

Plan i program tjelesne i zdravstvene kulture u zemljama EU

Burja, Marija

Undergraduate thesis / Završni rad

2024

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:687035>

Rights / Prava: [Attribution 4.0 International](#)/[Imenovanje 4.0 međunarodna](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-01-03**

Repository / Repozitorij:

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository](#)



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJI

Marija Cerovac

PLAN I PROGRAM TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U ZEMLJAMA EU

završni rad

Petrinja, rujan , 2024.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Marija Cerovac

PLAN I PROGRAM TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U ZEMLJAMA EU

završni rad

Mentor rada: prof. dr. sc. Ivan Prskalo

Petrinja, rujan , 2024.

SAŽETAK

Ovaj rad bavi se pregledom planova i programa tjelesne kulture u zemljama Europske unije, naglašavajući njihovu važnost u obrazovanju i utjecaj na zdravlje i dobrobit učenika. U uvodu se ističe značaj tjelesne kulture, uz ciljeve rada koji uključuju analizu različitih nacionalnih programa i njihovih zajedničkih elemenata.

Povijesni pregled tjelesnog odgoja u Europi prikazuje ključne promjene i reforme koje su oblikovale današnje programe, te utjecaj europskih politika na njihovo unaprjeđenje. Slijedi detaljna analiza uloge Europske unije, uključujući smjernice, preporuke i financirane projekte koji podržavaju zemlje članice u implementaciji kvalitetnih programa tjelesne kulture. Rad se fokusira na nacionalne programe u odabranim zemljama (Njemačka, Švedska, Francuska, Hrvatska), opisujući njihovu strukturu, sadržaj kurikuluma i satnicu nastave. Posebna pažnja posvećena je razlikama i sličnostima između programa. Metode podučavanja obuhvaćaju tradicionalne i moderne pristupe, uključujući upotrebu tehnologije. Perspektive budućeg razvoja tjelesne kulture uključuju prijedloge za unaprjeđenje programa, inovacije i važnost međunarodne suradnje.

Zaključak sažima ključne točke rada, ističući najvažnije nalaze i nudeći preporuke za buduće politike i prakse. Ovaj rad pruža sveobuhvatan pregled planova i programa tjelesne kulture u EU, naglašavajući potrebu za kontinuiranim unaprjeđenjem ovog važnog aspekta obrazovanja.

Ključne riječi: tjelesna i zdravstvena kultura, Europska unija, metode podučavanja, nacionalni programi, povijest tjelesnog odgoja

SUMMARY

This paper provides an overview of physical education plans and programs in the countries of the European Union, emphasizing their importance in education and their impact on the health and well-being of students. The introduction highlights the significance of physical education, along with the aims of the paper, which include analyzing various national programs and their common elements.

A historical overview of physical education in Europe presents the key changes and reforms that have shaped today's programs, as well as the impact of European policies on their improvement. This is followed by a detailed analysis of the role of the European Union, including guidelines, recommendations, and funded projects that support member countries in implementing quality physical education programs. The paper focuses on national programs in selected countries (Germany, Sweden, France, Croatia), describing their structure, curriculum content, and the number of hours allocated to physical education. Special attention is given to the differences and similarities between programs. Teaching methods encompass both traditional and modern approaches, including the use of technology. The future perspectives of physical education development include proposals for program improvement, innovations, and the importance of international cooperation.

The conclusion summarizes the key points of the paper, highlighting the most important findings and offering recommendations for future policies and practices. This paper provides a comprehensive overview of physical education plans and programs in the EU, emphasizing the need for continuous improvement of this important aspect of education.

Keywords: physical and health culture, European Union, teaching methods, national programs, history of physical education

Sadržaj

1. UVOD	1
2. POVIJESNI RAZVOJ TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U EUROPI	2
2.1. Povijest tjelesnog odgoja.....	3
2.2. Utjecaj europskih politika na razvoj tjelesne i zdravstvene kulture.....	3
3. TJELESNA KULTURA U EU	6
3.1. Europske smjernice i preporuke.....	6
3.2. Uloga europske komisije i drugih institucija.....	6
4. NACIONALNI PROGRAMI TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE	8
4.1. Primjeri izabranih zemalja (Hrvatska, Njemačka, Švedska, Francuska).....	8
5. METODE PODUČAVANJA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U EU	11
5.2. Moderne metode	11
5.3. Integracija tehnologije u tjelesnu kulturu	12
6. PERSPEKTIVE I BUDUĆI SMJEROVI TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U EU.....	13
6.1. Mogućnosti unapređenja programa	13
6.2. Uloga međunarodne suradnje.....	14
6.3. Profesionalni razvoj nastavnika osnovnih i srednjih škola	15
6.4. Interdisciplinarni pristupi	15
7. IZAZOVI I PRILIKE TJELESNE KULTURE U ZEMLJAMA EU	17
8. ZAKLJUČAK.....	19
LITERATURA:.....	21
POPIS TABLICA:.....	22
Izjava o samostalnoj izradi završnog rada	23

1. UVOD

Tjelesna kultura ima ključnu ulogu u obrazovanju, značajno doprinosi zdravlju i dobrobiti učenika te potiče razvoj motoričkih, socijalnih i emocionalnih vještina. Kroz tjelesnu aktivnost, učenici usvajaju zdrave životne navike, smanjuju rizik od kroničnih bolesti i poboljšavaju svoje mentalno zdravlje. Osim zdravstvenih benefita, tjelesna kultura promiče timski rad, disciplinu i samopouzdanje, čime doprinosi cjelokupnom razvoju mladih osoba. Cilj ovog rada je pružiti sveobuhvatan pregled planova i programa tjelesne kulture u zemljama Europske unije. Analizirat će se različiti nacionalni programi, s naglaskom na njihovu strukturu, sadržaj kurikuluma i učestalost nastave. Posebna pažnja bit će posvećena razlikama i sličnostima između programa, kao i metodama podučavanja koje uključuju tradicionalne i moderne pristupe, uključujući upotrebu tehnologije. Također, rad će obuhvatiti povijesni pregled razvoja tjelesnog odgoja u Europi, s posebnim naglaskom na ključne promjene i reforme koje su oblikovale današnje programe, te utjecaj europskih politika na njihovo unaprjeđenje. Uloga Europske unije u podršci kvalitetnim programima tjelesne kulture bit će detaljno analizirana kroz smjernice, preporuke i financirane projekte. Zaključno, rad će pružiti perspektive budućeg razvoja tjelesne kulture, uključujući prijedloge za unaprjeđenje programa, inovacije i važnost međunarodne suradnje. Kroz analizu ključnih točaka, bit će ponuđene preporuke za buduće politike i prakse, ističući potrebu za kontinuiranim unaprjeđenjem ovog važnog aspekta obrazovanja.

