

Deveto predavanje iz Metodike fizičkog vaspitanja 1 i  
Metodike fizičkog vaspitanja dece jaslenog uzrasta sa  
zadacima iz praktikuma i Dnevnika prakse 5

Sredstva fizičkog vaspitanja dece  
predškolskog uzrasta – prirodni, higijenski i  
materijalni faktor, pomoćna sredstva

Sredstva fizičkog vaspitanja možemo podeliti na:

**Osnovna:**

- Fizička aktivnost (kretanje)
- Prirodni faktori
- Higijenski faktori
- Materijalni faktor

Pomoćna sredstva:

- sprave
- rekviziti

## Uticaj prirodnog faktora kao osnovnog sredstva FV (sunce, vazduh i voda)

Da bi se dete skladno telesno/fizički razvijalo, neophodno je da se dovoljno kreće. Zato se odrasli moraju potruditi da deci omoguće svakodnevno kretanje na svežem vazduhu, u prirodi. To je posebno važno za decu koja žive u gradskim uslovima.

Predškolska deca uživaju da budu napolju (Vud, 2008), a značaj okoline za razvoj deteta zanimljivo je istakao jedan američki pisac (skraćeni oblik): dete se uvek vraća tamo odakle su koreni čovečanstva (prema, Rajtmajer, 2008).

# Uticaj prirodnih faktora na decu

Prirodna okolina privlači dete kao magnet, u njoj nalazi dovoljno kiseonika, negativnih jona, neprestano menjanje temperature i vlažnosti vazduha.

Detet treba što više da boravi u prirodi (čak i u neugodnim vremenskim prilikama), uprkos preprekama koje često nalazimo u strogo strukturisanim institucionalnim aktivnostima vrtića, porodičnim rasporedom dodatnih aktivnosti, prevozom, elektronskim medijima, predrasudama i sl.

U svetu su sve više popularni šumski vrtići u kojima deca borave u prirodi upražnjavajući različite aktivnosti, nezavisno od vremenskih uslova i godišnjeg doba.

U nastavku prezentacije možete se upoznati sa konceptom šumskih vrtića i uraditi zadatke u okviru Dnevnika prakse 5 vezane za temu šumskih vrtića.

# Učenje u prirodnom okruženju – motorički programi u prirodi

Engleski pesnik Wordsworth je rekao: „Dopustite da vam priroda bude učiteljica.“

Daleke 1950. godine Ella Flatau je osnovala školu (vrtić) u prirodi u kojoj je šetnja šumom bila sastavni deo svakog dana, te ga je nazvala „Hodajući vrtić“.

Danska riječ „udflytterbørnehave“ u doslovnom prevodu znači „pomeranje“ iz gradskih vrtića u prirodu.

Britanski časopis Journal of Physical Education, Recreation & Dance (JOPERD) donosi teorijske postavke o učenju u prirodi.

Iako se može definisati različito, najsveobuhvatnija definicija učenja u prirodi (na otvorenom, *Outdoor Education* ) je da je to svako učenje „u“, „o“ i „za“ otvoreni prostor (JOPERD, 1989.). Definicija obuhvata mesto gde se učenje odvija, koje su teme učenja i sam cilj učenja.

“U“ - učenje se odvija u bilo kom prostoru na otvorenom gde deluju prirodni faktori (vazduh, sunce i/ili voda) – dvorište vrtića, park, livada, šuma...

**Razmislite šta još može biti prostor na otvorenom u kojem deluju prirodni faktori (sličan zadatak studenti treba da urade u okviru Dnevnika prakse 5 na str. 7)**

„O“ - priroda može biti podloga za različita motorička učenja, ali i za učenje matematike, fizike, geografije, biologije, socijalnih veština...

„Za“ - cilj učenja na otvorenom je implementacija psihomotornih i kognitivnih kompetencija kako bi razumeli, koristili i cenili prirodne resurse. Iskustvenim učenjem i istraživanjem prostora u prirodi deca dobijaju veću količinu znanja o prirodi, te je boravak u takvom prostoru kvalitetniji (i naravno, zdraviji).

Na prethodnim predavanjima (prezentacijama) upoznali smo se sa različitim oblicima fizičke aktivnosti (FA).

Preporuka je da se svi oblici FA što više upražnjavaju u prirodi, tada je njihov uticaj na dečji organizam višestruk!

- Krv zasićena kiseonikom iz svežeg vazduha brže dolazi do mozga i podstiče njegov rad (Shaw, 2005.).
- Vitamin D koji se u ljudskom organizmu sintetizuje boravkom na suncu, pogoduje kostima, sprečava pojavu kardiovaskularnih bolesti i dijabetesa (Misra, Pacaud, Petryk, Collett-Solberg, i Kappy, 2008.).
- Stres se, nažalost, javlja i kod djece predškolskog uzrasta i negativno utiče na detetov emocionalni razvoj.
- Louv (2005.) ističe kako boravak i interakcija sa prirodom smanjuju nivo stresa (čak i posle nekoliko minuta gledanja u prirodu).



