

# Povezivanje redovnog i sportskog programa

Jasmina Kozlov, psihologinja mentorica  
Željana Marić, kineziologinja  
Centar predškolskog odgoja Zamet, Dječji vrtić Rijeka

**Negativni učinci okoliša i uvjeta življenja modernog čovjeka te pojava novih tehnika i tehnologija imaju za posljedicu sve manje vremena i prilika za kretanje. Međutim, za predškolsku djecu nedostatak tjelesnih aktivnosti ima dalekosežne negativne učinke na njihov sveukupan psihofizički razvoj i zdravlje.**

Da bismo donekle kompenzirali navedeno, u Dječjem vrtiću Rijeka u redovni program integrirali smo Program 'Igrom do sporta' (redovni program obogaćen specifičnim sadržajima iz sporta). Sam naziv Programa kazuje da se, kroz različite igre, primjerene pojedinoj dobnoj skupini, dijete uvodi u kineziološke aktivnosti. Jedna je od zadaća programa i integrirano povezivanje aktivnosti u skupinama s onima u dvorani. Opisat ćemo kako smo povezivali motoričke zadatke s aktivnostima za poticanje nekih od spoznajnih funkcija: predčitačkih i predmatematičkih vještina, vizualne percepcije i retencije te fine motorike. Brigu o razvoju predčitačkih vještina treba započeti od rođenja, a najkasnije od djetetove 3. godine. Istraživanja pokazuju da veze među neuronima nastaju najintenzivnije u predškolskom periodu: čak 75% svih sinapsi formira se do djetetove sedme godine života. Stoga je poticajna okolina s osmišljenim aktivnostima, ponudama djetetu kroz igru i pokret, od presudne važnosti kako bi se maksimalno iskoristio djetetov biološki potencijal. Oko 4. i 5. godine života kod djece dolazi do osvješćivanja glasovne

strukture riječi, tj. do prepoznavanja i stvaranja rime, uočavanja prvog i zadnjeg glasa u riječima, raščlambe i spajanja slogova i glasova u riječi, te pamćenja veze slovo-glas. Razvoj glasovne osjetljivosti, kao najbitnijeg preduvjeta za učenje čitanja, poticali smo istim zadacima za svaku skupinu, ali prilagođenima dobi djece, obzirom na njihove razvojne mogućnosti: u mlađoj skupini – uočavanjem rime; u srednjoj skupini – slogovnom analizom i sintezom, a u starijim skupinama – glasovnom analizom i sintezom uz prepoznavanje slova.

## Aktivnosti u mlađoj skupini

Osviještenost glasovne strukture riječi pojavljuje se najprije kao prepoznavanje rime, pri čemu se razvija svijest o tome da različite riječi imaju jednake skupove završnih glasova. Djeci mlađih vrtićkih skupina (4–4,5 g.) ponuđene su sličice od kojih se po 2 pojma rimuju: JU-**HA** i MU-**HA**, VO-**DA** i RO-**DA**, KO-**KA** i FO-**KA**, PI-**LA** i VI-**LA**... Djeca su sparivala sličice kao u igri *memory*.

Odgajatelji su djecu poticali da izmišljaju besmislene riječi koje se rimuju sa zadanim pojmom, da grade nizove



Različite aktivnosti poticanja predčitačkih vještina

riječi u rimi, što je djeci bilo zabavno pa je atmosfera u grupi bila vedra i opuštena. U dvorani su se aktivnosti s uočavanjem rime odvijale na sljedeći način: djeca bi trčala uz rub dvorane; na znak bi dotrčala do šeširića, stavila ga na glavu, podižući jednu nogu s tla oponašajući rodu. Za vrijeme održavanja ravnoteže voditelj bi čitao stih, a djeca bi dopunjavala stih riječju u rimi: JEDNA KOLA ŽUTA, STALA