2. POVIJESNI RAZVOJ TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U EUROPI

Razvoj tjelesne i zdravstvene kulture u Europi ima dugu i bogatu povijest, koja se može pratiti od antičkih vremena do suvremenog doba. Kroz stoljeća, pristupi tjelesnom odgoju i zdravstvenoj kulturi evoluirali su u skladu s društvenim, političkim i znanstvenim promjenama.

U antičkoj Grčkoj, tjelesna kultura bila je sastavni dio obrazovnog sustava. Grci su smatrali da je razvoj tijela jednako važan kao i razvoj uma, što se odražavalo u njihovom školskom sustavu, gdje su gimnaziji i atletska natjecanja igrali ključnu ulogu. U Rimu, tjelesna kultura također je imala značajnu ulogu, ali je bila više usmjerena na pripremu za vojne aktivnosti. (Kyle, D.G., 2007)

Tijekom srednjeg vijeka, tjelesna kultura u Europi postala je manje istaknuta u svakodnevnom životu, no određeni oblici fizičke aktivnosti i dalje su bili prisutni, osobito među plemstvom. Viteška kultura, sa svojim naglaskom na borilačke vještine i vojnu spremnost, održavala je tradiciju tjelesne pripreme kroz turnire, viteške igre i treninge u oružju. Ovi su događaji služili kao sredstvo za demonstraciju fizičke snage, hrabrosti i vještine, što je bilo ključno za status i prestiž u viteškoj hijerarhiji. (Barber, R., & Barker, J. 1989)

Renesansa je donijela preporod interesa za tjelesnu kulturu, inspiriranog antičkim idealima. U ovoj je fazi tjelesni odgoj ponovno postao važan dio obrazovanja, a mnogi renesansni mislioci i pedagozi naglašavali su važnost fizičkog vježbanja za cjelokupni razvoj osobe. (Burke, P., 1998)

Moderni pokret tjelesne kulture u Europi počinje u 19. stoljeću s uspostavljanjem sustava tjelesnog odgoja u školama. Važnu ulogu odigrali su pioniri poput Friedricha Jahna u Njemačkoj, koji je osnovao prve gimnastičke klubove, i Per Henrika Linga u Švedskoj, koji je razvio sustav medicinske gimnastike. Tijekom 20. stoljeća, tjelesna kultura postala je sveobuhvatnija i uključivala je razne sportove i aktivnosti, naglašavajući važnost tjelesne aktivnosti za zdravlje i blagostanje. (Krüger, M., 1996)

Danas, tjelesna i zdravstvena kultura u Europi obuhvaća širok spektar aktivnosti i programa koji se provode u školama i zajednicama, s ciljem promicanja zdravog načina života i prevencije bolesti. Europska unija aktivno podupire ove napore kroz različite inicijative i projekte.

Earle F. Zeigler u svojoj knjizi "Povijest tjelesne kulture i sporta" ističe važnost tjelesne kulture kroz povijest, navodeći: "Razvoj tjelesne kulture u Europi bio je značajno pogođen

socio-političkim i kulturnim promjenama, odražavajući promjenjive stavove prema tjelesnom zdravlju i vježbanju" (Zeigler, 2007, str. 56).

2.1. Povijest tjelesnog odgoja

Tjelesni odgoj, poznat i kao fizička kultura ili fizičko obrazovanje, oblikovan je kroz povijest ljudske civilizacije kao odgovor na različite društvene potrebe i ciljeve. Općenito, tjelesni odgoj može se promatrati kroz nekoliko ključnih aspekata koji su oblikovali njegov razvoj i značaj u društvu.

U ranim civilizacijama, tjelesni odgoj bio je često povezan s pripremom za lov, ratovanje i svakodnevne fizičke zadatke. Tradicionalne igre, plesovi i borilačke vještine služili su kao sredstvo za održavanje tjelesne spremnosti i prenošenje kulturnih vrijednosti s generacije na generaciju. S razvojem društava i obrazovnih sustava, tjelesni odgoj postao je organiziraniji i strukturiraniji. U školama su uvedeni programi tjelesnog odgoja koji su uključivali razne sportske aktivnosti, gimnastiku i vježbe s ciljem razvoja cjelokupnog zdravlja i fizičkih sposobnosti učenika. U modernom dobu, tjelesni odgoj postao je predmet znanstvenih istraživanja koja su unaprijedila razumijevanje fizičkog treninga, prehrane, psihologije sporta i rehabilitacije. Profesionalni treneri, sportski psiholozi i medicinski stručnjaci danas igraju ključnu ulogu u oblikovanju programa tjelesnog odgoja koji su prilagođeni individualnim potrebama i ciljevima. Ključni ciljevi tjelesnog odgoja danas su:

- Pобољшanje tjelesne kondicije: Razvijanje snage, izdržljivosti, fleksibilnosti i koordinacije.
- Promicanje zdravih navika: Poticanje redovite fizičke aktivnosti i zdrave prehrane.
- Razvoj socijalnih vještina: Poticanje timskog rada, komunikacije i poštovanja prema drugima.
- Emocionalno blagostanje: Smanjenje stresa, anksioznosti i poboljšanje samopouzdanja.
- Cjeloviti razvoj: Integracija tjelesnog, mentalnog i emocionalnog razvoja kroz uravnotežene aktivnosti. (Bailey, R., 2006)

2.2. Utjecaj europskih politika na razvoj tjelesne i zdravstvene kulture

Utjecaj europskih politika na razvoj tjelesne i zdravstvene kulture igra ključnu ulogu u oblikovanju pristupa fizičkom obrazovanju i zdravlju stanovništva diljem Europe. Europske politike usmjerene na tjelesnu i zdravstvenu kulturu usmjeravaju se na različita gledišta,

uključujući obrazovanje, javno zdravstvo, sport i rekreaciju, te promicanje zdravih stilova života. Ovdje je pregled kako te politike utječu na razvoj tjelesne i zdravstvene kulture u Europi.

Europske politike u obrazovanju prepoznaju važnost tjelesne aktivnosti kao ključnog dijela cjelokupnog razvoja djece i mladih. Kroz različite inicijative i programe, Europska unija (EU) potiče integraciju tjelesnog odgoja u školske kurikulume. Na primjer, program Erasmus+ podržava sportske aktivnosti i tjelesni odgoj u obrazovnim ustanovama, omogućujući razmjenu najboljih praksi i inovativnih metoda podučavanja.

