

Stručni rad

# **UČIONICA U PRIRODI**

Silvija Permoser, profesorica razredne nastave

OŠ Raka

**Sažetak**

Učitelji smo svjesni problema da djeca vani provode manje vremena nego u prošlosti i da je suvremeni način života utjecao na njihov motorički razvoj. Znamo da je priroda ta koja nam omogućuje život i pomaže nam da živimo. Djeca se vole igrati. Neka njihov životni svijet bude veliko igralište. Svatko tko je znatiželjan u prirodi pronalazi odgovore na svoja pitanja ZAŠTO. Ako mu u tome pomazemo i vodimo, usmjeravamo, dijete će u prirodi pronaći blago. Zato nastava u prirodi. Zato učionice izvan škole.

Priroda je bogata učionica. Iskoristimo je i istražujemo s učenicima. Za brojna gradiva nastavu možemo organizirati u prirodi, gdje ćemo pronaći nastavna pomagala, ohrabrenje i pomoć. Nastavom u prirodi ćemo ujedno zadovoljiti njihovu osnovnu potrebu za kretanjem, njihov socijalni razvoj i motivaciju za učenje. Kretanje potiče razvoj mozga, pa učenici bolje čitaju, pišu i računaju.

S učionicom u prirodi im na nenametljiv način približavamo zdrav način života.

**Ključne riječi:** priroda, kretanje, zdravlje, učenje, motivacija

## 1. UVOD

Današnji način života se po mnogo čemu razlikuje od života u prošlosti. Suvremena tehnologija donijela nam je sve informacije svijeta na dlanu, a nas udaljila od kretanja.

U Sloveniji su mjerenja za karton sportskog odgoja (ŠVK), koji je u slovenskom školskom sustavu prisutan od 1987. godine, veliki pokazatelj tjelesnog i motoričkog razvoja djece. Mediji nas upoznaju sa sve lošijim motoričkim sposobnostima djece u posljednjih trideset godina. Usporedba mjerenja u 1990. i 2016. godini, koju je napravio prof. dr. Strel, govori nam kako su se dječaci u odnosu na 2016. godinu pogoršali u pet kategorija: skok u dalj iz mjesta, pretklon, izdržaj u visu zgibom, trčanje na 60 m i trčanje na 600 m. Djevojčice su se odnosu na 1990. godinu pogoršale u tri kategorije: skok u dalj iz mjesta, izdržaj u visu zgibom i trčanje na 600 m. [5]

I u našoj školi otkrili smo da sposobnosti učenika opadaju, pa smo se 2014. godine uključili u projekt Zdrav životni stil (ZŽS). Svrha projekta Zdrav životni stil bila je približiti kretanje učenicima i utjecati na motoričke sposobnosti djece; jer je suvremeni način života negativno utjecao na motorički razvoj djece. Projekt je svakom djetetu osigurao 2 sata dodatnog kretanja tjedno. I bio je usmjeren na razvijanje osnovnih motoričkih sposobnosti i poticanje zdravog životnog stila. [2]

Isto kao Dr. Strel na općoj generaciji djece u Sloveniji, učitelji tjelesnog u našoj školi smo također otkrili da su djeca s dodatnim satima kretanja u sklopu projekta Zdrav životni stil poboljšala rezultate na mjerenjima za ŠVK. Strel je objasnio da je projekt ZŽS također velik broj djece (čak 50% djece uključene u ZŽS) potaknuo i da se uključe u popodnevene sportske aktivnosti. [6]

Zdrav životni stil »ne znači samo dulji i kvalitetniji život, već i bolji uspjeh u učenju. Redovito trčanje u šumi, igra slobodnog kretanja ili šutiranje lopte na igralištu nije samo "gubljenje vremena" ili "sagorijevanje kalorija«. To ne samo da poboljšava našu fizičku kondiciju, već ima i blagotvoran učinak na naše intelektualne sposobnosti. Tjelovježba vjerojatno potiče oslobađanje određenih tvari u mozgu, koje jačaju živčane stanice i poboljšavaju rad mozga. Prema istraživanjima, dodatni sati tjelesnog odgoja ili svakodnevna vježba doprinose tome da djeca bolje čitaju, pišu i računaju.« [3]