istražujemo i stvaramo



NASRED \_\_\_\_\_ (PUTA); PADAJ, KIŠO,  
SVAKI DAN, KUPIO SAM \_\_\_\_\_  
(KIŠOBRAN); NA DNU MORA PLAVA,  
JEDNA ŠKOLJKA \_\_\_\_\_ (SPAVA);  
KAD SE SIJEČE, KAD SE MRVI, MI SMO  
VAMA UVIJEK PRVI. BILI NJEŽNI ILI  
GRUBI, NEK' SU ZDRAVI MOJI \_\_\_\_\_  
(ZUBI). Motorički zadatak je bio odr-  
žati ravnotežni položaj na jednoj nozi.  
Kako djeca od četiri godine mogu sta-  
jati na dominantnoj nozi tri do pet se-  
kundi, stihovi su im bili sročeni tako da  
odgovaraju zadanom vremenu. Ako  
je motorički zadatak bio zahtjevniji,  
tekst za dopunu rime bio je kraći, jer  
dijete te dobi ne može još biti koncen-  
trirano na dva podjednako zahtjevna  
zadatka odjednom. Primjer: odgajatelj  
baca djetetu loptu objema rukama  
govoreći stih, a dijete hvata loptu uz  
istovremeno dopunjavanje rime.



Govor i motorika u zajedničkoj funkciji

Govorne vještine također se ubrajaju u predčitačke vještine, a razvoj govora povezan je s razvojem mišića prstiju i šake, kao i s razvojem mišića stopala. Stoga su djeci mlađe skupine ponuđene i aktivnosti za razvoj fine motorike



Kineziterapijske vježbe

ruku i prstiju: svileni papir djeca su rezala na komadiće i oblikovala ga gužvanjem u kuglice. Zatim su tako dobivene loptice korištene u dvorani za kineziterapijske vježbe za razvoj mišića stopala: djeca su ih bosim nožnim prstima hvatala i prenosila do određita puzeći u sjedu. U drugoj su vježbi hodala po čunjevima održavajući ravnotežu. Ove su vježbe izuzetno važne jer kod znatnog broja djece dolazi do pojave spuštenog stopala uslijed neaktivnosti mišića stopala i nožnih prstiju. Prema nekim istraživanjima čak 70% djece ima spušteno stopalo, što daleko premašuje fiziološki očekivanih 10–14%. Naime, djeca hodaju u cipelama i tenisicama debelih potplata, sve manje hodaju bosa po plažama, tako da je aktivacija mišića stopala vrlo mala ili u potpunosti izostaje.



### Aktivnosti u srednjoj skupini

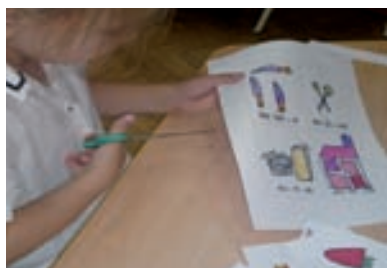
U jednom prilogu 'Školskih novina' otisnut je plakat za početno slogovno čitanje. Djeca su ga uočila i zainteresirala se za sadržaj. Odgajatelji su odgovorili na dječji interes, razgovarajući s djecom riječima rastavljenima na slogove: 'Ka-ko si da-nas, Pa-u-li-na? Mo-lim te, do-daj mi bo-ji-ce!' Djeca su na takva pitanja odgovarala također u slogovima. Na taj način do izražaja dolazi ritam govora, koji se može dodatno naglasiti istovremenom ritmičnom tjelesnom aktivnošću. U skupini su djeca slogovanje pratila pljeskanjem ruku ili lupkanjem olovkom po stolu, a u dvorani, pritiskanjem trubice na vrhu švedskih ljestvi, sunožnim poskocima, skakanjem na jednoj nozi... Djeca su sama izrađivala poticaje za razvijanje slogovne osviještenosti:



Aktivnosti za razvoj glasovne osviještenosti

sličice s pojmovima sa po 3 sloga, od kojih se svaki sastojao od 1 suglasnika i 1 samoglasnika: **JA-GO-DA** i **JA-BU-KA**; **ŽA-RU-LJA** i **ŽA-BI-CA**; **MA-LI-NE** i **MA-ČI-ĆI**; **KA-PU-LA** i **KA-ME-NJE**; **KU-TI-JE** i **KU-ĆI-CA**... S izrađenim sličicama djeca su igrala *memory* sa zadatkom sparivanja dviju riječi s istim prvim slogom.

