

Orijentacijsko kretanje (trčanje) u nastavi nižih razreda osnovne škole – primjer interdisciplinarnosti Tjelesne i zdravstvene kulture i Prirode i društva

UDK: 796.56:373.32

371.3:3/5

371.3:796/799

Stručni članak

Primljeno: 23. 5. 2012.



Marija Lorger¹
marija.lorger@inet.hr



Zdenko Braičić²
zdenko.braicic@ufzg.hr

Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb

¹ Dr. sc. Marija Lorger diplomirala je, magistrirala i doktorirala na Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu. U znanstvenom i stručnom radu bavi se specifičnostima kineziološke edukacije i kineziologije sporta. Do sada je samostalno i u suautorstvu objavila dva priručnika i četrdesetak znanstvenih i stručnih radova. Sudjelovala je u tri znanstvena projekta. Od 2008. godine radi kao viša asistentica na Katedri za kineziološku edukaciju.

² Doc. dr. sc. Zdenko Braičić je na Katedri za prirodoslovlje, geografiju i povijest (su) nositelj kolegija Geografija i Metodika prirode i društva. Objavio je petnaestak znanstvenih radova u domaćim i inozemnim časopisima i zbornicima radova sa znanstvenih skupova. Znanstveni rad usmjeren mu je na industrijsko-geografsko i ekonomsko-geografsko područje te metodiku nastave prirode i društva.

Sažetak

Orijentacijsko je kretanje (trčanje) jedna od tema koje omogućuju povezivanje nastavnih sadržaja koji se obrađuju u predmetima tjelesna i zdravstvena kultura te priroda i društvo. Uvažavajući programske smjernice Nastavnog plana i programa u Republici Hrvatskoj u radu je dan prikaz nastavnih tema dvaju predmeta koje omogućuju njihovu korelaciju. Uz objašnjavanje osnovnih pojmova o orijentacijskom kretanju (trčanju), u radu je opisano nekoliko konkretnih organizacijskih oblika orijentacijskih vježbi primjenjivih u nižim razredima osnovne škole.

Ključne riječi: orijentacijsko kretanje (trčanje), tjelesna i zdravstvena kultura, priroda i društvo, integrirana nastava

Uvodne napomene

Tendencija "suvremene" škole i edukacijskog procesa je poticanje korelacije između nastavnih sadržaja srodnih, ali i manje sličnih nastavnih predmeta. U suvremenoj se nastavi sve više naglašava da znanja iz jednog nastavnog predmeta imaju veću vrijednost ukoliko se povežu s drugim, srodnim predmetima i time omogućuju učenicima nižih razreda osnovne škole cjelovito doživljavanje svijeta. Korelacija, odnosno povezanost nastavnih sadržaja prirode i društva i tjelesne i zdravstvene kulture u nas možda nije dovoljno naglašena, s obzirom na mogućnosti koje proizlaze iz ponuđenih nastavnih sadržaja u ova dva područja. Korelacija između dvaju nastavnih predmeta (manji metodički oblik) pruža znatne mogućnosti organiziranja integrirane nastave (veliki metodički oblici) kao što su integrirani sat, integrirani blok sat (u školskoj zgradi ili izvan nje), ali i integrirani dan ili poludnevni terenski izlazak. U integriranoj nastavi predmeti su povezani jednom zajedničkom temom koja se proučava s različitog gledišta (Andrić i Bulut, 2000.).

U ovom su radu, na konkretnim primjerima, prikazani neki od mogućih organizacijskih rješenja (oblika) integrirane nastave prirode i društva i tjelesne i zdravstvene kulture u nižim razredima osnovne škole, pri čemu se *Orijentacijsko kretanje (trčanje) učenika u prostoru* nametnulo kao zajednička tema. Orijentacijsko trčanje u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture može pridonijeti visokoj korelacijskoj povezanosti s drugim nastavnim predmetima, a također može doprinijeti i modernizaciji nastavnog procesa (Jenko, 2008.) uvođenjem novih tema u ovo područje rada. Orijentacijsko trčanje je primjereno djeci svih uzrasta i sposobnosti. Djeca se mogu baviti orijentacijskim trčanjem kao sportom, rekreacijom ili školskom vježbom.

