

MERE BEZBEDNOSTI U PRAKTIČNOJ NASTAVI SKIJANJA STUDENATA FSFV-a U BEOGRADU

Vedrana Velimirović, Katarina Vićentić, Robert Ropret

Univerzitet u Beogradu, Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Beograd, Srbija

UVOD

Skijanje se u svim stručnim i zakonskim dokumentima tretira kao sport sa povećanim rizikom od povređivanja. U poslednjih 30 godina broj povreda se značajno smanjio, za 50-70%. Broj povreda, pre 1970. godine, iznosio je 5 do 8, a prema analizama iz 2010. godine taj broj je iznosio 2,5 povreda na 1000 skijaških dana. Smanjenje broja povreda se može pripisati, pre svega, napretku u tehnologiji izrade opreme za skijanje i poboljšanju njenih karakteristika, boljem uređenju ski staza, korišćenjem zaštitne opreme a pre svega, preduzimanju opsežnijih mera za poboljšanje bezbednosti i sigurnosti svih učesnika.

Mere bezbednosti su regulisane kroz tri nivoa: mere koje propisuje država, mere koje preduzimaju organizatori pružanja usluga na skijalištima i, na kraju, sami skijaši. Država propisuje zakone i podzakonska dokumenta i organizuje nadzor nad njihovim sprovođenjem. Vlasnici skijališta i organizatori pružanja usluga u skijanju obuhvataju javna preduzeća, društvene organizacije, ski škole, klubove i obrazovne institucije koje donose interne pravilnike i organizuju mere bezbednosti za realizaciju svojih programa rada na skijalištu. Sami skijaši su odgovorni za svoje ponašanje i poštovanje propisanih normi.

Državne institucije kao što su Fakulteti sporta i fizičkog vaspitanja, Vojna gimnazija, Vojna akademija, organizacione jedinice Ministarstva unutrašnjih poslova i pojedine privatne obrazovne institucije koje se bave školovanjem stručnih kadrova imaju u svojim nastavnim planovima i programima skijanje kao oblast obučavanja. Ove institucije, sa određenim specifičnim razlikama, osposobljavaju stručni kadar u domenu tehničke, metodičke, organizacione i bezbednosne kompetentnosti. Navedene institucije osim poštovanja opštih zakonskih normi treba da poseduju interne pravilnike kao i da u planu rada obrađuju oblast bezbednosti.

Predmet rada je problem rizika i bezbednosti u praktičnoj nastavi TiM skijanja studenata fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja iz Beograda. Cilj rada je da se na osnovu analize normativnih dokumenata i organizacije nastave na predmetu TiM Skijanja Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja u Beogradu utvrdi u kojoj meri su, u navedenim dokumentima, obuhvaćeni problemi bezbednosti na nastavi, koji su nedostaci i koje mere bi trebalo uvesti.

METOD

U radu je primenjen metod deskriptivne analize sadržaja dokumenata. Analizirani su dokumenti Ministarstva (zakoni i pravilnici) dokumenta Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja iz Beograda.

Nastava skijanja na fakultetu sporta i fizičkog vaspitanja

Alpsko skijanje, kao sportska i sportsko-rekreativna aktivnost se izučava na Fakultetu sporta i fizičkog vaspitanja Univerziteta u Beogradu u okviru predmeta Teorija i metodika skijanja. Nastava je organizovana kroz teorijska predavanja na fakultetu (30 časova) i praktičnu nastavu (45 časova) koja se realizuje u formi terenske nastave, odnosno dva kursa od po 7 dana u skijaškom centru. Ciljevi predmeta su, između ostalih, sticanje 4 kompetentnosti u nastavi skijanja: tehnička, organizaciona, metodička i bezbednosna.

Rizici u nastavi skijanja

Bezbednosnoj kompetentnosti se pridaje veliki značaj imajući u vidu da organizacija i realizacija terenske nastave skijanja nose sa sobom određeni broj rizika u pogledu bezbednosti. U rizike se mogu ubrojati svi faktori koji mogu dovesti do povređivanja i pogoršanja zdravstvenog stanja (Grafikon 1).

