

**ВИСОКА ШКОЛА СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ВАСПИТАЧЕ И
ПОСЛОВНЕ ИНФОРМАТИЧАРЕ - СИРМИЈУМ**

Јелена Тодосијевић

**МОДЕЛИ МОТОРИЧКИХ АКТИВНОСТИ У РЕАЛНОМ КОНТЕКСТУ ПУ
БОШКО БУХА**

Сремска Митровица, 2022.

**ВИСОКА ШКОЛА СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ВАСПИТАЧЕ И
ПОСЛОВНЕ ИНФОРМАТИЧАРЕ - СИРМИЈУМ**

Студент: Јелена Тодосијевић 40/2019- м

**МОДЕЛИ МОТОРИЧКИХ АКТИВНОСТИ У РЕАЛНОМ КОНТЕКСТУ ПУ
БОШКО БУХА**

МАСТЕР РАД

Ментор:

др Дејан Савичевић, проф.

Сремска Митровица, 2022.

Мастер рад

Ментор: др Дејан Савичевић, проф.

Стручни сарадник:

ТЕМА МАСТЕР РАДА:

МОДЕЛИ МОТОРИЧКИХ АКТИВНОСТИ У РЕАЛНОМ КОНТЕКСТУ ПУ БОШКО БУХА

ПОДАЦИ О СТУДЕНТУ:

Презиме, име једног од родитеља, име: Јелена Годосијевић

Број индекса:

Студијски програм:Струковни мастер васпитач

ПОДАЦИ О МЕНТОРУ:

Др Дејан Савичевић , професор струковних студија у Високој школи струковних студија за васпитаче и пословне информатичаре – Сирмијум, у Сремској Митровици. Докторску дисертацију одбранио 2013. године, на факултету спорта и физичког васпитања, из области Методика физичког васпитањаи спорта са основама хумане локомоције.

ПОДАЦИ О САРАДНИКУ ПРАКТИЧАРУ:

САДРЖАЈ

САДРЖАЈ	4
УВОД	5
1. ПОЈАМ МОТОРИКЕ	6
2. МОТОРИЧКИ РАЗВОЈ ДЕЦЕ	7
2.1 Фактори моторног развоја детета	12
2.2 Развој грубе моторике	14
2.3 Фина моторика	17
2.4 Улога одраслих у подстицању моторичког развоја детета	18
3. ПРОСТОР ПРЕДШКОЛСКЕ УСТАНОВЕ	20
3.1 Простор за реализацију физичких активности	23
3.1.1 Сала	23
4. ДВОРИШТЕ ВРТИЋА	28
4.1 Површине под травом и забором	30
4.2 Простор за реквизите	30
4.3 Градилиште	31
4.4 Кутак живе природе	31
4.5 Циљеви и задаци боравка деце на отвореном простору	32
5. ПРОМЕНЕ У КОНТЕКСТУ РЕАЛНОГ ПРОСТОРА У ДВОРИШТУ ВРТИЋА БОПКО БУХА	42
6. МЕТОДОЛОШКИ ДЕО ИСТРАЖИВАЊА	49
Реални контекст дворишта вртића Бошко Буха у Чачку	51
Резултати истраживање	55
Дискусија	62
ЗАКЉУЧАК	63
ЛИТЕРАТУРА	64
ПРИЛОГ	66

УВОД

За успешан раст и развој сваког детета од велике важности је развијање њихових моторичких вештина. Физиолози су доказали да је степен развијености дечијег интелекта пропорционална степену формираности fine моторике прстију шаке. Што су детету прстићи активнији, то се боље остварује његов говорни, емоционални и интелектуални развој.

Подстицање раног развоја у случајевима када развој одступа од нормалног, али и у случајевима уредног развоја треба да отпочне за време тзв. сензитивног периода, пре треће године, јер се после истека овог периода потенцијал за развој појединих моторичких функција знатно смањује. Програм стимулације спроводи се кроз циљане активности, на једноставан начин и кроз игру.

Како би дете достигло комплетан физички, моторички, социјални, когнитивни и емотивни развој, потребно је да се активно бави физичким активностима. Осим тога, то ће им омогућити да лакше изражавају своју креативност и машту. Путем физичке активности деца лакше ступају у контакт са другом децом, граде пријатељства и лакше прихватају различитости. Иако физичке активности подстичу такмичарски дух, оне омогућавају деци да науче да поштују друге, да буду асертивни и емпатични. Као што смо рекли, потребно је да физичка активност буде плански осмишљена, организована и континуирана како би ефекат био потпун.

У свом раду описаћу како изгледа рад са децом у области физичког васпитања у предшколској установи Бошко Буха, у отвореном и затвореном простору.

1. ПОЈАМ МОТОРИКЕ

Моторика је појам који се првенствено односи на способност детета да наменски користи сопствено тело за кретање и руковање предметима. Аутор Нељак (2009) објашњава како се моторни развој одвија у цефало-каудалном и проксимо-дисталном правцу. Цефало-каудални правац указује на то да дете прво контролише покрете главе, затим трупа, па тек после доњих екстремитета. Проксимо-дистални правац указује да дете прво може да контролише делове тела ближе, а тек онда даље од кичме (Хорват, 1986).

Развој моторике код детета подразумева његову све већу способност коришћења властитог тела и баратање предметима, те му покрет служи као алат за постизање неког циља. За моторички развој од велике је важности да се оно одвија нормалним путем, односно да се не очекује од детета да изводи комплексне структуре покрета и кретања пре него што усвоји и савлада основна гивања и покрете.

Моторички развој се може дефинисати као процес кроз који дете учи обрасце кретања и моторичка знања (Malina, Bouchard, Bar - Or, 2004). Напредак у моторичком развоју видљив је кроз појаву нових вештина, појаву финијих покрета, побољшање у резултату кретања, повезивање кретања, те кроз резултате тестова који процењују ступањ одређеног знања односно моторички развој (Шалај, 2012).

Свако дете има потенцијал да развије и научи велики број основних образаца кретања. Због различитости у моторичком развоју, код неке деце ће се приметити минималне промене, нека деца ће стагнирати док ће код неке деце бити приметан континуирани развој. Развој моторичких способности у раним годинама дететова развијања уско је повезан с темпом раста и развоја (неуро - мускуларно развијање, телесне карактеристике, физиолошке предиспозиције).

Моторички развој је континуирани процес који овиси о интеракцији више фактора. То су:

- нервно - мишићно сазревање (висок генетски удео)
- телесне карактеристике детета (величина тела, пропорције, телесни састав)
- темпо раста и развоја (фазе убрзаног раста смењују се с фазама развоја)
- резидуални ефекти ранијих моторичких искустава укључујући пренаталне кретње
- нова моторичка искуства, доживљаји (стимулација, вежбање и повезивање различитих покрета), (Шалај, 2012).

2. МОТОРИЧКИ РАЗВОЈ ДЕЦЕ

Развој моторичких способности је директно узрокован процесом мијелинизације, процесом сазревања нервног ткива. Процес мијелинизације почиње у кортексу одмах по рођењу тако интензивно да је након друге године већина нервног ткива функционално потпуно зрела. Завршава се тек око десете године живота, због чега се сазревање нервног система директно одражава на извођење покрета и покрета. Дакле, деца до десете године могу да науче многе покрете, покрете и покрете, али не могу да их изводе на веома координисан начин (Нељак, 2009: 18).

У првој тријади живота (јасличко доба) на развој моторичких способности могу више утицати филогенетски него онтогенетски покрети.

У другој тријади (предшколски узраст) учење нових кинезиолошких моторичких знања, односно онтогенетских моторичких образаца, све је важније за развој моторичких способности.

Даље, Нељак (2009) наводи да се развој моторичких способности од рођења до уписа у основну школу одвија у следећим фазама:

1. Фаза рефлексне активности
2. Фаза спонтаних покрета
3. Фаза основних покрета и покрета (координација главе , покрети трупа и тела)
4. Фаза основних сензомоторичких вештина (хватање предмета прстима)
5. Фаза основних покрета (кретање у простору, локомоција)
6. Фаза прецизније сензомоторике (хармонизација мишића шаке, шаке и прстију).)
7. Фаза латерализације, тј. дешњак или леворукост

Код новорођенчади се јавља фаза рефлексне активности и спонтаних покрета. Рефлексне активности су урођене радње неопходне за одржавање живота које се јављају код детета од тренутка рођења (сисање, кашљање, кијање, повраћање). Код њих се током првих месеци јављају спонтани покрети као резултат развоја чула и перцепције (трзање, махање, гурање, привлачење) (Јуричић и сар., 2005).

Током прве године живота јавља се око 47 врста спонтаних покрета. Фаза основних покрета и покрета и основних сензомоторичких способности почиње да се јавља и значајно развија након 4. месеца живота детета. Основни покрети и покрети односе се на померање главе, трупа, ослањање стопала на креветац, окретање тела са груди на леђа и обрнуто, седење, стајање, држање креветића. Основне сензомоторичке вештине односе се на прве неспретне хватање прста. Аутор каже да је једини покрет који се јавља у првих шест месеци живота детета пузање. Фаза основних покрета почиње од 6. до 12. месеца и траје до почетка 2. године живота. Деца тада почињу биотички да изводе све основне покрете, међу којима су најважнији: пузање, ходање, трчање, пењање, скакање, подизање и ношење, бацање и хватање...

Покрети од краја 1. до краја Друге године живота су у почетној развојној фази, а наредних година предшколског узраста пролазе фазе напреднијег оспособљавања, стабилизације и аутоматизације. Побољшања у овим филогенетски условљеним обрасцима кретања, кретања и кретања су основа учења нерођеног моторичког знања (Јуричић и сар., 2005).

Након тога следи фаза финијих сензомоторичких вештина, која почиње у петом, а завршава се у десетој години. Развој се заснива на кинезиолошки прилагођеним биотичким моторичким покретима и на једноставнијим кинезиолошким моторичким покретима, а уче се са нулте разине јер су онтогенетски условљени. У овој фази дете почиње много прецизније да рукује предметима, почиње боље да црта, пише прва слова, бројеве. Развој финијих сензомоторичких способности подстиче се цртањем, резањем маказама, ножевима, лепљењем, обликовањем папира или природним материјалима. Развој предмета руковања може се спровести великим бројем практичних садржаја од ломљења ораха, фарбања ваљком, руковања лоптама различитих величина и тежина (Јуричић и сар., 2005).

Крајем филогенетског развоја моторичких способности, у шестој или седмој години, почиње фаза латерализације, којом се природно јавља дешњак или леворукост код детета. У четвртој години, а посебно током пете и шесте године, деца почињу да уче све више онтогенетски условљене моторичке покрете. Учење таквих моторичких покрета захтева поступке демонстрације, описа, а неки захтевају помоћ или смернице у учењу док се моторичко знање не стабилизује. Деца их уче неформално од родитеља, бака и деда или формално од васпитача и кинезиолога.

Процеси окоштавања, мускулатуре и мијелинизације директно су одговорни за локомоцију деце и испољавање моторичких и функционалних способности.

Моторичке способности одређују наследни фактори, али њихов развој зависи од услова у којима дете одраста. Увек постоји могућност утицаја на развој способности учењем и вежбањем у мери у којој то урођене границе дозвољавају. Ауторка Чутурић (2001) је у прве две године живота поделила укупан развој моторичких способности у 4 развојне области:

1. Став главе
2. Покрети трупа
3. Покрети руку
4. Покрети ногу шест месеци након порођаја, са посебно израженим напретком у првом тромесечју.

Ако дете старије од пет месеци не може да се издржи на подлактици, то може значити да значајно заостаје за својим вршњацима у развоју моторике.

У развоју покрета трупа дете може да се окреће око уздужне осе крајем другог месеца живота. Способност седења се постепено развија. Тек у седмом месецу дете може да се држи у седећем положају 5-10 секунди без ичије помоћи и подршке.