Orijentacijsko trčanje učenicima može ponuditi istraživanje, rješavanje problema, različite izazove vezane za ponuđene sadržaje, a za one učenike koji se odluče natjecateljski baviti ovom aktivnošću i zanimljive, uzbudljive utrke (Portal o brdskom i cestovnom trčanju, <http://www.utrke.net>). Prema navedenom škola bi trebala omogućiti učenicima da dožive susret s orijentacijskim kretanjem (trčanjem) prije svega kroz obuku osnovnog razumijevanja („čitanja“) karte i kretanje uz njenu pomoć. U početnim koracima takve karte mogu sadržavati crtež škole, školskog dvorišta ili bliže okolice škole ovisno o stupnju snalaženja na karti. Takve karte se također mogu raditi i za male prostore što može biti prostor učionice, školskog hodnika, sportske dvorane (Kreft, 1988.). Prvo orijentacijsko iskustvo, nakon što se nauče služiti osnovama čitanja karte, učenici mogu steći u školskom dvorištu, obližnjem parku ili na školskim izletima na nekoj livadi.

Glavna didaktička zadaća orijentacijskog trčanja u školi jest osposobiti učenike da samostalno planiraju put trčanja, odnosno da pronalazak kontrolnih točaka ne prepuste slučaju. Hnilica i Hnilica (2001.) ističu kako ova sportska aktivnost ima pozitivan utjecaj na tjelesnu, intelektualnu i socijalnu domenu djece te među ostalim navode: podizanje opće tjelesne snage u djece (npr. trčanje brežuljkastim predjelima), umjerenost i sigurno opterećenje krvotoka, unapređivanje koordinacije i spretnosti (npr. neravnine ili prepreke na terenu), „misaoni rad“ odvraća pažnju od napora kojeg izaziva trčanje, kreativnost i vlastita inicijativa u rješavanju problema, doživljaj uspjeha nakon pronalaska svake kontrolne točke, doživljaj prirode (osobito za učenike iz urbanih sredina), razvijanje osjećaja odgovornosti (pronaći put i izvršiti zadatak na vrijeme) i dr. Sigurno je da aktivan boravak u nezagađenom prirodnom okruženju, povoljno djelovanje svježeg zraka, sunca i čimbenika koje nalazimo na mjestu izvođenja aktivnosti (voda, konfiguracija terena i sl.) kao i psihofizička aktivacija organizma pridonose jednoj od najvažnijih zadaća tjelesnog i zdravstvenog obrazovnog područja – zdravlju učenika.

Korelacija programskih sadržaja i orijentacijskog kretanja

Snalaženje učenika u prostoru (orijentacija) izučava se u nastavi prirode i društva u više nastavnih tema, naročito tijekom 1. i 3. razreda. U 1. razredu učenici vježbaju snalaženje u školi, i u prostoru općenito, pri čemu pojmovi kao što su *lijevo*, *desno*, *gore*, *dolje*, *ispred*, *iza*, *naprijed*, *natrag* trebaju biti usvojeni i operativni. U nastavnom se programu ne objašnjavaju načini konkretizacije zadataka uvođenja u prostornu orijentaciju, te je učitelju prepušteno da uz pomoć udžbenika (i priručnika) sam odluči kako će realizirati ovaj dio programskih zahtjeva. U 3. razredu pojam orijentacije proširuje se na strane svijeta (glavne i sporedne) i na potrebne predradnje kojima će se učenici osposobiti osnovnom kartografskom pismenošću za snalaženje

Tablica 1. Nastavne teme u predmetima priroda i društvo te tjelesna i zdravstvena kultura u okviru kojih je moguće organizirati orijentacijsko kretanje učenika i time ostvariti suodnos dvaju predmeta (prema *Nastavnom planu i programu za osnovnu školu u Republici Hrvatskoj, MZOŠ, 2006.*):