Zdravstvene politike na razini EU-a snažno se oslanjaju na prevenciju bolesti i promicanje zdravih stilova života. Europski plan za borbu protiv raka, koji je usvojen 2020. godine, uključuje mjere za poticanje tjelesne aktivnosti kao način smanjenja rizika od raka i drugih kroničnih bolesti. Također, EU promiče inicijative poput "Healthy Lifestyles for All" koja ima za cilj poboljšati zdravlje građana svih dobnih skupina kroz povećanje tjelesne aktivnosti i zdrave prehrane.

Sport ima značajnu ulogu u europskoj politici, a EU prepoznaje sport kao sredstvo za poticanje socijalne inkluzije, zdravlja i obrazovanja. Inicijativa "European Week of Sport" potiče ljude svih dobnih skupina da sudjeluju u sportskim aktivnostima i promiče važnost tjelesne aktivnosti. Kroz financijske potpore i projekte, EU podržava razvoj sportskih infrastruktura i programa koji olakšavaju pristup sportu za sve građane.

Europske politike također se usmjeravaju na promicanje rekreacije i slobodnog vremena kao važnog dijela kvalitete života. Programi kao što su "Europe for Citizens" i razne inicijative na lokalnoj razini pomažu u stvaranju prostora i mogućnosti za rekreativne aktivnosti, uključujući parkove, biciklističke staze i sportske dvorane. Ovi naponi omogućuju građanima da se uključe u tjelesne aktivnosti koje su ključne za njihovo fizičko i mentalno zdravlje.

EU osigurava značajnu financijsku podršku za projekte koji promiču tjelesnu i zdravstvenu kulturu. Kroz fondove poput Europskog socijalnog fonda (ESF) i Europskog fonda za regionalni razvoj (ERDF), države članice mogu dobiti sredstva za razvoj sportskih objekata, organizaciju sportskih događaja i provedbu zdravstvenih programa. Ovi projekti često uključuju suradnju između različitih zemalja, što omogućuje razmjenu znanja i iskustava te potiče inovacije u području tjelesne i zdravstvene kulture.

Jedan od ključnih elemenata europskih politika u području tjelesne i zdravstvene kulture je međunarodna suradnja. Kroz razne mreže i platforme, zemlje članice EU-a surađuju na

razvoju zajedničkih strategija i dijeljenju najboljih praksi. Primjeri uključuju razmjenu znanja o inovativnim metodama u tjelesnom odgoju, implementaciju zajedničkih zdravstvenih kampanja i razvoj prekograničnih sportskih događaja.

Europske politike imaju značajan utjecaj na razvoj tjelesne i zdravstvene kulture u Europi. Kroz obrazovne programe, inicijative javnog zdravstva, sportske politike i financijsku podršku, EU potiče fizičku aktivnost i zdravlje građana. Ove politike ne samo da pridonose tjelesnom i mentalnom zdravlju pojedinaca, već i promiču socijalnu inkluziju, poboljšavaju kvalitetu života i potiču međunarodnu suradnju. Kao rezultat, europske politike igraju ključnu ulogu u stvaranju zdravijeg i aktivnijeg društva.

3. TJELESNA KULTURA U EU

Tjelesna kultura u Europskoj uniji (EU) obuhvaća širok spektar aktivnosti i politika usmjerenih na promicanje tjelesne aktivnosti, zdravlja i sporta među građanima. EU prepoznaje važnost tjelesne kulture za fizičko i mentalno zdravlje, socijalnu inkluziju i kvalitetu života.

3.1. Europske smjernice i preporuke

Europske smjernice i preporuke za tjelesnu kulturu usmjerene su na poticanje redovite tjelesne aktivnosti i sporta među građanima svih dobnih skupina kako bi se poboljšalo zdravlje, socijalna inkluzija i kvaliteta života. Ove smjernice definirane su kroz različite dokumente i inicijative Europske unije. Europske smjernice i preporuke za tjelesnu kulturu naglašavaju važnost redovite tjelesne aktivnosti za sve dobne skupine, integraciju sporta u obrazovne sustave, promicanje zdravlja i socijalne inkluzije kroz sport, te podršku zajednicama u organizaciji tjelesnih aktivnosti. Ove smjernice pružaju okvir za razvoj nacionalnih i lokalnih politika koje potiču aktivan i zdrav način života diljem Europe. (European Commission, 2008)

3.2. Uloga europske komisije i drugih institucija

Europska komisija je neka vrsta "vlade" EU. Oni donose pravila i strategije za poticanje ljudi da budu fizički aktivni. Na primjer, izradili su "Bijelu knjigu o sportu" koja naglašava važnost sporta za zdravlje i društvenu inkluziju. Također su razvili smjernice koje preporučuju koliko bi se ljudi trebali kretati svaki tjedan. Komisija također daje novac za razne projekte kroz programe kao što je Erasmus+. To je program koji pomaže školama i organizacijama da provode sportske i obrazovne aktivnosti. Osim toga, koriste fondove poput Europskog socijalnog fonda za izgradnju sportskih objekata i podršku lokalnim sportskim inicijativama. Kako bi ljude motivirali da budu aktivni, Komisija organizira događaje kao što je Europski tjedan sporta. To je tjedan pun aktivnosti koje potiču ljude svih uzrasta da se bave sportom. Također su pokrenuli #BeActive kampanju koja motivira ljude da budu aktivni tijekom cijele godine.

Europski parlament, kao zakonodavno tijelo EU, donosi zakone i rezolucije koje potiču zemlje članice da promiču tjelesnu aktivnost. Oni, primjerice, mogu usvojiti rezolucije koje pozivaju vlade na ulaganje u sportske programe. (European Parliament, 2012)

Vijeće EU, koje čine ministri iz svih država članica, koordinira sportske politike među zemljama. Oni formiraju odbore i radne skupine koje pomažu u razvijanju zajedničkih strategija za promicanje sporta i tjelesne aktivnosti.

Europski odbor regija (CoR) radi s lokalnim i regionalnim vlastima kako bi podržao tjelesnu aktivnost. Na primjer, mogu izdavati preporuke gradovima i regijama da grade biciklističke staze ili sportske parkove.

Izvršna agencija za obrazovanje, audiovizualnu djelatnost i kulturu (EACEA) upravlja dijelovima programa Erasmus+ i drugih inicijativa, pazeći da novac bude pravilno raspoređen i da projekti budu uspješno provedeni.

Europska agencija za sigurnost i zdravlje na radu (EU-OSHA) promovira tjelesnu aktivnost kao dio brige za zdravlje na radnim mjestima. Organiziraju kampanje koje potiču radnike da se više kreću kako bi bili zdraviji.