## 2. UČIONICA U PRIRODI

### 2.1. RAZLOZI ZA IZVOĐENJE PROJEKTA UČIONICA U PRIRODI

U jesen 2018. godine smo se uključili u Mrežu šumskih škola i vrtića, koja potiče kretanje u prirodi u neposrednoj okolini škole. Dakle, učenje u šumi, kraj potoka ili na travnjaku trebalo bi biti dio svakodnevne nastave u školama. Učionice na otvorenom omogućuju razvoj socijalnih vještina, iskustva, suradnje, radoznalost, spontanih individualnih inicijativa ... Mreža šumskih škola i vrtića nije samo učenje o prirodi u prirodi, već i premještanje učionice u prirodni okoliš – vani i npr. učiti pjesmicu na travnjaku, ponavljati tablicu množenja pod drvetom ... [1]

Na isti način nastavu na otvorenom opisuje Darja Skribe – Dimec [4, str.81], koja osim kretanja naglašava važnost učenja, igranja ili stvaranja na svježem zraku. Skribe - Dimec u nastavi na otvorenom odvaja neposrednu uporabu školske okolice (učitelj pripremi one aktivnosti koje se mogu izvoditi samo vani) i posrednu uporabu školske okolice (učitelj na otvorenom podučava isto kao u učionici). Nastava na otvorenom može različito trajati (od nekoliko minuta do cijelog dopodneva).

Znači, kretanje djece je važno sa najmanje tri aspekta. Prvo je svakako zdravlje, drugo je razvoj mozga, a provođenje vremena na svježem zraku svakako je vrijedno spomena.

Spomenute čimbenike i sama primjećujem kod učenika, zato sam si zacrtala razredni projekt UČIONICA U PRIRODI. Učenicima 1. razreda sam učenjem izvan učionice željela omogućiti vrijeme u prirodi i na svježem zraku kao što su navikli u vrtiću te zadovoljiti njihove osnovne potrebe za kretanjem, razvijati stvarno iskustvo učenja u prirodi, njihov socijalni razvoj i povećati motivaciju za učenje.

### 2.2. PREZENTACIJA PROJEKTA UČIONICA U PRIRODI

Već u prvom tjednu rujna sam s prvašićima počela izvoditi projekt Učionica u prirodi. Učenici su brzo naučili osnovna pravila, koja vrijede u skupini i pri izlasku iz učionice. Odgojiteljica i ja posvetile smo posebnu pozornost pravilima ponašanja u prometu, jer se naša škola nalazi uz državnu cestu.

Ovisno o vremenskim uvjetima, zdravlju učenika i drugim čimbenicima, odgojiteljica i ja odlučile smo se gdje ćemo izvoditi aktivnosti: u školskom dvorištu, u šumi, na travnjaku ili na seoskom kolniku pored dvorca. U nastavnim programima pojedinih predmeta za 1. razred je puno aktivnosti koje se mogu izvoditi u prirodi, a ne samo u učionici i za njih nam ne treba puno pomagala.

U nastavku ću istaknuti par aktivnosti, odn. nastavnih tema koje sam izvela s prvašićima u »UČIONICI U PRIRODI«:

- sport: trčanje u prirodi, poligon u prirodi, elementarne igre i igre kretanja, prirodni oblici kretanja;
- likovna umjetnost: prostorni dizajn (ptičje gnijezdo, sklonište za patuljke), kiparenje, crtanje nakon promatranja;
- glazbena umjetnost: igranje s prirodnim materijalima, pjevanje pjesama;
- slovenski jezik: rastavljanje na slogove, određivanje prvog, posljednjeg glasa, imenovanje predmeta i pojava u prirodi;
- matematika: prepoznavanje i crtanje linija, likova, razvijanje numeričkih prikaza, oblikovanje matematičkih uzoraka;
- upoznavanje okolice: prometni znakovi, sigurno u prometu, promatranje promjena u prirodi kroz godišnja doba, šuma u jesen, travnjak u proljeće,...