Развој покрета руку верно следи законе менталног развоја. Због тога, посматрање развоја покрета руку од великог је значаја у праћењу психичког развоја детета. Покрети руке се деле на покрете прстију и хватање целом песницом при кретању целе шаке. Природни рефлексни напади се јављају код новорођенчади. Циљане активности се јављају тек у четвртом и петом месецу.

Покрети ногу док беба лежи на стомаку јављају се у петом месецу живота. Крајем шестог месеца дете се ослања ногама на земљу, држећи се за руке или испод пазуха. Самоподизање уз помоћ сопствених руку се јавља након десетог месеца живота. После осамнаестог месеца дете самостално хода (Чутурић, 2001: 36-47).

Даље, Нељак (2009) наводи основне моторичке способности које се могу развити у предшколском узрасту, а то су:

1. Координација
2. Равнотежа

3. Општа прецизност
4. Општа снага
5. Општа издржљивост
6. Флексибилност
7. Брзина реакције на звучне и визуелне стимулусе

Најважнија моторичка способност детета је координација. Природно се повезује са другим способностима детета јер се све способности детета, укључујући и моторику, не развијају индивидуално већ на интегрисан начин. Дакле, развој координације можемо повезати са прецизношћу руковања предметима на начин да дете преноси, сакупља, сортира и распоређује све предмете који му одговарају. Такође, развој координације је повезан са прецизношћу јер дете котрља предмете различитог облика и тежине: котрља, додаје, баца, хвата, гађа, баца. Развој координације је даље повезан са равнотежом у тренуцима када се детету даје површина. или су повезани са развојем снаге као што су пењање уз брда, степенице, спуштање, превлачење, превлачење предмета, репресије и сл. Развој координације задатака у кретању манифестоваће се у школском узрасту као способност окретности. Зато деци предшколског узраста треба дати задатке различитих начина кретања, кретања са задацима, савлађивања препрека: преласка, између, испод, кроз, промене правца, наглих заустављања и убрзања (Јуричић и сар., 2005).

Курелић (1975) под моторичким способностима подразумева онај део опште психофизичке способности човека који се односи на одређени ниво развијеност основних латентних димензија човека који условљавају успешно извршавање кретања, без обзира да ли су те способности стечене тренингом, или не. Ашмарин (1990), на пример, моторичке способности дефинише као релативно стабилне, урођене и стечене функционалне способности органа и система организма од чије сарадње зависи ефикасност моторне делатности, а Финдак (1999) наводи да се моторичке способности дефинишу као латентне моторичке структуре које су одговорне за бесконачан број манифестних моторичких реакција и могу да се измере и опишу.

Све дефиниције се у једноме слажу – да моторичке способности представљају комплексне могућности човека за манифестацију кретних структура које обједињују психолошке карактеристике, биохемијске и функционалне процесе. У координативном смислу, ови процеси су лимитирани карактеристикама нервног и нервно-мишићног система. При томе се моторичка својства односе на битно различите квалитете испољене у дефинисаним

карактеристикама кретања, затим на квалитете који су условљени истим физиолошким и биомеханичким механизмима, као и сличним психолошким својствима и, коначно, који су исказани у истим јединицама мере (Зациорски, 1969).

Ниво максималног постигнућа различитих способности зависи, пре свега, од генетског потенцијала, активности појединца и од правовременог деловања на дате способности. Моторичке способности се не развијају истим темпом и не достижу увек исти максимум на истом узрасту. У највећем броју тестирања моторичких способности деце и младих која су вршена у циљу праћења њиховог развоја, стандардизоване батерије тестова су садржале тестове којима су се углавном процењивала и пратила претходно наведена хипотетичка физичка својстава човека (снага, брзина, издржљивост, гипкост, координација, прецизност и равнотежа).

Моторички развој је процес у коме дете развија моторичке обрасце, стиче моторичке спретности и развија моторичке способности. Моторички обрасци су урођене моторичке структуре: гмизање, пузање, ходање, трчање, итд.

Моторичке спретности (енгл. skills) или вештине или знања обједињују неколико моторичких образаца, а могу бити просте или сложене, као што је нпр. додавање лопте током трчања.

Моторичке способности (енгл. abilities) човеку омогућавају извођење моторичких образаца или моторичких спретности, а истовремено су основа кретања, нпр. снага, брзина, равнотежа, координација, издржљивост (Мауер, 2005, сажетак по Шкоф, 2016).

Развој моторичких способности током дужег временског периода одвија се континуирано. Типични су и повремени периоди стагнације, као и опадања способности. Неке моторичке способности достижу највиши ниво раније, а неке касније.

За развој неких моторичких способности у раном детињству типично је да је, на пример, развој брзине и координације врло интензиван, а развој других, на пример, равнотеже, снаге, флексибилности и издржљивости, нешто спорији (Малина & др, 2004, сажетак по Pišot & Planinšenc, 2005; Videmšek & Pišot, 2007).

Моторичке способности одређују моторичко стање човека. Помоћу њих можемо нешто урадити, обавити неки физички задатак. Процент предиспозиција у моторичким способностима је различит и није прецизно одређен. У неким је виши (нпр. брзина), у неким нижи (нпр. статична снага и флексибилност). Моторичке способности се донекле и стичу вежбањем и начином живота. То доводи до различитог нивоа њиховог развоја код особа (Видемшек & Пишот, 2007). Успех извођења одређеног физичког задатка никада не зависи

само од једне моторичке способности. Увек се активирају различите моторичке способности, свака са својим релативним уделом (ибид). Везе између различитих моторичких способности и одговарајући ниво њиховог развоја су предуслов за рационално и учинковито физичко кретање.

Моторичке способности које обезбеђују функционисање регулације кретања (флексибилност, равнотежа, појавни облици координације кретања) обезбеђују успостављање и одржавање равнотеже, спретност и заштиту од повреда мишићних влакана, зглобова и других делова тела, као и правилно држање тела. Без адекватног развоја моторичких способности није могуће стицати спортска знања (Стрел, 2016).

Моторичке способности су мерљиве и на основу њих можемо уочити разлике у успеху извођења одређеног моторичког задатка између два субјекта у једнаким условима, знању и мотивацији (Видемшек & Пишот, 2007). Мариншек & Тамп; Рајтмајер (2017) наводе, да моторичке способности меримо на основу учинковитости решавања одабраних моторичких задатака. Учинковитост решавања задатака открива ниво моторичких способности појединца. Човек се састоји од различитих способности и особина.

Степен развоја и ниво достигнућа, као и њихов међусобни однос, различити су од човека до човека.

2.1 Фактори моторног развоја детета

Савремени приступи физичким способностима третирају физичку припремљеност као низ карактеристика које особа има или развија, а које се односе на способност извођења разноврсних физичких активности. Физичка припремљеност обухвата компоненте важне за добро здравље, успешност у различитим спортским активностима и физиолошке компоненте. Овај модел је релативно новијег датума, међутим, непосредно је утицао на свакодневну праксу и поступке вредновања у физичком васпитању, тако да данас у батеријама моторичких тестова које се примењују доминирају тестови за процену компоненти које су значајне за здравље. У ову групу спадају: кардио-респираторна издржљивост (аеробни капацитет), флексибилност, мишићна издржљивост, мишићна снага и телесна композиција. Особе које имају висок ниво кардио-респираторне издржљивости, мишићне снаге и издржљивости, адекватну флексибилност и телесну композицију, имају мањи ризик обољевања од хроничних болести и

већи квалитет живота. Са друге стране, постоје и способности важне за успешност у спорту, попут координације, равнотеже, брзине, агилности, времена реакције и експлозивне снаге. Ове компоненте физичке припремљености омогућавају појединцу да брзо учи моторне вештине и достиже висок резултат у спорту.

Резултати тестирања су значајан показатељ напредовања детета, ефикасности програма и примењених метода. Могу бити важна информација за родитеље о нивоу моторичких способности, снажно мотивационо средство за даљу активност.

Процеси раста и развоја се интензивно одвијају како у предшколском тако и у млађем школском узрасту, међусобно су зависни и допуњују се. Раст деце се мери и прати помоћу антропометрије. Физички раст и развој деце, њихов моторички, интелектуални и емотивни развој, њихово понашање, социјализацију, физичке и друге активности потребно је мерити, процењивати, пратити и кориговати кроз наставни и тренажни процес. То је нарочито важно док су деца у предшколском и млађем школском узрасту, када је њихов организам веома подложен разним утицајима, а чији ефекти се манифестују у каснијем периоду, и које није могуће или је веома тешко поправити у каснијем узрасту (Поповић, 2008).

Морфолошке карактеристике као фактор антрополошког статуса треба схватити као биолошку и физиолошку основу која генерише манифестацију антропометријских мера, као што су телесна висина и тежина, обим трупа и екстремитета, дужина и дебљина дугачких костију (делови удова и одговарајући зглобови), кожни набори и др. Њима се дефинише раст и развој деце, као њихова телесна грађа и то тако што се утврђује структура морфолошких карактеристика (Бала, 2007). Телесна висина и телесна маса се највише користе за процену здравља, односно, раста и развоја и стања ухрањености. Константна интеракција између наследне основе и околине обликује раст и развој детета.

У ендогене факторе који утичу на раст и развој деце спадају: биолошко наслеђе, хормони; док су егзогени фактори: исхрана, социоекономски и психолошки статус, клима, годишње доба, секуларни тренд (Мишигој-Дураковић, 2008). Сви ови фактори су битни код телесног раста и развоја, с тим да на дужину и ширину тела више утиче наслеђе, док на телесну масу и количину поткожног масног ткива више утиче спољашња средина..

Прва фаза убрзаног раста се одвија након рођења до треће године. Током прве године карактеристичан је раст за 50% од почетне висине, што је у просеку 26-28 цм.

Дечаци су у просеку нешто виши од девојчица. До друге године дете достигне око 50% своје висине које ће имати у одраслом добу.

Друга фаза убрзаног раста је у време пубертета. Код девојчица почиње раније, са 10,5-11 година и траје до 13. године, а код дечака од 12,5-13 година па до 15. године живота са индивидуалним варијацијама. Карактеристично је адолесцентско убрзање раста, након чега се брзина раста поново смањује.

Прва фаза успореног раста почиње од 3. године живота и траје до почетка пубертета, просечни годишњи прирасти висине су 5 цм.

Друга фаза успореног раста се јавља код девојчица од 16,5 година, када достигну 98% од своје коначне висине (Мишигој-Дураковић, 2008) и траје до 18. године, а код дечака са 17,5 година и уз индивидуалне разлике, траје до 20. године. Након рођења телесна маса се повећава 20 пута. Телесна маса достиже своју вредност у одраслом добу након што је достигнута коначна телесна висина (Момчиловић, 2006).

2.2 Развој грубе моторике

Груба моторика

Кратка шема развоја грубе моторике:

1. МЕСЕЦ – Подиже главу
2. МЕСЕЦ – Подиже груди од подлоге
3. МЕСЕЦ – Одржава главу у усправном положају
6. МЕСЕЦ – Седи уз подршку
8. МЕСЕЦ – Самостално седи
9. МЕСЕЦ – Пузи на стомаку
10. МЕСЕЦ – Пузи рукама и ногама
11. МЕСЕЦ – Стоји самостално
12. МЕСЕЦ – Прави прве кораке
14. МЕСЕЦ – Може да чучне и устане
15. МЕСЕЦ – Самостално хода
18. МЕСЕЦ – Гура ногом лопту, пење се уз степенице уз придржавање за једну руку
20. МЕСЕЦ – Трчи

- 24. МЕСЕЦ – Пење се уз степенице без придржавања
- 27. МЕСЕЦ – Силази низ степенице без придржавања, степеник по степеник
- 36. МЕСЕЦ – Кратко стоји на једној нози, трчи стабилно и брзо
- 4. ГОДИНЕ – Хода по правој линији ногом испред ноге раширених руку, вози трицикл, у трку шутира лопту
- 4-5 ГОДИНА – Трчи мењајући правац
- 5 ГОДИНА – Скакуће на једној ноз, стоји на прстима
- 6 ГОДИНА – Стоји на једној нози без подршке 40 секунди, вози бицикл, хвата лопту једном руком, везује пертле

Предлог игара за развој грубе моторике:

1. Жабице

Ову забавну вежбу можете изводити и у соби и на отвореном. Дете (деца) је мали жабац који треба да дође са једног краја собе скакућући на други крај што више могу. Уколико је дете старије и спретније на под се могу ставити и предмети које би требало прескочити или ако сте напољу можете кредом нацртати локвање које задају путању скакања. Треба напоменути да за ову игру није битна брзина, већ правилни скокови.

