

Avtor: Petra Arko (petra.arko@vrtec-trnovo.si)

Vrtec Trnovo, Kolezijska 11, Ljubljana

POPESTRIMO GIBANJE PREDŠOLSKIH OTROK

UVOD

Gibanje je radost, je svoboda, je ustvarjalnost. Vse to pa otrok ob hitrem tempu življenja potrebuje kot zrak, ki ga diha. Potrebi po gibanju in igri sta osnovni otrokovi potrebi, zato je smiselno, da se prepletata kot rdeča nit skozi vse otrokove dejavnosti. Na gibalno aktivnost otrok najbolj vplivajo otrokovi starši oz. okolje, iz katerega prihajajo. Pomembno je, kako otrok preživlja prosti čas, konce tedna, počitnice. Ali bo prosti čas aktiven ali pasiven, je odvisno od športne angažiranosti staršev, kar pa je pogostokrat pogojeno z izobrazbo in dohodki staršev. Ravno zato je smiselno čim več raznovrstnih aktivnosti uvrstiti v program vrta, kar predvideva tudi Kurikulum za vrtce (1999), ki poudarja pomen gibanja. Tam je gibanje opisano kot primarna otrokova potreba. Kurikulum za vrtce (1999) še navaja, da je z gibanjem telesa pogojeno in povezano zaznavanje **okolja, časa, prostora in samega sebe** (Kurikulum za vrtce, 1999, str. 25).

Predšolsko obdobje je obdobje temeljnega gibalnega razvoja, zato aktivnosti, ki jih otrok opravlja v prvih letih življenja odločilno vplivajo na otrokov razvoj in oblikovanje njegovih sposobnosti, lastnosti, zmožnosti in značilnosti (Karpuljk, 2014). Potrebo po gibanju lahko zadovoljimo na različne načine. Za otroke v predšolskem obdobju so kot športna dejavnost primerne predvsem različne metode, oblike dela ter pripomočki, da bi otroci spoznavali in doživljali športne aktivnosti predvsem skozi igro. V primerjavi z ustaljenim organizmom odraslega človeka, otroško telo namreč neprestano raste in se razvija. Na rast in razvoj pa v veliki meri vpliva ravno gibanje. Z rastjo in razvojem se otrokove sposobnosti večajo in tako sta rast in razvoj v nenehni odvisnosti od gibanja in obratno (Karpuljk, 2014).

Razvoj gibalnih funkcij je rezultat otrokovega zorenja in učenja. Če otrok nima možnosti za izvajanje različnih gibalnih dejavnosti, lahko zastane v gibalnem razvoju. Zmanjšanje telesne aktivnosti v predšolskem obdobju pogosto vodi k prekomerni teži in posledično vpliva na zdravje, bistveno je povečano tudi tveganje za različne bolezni. Športna aktivnost daje otroku določen red, disciplino, ritem. Lažje navezuje stike z vrstniki, hkrati spoznava in opazuje svoje gibalne sposobnosti in spremembe, uživa ob uspehu in napredku. Telesna aktivnost otroku omogoča pogoje za oblikovanje močnejših kosti, krepi duševno zdravje, predvsem pa vzpostavlja temelje zdravega življenjskega sloga, ki ga je mogoče obdržati v odraslem življenjskem obdobju (Završnik in Pišot, 2005).

KURIKULARNI CILJI

Globalni cilji, ki so opisani v Kurikulumu za vrtce (1999), so zelo široko zastavljeni, zato vzgojiteljem dopuščajo možnost izbire različnih dejavnosti. Bolj konkretno dejavnosti opredelijo cilji, ki jih Kurikulum navaja v nadaljevanju, a kljub temu dovoljujejo kreativen izbor gibalnih aktivnosti. Vzgojitelj si lahko tako svobodno izbira način, ki najbolj ustreza otrokom, vzgojitelju in danim pogojem.