- ✓ U knjizi „**Last Child in the Woods**“ Richard Louv (2005.) opisuje pojavu poremećaja koji naziva "Nature deficit disorder" odnosno „poremećaj nedostatka prirode“
- ✓ Louv smatra da sterilno dizajnirana igrališta, ograđena dvorišta i elektronske igrice ne ostavljaju prostor za kreativnost, samostalnost, istraživanje i maštu, već podstiču sedentarni (sedeći) način života čiji je rezultat sve veći broj gojazne dece.
- ✓ Nasuprot tome, Louv pridaje veliki značaj šetnji šumom, planinarenju, ribolovu, posmatranju i prepoznavanju ptica, uzgoju biljaka, plivanju, pričanju priča oko logorskih vatri...
- ✓ Predlaže barem jedan "**zeleni sat**" u danu za svu decu i odrasle

Razmislite da li upražnjavate barem jedan "**zeleni sat**" u danu?

Da li upražnjavate barem jedan "**zeleni sat**" u nedelji?

# Aktivnosti u prirodi – iskustva studenata

Aleksa Urošev, svršeni student Visoke škole strukovnih studija za vaspitače „Mihailo Palov“, proveo je jedan semestar u toku svog školovanja u Norveškoj u Trondhajmu u okviru u Erasmus+ programa – *Ključna akcija 1* (Key Action 1). Dokumentujući svoja iskustva o radu sa najmlađima u Norveškoj, između ostalog, pripremio je pod mentorstvom dr Nataše Sturza Milić [prezentaciju koju možete pogledati u nastavku \(PDF\)](#).

[\(Microsoft PowerPoint - Aleksa Urošev prezentacija.pptx \[Read-Only\]\) \(vaspitacice.rs\)](#)

# Šumski vrtići

Kada govorimo o motoričkim programima u prirodi, ne možemo „zaobići“ priču o šumskim vrtićima.

- Pogledajte film o šumskim vrtićima u Danskoj, kao i komentare na film:

Priča o šumskom vrtiću i Danskom odgoju djece | Provjereno – YouTube

# Primer još jednog šumskog vrtića

- [Šumski vrtić - magnolijavrtic.rs](http://sumskivrtic-magnolijavrtic.rs)

„Deca koja idu u šumski vrtić, imaju više kondicije, spretnija su, skoncentrisanija i spremnija na saradnju u odnosu na svoje vršnjake iz klasičnih vrtića. Školarci iz ovih ustanova pokazuju dublje razumevanje sveta koji ih okružuje i više samopouzdanja od svojih drugara. Sara Najt iz Asocijacije šumskih vrtića u Velikoj Britaniji izjavila je:

”Bogatstvo koje je dostupno u prirodi je mnogo veće od onoga što nam je već dostupno u zatvorenom prostoru. Deca mogu praviti veliku buku i razne pokrete koji su im potrebni u cilju fizičkog razvoja....ali i da bi razvili svoje društvene veštine, kao i komunikaciju među sobom.”

Zanimljive fotografije:

[Šumski vrtić - Fotoprilozi | Agroklub.com](http://sumskivrtic-fotoprilozi-agroklub.com)

U kontekstu teme koju smo otvorili (prirodni faktor kao osnovno sredstvo fizičkog vaspitanja; koncept šumskih vrtića), u Dnevniku prakse 5 studenti treba da urade zadatak na strani 7:

- Pronađite na internetu tekst ili video-zapis posvećen šumskim vrtićima, pročitajte/pogledajte ga i priložite link:
- Intervjuišite jednog roditelja/staratelja i upoznajte ga ukratko sa konceptom šumskih vrtića. Pokušajte da saznate da li bi upisao/la dete u vrtić ovakvog koncepta.

# HIGIJENSKI FAKTOR KAO OSNOVNO SREDSTVO FV

- MERE LIČNE HIGIJENE
- HIGIJENA OBUĆE, ODEĆE
- HIGIJENA PROSTORA, SPRAVA, REKVIZITA
- HIGIJENA RADA, ODMORA, ISHRANE

# Materijalni faktor kao osnovno sredstvo fizičkog vaspitanja

**Zatvoren prostor** u kojem se ostvaruje fizička aktivnost – fiskulturna sala, holovi, radne sobe

Svaki zatvoren prostor treba da zadovoljava sledeće kriterijume: dobro osvetljenje, odgovarajuća kvadratura, neklizajuća i čista podloga, opremljenost pomoćnim sredstvima

Još jednom pogledajte već preporučeni film i razmislite kako materijalni faktor utiče na kvalitet v.o. rada iz oblasti fizičkog vaspitanja.

Najbolji vrtić na svetu

<https://www.youtube.com/watch?v=QvSZ1MtaXME>

**Otvoren prostor** u kojem se upražnjava fizička aktivnost – dvorište, livada, šuma, park, trg, stadion...

Dvorište bi trebalo da ima: brežuljak, jamu sa peskom, penjalice, drveće...

