
METHODICAL APPROACH TO MANAGEMENT AND MODERN ASSESSMENT OF SPORTS ACTIVITIES FOR STUDENTS AT SECONDARY SCHOOLS

Tanja Kitanovska StojkovskaFON University, Faculty for Sports Management – Skopje, R. Macedonia, tanja.kitanovska@fon.edu.mk**Dimitar Gjorgjiev**

Secondary electrotechnical school of the City of Skopje "Mihajlo Pupin" – Skopje,

19profesor77@gmail.com

Abstract: The global model of managing sports activities within secondary schools is influenced by several factors, such as: external and internal environment, organizational structure, individual and group priorities. The process of organizing them leads to the creation of a management program, which determines how the task is set, how resources are used, and how it interacts with work and development. We associate the improvement of sport activities at secondary schools in our case with the determinants of the environment and with the management of the teaching - methodical work at the classes in high schools themselves. Bearing in mind that secondary schools need to adapt to external global change and that they need to be competitive in society, the recognition of sport as an opportunity for promotion of schools and its methodical improvement is a peculiarity that needs to be nurtured at the state and every single high school separately. Therefore, this paper **aims to present** a methodological electronic approach to management and assessment, adapted to our curricula and annual planning by the Bureau for education development in Republic of Macedonia. The **assigned tasks** were realized through: determining the grading scale for the students (male and female), selection of elements from the program for sport and sports activities for every year of the four-grade education of the students, the level of fulfillment and the number of repetitions of the elements depending on which grade students are placed, supplementing the points with absences and activity of students, as well as a main study of the process of managing and grading with the help of a high school student.

Hypothesis: This kind of work will have an advantage of the teachers in sport and sport activities (by setting a clean methodological position for managing teaching process in front of the students and their parents), as well as the advantage for the high school students who will be informed at the beginning of the school year for sport items, games and exercises that will be evaluated, and they will be able to work and improve them throughout the year.

Results: The electronic system as shown by EXCEL table for student assessment of sport and sport activities at secondary schools, their activities and absences at classes in the subject. The graphic representation of the assessment and the values of the results of the various elements fully explain the management program in which the system operates. The key study is confirmation of the process that has been implemented for five years in the Secondary Electrotechnical School of the City of Skopje "Mihajlo Pupin" - Skopje. The form in which the model is presented is the same for everyone, but the curricular planning depends on the grade in which the teacher is working and on the school the teacher plans the program activity.

Conclusion: The weakness of the Macedonian sports culture is identified with the deficiency of management processes in the field of school sport and sport activities in the entire education system in our country. The research is a result of years of analysis and shows that this model of organization and electronic assessment can be used in all gymnasiums and all vocational secondary schools in the Republic of Macedonia, whether students are include in three or four grade of education.

Keywords: methodical approach, management, e-assessment, students, secondary schools.

**МЕТОДСКИ ПРИСТАП ЗА УПРАВУВАЊЕ И СОВРЕМЕНО ОЦЕНУВАЊЕ
НА СПОРТСКИТЕ АКТИВНОСТИ НА УЧЕНИЦИТЕ ВО СРЕДНИТЕ
УЧИЛИШТА****Тања Китановска Стојковска**

ФОН Универзитет, Факултет за спортски менаџмент – Скопје, Р. Македонија,

tanja.kitanovska@fon.edu.mk**Димитар Ѓорѓиев**

Средно електротехничко училиште на Град Скопје „Михајло Пупин“ – Скопје

19profesor77@gmail.com

Резиме: Глобалниот модел на управување на спортските активности во рамките на средните училишта е под влијание на неколку фактори, како: надворешна и внатрешна средина, организациска структура, индивидуални и групни приоритети. Процесот на нивно организирање води кон создавање на управувачка програма, во која се определува на каков начин е поставена задачата, на каков начин се користат ресурсите и како се взаемодејствува за работа и развој. Усовршувањето на спортските активности во средните училишта во нашиот случај го поврзуваме со детерминантите на опкружувањето и со управувањето на наставно – методската работа на часовите во самите средни училишта. Имајќи во предвид дека средните училишта имаат потреба од адаптирање кон надворешните глобални промени и дека тие треба да бидат конкурентни во општеството, распознавањето на спортот како можност за промоција на училиштата и неговото методско усовршување е особеност која треба да се негува на ниво на државата и на секое едно средно училиште засебно. Затоа овој труд има за **цел да** претстави методски електронски пристап на управување и оценување, прилагоден кон нашите наставни програми и годишни планирања од Бирото за развој на образованието на Р. Македонија. Поставените **задачи** ги реализиравме преку: утврдување на бодовна скала за учениците (машки и девојчиња), избор на елементи од програмата по спорт и спортски активности за секоја година од четиригодишното образование на средношколците, ниво на исполнување и број на повторувања на елементите во зависност во која година се наоѓаат учениците, дополнување на поените со редовност и активност на учениците, како и клучна студија за процесот на управување и оценување со помош на ученик средношколец.