Tjelesna i zdravstvena kultura	
<p>Priroda i društvo</p> <p>1. razred</p> <ul style="list-style-type: none"> • Moja škola <ul style="list-style-type: none"> – imenovati prostorije u školu i navesti njihovu namjenu; – snalaziti se u školi; – odrediti položaj predmeta u prostoru, snalaziti se u prostoru prema zadanim odrednicama (lijevo, desno, gore, dolje, ispred, iza, naprijed, natrag) • Put od kuće do škole <ul style="list-style-type: none"> – osposobiti se za sigurno i samostalno kretanje od kuće do škole – ponašanje pješaka u prometu – osposobiti se za sigurno kretanje prometnicom i prelazanje preko nje 	<ul style="list-style-type: none"> • Hodanje i trčanje uz promjenu smjera kretanja • Ciklična kretanja različitim tempom do 1 minute • Slobodno pretrčavanje prepreka do 20 cm visine <ul style="list-style-type: none"> – izvanredno povoljan utjecaj na zdravlje učenika; – usvajanje pravilne tehnike hodanja i trčanja i sukladno tome pravilnog držanja tijela; – usvajanje tehnike hodanja u ritmu, zaustavljanja, promjena smjera, pretrčavanja preko različitih prepreka itd.; <p>ZADATAK: kroz vježbe hodanja i trčanja ukomponiranim u igre traženja predmeta ovladati osnovama orijentacije u prostoru učionice, sportske dvorane i škole</p>
<p>2. razred</p> <ul style="list-style-type: none"> • Moj zavičaj <ul style="list-style-type: none"> – zamjećivati posebnosti zavičaja u kojem žive • Prometni znakovi <ul style="list-style-type: none"> – upoznati prometne znakove u blizini škole – sigurno se kretati prometnicom 	<ul style="list-style-type: none"> • Hodanje zadanom brzinom • Ciklična kretanja različitim tempom do 2 minute • Hodanja po uskoj površini • Penjanje na zapreke do 80 cm <ul style="list-style-type: none"> – ranije navedene koristi; – utjecaj na sposobnosti ravnoteže učenika kroz svladavanje zadataka na suženoj površini; – utjecaj na sposobnosti svladavanja prepreka; <p>ZADATAK: kroz vježbe hodanja, trčanja, penjanja na zapreke ukomponiranim u igre traženja i svladavanja konkretnih zadataka ovladati osnovama orijentacije u prostoru školskog dvorišta i naselja</p>

<p>3. razred</p> <ul style="list-style-type: none"> • Strane svijeta <ul style="list-style-type: none"> – odrediti glavne i sporedne strane svijeta i znati ih zapisati kraticama; – imenovati strane svijeta na kojima Sunce izlazi i zalazi i prema tome se snalaziti; • Stajalište i obzor <ul style="list-style-type: none"> – snalaziti se pomoću kompasa, s pomoću Sunca ili nekih znakova na zemlji; • Plan mjesta <ul style="list-style-type: none"> – snalaziti se na planu mjesta ili dijela grada; • Zemljovid (zemljopisna karta) <ul style="list-style-type: none"> – razlikovati značenje tonova boja na zemljopisnoj karti; – snalaziti se na zemljovidu, tj. odrediti strane svijeta; 	<ul style="list-style-type: none"> • Ciklična kretanja različitim tempom do 3 minute • Ritmično pretrčavanje prepreka do 30 cm visine <ul style="list-style-type: none"> – nadgradnja postojećih motoričkih sposobnosti, znanja i vještina učenika ponavljanjem ranije naučenih sadržaja; <p>ZADATAK: kroz ranije naučene sadržaje hodanja, trčanja, svladavanja prepreka ovladati osnovama orijentacijskog kretanja u školskom dvorištu uz korištenje jednostavne skice školskog dvorišta</p>
<p>4. razred</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ciklična kretanja različitim tempom do 4 minute <ul style="list-style-type: none"> – nadgradnja postojećih motoričkih sposobnosti, znanja i vještina učenika ponavljanjem ranije naučenih sadržaja kao i podizanjem intenziteta i volumena opterećenja vježbanja; <p>ZADATAK: kroz ranije naučene i usvojene sadržaje hodanja, trčanja, penjanja, pretrčavanja uz pomoć jednostavne skice terena („karte“) ovladati osnovama orijentacijskog kretanja u bližoj okolini škole (školski vrt, lokalni park...) te pokušati stečena znanja prenijeti i u širi otvoreni prostor (razredni izlet u prirodu, škola u prirodi ...)</p>	

na zemljovidu (Obad, 1997.). Prema starom nastavnom programu prirode i društva učenici su ranijih godina glavne strane svijeta trebali upoznati već u 2. razredu, da bi se u 3. razredu usvojena znanja samo proširila na sporedne strane svijeta.

