

Stručni rad

# **IGRE S LOPTOM U PRODUŽENOM BORAVKU**

Mojca Debeljak

Osnovna škola Orehek Kranj, Područna škola Mavčiče, Slovenija

## **Sažetak**

U 1. razredu igra je još uvijek vrlo važna jer se u tom razdoblju djeca suočavaju s prijelazom iz vrtića u školu, a istovremeno se moraju prilagoditi školskom radu, što uključuje više sjedenja. Stoga mislim da je važno, djecu u produženom boravku, do neke mjere "rasteretiti". Aktivnost opuštanja u produženom boravku namijenjena je odmoru, opuštanju i obnavljanju psihofizičke snage učenika, ali čak i za to vrijeme postoje određena pravila kojih se učenici moraju pridržavati, što nastojimo uravnotežiti sa čim više gibanja. U članku ću se prvenstveno usredotočiti na osnovne igre s loptom koje povezuju učenike, navikavaju ih na u život u zajednici, te ih dobro razgibaju, kako bi mogli brže i učinkovitije obavljati školske obaveze, istovremeno trenirajući motoričke sposobnosti, prirodne oblike gibanja i " baratanje " loptom.

**Ključne riječi:** aktivnost opuštanja, igre s loptom, gibanje, produženi boravak

## 1. Uvod

Ove školske godine predajem u produženom boravku, u 1. razredu. Dinamika rada prilično se razlikuje od samog podučavanja, jer su djeca popodne već umorna i zato im je potrebno više opuštanja. Tijekom nastave djeca još uvijek sjede određeni dio dana, što također utječe na njihove motoričke sposobnosti. Za vrijeme učenja na daljinu stručnjaci su ukazivali na njihovo opadanje.

Moja je uloga važna i odgovorna, jer, osim što sam učiteljica, ja sam i u ulozi voditelja, motivatora, moderatora i animatora. Učenike treba poticati na izražavanje stvaralaštva i inovativnosti.

Učenici u ovoj uzrastu vrlo su kreativni, znatiželjni, zanimaju ih mnoga područja, pa ih nastojim što manje ograničiti.

## 2. Aktivnosti opuštanja

U sklopu produženog boravka u našoj školi provodimo nekoliko aktivnosti, uključujući opuštanje. Ono je od iznimne važnosti za učenike. Obično ga izvodimo nakon ručka, tako da se učenici za to vrijeme opuste i skupe novu snagu za daljnja psihofizička opterećenja. Naravno, djeca su u svakom trenutku pod kontrolom, unatoč tome što su u to vrijeme minimalno vođeni. Ovo vrijeme provodimo u dvorani ili na igralištu, ako nam vremenski uvjeti dopuštaju

Ciljevi koje pokušavamo postići u okviru aktivnosti za opuštanje, različitim metodama rada, su sljedeći [1]:

- učenici shvaćaju opuštanje i odmor kao nužni element zdravog načina života;
- učenici uče i savladavaju različite aktivnosti koje ih opuštaju;
- učenici zadovoljavaju svoje potrebe za odmorom, gibanjem, socijalnim kontaktima i igrom;
- učenici kroz igru stječu i učvršćuju znanje, intelektualne vještine i socijalne vještine;
- učenici u zaigranim situacijama prihvaćaju pravila i norme, razvijaju maštu, kreativnost i smisao za humor;
- učenici interdisciplinarno (međupredmetno) povezuju znanja iz različitih školskih predmeta

### 3. Djeca i osnovne igre

Kroz igru djeca razvijaju svoje fizičke sposobnosti i zadovoljavaju potrebu za gibanjem. Uz to, igra potiče djetetovu socijalizaciju jer ga postupno privikava na život u široj zajednici. Na taj način se dijete privikava na određena pravila, na prihvaćanje kompromisa, na pobjede i poraze, a prije svega na suradnju, te je stoga važno, da ju uključimo u sve djetetove aktivnosti. Radi se o slobodnoj aktivnosti koja je ugodna i u velikoj mjeri proizlazi iz unutarnje motivacije.

Igra značajno utječe na djetetove motoričke i funkcionalne sposobnosti, te vještine. Uz to, dijete razvija govor, maštu i kreativnost, rješava probleme, uči i istražuje okolinu. Kroz igru savladava probleme i sukobe, opušta se i izražava svoje osjećaje, upoznaje sebe i svijet oko sebe, te razvija autonomiju. [2]

Osnovne igre uključuju razvoj motoričkih sposobnosti, a da dijete toga nije svjesno, te mu osim toga jačaju prirodne oblike gibanja. To su: hodanje, trčanje, skakanje i poskakivanje. Osnovne igre s loptom, s druge strane, utječu na razvoj onih motoričkih i mentalnih sposobnosti koje su slabije razvijene tijekom ovog razvojnog razdoblja. To su: koordinacija, brzina i točnost. Uz to, dijete može vježbati brojanje i orijentaciju (lijevo, desno, gore, dolje), svjesno vlastitog tijela i prostora u kojem se nalazi zajedno s drugim ljudima. [3]

### 4. Primjeri dobre prakse

Tijekom svih ovih godina kako predajem, primjećujem, da je lopta i dalje prva rekvizit koji djeca odaberu. Dječja mašta ne poznaje granice pa ponekad lopta nije samo lopta, već predstavlja "životinju", "bebu", "opasnost" ... Ono što me izuzetno raduje je, da se djeca znaju igrati zajedno. Lopta je rekvizit koji ih spaja. Tada više nije važno što prije nekoliko trenutaka nisu bili u najboljim odnosima, nije bitan ni spol ... važno je samo okupiti dovoljan broj igrača za određenu utakmicu.