Za neke od aktivnosti u dvorani bile su



potrebne dugačke riječi jer je određen broj ponavljanja motoričkog zadatka neophodan preduvjet za postizanje očekivane razine motoričkog razvoja. Tako su djeca crtala sličice na kojima su bile BU – BA – MA – RA, VJE – VE – RI – CA, FO – TO – A – PA – RAT, TE – LE – VI – ZI – JA, KRO – KO – DI – LI ...

U dvorani se igrala elementarna igra *Dotakni sličicu* na sljedeći način: dok je



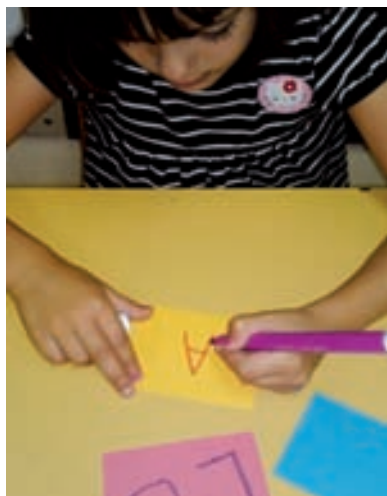
Igra *Dotakni sličicu*

trajala glazba, djeca su trčala u krug. Kad bi glazba utihnula, voditelj bi glasno izgovorio slogove određene riječi (npr: KRO-KO-DI-LI), na što bi djeca rukom dotaknula sličicu krokodila na podu.

Na tlu dvorane nalazile su se sličice s pojmovima. Djeca su uzimala po jednu sličicu, imenovala prikazan pojam, rastavila ga na slogove i pritom, uz glasno slogovanje, toliko puta izvodila zadani motorički zadatak (npr. jedno-nožne poskoke) koliko je bilo slogova u riječi. Jednonožni poskoci izvodili su se na točkama koje su bile zalijepljene na tlo u dužini minimalno dva, a mak-



Zabavno učenje

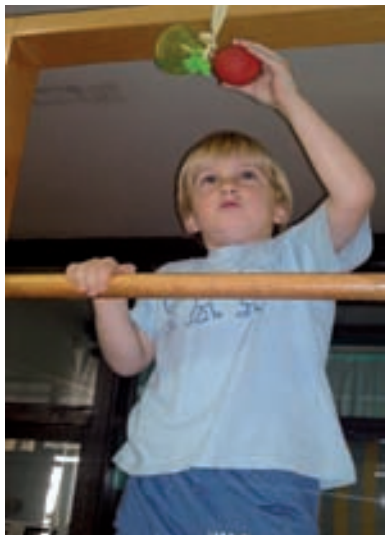


istražujemo i stvaramo





Slogovanje riječi uz poskoke



Kombinirane igre na poligonu

simalno tri metra (petogodišnjaci mogu u prosjeku izvoditi skokove na jednoj nozi prema naprijed dva do tri metra). Slogovali bi riječ još jedanput, ako bi ostalo još točaka za poskoke. Na poligonu s preprekama kombiniralo se npr. penjanje po ljestvama s analizom riječi po slogovima: zadatak je u podnožju ljestvi uzeti sličicu s pojmom, popeti se do trubice i stisnuti



Djeca u 6. godini počinju iskazivati pojačani interes za pisanu riječ



Različiti poticaji za uvježbavanje glasovne osjetljivosti



Aktivnosti razvoja fonemske svjesnosti



je onoliko puta koliko slogova ima zadani pojam, uz istovremeno glasno izgovaranje riječi po slogovima. U lakšoj verziji zadavane su kraće riječi, a u težoj – pojmovi s tri i više slogova.