Jedna od zadaća nastave tjelesne i zdravstvene kulture, uz razvoj antropološkog statusa učenika, može biti i njihovo obučavanje brzom i relativno lakom orijentaciji u prostoru u kojem boravi. Slično kao kod nastave prirode i društva u 1. razredu učenike treba uputiti na usvajanje pojmova lijevo, desno, naprijed, natrag, povezano lijevo-desno itd., samo što je u procesu kineziološke edukacije sve ove pojmove važno usvojiti u kretanju koje će postupno ići k automatizaciji i složenosti gibanja. Osim toga, učenici trebaju početi usvajati osnovne terminološke pojmove koji se odnose na pokrete vlastitog tijela: uzručenje, priručenje, predručenje, zaklon, otklon i sl. S obzirom da su u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture hodanja i trčanja gotovo permanentne aktivnosti nastavnih tema u nižim razredima osnovne škole, proizlazi da je orijentacijsko kretanje u manjem ili širem prostoru idealan sadržaj za ostvarivanje korelacije i integracije nastavnih predmeta priroda i društvo (orijentacija) i tjelesna i zdravstvena kultura (hodanja i trčanja, pretrčavanje prepreka, penjanja). Budući da je doziranje intenziteta kretanja jednostavno (od laganog hodanja do brzog trčanja), orijentacijsko kretanje (trčanje) može se provesti u svim dobnim skupinama učenika rane školske dobi. U nastavi tjelesne i zdravstvene kulture teme koje su obrađene u ranijim razredima (npr. u 1. razredu) mogu se prenijeti u kasnije razrede (npr. u 3. razred), pa je razumljivo da se one ponavljaju u kompleksnijem i zahtjevnijem obliku izvođenja. U priloženom tabličnom prikazu daje se pregled nastavnih tema dvaju predmeta (prema nastavnom planu i programu za osnovnu školu u Hrvatskoj) u okviru kojih je moguće organizirati orijentacijsko kretanje učenika u prostoru i time ostvariti njihov suodnos.

Uvažavajući programske smjernice Nastavnog plana i programa u Hrvatskoj, orijentacijsko kretanje poželjno je organizirati u 1. i 3. razredu s gledišta plana rada prirode i društva, dok se s aspekta tjelesne i zdravstvene kulture ono može provoditi kontinuirano kroz sva četiri razreda. Kao što je već navedeno, učitelji s učenicima svojeg razrednog odjeljenja mogu održati integrirani sat ili blok sat izvan učionice (primjerice u školskom dvorištu ili bližoj okolici škole). Povod za orijentacijsko trčanje može biti i tematski dan koji se ostvaruje na razini cijele škole, pri čemu bi za orijentacijsko trčanje organizacija poludnevnog ili cjelodnevnog terenskog izlaska bila naročito prikladna. Aktivnosti orijentacijskog kretanja moguće je ostvariti i u sklopu škole u prirodi. Tek izlaskom iz školske zgrade u neposrednoj stvarnosti učenici mogu izvježbati kretanje i snalaženje u prostoru. Dakako da terenskom izlasku prethodi usvajanje osnovnih pojmova o orijentaciji i kartografsko opismenjavanje.