4. NACIONALNI PROGRAMI TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

Tjelesna i zdravstvena kultura igra ključnu ulogu u obrazovanju i zdravlju građana diljem Europe. Nacionalni programi tjelesnog odgoja razlikuju se među državama, ali svi dijele zajednički cilj: poboljšanje fizičkog i mentalnog zdravlja populacije.

4.1. Primjeri izabраниh zemalja (Hrvatska, Njemačka, Švedska, Francuska)

Nacionalni programi tjelesne i zdravstvene kulture u Hrvatskoj, Njemačkoj, Švedskoj i Francuskoj pokazuju različite pristupe, ali dijele zajednički cilj – promicanje zdravlja i dobrobiti građana kroz tjelesnu aktivnost. Svaka od ovih zemalja ima svoje specifičnosti u načinu implementacije tih programa, ali svi naglašavaju važnost tjelesnog odgoja u cjelokupnom razvoju djece i mladih. Kroz integraciju sporta i tjelesne aktivnosti u obrazovne sustave, ove zemlje pridonose stvaranju zdravijeg i aktivnijeg društva.

Hrvatska

Hrvatska pridaje veliku važnost tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi unutar obrazovnog sustava, posebno u kontekstu kurikularne reforme koja je provedena posljednjih godina. Nacionalni programi tjelesnog odgoja integrirani su u osnovne i srednje škole, u skladu s ažuriranim *Nacionalnim kurikulumom za tjelesnu i zdravstvenu kulturu*. Ovaj kurikulum potiče učenike na redovitu tjelesnu aktivnost kroz raznolike sportske aktivnosti i edukaciju o zdravom načinu života. Prema *Ministarstvu znanosti i obrazovanja Republike Hrvatske*, program naglašava važnost tjelesne aktivnosti za cjelokupni razvoj djece, s posebnim fokusom na razvoj motoričkih sposobnosti, tjelesne izdržljivosti i zdravstvene pismenosti. Kurikularna reforma također je uključila elemente zdravstvenog obrazovanja kako bi učenici usvojili navike koje doprinose njihovom dugoročnom zdravlju i dobrobiti. (Ministarstvo znanosti i obrazovanja Republike Hrvatske, 2019)

Njemačka

Njemačka ima dobro razvijen sustav tjelesnog odgoja koji je integriran u obrazovni sustav na svim razinama. Svaka savezna pokrajina ima svoje specifične kurikulume, ali svi dijele slične ciljeve i standarde. Programi su usmjereni na promicanje zdravlja, motoričkog razvoja i socijalnih vještina kroz sport i tjelesne aktivnosti. Njemačka također ima snažan fokus na inkluziju, omogućujući djeci s različitim sposobnostima da sudjeluju u tjelesnom odgoju. Prema Institutu za obrazovanje i zdravlje, njemački programi tjelesne i zdravstvene kulture

naglašavaju važnost cjelokupnog razvoja učenika, uključujući i mentalno zdravlje kroz sportske aktivnosti .

Švedska

Švedska je poznata po svom holističkom pristupu tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi. Nacionalni kurikulum stavlja velik naglasak na tjelesnu aktivnost kao dio svakodnevnog života učenika. Programi tjelesne kulture u Švedskoj obuhvaćaju širok spektar aktivnosti, uključujući tradicionalne sportove, ples, planinarenje i druge oblike rekreacije. Jedna od ključnih komponenti švedskog pristupa je integracija tjelesne aktivnosti u svakodnevni život učenika, ne samo kroz školske sate, već i kroz vanškolske aktivnosti i sportske klubove. Švedski zavod za obrazovanje navodi kako se djeca potiču da budu aktivna svakodnevno, što uključuje hodanje ili bicikliranje do škole.

Francuska

Francuska također pridaje veliku važnost tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi, s naglaskom na sport i tjelesnu aktivnost u školama. Francuski nacionalni kurikulum za tjelesni odgoj obuhvaća sve dobne skupine i uključuje raznovrsne sportske aktivnosti, od atletike do kolektivnih sportova. Francuska je poznata po svojoj strukturi školskog sporta, gdje su sportski klubovi često povezani sa školama, omogućujući učenicima sudjelovanje u organiziranim sportskim aktivnostima. Ministarstvo obrazovanja također provodi programe za promicanje zdravlja i fizičke aktivnosti, s ciljem smanjenja sjedilačkog načina života među mladima.

Ključne spoznaje:

Hrvatska i Francuska imaju relativno veći broj sati posvećenih tjelesnom odgoju, što odražava snažan fokus na tradicionalne sportove i kondiciju. Švedska se ističe integracijom socijalnog i emocionalnog učenja unutar tjelesnog odgoja, naglašavajući holistički pristup. Njemačka ima decentralizirani pristup, što dovodi do varijacija u fokusu kurikulumu i broju nastavnih sati u različitim saveznim pokrajinama. Sljedeća tablica daje jasnu sliku o tome kako različite europske zemlje strukturiraju svoje kurikulume za tjelesnu i zdravstvenu kulturu, odražavajući raznolike obrazovne filozofije i nacionalne prioritete. Podaci su prikupljeni iz različitih izvora, uključujući službene kurikulumske dokumente, akademska istraživanja i izvještaje obrazovnih institucija kao što su Eurydice i OECD.