2. Пребацивање лоптице

Од материјала је потребна лопта мањег обима (величину лопте је најбоље бирати према узрасту детета, што је дете старије лопта може бити мања, такође за децу која имају проблеме са сензориком можете бирати лоптице различитог материјала и површине). Задатак је да се лопта једном руком баци у ваздух, а другом ухвати. За додатни изазов вежба се може изводити исту ходајући по равној линији..

3. Крећи се као...

Као мали ми смо ову игру звали “Царе, царе, господаре”. Игра се играла тако што је једно дете (родитељ) цар кога остали питају: “Царе, царе, господаре колико има сати?”, а цар је имао задатак да зада одређену животињу и број корака (пример: 3 мравља корака). а остала деца (или само дете које је у том тренутку поставило питање) би потом опонашала њен начин кретања. Супер је имитирати змију, зеца, рака, патку, коња у галопу,...

[хттпс://малиистраживаци.рс/развој-грубе-моторике-код-деце-до-6-године-живота/](http://малиистраживаци.рс/развој-грубе-моторике-код-деце-до-6-године-живота/)

4.Игре имитације

Ходај као војник, као балерина, као стари дека, као меда, као зека, као манекен, ходај као ја.

5. Ход по ритму који задаје родитељ, или почетак кретања или заустављања кретања на звучни сигнал или уз бројање.

6. У кући се може направити полигон од намештаја или великих кутија по ком се дете може провлачити, подвлачити, пузати, прескакати, пети, заобилазити препреке (Марјановић, 2020).

Од прве године до поласка у школу кроз игру вежбе за развој грубе моторике треба радити са дететом:

- држање за руку и ход по соби
- ход по линији
- ход унапред, уназад и бочно
- ход по степеницама
- скакање и прескакање
- трчање и чучање
- гурање и вучење колица
- устајање и седање на столицу
- котрљање и шутирање лопте
- подизање руку
- окретање шаке
- хватање и бацање лопте и балона
- ношење корпица разних величина
- ношење играчака
- додавање већих коцки, играчака
- слагање већих коцки у кутију
- слагање већих коцки у дужину (воз)
- слагање већих коцки у висину (кула-подизање руку изнад главе)
- ређање пластичних кутија једну у другу
- окретање точка једном руком

- навијање већег клупчета
- затварање кутија поклопцима
- ушрафљивање
- затварање и отварање славине

2.3 Фина моторика

Фина моторика је скуп покрета костију, зглобоца и мишића шаке и прстију који су координисани и циљ им је извођење малих, прецизних (финих) покрета. Фина моторика и координација око-рука су међусобно повезане и зависе једна од друге. Увек при стимулацији fine моторике стимулишемо и развој координације око-рука, и обратно.

Сама фина моторика је потребна за обављање различитих активности од најранијег узраста, односно од рођења детета. Дете када се роди када му притиснемо нашим прстом длан, оно ће рефлексно скупити шаку и стиснути наш прст. Како дете расте, рефлекс нестаје и дете вољно може отворити и затворити шаку.

Током одрастања уколико дете има добро развијену фину моторику оно ће бити спретно и способно да обавља практичне активности које су му потребне сваког дана, попут: коршћења прибора за јело, откопчавање/закопчавање дугмади, везивање пертли,... А истовремено са развојем свести бриге о себи (социо-емоционалног развоја) дете се припрема и за школу и корз фину моторику учи да правилно држи оловку, учи да користи маказе,... Фина моторика и графомоторика су уско повезане.

Развој fine моторике према узрасту:

До 12 месеци

- узима руком кашику и ставити је у посуду
- вади из затворене кутије предмете
- вади предмете различитих димензија и ставља их у једну посуду
- узима ситне предмете и ставља их у посуду

12 – 24 месеци

- користи кашику за преношење из једне посуде у другу
- скупља предмете (облике) и убацује их кроз отвор
- скупља жетоне и убацује их у вертикални отвор
- отвара различите посуде у потрази за предметом који представља награду
- притиска дугме без помоћи
- узима бојицу и прави неколико потеза на папиру
- извлачи предмете из посуде повлачећи узицу

24 – 36 месеци

- прати исцртани пут прстом
- гужва комаде папира и баца их у корпу
- котрља предмет по нацртаној траци (линији)
- качи штипаљке на обод чиније

3 – 4 године

- уводне радње за употребу маказа
- цепа комад папира по нацртаној линији
- сече маказама папир на траке

4 – 5 година

- здруживање матице и шарафова различитих величина
- прецизно савија листове папира и сече их према слици

5 – 6 година

- ставља чиоде у боји на места са одговарајућом бојом
- држи оловку правилно

Свуда око нас је материјал којим можемо да стимулишемо развој фине моторике детета.

2.4 Улога одраслих у подстицању моторичког развоја детета

Улога родитеља је велика и одговорна за психички и физички развој детета, па је важно да сваки родитељ зна специфичности узрастних карактеристика свог детета. Физичка активност, односно физичко вежбање за дете предшколског узраста је један од важних стимуланса његовог раста и развоја, па је веома важно обезбедити деци довољно кретања, одабраних физичких

вежби и вежбања по мери. Васпитач треба да прати и проверава раст и развој деце, да уочи основна одступања од редовног стања и да по потреби и у границама овлашћења реагује на ове услове.

Физичко васпитање је континуиран и осмишљен процес који се базира на потребама, могућностима и интересовањима деце, расположивом простору и опреми, климатским и временским условима, као и актуелним збивањима у установи и широј друштвеној средини. Приликом реализације физичких активности потребно је активирати већи број деце у истом тренутку. Велики број пасивне деце која посматрају није у духу динамике ове области. Предуслов за правилан раст и развој детета су правилна исхрана, довољно кретања и сна. Улога васпитачице у подстицању дечјег развоја је да:

организује физичку средину (организација простора, средстава, материјала) Васпитачица благовремено припрема справе и реквизите за физичке активности, аудио-визуелна средства која подстичу кретање, обезбеђује простор, води рачуна да деца буду адекватно обучена.

Правилном организацијом физичке средине делимично се одређује садржај дечијих игара, али детету треба и омогућити да се креће слободно према властитој жељи, мења покрете и положај, бира играчке и средства за игру.

Васпитачица редовно планира игру на отвореном простору, на свежем ваздуху, у природи, а у недостатку природних услова у сали за вежбање или у соби у којој деца бораве.

Потребно је планирати активности за развој крупне моторике и моторике ситних мишића. Активности треба комбиновати тако да се смењују интензивне и мирније активности.

У оквиру физичког васпитања неопходно је организовати све врсте игара, драматизације и других облика дечег изражавања. Значај је вишеструк јер задовољава дечју потребу за кретањем, утиче на развој физичких способности, читавог организма; утиче на пажњу, памћење, мишљење, машту, а деца уче да поштују одређена правила, дисциплину, осећај за колектив.

Такође организује посете спортским клубовима, утакмицама, маратонским, бициклистичким тркама, картингу и сл.

Неопходно је планирати јутарње физичко вежбање, игре са различитим справама и играчкама, шетње, излете као и летовање и зимовање.

Васпитачица треба да прати развој детета и да врши евиденцију о реализованим активностима, евиденцију података о морфолошким карактеристикама (висини, тежини, обиму груди и сл.) и моторичким способностима (снага, брзина и сл.).

3. ПРОСТОР ПРЕДШКОЛСКЕ УСТАНОВЕ

Простор предшколске установе чине објекти, односно грађевинске и функционалне целине и припадајући отворени простори ван објекта. Простори предшколске установе могу бити наменски грађени објекти за децу, и то: од једне до три године - јаслице; од три до седам година - вртић и од једне до седам година - комбиновани дечји објекат. Према Николићевој (2008), простор за реализацију физичког васпитања је опремљен простор или површина која треба да максимализује задовољство корисника. У оваквим просторима, треба да се поштују сви хигијенско-грађевински услови, као што су: неопходно осветљење, загревање, вентилација и др. Поред тога, опрема и наставна средства треба да испуњавају хигијенске, педагошке и техничке захтеве.

У целокупности проблема-слабости физичког васпитања најчешће се наводи: недовољно организован и плански рад у предшколским установама, мања могућност васпитача да реализују сложене задатке физичког васпитања и неадекватни, често и слаби материјални услови предшколских установа за реализацију физичког васпитања.

Физичко окружење (просторно-временска организација) на директан начин обликује положај детета у програму. Односи који проистичу из физичког окружења и којима се истовремено обликује физичко окружење чине непосредну средину за учење. Простор нипошто није нешто дато по себи, независно од програма, већ обрнуто, он на најдиректнији и најконкретнији начин одражава концепцију програма и мора бити у складу са концепцијом Основа. Због тога васпитач нарочиту пажњу посвећује простору, његовом сталном реструктурирању, развијању, обогаћивању и осмишљавању. (Године узлета)

-Простор и време су организовани тако да пружају могућности деци да раде заједно и сарађују;

-простор и материјали омогућавају и подстичу различите облике груписања деце и заједничког учешћа у ситуацијама делања.

-Простор је организован тако да пружа могућност детету да се осами и да деца не буду ометана док се баве неком активношћу;

-материјали су груписани и лако приступачни, чиме се деца подстичу да буду независна и праве изборе;

-деца могу да реорганизују и уређују простор и материјале.

-Физички простор је предвидљив, безбедан и прегледан али динамичан и богат подстицајима који позивају на истраживање;

-постоји мноштво неструктурираног и полуструктурираног материјала, различити ликовни материјали, реквизити, који могу да се користе на различите начине и који омогућавају различите начине изражавања;

-постоје различити сензорни материјали и материјали којима се подржавају сензорне активности и практична манипулација; простор је опремљен тако да је изазован и да при томе доприноси да деца прошире своја размишљања, умења и доживљаје у оквиру оног чиме се баве;

-постоји много правих, реалних и аутентичних предмета и материјала који одражавају реални живот деце, породице и васпитача;

-постоје материјали и производи којима се подржава развој ране писмености (штампани материјали, плакати, књиге и сликовнице, мапе, шеме, различите врсте прављених календара и скала, графички симболи...);

-изложени материјали у соби и на зидовима одражавају процес активности које се одвијају у групи.

-простор је приступачан свој деци

-Простор је персонализован и одражава особености и живот групе и поједине деце; - простор одражава живот и културу заједнице и дечја животна искустава;

-простор рефлектује заједничке идеје и вредности;

-у простору су видљиви производи и континуитет активности деце и других учесника.

-Простор пружа могућности за различита сензорна искуства и активности

-простор пружа могућности за различите начине кретања, коришћења свог тела и истраживање телом;

Најчешће просторне целине могу бити:

- литерарна (књиге и други писани материјали, рана писменост, опуштање);
- за конструисање; за визуелне уметности;
- за симболичку игру („породични простор“ и игре улога);
- за осамљивање и скривање; за звук и покрет.

Просторне целине могу бити и: радионица, простор истраживања светлости и сенки, сензорна просторна целина, позорница и друге просторне пригодне целине према потребама теме/ пројекта (Године узлета).

У јасленим групама акценат је на кинестетичкој и сензорној просторној целини.

Сваку просторну целину васпитач мења и допуњује уношењем различитих средстава и материјала са намером да прошири игру и истраживање деце.

Простор реалног програма није само радна соба. Он обухвата:

- свакодневно коришћење отвореног простора за различите активности, игре и истраживања.