Priprema učitelja i učenika za izlazak na teren

Prije izlaska na teren potrebno je raditi s učenicima na usvajanju niza apstraktnih pojmova i metodički postupno dovesti učenike do sposobnosti čitanja plana mjesta (grada) i zemljovida općenito (Grdić, 1989.). Za orijentacijsko trčanje odnosno kretanje s učenicima sasvim su zadovoljavajuće jednostavne crno-bijele kartografske skice školske dvorane, škole, školskog dvorišta, gradskog parka itd. Učitelj će obilaskom terena utvrditi i na kartu ucrtati markirne objekte odnosno orijentire koji će učenicima poslužiti kao kontrolne točke (drvo, stup, ograda i dr.). Za orijentacijsko kretanje potrebno je odabrati područje s jasnim granicama, ne trčati s učenicima preko prometne ceste i slično. Kontrolne točke moraju biti jasna i uočljiva mjesta koja će učenici lako pronaći. Za provedbu orijentacijskog kretanja potrebno je učenike upozoriti na korištenje adekvatne odjeće i obuće koja mora biti udobna i prozirna te štiti od vremenskih uvjeta koji se zateku na terenu. Također je vrlo važno da učenici imaju uz se dovoljnu količinu pitke vode. Preporučuje se izaći na teren točno u podne sunčanog dana. Budući da sjena tada pokazuje smjer sjevera, učenici će na jednostavan način moći određivati ostale strane svijeta. Ukoliko su aktivnosti organizirane u drugo doba dana, učenike je prethodno potrebno osposobiti za određivanje strana svijeta pomoću Sunca i male kazaljke na satu (pritom ne zanemariti pomak kazaljke za ljetnog računanja vremena). Ovdje prikazane mogućnosti (oblici) orijentacijskog kretanja usmjerene su prije svega na usvajanje osnova tehnike snalaženja u prostoru bez korištenja tehničkih pomagala, prije svega kompasa.

Primjeri jednostavnijih vježbi orijentacijskog kretanja

Usvajanje osnova orijentacijskog kretanja moguće je kroz brojne organizacijske oblike i zadaće, pritom treba voditi računa o dobi učenika te sadržaje rada maksimalno prilagoditi njihovom uzrastu (1. razred – osnove orijentacijskog kretanja, usvajanje pojmova lijevo-desno, ispred-iza i dr.).

- a) Usvajanje osnovnih pravaca kretanja (školska dvorana, učionica) (1. razred)
 - trčimo slobodno po prostoru, stanimo svi na označenu liniju, okrenimo se u desnu (lijevu) stranu;
 - hodamo ravno, zaustavimo se, okrenimo se u suprotnu stranu, sve ponovimo u trčanju;
 - hodamo naprijed 5 koraka, čučnimo, hodajmo desno 4 koraka, okrenimo se na suprotnu stranu, hodajmo 10 koraka ravno i sl.

b) Igra potrage (1. razred)

Igru je potrebno organizirati izvan učionice. U njoj učenici sudjeluju pojedinačno, pri čemu svaki učenik dobiva pisanu uputu sljedećeg ili sličnog sadržaja:

12 koraka naprijed,
7 koraka desno,
10 koraka lijevo,
5 koraka natrag, ...

Ako se učenik ispravno kretao i orijentirao pronaći se skriveni predmet.

c) Vježba orijentacijskog kretanja prema Heyseru (Hnilica i Hnilica, 2001.) (3. i 4. razred)

Na školskom igralištu, u parku ili drugdje pripremljeno je 6 staza (ili manje). U igri sudjeluje 6 učenika (ili skupina) koji startaju istovremeno, pri čemu svaki dobiva skicu kretanja po svojoj stazi (npr. 20 koraka trčati u smjeru sjevera, 10 koraka prema zapadu itd.). Duž svake staze potrebno je pronaći 6 orijentira (kontrolnih točaka) označenih odgovarajućim brojevima. Po pronalasku svih orijentira tj. brojeva duž jedne staze, učenik odlazi do učitelja i obznanjuje mu njihov zbroj. Ukoliko je rješenje točno, učenik dobiva novi zemljovid (skicu) s uputama za kretanje sljedećom (drugom) stazom. Pogrešan zbroj znači da učenik treba ponovno otrčati istu stazu. Pobjednik je učenik koji prvi uspješno otrči kroz svih 6 staza.

