

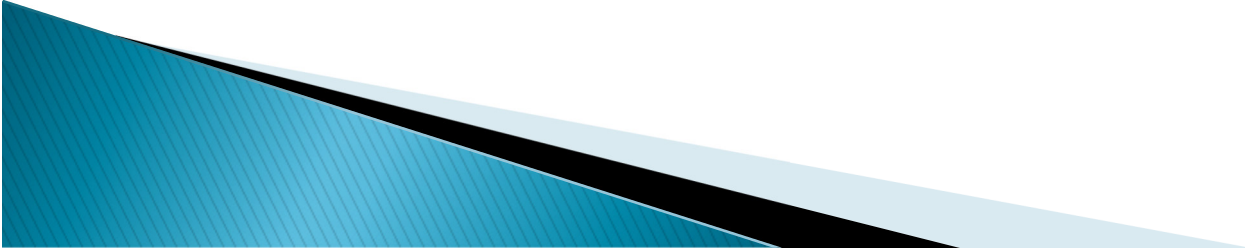
Procena i razvijanje svesti kod dece o značaju pravilnog stopala kroz projektne aktivnosti u vrtiću

Alisa Dragojević

Visoka škola strukovnih studija za vaspitače
„Mihailo Palov“ Vršac



UVOD

- **Fizička aktivnost** ima pozitivnu vrednost za fizičko i mentalno zdravlje i pravilan razvoj dece.
 - U ranom detinjstvu povezana je sa boljim fizičkim zdravljem, a samim tim sprečava pojavu deformiteta.
 - **Uloga** stopala ogleda se u:
 - *funkciji pasivno-statičkog opterećenja* pri stajanju, nošenju tereta tela
 - *aktivno-elastična-dinamička funkcija* pri kretanju, odnosno, pomeranju tela u prostoru.
- 

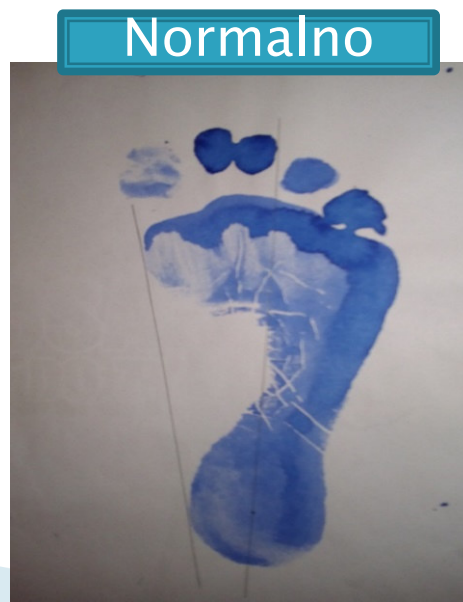
- Deca se rađaju sa **masnim jastučetom**, koje se nalazi na uzdužnom svodu stopala. Pod uticajem nadražaja stopala (najčešće od 3. godine) dolazi do povlačenja masnog jastučeta i tek onda možemo da govorimo o pravilnom obliku ili deformitetu stopala.
- **Do pojave deformiteta stopala** pored naslednog faktora, može doći i ukoliko dete nosi neadekvatnu obuću, naglo izraste, ili se naglo ugoji.
- **Ravna stopala (pes planus)** je deformitet spuštanja svodova stopala, koji se javlja kod dece predškolskog uzrasta.
- **Ravna stopala**, uglavnom, ne daju simptome, ali vremenom mogu da se bolovi u stopalima, skočnom zglobu, peti, pa čak i kolenu i leđima.

Cilj ovog rada je da se metodom PLANTAGRAM izvrši procena nivoa spuštenosti stopala na uzorku od 25 dece predškolskog uzrasta i otisci stopala iskoriste za dalje projektne aktivnosti i kreativnu igru dece.

Procena ravnih stopala

Plantagram je metoda koja predstavlja uzimanje otiska stopala bojom na papiru, pomoću koga se preslika oblik stopala pri punom osloncu, uz dobijanje dvodimenzionalnog otiska. Na osnovu otiska, Tomsonovom matematičkom metodom određuje se stepen spuštenosti stopala.

- 1-30 % prvi stepen;
- 31-60% drugi stepen;
- 61% treći stepen.



➤ REZULTATI

Pol	Normalan svod	I stepen	II stepen	III stepen	Ukupno
Devojčice	7	3	2	2	14
Dečaci	5	3	1	2	11

Rezultati pokazuju da je nakon procene statusa stopala utvrđeno da 48% ispitane dece ima normalno stopalo (7 devojčica i 5 dečaka), dok 52% (7 devojčica i 6 dečaka) ispitane dece ima neki stepen spuštenog stopala, i to:

I stepen – 24% (3 devojčice i 3 dečaka)


II stepen – 12% (1 devojčica i 2 dečaka)

III stepen 16% (2 devojčice i 2 dečaka)

Kreativne projektne aktivnosti sa otiscima stopala

Pored procene statusa stopala i preduzimanjem adekvatnih mera (korektivnih vežbi) za decu koja imaju neki oblik spuštenog stopala, uzimanjem otiska stopala u predškolskim ustanovama, deca se upoznaju sa šemom svog tela, izgledom pravilnog i nepravilnog stopala, uticaju kretanja za zdravlje stopala.

Od dobijenih otisaka stopala moguće je osmisliti kreativne aktivnosti i igre kao što su: igrolike vežbe za stopala, maštovite maske - uši irvasa, haljina od stopala, ukrasi od stopala, plakati od dečijih stopala, tragovi od stopala i sl. U nastavku rada prikazani su primeri realizovanih projektnih aktivnosti sa decom.



Kreativne aktivnosti u predškolskim ustanovama



Školica



Ukrasi



Haljina



Kruna



Leptir



Cvet



Leptir