Дворишни простор треба да буде изазован, заснован на природним материјалима. Простор напољу треба да омогућава деци да могу да га конструишу, мењају и граде; да се у њему деца осећају безбедно, али да пружа изазове; да је тајанствен и пружа прилике за „скривање” и издвајање; да је неструктуриран и полуструктуриран; да провоцира стварно или имагинарно прилагођавање и мењање простора током игре; да пружа могућности различитих кинестетичких и сензорних доживљаја и активности и практичне манипулације. Да би могла да користе такав простор на активан начин и у различитим временским условима, потребна је адекватна одећа и обућа за децу;

- простор целог вртића (посебно заједнички простори као што су ходници, атријуми, сале) за различите начине сусретања и заједничког учешћа деце различитих узраста и других одраслих;

- коришћење различитих места у заједници као места активности деце . (Године узлета)

3.1 Простор за реализацију физичких активности

Под просторним условима за реализацију активности физичког васпитања се подразумева сала за вежбање и уређено двориште и опремити их савременим и функционалним справама и реквизитима.

3.1.1 Сала

У највећем броју установа (вртића) сале се налазе у склопу установе и одвојене су од осталих радних просторија, док се у неким, због недостатка класичне сале за извођење активности физичког васпитања, физичко васпитање се изводи у собама за рад. У таквим просторијама није могуће у потпуности задовољити потребу деце за кретањем и остварити циљеве и задатке физичког васпитања.

Сала се може искористити за реализацију других садржаја из програма делатности вртића као што су:

- Приредбе за децу и родитеље,
- Позориште лутака,
- Пројектовање филмова,
- Игре уз музичку пратњу и сл.

Сала треба да задовољава следеће услове:

- Пространост,
- Функционалност,
- Опремљеност.

У погледу пространости сала треба да задовољи одређене критеријуме који се односе на димензије сале.

Свака сала, без обзира на величину, треба да буде функционална, а под тим се подразумева:

- израда одговарајућих зидова,
- подлога,
- осветљења,
- грејања и проветравања . (Године узлета)

Осим правилно одабраних димензија функционалност сале зависи од смештаја у оквиру простора предшколске установе, израде зидова, пода, осветљења, грејања, акустике и проветравања. Најповољније је ако се сала налази уз један од улаза у објекат. Зидови треба да буду равни, обојени бојом која се лако одржава и не оштећује. Пожељно је зидове до 130 цм висине обложити плутом или дрвеним лајснама (ламперија). Прикључци за струју треба да буду постављени на разним местима на висини која је за децу неприступачна. Врата не треба да се отварају према сали да се деца не би повредила. Грејна тела се постављају на дужој страни простора увучена у зид и обложена заштитним маскама. Подлога по којој се дете креће при вежбању мора задовољити основне хигијенскоздравствене и техничке захтеве. Дрвене подове је пожељно премазати лаком, јер такви подови нису клизави и лако се одржавају. Подлога може бити и од гуме или плуте обојена разним бојама пријатним за око. Такође постоје подови од синтетичких влакана (итисони) који су добри изолатори звука, али се не препоручују јер скупљају праšину и тешко се чисте. При постављању подлоге важно је пазити на вентилацију, изолацију против влаге и топлотну изолацију. Осветљење може бити природно и вештачко. Природна дневна светлост је директно повезана са климатским условима и величином и положајем просторије. Да би уједначено осветљавали салу прозори морају бити постављени ближе плафону на уздужној страни просторије. Вештачко светло је постављено дуж сале по плафону (плафоњерке). Салу треба чешће проветравати да би се уклонила прашина и сувишни мириси

Салу за вежбање треба опремити разноврсним средствима. Најповољније је ако се налазе у пратећим просторијама поред вежбаонице. Ако вртић не располаже таквом просторијом, онда се справе поређају у један од углова, а реквизити се ставе на покретна колица или у плакар. Ради боље организације рада и оријентације у простору пожељно је салу за вежбање обележити, односно маркирати поједине формације. Исто се може урадити и у дворишту предшколске установе. Означити две кружнице на средини простора, међупростор за вежбе обликовања („цветно поље“) обележити линију за организовано постављање у ред једно иза другог и

означена линија за организовано постављање деце једно поред другог, као и обележени углови простора разним бојама за постављање у више група.

- Модел и примена справа у сали дечјег вртића



Један од облика рада који срећемо у оквиру активности је полигон или ланчани систем рада, при чему деца у низу – једно за другим, извршавају одређене задатке. Разликујмо две врсте полигона:

- Када су на стази посављене различите справа, а на свима се изводи иста моторичка активност;

- Где је стаза постављена тако да се на различитим или истим справама изводе различите моторичке активности;
- Полигона има разних врста:
- Отворене линије
- Затворене линије
- Дупли полигон (Станипић, 2012).



Игра са чуњевима који су постављени као препрека коју треба заобићи, скакањем на великој лопти, а са циљем:

- Јачање мишића ногу
- Развијање равнотеже и координације покрета
- Развијање тимског духа
- Савладавање постављеног задатка



Игра гађање чуњева сада лоптом. Деца се поделила у два тима и члан сваког тима треба да стане иза означеног дела одакле ће бацити лоптицу са циљем да оборе што више чуњева.

- Утврдити вештину манипулисања лоптом
- Оспособити децу да што прецизније погађају покретни циљ бацањем лоптица.
- Стицање знања о начину погађања статичног циља.
- Развијати спретност и оријентацију у простору.
- Задовољавање основних дечјих потреба за кретањем и игром.
- Развијање координације, гipкости, равнотеже и експлозивне снаге.
- Овладавање рационалном техником бацања са акцентом на синхронизовано деловање горњих и доњих екстремитета (повезати кретање у залету и избачај);
- Развијање брзинске (експлозивне) снаге мишића руку и раменог појаса

4. ДВОРИШТЕ ВРТИЋА

Приликом планирања отвореног простора вртића, с обзиром на потребне функције, предвиђају се површине различитих карактеристика у погледу конфигурације, застора и опреме, које чине хармоничну и функционалну просторну целину (Вујковић, 2003). Садржај дворишта вртића зависи најпре од расположивог простора и броја деце у вртићу. Потребно је избећи пренатрпаност садржајима и снабдети простор само неопходним елементима који ће одговорити захтевима у погледу васпитног рада.

Свака предшколска установа треба да располаже двориштем у којем се може поред осталих садржаја организовати и настава физичког васпитања како би деца што дуже времена боравила на сунцу и свјежем ваздуху. Двориште треба да се налази уз саму установу (вртић) заштићено од негативних утицаја улице.

Травната површина засађена цвећем, дрвећем и живом оградом треба да буде присутна у дворишту.

Бреговит терен се користи за све природне облике кретања који се употребљавају са децом предшколског узраста (ходање, трчање, пењање, санкање итд.).

Пешчана јама служи за разне активности које се могу проводити са децом, а пре свега за ходање и скакање у дубину као и за разне игре.

Бетонске стазе треба користити за вожњу трицикла, бицикла, ролера исл. Стазе требају да буду у једном делу равне, у другом да буду под нагибом и да имају проширење за окретиште.

Надстрешнице користе деци да се склоне у случају кише или јаког сунца, настрешницу у некој мери може замијенити сунцобран већих димензија.

Сваки вртић треба у дворишту да има санитарije како деца због задовољења природних потреба не би морала да улазе у зграду.

Вујковић (2003) наводи да уређено двориште дечијег вртића треба да садржи:

- површине под травом и зазором (за потребе слободног кретања, неорганизоване, спонтане игре - трчање, ритмичке вежбе, игре лоптом, стазе за вожњу трицикла и др.);

- простор за реквизите (љуљашке, клацкалице, пењалице и др.);
- градилиште-простор за конструктивну игру (пешчаник) и
- кутак живе природе (башта, зоокутак).

Простор са справама треба бити опремљен савременим справама и реквизитима како би деца могла да их користе за:

- Пењање,
- Провлачење,
- Трчање око њих,
- Љуљање,
- И друге активности које подстичу децу на активност и развијају самосталност и иницијативу.

У раду са децом користе се помоћна средства (справе и реквизити) којима се:

- повећава утицај вежбе;
- развија сензо-моторно искуство и умешност;
- развија мотивација;
- помаже конкретизација покрета;
- доприноси развоју радних навика;
- доприноси развоју координације покрета;
- доприноси оријентацији у простору;
- доприноси развоју иницијативе и самосталности;
- задовољава потреба детета за разноврсношћу (Благајац, 1997: 167)

Најчешћи стил уређења површина дечијих вртића је мешовити стил - комбинација геометријског и пејзажног стила. Геометризација је приметна при планирању поплочаних површина (спортских терена) и стаза, док је уређење зеленила решено најчешће у пејзажном стилу.

4.1 Површине под травом и застором

Потребно је обезбедити већу травну површину за неорганизовану, спонтану игру (за игре лоптом, скакање, трчање и др.). Простор треба да буде заштићен од ветра, уличне буке и прашине. Треба да обезбеди неометано кретање деце, да буде прегледан ради лакшег надзора деце од стране васпитача. Површина земљишта се претходнодренира, равна, а затим покрива или сеје травом отпорном на гажење. Уколико простор дозвољава предвиђа се формирање затрављених брегова благих нагиба чијим присуством се разбија монотонија равнoг терена под травом. Потребно је да простор буде осунчан, а уједно током летњих месеци заштићен од прекомерног осунчавања ободном садњом листопадног и четинарског дрвећа. У обликовном смислу, у основи, травна површина треба да је једноставног облика, најпогодније правоугаоног ради лакшег организовања разних активности. Уколико се планирају затрављени терени, оријентишу се у правцу север-југ. Део површине се покрива адекватним застором. Површина се асфалтира или прекрива меким и еластичним подлогама које умањују ризик од повреда, као што је млевена гума (тартан). Поплочавање се врши у деловима дворишта где је затрављивање површина неефикасно услед интензивног коришћења. Најчешће је то око реквизита, пешчаника, градилишта, на месту на ком се планира саобраћајни полигон, терени за игре лоптом, за потребе обављања физкултурних вежби, итд. Такође, меким подлогама покривају се трим стазе, стазе за вожњу трицикла, тротинета и др. (Вујковић, 2003).

4.2 Простор за реквизите

Реквизити се постављају у различите делове дворишта, пожељно их је груписати и групе распоредити слободно у простору, не постављати их на једном месту. Груписање се врши због потребе да се површина на којој се налазе прекрије адекватним застором. Најчешће се асфалтна или бетонска подлога око реквизита прекрива млевеном гумом или тартаном. Такође, могу се користити готове плоче од млене гуме које се постављају на песковиту подлогу или набијену земљу. Ово је од нарочитог значаја посебно око справа намењених за пењање. На тај начин се спречава да се деца приликом пада повреде.

Дебљина готових плоча од млене гуме или слоја од млене гуме зависи од процене критичне висине пада са постављених реквизита за играње. Израђују се у дебљини до 4cm (Стела, 1981; Интернет 2). На појединим местима у дворишту постављају се клупе за потребе васпитача који бораве у дворишту надгледајући игру деце. Клупе се постављају на местима са којих се може сагледати целокупан простор дворишта. Такође, за потребе окупљања деце, у оквиру организованих кутака на дворишту, постављају се клупе или преносиви елементи за седење. Ова места су погодна за спровођење васпитно-образовног рада у оквиру дворишног простора.

4.3 Градилиште

Део простора дворишта дечијег игралишта треба да буде у служби стваралачких, тј. конструктивних игара. У том делу дворишта поставља се пешчаник, а могуће је и снабдевање тог простора разним грађевинским и погодним отпадним материјалом (аутомобилске гуме) који ће бити коришћен у стваралачкој игри деце. Пешчаник је намењен разним играма у песку попут градње тунела, тврђава и др. Песковита подлога је погодна за доскок са справа које се постављају у пешчаник (пењалице, тобоган). Пешчаници могу бити разних облика, обично квадратног и кружног, различитих димензија. Конструкцију пешчаника чине оградни зидови и дно испуњено песком. Зидови могу бити од дрвета, бетона или опеке. Зид треба да је виши од нивоа околног платоа како се песак не би расипао по дворишту. Пожељно је зидове покрити дрвеним или бетонским плочама тако да може да служи као зид за седење и додатна површина за игру. Дно пешаника мора бити пропусно. У ту сврху на дно испод песка ставља се дренажни слој од 10-15 cm шљунка. Сам пешчаник се испуњава ситним, испраним, речним песком у дебљини слоја 40-50 cm. Пешчаник је потребно редовно чистити и одржавати. Повремено се допуњује и по потреби мења песак. Када није у употреби покрива се ради заштите од загађивања и трошења песка (Вујковић, 2003).