d) Vježba orijentacijskog kretanja – primjer iz nastavne prakse (ostvareno 11. svibnja 2011. na terenu Dječjeg istraživačkog centra (DIC), Prnjavor Čuntićki, Petrinja, s učenicima 4.b razrednog odjela Prve osnovne škole iz Petrinje)

Učenici su uz pomoć učitelja uvježbali odrediti strane svijeta pomoću sunca i sata s kazaljka. Potom su podijeljeni u tri skupine (A, B, C) nakon čega je vježba orijentacije provedena na sljedeći način. Skupinama su određene polazne točke (START A, START B, START C) na kojima su dobivene početne (pisane) upute za pronalazak prve kontrolne točke (broj koraka i smjer kretanja). Na svakoj su kontrolnoj točki također pisane upute o broju koraka i smjeru kretanja kako bi učenici pronašli sljedeću kontrolnu točku. Pronalaskom svih kontrolnih točaka (s listićima) skupina učenika dolazi do cilja. Skupina koja prva dođe na cilj donosi sve prikupljene kontrolne listiće na zbornu mjesto, a učitelj mjeri vrijeme u kojem je izvršen zadatak. Napomenimo da je u konkretnom slučaju svaka skupina imala svoj put kretanja, ali je cilj bio zajednički. U nastavku su, kao primjer, priloženi kontrolni listići jedne skupine te pojednostavljena skica kretanja koja u ovom slučaju nije bila na raspolaganju učenicima.

Igra potrage za blagom (skupina B)

Draga djeco, vaš je zadatak pronaći skriveno blago. U tome će vam pomoći životinje: *sova*, *krava*, *vuk* i *medvjed*. Međutim da pronalaženje blaga ne bude lagan zadatak na svakom mjestu gdje pronadete neku životinju bit će potrebno izvršiti određeni zadatak koji će biti zadan. Pa krenimo u avanturu:

Pronadite najprije mudru sovu koji će vas uputiti kako pronaći kravu. Krava će vam otkriti kako da dodete do vuka, a vuk do medvjeda. I konačno, medo vam govori gdje je skriveno blago.

START B (rub igrališta)



Kako pronaći mudru sovu?
Kako biste pronašli sovu odredite najprije smjer SJEVERA.
Trčite 57 koraka na SJEVER (N) !!!!



1.

Slika 1. Prikaz kontrolnih listića za učenike skupine B

BRAVO DJECO!!!! Uspjeli ste pronaći sovu.
Napravite svi 10 čučnjeva i nakon toga još 2 skoka u zrak s pljeskom iznad glave, te nakon toga pažljivo pročitate kamo vas upućuje sova.



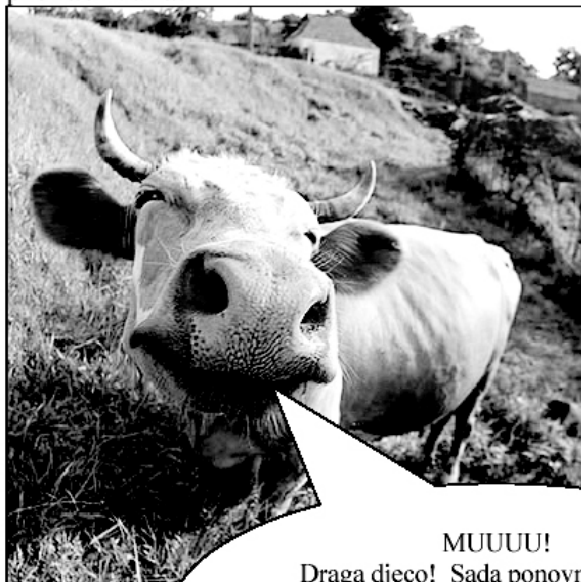
Draga djeco! Trčite prema
ZAPADU (W) oko 30 koraka,
i tamo vas čeka krava!

2.