### Aktivnosti u starijim skupinama

Djeca u 6. godini počinju iskazivati pojačani interes za pisanu riječ. Odgajatelji odgovaraju na tu potrebu izrađujući poticaje za uvježbavanje glasovne osjetljivosti. Djeca, koja su za to spremna, umeću slova na pripremljene predloške: crtežu HALJINE pridružuju slova vodeći računa o njihovom točnom poretku. Time uvježbavaju završnu predčitačku vještinu nazvanu *abecedno načelo* (kodiranje i dekodiranje, tj. pretvaranje glasova u slova i obrnuto).

Od ponuđenih slova djeca u godini pred polazak u školu sastavljala bi svoja imena: LUCIA, MARTA... Za aktivnosti u dvorani djeca su izrađivala sličice s različitim pojmovima, ona koja znaju slova pisala su i njihove nazive, vršeći glasovnu analizu i sintezu, uvježbavajući fonemsku svjesnost.

Jedna od aktivnosti u dvorani bila je sljedeća: djeca su bila podijeljena u nekoliko skupina, a svaka od njih dobila bi po dvije slike životinja. Na znak



Vježbe za poticanje kratkoročnog pamćenja

voditelja djeca bi trčala po papiriće sa slovima i sastavljala riječ – naziv životinje od 3 ili 4 glasa (JEŽ, LANE). Lakša verzija primjerena je djeci koja još ne znaju slova ili nisu sigurna u točan poredak glasova u riječi – ispod slike životinje ispisan je njezin naziv. Teža verzija primjerena je djeci s usvojenom glasovnom analizom i sintezom: naziv životinje prekriven je i ne vidi se (NOJ, ZEC, PAUK, SOVA), a djeca ispod slike stavljaju pojedina slova koja u točnom redosljedju daju naziv životinje.

Za uspješno ovladavanje čitanjem neophodne su i dobro razvijene vizualno-motorne sposobnosti (vidna percepcija i razlikovanje sličnih simbola), te sposobnost reprodukcije detalja točnim redosljedjom. Osim navedenog, u čitanju vrlo važnu ulogu ima i kratkoročno pamćenje, koje obuhvaća sposobnost zadržavanja sekvenci



Aktivnosti razvoja prepisačkih vještina



Aktivnosti projekta 'Dijete u svemiru'

neke trenutne radnje ili misli u svijesti tijekom 20-tak sekundi. Kako bismo utjecali i na te predvještine budućeg ovladavanja čitanjem, djeci su ponuđene sljedeće perceptivno-motoričke aktivnosti na poligonu s preprekama: djeca se penju na švedske ljestve, uzimaju papir s jednostavnim crtežom, pogledaju ga, nastojeći zapamtiti crtež, odlažu ga natrag u kutiju, hodaju bočno po ljestvama, silaze i na tlu nastoje što točnije reproducirati zapamćen crtež. Za poticanje razvoja prepisačkih vještina, ponuđena je elementarna igra 'cipelice': djeca plešu uz glazbu. Kada glazba utihne, trče do obruča s 'cipelicama' (oblici nalik na otiske cipela izrezani od tvrdog kartona s probušenim rupicama s lijeve i desne strane). Iz obruča uzimaju bilo koju 'cipelicu' i provlače vezicu kroz rupice. U skladu s podacima iz literature o razvoju fine motorike šake, djevoj-



čice su bile vještije od dječaka.

U jednoj od starijih skupina, podržavanjem dječje inicijative, odvijao se projekt 'Dijete u svemiru'. Stjecala su se i proširivala znanja o Zemlji i ostalim planetima. Crtali su se planeti, izrađivali su se od raznovrsnog materijala, učili njihovi nazivi, uspoređivali po boji i veličini, smjeru vrtnje...