Že z eno dejavnostjo lahko realiziramo celo paleto ciljev. V nadaljevanju bom na podlagi štirih dejavnosti prikazala doseganje več ciljev kurikula:

Z dejavnostjo *Zbijanje muhic* realiziramo naslednje cilje:

- razvijanje koordinacije oziroma skladnost gibanja (koordinacija gibanja celega telesa, rok in nog), ravnotežje,
- povezovanje gibanja z elementi časa, ritma in prostora,
- razvijanje moči, natančnosti, hitrosti in gibljivosti, vztrajnosti,
- sproščeno izvajanje naravnih oblik gibanja (hoja, tek, skoki, poskoki, valjanje, plezanje, plazenje itn.),
- spoznavanje in izvajanje različnih elementarnih gibalnih iger,
- usvajanje osnovnih načinov gibanja z žogo,
- iskanje lastne poti pri reševanju gibalnih problemov,
- uvajanje otrok v igre, kjer je treba upoštevati pravila,
- spoznavanje pomena sodelovanja v igralni skupini, medsebojne pomoči in "športnega obnašanja",
- spoznavanje osnovnih varnostnih ukrepov, ki so potrebni pri izvajanju gibalnih dejavnosti, ter ozaveščanje skrbi za lastno varnost in varnost drugih.

Z dejavnostjo *Vožnja s poganjalčki* realiziramo naslednje cilje:

- razvijanje koordinacije oziroma skladnost gibanja (koordinacija gibanja celega telesa, rok in nog), ravnotežje,
- povezovanje gibanja z elementi časa, ritma in prostora,
- razvijanje moči, natančnosti, hitrosti in gibljivosti, vztrajnosti,
- usvajanje osnovnih gibalnih konceptov: zavedanje prostora (kje se telo giblje), načina (kako se telo giblje), spoznavanje različnih položajev in odnosov med deli lastnega telesa, med predmeti in ljudmi, med ljudmi,
- iskanje lastne poti pri reševanju gibalnih problemov,
- pridobivanje spretnosti vožnje s kolesom, spretnosti kotalkanja ipd.,
- spoznavanje osnovnih varnostnih ukrepov, ki so potrebni pri izvajanju gibalnih dejavnosti, ter ozaveščanje skrbi za lastno varnost in varnost drugih.

Z dejavnostjo *Poligon* (obroči, koš, stožci, vedra s kamni, žoge, plastične ovire) realiziramo naslednje cilje:

- razvijanje koordinacije oziroma skladnost gibanja (koordinacija gibanja celega telesa, rok in nog), ravnotežje,
- povezovanje gibanja z elementi časa, ritma in prostora,
- razvijanje moči, natančnosti, hitrosti in gibljivosti, vztrajnosti,
- sproščeno izvajanje naravnih oblik gibanja (hoja, tek, skoki, poskoki, valjanje, plezanje, plazenje itn.)
- usvajanje osnovnih gibalnih konceptov: zavedanje prostora (kje se telo giblje), načina (kako se telo giblje), spoznavanje različnih položajev in odnosov med deli lastnega telesa, med predmeti in ljudmi, med ljudmi,
- usvajanje osnovnih načinov gibanja z žogo,
- iskanje lastne poti pri reševanju gibalnih problemov,
- spoznavanje različnih športnih orodij in pripomočkov, njihovo poimenovanje in uporabo.

Z dejavnostjo *Lopatanje na snegu* realizirano naslednje cilje:

- razvijanje koordinacije oziroma skladnost gibanja (koordinacija gibanja celega telesa, rok in nog), ravnotežje,
- razvijanje moči, natančnosti, hitrosti in gibljivosti, vztrajnosti,
- sproščeno izvajanje naravnih oblik gibanja (hoja, tek, skoki, poskoki, valjanje, plezanje, plazenje itn.)
- usvajanje osnovnih gibalnih konceptov: zavedanje prostora (kje se telo giblje), načina (kako se telo giblje), spoznavanje različnih položajev in odnosov med deli lastnega telesa, med predmeti in ljudmi, med ljudmi,
- spoznavanje zimskih dejavnosti,
- spoznavanje pomena sodelovanja v igralni skupini, medsebojne pomoči in "športnega obnašanja",
- spoznavanje različnih športnih orodij in pripomočkov, njihovo poimenovanje in uporabo,
- spoznavanje oblačil in obutev, ki so primerne za gibalne dejavnosti,
- spoznavanje vloge narave in čistega okolja v povezavi z gibanjem v naravi,
- spoznavanje osnovnih varnostnih ukrepov, ki so potrebni pri izvajanju gibalnih dejavnosti, ter ozaveščanje skrbi za lastno varnost in varnost drugih.