Skupina B
KT1

BRAVO DJECO!!!! Uspješno ste pronašli kravicu i obavili ovaj zadatak. Sada pronađite 4 štapa koji se nalaze na ovoj točki (orijentiru). Postavite ih jedan iza drugoga (u kolonu) tako da razmak između njih bude za dužinu 1 koraka. Sada brzo formirajte parove. Stanite iza prvog štapa na udaljenost od 1 metra. Primite se za ruke, dodite do štapova i preskočite ih jedan po jedan u parovima, bez puštanja ruku. Kad dodete do kraja, pustite ruke i trčite nazad na polazno mjesto, ponovno se uhvatite za ruke i ponovite zadatak još 2 puta (zadatak ukupno treba izvesti 3 puta).

Sada poslušajte kravicu, od nje ćete doznati kako pronaći vuka.



MUUUU!

Draga djeco! Sada ponovno odredite smjer sjevera.

Prema SJEVERU (N) trčite 25 koraka.

Tamo ćete pronaći vuka, a on će Vas uputiti prema medi!!

3.

*Skupina B
KT2*

Bravo!!! Još jedan uspjeh! Pronašli ste vuka. Sada brzo potražite vijače koje se tu nalaze i načinite 20 preskoka preko vijače po slobodnom izboru. Odložite vijače i pitajmo vuka kako da dodemo do medvjeda.



Kako biste pronašli medu, ponovno odredite smjer zapada.

Prema ZAPADU (W) trčite oko 45 koraka,
tamo vas čeka medo, a on zna gdje se skriva blago!!!

4.

Skupina B
KT3

Izvršno djeco, sasvim smo blizu blaga, još samo da izvršimo postavljeni zadatak i poslušamo upute Mede – Brunde! Sada nam slijedi najteži zadatak! Pronađite lopte koje se tu nalaze. Svaki od vas treba baciti loptu visoko u zrak, pljesnuti rukama i uhvatiti loptu prije nego padne na tlo. To treba ponoviti 5 puta. Odložite lopte gdje ste ih našli i zapitajte medvjeda gdje se nalazi blago. On će biti ljubazan jer ste ga lijepo zabavili igrom s loptama!



Blago vam je vrlo blizu. Uz pomoć sunca
odredite gdje se nalazi jug.
Prema JUGU (E) trčite oko 30 koraka, tamo
se nalazi garaža u kojoj vas čeka skriveno
blago!!!

5.