**Razmislite zašto dvorište treba da ima brežuljak i jamu sa peskom?**

# Pomoćna sredstva fizičkog vaspitanja

Njihov značaj je da:

- Motivišu decu;
- Omogućuju izvođenje pojedinih kretanja;
- Povećavaju uticaj vežbe;
- Razvijaju koordinaciju, preciznost, manipulaciju predmetima;
- Olakšavaju prožimanje sa drugim oblastima;
- Razvijaju radne navike;
- Razvijaju kreativnost i dr.



# Osobine sprava i rekvizita

Da bi deca predškolskog uzrasta sigurno koristila sprave i rekvizite, oni moraju biti:

- Sigurni za korišćenje (stabilni, ispravni, čisti...)
  - Dimenzija prilagođenih deci predškolskog uzrasta
  - Pogodni za odlaganje
  - Napravljeni od odgovarajućih materijala (nikako od stakla, toksičnih materijala – npr. toksična plastika i sl.)
- 
- Razmislite koji rekviziti ili sprave postoje u različitim dimenzijama?
  - Da li možemo ugroziti sigurnost dece, naročito, jasnog uzrasta ukoliko koristimo sprave ili rekvizite neodgovarajućih dimenzija?
  - Pokušajte da prepoznate sprave ili rekvizite i njihovu namenu u raznovrsnim aktivnostima. Namenu improvizovanih rekvizita i sprava u diversifikovanim aktivnostima sa decom pogledati u knjizi *Dete u pokretu* u poglavlju **KREATIVNOST** na stranama 115 – 150.

# Podela sprava i rekvizita

- Standardizovani



Razmislite koje su prednosti i mane standardizovanih sprava i rekvizita?

- Improvizovani



Razmislite koje su prednosti i mane improvizovanih sprava i rekvizita?

# Ispitni zadatak – izrada rekvizita ili sprave

- Ukoliko žele, studenti mogu izraditi samostalno ili u paru, grupi rekvizit ili spravu koji/koja će se koristiti u radu sa decom PU (u okviru vežbi iz Metodike FV2)
- Na završnom ispitu treba imenovati i ukratko opisati namenu napravljene sprave ili rekvizita
- Zadatak nosi 5 poena i nije obavezan deo ispita
- Sprava ili rekvizit ostaje u Školi i koristiće ih i buduće generacije studenata u radu sa decom
- Studenti koji slušaju MFVDJU izradiće rekvizit prilagođen deci jaslenog uzrasta

U dolenađenom naučnom radu koji treba pročitati studenti mogu videti kako upotreba rekvizita na različite načine može da se koristi kao motorički test za procenu motoričke kreativnosti kod dece.

- ✓ Sturza-Milić, N. (2012): Značaj akumulacije motoričkog znanja za ispoljavanje motoričke kreativnosti dece. Istraživanja u pedagogiji, godina II, broj 2, 53-64.

<http://www.uskolavrsac.edu.rs/wpcontent/uploads/2011/06/Srpski3k.pdf>

PREPORUČENA LITERATURA za temu *Sredstva fizičkog vaspitanja dece PU* :

- ✓ Erne Sabo (2013): Metodika fizičkog vaspitanja predškolske dece, Novi Sad: samostalno izdanje autora, str. 41-63.
- ✓ Sturza Milić Nataša (2019): *Dete u pokretu*, poglavlje Kretativnost, str. 115 – 150, Vršac: Visoka škola strukovnih studija za vaspitače „Mihailo Palov“

## Ispitna pitanja za završni ispit iz MFV1 (samo za studente koji su položili kolokvijum/uradili predispitne zadatke)

- Sredstva fizičkog vaspitanja (osnovna i pomoćna)
- Fizička aktivnost dece predškolskog uzrasta (definicija, značaj, karakteristike, oblici)
- Fizička vežba (definicija, karakteristike i vrste)
- Higijenski i prirodni faktori
- Materijalni faktor i pomoćna sredstva – sprave i rekviziti
- Primeri motoričkih aktivnosti uz korišćenje sprava i rekvizita

### Literatura za pripremu završnog ispita:

- ✓ Nataša Sturza Milić (2019): *Dete u pokretu*, Vršac: Visoka škola strukovnih studija za vaspitače Vršac.
- ✓ Erne Sabo (2013): *Metodika fizičkog vaspitanja predškolske dece*, Novi Sad: samostalno izdanje autora. (ili bilo koja druga metodika FV dece PU)
- ✓ Sturza-Milić, N. (2012): Značaj akumulacije motoričkog znanja za ispoljavanje motoričke kreativnosti dece. *Istraživanja u pedagogiji*, godina II, broj 2, 53-64.  
<http://www.uskolavrsac.edu.rs/wp-content/uploads/2011/06/Srpski3k.pdf>