

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

## **DIPLOMSKO DELO**

# **MOŽNOSTI POVEZOVANJA ŠPORTNIH IN GLASBENIH VSEBIN V VRTCU**

NASTJA ZIRNSTEIN

Ljubljana 2008



UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT  
Specialna športna vzgoja  
Elementarna športna vzgoja

# **MOŽNOSTI POVEZOVANJA ŠPORTNIH IN GLASBENIH VSEBIN V VRTCU**

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA:

izr. prof. dr. Mateja Videmšek

RECENZENT:

izr. prof. dr. Damir Karpljuk

KONZULTANTKA:

asist. dr. Petra Zaletel

Avtorica dela:

NASTJA ZIRNSTEIN

Ljubljana 2008

## **ZAHVALA**

*Ljudje, brez katerih tega diplomskega dela ne bi bilo. Ljudje, katerim so namenjene te vrstice. Ljudje, brez katerih tudi mene, kot takšne, ne bi bilo.*

*Bili so ob meni, ko je sijalo sonce in me spremljali v nevihtah življenja. Z vsakim na svoj način potujem skozi življenje, zdaj bolj, zdaj manj. Takšni kot so, me navdušujejo in spodbujajo, me mirijo, jezijo in nasmejijo, mi vlivajo pogum, da uresničim svoje sanje, pa tudi tolažijo ob neuspehih projektih in trenutkih šibkosti.*

*Tudi ob študiju in nastajanju tega diplomskega dela so mi dajali oporo in pomoč, vsak na svoj unikaten način. Veliko kamenčkov se je našlo na poti študija, toda ti ljudje so jih pomagali odstranjevati enega za drugim, počasi in vztrajno. Zaupali so vame in me razumeli takšno kot sem. Prenesli so marsikatero trmo, raznorazne muhe in težave, a kljub temu niso obupali nad mano. Ne, imeli so me preprosto radi in jaz njih.*

*Diplomsko delo je pomemben mejnik v mojem življenju. Delček, ki bo pomagal sestavljati celoto in vesela sem, da so v tem delčku tudi ti posebni ljudje, ki so ob meni tudi, ko se zdi, da jih ni.*

*Zato, iskrena in srčna hvala mentorici Mateji Videmšek, ki mi je z navdušenjem in strokovnim znanjem pomagala, svetovala in me usmerjala pri izdelavi diplomskega dela.*

*Srčna hvala atetu Franetu in bratu Matiju, Magdi, teti Darji pa tudi noni Dragi in ostalim domačim, da so me spremljali, me bodrili in verovali vame.*

*Žarek zahvale gre tudi Nataliji Regina, Ani, Marini in Sonji, Petri in Gregu in ostalim sodelavcem Športnega društva Gib, ki so z veseljem delili z mano svoje znanje iz predšolske športne vzgoje ter mi s prijetnimi besedami in nasmehi polepšali skoraj vsak dan mojega dolgoletnega študija.*

*Zahvala sije tudi na bivše sostanovalce v študentskem domu, brez katerih tega dela ne bi bilo. Hvala draga Jasmina, nasmejana Mojca, glasbeni Marko in še mnogi drugi.*

*En velik žarek zahvale pa navsezadnje tudi mojim dobrim prijateljicam in prijateljem: Emanueli, Andreji, Katarini, Sabini, Tini, Mirjani, Alenki in Romanu, Mojci in Petru ter Poloni za prisrčne ilustracije. In tu je še nešteto drugih posebnih ljudi, ki niso napisani, a so v mojem življenju kot biseri, s katerimi je vsak moj dan bleščeč in sijoč. Ste v mojem srcu, v mojem življenju, v soncu vsakega novega dne.*

*In na koncu svoje diplomsko delo posvečam ...*

*... njej, ki je bila, je in bo. Večna, neminljiva, moj navdih in inspiracija, poosebljena ljubezen vsega, srčna in topla oseba, moja prijateljica, vzgojiteljica, svetovalka in učiteljica ...*

*... moji mami Bernardi.*

**Ključne besede:** *predšolsko obdobje, gibanje, glasba, medpodročno povezovanje, primeri dejavnosti*

## **MOŽNOSTI POVEZOVANJA ŠPORTNIH IN GLASBENIH VSEBIN V VRTCU**

**Avtorica:** Nastja Zirnstein

**Ilustrirala:** Polona Simonič

**Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2008**

**Število strani: 120 Število virov: 48 Število preglednic: 2**

### **IZVLEČEK**

V današnjem času sta pri vzgojno-izobraževalnem področju vedno bolj v ospredju celostno obravnavanje otroka in povezovanje različnih predmetnih področij. Ko otrok v predšolskem obdobju osvaja osnove, je mnogokrat potrebno veliko več kot le razlaga, da otrok razume določene stvari. Zato je toliko bolj pomembno poznavanje različnih predmetnih področij in njihovih vsebin, da lahko neko vsebino predstavimo na različne načine. Skozi različne povezave otrok lažje, bolje in hitreje osvoji določeno znanje ali razumevanje. Tudi otroci so si med seboj različni. Kar nekdo osvoji skozi gib, lahko nekemu drugemu pri tem pripomore glasba, likovno ustvarjanje, matematika ali kakšno drugo področje.

V diplomskem delu smo se osredotočili na možnosti povezovanja vsebin s področja gibanja in področja glasbe. Idejo o glasbi, kot sredstvu ponotranjenja gibalnega znanja, smo skušali oblikovati v okvir, s katerim bi lahko vzgojitelji in športni pedagogi povezali ti dve področji med seboj. S pričujočim diplomskim delom želimo osvetliti nekatere možnosti uporabe glasbenih vsebin v področju gibanja, s katerimi bomo usmerjeni v doseganje ciljev na gibalnem področju v predšolskem obdobju.

Diplomsko delo bo v pomoč športnim pedagogom, staršem in vzgojiteljem, pri njihovih usmeritvah za bodoče delo.

## **ABSTRACT**

In these times education tends to work with the children holistically and tries to connect different areas of education. But while learning the basics in his preschool period, many times more than just an explanation is needed for the child to understand certain subjects. So the knowledge of different subjects and their contents is important for explaining a certain matter in different ways. A child can learn or understand something easier, better, and faster, if it is presented in a variety of ways. The children also differ from each other and if some can learn something through movement, others could be helped at it through movement, art, mathematics or some other area of education.

In the diploma we concentrated on the opportunities of connecting the contexts from the areas of movement and of music. We tried to form the idea of music as a means of learning substances of movement into a framework with which educators could connect the two areas. The diploma wishes to illuminate certain options of use of music in the field of teaching movement which lead us into achieving goals in the physical education in the preschool period.

The diploma will help the sports teachers, parents and educators with directions for their future work.

## KAZALO

<b>1 UVOD</b> .....	<b>8</b>
<b>2 PREDMET, PROBLEM IN NAMEN DELA</b> .....	<b>11</b>
<b>2.2 PODROČJE GIBANJA V PREDŠOLSKEM OBDOBJU</b> .....	<b>16</b>
2.2.1 Gibanje kot pomemben element v otrokovem razvoju .....	16
2.2.2 Področje gibanja v luči Kurikula za vrtce .....	17
2.2.3 Splošni in operativni cilji področja gibanja .....	18
2.2.4 Primeri gibalnih dejavnosti v predšolskem obdobju.....	20
<b>2.3 PODROČJE GLASBE V PREDŠOLSKEM OBDOBJU</b> .....	<b>32</b>
2.3.1 Glasba kot pomemben element v otrokovem razvoju .....	32
2.3.2 Področje glasbe (v sklopu umetnosti) v luči Kurikula za vrtce .....	34
2.3.3 Splošni in operativni cilji področja glasbe znotraj področja umetnosti .....	35
2.3.4 Primeri glasbenih dejavnosti.....	37
<b>2.4 ORGANIZACIJSKE OBLIKE DELA PRI ŠPORTNI VZGOJI</b> .....	<b>40</b>
2.4.1 Gibalna minuta .....	40
2.4.2 Jutranja telovadba .....	41
2.4.3 Vadbena ura .....	42
2.4.4 Športno dopoldne/popoldne .....	45
2.4.5 Sprehod ali izlet.....	46
2.4.6 Rojstno-dnevna animacija .....	47
2.4.7 Orientacija v naravi.....	47
2.4.8 Zimovanje in letovanje.....	48
2.4.9 Javni nastop .....	49
<b>3 CILJI</b> .....	<b>50</b>
<b>4 METODE DELA</b> .....	<b>51</b>
<b>5 MEDPODROČNO POVEZOVANJE ŠPORTNIH IN GLASBENIH VSEBIN</b> .....	<b>52</b>
5.1 Skupna izhodišča.....	52
5.2 Igra - najučinkovitejše sredstvo za uresničitev medpodročnih povezav v predšolskem obdobju.....	56
5.3 Vključevanje glasbenih vsebin v področje gibanja.....	57
5.4 Gib in glasba (gibanje v glasbi in ob glasbi) .....	59
5.5 Razvijanje glasbenih sposobnosti z gibanjem .....	62
5.6 Ples in plesne igre .....	66
5.7 Gibanje obogateno z igranjem na male instrumente in Orffove instrumente.....	70
5.8 Ljudska glasba vpletena v gibanje predšolskih otrok.....	72
5.9 Izhodišča za povezovanje giba in glasbe .....	73
<b>6 PRIMERI UPORABE RAZLIČNIH VSEBIN GLASBE PRI GIBALNI VZGOJI</b> .....	<b>74</b>
<b>7 SKLEP</b> .....	<b>114</b>
<b>8 LITERATURA</b> .....	<b>116</b>

## 1 UVOD

Otrok je že od rojstva bitje s svojimi lastnostmi; je novo vesolje, ki ga poprej ni bilo, zaključen je sam v sebi, presenetljivo avtonomen in vendar tako odprt ter ranljiv, sprejemljiv in izpostavljen vsemu, kar se dogaja okoli njega (Karpljuk, Videmšek in Zajc, 2003).

Otrok tekmuje sam s sabo, ponosen je na svoje razvijajoče se sposobnosti in gibalno znanje. Iz tedna v teden postaja vse bolj spreten, močan, hiter, vedno več gibalnih nalog opravi samostojno, starši pa mu po potrebi pomagajo. Otrok se popolnoma nauči zaznati svoj napredek in ga doživi kot uspeh (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Mnogi avtorji navajajo, da je *otrokova igra* njegova bistvena potreba, saj je sama po sebi lucidna, nepretrgana, naravna gibalna dejavnost. Ta spontana potreba po gibanju v kasnejših fazah otrokovega razvoja izgubi svoj pomen. Namreč tempo, kvaliteta otrokovega spoznavanja in celoten kognitivni proces je v predšolskem obdobju močno odvisen od otrokovih gibalnih izkušenj. Otrok na kognitivni ravni v tem obdobju še ne dosega takšne stopnje abstraktnega mišljenja, da bi brez uporabe gibanja lahko kvalitetno napredoval. Zato je še toliko bolj pomembno gibanje vpletati v različna področja otrokovega razvoja. In ravno slednje bomo v diplomskem delu skušali raziskati ter poiskati možnosti povezovanja področja gibanja s področjem glasbe.

*Gibalna dejavnost* je ena izmed najpomembnejših področij v otrokovem razvoju. Z ustreznimi gibalnimi dejavnostmi si otrok razvija gibalne in funkcionalne sposobnosti, poleg tega pa tudi spoznavne, socialne in čustvene sposobnosti. Z gibanjem otrok tako raziskuje, preizkuša, se uči in pridobiva znanje.

V obdobju temeljne gibalne faze se otrok uči temeljnih, najbolj osnovnih gibanj. To pomeni, da se otrok šele uči, kako zadržati želeni položaj, če se en del premakne, če sprejme ali odda predmet ipd. Uči se pravega zaporedja, ritma, optimalnega doziranja energije pri najbolj enostavnih gibanjih. V tej fazi še nima urejene časovne dimenzije, ki se kaže v pravočasnosti, ritmu, zaporednosti.