4.4 Кутак живе природе

У циљу схватања значаја очувања природе и буђења еколошке свести код деце предшколског узраста, уколико има могућности и простора у оквиру дворишта дечијег

вртића, предвиђа се организовање кутка живе природе. Део кутка се уређује у виду баште у којој би деца, уз надзор одраслих, гајила цвеће и поврће. Деца могу даучествују у нези биљака, сакупљању плодова, сушењу биљака, изради хербара и сл. Део простора се уређује за боравак адекватно одабраних животиња. При одабиру животиња треба водити рачуна о здрављу и безбедности деце, узимајући при том у обзир реалне могућности за њихов смештај и негу (Цвјетићанин, Сегединац, 2009; Штрбац, Миљановић, 2011).

Дворишне целине вешто се повезују осмишљеном мрежом стаза уз које се на појединим местима поставља расвета у функцији безбедности вртића у вечерњим сатима и истицањем најзанимљивијих делова дворишта. При постављању расвете треба водити рачуна да расвета и зеленило не сметају једно другом. То се постиже правилним избором места расвете.

Поред наведених садржаја од великог значаја је присуство различитих биљних врста у простору дворишта вртића. При одабиру дрвећа и жбуња треба имати у виду еколошке и биолошке чиниоце средине. Предност се даје аутохтоним врстама. При том се бирају врсте које могу да поднесу пењање, ломљење и савијање, а избегавају се биљке са израштајима (трновима) као и врсте које имају отровне плодове, гране, листове, нпр. тиса (*Taxus baccata* L.), олеандер (*Nerium oleander* L.), итд. Распоредом биљних елемената обезбеђују се сунчани и засенчени простори за игру. Жбунасте врстемогу да послуже у преграђивању и формирању просторних целина, а читава површина се може заштити ефикасном оградом обраслом пузавицама (Анастасијевић, 2002).

4.5 Циљеви и задаци боравка деце на отвореном простору

Значај боравка на ваздуху је вишеструк за здравље деце, за развој физички, за побољшање физичких способности, развој моторике и за стварање навике да бораве на отвореном простору и касније.

Циљ боравка на ваздуху је здравствена мера која има за последицу бољи физички развитак и боље способности.

Задаци боравка на ваздуху су вишеструки и односе се такође на:

- побољшање здравља деце,
- побољшање физичких способности деце,

- утицај на физички развој деце,
- стварање навике за активностима на отвореном,
- развој и утицај на моралне и естетске вредности код деце (Група аутора, 1986).

Боравак на ваздуху можемо посматрати са два аспекта:

- утицај природних фактора на дете, што се односи на стварање отпорности код деце на различита обољења путем тренирања терморегулационог система
- утицај кретања у природним условима на дете, који због већег промета материја и кисеоника и др.јоп више поспешују адаптационе процесе чији је крајњи исход очеличено дете, одн.дете које без последица по здравље подноси колебања и промене метеоролошких услова (Група аутора, 1986).
- планирање активности на отвореном зависи од годишњег доба у коме се спроводе, и то од врсте активноти (садржај) и интезитет активности, па и сама организација

- Модели и примена справа и реквизита у дворишту вртића

Пример 1.



Опис активности: Деца опажају функције и карактеристике природе и интуитивно их користе за физичке изазове и смишљање нових игара. Дрво са ниско постављеним гранама деца ће доживљавати као погодно за пењање. Ако су неке од грана, такође, довољно велике да се на њима може седети, дрво се може перципирати и као објекат који се може освојити пењањем. Дрво у нашем дворишту са ниско постављеним гранама деца доживљавају као погодно за пењање. Повећање фокуса који пењање као активност подстиче, временом пењачки покрети и кретње помажу дечијем уму да схвати како делови тела раде, да осети како их померају, где се у одрђеном моменту налазе и како функционишу заједно са осталим деловима тела. Тај процес се назива проприоцепција – односно осећај телесне свесности. Тиме упознајемо сопствено тело и сазнајемо како можемо да га користимо за различите активности. Са психолошког аспекта посматрано пењање учи дете сопственим границама, учи га суочавању са изазовима али и дете учи како да се носи са властитим страховима, како да исправно усмери своју енергију.

Циљеви активности:

- Јачања мишића и развијања грубе и fine моторике;
- вежба решавања проблема - процена ризика ослањања тежине на поједине гране и процене која је следећа грана у дохвату.
- дете гради самопоуздање, пењање развија и флексибилност, равнотежу, координацију и физичку издржљивост.

Пример 2.



Опис: Деца стају са једне стране, једно иза другог и подижу руке изнад главе, хватајући се за шипке пењалице, покушавајући да се подигну, пењање и спуштање уз и низ пењалицу;

Циљ игре:

- Јачања мишића и развијања грубе и фине моторике
- пењање подстиче решавање проблема и предвиђање наредних покрета
- развијање просторне оријентације
- развија се сензо-моторно искуство и умешност;
- развијасе мотивација; помаже конкретизација покрета;
- доприноси развоју координације покрета;
- доприноси оријентацији у простору; –
- доприноси развоју иницијативе и самосталности;
- задовољава потреба детета за разноврсношћу

Пример 3.



Опис: Пешчаник је испуњен умерено влажним песком I налази се на сунчаном делу игралишта ограђен бетонском оградом. Користи се за ходање по ивици, скокове у дубину и у разним играма. Деца су стала на ивице пешчаника и припремају се за скок у дубину.

Циљ:

- усвајање моторичких вештина – и fine моторике(пресипање песка, употреба лопатице, писање по песку и сл.) али и крупне (ходање по неравној површини).
 - усвајање социјалне вештине у игри са осталом децом
 - скок у дубину - развој мишића ногу, повећање брзине, агилности, Јачање мишића ногу и ножних зглобова;
 - Развијати општу покретљивост тела;
 - Задовољавање основних дечјих потреба за кретањем и игром;
- Развијање координације, гipкости, равнотеже и експлозивне снаге

Пример 4.



Кошарка у дворишту врртића је прилагођена деци, њиховом узрасту и висини. Циљеви игре:

- Овладавање рационалном техником бацања са акцентом на синхронизовано деловање горњих и доњих екстремитета (повезати кретање у залету и избачај);
- Развијање брзинске (експлозивне) снаге мишића руку и раменог појаса.
- Задовољавање основних дечјих потреба за кретањем и игром;
- оспособљавање ученика да стечена знања, умења и навике користе у свакодневним условима живота и рада;

Пример 5.



Опис: Трчање у различитом смеру и различитом брзином

Циљ:

- Задовољавање основних дечјих потреба за кретањем и играм;
- Развијање координације, гipкости, равнотеже и експлозивне снаге;
- Стицање моторичких умења у свим пригодним (филогенетским) облицима кретања у различитим условима: елементарним играма, ритмици, плесним вежбама и вежбама на тлу;
- Развијање брзине кретања и кретне реакције на звучни сигнал; Развијање такмичарског духа и концентрације.
- Равијати експлозивну снагу мишића руку и раменог појаса.
- Развијање издржљивости и стимулисање рада унутрашњих органа.
- Упознавање са кретним могућностима и ограничењима сопственог тела;

Пример 6.



Опис: Сва деца се поделе у две једнакобројне групе које стану у врсте једна према другој. Добијају конопач и пошто је игра такмичарског карактера вуку конопач све док једна екипа не победи, тј.покушавају да једни друге превуку на своје стране.

Циљ:

- Развијање такмичарског духа
- Јачање мишића руку и целог тела
- Задовољавање основних дечјих потреба за кретањем и игром;
- Развијање координације, гipкости, равнотеже и експлозивне снаге
- Развијање сналажљивости и одважности.
- Развијати општу покретљивост тела;
- Поштовање правила игре

5. ПРОМЕНЕ У КОНТЕКСТУ РЕАЛНОГ ПРОСТОРА У ДВОРИШТУ ВРТИЋА БОПКО БУХА



Опис: Сталци за вешање љуљашке високи су 200цм, али на њима нису закачене љуљашке. Уместо тога, везан је обрuch, од пластике, средње величине, постављен вертикално, како би деца пребацивала лопту у њему.



Опис: Двориште вртића је богато дрвећем и зеленилом. Овај пут је стабло дрвета искоришћено како би се на њега везао ластиш који ће послужити као мрежа у игри одбојка. Деца су подељена у тимове и пребацују лопту.



Дрвене греде су искоришћене за прављење стазе за кретање у цик цак смеру. Искоришћена је и посебна особина а то је да је постављена у коси положај, закачено за пањ. На овај начин деца вежбају равнотежу, кретање уз косину.



Високе мердевине прислоњене су уз дрво, како би послужила за разна кретања уз и низ косину.



Слика 1.

Још један мини полигон направљен је коришћењем гуме и пањића направљених од рециклираних материјала. Осмишљен тако да подразумева разне облике ходања, провлачење, скокове.



Слика 2.



Слика 3.

Пластични чуњеви су окачени на дрвеће како би деца вежбала трчање у различитом смеру, и на тај начин деца стичу осећај равнотеже и оријентације у простору, побољшања координације кретања.



Слика 4.



Слика 5.

Обогаћен је и део дворишта, у оквиру реализованог пројекта, новим местима за седење и одмарање деце у дворишту вртића.

6. МЕТОДОЛОШКИ ДЕО ИСТРАЖИВАЊА

Предмет истраживања:

Предмет истраживања јесте емпиријска провера опремљеност дворишта вртића опремом која подстиче развој деце како физички тако и ментално.

Проблем истраживања:

Ово истраживање покушаће да одговори на питање: Да ли је двориште вртића опремљено реквизитима који подстичу дечји развој и у каквом су тренутном стању реквизити?

Циљ и задаци истраживања:

Општи циљ овог истраживања је долажење до података - теоријски и емпиријски кроз одговоре васпитача о следећим питањима:

Задаци:

- утврдити опремљеност дворишта вртића,
- утврдити да ли су реквизити довољно подстицајни за игру, као и да ли су довољно безбедни,
- утврдити да ли су сви делови дворишта погодни за дечју игру.

Хипотеза и подхипотезе:

Главна хипотеза: Претпоставља се да је опремљеност дворишта вртића потребним справама чиме се осигурава да свака наредна генерација активно учествује у игри која поспешује правилан раст и развој.

Методе, инструменти и технике истраживања:

Помоћу дескриптивне методе ће се после проучавања добијених података описивати тренутно стање дворишта вртића, шта је потребно мењати, побољшати, колико је безбедан боравак у дворишту вртића. Описиваће се постепено, детаљно и једноставно.

Дескриптивна метода се састоји у описивању педагошких појава. При том је усмерена према усавршавању научних сазнања, односно према генерализацији, не зауставља се само на описивању.

Технике истраживања

Интервјуисање

Систематско посматрање.

Инструменти истраживања

- Интервју (намењен васпитачима вртића Бошко Буха)

Узорак истраживања

Узорком истраживања је обухваћен градски вртић у Чачку.

Статистичка обрада података

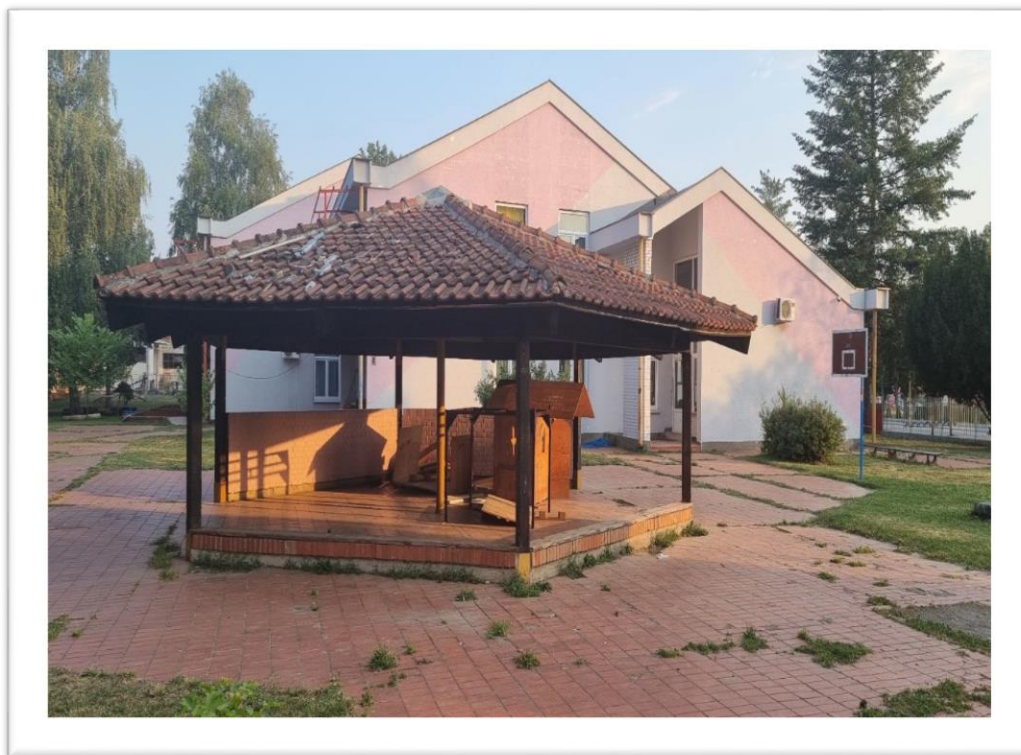
Предвиђеним интервјуом у највећој мери ће се прикупити подаци. Подаци ће применом дескриптивне статистике, бити изражени мерама пребројавања, а сви квантитативни показатељи ће бити пропраћени квалитативном анализом.

Реални контекст дворишта вртића Бошко Буха у Чачку

Површине под травом

Травна површина за неорганизовану, слободну спонтану игру, заузима већи део дворишта.

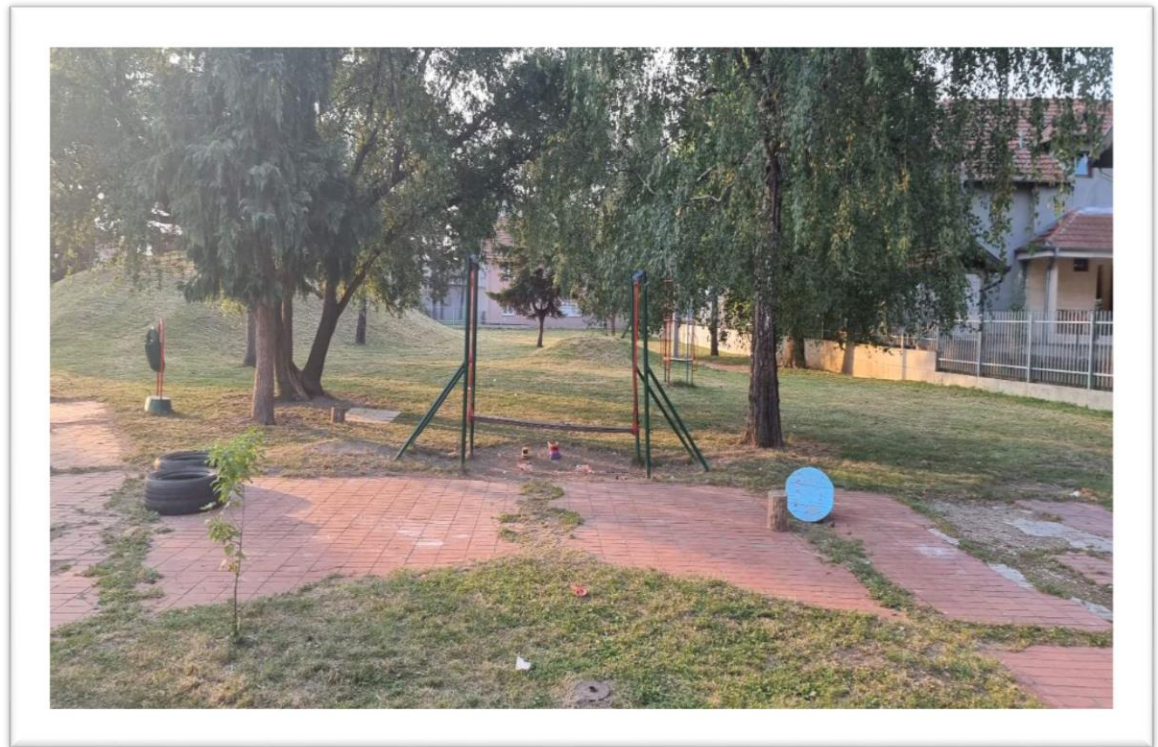
Простор је заштићен од буке, али се налази у непосредној близини улице и школе. Површина је посејана травом ради лакшег гажења, равна али постоји и брдовити део, са благим нагибом. Простор је осунчан, али има наткривен део.



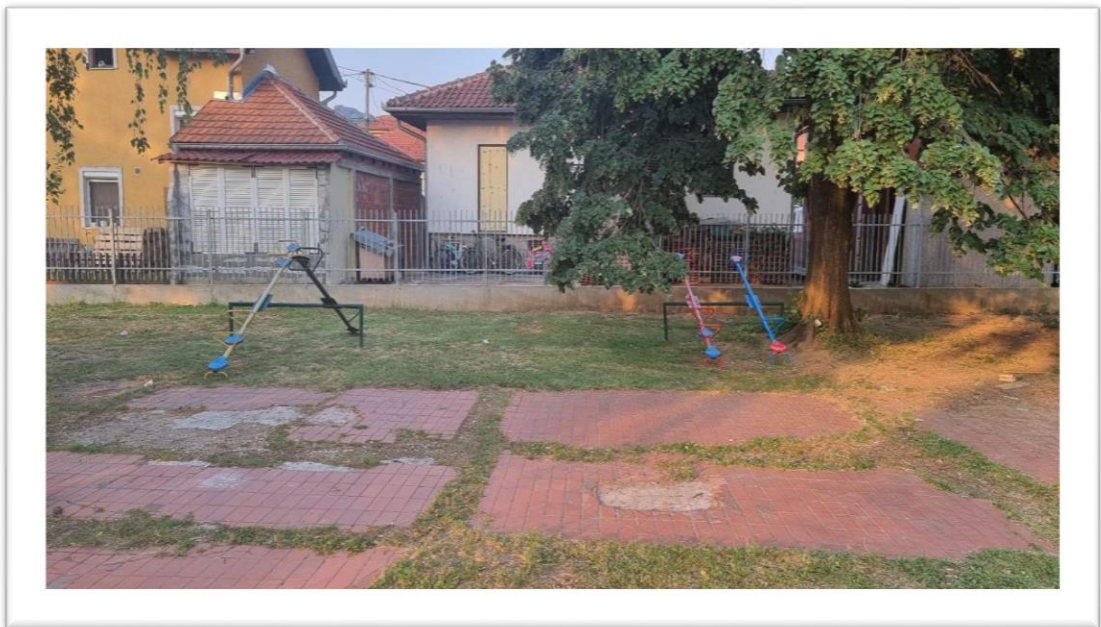
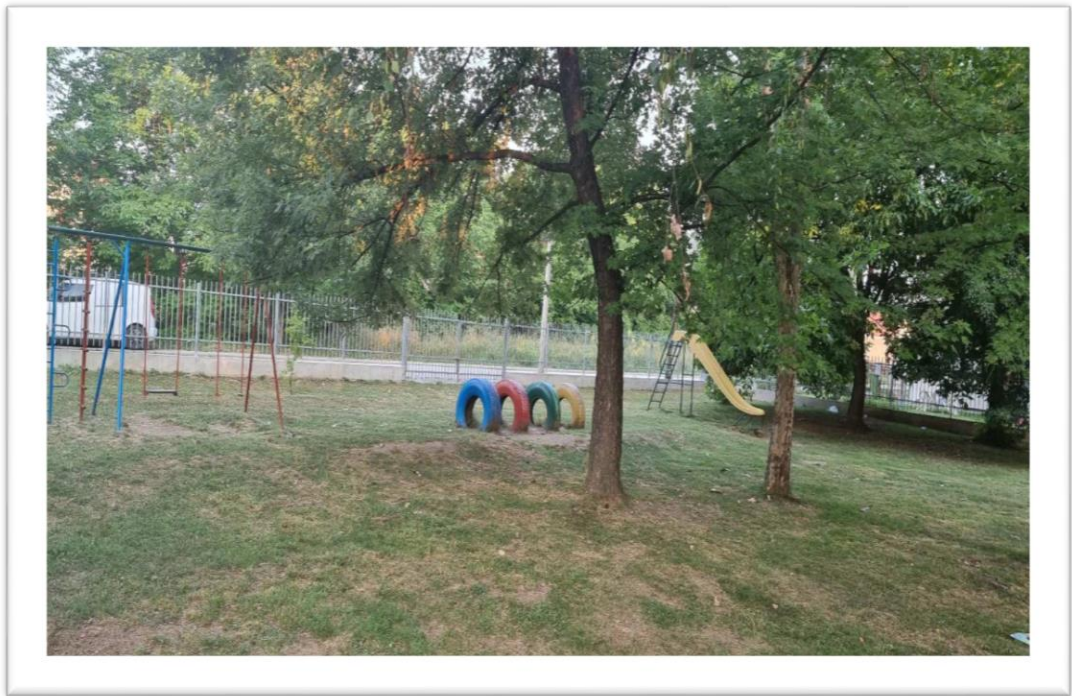
Слика 6.

Простор за реквизите

Реквизити су постављени у различитим деловима дворишта / предњи и задњи део вртића обogaћен је елементима у служби обављања моторичких активности, трчања, пењања, провлачења, и то од стране већег броја деце, често истовремено.



Слика 7, 8.



Слика 9, 10.

Градилиште

Овај део простора је у служби конструктивних игара. У једном делу вртића је постављен пешчаник, квадратног облика, са оградним зидом, а дно је испуњено песком.



Слика 11.

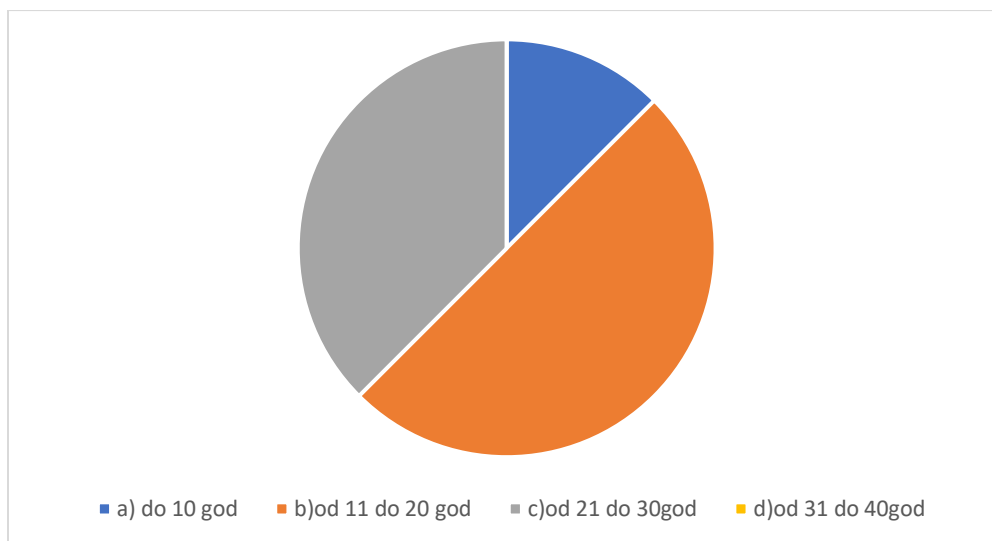
Зидови су од бетона. Песак је пун нечистоћа, а оградни зид је на неким местима оштећен. У задњем делу се налазе аутомобилске гуме намењене за стваралачке игре деце.

Дворишне целине су повезане мрежом стаза. Али, приметно је остећење на поједином деловима, које захтевају санацију, како би се спречиле повреде деце и обезбедиле свакодневне игре

Дрвеће је насумично посађено по дворишту, листопадно и четинарско.

Резултати истраживање

ПУ "Бошко Буха" има шест васпитних група целодневног боравака, четири вртићке и две јаслене групе. У поподневним сатима раде две групе припремног предшколског програма. Сви васпитачи имају ВШС, док медицинске сестре васпитачи ССС.

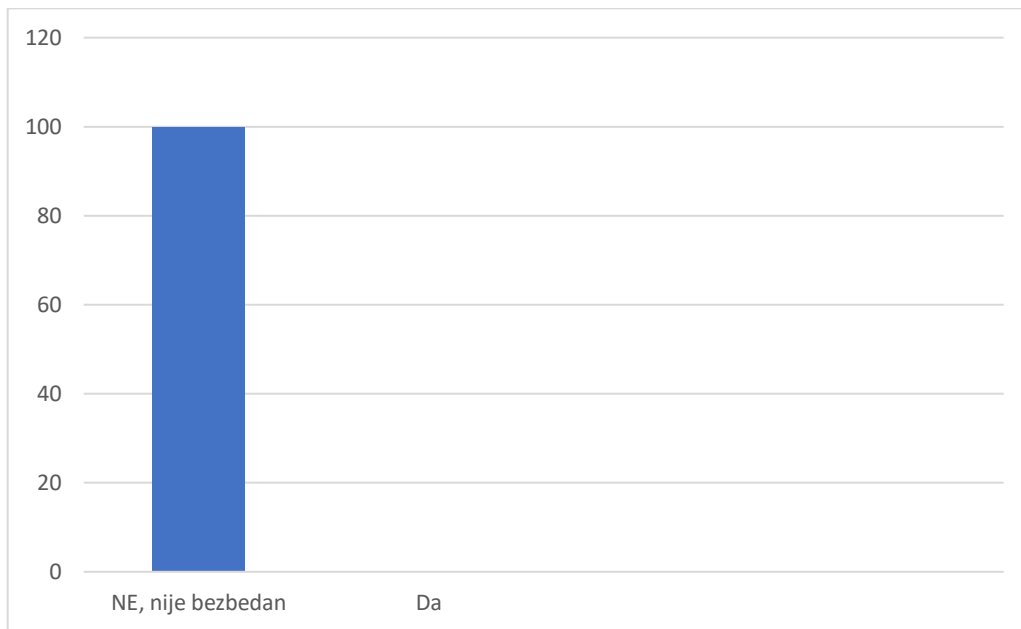


Графикон 1.

Одговори показују да највећи број васпитача има радни стаж од 11 до 20 година (4 васпитача), затим три васпитача имају радни стаж од 21 до 30 година и један васпитач до десет година. Васпитачи су стални, са дугогодишњим радним стажом и позитивном сарадњом.

Питање 3. Сматрате ли да је двориште вртића довољно безбедан за боравак деце?

Наредно питање се односи на мишљење васпитача о безбедности дворишта вртића за боравак деце. Графикон показује да се сви васпитачи слажу да вртић није довољно безбедан за боравак деце (100%васпитача бира одговор НЕ)



Графикон 2.

Главни разлози због којих васпитачи наводе небезбедност дворишта су:

- потребно је променити плочице,
- избацити бетонски стуб у пешчанику,
- простор око љуљашке такође је небезбедан,
- по дворишту налазе се рупе
- ограда у једном делу дворишта је оштрих, незаштићених ивица

У ПУ “Радост” физичка активност је саставни део свакодневног животног режима деце у вртићу. Упркос труду васпитача да се деци омогући одговарајући садржај уз коришћење спортских да би постигли максималан ефекат у превенцији и корекцији телесних деформитета неопходно је стварање стимулативне средине како у затвореном простору тако и на отвореном (двориште). Анализирајући постуларни статус деце, и слабост конкретне мускулатуре закључује се да су вежбе на справама (њихања, љуљања, упори, ставови, издржаји) неприкосовене у правилном формирању тела детета, ако су оне у комбинацији са атлетским активностима (ходања, трчања, скокова, бацања) и спортским играма (кошарка, рукомет, фудбал, одбојка, тенис) успех у правилном формирању тела детета и његових моторичких способности не може да изостане. Дечија игралишта у Чачку су малобројна и слабо опремљена.

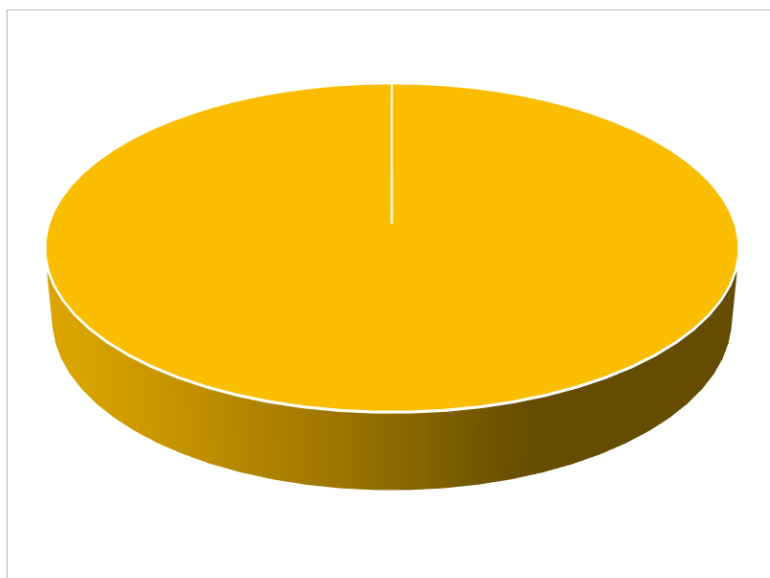
Питање 4. Постоје ли у дворишту вртића препреке ли опасности по децу?

На претходно питање се надовезује и наредно, у којем васпитачи наводе постоје ли препреке и опасности по децу на отвореном простору установе. Још једном су васпитачи сагласни у одговору, јер сматрају да у дворишту постоје препреке попут:

- испуцалих плочица
- великих рупа у које деца могу да упадну.

Питање 5. Да ли у дворишту вртића има довољно простора за игру?

Приметићемо да васпитачи наводе да има довољно простора за игру. До сада долазимо до закључка да је двориште вртића довољно пространо али не и довољно безбедно за боравак у њему.



Графикон 3.

Општи циљ боравка деце у дворишту вртића је:

- Стварање услова за подизање нивоа физичке активности код деце, смањење хипокинезије, превенција и корекција деформитета, као и промовисање здравог начина живота у вртићу и породици.
- Побољшање постуралног статуса, положаја и држања тела, превенција и корекција деформитета локомоторног апарата (кичменог стуба, колена, стопала..)

- Развој моторичких способности-повећање обима покрета и мишићне снаге, повећање мишићне издржљивости и брзине покрета, развијање и побољшање координације покрета као и повећање гipкости, окретности и прецизности.

- Подизање свести о значају физичких активности код деце и родитеља на виши ниво.

Како би се постављени циљеви и реализовали, потребно је да се организују игре у затвореном и отвореном. За децу у вртићу најважнији су вршњаци, на другом месту је игра, а на трећем важност учешћа деце у животу и активностима вртића. Игра је најомиљенија дечја активност у вртићу, и то са једним или више блиских вршњака, како у радној соби тако и у дворишту. У којој је омиљена игра напољу на справама, такође у друштву блиских другара.

Питање 6: Сматрате ли да у дворишту вртића има довољно зелених површина?

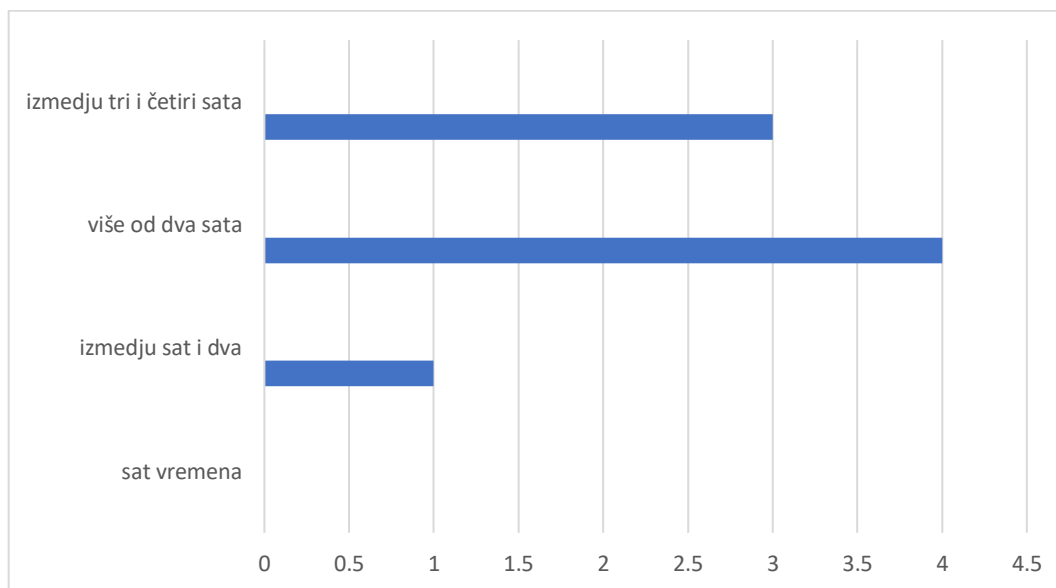
Следеће питање опет показује да васпитаче деле мишљење а то је да у дворишту постоји довољно зеленила.

На травној површини, непосредно уз део објекта у ком бораве јаслене групе, насумице је распоређено листопадно и четинарско дрвеће. Дендрофлора је сађена већим делом ободом дворишта. Присутне су групе четинарског дрвећа ближе објекту, док је листопадно дрвеће линијски сађено уз ограду. Излазећи из објекта са леве стране налази се група коју чини бодљиве смрче (Пицеа пунгенс Енгелм.). У непосредној близини, уз ограду, налази се група коју чини дрвеће хималајског кедрa (Цедрус деодара Г. Дон), а до њих, линијски сађено дрвеће врсте келреутерија (Коелреутериа паницулата Лацм.). Са десне стране налази се група четинарског дрвећа коју чине следеће врсте: једна дугоигличава јела (Абиес цонцолор Линдл.), две бодљиве смрче (Пицеа пунгенс Енгелм.) и три смрче (Пицеа абиес Карст.), а уз ограду налази се дрворед ситнолисних липа (Тилиа цордата Милл.).

Површина дворишта је највећим делом затрављена. Травњак је видно оштећен те је потребно поновно заснивање травне површине.

Питање 7. Колико времена проводите са децом у дворишту вртића?

Наведени су следећи одговори:



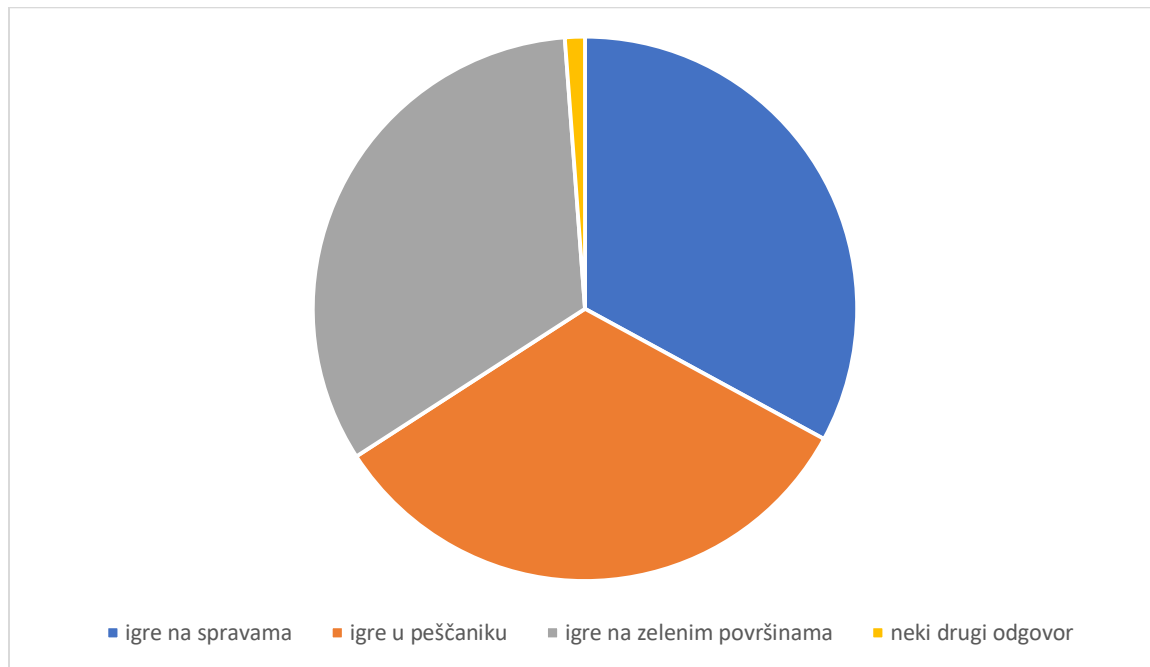
Графикон 4.

Слободни стил игре на отвореном омогућава деци да смислено комуницирају са околином. Ван зидова, деца добијају додатни простор да слободније размишљају, осмишљавају сопствене активности и приступају свету на инвентиван начин, близак дечјој природи

Природа ствара јединствени осећај чуђења који ниједно друго окружење не пружа. Појаве које се свакодневно срећу у природи чине да деца постављају питања о земљи и животу који она подржава.

Питање 8. Које активности деца најчешће бирају у вртићу?

Графикон 5, показује одговоре на питање "Које активности деца најчешће бирају у вртићу?"



Графикон 5.

Питање 9. Које справе недостају по Вашем мишљењу у вртићу?

Наведени су следећи одговори:

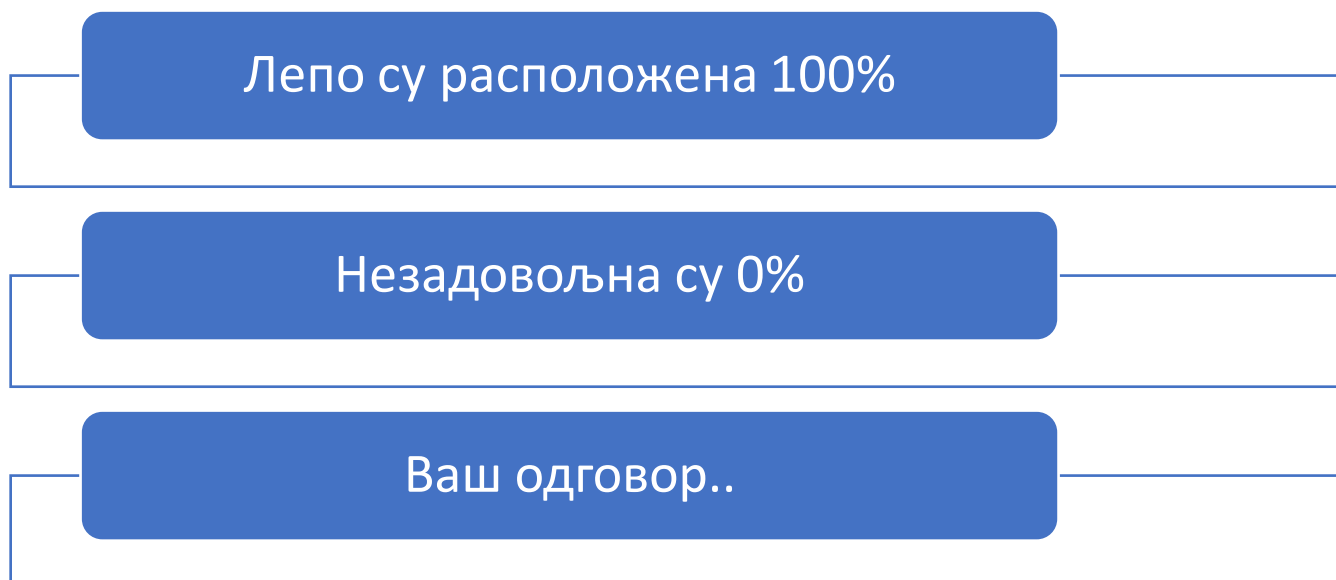


Графикон 6.

Опремљеност дворишта вртића опремом која подстиче развој деце како физички тако и ментално омогућава подизање физичког васпитања деце на виши ниво, како у вртићу тако и у породици (планско и систематско праћење дечијег развоја ,едукација родитеља о значају физичке активности);, као и превенцију као подстрек и корекцију насталих деформитета;

Питање 10. како се деца осећају док проводе време у дворишту вртића?

Једна од омиљених дечијих активности за време боравка у установи је време проведено у дворитшу, зато и не чуди да се васпитачи опредељују за Лепо су расположена као одговор на на питање "Како се деца осећају док бораве у дворишту вртићу?"



Графикон 7.

Питање 11: Да ли су сви делови дворишта погодни за игру

Последње питање захтева од васпитача да наведу да ли су сви делови дворишта погодни за игру, сви васпитачи (100%) наводе НЕ као одговор, а један од главних разлог јесте неадекватан изглед плочника.

Дискусија

Опремљеност дворишта вртића потребним справама осигураће да свака наредна генерација активно учествује у игри која поспешује правилан раст и развој. Едукација ширег опсега грађана путем трибина утицаће на подизање свести одраслих о значају здравог начина живота.

Установа ће наставити у складу са својим општим циљевима да промовише и спроводи активности које ће утицати на правилан раст и развој деце.

Истраживање показује да у предшколској установи Бошко Буха, отворени простор не задовољава све услове који обезбеђују безбедну игру И сигурност деце, услед чега је потребно реаговање у опремању дворишта новим спавама И реквизитима И санирање постојећих оштећења.

ЗАКЉУЧАК

Деца су радознала бића која стално теже стицању знања и проширивању искуства. Задатак одраслих је да им омогућимо да кроз разне игре и активности, ненаметљиво и спонтано, задовољимо ту дечију потребу, и тиме дете упознамо са окружењем, природом, друштвом. Многи су задаци који се морају остварити у раду са децом, а област која се прожима кроз све остале области рада свакако је област физичког васпитања. Стога се рад на физичком развоју детета мора реализовати свакодневно, кроз планиране и спонтане ситуације. Већ од најранијих узраста дете се уводи у свет физичког васпитања, дете воли музику и повезује је са покретима, затим се креће на различите начине – хода, трчи, скаче. Сазнаје за оловку и вежба фину моторику... набројане су тек неке од области које су саставни део физичког васпитања а све се реализују у отвореном и затвореном простору, тако да деца користе различите справе и средства за игру.

У свом раду сам описала изглед градског вртића, места где се физичка активност спроводи (салу и вртић), навела која су то средства заступљена, који су недостаци како у сали али првенствено у дворишту вртића као места у којем деца проводе већи део свог времена.

Сprovedено истраживање омогућиће бољи увид у тренутну ситуацију и самим тим олакшаће даљи рад на санацији и унапређењу простора, чиме ће се боравак наредних генерација деце додоатно унапредити.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анастасијевић, Н. (2002): Подизање и неговање зелених површина: ЗУНС: Београд.
2. Аркин, Е., Зорина А.(1948):Намештај за дечје вртове. Просвета:Београд.
3. Вујковић, Љ. (2003): Пејзажна архитектура – планирање и пројектовање, Универзитет у Београду, Шумарски факултет:Београд.
4. Бала, Г. и Поповић, Б. (2007). Моторичке способности предшколске деце. У Г. Бала (Ур.), Антрополошке карактеристике и способности предшколске деце (стр. 101-151). Факултет спорта и физичког васпитања: Нови Сад
5. Бала, Г., Стојановић, М. В. и Стојановић, М. (2007). Мерење и дефинисање моторичких способности деце. Факултет спорта и физичког васпитања: Нови Сад
6. Брајша, А., Калитерна, Љ. (2006). Квалитет живљења, животно задовољство и срећа особа које професионално помажу другима. Друштвена истраживања, 4-5(84-85), 713-728.
7. Завод за школство. (2007). Програм за подрујја активности у предшколском васпитању и образовању. Завод за школство: Подгорица
8. Јуричић, Д. и сурадници (2005). Велика енциклопедија малих активности. Школска књига: Загреб
9. Курелић, Н., Момировић, К., Стојановић, М., Штурм, Ј., Радојевић, Ђ., Вискић-Шталец, Н. (1975). Структура и развој морфолошких и моториџких димензија омладине. Институт за науџна истраживања Факултета за физиџко васпитање. Београд.
10. Мишигој-Дураковић, М. (2008). Кинантропологија - биолошки аспекти тјелесног вјежбања.: Кинезиолошки факултет: Загреб
11. Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). Growth, maturation, and physical activity. Champaign, IL.: Human Kinetics.Марјановић, Д. (2020). Развој детета. ЗУНС: Београд
12. Нељак, Б. (2009). Кинезиолошка методика у предшколском одгоју. Загреб: Кинезиолошки факултет Свеучилишта у Загребу
13. Osnove programa predškolskog vaspitanja i obrazovanja dece uzrasta od tri do sedam godina (1996). Beograd: Prosvetni pregled.

14. Поповић, Б. (2008). Тренд развоја антропометријских карактеристика деце узраста 4-11 година. Гласник антрополошког друштва Србије, 43, 455–465
15. Станишић, И. (2012). Методика физичког васпитања. Деспот: Крушевац
16. Џиновић-Којић, Д. (2011). Методика физичког васпитања предшколске деце. Београд: Учитељски факултет Београд
17. Финдак, В. (1995). Методика тјелесне и здравствене културе у предшколском одгоју. Загреб: Школска књига.
18. Чутурић, Н. (2001). Психомоторички развој ђетета у прве двије године живота. Загреб: Наклада Слап.
19. Шалај, С. (2012). Основе раног моторичког развоја. Кондицијски тренинг, 10 (2), 54 - 59.

ПРИЛОГ

ПИТАЊА ЗА ИНТЕРВЈУ

1. Стручна спрема:

2. Радни стаж:

а) до 10 година

б) од 11 до 20 година

ц) од 21 до 30 година

д) од 31 до 40 година

3. Сматрате ли да је двориште вртића довољно безбедан за боравак деце?

Ако је Ваш одговор НЕ, образложите га:

4. Постоје ли у дворишту вртића неке препреке и опасности за дете?

Ако је Ваш одговор Да, наведите које:

5. Да ли у дворишту вртића има довољно простора за игру?

6. Сматрате ли да има довољно зелених површина?

7. Колико времена проводите са децом у дворишту вртића?

Ваш одговор?

8. Које активности деца најчешће бирају у вртићу?

9. Које справе недостају по Вашем мишљењу у вртићу?

Ваш одговор:

10. Како се деца осећају док бораве у вртићу?

11. Да ли су сви делови дворишта погодни за игру?

ХВАЛА НА САРАДЊИ!