TABLICA 1. Usporedna tablica nacionalnih kurikuluma nekih članica EU

Zemlja	Struktura kurikuluma	Područja fokusa	Broj sati (godišnje)	Metode ocjenjivanja	Kvalifikacije nastavnika
HRVATSKA	Hrvatski kurikulum za tjelesnu i zdravstvenu kulturu naglašava razvoj motoričkih vještina, tjelesnu kondiciju, zdravstveni odgoj i promicanje tjelesne aktivnosti kroz sve faze obrazovanja.	Razvoj motoričkih vještina, zdravlje, prevencija bolesti, sportski duh, timska suradnja, edukacija o zdravom načinu života.	3 sata tjedno (oko 105 sati godišnje) za osnovne škole od 1. do 3. razreda. 2 sata tjedno (oko 70 sati godišnje) za osnovne škole od 3. do 8. razreda i srednje škole.	Kontinuirano ocjenjivanje putem promatranja i periodičnih testova i zadataka. Ocjenjivanje se temelji na angažmanu, postignućima i razumijevanju zdravstvenih koncepata.	Nastavnici i učitelji tjelesne i zdravstvene kulture trebaju imati sveučilišnu diplomu iz tjelesne kulture, kineziologije ili srodnih područja. Moraju završiti odgovarajući program obrazovanja na Učiteljskom fakultetu ili Kineziološkom fakultetu. Potrebno je posjedovati relevantnu pedagošku kvalifikaciju i kontinuirano se usavršavati kroz profesionalne razvojne programe.
NJEMAČKA	Njemački kurikulum je decentraliziran; svaka savezna pokrajina kreira vlastiti, ali zajedničke teme uključuju tjelesnu kondiciju, sportski odgoj i socijalne vještine.	Tjelesna kondicija, sportske igre, odgoj kroz pokret, i zdravstveni odgoj.	Varira po pokrajinama, općenito oko 80-120 sati godišnje.	Kombinacija formativnog i sumativnog ocjenjivanja, uključujući procjenu praktičnih izvedbi.	Državno-certificirano obrazovanje, često uključujući sveučilišnu diplomu i praktično iskustvo u nastavi.
ŠVEDSKA	Švedski kurikulum se snažno fokusira na zdravlje, blagostanje i osobni razvoj, integrirajući tjelesnu aktivnost sa	Zdravstveni odgoj, tjelesna kondicija, socijalno i emocionalno učenje, i sportovi.	Približno 56-80 sati godišnje.	Naglasak na samoprocjeni, recenzijama vršnjaka i promatranju nastavnika; također se koriste	Potrebna je nastavna diploma sa specijalizacijom iz tjelesne kulture, uz dodatnu obuku iz zdravstva.

	socijalnim i emocionalnim učenjem.			projektni zadaci.	
FRANCUSKA	Francuski kurikulum uključuje snažan naglasak na tradicionalne sportove, gimnastiku i kondiciju, s ciljem razvijanja tjelesnih, socijalnih i emocionalnih vještina.	Sportske tehnike, gimnastika, kondicijski trening i timski rad.	Približno 108 sati godišnje u nižem srednjoškolskom obrazovanju.	Kontinuirano ocjenjivanje putem sudjelovanja, testiranja vještina i pisanih ispita.	Nastavna diploma iz tjelesne kulture, s fokusom na sportske tehnike i pedagoške metode.

5. METODE PODUČAVANJA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U EU

5.1. Tradicionalne metode

Tradicionalne metode podučavanja tjelesne i zdravstvene kulture uključuju klasične pristupe kao što su vježbe izdržljivosti, snage, fleksibilnosti i motoričkih sposobnosti. Ove metode se često primjenjuju kroz strukturirane lekcije u sportskim dvoranama ili na otvorenim terenima. Učitelji koriste demonstracije, verbalne upute i povratne informacije kako bi učenicima pomogli da pravilno izvedu vježbe i razumiju važnost fizičke aktivnosti. Jedan od ključnih aspekata tradicionalne metode je naglasak na disciplinu i ponavljanje. Kroz redovite tjelesne aktivnosti, učenici razvijaju fizičku kondiciju i usvajaju zdrave navike koje će im koristiti tijekom cijelog života. Primjerice, u Njemačkoj se u školama koristi pristup "Leibeserziehung", što se može prevesti kao "tjelovježba" ili "tjelesni odgoj", koji se fokusira na tjelesni razvoj i disciplinu kroz sport.

5.2. Moderne metode

Moderne metode podučavanja tjelesne i zdravstvene kulture uključuju širi spektar aktivnosti i pristupa koji su prilagođeni suvremenim potrebama i interesima učenika. Ove metode naglašavaju važnost uživanja u tjelesnoj aktivnosti i poticanje pozitivnog stava prema sportu. Neki od modernih pristupa uključuju:

- Interdisciplinarno učenje: Integracija tjelesne kulture s drugim predmetima kao što su biologija, fizika ili zdravstvo. Na primjer, učenici mogu učiti o anatomiji i fiziologiji dok prakticiraju određene vježbe.
- Projektno učenje: Učenici sudjeluju u projektima koji uključuju planiranje i provedbu sportskih događaja ili istraživanja o zdravom načinu života.
- Individualizacija: Pristup prilagođen pojedincu, gdje se vježbe i aktivnosti prilagođavaju individualnim sposobnostima i interesima učenika. Ovo pomaže u motiviranju učenika i osigurava da svi imaju priliku za napredak.

5.3. Integracija tehnologije u tjelesnu kulturu

Tehnologija igra sve značajniju ulogu u podučavanju tjelesne i zdravstvene kulture. Integracija tehnologije može poboljšati iskustvo učenja i motivirati učenike na različite načine:

- Nosivi uređaji: Korištenje pametnih satova i fitness narukvica za praćenje tjelesne aktivnosti, pulsa i drugih zdravstvenih parametara. Ovo omogućuje učenicima da prate svoj napredak i postavljaju ciljeve.
- Aplikacije za fitness: Postoji niz aplikacija koje pružaju personalizirane vježbe, savjete za prehranu i praćenje napretka. Ove aplikacije mogu biti korisne za učenike koji žele dodatno vježbati kod kuće.
- Virtualna stvarnost (VR): VR tehnologija omogućuje učenicima da sudjeluju u virtualnim sportskim aktivnostima, kao što su virtualno skijanje ili bicikliranje, što može biti posebno korisno u školama koje nemaju pristup određenim sportskim objektima.

Primjer uspješne integracije tehnologije može se naći u Švedskoj, gdje škole koriste digitalne platforme za praćenje tjelesne aktivnosti učenika i pružanje povratnih informacija u stvarnom vremenu. Ovo omogućuje učiteljima da prilagode nastavu potrebama svakog učenika i potiču ih na kontinuiranu tjelesnu aktivnost. (Skolverket, 2021).

Skolverket. Physical Education and Health. Swedish National Agency for Education, 2021. Dostupno na: <https://www.skolverket.se> [Pristup 24. srpnja 2024].

6. PERSPEKTIVE I BUDUĆI SMJEROVI TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U EU

Tjelesna i zdravstvena kultura u Europskoj uniji (EU) temelj je za izgradnju zdravih i aktivnih zajednica. S obzirom na sve veće zdravstvene izazove s kojima se suočava Europa, uključujući povećanje kroničnih bolesti, pretilosti, mentalnih poremećaja i posljedica sedentarnog načina života, ključno je da se programi tjelesnog odgoja i promicanja zdravlja kontinuirano razvijaju i prilagođavaju. EU već nekoliko desetljeća prepoznaje važnost tjelesne aktivnosti kao ključnog elementa u sprječavanju bolesti i promicanju dobrobiti. No, s obzirom na promjenjive socijalne i demografske uvjete, te tehnološki napredak, potrebno je definirati nove smjernice i strategije koje će osigurati učinkovito provođenje tjelesne i zdravstvene kulture u cijeloj Uniji. Tjelesna i zdravstvena kultura u EU suočava se s brojnim izazovima, ali i pruža široke mogućnosti za unapređenje. Kako bi se osiguralo da svi građani EU imaju pristup kvalitetnom tjelesnom odgoju i mogućnostima za tjelesnu aktivnost, potrebno je kontinuirano ulagati u obrazovanje, infrastrukturu i međunarodnu suradnju. Budući smjerovi razvoja uključuju daljnju integraciju digitalnih tehnologija, promociju inkluzivnosti, jačanje lokalnih zajednica i nastavak suradnje s globalnim partnerima kako bi se osigurala dugoročna dobrobit i zdravlje građana EU.