Športna aktivnost otrok ima pomembno vlogo pri spoznavanju sveta in pri učenju različnih vlog, ki jih otrok spozna preko igre, zato lahko rečemo, da je šport ustrezno socializacijsko sredstvo (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).



*Glasbeno učenje* se povezuje med drugim tudi z logično-matematično, jezikovno, prostorsko in telesno-gibalno inteligenco. Slednja predstavlja šport in njegove učinke na telo, osebno počutje itd. In ravno zaradi omenjenih razlogov bomo v diplomskem delu poskusili povezati glasbeno inteligenco s telesno-gibalno, saj lahko ena na drugo delujeta pozitivno in se hkrati bogatita.

Eno izmed temeljnih vprašanj, ki nas je vodilo pri pripravi diplomskega dela, je bilo iskanje stičišč med motorično aktivnostjo in glasbo v predšolskem obdobju. Naloga športne vzgoje ni le posredovanje športnih vsebin nekajkrat tedensko ter razvijanje otrokovih funkcionalnih in gibalnih sposobnosti. V teh nalogah se skriva širši in globlji pomen, ki zajema vsebine še drugih področij. Skozi različne naloge se otroci seznanjajo in učijo preostalih vsebin, v prepletenosti z gibom. To jim predstavlja veselje, saj je potreba po gibanju ena izmed osnovnih otrokovih potreb. To razlago bomo upoštevali tako, da bomo nekatere vsebine (osredotočili se bomo na glasbo) predstavili v obliki različnih gibalnih nalog. Že dolgo me zanima, kako bi vsebine različnih predmetov (v našem primeru glasbe) uporabili pri športni vzgoji v predšolskem obdobju.

Mnoge literature govorijo o neločljivi povezavi med omenjenima področjema, toda glede na obstoječo literaturo, je podatkov in informacij o medpodročnem povezovanju med gibanjem in glasbo bolj malo, zato nas je omenjeno povezovanje še toliko bolj pritegnilo. Povsod se naleti predvsem na ples in plesne igre, kar naj bi predstavljalo največjo povezava med gibanjem in glasbo. Seveda je tu najtesnejše stikanje glasbe in giba, toda to naši radovednosti ni zadostilo, zato smo iskali naprej.

V diplomskem delu želimo opozoriti med drugim tudi na pomembnost športne aktivnosti v predšolskem obdobju, kateremu športni pedagogi in vzgojitelji še vedno ne dajejo ustreznega mesta, z najrazličnejšimi izgovori, da nimajo ustreznih pogojev, znanja itd. Potrebno je poudariti pomembnost povezovanja različnih področij v predšolskem obdobju, pri čemer je povezava giba in glasbe prisotna vsakodnevno.

Namen diplomskega dela je pokazati možnosti povezovanja področja gibanja s področjem glasbe. Diplomsko delo smo razdelili na dva dela. V prvem delu je uporabljena obstoječa literatura, iz katere so izluščene pomembnejše informacije in dosedanje teoretične ugotovitve s področja medpredmetnega povezovanja giba in glasbe v predšolskem obdobju.

V drugem delu pa je predstavljenih nekaj praktičnih primerov dejavnosti v obliki iger in gibalnih nalog, kjer se prepleta gibalno in glasbeno področje. Vsak primer dejavnosti je umeščen bodisi v »*uvodni-ogrevalni del*«, ki zajema bolj živahne gibalne naloge, v »*glavni del*«, kjer je glasba lahko podlaga ali znak za začetek izvajanja ali v »*zaključni del*«, kjer služi glasba za umiritev.

## 2 PREDMET, PROBLEM IN NAMEN DELA

V vrtcih in šolah je v zadnjih letih veliko govora o integraciji in medpredmetnem povezovanju. Da bo razumevanje lažje, bo na kratko opisano, kaj je bistvo integracije, v nadaljevanju pa bodo širše opisane medpredmetne povezave.

**Integracija - integriran pouk** je oblika pouka, kjer se med seboj prepletajo vsebine posameznih predmetov in učne teme, kjer je pomembno, da izhajamo iz celote. Na tej stopnji otrok dojema okolico okrog sebe celovito, čustveno doživljajsko. Razmišljanje je še na stopnji konkretnega. Pri tej obliki ni učitelj dominanten in otrok pasiven, temveč je veliko pogovora in izmenjav informacij, kar je usmerjeno s strani učitelja. Posameznik je tako aktivno in ustvarjalno vključen v delo (Štemberger, 1998).

Danes se pojem integracija uporablja širše, za najrazličnejše specifične skupine otrok, ki so integrirane v ostale skupine. Lahko se govori o integraciji otrok s posebnimi potrebami v preostale skupine ali o integraciji mlajših otrok v skupino starejših ipd. Uporaba integracije zadeva umeščanje specifičnih oblik ali posebnih razvojnih oblik otrok v običajne skupine.

### 2.1 MEDPODROČNA POVEZOVANJA

Med načrtovanjem učnega dela se je s kurikularno prenovo pojavilo tudi načrtovanje medpredmetnih povezav. Pomenijo povezovanje vsebin različnih predmetov in medpredmetnih področij, pri čemer morajo biti cilji drugih predmetov jasno prepoznavni (Strel idr, 2002). Je pomembna značilnost sodobnega vzgojno-izobraževalnega procesa, kajti omogoča pridobivanje celovitega in kakovostnega znanja, poleg tega pa popestri posamezne predmete. Glavna pogoja za izvajanje medpredmetnih povezav sta ciljna naravnost in časovna odprtost novih učnih načrtov. Seveda to pomeni, da je učne cilje mogoče dosegati na različne načine in različno hitro, da lahko učitelji enake cilje uresničujejo z različnimi vsebinami in didaktičnimi pristopi (Mori, 2003).

Usmerjena športna dejavnost predšolskih otrok s specifičnimi programi pomeni sredstvo pospešenega, ne samo gibalnega, temveč tudi spoznavnega, čustvenega in socialnega razvoja otroka. Zaradi težnje po celostnem razvoju otroka prihaja vedno bolj v ospredje potreba po medpodročnem povezovanju pri

poučevanju predšolskih otrok. Otroci spoznavajo in doživljajo športne dejavnosti predvsem z igro. In prav gibalna igra je lahko sredstvo, s katerim se otrok seznanja s prvimi značilnostmi in elementi glasbe (Videmšek, Drašler in Pišot, 2003).

Športna vzgoja vsekakor pomembno prispeva k uresničevanju vzgojno-izobraževalnih ciljev in še posebno takrat, ko je integrirana v celoten vzgojno-izobraževalni proces. To pomeni, da skušamo področje gibanja medpodročno povezovati. Tovrstno povezovanje ne eni strani omogoča uresničevanje splošnih ciljev področja gibanja, na drugi strani pa uresničevanje ciljev iz drugih področij.

Med vsemi medpredmetnimi povezavami je seveda najtesnejša in najpogostejša povezava med športnim in glasbenim področjem (Planinšec, 2000). Obe področji lahko uporabimo za izražanje, sproščanje, prenašanje idej in občutij, ki dozorevajo v otrocih. Če se osredotočimo na plesne aktivnosti, kmalu ugotovimo, da jih je večina neposredno povezanih z glasbo. Glasba je lahko podlaga za ogrevanje ali pri izvajanju gimnastičnih vaj, ki so seveda primerno prilagojene predšolskemu otroku. Lahko nam služi za popestritev v glavnem delu in za umiritev. S tem je, glede na značilnosti aktivnosti, povezan pravilen izbor glasbe,.

Izkušnje kažejo, da se lahko proces učenja v sklopu določenega predmeta spodbudi in postane učinkovitejši, če pri tem vključujemo vsebine drugega predmeta in to predvsem v fazah izpopolnjevanja, utrjevanja in uporabljanja znanja. To potrjujejo spoznanja nekaterih raziskav (npr. Humphrey, 1990) v katerih se je izkazalo, da proces učenja nekaterih teoretičnih in praktičnih vsebin drugih predmetov poteka učinkoviteje z gibalnimi aktivnostmi kot pa s tradicionalnimi metodami (Planinšec, 2000).

Planinšec (2000) razlaga v svojem prispevku, da se medpredmetne povezave uporabljajo takrat, ko v procesu učenja za to obstajajo razlogi in primerne možnosti. Le-teh pa je za povezave športne vzgoje z drugimi področji veliko. Nekaj jih je nakazanih v Kurikulu za vrtce (1999), toda kljub vsemu ni dovolj konkretnih informacij, kako področje gibanja povezati z vsebinami področja glasbe. Zato bo v diplomskem delu opisanih in predstavljanih nekaj medpodročnih povezav med gibanjem in glasbo, ki spada po Kurikulu za vrtce v področje umetnosti. Poleg tega bo dodanih nekaj praktičnih primerov v obliki iger, katere bodo v pomoč vzgojiteljem, staršem in ostalim, ki si želijo izvajati medpodročno povezovanje med gibanjem in glasbo v praksi.

V sodobnem vzgojno-izobraževalnem procesu se s pojmom integracija označujejo povezave različnih predmetnih področij, ki so dvostranske (Planinšec, 2000). Tako se lahko npr. povezava športne vzgoje in glasbe realizira v okviru enega ali drugega predmeta.

V našem primeru gre za medpodročno povezavo, integracijo glasbe v športno vzgojo pri predšolskih otrocih. Možnost medpodročnega povezovanja je, da športno aktivnost vnesemo v področje glasbe, da z gibanjem otroci lažje spoznavajo, doživljajo in se učijo novih glasbenih znanj. V našem primeru bo osredotočenost na vpletenost glasbe in njenih vsebin v področje gibanja. Zdi se, da sta igra in glasba nepogrešljiva in neločljiva sestavina gibanja pri predšolskem otroku, zato bomo poskušali poiskati najtesnejša stičišča med tema dvema področjema ter s tem poskušali popestriti gibalno področje in ga obogatiti z glasbenimi vsebinam. Različne aktivnosti pri športni vzgoji bodo uporabljene za učenje in utrjevanje izbranih glasbenih vsebin, hkrati pa bo z glasbenimi vsebinami tako obogatena tudi gibalna vzgoja.

Učitelj je tisti, ki ima nalogo, da smiselno poveže dve področji med seboj. S tem poveže sposobnosti in interese, ki se nanašajo tako na področje gibanja kot na področje glasbe, in s tem spodbuja otrokovo ustvarjalnost. Poznati mora otrokove zmožnosti in sposobnosti ter starostne in razvojne značilnosti.

V Kurikulu za vrtce (1999) se nahaja **načelo horizontalne povezanosti**, ki je eno od načel uresničevanja ciljev Kurikuluma za vrtce ter opredeljuje:

- Povezovanje dejavnosti različnih področij dejavnosti v vrtcu (gibanja, narave, jezika, matematike, družbe in umetnosti) in pri tem različnih vidikov otrokovega razvoja in učenja, saj je za predšolskega otroka posebej značilno, da so soodvisni in med seboj povezani tudi vidiki njegovega razvoja.
- Izbor tistih vsebin ter metod in načinov dela s predšolskimi otroci, ki upoštevajo specifičnosti predšolskega otroka in zato v največji meri omogočajo povezavo različnih področij dejavnosti v vrtcu.

## O čem govori Kurikulum za vrtce

Kurikulum za vrtce pomeni osnovo za oblikovanje izvedbenega kurikuluma vsakega javnega vrtca v Sloveniji. Je nacionalni dokument, ki ga je leta 1999 sprejel strokovni svet RS za splošno izobraževanje. V njem se ob upoštevanju in spoštovanju tradicije slovenskih vrtcev skupaj z novejšimi teoretskimi pogledi na zgodnje otroštvo nahajajo drugačne rešitve in pristopi, ki dopolnjujejo, nadgrajujejo in spreminjajo dosedanje delo v vrtcih.

V njem so predstavljeni temeljni cilji Kurikula za vrtce (1999), ki predstavljajo usmeritve za delo. Iz napisanih ciljev so izpeljana načela, temeljna vedenja o razvoju otroka in učenju v predšolskem obdobju ter globalni cilji, iz katerih so izpeljani cilji za posamezna področja.