Хипотеза: Со ваквиот тип на работа ќе имаат предност наставниците по спорт и спортски активности (поставувајќи чиста методска позиција на управување на наставата пред средношколците и нивните родители), како и предност за учениците – средношколци кои уште на почетокот на учебната година ќе бидат запознаени за спортските елементи, игрите и вежбите што ќе бидат оценувани и истите ќе можат да ги работат и подобруваат во текот на цела година.

Резултати: Електронскиот систем претставува EXCEL табела за оценување на учениците по предметот спорт и спортски активности во средните училишта, нивната активност и редовност на часовите по наведениот предмет. Графичкото прикажување на оценувањето и вредностите на резултатите од различните елементи целосно ја објаснуваат управувачката програма по која работи системот. Клучната студија е потврдување на процесот кој веќе пет години се спроведува во Средното електротехничко училиште на Град Скопје „Михајло Пупин“ – Скопје. Формата во која е претставен моделот е за сите иста, но сепак наставните планирања се во зависност во која година предава наставникот и во кое училиште ја планира програмната годишна активност.

Заклучок: Слабоста на македонската спортска култура се идентификува со недостигот на управувачки процеси во областа на училишниот спорт и неговите спортски дејности во целокупниот образовен систем. Истражувањето е последица на долгогодишни анализи и покажува дека овој модел на организирање и електронско оценување може да се користи во сите гимназии и сите стручни средни училишта во Р. Македонија без разлика дали учениците се вклучени во три или четиригодишно образование.

Клучни зборови: методски пристап, управување, електронско оценување, ученици, средни училишта.

1. ВОВЕД

Дваесет и првиот век носи иновации кои го карактеризираат: построги критериуми за курикулум, заеднички национални и интернационални стандарди, зголемени контролни тестирања, поголема конкуренција помеѓу наставниците, поголема конкуренција помеѓу училиштата, како и голем број на трудови зад секое унапредување.⁹²

Глобалниот модел на управување на спортските активности во рамките на средните училишта е под влијание на неколку фактори, како: надворешна и внатрешна средина, организациска структура, индивидуални и групни приоритети. Процесот на нивно организирање води кон создавање на управувачка програма, во која се определува на каков начин е поставена задачата, на каков начин се користат ресурсите и како взаемодејствуваат секторите за работа и развој во државата. Усовршувањето на спортските активности во средните училишта во нашиот случај го поврзуваме со детерминантите на опкружувањето и со управувањето на наставно – методската работа на часовите во самите средни училишта. Имајќи во предвид дека средните училишта имаат потреба од адаптирање кон надворешните глобални промени и дека тие треба да бидат конкурентни во општеството, распознавањето на спортот како можност за промоција на

⁹² Pasi Sahlberg, *Finske lekcije, Sta svet moze da nauči iz obrazovnih reformi u Finskoj*, prevod Ivan Kunest, srpsko izdanje Novoli, Beograd, 2013.

училиштата и наставните програми е особеност која треба да се негува на ниво на државата и на секое едно средно училиште засебно.

Актуелноста на нов модел на управување и реализирање на наставата по спорт и спортски активности е уште поголема во услови на децентрализација на управувањето на системот на училишно образование, која што предлага супсидијарност – решенијата да се носат на ниво кое е најблизу до оние што ги реализираат проблематиките и до оние што директно се засегнати од нив.