#### 4.1. Nogomet

Za dječake je nogomet još uvijek prvi izbor, ali djevojčice tu također ne zaostaju i rado im se pridruže.

Snaga, pokretljivost, koordinacija, brzina, ravnoteža i točnost su primarni oblici motoričkih vještina koje djeca jačaju kroz nogometnu igru. Uz to, u ovoj je igri prisutna i izdržljivost, što je također izuzetno važno za djecu.

U nogometu su djeca neizmjereno motivirana, što im daje energiju, usmjerava ih, te ih pokreće po igralištu. Cilj igre je dati što više golova protivniku, a pobjednička momčad je ona koja postigne više golova. Djeca uglavnom jačaju dva prirodna oblika gibanja, to su trčanje i skakanje.

Pritom se, naravno, navikavaju na loptu, njezino vođenje i dodavanje suigraču, te gađanje u određenu metu, u ovom slučaju na gol (slika 1).



Slika 1: Nogomet na školskom igralištu

## 4.2. Na dva koraka

U ovoj igri sudjeluje bilo koji broj djece. Igra započinje kada učitelj ubaci loptu među učenike, a jedan od njih mora je uhvatiti. Učenik koji prvi uhvati loptu ima na raspolaganju dva koraka, kako bi se približio ostalim učenicima, te ih pokušao pogoditi loptom. Za vrijeme približavanja ostali učenici se ne smiju kretati. Dopusšteno je gađanje od struka naniže. Učenik koji je pogođen povlači se na rub polja i čeka kraj igre, dok se ostali "bore", da bi ili uhvatili loptu ili se dovoljno povukli, da ne budu pogođeni (slika 2). I ovdje su također bitni brzina i preciznost, kao i hvatanje, te bacanje lopte. U ovoj igri djeca osnažuju sva četiri prirodna oblika gibanja.



Slika 2: Igra Na dva koraka između učenika prvog razreda

### 4.3. Preko klupe

Igra Preko klupe prilično je slična igri Između dvije vatre, ali ova igra nema graničare. Obično se igra odvija u dvorani, u kojoj su dvije brojčano jednake ekipe odvojene klupom. Cilj igre je pogoditi sve igrače protivničke momčadi. Kad je učenik pogođen, povlači se na rub terena, a kada njegov suigrač uhvati protivničku loptu, prvi pogođeni igrač može se vratiti u igru (slika 3).Važno je da učenici u "zapaljivoj borbi" ciljaju protivnike od struka naniže kako bi izbjegli ozljede. U našoj školi za ovu igru koristimo mekanu loptu. Brzina, koordinacija i preciznost također su važni u ovoj igri, kao i hvatanje i bacanje lopte. U ovoj igri djeca osnažuju sva četiri prirodna oblika gibanja.



Slika 3: Igra Preko klupe u dvorani

## 4.4. Četiri kvadrata

Površinu za igru podjelimo na 4 jednaka polja. Mi ih obično odvajamo pomoću užadi za preskakanje. Igra započinje bilo kojim igračem na servisu ( izvodi se nakon što se lopta odbije od tla, odozdo prema gore s obje ruke). Svaki od učenika može se kretati u svom polju, a cilj igre je odbiti loptu rukama, odozdo prema gore, u polje jednog od suigrača. Pritom se lopta može jednom odbiti na vlastitom polju i jednom na polju suigrača (slika 4).



Slika 4: Igra Četiri kvadrata

Tijekom igre djeca vježbaju odbijanje i zaustavljanje lopte, te sve primarne oblike motoričkih vještina (snagu, pokretljivost, koordinaciju, brzinu, ravnotežu, točnost).

Ovu igru učenici jako vole. Sviđa mi se što su je prilagodili tako, da može igrati više igrača, a ne samo četvorica, samo moraju pričekati da jedan od njih ispadne. Igra se možda čini jednostavnom, ali to nije tako, pogotovo za mlađe igrače, jer je dinamična i igrači se brzo mijenjaju. Mislim da je to jedan od razloga zašto je djeca vole, jer u relativno kratkom vremenu mogu nekoliko puta doći na red.

## 5. Zaključak

Motoričke sposobnosti ne utječu samo na tjelesno stanje, nego i na pamćenje, percepciju, koncentraciju, orijentaciju u vremenu i prostoru, asocijativne procese, te sposobnost rješavanja problema. Međutim, sve su to sposobnosti koje su osnova za školsko, ali također i za cjeloživotno učenje.[4]

Igre koje sam predstavila prije nisam poznavala, osim nogometa. Sretna sam što mogu i sama učiti od učenika, a ne samo obratno. Prije svega, drago mi je što učenici naše škole i dalje vole igrati takve igre, unatoč upozorenjima stručnjaka, jer je produženi boravak vrijeme koje moramo iskoristiti za gibanje. Još uvijek postoji dio djece koju je potrebno poticati na gibanje, ali to za veliku većinu djece predstavlja veselje, jer je razigrano gibanje užitak, opuštanje i radost. Za igru, kao i gibanje, nikad nismo prestari.

## 6. Popis literature:

- [1] Blaj, B., Chwatal, B., Čerpnjak, S., Kos Knez, S., Magolič, L., Murgelj, H., ... Purgaj, S. (2005). Razširjeni program osnovnošolskega izobraževanja: Podaljšano bivanje in različne oblike varstva učencev v devetletni osnovni šoli. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport.
- [2] Videmšek, M., Stančević, B. (2011). Ulovimo prosti čas. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- [3] Videmšek, M., Stančević, B. (2011). Ulovimo prosti čas. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- [4] Frostig, M. (1998). Gibalna vzgoja. Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Ljubljana. Videmšek, M. in Pišot, R. (2007). Šport za najmlajše. Ljubljana: Fakulteta za šport.