6.1. Mogućnosti unapređenja programa

Unapređenje programa tjelesne i zdravstvene kulture u EU zahtijeva sveobuhvatan pristup koji se temelji na integraciji različitih sektora i razina društva. Jedan od ključnih izazova jest osiguranje da programi tjelesnog odgoja u obrazovnim ustanovama odgovaraju potrebama suvremenih učenika. Tradicionalni pristupi tjelesnom odgoju često nisu dovoljno atraktivni za mlade koji su sve više izloženi digitalnim tehnologijama i sedentarnom načinu života. Stoga je važno da se programi moderniziraju, uključujući digitalne alate poput aplikacija za praćenje aktivnosti, gamifikaciju tjelesnih aktivnosti te korištenje virtualne stvarnosti za simulaciju sportskih aktivnosti.

Nadalje, jedan od ključnih smjerova za unapređenje leži u prilagodbi programa tjelesne i zdravstvene kulture za različite demografske skupine. To uključuje razvoj programa za stariju populaciju, koja se suočava s povećanim rizikom od kroničnih bolesti i smanjene mobilnosti. Primjerice, EU bi mogla poticati razvoj i implementaciju prilagođenih programa vježbanja koji uključuju blage oblike tjelesne aktivnosti poput pilatesa, hodanja ili plivanja koji su prilagođeni potrebama starijih osoba. Također, pitanje inkluzivnosti mora biti prioritet u razvoju programa

tjelesne i zdravstvene kulture. Djeca s posebnim potrebama često su isključena iz standardnih programa tjelesnog odgoja zbog nedostatka prilagođene infrastrukture i obrazovnih materijala. Unapređenje tih programa kroz financiranje specijaliziranih trenera, prilagodbu sportskih objekata te razvoj inovativnih nastavnih metoda može značajno poboljšati tjelesno zdravlje i socijalnu inkluziju ove populacije. Poticanje tjelesne aktivnosti izvan školskog okruženja također je važan segment. Iako škole igraju ključnu ulogu u promicanju tjelesne aktivnosti među djecom, važno je da se slična podrška pruži i odraslima. Lokalne zajednice mogu igrati ključnu ulogu u ovome kroz organizaciju besplatnih ili subvencioniranih programa tjelesne aktivnosti za sve dobne skupine. Primjeri uključuju organizaciju sportskih događaja na otvorenom, poput biciklističkih vožnji, trčanja, plivanja i drugih aktivnosti koje uključuju cijelu zajednicu. Također, unapređenje javne infrastrukture, poput stvaranja biciklističkih staza, pješačkih zona i sportskih igrališta, može značajno doprinijeti povećanju tjelesne aktivnosti.

6.2. Uloga međunarodne suradnje

Međunarodna suradnja unutar EU i s drugim globalnim partnerima predstavlja ključnu komponentu u razvoju tjelesne i zdravstvene kulture. EU se može osloniti na razmjenu znanja i iskustava među svojim članicama kako bi se poboljšali nacionalni programi tjelesnog odgoja i promicanja zdravlja. Programi kao što su Erasmus+ i Horizon Europe omogućuju ne samo mobilnost studenata, učitelja i trenera, već i razvoj zajedničkih istraživačkih projekata usmjerenih na unapređenje zdravlja putem tjelesne aktivnosti. Suradnja između zemalja članica može se proširiti i na razini zajedničkih sportskih događaja, natjecanja i kampova koji potiču međukulturnu razmjenu i jačanje zajedništva unutar EU. Organizacija sportskih događaja, poput Europskih igara ili zajedničkih trening kampova, omogućuje mladima i profesionalnim sportašima iz različitih dijelova Europe da zajedno treniraju, uče i natječu se, čime se promovira ne samo tjelesna aktivnost, već i kulturno razumijevanje i socijalna kohezija. U globalnom kontekstu, EU surađuje s međunarodnim organizacijama poput Svjetske zdravstvene organizacije (WHO), UNESCO-a i Međunarodnog olimpijskog odbora (IOC). Ova suradnja omogućuje usklađivanje strategija za promociju tjelesne aktivnosti i zdravlja na globalnoj razini. Primjerice, WHO-ova Globalna strategija za tjelesnu aktivnost i zdravlje pruža okvir za nacionalne politike koje mogu biti integrirane u programe država članica EU. EU također ima važnu ulogu u promociji prava na tjelesnu aktivnost i sport u zemljama u razvoju. Kroz različite humanitarne i razvojne programe, EU može podržati stvaranje infrastrukture za tjelesnu

aktivnost i promicanje zdravlja u manje razvijenim zemljama, čime se doprinosi globalnom zdravlju i dobrobiti.

6.3. Profesionalni razvoj nastavnika osnovnih i srednjih škola

Profesionalni razvoj nastavnika (učitelja) tjelesne i zdravstvene kulture u Europskoj uniji postaje sve važniji u kontekstu stalnih promjena u obrazovnom sustavu i društvenim očekivanjima. Kako se obrazovni programi razvijaju, tako i nastavnici moraju biti opremljeni najnovijim znanjima i vještinama kako bi učinkovito podučavali učenike i poticali njihov razvoj. Jedan od ključnih aspekata profesionalnog razvoja nastavnika je kontinuirano obrazovanje i stručno usavršavanje. Europske zemlje sve više ulažu u programe koji omogućuju nastavnicima sudjelovanje na seminarima, radionicama i konferencijama, gdje mogu razmjenjivati iskustva i učiti o najnovijim trendovima u obrazovanju tjelesne i zdravstvene kulture. Na primjer, u Švedskoj se od nastavnika očekuje da redovito sudjeluju u programima stručnog usavršavanja koji su usmjereni na integraciju novih tehnologija u nastavu i razvijanje inovativnih pristupa podučavanju. Uz to, digitalne tehnologije igraju sve važniju ulogu u profesionalnom razvoju nastavnika. Online platforme i obrazovni portali omogućuju nastavnicima pristup bogatom sadržaju za samoučenje, uključujući video predavanja, interaktivne module i virtualne zajednice za suradnju. Na taj način, nastavnici mogu prilagoditi svoj profesionalni razvoj vlastitim potrebama i interesima, te primjenjivati naučeno u učionici na način koji najbolje odgovara njihovim učenicima. Zbog rastuće svijesti o važnosti tjelesne aktivnosti za cjelokupno zdravlje učenika, sve veći naglasak stavlja se i na osposobljavanje nastavnika u području zdravstvenog odgoja i prevencije. To uključuje teme poput mentalnog zdravlja, prehrane, te prevencije ozljeda, čime se nastavnici osposobljavaju za cjelovitiji pristup učenicima.