Učenici su bili puno aktivniji u nastavi na otvorenom nego u učionici. Priroda, promet ili drugi posjetitelji šume bili su uznemiravajući faktor u vođenju skupine i učenju, ali učenici su se brzo skoncentrirali i nastavili sa zadanim radom. Puno aktivnosti smo mogle izvoditi kretanjem, ali istodobno je potrebno istaknuti da do pojedinih lokacija (šuma, travnjak,...) treba doći, tako da su učenici bili aktivni i na taj način. Učenicima su se svidjele aktivnosti na otvorenom. I sami su predlagali što bi mogli raditi vani. Puno puta su njihove ideje bile konstruktivne, zato smo ih odgojiteljica i ja uzele u obzir. Učenici su bili motivirani za rad, među njima su jačali socijalni kontakti. Nesvjesno su se kretali i oni učenici koji su inače izbjegavali sportske aktivnosti u dvorani za tjelesni odgoj.

### 3. ZAKLJUČAK

Učionicu u prirodi sam koristila i za vrijeme nastave na daljinu, a još više smo je koristili nakon povratka u školu; nakon 18. 5. 2020. Upute NIJZ-a, kojima su htjeli spriječiti širenje virusa, mene i stručnu suradnicu potaknule su da u prirodi budemo još više nego što smo inače bili.

Zdrav životni stil je nešto što se ne može naučiti samo iz teorije. Praktični dio je također nužan. Učionica u prirodi omogućuje da učenici uče i ujedno se kreću i borave na svježem zraku. Na taj način učitelji izravno utječemo na njihovo fizičko i psihičko zdravlje.

Za kraj bih željela citirati dr. T. Bergant [3], koja kaže: »Tko je kao dijete stekao zdrave prehrambene navike, zavolio vježbanje i bio okružen ljudima koji ga vole, lakše će prevladati izazove suvremenog života: nedostatak vremena, stalnu žurbu, sate sjedenja na poslu i kod kuće, vožnju autom na udaljeni posao, nervozu i loše raspoloženje, koje neki zadovoljavaju cigaretama i alkoholom.«

## 4. POPIS LITERATURE

[1] Gozdni vrtec, gozdna šola. Mreža gozdnih vrtec in šol Slovenije. Dostupno na: <http://www.gozdnivrtec.si/sl/mreza-gozdnih-vrtcev-in-sol> [datum posjeta stranice: 10. 7. 2020].

[2] Predstavitev projekta: Zdrav življenjski slog, 2010. Zavod za šport RS Planica (posodobljeno 27. 5. 2010). Dostupno na: <https://www.zsrs-planica.si/2010/05/27/predstavitev-projekta-zdrav-zivljenjski-slog/> [datum posjeta stranice: 10. 7. 2020].

[3] Ratej, M., 2018. Dr. Tina Bregant, spe. pediatrije, spec. FRM. VAL 202 zManost Dostopno na: <https://val202.rtvsl.si/2018/10/dr-tina-bregant/> [datum posjeta stranice: 10. 7. 2020].

[4] Skribe – Dimec, D., 2014. Pouk na prostem. V: Mršnik, S. in Novak, L. ur. Posodobitve pouka v osnovnošolski praksi: Spoznavanje okolja/Naravoslovje in tehnika. [e-knjiga]. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo (pp. 79-83). Dostupno na: [http://pefprints.pef.uni-lj.si/2577/1/Skribe\\_Pouk\\_na\\_prostem.pdf](http://pefprints.pef.uni-lj.si/2577/1/Skribe_Pouk_na_prostem.pdf) [datum posjeta stranice: 10. 7. 2020].

[5] Teran Košir, A., 2017. Novosti na področju športnega kartona: le klik do podatkov in nasvetov, SPORTAL [online]. Dostupno na: <https://siol.net/sportal/sportal-plus/novosti-na-podrocju-sportnega-kartona-le-klik-do-podatkov-in-nasvetov-438127>. [datum posjeta stranice: 10. 7. 2020].

[6] Teran Košir, A., 2013. Kaj prinašajo meritve iz športnovzgojnega kartona? SPORTAL (posodobljeno pred dvema letoma). Dostupno na: <https://siol.net/sportal/rekreacija/kaj-prinasajo-meritve-iz-sportnovzgojnega-kartona-331683>. [datum posjeta stranice: 10. 7. 2020].

[7] Učni načrti za osnovno šolo, Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport: Dostupno na: <https://www.gov.si teme/programi-in-ucni-nacrti-v-osnovni-soli/> [datum posjeta stranice: 10. 7. 2020].