Praktična izpeljava zapisanih ciljev Kurikula (*izvedbeni Kurikulum*) lahko s svojo življenjsko noto, vpetostjo v socialni kontekst, z aktualnostjo, izbiro različnih metod in načinov dela, ki se naslanjajo na temeljna vedenja o otrokovem razvoju in poznavanje načel uresničevanja ciljev Kurikula za vrtce, pomembno prispeva k širšemu razumevanju predšolske vzgoje v vrtcu, njeni povezavi z družino, ostalimi ravnmi vzgoje in izobraževanja, drugimi strokovnimi institucijami ter lokalno skupnostjo (Kurikulum za vrtce, 1999).

Kurikulum za vrtce vključuje dejavnosti s področja:

- *gibanja*,
- *jezika*,
- *umetnosti* (tu so zajeti; **glasbeno**, likovno, plesno, dramsko in avdio-vizualno področje),
- *družbe*,
- *narave* in
- *matematike*.

Pri vsakem področju so navedeni cilji, ki predstavljajo okvir znotraj katerega vzgojitelji strokovno presodijo in odločijo kaj, kdaj in kako. V Kurikulu nudijo predlagane vsebine in dejavnosti različne poti in načine, kako uresničevati cilje, kar pripomore k izvedbi.

Kot navaja Videmšek (2002), daje Kurikulum za vrtce velik poudarek medpodročnemu povezovanju. Zagotavljati je potrebno aktivnosti z vseh področij

in tako spodbujati vse vidike otrokovega razvoja. Posamezna področja razvoja so namreč med seboj prepletena, saj gre za vzporednost in povezanost med različnimi psihičnimi funkcijami.

Kurikulum za vrtce govori o tem, da so nekatere medpodročne dejavnosti skoraj ves čas nekakšna rdeča nit, ki se prepleta skozi vsa področja ter tako vpliva na način življenja in dela v vrtcu.

Na ravni *izvedbenega Kurikula*, ki pomeni izpeljavo zapisanih ciljev Kurikula v praksi, lahko predlagane vsebine na različne načine povezujemo in dopolnjujemo. V Priročniku h Kurikulu za vrtce (2001) pa najdemo opisane *primere dejavnosti*, ki vključujejo nenehno prisotno medsebojno povezovanje različnih področij dejavnosti (gibanja, matematike, jezika, narave, glasbe v okviru umetnosti, družbe).

## **2.2 PODROČJE GIBANJA V PREDŠOLSKEM OBDOBJU**

### **2.2.1 Gibanje kot pomemben element v otrokovem razvoju**

Z gibanjem otrok zaznava in odkriva svoje telo, preizkuša kaj telo zmore, doživlja veselje in ponos ob razvijajočih se sposobnostih in spretnostih ter gradi zaupanje vase. Hkrati gibanje daje otroku občutek ugodja, varnosti, veselja, torej dobrega počutja. Z gibanjem raziskuje, spoznava, dojema svet okrog sebe. V gibalnih dejavnostih je telo izhodiščna točka za presojo položaja, smeri, razmerja do drugih; z gibanjem otrok razvija občutek za ritem in hitrost ter dojema prostor in čas (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Predšolski otrok je na temeljni gibalni fazi, ki se v sedmem letu spremeni v športno gibalno fazo. V predšolskem obdobju ga skušamo naučiti temeljnih gibanj, ki jih bo potem v športni fazi sestavljal in uporabljal kot sredstvo za doseg športnega cilja. V procesu gibalne aktivnosti skušamo poiskati spodbude v pripravi okolja in orodja ter drugih možnosti. Če bo otroku to ustrezalo, bo na ta način samostojno in po svoji individualno razvojno specifični poti pridobil temeljna gibanja ter dosegel urejenost na zaznavnem in gibalnem, spoznavnem, pa tudi čustvenem področju.

Otroci z ustvarjalnim iskanjem poti in načinov, kako rešiti določene gibalne naloge, razvijajo svojo domišljijo in iznajdljivost ter na njim prijeten način izražajo svoje počutje in čustva. To kaže na neločljivo povezavo med intelektualnim in gibalnim razvojem.

Gibalni razvoj je v razvoju človekovih funkcij v ospredju predvsem v prvih letih življenja. Razvoj poteka od naravnih oblik gibanja do zelo celostnih in skladno zahtevnejših športnih dejavnosti v povezavi z zorenjem, učenjem in posameznikovo lastno voljno aktivnostjo. V predšolskem obdobju otrok pridobiva raznovrstne izkušnje zlasti z igro (Videmšek in Visinski, 2001).

Vse omenjeno nam govori, da moramo v predšolskem obdobju športni aktivnosti posvetiti še prav posebno mesto, saj zamujenega v tem obdobju ni moč v celoti nadomestiti v kasnejših obdobjih. In prav odrasli imamo tu pomembno vlogo. Starši, vzgojitelji, učitelji še posebno pa športni pedagogi moramo vse svoje moči usmeriti v iskanje in nudenje ustreznih in količinsko zadostnih gibalnih dejavnosti predšolskemu otroku. S tem bomo otroku zagotovili poleg gibalnega področja



tudi celosten razvoj, ki se kaže v povezavi z vsemi preostalimi razvojnimi področji. Seveda moramo pri tem nujno upoštevati značilnosti in zakonitosti predšolskega otroka, kar zajema starost, spol, telesne in duševne posebnosti.

Gibalne aktivnosti so za otrokov razvoj zelo pomembne, navaja Cemič (2000). Celovit pristop in izhajanje iz otroka sta osnovna principa dela z najmlajšimi, vendar se v praksi izkaže, da zahteva veliko znanja in izkušenosti na različnih področjih. Za strokovni proces gibalnih aktivnosti pri predšolskih otrocih potrebujemo drugačna znanja in pristope kot pri odraslih.

Pomembno je, da z izbranimi cilji, vsebinami, metodami in oblikami dela prispevamo k skladnemu bio-psiho-socialnemu razvoju otrok, sprostitvi in kompenzaciji negativnih učinkov nenehnega sedenja in prevelike pasivnosti. Pri vadbi moramo stremeti k ustvarjanju veselega razpoloženja in veselja do gibanja, z doživljanjem uspeha, ki ustvarja podlago za pridobivanje samopodobe ter podlago za socialno vedenje.

### **2.2.2 Področje gibanja v luči Kurikula za vrtce**

Če povzamemo po Kurikulu za vrtce (1999), sta potreba po gibanju in potreba po igri primarni otrokovi potrebi. Z gibanjem telesa je pogojeno zaznavanje okolice, prostora, časa in samega sebe. Z obvladovanjem svojih rok, nog in trupa začne otrok čutiti veselje, varnost, ugodje, dobro se počuti, poleg tega pa si pridobi tudi samozaupanje in samozavest.

V prvih letih življenja poteka gibalni razvoj od naravnih - najosnovnejših oblik gibanja (*plazenje, lazenje, hoja, tek, ipd.*) do sestavljenih in s tem zahtevnejših športnih dejavnosti, ki zahtevajo že bolj izpopolnjene motorične sposobnosti.

Predšolsko obdobje je namenjeno sproščenemu, veselemu in za otroka prijetnemu pridobivanju novih gibalnih izkušenj. To je čas, ko je igra glavno sredstvo, pomembna oblika učenja in osvajanja novih motoričnih znanj. Pri tem je potrebna velika mera motivacije, katero poskušamo vzbuditi s pozitivnimi spodbudami ter najrazličnejšimi športnimi rekviziti.

Gibanje je v nenehni povezavi z intelektualnim razvojem, zato mu velja posvetiti pomembno mesto v različnih področjih otrokovega razvoja. Igra in gibanje imata pomembno vlogo tudi pri socialnem in emocionalnem razvoju. V elementarnih

gibalnih igrach, v katerih se nahaja osnova športnih iger, otroci postopoma spoznavajo smisel in pomen upoštevanja pravil iger ter se s tem krepijo na socializacijskem področju.

Kurikulum za vrtce teži pri področju gibanja, k upoštevanju otrokovih potreb, interesov in sposobnosti, saj lahko le na ta način optimalno prispeva k razvoju in zdravju otrok. Vsak otrok je zgodba zase, s svojimi značilnostmi in posebnostmi, kar ga dela unikatnega in samostojnega.

Opise splošnih in operativnih ciljev najdemo v *Kurikulu za vrtce (1999)* za vsa področja. V nadaljevanju bodo podrobneje predstavljeni *cilji s področja gibanja*, saj se je iz njih črpalo ideje in povezave, ko smo iskali stičišča s *cilji področja glasbe*, ki spada v področje umetnosti.

### **2.2.3 Splošni in operativni cilji področja gibanja**

#### **GLOBALNI CILJI za področje dejavnosti gibanja so:**

- omogočanje in spodbujanje gibalne dejavnosti otrok;
- zavedanje lastnega telesa in doživljanje ugodja v gibanju;
- omogočanje otrokom, da spoznajo svoje gibalne sposobnosti;
- razvijanje gibalnih sposobnosti;
- pridobivanje zaupanja v svoje telo in gibalne sposobnosti;
- osvajanje osnovnih gibalnih konceptov;
- postopno spoznavanje in osvajanje osnovnih prvin različnih športnih zvrsti;
- spoznavanje pomena sodelovanja ter spoštovanja in upoštevanja različnosti.

#### **OPERATIVNI CILJI za področje dejavnosti gibanja**

Videmšek (2002) jih je razdelila na tri sklope:

##### Z vidika razvoja gibalnih sposobnosti:

- ❖ razvijanje koordinacije oziroma skladnosti gibanja (koordinacija gibanja celega telesa, rok in nog), ravnotežja;
- ❖ povezovanje gibanja z elementi časa, ritma in prostora;
- ❖ razvijanje prstne spretnosti oziroma t.i. fine motorike;
- ❖ razvijanje moči, natančnosti, hitrosti in gibljivosti, vzdržljivosti.

Z vidika usvajanja različnih znanj:

- ❖ sproščeno izvajanje naravnih oblik gibanja (hoja, tek, skoki, poskoki, valjanje, plezanje, plazenje itd.);
- ❖ osvajanje osnovnih gibalnih konceptov: zavest prostora (kje se telo giblje), spoznavanje različnih položajev in odnosov med deli lastnega telesa, med predmeti in ljudmi, med ljudmi;
- ❖ spoznavanje in izvajanje različnih elementarnih gibalnih iger;
- ❖ osvajanje osnovnih načinov gibanja z žogo;
- ❖ iskanje lastne poti pri reševanju gibalnih problemov;
- ❖ sproščeno gibanje v vodi in osvajanje osnovnih elementov plavanja;
- ❖ pridobivanje spretnosti vožnje s kolesom, spretnosti kotalkanja ipd.;
- ❖ spoznavanje zimskih dejavnosti;
- ❖ osvajanje osnovnih prvin ljudskih rajalnih in drugih plesnih iger.

Čustveno – socialni cilji:

- ❖ uvajanje otrok v igre, kjer je treba upoštevati pravila;
- ❖ spoznavanje pomena sodelovanja v igralni skupini, medsebojne pomoči in "športnega obnašanja";
- ❖ spoznavanje različnih športnih orodij in pripomočkov, njihovo poimenovanje in uporaba;
- ❖ spoznavanje osnovnih načel osebne higiene;
- ❖ spoznavanje oblačil in obutve, primerne za gibalne dejavnosti;
- ❖ spoznavanje elementarnih iger in športnih zvrsti, značilnih za naša in druga kulturna okolja v sedanosti in preteklosti;
- ❖ spoznavanje vloge narave in čistega okolja v povezavi z gibanjem v naravi;
- ❖ spoznavanje osnovnih varnostnih ukrepov, ki so potrebni pri izvajanju gibalnih dejavnosti, in zavest o skrbi za lastno varnost in varnost drugih.

Vsakega od ciljev uresničujemo z različnimi vsebinami. Npr. gibljivost razvijamo z naravnimi oblikami gibanja, z gimnastičnimi vajami, plesnimi igrami itd. Pri uresničevanju različnih ciljev uporabljamo za to ustrezne oblike in metode dela.

## 2.2.4 Primeri gibalnih dejavnosti v predšolskem obdobju

V nadaljevanju bodo predstavljeni opisi gibalnih dejavnosti, v katere lahko vpletamo glasbene vsebine. To so:

- a) **Naravne oblike gibanja**
- b) **Vzpostavljanje in ohranjanje ravnotežja**
- c) **Gibanje z rokami, dlanmi, prsti**
- d) **Elementarne igre**
- e) **Plesne igre**
- f) **Dejavnosti v ritmu**
- g) **Kompleksi gimnastičnih vaj**

### a) **NARAVNE OBLIKE GIBANJA**

To so tudi drugače imenovana elementarna gibanja, na katerih temelji kasnejši razvoj in izoblikovanje zahtevnejših, sestavljenih gibanj. So osnova in predstavljajo *gibalno abecedo človeka*, zato je naša naloga, da otroku omogočimo seznanjanje z njimi ter da jih redno ali čim pogosteje uporablja.

Z njimi gradimo temelje, na katerih bomo lahko kasneje dodajali nove, zahtevnejše gibalne vzorce. Izvajamo jih lahko v individualni, skupinskih in frontalnih oblikah dela, poleg tega pa so tudi sestavni del elementarnih iger.

- **Lazenje, plazenje**

**Lazenje** in plazenje sta *prvi samostojni obliki gibanja* otroka, s katerima se giba v zeleni smeri, ko osvoji sedeči položaj in razvije ravnotežje. Plazenje nudi otroku boljši razvoj ter krepitev mišic in sklepov, predvsem pa pozitivno vpliva na razvoj hrbtenice. Preko njega se začne osvajanje stoječega položaja in hoje, saj si z lazenjem in plazenjem otrok razvija sposobnost koordinacije gibanja, ravnotežje in moč.

**Plazenja** so gibanja, pri katerih otrok za a premikanje v prostoru uporablja roke, noge in trup, pri čemer je trup v stiku s podlago. Pri lazenju pa je trup dvignjen od podlage pri čemer se otrok giblje v različnih oporah na rokah in nogah (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 1999).

- **Hoja**

Hoja je *osnovna oblika gibanja*, ki jo vsakodnevno uporabljamo za premikanje v prostoru. Običajna hoja je počasnejše gibanje, pri katerem je vsaj ena noga

stalno v stiku s podlago. Otrok se običajno nauči hoditi okrog 12. meseca starosti, vendar je to gibanje nezanesljivo in še zelo nekoordinirano, saj se oblikuje vse tja do drugega leta starosti in še dlje (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 1999).

- **Tek, korakanje, galopiranje**

Ko ima otrok zanesljivejšo **hojo** in s tem manjše težave z ravnotežjem, razvije bolj gotov in siguren tek, s katerim začne otrok raziskovati in hitreje premagovati daljše razdalje.

**Tek** je le *hitrejše gibanje*, pri katerem se pojavi faza leta, kar pomeni, da se otrokova hitra hoja spremeni v izmenične odrive z noge na nogo. Po četrtem letu postaja hoja že bolj enakomerna, tek pa bolj dinamičen. Tek je že podoben teku odraslih in v tem času se začne razvijati tudi tekmovalnost med seboj in drugimi.

- **Plezanje**

To je gibanje, začetke katerega otrok razvije že v zgodnjih mesecih svojega življenja. Pojavljati se začne takoj, ko otrok obvlada lazenje in ga radovednost s tal preusmeri na raziskovanje višje ležečih površin. To pa mu uspe samostojno doseči le tako, da se ob objektu, ki ga zanima, z rokami povleče navzgor in se postavi na noge. To so osnove plezanj, ki pa se v večji meri razmahnejo šele, ko otrok shodi, zato postane okretnejši v prostoru in ko si v večji meri okrepi mišice rok in ramenskega obroča. Kasneje plezanja pogosto uporablja v svojih igrah in pri spoznavanju okolice, v kateri se znajde (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 1999).

- **Skoki in poskoki v različnem ritmu**

Skoki in poskoki so še en *velik izziv za otroke*, saj jim predstavljajo velikokrat adrenalin, premagovanje samega sebe in drugih, itd. Želja po sonožnem skakanju se začne pojavljati v drugem letu starosti, pri treh letih starosti pa otroci skačejo že enonožno.

**Skoki** so lahko izvedeni v *daljino* (skok čez jarek, lužo itd.), *globino* (skok z roba peskovnika, letvenika itd.) in *višino*. Prav slednji pa jim povzroča največ težav. Skoki v globino so za otroke še posebno atraktivni, saj v njih vzbudijo posebne občutke lebdenja, kar jim odkrije povsem nov svet.

Skoki in poskoki ugodno vplivajo na razvoj odrivne moči, ravnotežja, koordinacije gibanja ter gibljivost sklepov nog in na krepitev mišic trupa in ramenskega obroča. Z njimi krepimo mišice stopal, kar velikokrat preventivno vpliva na ploska

stopala in ostale težave, ki so povezane z nestabilno hojo ali tekom ter drugimi težavami.

- **Potiskanje in vlečenje, vzdigovanja in nošenja**

Gibanja te vrst otroci izvajajo, ko je njihova hoja že dovolj razvita in nadzorovana. So *sestavljena gibanja*, ki se pogosto pojavljajo v vsakdanjem življenju. S tremi gibanji delujemo krepilno na roke, noge in trup, pri čemer pa moramo vedno previdno določati bremena. Ob nošenju, potiskanju, vlečenju ali vzdigovanju prevelike teže obstaja večja nevarnost poškodb zaradi še ne dovolj utrjenih mišic. Primerno je, da otroke s temi gibanji vključimo v pripravo ali pospravljanje rekvizitov in orodij.

- **Vesa**

Vese lahko izvajamo na drogu, na vrvi, letveniku, ograji, veji ipd. Z leti se vesa izboljšuje in pri petem letu starosti so spretnejši otroci zmožni že uporabiti podprijem, nadprijem, seveda ob ustrezni pomoči odraslega.

- **Metanje, lovljenje in zadevanje**

Za metanjem, lovljenjem in zadevanjem so potrebni tako skladnost gibanja, natančnost, hitra odzivnost ter pravočasno aktiviranje moči za premagovanje teže predmeta.

**Metanje** otroku povzroča precej težav in vsaj triletni otroci so pri tem gibanju še dokaj neuspešni, saj težko ocenijo razdaljo in moč meta. Prav tako se pojavljajo težave pri ujemanju in to predvsem zaradi pravočasnosti. Štiriletni otroci mečejo že dlje in z večjo močjo. Pri petem letu starosti pa je otrokom še lažje, saj že bolje uskladijo omenjena gibanja s preostalimi naravnimi oblikami gibanja.

Nadvse priporočljivo je izvajanje **osnovnih dejavnosti z žogo**, saj si s tem otrok razvija natančnost podajanja, lovljenja in zadevanja ter hitrost reagiranja. Gibanja z žogo v različnih situacijah dobro vplivajo na razvoj otrokove pozornosti in situacijskega razmišljanja, poleg tega pa se na ta način otroci učijo sodelovanja, spoštovanja različnosti in upoštevanja preprostih pravil.

## **IZVAJANJE NARAVNIH OBLIK GIBANJA**

Opisane naravne oblike gibanja se lahko izvaja:

- samostojno,
- s partnerjem,
- v skupinah,
- z drobnimi rekviziti (žoge, kiji, obroči, krogle ipd.),
- z naravnimi predmeti (kamni, storži, palice, kostanji, snežne kepe ipd.),
- soročno, enoročno,
- sonožno, enonožno,
- kotaljenje, vodenje,
- z ovirami,
- z bremenami,
- po strminah,
- po različnih podlagah (sneg, voda, pesek, travnate površine, umetne mase),
- skoke in poskoke se lahko izvaja prosto; s skrinje, z lestve, s skalnega previsa, z drevesa, s skakalnice; na blazine, v vodo, pesek, travo, sneg (mehke podlage); preko ovire, z bremenami, z rekviziti,
- plezanje se lahko izvaja v *dvoranah* (na letvenikih, lestvenikih, lestvah, mornarskih lestvah, žrdeh, vrveh, plezalnih stenah, klopeh, skrinjah, konjih, bradljah ipd.); v *naravi* (na skalnih stenah, drevesih, kozolcih, plotovih ipd.); z bremenami.

**Primeri izvajanja »Naravnih oblik gibanja«** (Videmšek in Kovač, 2001):

Otrok:

- **HODI** (po ravnih in neravnih tleh; po stopnicah; navzgor, navzdol; s pripomočki – z žogo v roki, z obročkom na glavi, z nahrbtnikom, s palicami ... ; po različnih površinah – plastični masi, parketu, travi, pesku, mivki, vodi, listju, snegu, ledu ...; bos ali v različni obutvi – v copatih, čevljih; po celih stopalih, po prstih, notranjem oz. zunanem delu stopal, po petah; sam ali v paru; različno hitro; v različne smeri – naprej, nazaj, v stran; ob spremljavi glasbe),
- **TEČE** (po različnih površinah – plastični masi, parketu, travi ...; v različne smeri – naprej, nazaj, v stran; različno hitro; z različnimi pripomočki: sam, v paru, v koloni; ob spremljavi glasbe),
- **LAZI, SE PLAZI** (po različnih površinah; po blazini, klopi; po strmini navzgor, navzdol; skozi različne ovire (tunel, obroč itn.); pod ovirami, čez

ovire; v sodelovanju z odraslimi ali prijateljem – pod rokami, med nogami, pod telesom),

- **PLEZA** (po različnih orodjih – letvenik, lestev, plezalna stena itn.; navzgor, navzdol, v stran itn.),
- **SKAČE, POSKAKUJE** (v različnem ritmu: na mestu, v gibanju; v daljino, višino, globino; v obroče, s črte na črto, čez palice ...; na mali ponjavi, z male ponjave; starejši otrok lahko skače tudi z zaletom; naprej, nazaj, bočno; po eni nogi, sonožno; s kolebnico, čez vrvico, elastiko),
- **SE VALJA** (okoli vzdolžne osi: naprej, nazaj, po ravnini, strmini; z rokami v različnih položajih – stegnjeno, ob telesu itn., starejši otrok se valja tudi okoli prečne osi: naprej, nazaj; po strmini, po ravnini; s pomočjo odrasle osebe),
- **VZDIGUJE, NOSI** (pomaga pripraviti in pospraviti različne športne pripomočke in opremo – žoge, kije, blazine itn.; pri štafetnih in drugih igrah dviguje in prenaša predmete itn.),
- **POTISKA, VLEČE** (voziček, sovrstnike, vrv, različne predmete itn.; z rokami in nogami; v vodi itn.),
- **VISI** (na veji, drogu, krogih, različnih plezalih itn.; samo z rokami; z nogami in rokami).

## **b) VZPOSTAVLJANJE IN OHRANJANJE RAVNOTEŽJA**

Ravnotežje je eno najtežjih gibanj za predšolskega otroka, saj sta skupaj s koordinacijo gibanja slabše razviti sposobnosti do približno petega leta starosti. Zaradi tega skušamo nuditi otrokom čim več gibalnih nalog, s katerimi delujemo ugodno na razvoj teh gibalnih sposobnosti.

Ravnotežje se deli na dve pojavnosti obliki:

- ❖ **Statično ravnotežje** (sposobnost ohranjanja ravnotežnega položaja)
- ❖ **Dinamično ravnotežje** (sposobnost vzpostavljanja ravnotežnega položaja).

### **Primeri izvajanja »Vzpostavljanja in ohranjanja ravnotežja«:**

Otrok:

- Stoji na eni nogi (štorklja);
- Zamahuje z eno nogo (nihalo ure, z oporo z rokami ob letveniku...);
- Hodi po ravni in vijugasti črti, vrvi (naprej nazaj, bočno);



- Hodi po vseh štirih po klopi;
- Stoji na ravnotežni deski;
- Lovi ravnotežje na veliki gumijasti žogi;
- Se ziba na mini gugalnici, mreži;
- Hodi po deblu.

Vsekakor otroku omogočimo, da sredstva in pripomočke razišče in preizkusi po njemu lastnih poteh in načinih, pri čemer poskrbimo za zadostno varnost, katero mu lahko nudijo odrasli.

### **c) GIBANJE Z ROKAMI, DLANMI, PRSTI** **(dejavnosti fine-motorike)**

V Priročniku h Kurikulu za vrtce (2001) avtorji s področja gibanja navajajo, da se že najmlajši otroci igrajo s pripomočki različnih barv, oblik, velikosti. Med drugim se zelo radi igrajo z baloni in žogami, ki jih mečejo na koš ali v zaboj, kotalijo po prostoru ali drug drugemu itn. S tem si bogatijo znanje manipulacij z rokami in področje fine motorike.

Pri gibanju z rokami, dlanmi in prsti si otrok pridobiva nove gibalne izkušnje, ki so osnova za kasnejše zahtevnejše gibalne vzorce. Otroku s tipanjem dojemata, odkriva in raziskuje svet okoli sebe in ravno zato je potrebno gibalno dejavnost usmeriti tudi na tipalno področje. Pri tem gre poleg otipavanja z rokami, kjer otrok zazna določene lastnosti predmeta (npr. trdo – mehko, gladko – hrapavo), tudi za razvoj taktilnega občutenja celotnega telesa (npr. občutek gibanja zraka, občutek pri dotiku različnih agregatnih stanj).

**Primeri izvajanja »Gibanja z rokami, dlanmi, prsti«** (Videmšek in Kovač, 2001):

Otrok:

- se spontano igra s pripomočki (obročki, penastimi žogicami, ruticami, različnimi čepki, itn.) različnih barv, teže, oblike, velikosti, iz različnih materialov;
- meče in lovi pripomočke;
- odbija z rokami, dlanmi in prsti balone, žoge itn.;
- išče skrite pripomočke;
- otipa, opiše skriti predmet;

- otipa različne snovi (vodo, pesek, itn.);
- prenaša predmete;
- razvršča predmete;
- spreminja obliko (snega, papirja, penaste žogice, rutice itn.);
- visi na žrdi različnih debelin, na vrvi.

K primerom razvijanja ročnih oz. prstnih spretnosti bi lahko zaradi medpodročne povezave gibanja z glasbo dodali še:

- igranje na lastne, male, improvizirane ali Orffove instrumente, kjer otroci poleg ročnih, bogatijo in si širijo tudi glasbene spretnosti.

#### **d) ELEMENTARNE IGRE**

Igra je najnaravnejše in najosnovnejše sredstvo za otrokovo učenje v predšolskem obdobju. Z njo otrok na zanimiv in igriv način poleg gibalnih sposobnosti razvija tudi ostale sposobnosti potrebne za njegov normalen razvoj. Preko igre se otrok navaja na medsebojno sodelovanje v skupini, na usklajevanje lastnih interesov z interesi skupine, na medsebojno pomoč ter se uči sprejemati in razumeti pomen zmage in poraza, ki sta sestavni del vsake igre. Igra je, glede na vse naštetu, vsekakor izjemnega pomena za otrokovo socializacijo.

Kadar govorimo o elementarnih igrah, mislimo predvsem na skupinske igre, v katerih se otrok premika z naravnimi oblikami gibanja (*hoja, tek, lazenje, plazenje, skoki, poskoki ...*). Elementarne igre potekajo po nekem ustaljenem redu, s spremembami, ki jih lahko vpeljujeta vzgojitelj ali otrok. Na splošno pa velja, da so enostavne, preproste in otrokom hitro razumljive (Karpljuk, 2000).

Značilnosti, ki ločijo elementarne igre od običajnih iger so: da *vsebujejo preprosta pravila*, ki so natančno določena in jih lahko po želji spreminjamo in prilagajamo trenutnim potrebam (razvojni stopnji otrok, znanju, prostoru ...), *igralni prostor* je lahko različen, mere igrišča niso natančno določene, *število otrok in njihove vloge* se lahko spreminjajo, *igralni čas* je poljuben – glede na počutje otrok, *igralne pripomočke* lahko nadomestimo z improviziranimi.

S spoznavanjem pravil iger in vsebine ter upoštevanjem pravil za nemoten potek igre, si otrok krepi vztrajnost, odločnost in samozavest.

Z elementarnimi igrami lahko otroke na igriv način seznanimo z večino glasbenih izrazov in pojmov. Pri razlagi navodil in prilagojenih pravil lahko uporabimo različne zvočne elemente in glasbila, s katerimi lahko npr. naznanimo start ali konec igre itd.

### **Primeri izvajanja »Elementarnih iger«:**

- ❖ lovljenje,
- ❖ skrivanje,
- ❖ skupinski teki z izmenjavo mest,
- ❖ štafetne igre,
- ❖ igre ravnotežja,
- ❖ igre preciznosti,
- ❖ igre hitre odzivnosti.

Vse te primere lahko izvajamo:

- *s pripomočki ali*
- *brez pripomočkov.*

Z elementarnimi igram, ki se pa seveda razlikujejo glede na to, kje in kdaj jih uporabimo, dosegamo in uresničujemo različne *cilje*. Če omenjene igre uporabimo v pripravljalnem delu, je v ospredju cilj, da otroke z njimi ogrejemo in tako pripravimo na glavni del. V ta namen uporabimo živahne igre, s katerimi poživimo krvni obtok, dvignemo pulz itd. V glavnem delu so elementarne igre namenjene osvajanju in pridobivanju novih gibalnih znanj, utrjevanju že osvojenega in ponavljanju. Z elementarnimi igrami v zaključnem delu pa poskušamo otroke telesno in duševno umiriti.

### **e) PLES IN PLESNE IGRE**

Otrok se igra z gibanjem lastnega telesa kot posameznik, v paru ali skupini. Postopoma se zaveda svojega telesa ter raznovrstnosti gibanja, časa in prostora. Ob najrazličnejših glasovih in glasbenih spremljavah (*šumu, tlesku, udarcu, zvoku, pesmi, glasbi*) se otrok giba v ritmu, saj na poseben način izraža, sporoča svoja občutja, doživetja, čustva in misli ter ustvarja (Videmšek in Kovač, 2001).

Pri plesnih igrach otrok razvija različne gibalne sposobnosti (*koordinacijo gibanja rok in nog in telesa, koordinacijo gibanja v ritmu*). Nudijo mu zavedanje prostora in načina, kako se giblje ter zavedanje lastnega telesa, s čimer spoznava različne položaje med deli lastnega telesa, med predmeti in ljudmi. Glasbena spremljava ga pospremi v gibanje v ritmu, skozi katerega se lahko izrazi na svoj način in tako sporoča svoja čustva doživetja, svoje počutje in misli ter hkrati razvija ustvarjalnost.

### **Primeri izvajanja »Plesnih iger« (Videmšek in Kovač, 2001):**

#### ➤ *POSNEMANJE IN POVZEMANJE RAZLIČNIH GIBANJ IN ŽIVLJENJSKIH SITUACIJ*

Tu se otrok gibalno izraža in ustvarja na podlagi različnih spodbud; glasbe, petja, igranja na instrumente, zgodbe itd.

#### ➤ *BIBARIJE*

Bibarije so gibalne igre, ki izhajajo iz ljudskih otroških igric o »bibi«. Otrok posluša glas, opazuje mimiko in gibanje odraslega, čuti dotik itd.

#### ➤ *RAJALNE IGRE se ločijo na:*

- *Ljudske rajalne igre* (so skupinske igre, v katerih otroci pojejo in izgovarjajo besedila v krogu, vijugi, v vrsti - npr. Bela lilija, Ringa raja) in

- *Ustvarjalne rajalne igre* (tu skupaj z otroci ustvarjamo tudi sami na podlagi besedila pesmi oziroma glasbenega motiva)

#### ➤ *PLESNA DRAMATIZACIJA IN UPRIZARJANJE*

To je plesna igra, ki jo otroci izvajajo samostojno ali usmerjeno.

#### ➤ *LJUDSKI IN DRUŽABNI PLES, LJUDSKE IN DRUŽABNE PLESNE IGRE*

Vnaprej oblikovane dejavnosti, kjer ima otrok le vlogo izvajalca. So prijetna popestritev

### **f) DEJAVNOSTI V RITMU**

Sposobnost za zaznavo ritma naj bi bilo v večini prirojeno pri vsakem posamezniku. Številni avtorji opisujejo, da se otrok že od rojstva naprej pa tudi prej v materinem trebuhu, giblje, prestopa, ziblje, zamahuje v enakomernem ritmu. Med tretjim in šestim letom pa pride čas, ko dajemo pri procesu učenja večji poudarek na ritem, zaznavanje ritma in kako ta ritem preliči v gibanje. Ponavadi se to odraža v prilagajanju gibanja ob spremljavi, ki je lahko petje, ploskanje, igranje na instrumente, ploskanje, udarjanje ob tla, posneta glasba.

Poučevanje ritma ob gibanju se pri športni vzgoji vse preveč zanemarja. Še največ poudarka se mu daje prav pri glasbeni vzgoji. In prav omenjeno nas kar samo od sebe vodi k možnosti povezovanja in dopolnjevanja športa in glasbe ter s tem bogatenja športnega področja.

Ritem otroci lažje dojamajo in osvojijo kot melodijo, zato je pomembno in tudi na nek način neizogibno, da ritem vpletamo v vse gibalne dejavnosti. Že sama hoja je pri otroku ritmično podprta, iz nje pa sledijo še ostala gibanja, ki imajo enkrat hitrejši, močnejši, bolj prepoznaven ritem, drugič pa bolj šibek, komaj zaznaven ali pa zelo neenakomeren ritem.

Menimo, da bi morali pri športnih aktivnostih otrokom dati možnost občutenja enakomernega-konstantnega ritma kot tudi zelo razloženega neenakomernega ritma. Le s primerjavo obojega bo lahko otrok pri sebi zaznal razliko ter nasploh dojel, kaj ritem sploh je. Ritmične igre otroka izredno prevzamejo in veselje, ki ga otrok ob tem kaže, dokazuje, da ritem in gibanje izzivata v njem čustvena doživetja in raznovrstna ugodja (Zagorc, 1993).

### **g) KOMPLEKSI GIMNASTIČNIH VAJ**

Kompleksi gimnastičnih vaj so *smotro sestavljene gimnastične naloge*, ki imajo v primerjavi z drugimi sredstvi, ki jih uporabljajo v športu (elementarne igre, športne igre, individualni športi, itd.), edine lokalni učinek na telo vadečega - s posamezno gimnastično vajo se vpliva na točno določeno mišično skupino ali sklep, medtem ko imajo ostala sredstva bolj ali manj celosten vpliv na gibalni ustroj človeka. Gimnastične vaje so eno izmed osnovnih sredstev za razvoj oz. ohranjanje gibalnih sposobnosti (Pistotnik, 1999).

Videmšek, Drašler in Pišot (2003) so mnenja, da imajo gimnastične vaje v predšolskem obdobju nekoliko drugačen pomen. Z njimi otroci razvijajo zlasti koordinacijo gibanja, saj so za mlajše otroke tudi z informacijskega vidika precej zahtevne. Otroci z njimi spoznavajo različne položaje in odnose med deli telesa, samostojno, v parih pa tudi pomen sodelovanja ter spoštovanja in upoštevanja različnosti.

Komplekse gimnastičnih vaj lahko **izvajamo**:

- *brez športnih pripomočkov in s pripomočki (žoga, balon, rutica, obroč itd.);*
- *samostojno, v parih;*
- *ob glasbeni spremljavi in brez nje;*
- *ob štetju.*

Gibalne dejavnosti, ki so opisane v tem poglavju, bodo vključene v nadaljevanju, pri čemer bomo iskali izhodišča za medpodročna povezovanja gibanja z glasbo, kajti dejavnosti na področju gibanja se povezujejo tudi z drugimi področji (jezik, narava, družba, matematika, umetnost - ki zajema glasbo, likovno, dramsko, plesno in avdio-vizualno področje).

Pri načrtovanju in izvedbi medpodročnih povezav lahko pride do nezaželenih posledic zaradi neprimerne organizacije ali kakšnega drugega razloga, zato naj učitelji, vzgojitelji ali športni pedagogi uporabljajo raznovrstne metode in oblike dela ter različne standardizirane in improvizirane rekvizite. Dejavnosti naj organizirajo tako, da bodo otroci čim bolj aktivni. Tiste otroke, ki ne želijo sodelovati, naj poskušajo pridobiti s spodbujanjem in motiviranjem oziroma jim ponudijo druge zanimive dejavnosti. Skupaj z otroki pripravijo, oziroma pospravijo športno orodje in rekvizite« (Kurikulum za vrtce, 1999).

## **Povezanost področja gibanja z drugimi področji dejavnosti**

V Kurikulu za vrtce (1999) najdemo poglavje o povezanosti področja gibanja z drugimi področji. V tem poglavju bo na kratko nakazano, za kaj gre, saj bo omenjena tema širše razdelana v poglavju »Medpodročnega povezovanja športnih in glasbenih vsebin« ter v poglavju, kjer bodo opisani praktični primeri medpredmetnih povezav.

Otrok si lahko, na njemu prijeten način, širi znanja z drugih področij z različnimi gibalnimi dejavnostmi. Z uporabo različnih igral in športnih pripomočkov spoznava oblike, barve, številke, površine, spoznava količinske izraze (malo-veliko), izraze za prostorska razmerja (*v, na, pod, nad*), časovna razmerja (*počasi-hitro, zdaj-prej*), razne protipomenske izraze (*težko-lahko, staro-novo*).

Z uporabo različnih področij delujemo na otroka celostno ter mu tako omogočamo, da se začne zavedati samega sebe, si oblikuje lastno identiteto in samozavest. Otrok s pomočjo različnih dejavnosti spoznava skupinske igre, pri katerih mora upoštevati določena pravila, s čimer sodeluje in pomaga oblikovati nova pravila.

## 2.3 PODROČJE GLASBE V PREDŠOLSKEM OBDOBJU

Glasba je gibanje tonov in zvokov v vertikalni (*melodija, harmonija*) in horizontalni (*ritem*) smeri. Ustvarjamo jo lahko tudi z gibanjem telesa – plesom /.../ glasbeno gibanje je časovno omejeno, ima začetek in konec, zato pušča sledi v človekovi notranjosti (Črčinovič Rozman, 2000).

Da lahko glasbo razumemo in poglobljeno doživljamo, potrebujemo razvite glasbene sposobnosti, katere zahtevajo za svoj razvoj načrtno glasbeno izobraževanje. Če želimo osvojiti glasbeni jezik, moramo vaditi. In prav gibanje je lahko tisto, ki pomaga pri razvijanju glasbenih zaznav, spoznanj, doživetij in motoričnih spretnosti. Z njim dosežemo reakcijo celega telesa na glasbo, jo dojamemo, spoznamo njeno strukturo in se zavemo njenega pomena.

Ob glasbi se mlajši otroci spontano gibljejo, saj jo »doživljajo kot enotnost glasbe in gibanja« (Vogel, 1997, v Črčinovič Rozman, 2000). S starostjo ta spontanost upada, ki se pa kljub temu nenehno pojavlja v glasbah drugih kultur in je tudi v zabavni glasbi, kot sta pop in rock, nepogrešljiva.

V *Kurikulu za vrtce* ne najdemo posebej področja glasbe, temveč se omenjeno področje nahaja pod naslovom področja umetnosti. To področje zajema poleg glasbenih še: likovne, plesne, dramske in avdio-vizualne vsebine.

Za medpodročno povezovanje z gibanjem smo iz področja umetnosti izbrali vsebine glasbe, ki se nenehno prepletajo s področjem gibanja. In čeprav mnoge literature govorijo o neločljivi povezavi med omenjenima področjema, se glede na obstoječo literaturo informacij o medpodročnem povezovanju gibanja in glasbe najde bolj malo, zaradi česar je omenjeno povezovanje še toliko bolj skrivnostno. Predvsem ples in plesne igre naj bi bile tiste, pri katerih je povezava med gibanjem in glasbo najmočnejša.

### 2.3.1 Glasba kot pomemben element v otrokovem razvoju

Glasba je umetnost, ki ideje in čustva izraža prek zvokov in ritmov. Ta komunikacija v nas razvija občutek bogastva, polnosti in lepote. Moč glasbe vzbudi v nas najgloblje emocije prav zaradi svoje estetske dimenzije. Ta



dimenzija se nanaša na proces dojetanja, občutenja, organiziranja in razmišljanja o glasbenih izkušnjah (Pesek, 1997).

Otrok potrebuje za svoj optimalni razvoj raznovrstne izkušnje vseh čutil in eno izmed teh je zagotovo **sluh**, ki omogoča poslušanje zvokov in glasbe, preko katerih je otrok v stiku z zunanjim svetom. V stiku z glasbo je otrok še preden se rodi, saj v materinem trebuhu že od 8. meseca dalje zaznava zvoke okrog sebe in nanje ustrezno reagira. Številne raziskave so prišle do zanimivih ugotovitev, katere velikokrat pripomorejo pri načrtovanju vzgojno-izobraževalnega procesa. Med drugim: čim mlajši je otrok, tem večji je vpliv glasbe na otrokov razvoj. Opazna je bila tudi korelacija med inteligentnostjo in glasbenim razvojem, saj se z izboljšanjem muzikalnosti izboljša tudi IQ. Poleg tega pa glasba ugodno deluje na večjo koncentracijo ter pripomore k rasti čuta odgovornosti.

Mnoge literature opisujejo pomembnost glasbe v otrokovem zgodnjem razvoju. Omenjajo jo kot osnovo in neizbežno komponento pri otrokovem učenju in osvajanju novih znanj. Za otroka se v vsem povezujejo vsa področja. Zanj je značilen celostni pogled na stvari. Preko gibanja in glasbe se seznanja z novimi izrazi, z novimi situacijami, preko svojega telesa in preko svojih čutil se seznanja z okoljem in tako vsakodnevno uči. Glasba je za otroka že on sam saj se nenehno giblje v ritmu, se poigrava s prvimi zvoki svojega glasu, se odziva na zvočne dražljaje, ki prihajajo iz okolja.

*Glasbene izkušnje* spodbujajo raziskovanje drugačnih in novih idej, povečajo otrokovo izražanje čustev ter izostrijo zavedanje in opažanje čustev drugih. Skozi poslušanje, izvajanje in ustvarjanje glasbe se otrok intelektualno razvija, kajti glasba ga usmerja v razmišljanje in reševanje problemov. Prav tako si pridno nabira besedni zaklad ob petju in poslušanju ter tako uporablja jezik in si pomaga pri učenju besednih in zvočnih vzorcev. S petjem, igranjem na instrumente in ritmičnim gibanjem si pridobiva in povečuje nadzor nad svojim telesom ter tako raziskuje okolje.

Glasba ima na otrokov razvoj vsekakor pozitiven vpliv in je pomembnega pomena za nadaljnji razvoj in učenje, zato menim, da bi jo morali starši, vzgojitelji, pedagogi ter vsi, ki delamo z otroci, nenehno vključevati v vzgojno-izobraževalne procese. Z njo in njenim pronicanjem v preostala področja dejavnosti bogatimo otrokov celostni razvoj, hkrati pa popestrimo in si olajšamo marsikatero težavo povezano z motivacijo ali iskanjem lastnih idej.

## 2.2.2 Področje glasbe (v sklopu umetnosti) v luči Kurikula za vrtce

Okolje in svet, v katerem se otrok nahaja, je vsak dan znova neizčrpen vir inspiracije, motivacije in vsebin na vseh področjih dejavnosti. Skozi umetnost lahko otrok udejanja ustvarjalne potencialne in jih tako kaže v igrivem raziskovanju in spoznavanju sveta.

**Glasbena vzgoja** kot pomemben sestavni del estetske in umetnostne vzgoje zagotavlja temelje za skladen in uravnotežen osebnostni razvoj. Glasbene dejavnosti predstavljajo samostojno obliko glasbenega izražanja, vzbujajo veselje do zvoka, igre, gibanja, razvijajo splošne sposobnosti zaznavanja, pozornosti, motorične spretnosti, jezikovno komunikacijo, socialno vedenje... S poslušanjem, izvajanjem in ustvarjanjem glasbe vplivamo na otrokov čustveni, socialni, spoznavni in gibalni razvoj (Kroflič idr., 2001).

*Kurikulum za vrtce* govori, da otrok v umetnosti izumlja in ustvarja, ko odkriva jezikovne strukture, ko artikulira vsebine, ko zamišlja in oblikuje sliko, pesem, igro, ples, predmet. Tako nastala dela kažejo tudi za človeka značilen občutek za umetniški red in lepo, s čimer preraščajo običajne, funkcionalne, tehnične izdelke. Zato lahko govorimo o otroški dejavnosti na področju umetnosti kot o umetniški dejavnosti otroka in o otroških umetniških delih. Za ustvarjanje takšnih del potrebuje otrok pri delu svobodo, s čimer se od njega pričakuje neposrednost, drugačnost, izvirnost.

Z umetnostjo se otrok izraža in komunicira, s čimer razvija svojo sposobnost uporabljanja simbolov, ko v risbi, plesu, glasbi ustvari nekaj, kar predstavlja nekaj drugega (*Kurikulum za vrtce*, 1999).

Odrasli moramo upoštevati, da je otrok lahko ustvarjalen v različni meri in na različnih umetniških področjih. Spoštovati moramo njegove značilnosti, sposobnosti in razvojno stopnjo, saj sta otrokova umetnost in okus izrazito osebne narave in jo zato vedno opazujemo, razumemo in presojamo v okviru otrokovega specifičnega razvoja in življenjskega okolja.

V umetnosti lahko predstavi svoja najbolj skrita počutja in čustvene vsebine, natančno opiše in predstavi neki dogodek ali stvar, lahko se posveča estetskim

vidikom, izrazi svojo etično presojo o osebi, dogodku, ali pa eksperimentira z umetniškim jezikom (Kurikulum za vrtce, 1999).

Potrebno je poudariti še pomen **neverbalne komunikacije**, ki je v umetnosti neizbežna in preko katere lahko na nebesedni način otrok komunicira s svetom okrog sebe. Takšna komunikacija je še toliko bolj pomembna v času, ko ima otrok še skopo besedišče ali za izražanje težko ubesedenih, intimnih/skritih vsebin. Pri tem imamo odrasli posebno vlogo, da mu nudimo varnost in prijetno vzdušje ter da ga spodbujamo v nebesednem izražanju, s katerim nam lahko sporoča včasih zelo pomembne stvari.

V *Kurikulu za vrtce (1999)* med drugim piše tudi to, da naj odrasli: "Otroku nudijo izkušnje v vseh umetniških zvrsteh in tudi doživljanje umetnosti kot celote. Poleg tega otroku omogočajo, da je ustvarjalec, poslušalec in gledalec, načrtujejo zanj izkušnje, kjer je umetniška dejavnost ali delo v eni umetniški zvrsti tema ali inspiracija za dejavnost v drugi umetniški zvrsti, npr. slikanje po poslušanju glasbe; oblikovanje drže človeškega telesa v glini in njeno posnemanje v plesnem gibu ali obratno".

Za uravnotežen otrokov razvoj in duševno zdravje je pridobivanje izkušenj na področju umetnosti nedvomno pomemben dejavnik, ki mu omogoča celovitost doživljanja in ustvarjalnost. Poleg tega pa so umetniške dejavnosti tudi pomemben in spodbuden del učenja na drugih področjih.

Na kar moramo biti pozorni je, da so bistveni cilji glasbene vzgoje v predšolskem obdobju: *vzbujanje otrokovega veselja do glasbe, spodbujanje doživljanja glasbe ter razvijanje glasbenih sposobnosti in spretnosti*.

### **2.3.3 Splošni in operativni cilji področja glasbe znotraj področja umetnosti**

Glasba ima pri vzgoji otrok neprecenljivo vlogo, saj prispeva k uresničevanju široke palete vzgojno-izobraževalnih ciljev. Cilji za področje glasbe se po *Kurikulu za vrtce (1999)* nahajajo v področju umetnosti, zato bodo navedeni globalni cilji kot tudi operativni cilji za področje umetnosti, v katerih se prav tako prepletajo in določajo namen glasbene vzgoje v predšolskem obdobju. Poleg

tega bodo predstavljeni še glasbeni cilji, s katerimi uresničujemo vsebine glasbe pri predšolskemu otroku.

Iz v nadaljevanju opisanih ciljev, lahko izhajamo in si tako pomagamo pri načrtovanju vzgojno-izobraževalnega procesa.

### **GLOBALNI CILJI za področje umetnosti so:**

- doživljanje, spoznavanje in uživanje v umetnosti;
- razvijanje estetskega zaznavanja in umetniške predstavljenosti;
- spoznavanje posameznih umetnostnih zvrsti;
- razvijanje izražanja in komuniciranja z umetnostjo;
- razvijanje ustvarjalnosti in specifičnih umetniških sposobnosti.

### **CILJI za področje umetnosti:**

- spodbujanje radovednosti in veselja do umetniških dejavnosti, umetnosti in različnosti;
- spodbujanje doživljanja, izražanja in veselja do lepote;
- doživljanje umetnosti kot del družabnega in kulturnega življenja;
- doživljanje in spoznavanje umetniških del;
- razvijanje umetniške predstavljenosti in domišljije z zamišljanjem in ustvarjanjem;
- negovanje in razvijanje individualnih potencialov v fazah doživljanja, zamišljanja, izražanja, komuniciranja in uveljavljanja na področju umetniških sposobnosti in nadarjenosti;
- odkrivanje in negovanje specifičnih umetniških sposobnosti in nadarjenosti;
- razvijanje prostorskih, časovnih, vizualnih, slušnih in telesnih predstav ter predstav o umetnosti, komunikaciji, sebi in drugih;
- negovanje, spodbujanje in razvijanje čutnega doživljanja z usmerjanjem povečane pozornosti v občutenje telesa, tipanje, opazovanje in poslušanje sebe ter izbranih virov iz okolja;
- negovanje in spodbujanje bogatega ter razgibanega odzivanja na notranji in zunanji svet;
- razvijanje sposobnosti umetniškega izražanja čutnega, čustvenega, miselnega, estetskega in vrednostnega doživljanja;
- uporaba in razvijanje spretnosti; spoznavanje, raziskovanje, eksperimentiranje z umetniškimi sredstvi (telesom, glasom, materiali, predmeti, instrumenti, tehnikami in tehnologijami) in njihovimi izraznimi lastnostmi;

- spodbujanje splošne ustvarjalnosti pri pripravi, organizaciji in uporabi sredstev in prostora.

### **SPLOŠNI GLASBENI CILJI** (Kroflič idr., 2001):

- spodbujanje veselja do glasbenega ustvarjanja;
- razvijanje glasbene ustvarjalnosti;
- spoznavanje in raziskovanje zvočnih značilnosti glasbil in glasu: barve, jakosti, trajanja in višine; eksperimentiranje z zvočnimi materiali, glasbili, tehnikami igranja na glasbila in glasom;
- razvijanje spretnosti pri uporabi glasbil in glasu;
- ugotavljanje razlik v izvajanju posameznih zvočnih značilnosti glasbil glede na različne materiale in tehnike igranja.

### **KONKRETNI GLASBENI CILJI:**

Otroci:

- se z veseljem odzivajo na spodbude pri spoznavanju, raziskovanju in eksperimentiranju z glasom, zvočnimi materiali in glasbili;
- spoznavajo in raziskujejo zvočne značilnosti glasbil in glasu: barvo, jakost, trajanje in višino;
- spoznavajo in raziskujejo različne tehnike igranja na glasbila;
- ugotavljajo razlike v izvajanju posameznih zvočnih značilnosti glede na različne materiale in tehnike igranja.

## **2.3.4 Primeri glasbenih dejavnosti**

### **a) GLASBENO IZVAJANJE**

- **Petje pesmi**

Pri petju, ki je najbolj razširjena oblika glasbenega muziciranja v predšolskem obdobju, poskrbimo za pravilno izbiro pesmi ter nenehno poudarjamo pomembnost pravilnega izvajanja. Vsaka pesem ponuja možnosti izvajanja vaj za sproščanje, pravilno držo, dihanje ali izreko glasov.

Pesek (1997) navaja, da moramo pri oblikovanju glasbenega programa najprej poskrbeti, da le-ta vsebuje petje in gibanje, ki sta najbolj osebne, fizične in konkretne aktivnosti, s katerimi vodimo otroka v glasbo. Šele, ko otrok osvoji repertoar znanih in priljubljenih pesmi, začnemo učenje o glasbi. Pri izbiri

otroških pesmi moramo biti pozorni na to, da bo glasbeni material otroku všeč in ga bo kasneje lahko uporabili za doživljanje in učenje glasbenih pojmov.

- **Igranje na glasbila**

Pod to področje glasbenega izvajanja spadajo igranje na: *lastna glasbila*, *Orffov instrumentarij*, *improvizirana glasbila* in *druga različna glasbila*. Otroku moramo pred igranjem glasbilo predstaviti, da ga sliši, vidi in poizkusi nanj igrati. S tem omogočamo otroku, da:

- ❖ razvija drobno-fino motoriko (natančnost, skladnost, zanesljivost);
- ❖ posnema pravilne izvajalske tehnike;
- ❖ uvajanje v skupno muziciranje;
- ❖ poglobljanje posluhov (melodični in ritmični posluh).

## **b) POSLUŠANJE GLASBE**

Z sistematičnim in aktivnim poslušanjem glasbe lahko otroci glasbo doživijo in jo razumejo. Avtorji v Priročniku h Kurikulu za vrtce (2001) navajajo, da s poslušanjem glasbe želimo pri otrocih:

- spodbujati veselje in ugodno počutje ob poslušanju glasbe;
- poglobljati željo po poslušanju glasbe;
- otroke čustveno razgibati, vplivati na njihovo čustveno občutljivost;
- razvijati sposobnost pozornega poslušanja;
- postopoma razvijati osnove estetskega glasbenega okusa.

S tem otrok pridobiva izkušnje, da je svet zvokov, ki ga obdaja, raznovrsten in bogat ter da ga lahko tudi sam odkriva. S poslušanjem otrok raziskuje zvoke, njihovo barvo, glasnost, trajanje, višino ter eksperimentira z zvočnimi materiali. Prve izkušnje na področju sprejemanja glasbe si pridobiva z igranjem na glasbila in poslušanjem.

Otroci lahko poslušano glasbo gibalno, likovno ali besedno izrazijo. Mlajši predšolski otroci najpogosteje izražajo doživetja in predstave glasbenih del gibalno, saj sta glasba in gibanje za otroka nedeljiva celota. Otrok se začne na glasbo gibalno odzivati že takoj po rojstvu. Z gibanjem lahko izraža glasbene vsebine, doživetja glasbenih del in posamezne značilnosti zvoka, dinamiko, glasnost, višino (Kroflič idr., 2001).

### **c) USTVARJANJE V GLASBI IN OB GLASBI**

Otroci preko igre ustvarjajo in proizvajajo glasbo na različne načine, saj jih spodbuja k:

- **raziskovanje sveta zvokov,**
- **eksperimentiranje z glasom, materiali, sredstvi, instrumenti,**
- **spontanemu izmišljanju melodije in besedila (izmišljarije),**
- **pevskemu izmišljanju na dano besedilo, npr. deklamacijo, izštevanko, uganko, pregovor,**
- **oblikovanju spremljav na glasbilih,**
- **ustvarjanju lastnih instrumentalnih skladb,**
- **ustvarjanju zvočnih slik, melodičnih in ritmičnih vprašanj in odgovorov,**
- **oblikovanju in izdelovanju otroških glasbil.**

Ta dejstva glede glasbenega ustvarjanja so prenesena iz Priročnika h Kurikulu za vrtce (2001), kajti cilj ustvarjanja v glasbi je, ne le v ustvarjalnem rezultatu - izdelku, temveč se cilj in pomen skrivata v samem procesu ustvarjanja, kjer se godi veliko več.

### **d) GLASBENE SPOSOBNOSTI IN SPRETNOSTI**

Po številnih poslušanjih, izvajanjih in ustvarjanjih z glasbo lahko govorimo o glasbenih sposobnostih in spretnostih, ki so rezultat vsega osvojenega do sedaj.

- **razvoj in učenje elementarnega posluha** (melodični in ritmični posluh),
- **razvoj in učenje pevskih in instrumentalnih spretnosti** (dih, izreka, motorika),
- **razvoj in učenje glasbenega besednjaka** (temeljni glasbeni pojmi).

Razvoj glasbenih sposobnosti in spretnosti je dolgotrajen proces, ko otrok v procesu učenja doživljajsko in miselno predeluje glasbene izkušnje in se gibalno razvija (Kroflič idr., 2001).

## 2.4 ORGANIZACIJSKE OBLIKE DELA PRI ŠPORTNI VZGOJI

Na področju predšolske športne vzgoje imamo na razpolago več vrst vsebinsko specifičnih zaposlitev, s katerimi vzgojitelj uresničuje cilje in zastavljene vsebine. Različne zaposlitve so odvisne od ciljev pa tudi materialnih možnosti in prostorskih zmogljivosti.

V tem poglavju bodo opisane nekatere vrste zaposlitev pri športni vzgoji, ki jih lahko uporabimo pri delu z našimi najmlajšimi v vrtcu. Namen predstavitve je ta, da nam te oblike zaposlitev nudijo ideje in možnosti za motorične aktivnosti, v katere lahko vpletamo elemente glasbene vzgoje ter s tem medpredmetno povezujemo gibalno in glasbeno področje v predšolskem obdobju.

Na razpolago imamo več vrst zaposlitev, s katerimi lahko prijetno popestrimo gibalno dejavnost v predšolskem obdobju. V nadaljevanju bo opisanih nekaj tistih, v katerih bi lahko med seboj povezali športne in glasbene vsebine v predšolskem obdobju. Osredotočenost bo temeljila na čim bolj razgibanih in po strukturi različnih oblikah dela, v katerih bo gibalno-glasbeno prepletanje prišlo še toliko bolj do izraza. Nekatere oblike dela so velikokrat uporabljene pri delu z otroci in so tako že preizkušene s praktičnimi primeri, ki bodo opisani v poglavju v nadaljevanju.

### 2.4.1 Gibalna minuta

Najkrajša zaposlitev je vsekakor gibalna minuta, ki zajema *nekajminutno gibalno sprostitvev*, s katero zaposlimo tiste, ki so dlje časa mirovali. Trajala naj bi ob 3 do 5 minut. Celoten namen tega gibanja je, da pospešimo krvni obtok in dihanje ter razgibamo mišice, ki so bile do sedaj statične in zaposlene z vzdrževanjem pokončnega položaja, zato uporabimo:

- *živahno igro,*
- *različne oblike plazenja,*
- *prosto tekanje po hodniku,*
- *dve ali tri gimnastične vaje ipd.*

Omenjena zaposlitev je predvsem zelo uporabna ob slabem vremenu, ko so otroci dlje časa v zaprtem prostoru in je nekajminutno gibanje, kot kompenzacija sedečemu učenju, izjemnega pomena za psihično in fizično ravnovesje otrok.



Prav gotovo pomaga pri narušeni koncentraciji in nemiru, kot tudi pri vsakodnevni fizični skrbi za telesni razvoj otrok. Zasnovana je kot usmerjena zaposlitev, ki se lahko ob upoštevanju želj otrok spremeni v zaposlitev po želji otrok.