6.4. Interdisciplinarni pristupi

Interdisciplinarni pristupi u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi postaju sve značajniji kao sredstvo za obogaćivanje nastavnog procesa i integriranje tjelesne aktivnosti s drugim obrazovnim područjima. Uvođenjem ovih pristupa, nastava tjelesne kulture ne samo da potiče fizičku aktivnost, već i doprinosi širem obrazovnom iskustvu učenika. Jedan od primjera interdisciplinarnog pristupa je povezivanje tjelesne kulture s prirodnim znanostima, posebno biologijom i anatomijom. Učenici mogu kroz tjelesne aktivnosti naučiti više o funkciji ljudskog

tijela, kao što su rad mišića, kardiovaskularni sustav i važnost zdrave prehrane. Ovakvi pristupi omogućuju učenicima da kroz praksu razumiju teorijske koncepte, čime se povećava njihovo angažiranje i razumijevanje. Osim toga, tjelesna kultura se može integrirati s umjetničkim predmetima, poput glazbe i plesa, što omogućuje učenicima da istraže izražavanje kroz pokret i ritam. U Francuskoj, na primjer, u nekim školama se provode programi koji kombiniraju tjelesni odgoj s plesnim radionicama, što potiče kreativnost i tjelesnu izražajnost kod učenika. Interdisciplinarni pristupi također uključuju povezivanje tjelesne kulture s društvenim znanostima, poput psihologije i sociologije, kako bi se bolje razumjela uloga tjelesne aktivnosti u razvoju socijalnih vještina, timskog rada i emocionalnog blagostanja. U Njemačkoj, mnoge škole koriste ove pristupe za promicanje socijalne inkluzije i razumijevanja među učenicima kroz sportske aktivnosti. Ovi pristupi omogućuju stvaranje bogatijeg i integriranijeg obrazovnog iskustva koje učenicima pomaže ne samo u razvijanju fizičkih vještina, već i u razumijevanju šireg konteksta tjelesne aktivnosti u njihovim životima. Interdisciplinarni pristupi imaju potencijal oblikovati budućnost tjelesne i zdravstvene kulture u EU, pružajući učenicima alate za cjelovit razvoj.

7. IZAZOVI I PRILIKE TJELESNE KULTURE U ZEMLJAMA EU

Izazovi tjelesne kulture u Europskoj uniji

Tjelesna kultura u Europskoj uniji suočava se s nizom izazova koji utječu na njezinu efikasnost i pristupačnost. Ovi izazovi su kompleksni i obuhvaćaju financijske, društvene i demografske aspekte.

Nedostatak financiranja i infrastrukture

Jedan od ključnih izazova s kojima se suočava tjelesna kultura u EU je nedostatak adekvatnog financiranja. U mnogim zemljama članicama, budžeti za sport i rekreaciju su ograničeni, što utječe na kvalitetu i dostupnost sportskih objekata i programa. Ovaj problem je posebno izražen u manjim i ruralnim područjima gdje su resursi još ograničeniji. Nedostatak ulaganja može dovesti do loših uvjeta u sportskim centrima, što može obeshrabriti ljude, posebno mlade, da se upuste u tjelesnu aktivnost. Financijski izazovi također uključuju potrebu za održavanjem postojeće infrastrukture i ulaganje u modernizaciju. Stari objekti često ne udovoljavaju suvremenim standardima sigurnosti i pristupačnosti, što može ograničiti njihovu upotrebu i smanjiti interes za sport i rekreaciju.

Nejednakost u pristupu i socio-ekonomske razlike

Nejednakost u pristupu tjelesnoj kulturi također predstavlja značajan izazov. Razlike između urbanih i ruralnih područja, kao i između različitih socio-ekonomskih skupina, mogu značajno utjecati na mogućnost sudjelovanja u sportskim aktivnostima. Djeca i mladi iz manje privilegiranih sredina često imaju ograničen pristup kvalitetnim sportskim programima i objektima, što može dovesti do smanjene tjelesne aktivnosti i lošijih zdravstvenih rezultata. Socio-ekonomske razlike također mogu utjecati na dostupnost sportskih resursa. Obitelji s nižim prihodima možda ne mogu priuštiti troškove za sportske aktivnosti, opremu ili članstva u sportskim klubovima. To stvara prepreke za sudjelovanje u tjelesnoj aktivnosti i može povećati rizik od pretilosti i drugih zdravstvenih problema.

Prilike za unapređenje tjelesne kulture u Europskoj uniji

Iako postoje značajni izazovi, EU nudi brojne prilike za unapređenje tjelesne kulture i poticanje tjelesne aktivnosti među svojim građanima.

Programi i inicijative EU

Europska unija implementira razne programe koji podržavaju tjelesnu aktivnost i sport. Program Erasmus+ je jedan od najvažnijih, jer pruža financijsku podršku za projekte u obrazovanju, treningu, mladima i sportu. Ovi fondovi mogu se koristiti za razvoj sportskih programa, obuku trenera, kao i za organizaciju sportskih manifestacija i događaja koji promiču tjelesnu aktivnost. Osim toga, EU podržava projekte koji imaju za cilj smanjenje tjelesne neaktivnosti i poticanje zdravog načina života. Inicijative poput "Europskog tjedna sporta" promoviraju tjelesnu aktivnost kroz kampanje i događaje diljem Europe, s ciljem uključivanja što većeg broja ljudi u različite vrste tjelesne aktivnosti.