*Skupina B
KT4*

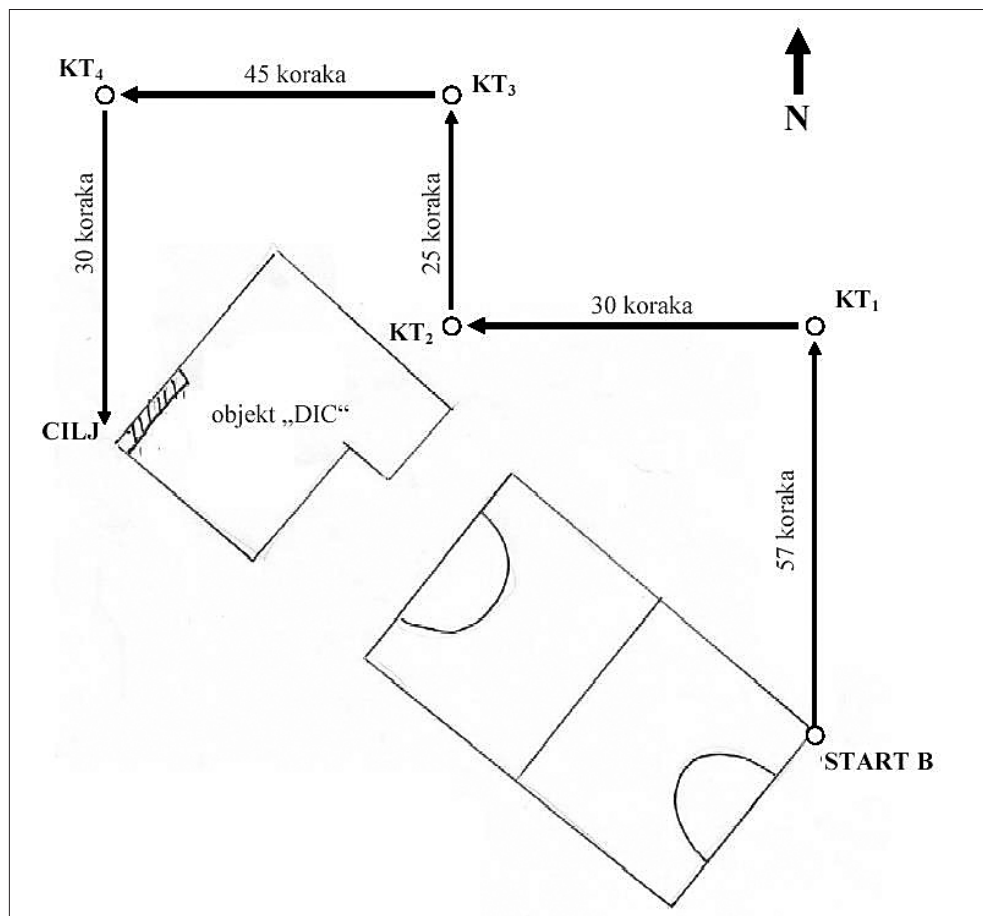
**BRAVO !!!!
STIGLI STE NA CILJ!!!!**

Skriveno blago je vaše!



6.

*Skupina B
CILJ*



Slika 2. Skica kretanja po terenu učenika skupine B

Zaključak

Orijentacijsko kretanje u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture omogućuje visoku korelacijsku povezanost s drugim nastavnim predmetima, naročito s prirodom i društvom. Iako je u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture orijentacijsko kretanje moguće provesti u svim razredima osnovne škole, za istu su aktivnost s aspekta prirode i društva najprikladniji 1. i 3. razred. Aktivan boravak u prirodi i psihofizički angažman učenika samo su neke od prednosti ove kineziološke aktivnosti koja ujedno zahtijeva i određeni misaoni rad. Kako je istu aktivnost moguće ostvariti kroz brojne organizacijske oblike, primjeri iz ovog rada trebali bi poslužiti učiteljima kao pomoć u osmišljavanju vježbi orijentacijskog kretanja i njihovoj provedbi. Veća bi primjena orijentacijskog trčanja (kretanja) u nastavi svakako pridonijela osuvremenjavanju nastavnog procesa.

Literatura

- Andrić, Z. i Bulut, M. (2000.). Integrirana nastava u prirodi i društvu (u nižim razredima osnovne škole). *Život i škola*, 3, 95-102.
- Grdić, V. (1989.). Od uvođenja u orijentaciju u prostoru do čitanja karte. *Obrazovanje i rad*, 12(1-2), 73-82.
- Hnilica, T. i Hnilica, S. (2001.). Orientierungslauf in der Schule. Niederöblern, http://www.oefol.at/intern/kommissionen/ausbildung/skripten/schul_ol_grundlagen.pdf (27.03.2010.)
- Jenko, S. (2008.). Primjena orijentacijskog trčanja u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture. U: B. Neljak (ur.), *17. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske: Stanje i perspektiva razvoja u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije* (str. 514-516). Poreč: Hrvatski kineziološki savez.
- Kreft, G. (1988.). *Orientierungslauf. Handbuch für Sportlehrer*. Mainz: Verlag Hermann Schmidt.
- Nastavni plan i program za osnovnu školu (2006.). Zagreb: Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa.
- Obad, M. (1997.). Orijentacija u prostoru. *Radovi Filozofskog fakulteta Zadar*, 36, 271-278.
- Portal o brdskom i cestovnom trčanju. <http://www.utrke.net> (16. 03. 2011.)

Orienteering (Running) in Teaching Lower Classes in Primary School – an Example of Interdisciplinary Interaction of Physical Education and Natural Science

Summary

Orienteering (running) is one of the topics which provides the opportunity for co-relating the teaching matter in Physical Education and Natural Science. Taking into consideration the guidelines of the Curriculum in the Republic of Croatia, this paper provides an outline of teaching topics in two subjects that make their co-relation possible. Along with the explanation of the basic terms on orienteering (running), this paper describes several specific organizing forms of orienteering exercises that can be used in the lower classes in primary schools.

Key words: orienteering (running), Physical Education, Natural Science, integrated teaching