2. МЕТОДОЛОГИЈА НА ИСТРАЖУВАЊЕТО

Прегледот на специјализирана литература, како и на практични искуства покажуваат дека постојат голем број истражувања од областа на спортските активности на учениците во училиштата. Некои од нив се насочени кон подобрување на наставната содржина, методиката и контролата при спроведување на часовите со цел оптимизирање на оптоварувањето и ефектите од него. Други истражувања се насочуваат кон експериментални примени на различни методики за зголемување на моторно-функционалниот и здравствен ефект од спортувањето, а пак трети кон дијагностицирање и контрола на моторните активности и способностите на учениците. Но има една суштинска насока која што повеќе или помалку се потценува, а е поврзана со образовната компонента на предметот – „потреба, кај ученикот да се формира и теоретско знаење за спортот“. Ова е еден од важните проблеми во поставувањето и организирањето на наставниот процес по спорт и спортски активности во училиштата, кој на ваков начин како што денес се реализира носи недоволно познавање за ползата од овој предмет во перцепцијата кај учениците. Управувањето има потреба од насочување и воведување на нови пристапи во реализацијата на наставниот процес по предметот спорт и спортски активности, а воедно и системско подредување и оценување на ученикот низ годините.

Овој труд има за цел да претстави нов методски пристап на управување и електронско оценување по предметот спорт и спортски активности, прилагоден кон наставните програми и годишни планирања за средните училишта од страна на МОН и Бирото за развој на образованието во нашата држава.

Задачите ги реализираме преку:

- утврдување на бодовна скала за оценување на учениците (сл. 1),
- избор на елементи за оценување од програмата на соодветната наставна година,
- ниво на исполнување и број на повторувања на елементите во зависност од наставната година,
- дополнување на поените со редовност и активност на учениците,
- како и студија на случај по наведениот нов методски пристап.

Предност со ваквиот тип на работа од една страна ќе имаат наставниците кои табеларно ќе можат да им ги посочат предметните барања на учениците и начинот на кој ќе се оценуваат, и од друга страна предност ќе имаат и самите ученици, бидејќи уште на почетокот на учебната година ќе бидат запознаени со концептот на работа по предметот спорт и спортски активности, на кои спортски елементи и вежби ќе бидат оценувани, за да можат да ги работат во текот на целата година, да се подготвуваат и насочуваат таму каде што се најслаби.

3. РЕЗУЛТАТИ И ДИСКУСИЈА

Ако наставната план – програма во училиштата е основната конструктивна единица околу која се темелат дејностите на предметот спорт и спортски активности, тогаш треба да ја сочуваме како таква поради хармоничната и транспарентна целина која ја има самиот образовен систем од една страна и идејата за конкретно усовршување и унапредување на предметот спорт и спортски активности помеѓу сите останати предмети од другите области.

Резултатите на учениците според новиот методски пристап се темелат на стандарди и критериуми точно утврдени со бодовна скала на оценување (сл.1):

оценка	0 бода	0-50	51-63	64-77	78-90	91-100
1						
2						
3						
4						
5						

Слика 1. – Графичко прикажување на постигнувањата на учениците според стандарди и критериуми (оценување)

Девојчињата имаат други параметри за оценување за разлика од момчињата, на пример за елементот – скок во далечина од место (СДМ) ако за момчињата е 2.40 цм. во прва година што им носи 100 бодови, девојките за 100 бодови во прва година треба да скокнат – 30 цм. помалку (сл. 2).

SDM – СКОК ОД МЕСТО					SDM – СКОК ОД МЕСТО- девојчиња				
Бодови	I	II	III	IV	Бодови	I	II	III	IV
100	240	245	250	260	100	210	215	220	230
98,8	239	244	249	259	98,8	209	214	219	229
97,5	238	243	248	258	97,5	208	213	218	228
96,3	237	242	247	257	96,3	207	212	217	227
95,0	236	241	246	256	95,0	206	211	216	226
93,8	235	240	245	255	93,8	205	210	215	225
92,5	234	239	244	254	92,5	204	209	214	224
91,3	233	238	243	253	91,3	203	208	213	223
90,0	232	237	242	252	90,0	202	207	212	222
88,8	231	236	241	251	88,8	201	206	211	221
87,5	230	235	240	250	87,5	200	205	210	220
86,3	229	234	239	249	86,3	199	204	209	219
85,0	228	233	238	248	85,0	198	203	208	218
83,8	227	232	237	247	83,8	197	202	207	217
82,5	226	231	236	246	82,5	196	201	206	216
81,3	225	230	235	245	81,3	195	200	205	215
80,0	224	229	234	244	80,0	194	199	204	214
78,8	223	228	233	243	78,8	193	198	203	213
77,5	222	227	232	242	77,5	192	197	202	212
76,3	221	226	231	241	76,3	191	196	201	211
75,0	220	225	230	240	75,0	190	195	200	210
73,8	219	224	229	239	73,8	189	194	199	209
72,5	218	223	228	238	72,5	188	193	198	208
71,3	217	222	227	237	71,3	187	192	197	207

Слика 2. Споредба на вредностите за оценување на тестот СДМ кај машките и девојчињата од I - IV год.

Вака изгледа исполнувањето на некои тестови за девојчињата во споредба со оние на момчињата (таб.1):

Табела. 1. Некои примерни тестови и вредносни исполнувања на девојчињата во споредба со машките

ТЕСТ	Девојчиња помалку од машките
СДМ –	30 цм помалку
100м –	+2,0 сек. послаб резултат
400м –	+15 сек. послаб резултат
600м –	+24 сек. послаб резултат
2600м –	-300 м. пократко растојание
Скок во далечина –	-100 цм помалку
Скок во височина –	-50 цм помалку

Во текот на учебната година во зависност од нагледните средства и условите за работа, професорот сам ја подготвува годишната програма и одлучува кои спортови (дисциплини) и кои нивни елементи ќе бидат опфатени во материјалот и соодветно во оценувањето. Најдобро е да бидат опфатени што е можно повеќе спортови, но не сите да бидат оценувани, односно во секое тромесечие треба да има по еден елемент од една спортска игра, од гимнастика, од атлетика и тестови за развој на моторните способности, но сето тоа зависи од годината во која се изведува наставата. На пример (таб. 2):

Табела 2. – Спортски игри по тромесечие

Прво тромесечие	кошарка	лев и десен двочекор	игра
Второ тромесечие	ракомет	шут на гол	игра
Трето тромесечие	одбојка	прсти и подлактица	игра
Четврто тромесечие	футбал	жунглирање	игра

Секое тромесечие вклучува по четири оценки, односно по четири елементи кои ќе бидат оценувани (сл.3). Ученикот има право да одговара, да се јави да биде оценет или да ја поправа оценката се до завршувањето на тоа тримесечие (на тој дел од предвидената работа). На крај на првото тромесечие (и соодветно на секое следно) се собираат бодовите од четрите елементи, се делат на 4 за да се најде средна аритметика вредност и бодовите што ќе се добијат ја покажуваат оценката што ја заслужува ученикот за определеното тромесечие.

№	Име и презиме	клас	скок во далечина од место	бод	Одбојка	бод	склекови	бод	држење на тег	бод	прва оценка			Оценки	
							3x				бодови	елементи	бодови		
1	Атанасов Никола	КТА	###	225	81	5	100	16	100	80	100	381	4	95,25	5
2	Марковски Виктор	КТА	###	210	63	5	100	3	19	69	87	269	4	67,25	3
3	Трајковски Никола	КТА	###	200	50	4	90	8	50	80	100	290	4	72,5	3
4	Достинов Антонио	КТА	###	228	85	4	90	16	100	80	100	375	4	93,75	5
5	Мелник Никола	КТА	###	210	63	3	77	12	75	72	90	305	4	76,25	3
6	Митров Александар	КТА	###	195	44	2	63	8	50	80	100	257	4	64,25	3
7	Тодоров Александар	КТА	###	223	79	5	100	12	75	49	61	315	4	78,75	4
8	Трајковски Тими	КТА	###	232	90	2	63	6	38	80	100	291	4	72,75	3
9	Дамјановски Владимир	КТА	###	198	48	5	100	6	38	80	100	286	4	71,5	3
10	Алексовски Александар	КТА	###	227	84	1	50	14	88	80	100	322	4	80,5	4
11	Јане Чочов	КТА	###	198	48	1	50	8	50	46	58	206	4	51,5	2
12	Јовановски Димитар	КТА	###	198	48	3	77	7	44	80	100	269	4	67,25	3
13	Јане Николовски	КТА	###	215	69	5	100	16	100	80	100	369	4	92,25	5
14	Иле Стојановски	КТА	###	195	44	3	77	15	94	80	100	315	4	78,75	4
15	Ангел Ѓоргиев	КТА	###	227	84	5	100	16	100	80	100	384	4	96	5
16	Димитриеви Лука	КТА	###	200	50	1	50	10	63	80	100	263	4	65,75	3

Слика 3. Избор на елементи, ниво на исполнување и оценување на група ученици во прво тромесечие

Секоја оценка за одредена вежба во наставната година има однапред определени бодови (поени) :

60 m – ВРЕДНОСТ НА РЕЗУЛТАТОТ					100 m – ВРЕДНОСТ НА РЕЗУЛТАТОТ					400m – ВРЕДНОСТ НА РЕЗУЛТАТОТ				
Бодови	I	II	III	IV	Бодови	I	II	III	IV	Бодови	I	II	III	IV
100	8,8	8,7	8,6	8,5	96,9	13,4	13,3	13,1	12,9	97	65	64	62	61
96	8,9	8,8	8,7	8,6	93,8	13,6	13,5	13,3	13,1	94	66	65	63	62
92	9	8,9	8,8	8,7	90,7	13,7	13,6	13,4	13,2	91	67	66	64	63
88	9,1	9	8,9	8,8	87,6	13,8	13,7	13,5	13,3	88	68	67	65	64
84	9,2	9,1	9	8,9	84,5	13,9	13,8	13,6	13,4	85	69	68	66	65
80	9,3	9,2	9,1	9	81,4	14,0	13,9	13,7	13,5	82	70	69	67	66
76	9,4	9,3	9,2	9,1	78,3	14,1	14,0	13,8	13,6	79	71	70	68	67
72	9,5	9,4	9,3	9,2	75,2	14,2	14,1	13,9	13,7	76	72	71	69	68
68	9,6	9,5	9,4	9,3	72,1	14,3	14,2	14,0	13,8	73	73	72	70	69
64	9,7	9,6	9,5	9,4	69	14,4	14,3	14,1	13,9	70	74	73	71	70
60	9,8	9,7	9,6	9,5	65,9	14,5	14,4	14,2	14,0	67	75	74	72	71
56	9,9	9,8	9,7	9,6	62,8	14,6	14,5	14,3	14,1	64	76	75	73	72
52	10,0	9,9	9,8	9,7	59,7	14,7	14,6	14,4	14,2	61	77	76	74	73
48	10,1	10,0	9,9	9,8	56,6	14,8	14,7	14,5	14,3	58	78	77	75	74
44	10,2	10,1	10,0	9,9	53,5	14,9	14,8	14,6	14,4	55	79	78	76	75
40	10,3	10,2	10,1	10,0	50,4	15,0	14,9	14,7	14,5	52	80	79	77	76
36	10,4	10,3	10,2	10,1	47,3	15,1	15,0	14,8	14,6	49	81	80	78	77
32	10,5	10,4	10,3	10,2	44,2	15,2	15,1	14,9	14,7	46	82	81	79	78
28	10,6	10,5	10,4	10,3	41,1	15,3	15,2	15,0	14,8	43	83	82	80	79
24	10,7	10,6	10,5	10,4	38	15,4	15,3	15,1	14,9	40	84	83	81	80
20	10,8	10,7	10,6	10,5	34,9	15,5	15,4	15,2	15,0	37	85	84	82	81
16	10,9	10,8	10,7	10,6	31,8	15,6	15,5	15,3	15,1	34	86	85	83	82
12	11,0	10,9	10,8	10,7	28,7	15,7	15,6	15,4	15,2	31	87	86	84	83
8	11,1	11,0	10,9	10,8	25,6	15,8	15,7	15,5	15,3	28	88	87	85	84
4	11,2	11,1	11,0	10,9	22,5	15,9	15,8	15,6	15,4	25	89	88	86	85
0	11,3	11,2	11,1	11,0	ю	16,0	15,9	15,7	15,5	0	90	89	87	86

Слика 4. – Вредносни резултати од тестовите на 60м., 100м. и 400 метри

За да ја подобри оценката ученикот има право да ја користи истата вежба дури и до крајот на годината, со тоа што има доволно време да се подготвува за секој елемент што му претставува потешкотија или е комплициран за него.

Така во секое тромесечие се оценуваат по четири елементи, односно вкупно 16 елементи во текот на една година. Крајните бодови од елементите се дополнуваат и со поени за редовност и активност на часовите од страна на учениците. Редовноста на учениците е еден голем и важен предуслов за подобро изучување на елементите и за совладување на наставниот материјал (сл. 5):

РЕДОВНОСТ		
Бодови	108 часа	72 часа
100	105	69
93,8	104	68
87,5	103	67
81,3	102	66
75,0	101	65
68,8	100	64
62,5	99	63
56,3	98	62

50,0	97	61
------	----	----

Слика 5. – Вредносни поени за редовност

Доколу ученикот не вежба или отсутствува од часот без оправдување тоа се запишува во табелата и влијае на полугодишната т.е. крајната оценка. Доколку ученикот е во спортска опрема и не е активен на часовите, исто така може да се бодува, што повторно би влијаело на неговата крајна оценка. Ако ученикот е со медицинска белешка и не смее да вежба практично, тогаш изготвува четири

РЕДОВНОСТ		
Бодови	108 часа	72 часа
50,0	97	61
43,8	96	60
37,5	95	59
31,3	94	58
25,0	93	57
18,8	92	56
12,5	91	55
6,3	90	54
0,0	89	53

теоретски проекти во текот на годината, односно за секое тромесечие по еден. Во проектите се објаснуваат вежбите од тоа тромесечие. Во зависност од изготвениот проект ученикот ќе биде и соодветно оценет.

Сите овие податоци и информации се запишуваат електронски во „excel“ табела (сл. 6.) која е програмирана автоматски да ги пресметува бодовите и да ја оформува крајната оценка.

Слика 6. – Excel табела за оценување на учениците, редовност и активност на часовите

Овој систем на практика е многу лесен и едноставен за работа и за професорите и за учениците кои во зависност од своите можности ги добиваат реалните оценки на крајот на годината по предметот спорт и спортски активности. Учениците доколку неможат или од одредени причини несмеат практично да изработат некоја од вежбите во дадено тромесечие, за таа вежба не се оценуваат, а оценката наместо со 4 се дели со 3 елементи (значи на колку елементи се оценува со таква вредност во број се делат вкупните поени).

Студијата на случај го потврдува успешниот процес на планирање и електронско оценување по предметот спорт и спортски активности, кој веќе пет години се спроведува во Средното електротехничко училиште на Град Скопје „Михајло Пупин“ – Скопје. Формата во која е претставен моделот е за сите иста, но сепак наставните планирања се во зависност во која година предава наставникот и во кое училиште ја планира програмната годишна активност. Моделот е комплексно усовршување и зголемување на ефективността на наставата по предметот спорт и спортски активности. Во продолжение на овој труд ќе

претставиме дел од процесот⁹³ - предлог од неколку психомоторички вежби во демонстрација на ученик од гореименуваното училиште каде што се спроведува овој методски пристап, како и електронски вредносни резултати по кои се оценуваат учениците за истите вежби (тестови):

1. Стомачни вежби (сл. 7):



DVT – СТОМАЧНИ ВРЕДНОСТИ НА РЕЗУЛТАТ				
Бодови	I	II	III	IV
100	25	27	29	30
97,2	24	26	28	29
94,4	23	25	27	28
91,7	22	24	26	27
88,9	21	23	25	26
86,1	20	22	24	25
83,3	19	21	23	24
80,5	18	20	22	23
77,8	17	19	21	22
75,0	16	18	20	21
72,2	15	17	19	20
69,4	14	16	18	19
66,6	13	15	17	18
63,9	12	14	16	17
61,1	11	13	15	16
58,3	10	12	14	15
55,5	9	11	13	14
52,7	8	10	12	13
50,0	7	9	11	12
47,2	6	8	10	11
44,4	5	7	9	10
41,6	4	6	8	9
38,8	3	5	7	8
36,1	2	4	6	7
33,3	1	3	5	6
0,0	0	2	4	5

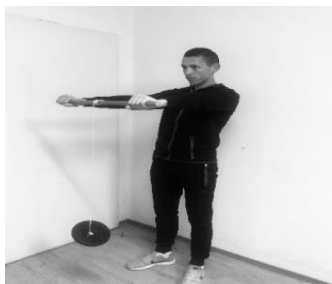
2. Вежба со тег за јакнење на грбна мускулатура - Држење на тег – ДРТ (сл.8):



DRT- ДРЖЕЊЕ НА ТЕГ (ГРЕМ)				
Бодови	I	II	III	IV
100	80	85	90	95
98,8	79	84	89	94
97,5	78	83	88	93
96,3	77	82	87	92
95,0	76	81	86	91
93,8	75	80	85	90
92,5	74	79	84	89
91,3	73	78	83	88
90,0	72	77	82	87
88,8	71	76	81	86
87,5	70	75	80	85
86,3	69	74	79	84
85,0	68	73	78	83
83,8	67	72	77	82
82,5	66	71	76	81
81,3	65	70	75	80
80,0	64	69	74	79
78,8	63	68	73	78
77,5	62	67	72	77
76,3	61	66	71	76
75,0	60	65	70	75
73,8	59	64	69	74
72,5	58	63	68	73
71,3	57	62	67	72
70,0	56	61	66	71
68,8	55	60	65	70
67,5	54	59	64	69

67,5	54	59	64	69
66,3	53	58	63	68
65,0	52	57	62	67
63,8	51	56	61	66
62,5	50	55	60	65
61,3	49	54	59	64
60,0	48	53	58	63
58,8	47	52	57	62
57,5	46	51	56	61
56,3	45	50	55	60
55,0	44	49	54	59
53,8	43	48	53	58
52,5	42	47	52	57
51,3	41	46	51	56
50,0	40	45	50	55
48,8	39	44	49	54
47,5	38	43	48	53
46,3	37	42	47	52
45,0	36	41	46	51
43,8	35	40	45	50
42,5	34	39	44	49
41,3	33	38	43	48
40,0	32	37	42	47
38,8	31	36	41	46
37,5	30	35	40	45
0,0	29	34	39	44

3. Вежба со тег за јакнење на раце и раменски појас – навивање на тег – НВТ (сл.9):



НАВИВАЊЕ НА ТЕГ				
Бодови	I	II	III	IV
100	10	10	10	10
90	9	9	9	9
80	8	8	8	8
70	7	7	7	7
60	6	6	6	6
50	5	5	5	5
40	4	4	4	4
30	3	3	3	3
20	2	2	2	2
10	1	1	1	1

⁹³ Китановска-Стојковска, Т., Ѓорѓиев, Д., (2018) „Менаџмент стратегија за унапредување на спортот и спортските активности во средното образование“, Магистерска работа, ФОН Универзитет.

4. Длабок претклон (сл.10):



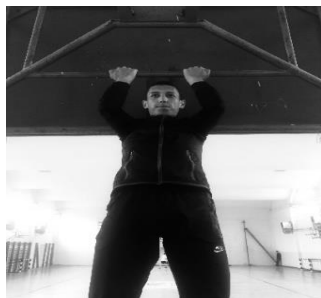
ПРЕДКЛОН - ВРЕДНОСТ НА РЕЗУЛТАТОТ				
Бодови	I	II	III	IV
100	52	53	54	55
95,8	51	52	53	54
91,7	50	51	52	53
87,5	49	50	51	52
83,3	48	49	50	51
79,2	47	48	49	50
75,0	46	47	48	49
70,8	45	46	47	48
66,6	44	45	46	47
62,5	43	44	45	46
58,3	42	43	44	45
54,1	41	42	43	44
50,0	40	41	42	43
45,8	39	40	41	42
41,6	38	39	40	41
37,5	37	38	39	40
33,3	36	37	38	39
29,1	35	36	37	38
24,9	34	35	36	37
20,8	33	34	35	36
16,6	32	33	34	35
12,4	31	32	33	34
8,3	30	31	32	33
4,1	29	30	31	32
0,0	28	29	30	31

5. Прескок на јаже - кондиција и скочност (сл.11):



ЈАЖЕ - КОМБИНАЦИЈА				
Бодови	I	II	III	IV
100	14	16	18	20
93,8	13	15	17	19
87,5	12	14	16	18
81,3	11	13	15	17
75,0	10	12	14	16
68,8	9	11	13	15
62,5	8	10	12	14
56,3	7	9	11	13
50,0	6	8	10	12
43,8	5	7	9	11
37,5	4	6	8	10
31,3	3	5	7	9
25,0	2	4	6	8
18,8	1	3	5	7
12,5	0	2	4	6

6. Вежба за јакнење на раце и раменски појас – Згибови (сл.12):