Iskorištavanje digitalnih tehnologija

Digitalne tehnologije nude nove mogućnosti za unapređenje tjelesne kulture. Mobilne aplikacije za praćenje fitnessa, online treninzi i virtualni sportski događaji mogu omogućiti ljudima da ostanu aktivni čak i kada nemaju pristup tradicionalnim sportskim objektima. Ove tehnologije mogu pomoći u motiviranju ljudi da postave i postignu ciljeve u vezi s tjelesnom aktivnošću, te omogućiti veću fleksibilnost i pristupačnost. Virtualne platforme također mogu olakšati pristup sportskim sadržajima osobama s ograničenim mogućnostima za fizičku prisutnost, kao što su starije osobe ili osobe s invaliditetom. Također, digitalne tehnologije mogu biti korisne u obrazovanju i obuci trenera, pružajući im pristup najnovijim znanstvenim istraživanjima i metodama u području tjelesne kultu

8. ZAKLJUČAK

Zaključak o planu i programu tjelesne i zdravstvene kulture u zemljama Europske unije (EU) može obuhvatiti niz različitih aspekata koji se odnose na obrazovne politike, kulturne razlike, kao i specifične izazove i prilike s kojima se zemlje EU suočavaju u ovom kontekstu. Prvo, tjelesna i zdravstvena kultura u obrazovnim sustavima zemalja EU odražava raznolikost i bogatstvo kulturnih pristupa zdravlju i tjelesnom obrazovanju. Iako su ciljevi programa tjelesne i zdravstvene kulture u cijeloj EU slični – promicanje tjelesnog zdravlja, poticanje aktivnog načina života, te razvijanje osnovnih motoričkih vještina i zdravih navika – postoji značajna raznolikost u načinu na koji se ti ciljevi ostvaruju. Različite zemlje imaju svoje specifične kurikulume, koji uzimaju u obzir lokalne tradicije, resurse, te obrazovne prioritete. U većini zemalja EU, tjelesna kultura je obavezan dio osnovnog obrazovanja, s jasnim ciljevima i ishodima koji su postavljeni u nacionalnim obrazovnim okvirima. Količina vremena posvećena tjelesnoj aktivnosti varira, ali u prosjeku, učenici imaju između dva do četiri sata tjelesne i zdravstvene kulture tjedno. Unatoč tome, u nekim zemljama postoji zabrinutost zbog smanjenja vremena za tjelesne aktivnosti u školama, što može negativno utjecati na tjelesnu aktivnost i zdravlje djece. Jedan od ključnih izazova u implementaciji programa tjelesne i zdravstvene kulture u EU je osiguravanje adekvatne infrastrukture i resursa, uključujući kvalificirane nastavnike i odgovarajuće sportske objekte. To je posebno važno u zemljama koje se suočavaju s ekonomskim poteškoćama ili imaju ograničene resurse za ulaganje u obrazovanje. Osiguranje ravnopravnog pristupa kvalitetnom obrazovanju u području tjelesne kulture, bez obzira na socioekonomski status ili regionalne razlike, ostaje prioritet za mnoge države članice. Drugi važan aspekt je integracija zdravstvenog obrazovanja u program tjelesne kulture. To podrazumijeva ne samo podučavanje o fizičkoj aktivnosti, već i o zdravoj prehrani, mentalnom zdravlju, te prevenciji ozljeda i bolesti. U sve većem broju zemalja EU, programi tjelesne i zdravstvene kulture uključuju module koji se bave ovim temama, čime se potiče cjeloviti pristup zdravlju učenika. Pored toga, postoji rastuća svijest o važnosti inkluzivnosti u tjelesnom obrazovanju. Uključivanje djece s posebnim potrebama, djece migranata i drugih ranjivih skupina predstavlja izazov, ali i priliku za unapređenje programa. U mnogim zemljama, razvijaju se specifični kurikulumi i prilagodbe kako bi se osiguralo da svi učenici imaju priliku sudjelovati i uspjeti u tjelesnim aktivnostima. Zaključno, plan i program tjelesne i zdravstvene kulture u zemljama EU kontinuirano se razvija kako bi odgovorio na nove izazove i potrebe društva. Dok su osnovni ciljevi slični – promicanje zdravog načina života i tjelesne aktivnosti – načini na koje se ti ciljevi postižu variraju i prilagođavaju se specifičnostima svake zemlje. S obzirom na sve veću važnost zdravlja u suvremenom društvu, očekuje se da će ovaj sektor

obrazovanja nastaviti dobivati na značaju, s posebnim naglaskom na inkluzivnost, cjelovito zdravlje i osiguranje ravnopravnog pristupa svim učenicima.

LITERATURA:

1. Kamenov, Z. (2014). Tjelesna i zdravstvena kultura u osnovnoj školi: teorija i praksa. Zagreb: Školska knjiga.
2. Visković, I. (2015). Tjelesna i zdravstvena kultura: osnovna škola. Split: Sveučilište u Splitu.
3. Trninić, V., & Nazor, M. (2017). Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
4. Findak, V., & Prskalo, I. (2010). Tjelesna i zdravstvena kultura u teoriji i praksi. Zagreb: Tipex.
5. Hardman, K., & Green, K. (2011). Contemporary Issues in Physical Education: International Perspectives. London: Meyer & Meyer Sport.
6. Bailey, R. (2006). Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397-401.
7. Kirk, D. (2010). *Physical Education Futures*. London: Routledge.
8. Cale, L., & Harris, J. (2005). *Exercise and Young People: Issues, Implications and Initiatives*. London: Palgrave Macmillan.
9. Zeigler, E. F. (2007). *History and Status of American Physical Education and Educational Sport*. Trafford Publishing.
10. Skolverket. (2021). *Physical Education and Health*. Swedish National Agency for Education.
11. Kyle, D. G. (2007). *Sport and Spectacle in the Ancient World*. Wiley-Blackwell.
12. Barber, R., & Barker, J. (1989). *Tournaments: Jousts, Chivalry and Pageants in the Middle Ages*. Boydell Press.
13. Burke, P. (1998). *The European Renaissance: Centres and Peripheries*. Blackwell.
14. Krüger, M. (1996). *Friedrich Ludwig Jahn and the Development of Gymnastics in Germany*. Routledge.
15. European Commission. (2008). *EU Physical Activity Guidelines: Recommended Policy Actions in Support of Health-Enhancing Physical Activity.*, 4-12.
16. Izvor: European Parliament. (2012). *Resolution on the European Dimension in Sport (2011/2087(INI))*.
17. Ministarstvo znanosti i obrazovanja Republike Hrvatske. (2019). *Nacionalni kurikulum za tjelesnu i zdravstvenu kulturu*.

POPIS TABLICA:

1. Tablica 1. Usporedna tablica nacionalnih kurikuluma nekih članica EU

Izjava o samostalnoj izradi završnog rada

Vlastoručnim potpisom potvrđujem da sam ja, Marija Cerovac, studentica Učiteljskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu (odsjek Petrinja), samostalno napisala ovaj završni rad pod naslovom „Plan i program tjelesne i zdravstvene kulture u zemljama EU“, uz mentora prof. dr. sc. Ivana Prskala.

Potpis:
