обавештења о даљем процесу наставе, итд.
- одлазак у свлачионицу и припремање за наредни час или наредне активности.
- контрола изласка ученика из објекта за физичко вежбање.

Наставник мора да научи ученике да знак за прекид активности мора бити безусловно поштован. У супротном се отежава рад и наставника и ученика. Завршни део часа мора бити дисциплиновано спроведен. Накнадно изведена вежба може значити и повреду ученика који га изводи. Бацање лопте у кош по завршетку играња баскета не само да уноси нервозу, већ значи и губљење времена у овом значајном делу часа. Ученици морају бити научени да се лопта брзо доноси наставнику или оставља на уобичајено место.

Поспремање справа и реквизита мора бити организовано и дириговано од стране наставника. Оно мора бити пажљиво, брзо и педантно. Често се дешава и по команди наставника. Склањање шведског сандука, његово подизање и преношење мора бити уз контролу, јер су могуће повреде ако се справа испусти. Наставник одређује број ученика који преноси справе и начин преношења (недопустиво је вучење струњача и њихово бацање). Неопходно је да сви ученици знају тачно одређена места где се која справа после употребе поставља - враћа. Ако се радило са више група, наставник диктира редослед враћања справа по групама. Справе које нису враћене на захтевани начин наставника, морају се поново размештати. Учитељ-наставник мора да врати ученике да поправе стање које није уредно. Добро је да и сам учитељ-наставник по неки пут, нарочито у почетку навикавања ученика на одређени начин понашања, и сам помогне у спремању. То је за пример ученицима и јасном поруком: да је саставни део процеса вежбања.

Инсистирање на уредном поспремању справа има конкретан васпитни значај. Чување справа и реквизита значи и навикавање ученика на чување свих других створених материјалних вредности, што ученицима треба посебно и нагласити. Инсистирање на уредности има и своју естетску функцију. Истовремено деловање више група ученика захтева и навикавање ученика на стрпљивост и толерантност (пропустити некога испред себе, сачекати да неко остави струњачу, па тек тада наместити своју). У поспремању справа мора да се води рачуна о равномерној расподели послова, а не само да се дају задаци оним ученицима за које је сигуран да ће га безусловно послушати. У ту сврху постепено треба insistирати и на брзини ученика. То је саставни део физичког вежбања, који такође подлеже обучавању.

Ученици, на крају, морају да схвате да је дисциплиновано и организовано деловање најбрже и најефикасније.

Окупљање ученика може да буде постројавање или окупљање на други начин, као на почетку часа. Међутим, чест је случај да се захтева од ученика да седну на шведске клупе, које су поређане дуж ивица сале, и да се са њима обави завршни разговор. Ако је топло и под чист, ученици могу да седну у средину, или неки други део сале. Седиште после вежбања прија ученицима, а учитељу-наставнику пружа добре услове за комуникацију. Добра формација је и вишеслојни полукруг испред наставника. Кроз осврт на час ученике морамо, ако је све било у реду, обавезно похвалити. Уколико нешто или много тога није било у реду, треба, не сме се пропустити прилика да се то ученицима не каже. И у том случају мора да се нађе повод за истицање и оног што је било добро, па макар и у незнатној мери.

Напуштање вежбалишта мора да буде мирно, у ходу. Оно не сме да се претвори у утркивање до ствари у свлачионици. Напуштање простора за вежбање на захтевани начин ствара навику код ученика да се на сличан начин понашају и у другим ситуацијама, ван школе. Ако су на часу и ученице и ученици, тада се ученицама даје предност при одласку не само због правила лепог понашања, већ и због њихове специфичне припреме за наредне активности. Важно је да ученици после часа оперу руке и умивањем освеже лице, како би се пријатније осећали.

Облачење мора да буде у краћем временском року, него што је то у кућним (домаћим) условима. Простор се одмах ослобађа за ученике који долазе, а мора се стићи и на наредни час. Брзину спремања повремено контролише наставник. Излазак из просторија за физичко васпитање, такође, контролише учитељ-наставник. На тај начин се превентивно делује у спречавању експесних ситуација, које у школама нису изузетак. Уједно се контролише и евентуални долазак наредног одељења и у принципу не дозвољава мешање између група које одлазе и долазе.

Ови моменти су наизглед једноставни, али значајни у организацији наставе физичког васпитања. У почетном навикавању ученика на режим спремања по завршетку часа, добро је прекинути 5-3, или 2 минута пре звона. На тај начин се ученицима стварају повољнији услови за спремање, јер им се обезбеђује више времена. Ово је нарочито значајно када је између часова пауза само 5 минута (мали одмор). Кад је на реду велики одмор или последњи час, могуће је активност завршити на знак звона. Време за успешно спровођење завршне фазе часа може се, када је у питању први час, обезбедити његовим ранијим почетком.

Добро реализована завршна фаза часа најбољи је показатељ да је и ток целог часа физичког васпитања успешно организован.

Реч учитеља-наставника у завршној фази часа, значај, има изразити васпитни ефекат.