U toj su skupini sva djeca, osim jedne djevojčice, bila budući školski obveznici. Domišljati i visokomotivirani odgajatelji, u suradnji s psihologom vrtića, integrirali su odgojno-obrazovni rad na poticanju razvoja predčitačkih i predmatematičkih vještina, motoričke aktivnosti iz programa 'Igrom do sporta' u suradnji s kineziologom vrtića, i tematiku projekta 'Svemir', za koju su djeca u tom trenutku bila iznimno zainteresirana. Kreirane su brojne aktivnosti od kojih navodimo samo neke. U elementarnoj igri 'Boje planeta' po-

istražujemo i stvaramo





Elementi za štafetu igru 'Složi ime planeta'

stavljani su čunjevi u bojama planeta na podu dvorane. Djeca trče ukруг, a na uzvik 'Sunce' hvataju se za ruke, čineći krug oko 'Sunca' (žutog čunja). U lakšoj verziji na čunjeve u boji stavlja se početno slovo planeta ('S' za žuto Sunce, 'Z' za naš plavo-zeleni planet Zemlju, 'M' za crveni Mars...), a u težoj verziji raznobojni čunjevi stoje samostalno, bez početnog slova naziva planeta.

Štafeta igra 'Složi ime planeta' igra se s dvije kartice (lakša verzija – riječi s po dva sloga). Djeca se razvrstaju u 5 kolona. Na znak prvo dijete iz svake kolone uzima po 1 karticu s početnim slogom planeta (npr. SUN-). Zatim kreće u puzećem sjedu do prve postaje s karticama, uzima ispravnu karticu sa



Aktivnosti jedinstva tijela i uma

završnim slogom planeta (-CE), ustaje i pridružuje kartice slici planeta na cilju (SUNCE). Kad izvrši zadatak, vraća se na mjesto i kreće sljedeće dijete iz kolone, a ono staje na začelje. Teža verzija igra se s tri ili četiri kartice (riječi od 3 ili 4 sloga) odvija se poput prethodne, samo se slažu teži (duži) pojmovi: SA – TE – LIT, VE – NE – RA, LE – TJE – LI – CA ili A – STRO – NA – UT.

Na poligonu s preprekama djeci u godini pred polazak u školu ponuđeni su i složeniji zadaci s prebrojavanjem glasova u zadanim riječima. Jedan od zadataka bio je sljedeći: dijete uzima iz kutije sličicu planeta (npr. JUPITER), prebrojava glasove (7), toliko puta poskoči u obruče koji su položeni na tlo, te na kraju pronađe dvije kartice s brojevima koji ukupno čine zbroj 7 (npr. 3 i 4, 2 i 5, 1 i 6).

### Jedinstvo pokreta i misli

Aktivnosti koje su povezale pokret i misao bile su djeci zanimljive, poticajne i zabavne. U prikupljanju materijala potrebnih za realizaciju igara, zdušno su sudjelovali i roditelji. Odgajatelji su mogli pratiti svako dijete ponaosob, prilagođavajući mu, po potrebi, razinu složenosti zadatka.

Time se nastojala izbjeći frustriranost eventualno preteškim zahtjevom, odnosno dosada prejednostavnim zadatkom. Znanstvenici poput dr. sc. Carle Hannaford sve više naglašavaju jedinstvo tijela i uma u dječjoj spoznaji i učenju, govoreći o utjecaju senzoričko-motoričkog sustava tijela na djetetov razvoj i spoznajne vještine. U knjizi 'Pametni pokreti' autorica objašnjava kako kretanje i aktivna igra pospješuju dječju spoznaju i sprječavaju eventualne buduće teškoće u učenju. Dakle, sinaptičke veze i putevi koje mozak učestalo koristi ostat će očuvane i učvrstiti se, a veze koje se ne koriste – nestat će. Potanko obrazlažući zašto se djeca moraju kretati i kako to moraju činiti da bi u potpunosti aktivirala svoj spoznajni potencijal, dr. Carla Hannaford otvara vrata u svijet edukacijske kinziologije, znanosti o kretanju koje pospješuje učenje. Nadamo se da smo i mi odškrinuli ta vrata ovakvim timskim pristupom osmišljavanju dječjih igara i aktivnosti u vrtiću Zamet.

### Literatura:

1. Hannaford, C. *Pametni pokreti - Zašto ne učimo samo glavom / Gimnastika za mozak*, Ostvarenje d.o.o., Lekenik, 2007.