Povećana nadmorska visina, zbog smanjenog parcijalnog pritiska O₂ (razređen vazduh), može uticati na brže zamaranje a time i na smanjenu ukupnu fizičku i radnu sposobnost. Nadmorska visina i velika snežna površina uslovljavaju pojačano sunčano zračenje (albedo efekat) i rizike dobijanja opekotina i sunčanog slepila. Kao posledica hladnoće može doći do pojave promrzlina i smrzavanja. Pojava niske oblačnosti (magla) može proizvesti gubitak orijentacije u prostoru i vremenu. Temperatura i vlažnost vazduha, uz pojačanu fizičku aktivnost, može dovesti do ispoljavanja pojedinih stanja i oboljenja kao što su: astmatični napad, srčani udar, epileptični napad, krvarenja kod hemofiličara, dijabetes...

Korišćenje specifične opreme, pre svega skija, cipela i vezova omogućava efikasno i bezbedno skijanje, ukoliko je oprema prilagođena pojedincu. Nepravilan izbor opreme i njeno neadekvatno podešavanje povećava rizik od povređivanja. Dužina i radijus skija, krutost i komfor cipela a pre svega, podešavanje vezova prema fizičkim karakteristikama i načinu skijanja moraju biti prilagođeni nameni, telesnim karakteristikama i motoričkim sposobnostima svakog pojedinca. Na značaj opreme ukazuju rezultati istraživanja prema kojima je u 44% slučajeva uzrok povređivanja bila neadekvatna oprema (Ropret & Ćupić, 2014)

Kretanje većom brzinom, po podlogama i promenljivom reljefu koji nisu standardni, dovodi do izlaska iz sfere sigurnosti a time i povećava šansu za neželjenim efektima, odnosno povredama. Posedovanje određenog nivoa motoričkih veština, navika i znanja su preduslov za bezbedno skijanje. Skijaš koji poseduje potreban nivo sposobnosti može na vreme da reaguje, da proceni i kontroliše brzinu kretanja.

Skijanje na uređenim ili neuređenim stazama, zbog loše procene sposobnosti ili uslova staza može rezultirati padovima ili sudarima sa drugim skijašima, objektima i predmetima na stazi.



Grafikon 1. Rizici u skijanju

Korišćenje sredstava vertikalnog transporta nosi određene rizike. Za bezbedno korišćenje sredstava vertikalnog transporta potrebno je posedovanje određenog nivoa veština i motoričkih sposobnosti (snage, koordinacije). Neophodna su i određena znanja o načinu korišćenja i obavezanim pravilima ponašanja.

Tokom nastave skijanja na uređenim stazama i van njih, skijaši su izloženi rizicima sudara sa drugim skijašima, izletanju sa staze i sudarima sa predmetima uz stazu ili nailaskom na snežne lavine i lednjačke pukotine.

Na osnovu iznetog može se zaključiti da postoje mnogobrojni objektivni rizici u nastavi skijanja i da se moraju preduzeti mere bezbednosti u cilju prevencije povređivanja. Mere bezbednosti se moraju predvideti zakonskim normama (Ministarstva) i internim pravilnicima organizatora skijališta (Javno preduzeće skijališta Srbije) i same nastave (Fakultet).

Normativna dokumenta i mere od značaja za bezbednost na nastavi skijanja

Postoji niz dokumenata koji obuhvataju oblast bezbednosti i od značaja su za realizaciju praktične nastave skijanja:

- A) Normativna dokumenta (Zakon o javnim skijalištima, Pravilnik o ekskurzijama)
- B) Stručno aplikativna dokumenta (Nastavni plan i program FSFV, Plan i program predmeta TiM skijanja, Pravilnik o terenskoj nastavi, Disciplinski pravilnik FSFV)
- C) Lične mere studenata

A) Normativna dokumenta

Zakon o javnim skijalištima - sa aspekta bezbednosti propisuje mere koje se odnose na uređenje i obeležavanje skijališta, organizovanje službe prve pomoći i zdravstvenih ustanova, pravila ponašanja na skijalištu i mere bezbednosti koje moraju da poštuju svi koji vrše obučavanje skijanja na skijalištu:

- poslove obučavanja skijanja mogu da vrše samo stručno osposobljena lica
- vođe grupa (nastavnici, instruktori) moraju da poštuju metodička pravila u radu, grupe formiraju prema znanju skijanja, kao i da sa sobom nosi priručni komplet prve pomoći
- organizacije koje sprovode nastavu skijanja moraju imati zaključen ugovor o osiguranju svojih učenika
- kupovinom ski karte skijaši su osigurani u slučaju povređivanja

Zakon propisuje pravila ponašanja na skijalištu: obzir prema drugim skijašima; odgovorno i bezbedno skijanje; procena svojih mogućnosti, i dr.

Pravilnik o eksurzijama - iako se ne odnosi na nastavu studenata, može predstavljati dobar osnov za organizaciju terenske nastave. Pravilnik propisuje određivanje odgovornih lica, obavezu osiguranja, proveru zdravstvene sposobnosti učenika i mere bezbednosti putovanja.

B) Aplikativna dokumenta

Pravilnik o terenskoj nastavi FSFV - propisuje poštovanje opštih normi ponašanja: očuvanje ugleda Fakulteta i poštovanje pravila u vezi sa nastavom. Pravilnik ne precizira nikakve bliže mere u vezi sa bezbednosti na nastavi.

Nastavni plan i program predmeta TiM skijanje- predviđa, kao krajnji ishod, sticanje tehničke, metodičke, organizacione i naročito bezbednosne kompetentnosti. Teorijska predavanja o bezbednosti obuhvataju fond od 5 časova što iznosi oko 18% predavanja. Osim teorijskih, oblast bezbednosti se obrađuje i na praktičnim predavanjima (obrazovni aspekt) kao i kroz očigledne primere tokom svakodnevnih praktičnih nastave u uslovima realne pedagoške situacije (aplikativni aspekt). Teme su usmerene na upoznavanje sa normativnim dokumentima koji se odnose na organizaciju i bezbednost u terenskoj nastavi skijanja, rizicima u okviru same nastave na snegu i merama bezbednosti (Tabela 1).

Tabela 1. Obrazovni i vaspitni aspekti programa predmeta Teorija i metodika skijanja na Fakultetu sporta i fizičkog vaspitanja u prostoru bezbednosti

Nastava		Obrazovni aspekt	Aplikativni aspekt
TEORIJSKA		Zakonska regulativa	Primena zakonskih normi u organizaciji zimovanja, putovanja, praktičnoj nastavi
		Rizici i upravljanje rizikom na snegu	Nastava u okruženju rizika
		Mere bezbednosti i prevencije	Preventivno i odgovorno ponašanje na planini u zimskim uslovima Fizička priprema za zimske aktivnosti na planini Organizacija preventivnih lekarskih pregleda
		Mere i postupci prve pomoći	Upoznavanje sa načinom rada službe Gorske Službe Spasavanja (GSS); sistemi javljanja i uzbunjivanja; prikaz funkcionisanja GSS na terenu
TEORIJSKA I PRAKTIČNA	TE	Izbor i prilagođavanje opreme	Organizacija iznajmljivanja skijaške opreme i provera ispravnosti
	ME	Formiranje i vođenje nastavnih grupa i nastava sa učenicima s posebnom brigom u nastavnom radu	Primena pedagoških principa i mera bezbednosti u radu sa grupama Formiranje grupa u odnosu na znanje, sposobnosti i zdravstveni status Izbor saradnika i unifikacija Primena liste zadataka- <i>checklist</i>
PRAKTIČNA		Orjentacija i snalaženje u planini	Upoznavanje sa geografskim, ekološkim, kulturološkim i istorijskim karakteristikama lokalne sredine Upoznavanje sa specifičnostima datog skijališta
		Dnevna organizacija rada i odmora	Organizacija dnevnog programa rada Sistem rada lekara
		Mere bezbednosti na skijalištu Sistem rada skijališta	Upoznavanje sa organizacijom rada skijališta u funkciji veće bezbednosti

Realizacija nastave obuhvata i izbor i pripremu saradnika-vođa odeljenja. U okviru priprema nastave nastavnici se, pre skijanja, upoznavaju sa svim elementima bezbednosti.

Nastavnici i studenti su upoznati sa protokolima u slučaju neželjenih situacija. Protokoli predviđaju mere i postupke prve pomoći, obaveštavanja. Tokom nastave postoji saradnja sa nadležnim službama: GSS, policija i redari na stazi.

Rad sa učenicima s posebnom brigom (povređeni, u procesu rehabilitacije, sa zdravstvenim problemima i sl.) regulisan je izdvajanjem u posebne grupe.

Slobodno skijanje je usklađeno sa nivoom znanja skijanja i kontrolisano na taj način što se može realizovati samo na prigodnim stazama i ne praktikuje se u vreme kada kod studenata nastupa zamor (posle podne).

Zdravstvena služba je regulisana radom fakultetskog lekara koji vodi računa o zdravstvenim problemima studenata. Lekar saraduje sa službom GSS i lokalnom ambulantom. Fakultet ima priručnu apoteku i sredstva imobilizacije koja se nabavljaju periodično na ličnu inicijativu predmetnog nastavnika. Nastavnici i lekar su povezani sredstvima veze. Lekar je upoznat sa vrstama opterećenja na nastavi. Studenti koji imaju zdravstvene probleme, pre polaska na nastavu, se upućuju na pregled lekaru specijalisti, koji daje svoje mišljenje i terapiju kako bi mogli da prate nastavu. Režim radnog vremena podrazumeva neformalno 24-časovno dežurstvo kao i dnevne termine rada lekara.

Na praktičnoj nastavi, studenti se upoznaju sa principima orijentacije i snalaženja na planini kroz poznate objekte, sistem signalizacije na samoj stazi i načinima.

Kroz teme o fizičkim sposobnostima značajnim za skijanje ističe se značaj fizičke pripreme, sposobnost njene procene, uvažavanje osećaja zamora, kao i negativan uticaj alkohola na bezbednost u skijanju.

Dnevni program rada je prilagođen obavezama nastave kao i obaveznom odmoru i oporavku.

C) Lične mere studenata

Na teorijskoj nastavi studentima se naglašava da je svest o ličnoj odgovornosti i obavezi pridržavanja pravilima najbolji vid bezbednosti. Studenti se upoznavaju sa obavezanim i preporučenim merama koje pojedinac preduzima u cilju lične bezbednosti. Mere i postupci se obrađuju sa aspekta: opreme, veštine skijanja i određenih znanja:

- nošenje adekvatne odeće (funkcionalne, termo i hidro-izolacijske karakteristike)
- korišćenje zaštitne opreme sa sertifikatom o ispunjenosti nacionalnih ili međunarodnih standarda: kaciga, zaštita za zglob šake snoubordera, zaštita za kičmeni stub – nije obavezno, po ličnom izboru)
- korišćenje adekvatne opreme (skije, cipele, vezovi). Sve mora biti prilagođeno individualnim karakteristikama: morfološkim karakteristikama (telesna masa, visina), znanju skijanja, motoričkim sposobnostima (snazi, izdržljivosti, koordinaciji), uslovima na stazi (snežna podloga, uređenost staza), načinu skijanja (stil skijanja), znanju skijanja (početnik, napredan, ekspert)
- skijanje u sferi lične sigurnosti (usklađeno sa znanjem skijanja, trenutnim psihofizičkim sposobnostima, prilagođeno uslovima na stazi – stepenu težine staze, stanju snežne podloge, okruženju drugih skijaša)
- upoznavanje sa meteorološkom situacijom (magla, padavine, vetar, jako sunčano zračenje)
- upoznavanje sa stanjem na stazama (zatvorene staze/žičare, radno vreme)
- upoznavanje sa pravilima ponašanja na stazama i poštovanje pravila i signalizacije
- prilagođavanje ishrane, hidratacija, zabrana konzumiranja alkohola
- u slučaju učešća ili prisustva nekoj povredi ili vanrednoj situaciji, primena postupaka prve pomoći, legitimisanje i davanje izjave nadležnom licu

Nedostaci normativnih dokumenata

Analizom pomenutih dokumenata uočeni su određeni nedostaci:

- pitanje iznajmljivanja skijaške opreme i njeno podešavanje prema individualnim karakteristikama studenata je neregulisano. Imajući u vidu da ne postoje propisani standardi, proveru opreme vrše nastavnici pri čemu ostaje nedefinisano ko je odgovoran ukoliko, zbog neadekvatne opreme, dođe do povrede
- u Pravilniku o terenskoj nastavi nije predviđen
 - plan aktivnosti u slučaju kada je narušena bezbednost učesnika u nastavi
 - obaveza fakulteta da obezbedi neophodna medicinska sredstva
 - obaveza osiguranja svih učesnika u nastavi (studenti, nastavnici i saradnici)
 - definisanje terenske nastave kao jedinstvenog pedagoškog procesa koji, pored nastavnih sadržaja, obavezuje studente na poštovanje pravila ponašanja a naročito pravila o bezbednosti i u slobodno vreme a ne samo tokom nastave;
 - obaveza sistematskog zdravstvenog pregleda ili obavezu prijavljivanja svih bolesti i povreda koje mogu uticati na realizaciju nastave;
 - angažovanje stručnih lica za orijentaciju u prirodi
- Dosadašnja praksa je pokazala da je potrebna specifična fizička priprema za fizičke napore koje iziskuje nastava skijanja

ZAKLJUČAK

Skijanje je aktivnost sa povećanim stepenom rizika od povređivanja zbog čega bi bezbedna komponenta trebalo da bude detaljno obrađena u svim zakonskim dokumentima, pravilnicima Fakulteta kao i sadržajima programa predmeta TiM skijanja.

Analiza normativnih i aplikativnih dokumenta pokazala je da je najveći deo pitanja bezbednosti u nastavi skijanja obuhvaćen dokumentima. Na teorijskoj nastavi predmeta oblast bezbednosti je detaljno obrađena. Na praktičnoj nastavi, kao objektivnoj pedagoškoj situaciji, studentima se ukazuje na sve aspekte rizika i mera bezbednosti.

U okviru analize dokumenata uočeni su nedostaci u pogledu odgovornosti kod iznajmljivanja opreme (zakonska dokumenta), regulisanja nabavke medicinskih sredstava, obaveznog preventivnog lekarskog pregleda u skladu sa specifičnostima nastave, obaveze osiguranja svih učesnika u nastavi, angažovanja stručnih lica za uskospecifične sadržaje u nastavi (aplikativna dokumenta) kao i regulisanje kondicione pripreme za specifične napore na nastavi.

Navedene predloge je potrebno usvojiti i primeniti u adekvatnoj formi kako bi se obezbedila bezbednost studenata u najvećoj mogućoj meri

LITERATURA

1. Nastavni plan i program Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja Univerziteta u Beogradu– Kurikulum (2014). FSFV. Beograd
2. Pravilnik o ekskurzijama „Prosvetni glasnik” br. 1/2009.
3. Pravilnik o terenskoj nastavi, FSFV (odluka NNV FSFV 02-1935-5 od 13.7.2009)
4. Ropret R . & Janačković-Ćupić D (2014) Povrede u skijanju i snoubord: zakonska regulativa i bezbednost na skijalištima u Srbiji. Fizička kultura 68(2): 176-186
5. Zakon o javnim skijalištima. Službeni glasnik RS, br. 46/2006