GIBALNO SPROSTITVENE IGRE ZA OTROKE

Gibanje pa ni samo šport, je tudi zelo dobro sredstvo za učenje, za sproščanje in za ustvarjanje ugodne klime. Z gibanjem predšolskim otrokom pomagamo, da »predelajo« težka doživetja, neugodne izkušnje in razne duševne obremenitve. Tako otroci pridejo do notranjega ravnotežja in ga ohranijo (Uranjek, 1995).

Dr. Breda Kroflič (1992) potrjuje, da gibanje deluje sprostitveno na mišično in duševno napetost otrok in odraslih. Človek z gibanjem sprošča napetost, ki je posledica raznih pritiskov v njem samem in v okolju. Zato moramo otrokom omogočiti čim več gibanja.



Del gibanja so tudi različne sprostitvene dejavnosti, ki uporabljajo domišljijo, zvoke, barve, telesni stik in svet čutil. Cilj takšnih dejavnosti je ozavestiti otroke o pomenu sproščenosti za naše (njihovo) telesno in duševno stanje. Z umirjeno sprostitvijo sprožimo v telesu vegetativne spremembe, ki povzročijo tudi posebna duševna doživetja:

- večja notranja umiritev,
- poveča se pozornost in zbranost,
- otroci se naučijo zaznavati svoje telesne občutke (teža, toplota, ...),
- v pogovornih vajah se soočijo s svojimi občutki.

Vendar pa sprostitvenih dejavnosti ni mogoče doseči brez občutka varnosti. Treba je ustvarjati ugodno čustveno klimo ter pozitiven čustven odnos med otrokom in odraslim (Uranjek, 1995).

Sprostitvene dejavnosti v našem vrtcu izvaja sodelavka Nina Zorko, ki je zaposlena kot vzgojiteljica. Končala je podiplomski študij in si pridobila naziv specialistka plesne terapije. Po predhodnem dogovoru enkrat tedensko v različnih oddelkih vodi masaže, jogo in sprostitvene vaje za otroke, ki jih prilagaja starosti otrok. Z otroci se v jutranjem krogu uglasijo, in sicer tako, da si podajajo svečke ali žogico, pri tem usmerijo pogled v prijatelja, se igrajo električni pozdrav ali vržejo kocko, na kateri so narisani deli telesa in se z določenimi deli pozdravijo (z nosom, glavo, roko ...). Pri tej igri uporabljajo tudi svetilnik, zvonček, boben. Pri svojem delu se Nina poslužuje tudi joge in masažnih vaj, ki so namenjene predšolskim otrokom. Ugotavlja, da tako otroci postanejo do sebe in drugih bolj čutni, strpni, razvijajo zmožnost empatije. Hkrati spoznavajo svoje telo in občutijo, kaj vse zmore. V asana položajih si krepijo gibljivost in različne motorične spretnosti, učijo se pravilne telesne drže, povečuje se jim tudi koncentracija. Joga otrokom razvija tudi domišljijski svet, ustvarja se pozitivna energija. Pri izvajanju sprostitvenih vaj pa je zelo pomembno, da vaje niso tekmovalno naravnane.

Ideje za dejavnosti Nina črpa iz študijskega gradiva, ki ga je dobila na Pedagoški fakulteti in iz knjige *Pravljična joga* avtorice Urške Božič (priročnik za vadbo joge za otroke). Pri sproščanju ali masaži si pomaga tudi s knjigo *Potovanje na krilih domišljije* (Srebot, Menih). V sprostitvene aktivnosti vključuje različne rekvizite, kot so rute, večje šale, plišaste igrače in meditativno, ljudsko in klasično glasbo kar otroke še dodatno motivira.

OBOGATITVENE DEJAVNOSTI NA PODROČJU GIBANJA

Kot je pojasnjeno v uvodu, je v program vrtca smiselno vključevati čim več raznovrstnih gibalnih aktivnosti. V Vrtcu Trnovo otrokom to omogočamo s povezovanjem z različnimi institucijami. Otroci prve in druge starostne stopnje Vrtca Trnovo so vključeni v gibalno-športni program Mali sonček, katerega namen je obogatiti gibanje v vrtcu s sodobnimi gibalnimi in športnimi vsebinami. Poudarek dejavnosti je na igri in vadbi, ki sta prijetni in prilagojeni otroku. V program so vključeni tudi otroci s posebnimi potrebami, ki jim je treba posvetiti še več pozornosti ter jim prilagoditi naloge oz. oblike in metode dela.

Program Mali sonček vsebuje 4 stopnje:

- modri za otroke od 2. do 3. leta;
- zeleni za otroke od 3. do 4. leta;
- oranžni za otroke od 4. do 5. leta in
- rumeni za otroke od 5. do 6. leta.

Vse štiri ravni se vsebinsko med seboj povezujejo, dopolnjujejo in nadgrajujejo, tako da lahko otroci opravijo vse stopnje programa. Program je pomemben tudi z vidika spodbujanja staršev k dejavni udeležbi pri različnih aktivnostih. Sodelovanje s starši je namreč zelo pomembno, zato jim na začetku šolskega leta predstavimo program in posamezne naloge v okviru programa ter jih povabimo k sodelovanju (Videmšek et al., 2012).

Različne stopnje programa Mali sonček vsebujejo različno število nalog. V okviru zadnje stopnje rumeni Mali sonček za otroke od 5. do 6. leta starosti otroci na primer opravijo 11 nalog: rumeni planinec, igre brez meja, mini kros, igra na prostem s smučmi, kolesarjenje, rolanje, drsanje, igre z žogo, ustvarjanje z gibanjem in ritmom, elementi atletske in gimnastične abecede, igre z vodo, ob vodi in v vodi. Za končno priznanje naj bi otroci opravili vsaj 7 nalog (Mali sonček, 2015).

Naloge so opisane v knjižici, ki jo dobi vsak otrok in v katero s priloženimi nalepkami beležimo vsako uspešno opravljeno nalogo. V knjižice si lahko otroci po osvojenem vrhu tudi sami odtisnejo žig in imajo takó motivacijo in zadovoljstvo za nadaljnje aktivnosti. Tudi nalepke otroci dobijo takoj po opravljeni dejavnosti in jih sami nalepijo v ustrezna okenca v knjižici.

Lažjo uresničitev izbranih nalog iz programa Mali sonček nam omogoča dobro izhodišče in odlična lokacija našega vrtca. Sprehodimo se lahko do Tivolija, gremo na Rožnik, Golovec, Ljubljanski grad, v Botanični vrt, smo blizu mestnega jedra in Poti spominov in tovarštva. Ker program zajema tudi igre z vodo, že vrsto let organizirano letovanje v otroškem letovišču Pacug, in sicer za otroke od četrtega leta starosti naprej. Letovanje, ki je običajno umeščeno v začetek junija, traja pet dni, od ponedeljka do petka. V vrtcu izvajamo tudi dejavnosti rolanja in kolesarjenja, pri čemer s pridom izkoriščamo ogromno asfaltno ploščad na vrtčevskem igrišču. Kolesa in rolarje otroci prinesejo od doma, nekaj jih imamo tudi v vrtcu. Prav tako imamo veliko skirojev, poganjalčkov, triciklov in čelad, kar vse omogoča, da lahko izvajamo kvalitetne športne aktivnosti.

Vrtec Trnovo sicer nima telovadnice, zato za izvajanje gibalnih in obogatitvenih športnih programov sodelujemo z Osnovno šolo Trnovo in TVD Partizanom, kar nam omogoča uporabo njihovih telovadnih prostorov. Prav tako so nam na voljo tudi pripadajoči rekviziti in športni pripomočki. Vsak oddelek v obdobju od 1. 10. do 30. 4. koristi telovadne prostore, in sicer 45 minut tedensko. Otrokom tako omogočamo, da se sprostijo, uživajo in si nasploh izboljšajo počutje. Program vadbe vsaka strokovna delavka načrtuje glede na temo in željo otrok. Ker pa tudi timsko sodelujemo, si ideje večkrat izmenjamo.



Ker ugotavljamo, da otrokom zaradi neprimerne načina življenja upadajo motorične sposobnosti, že drugo leto sodelujemo v programu integracijskih uric s Smučarskim društvom Novinar, ki je sicer zelo uspešen tekmovalni klub. Pobuda po sodelovanju je prišla s strani omenjenega društva, ki sicer sodeluje z Mestno občino Ljubljana. V sodelovanju s Smučarskim društvom Novinar sami pripravimo vse potrebno za izvedbo jesenskega in spomladanskega kroša, ki ga vodita sodelavka, vzgojiteljica, ki je hkrati tudi diplomirana profesorica športne vzgoje, in pomočnik vzgojiteljice, ki končuje študij in bo pridobil naziv diplomirani trener rokometa. Sicer pa v okviru društva z vrtcem sodelujeta dve animatorki – diplomirana trenerka smučanja in profesorica športne vzgoje. V začetku leta v smučarskem klubu izdelajo letni program vadbe, vsakodnevno pripravo pa napišeta animatorki sami in jo prilagodita potrebam posameznega oddelka. Za animacijo koristita večnamenski prostor, garderobne prostore pa tudi zunanje igrišče, dokler seveda to dopušča vreme. Pri svojem delu animatorki uporabljata športne rekvizite in pripomočke, ki jih imamo v vrtcu. Pred samo izvedbo se animatorki posvetujeta z vzgojiteljico otrok in upoštevata tudi njene želje in predloge. Dejavnosti poskušamo tudi tematsko obarvati – ko smo v lanskem letu z otroki odkrivali material papir, sta dekletki pripravili gibalne spretnosti, pri katerih so vsi otroci uporabljali različne vrste papirja, kot na primer: *kdo prej zmečka polo časopisnega papirja, hoja, drsenje na papirnatih brisačah, hiter tek, sprint z listom na prsih, da slednji ne pade na tla, žoganje s kroglico iz papirnatih robčkov* in podobno. Pri otrocih opažamo, da se animatork zelo razveselijo. Otroci se ne le športno razvedrijo, ampak so deležni tudi različnih pristopov pri podajanju navodil in gibalnih igrice na sploh. Na ta način se odmaknejo od znanega, vsakdanjega prostora (igralnica) in od vzgojiteljice oz. pomočnice vzgojiteljice. Animatorki imata svojo metodo, svoj tempo, ritem in drugačne aktivnosti. Ob tem se otroci navajajo na druge strokovne sodelavce, jih sprejmejo v svoje vrtčevsko okolje in jim zaupajo.

Poleg omenjenih dejavnosti vsako leto v okviru šole rolanja in drsanja Lucky Luka organiziramo drsalni tečaj z animacijskim programom za otroke stare od 5 do 6 let. Letos so otroci pričeli s tečajem 11. 11. in ga zaključili 18. 11. Starši so poskrbeli za ustrezno opremo, drsalke in čelade pa so si izposodili na drsališču. Tečaj vodijo športni animatorji iz šole Lucky Luka in za to usposobljene vzgojiteljice in pomočnice vzgojiteljic, ki imajo opravljen tečaj prilagajanja na led. Pri drsanju opažamo, kako se otroci, ki prvič stopijo na led, večinoma hitro prilagodijo. Zadnji dan drsanja pokažejo že velik napredek, saj vsi osvojijo osnove drsanja. Pridobljene veščini lahko ta dan otroci pokažejo tudi staršem, ki jih povabimo na drsališče.

Lansko leto smo v sklopu projekta košarkarskih vrtcev sklenili sodelovanje še košarkarskim klubom Globus, ki z osnovnimi šolami sodeluje že deset let, z vrtci pa dve leti. Pobudniki za sodelovanje so bili ravnateljica, starši otrok in animatorji kluba. Animatorji košarkarskega kluba so namreč ugotovili, da so otroci nižjih razredov osnovne šole okorni, premalo gibljivi in da mnogi nimajo usvojenih osnovnih gibalnih formacij. Občutiti je pomanjkanje zadostne količine gibalnih dejavnosti, zato je organizirana, pospešena vadba v vrtcih učinkovit način, da si otroci pridobijo izkušnje v gibalnem, motoričnem razvoju, saj je vpliv gibalnih aktivnosti na otrokov razvoj največji prav v obdobju do petega leta starosti.

Animatorji košarkarskega kluba Globus so se izobraževali na Fakulteti za šport in imajo licenco za trenerja košarke. Letošnje leto v Vrtcu Trnovo animatorji ob četrtkih organizirajo in vodijo vadbo v telovadnici Osnovne šole Trnovo. Vadba je namenjena otrokom od četrtega do šestega leta starosti. V aktivnosti je vključenih pet skupin. Vodja in trener mladinskega programa s pomočjo sodelavcev sestavita plan treninga za različne starostne skupine. Rekvizite za vadbo priskrbi klub. Ti so za vrtčevske otroke zelo zanimivi, saj so drugačni od tistih, ki so jih vajeni. Zanimivi so jim predvsem mali prenosljivi košarkarski koši, žoge iz različnih materialov in različne teže ter barve, mini gumijasti obroči, prenosljive lestve, elastične mreže, kanvas za žoge ter kovinsko ogrodje. Zanimivo je, da z otroki vedno sodelujejo trije animatorji. Poleg dveh animatorjev program izvaja tudi animatorka, z namenom, da se deklice lažje sprostijo in navežejo.

IZVAJANJE GIBALNIH AKTIVNOSTI V VRTCU TRNOVO

V nadaljevanju bom na podlagi kvalitativne raziskave in izsledkov polstrukturiranega intervjuja, osebnih zapisov ter opazovanj prikazala načine izvajanja gibalnih aktivnosti v Vrtcu Trnovo in prikazala katere športne aktivnosti in različne gibalne igrice so otrokom najljubše. Intervjuje sem izvedla 18. in 19. novembra 2015. Anketirala sem športno animatorje SD-Novinar, KK Globus, vzgojiteljice in pomočnice vzgojiteljic ter otroke različnih starosti v Vrtcu Trnovo.

Iz prejetih odgovorov animatorjev košarkarskega kluba lahko povzamem, da otroci obožujejo različne igre z žogo in premagovanje različnih ovir na poligonu, najraje pa mečejo na koš. Animatorji SD Novinar pa opažata, da otroci najbolj uživajo pri elementarnih igrach. Enako ugotavljajo tudi vzgojiteljice in pomočnice vzgojiteljic, ki potrjujejo, da imajo otroci radi igre kot so *Mačka in miš*, *Vzemi repek*, *Makarončki*, *Letalo*, *potres*, *poplava*, *Pajek plete mrežo*, *Kipi*, *Slepe miši*, *Lisica, kaj rada ješ?*, *Kdo se boji črnega moža?*, *Gnilo jajce*, *Ugrizni leva za rep itd.*

Po mnenju vzgojiteljic in pomočnic vzgojiteljic otroci v starosti od 5 do 6 let zelo radi preskakujejo dolgo vrv, ki se vrti v loku, radi tečejo na kratke proge – t.i. šprint, kjer se merijo v hitrosti. Všeč jim je lovljenje v parih ali trojicah, kotaljenje različnih žog med ovirami, tudi s pripomočki kot so na primer hokejske palice. Uživajo v različnih poskokih, preskokih, ciljanju tarče, tudi premične. Radi imajo igre s pravili npr. zbijanje muhic – te igre si vedno znova želijo. Priljubljene pa so tudi vse štafetne igre in igre v skupinah. Radi tekmujejo med seboj, stremijo k temu, kdo bo hitrejši, močnejši, spretnejši. Zelo priljubljeni sta tudi igrici *Ali je kaj trden most?* in *Ptički v gnezda*.

Za otroke stare od 2 do 3 leta največkrat pripravimo poligon, ki ga sestavimo iz mehkih blazin različnih oblik in velikosti. Opazimo, da otroci zelo radi plezajo navzgor, stopajo po stopnicah, skačejo v globino, se valjajo, plazijo med ali pod različnimi ovirami, radi se vrtijo, gugajo.

Izkazalo se je, da so otroci te starosti precej nezahtevni in vodljivi, pomembno pa je, da tudi pri otrocih prve starostne skupine dejavnosti potekajo prek igre.

Zanimiva je ugotovitev vzgojiteljic v heterogeni skupini, da velika telovadnica otroke kar prevzame, jih pritegne k teku v vse smeri. Takrat je težko uvesti pravila in ozavestiti otroke, da pravila ne veljajo le v vrtcu, ampak tudi v telovadnici. Motivacijo vzgojiteljice, pa tudi animatorji vzpostavljajo tudi z novimi rekviziti kot so pilates žoge, uteži, blazine na ježke, tuneli itd.

Odgovori otrok so podobni odgovorom strokovnih delavcev. Starejši otroci so navdušeni predvsem nad elementarnimi igrami, premagovanju ovir na poligonu, radi imajo igre z žogo (košarka, nogomet), uživajo v vožnji s kolesi, radi rolajo. Mlajši otroci pa se radi gugajo na gugalnicah, uživajo na poligonih in v spretnostih s poganjalci.

ZAKLJUČEK

Ko opazujemo in spremljamo otrokov razvoj, ugotavljamo, da je nujno v otrokovo življenje vnesti čim več gibanja. Pomembno je, da v vrtcu otrokom omogočimo izbiranje, raziskovanje in odkrivanje izvirnih rešitev gibalnih nalog. Otrokom pomagamo, da zaznajo svoj napredek. Naloga vsakega strokovnega delavca je, da skrbi tako za gibalno nadarjene kot tudi gibalno šibkejša otroka, da otrokom približa aktivnost in jih pripravi na športno življenje. S pestro izbiro dejavnosti in različnimi načini, metodami in rekviziti lahko motiviramo otroke za aktivno udejstvovanje in razvijamo njihovo naklonjenost športnim aktivnostim. Z otroki se pogovarjamo o uspehu in porazu ter športnemu vedenju. Športno vzgojo povezujemo tudi z drugimi področji dejavnosti v vrtcu ter se skupaj igramo različne športne igre, vse dejavnosti pa začnimo z igro, otrokovo primarno dejavnostjo. Vedno pa poskrbimo za varnost otrok.

VIRI:

Karpuljk., D. (2014). Skripta predavanj.

Kroflič, B. in Gobec, D. (1992). *Ustvarjalni gib in plesna vzgoja za najmlajše*. Pedagoška vzgoja. Novo mesto.

Kurikulum za vrtce (1999). Ljubljana. Ministrstvo za šolstvo in šport, Zavod za šolstvo.

Uranjek, A. (1995). *Sprostitutvene igre za vrtce in šolo*. Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše. Ljubljana.

Videmšek, M. et al. (2012). *Gibalni/športni program Mali sonček*. Športna vzgoja. Dostopno na:



VRTEC TRNOVO
Kolezijska ulica 11 • 1000 Ljubljana

☎ 01 420 46 56
☎ 01 420 46 55
🏠 www.vrtectrnovo.si
✉ tajnistvo@vrtec-trnovo.si

http://www.sportmladih.net/uploads/cms/file/Mali%20soncek/Revija_Sport_MS_17_22_maj_2012.pdf.

Završnik, J. in Pišot R. (2005). *Gibalno/športna aktivnost za zdravje otrok in mladostnikov*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče, Inštitut za kinezološke raziskave, Univerzitetna založba Annales.