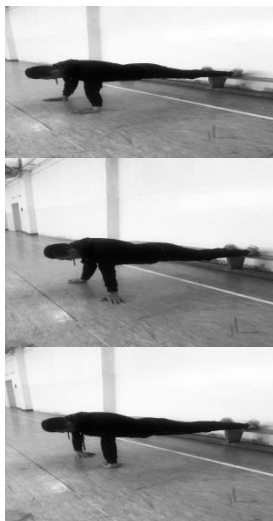
ЗГИБ – НАПРЕД / ПОЗАДИ				
Бодови	I	II	III	IV
100	10/10	11	12	13
94,4	9/9	10	11	12
88,9	8/8	9	10	11
83,3	7/7	8	9	10
77,8	6/6	7	8	9
72,2	5/5	6	7	8
66,6	4/4	5	6	7
61,1	3/3	4	5	6
55,5	2/2	3	4	5
50,0	1/1	2	3	4
0,0	0/0	1	2	3

7. Вежби за јакнење на нозе – Клек со лева и десна нога (сл.13):



КЛЕК на лева и десна нога				
Бодови	I	II	III	IV
100	15	16	17	18
95,5	14	15	16	17
90,9	13	14	15	16
86,4	12	13	14	15
81,8	11	12	13	14
77,3	10	11	12	13
72,7	9	10	11	12
68,2	8	9	10	11
63,6	7	8	9	10
59,1	6	7	8	9
54,5	5	6	7	8
50,0	4	5	6	7
45,4	3	4	5	6
40,9	2	3	4	5
36,3	1	2	3	4
0,0	0	1	2	3

8. Вежба за јакнење на раце и раменски појас – Склек на три начини (сл.14):



Склек на три начини			
За сите години			
бодови	исполнување		
100	48	50,0	24
93,8	45	43,8	21
87,5	42	37,5	18
81,3	39	31,3	15
75,0	36	25,0	12
68,8	33	18,8	9
62,5	30	12,5	6
56,3	27	6,3	3
50,0	24	0,0	0

4. ЗАКЛУЧОК

Слабоста на македонската спортска култура се идентификува со недостигот на управувачки процеси во областа на училишниот спорт и неговите спортски дејности во целокупниот образовен систем. Истражувањето е последица на долгогодишни анализи и покажува дека овој модел на организирање и електорноско оценување може да се користи во сите гимназии и сите стручни средни училишта во Р. Македонија без разлика дали учениците се вклучени во три или четригодишно образование. Планирањата се индивидуални и секој професор сам одбира кои психомоторички вежби или кои спортски игри (поединечни спортови) ќе ги користи во тековната година и што точно ќе оценува. Во овој степен на образование, наставата со умерен тренажен процес ќе им овозможи на голем број на талентирани ученици да ги покажат своите спортски афинитети и капацитети, а истовремено ќе овозможи културен и спортски развој, стекнување и продлабочување на спортските знаења и навики кои ќе им користат во секојдневниот живот, во професионалната работа и ќе им обезбедат трансформациски промени на нивниот антрополошки статус. Ова е интегративен модел за мотивација на учениците кон спортот во средните училишта, задлабочувајќи се врз нивните индивидуални потреби и интереси, што ќе доведе до нова ефективна и управувачка дејност на училиштата, на нивните менаџери – директори, на службениците на МОН кои имаат директна врска со наставните програми, а сето тоа во интерес на државната политика и нејзино поголемо влијание за развојот на спортските активности.

ЛИТЕРАТУРА

- Банков, П., Цветанов. Кр., (2007) „Възможности за оптимизирани управлението на физическото възпитание и спорта в СУ „Св. Климент Охридски“. Дипломна работа.
- Вацов, С., (2008) „Маркетингово управление на образованието, Универзитетско издателство „Епископ Константин Преславски“, Шумен.
- Димитрова, Св., (2005) „Съвременни проблеми на учебния процес по физическо възпитание и спорт в СОУ“ – В: „Спорт и наука“, бр. 1.
- Китановска-Стојковска, Т., Ѓорѓиев, Д., (2018) „Менаџмент стратегија за унапредување на спортот и спортските активности во средното образование“, Магистерска работа, ФОН Универзитет.
- Биро за развој на образованието (2007), „Наставни програми за основно и средно образование“, Скопје, решение бр. 10-1009/2.
- Национална програма за развој на образованието во Р. Македонија 2005–2015.
- Pasi Sahlberg, (2013), „Finske lekcije, Sta svet moze da nauči iz obrazovnih reformi u Finskoj“, prevod Ivan Kunest, srpsko izdanje Novoli, Beograd.