Gibalna minuta je mogoče primernejša oblika za šolske otroke, toda tudi v vrtcu ja lahko prijetna popestritev in poživitev vsakdana. Lahko ji celo spremenimo ime in jo prilagodimo za naše najmlajše, s tem da jo poimenujemo: »Gibalna minutka« ali pa »Minutka za miganje«. Možnosti je seveda nešteto in včasih nam lahko prav otroci dajo iztočnice za primerno poimenovanje gibalnih aktivnosti v predšolskem obdobju. Vsekakor je omenjena zaposlitev sprostitvev spodbuda za nadaljnje delo.

## 2.4.2 Jutranja telovadba

Med vsakodnevno razgibavanje sodi tudi jutranja telovadba ali jutranja gimnastika, katero vključimo v vzgojno delo zjutraj pred zajtrkom ali v dopoldanskem času. Traja deset minut ali malo več in na prijeten način spodbudi otroka za delo. Namenjena je požitvi krvnega obtoka, krejitvi telesne drže in pospešitvi dihanja.

Za uvod uporabimo:

- *različne oblike hoje,*
- *tek,*
- *skoke ipd.*

Po uvodnem ogrevanju in gimnastičnih vajah, za katere poskrbimo da so enostavne ter da zaposlijo celotno otrokovo telo, izvedemo nekaj živahnih, dinamičnih igrice, štafetne igre ali poligon. S plezalnimi vajami še posebno razbremenimo hrbtenico ter hkrati krepimo mišice trupa.

Za konec se poslužujemo umirjene hoje in izbiramo med igricami, s katerimi sprostimo telo in duha. Primerne so tudi najrazličnejše dihalne vaje in vaje za hrbtenico.

**Prostor**, v katerem izvajamo jutranjo telovadbo, določimo glede na prostorske in materialne možnosti, na vremenske razmere ter na počutje otrok. Lahko se razmigamo v telovadnici, v igralnici, na dvorišču, na terasi, v parku itd.

Poseben pomen ima vsakodnevno razgibavanje na smučarskem in plavalnem tečaju, kjer je treba otroka ustrezno pripraviti za nadaljnje delo (Videmšek in Visinski, 2001).

### **2.4.3 Vadbena ura**

Vadbena ura je temeljna oblika športne vzgoje v vrtcu. Pripravljena je s strani vzgojitelja, športnega pedagoga in pomočnika vzgojitelja.

Videmšek in Visinski (2001) menita, da je čas trajanja vadbene ure oziroma njenih posameznih delov odvisen od številnih dejavnikov. Nekateri strokovnjaki priporočajo, naj ura športne vzgoje za predšolske otroke traja od 20 do 45 minut, saj je koncentracija pri mlajših otrocih praviloma krajša kot sposobnost koncentracije pri starejših otrocih.

Vadbene ure se med seboj razlikujejo po vsebini in trajanju vadbenega procesa. Tako imamo vadbene ure z *vajami iz osnovne motorike* (plazenje, skok v globino, plezanje na letvenik), z *vajami za določeno športno zvrst*, lahko pa se tudi prepletajo vsebine z osnovno motoriko in športne zvrsti.

Že vrsto let nabiram izkušnje iz vodenja popoldanske športne vadbe za predšolske otroke, zato bom uporabila in opisala večinoma svoje ugotovitve glede vodene vadbe v praksi. V principu so tudi moje vadbe zgrajene po postopku, ki bo omenjen v nadaljevanju.

### **PRIPRAVLJALNI DEL**

V začetnem delu otroke psihofizično pripravljamo na glavni del vadbe. Prične se že z pripravo vadbenega prostora, otrok (se preoblečejo in preobujejo) in sebe. Nato skupno pripravimo vse potrebno orodje in rekvizite. Dejstvo je, da se otroci s skupno pripravo lažje vključijo v vadbenu uro in s tem tudi bolje sodelujejo ter tako bogatijo svoje znanje in krepijo svoj razvoj. Ponavadi se vedno zberemo okrog zabojčka z rekviziti, kjer jih vprašam, kaj neki se skriva v njem. S skupnim ugotavljanjem pridemo do ugotovitev in temu sledi razdelitev rekvizitov. Z uporabo športnih pripomočkov jih skušam vedno čim bolj motivirati in v njih vzpodbuditi željo po odkrivanju in učenju novih nalog.

### ❖ Uvodni del

Pravi uvodni del se prične takrat, ko se gibamo - ogrevamo in ko je gibanje namenjeno psihični in fizični pripravi otrok na kasnejše delo. Z ogrevanjem poživimo krvni obtok, ustvarimo pozitivno atmosfero med otroci ter spodbudimo naše najmlajše k vadbi. V tem delu uporabimo dinamične vaje in oblike gibanja (hoja, tek, skakljanje), s katerimi pospešimo delovanje organov. Lahko izberemo tudi živahne elementarne igrice, v katerih ves čas sodelujejo vsi otroci. V tem delu se izdatneje poslužujemo uporabe glasbe, saj pripomore k bolj sproščenemu vzdušju na začetku in k bolj dinamičnem gibanju otrok.

### ❖ Gimnastične vaje

Z njimi dopolnjujemo uvodni del, toda pri njihovi uporabi moramo biti pozorni, da so opisane in predstavljene na otrokom primeren način. S pripovedovanjem neke zgodbe ponavadi preusmerimo otrokove misli in na ta način, ne da bi se zavedal, otrok izvaja prave gimnastične vaje, s katerimi krepi in razvija svoje telo.

Kot zanimivost naj navedemo nekaj misli Cemičeve (2000), ki navaja v svojem prispevku, da vesplošno vodilo pri uvodnem delu, da so gimnastične vaje nepogrešljivi del ogrevanja pri vadbni uri, ne drži za predšolske otroke. Meni, da je k predšolskemu otroku nesmiselno pristopiti s konstruiranimi gibi, kot so gimnastične vaje, če imamo učinkovitejši način - igro. S tem lahko še dodatno podpremo mnenje o igri, da je za predšolske otroke izjemnega pomena, saj se preko nje uči, sprošča, seznanja z drugimi otroci in okolico. Preko igre se predšolski otrok vsestransko razvija in krepi. Igra, nasproti gimnastičnim vajam dopušča otroku, da je aktivni raziskovalec svojih gibalnih idej.

## **GLAVNI DEL**

V osrednjem delu vadbe skušamo z vajami, ki jih otroci že poznajo, krepiti in razvijati motorične sposobnosti otrok. Traja praviloma 20 minut. Z novimi ali dopoljenimi vajami in igrami se otroci učijo ter s tem urijo že znane vaje v različnih situacijah. Pri tem se učijo prilagajanja in vztrajnosti. Toda kljub vodeni aktivnosti, mora glavni del pri otroku dopuščati, omogočati in spodbujati otroško igrivost.

Vaje za glavni del vadbene ure izbiramo iz:

- vaj osnovne motorike (plazenje, plezanje, kotaljenje, metanje in ujemanje predmeta, zadevanje, vlečenje, potiskanje, skakanje, visenje, vaje ravnotežja, spretnosti na tleh ipd.).
- športne zvrsti (plavanje, smučanje, kotalkanje, kolesarjenje, sankanje, vožnja s skirojem, drsanje ipd.).

Seveda trajanje vadbene ure prilagajamo vsakodnevnim okoliščinam, saj vsaka skupina otrok zahteva svoj pristop in način dela. Predvsem poskrbimo, da določen del vadbene ure oblikujemo tako, da je vsebinsko zanimiv in gibalno dovolj zahteven glede na starostno obdobje otrok.

## **ZAKLJUČNI DEL**

Zadnji del vadbene ure je namenjen umiritvi otrok in se navezuje na glavni del ali pa je tudi že prehod v drugo zaposlitev. V tem delu uporabimo takšne igre in vaje, ki otroka umirjajo in s tem njegovo telo povrnejo na normalno delovanje. Poslužujemo se predvsem mirnih iger, mirnega gibanja, dihalnih vaj in vaj za hrbtenico, prilagojenih starostni stopnji otrok. Pri zaključnem delu vadbene ure tudi skupaj povzamemo glavno temo in namen vadbe, na nek način zaokrožimo temo igre. To je edini trenutek poleg uvodnega dela, ko si vzamemo čas in si malce bolj prisluhnemo sami sebi in eden drugemu.

### **Obremenitev med vadbeno uro**

Poseben poudarek damo obremenitvi v času vadbene ure. Obremenitev se od uvodnega dela preko gimnastičnih vaj postopoma zvišuje, nato se v glavnem delu zviša do maksimuma (malce pred koncem vadbenega dela), čemur sledi strmo spuščanje v zaključnem delu, kjer mora biti obremenitev le neznatna.

### **Vadbeni prostor**

Najprimernejši prostor je vsekakor športna igralnica, lahko pa je tudi igralnica v vrtcu ali kakšen večnamenski prostor, otroško igrišče ter razne športne površine, travnik, gozd, itd. Vadbeni prostor je lahko zelo raznolik in z njegovim spreminjanjem hkrati vadbo dodatno popestrimo. Pomembno je, da vsak prostor pregledamo ter s tem poskrbimo za varnost naših najmlajših. Otrokom točno določimo, do kje sega naš vadbeni prostor, da ne bi prihajalo do neljubih nezdod.

### **Pripomočki za vadbo**

Sem sodijo najrazličnejša orodja in rekviziti, s katerimi vadbo poživimo ter vrednost vaj povečamo. Lahko vodimo tudi uro brez orodja, pri čemer moramo otroke navdušiti za vadbo na druge načine in tako uporabiti drugačna motivacijska sredstva (*zgodba, glasba ipd.*). Pripomočki so lahko tudi: likovni material (kreda, barve itd.), **glasbeni** (*zvoki, glasbeni instrumenti, radio in zgoščenke itd.*), o slednjih več v nadaljevanju diplomskega dela.

### **2.4.4 Športno dopoldne/popoldne**

Športno dopoldne ali popoldne je množična vadba, v kateri sodeluje večje število otrok iz več različnih oddelkov enega ali več vrtcev. Pri tem so možne različne starostne kombinacije, s čimer se otroci, vzgojitelji in starši spoznavajo med seboj. Poznamo mnoge oblike množičnih vadb, v diplomskem delu pa se bomo posvetili bolj opisu in uporabi športnega dopoldneva in popoldneva.

Takšna oblika dela ima lahko *družabni namen*, kjer vse skupaj posvetimo vadbi otrok. Cilj športne vadbe v športnem dopoldnevu ali popoldnevu je, da se otrok seznanja, vadi, osvaja in uporablja motoriko, ki je značilna za športne zvrsti primerne predšolskim otrokom. Lahko pa je ta način zasnovan in namenjen *tekmovanju*, kjer na koncu podelimo športne značke. S tem so otroci lahko še dodatno motivirani, pa tudi celotna zaposlitev dobi nek večji pomen.

Vsebina športnega dopoldneva/popoldneva je lahko ena ali več športnih zvrsti ali vzporednih športnih vaj, ki dobro vplivajo na razvoj motorične izobrazbe za športne zvrsti (Kosec in Mramor, 1991). Sem vključujemo *vaje in igre spretnosti z žogo, vožnja s skirojem, vožnja s kolesi, rolerji, kotalkami*, pa tudi *sankanje, smučanje, plavanje*. Lahko bi kot vsebino uporabili tudi izlet, smučarsko ali plavalno dopoldne, pri čemer pa so velikega pomena organizacijsko-tehnične priprave.

Vsebinska priprava športnega dopoldneva ali popoldneva zahteva ustrezno pripravo: določimo število otrok, ki bodo sodelovali, število otrok v posameznih skupinah, uredimo garderobni prostor, določimo prostor za vadbo ali tekmovanje, prostorsko razporedimo skupine otrok, pripravimo športne pripomočke in druge potrebščine, pripravimo urnik vadbe, organizacijo kroženja skupin od enega vadbenega prostora do drugega (Videmšek in Visinski, 2001).

*Glasbo* uporabljamo v uvodnem in zaključnem delu, z namenom vzpostavitve veselega vzdušja ter dinamičnega gibanja. V glavnem delu pa je običajno bolj spremljevalne narave in včasih tudi povsem nepotrebna.

Športno popoldne in dopoldne sta organizacijski obliki, ki med seboj združujejo otroke, vzgojitelje in starše. S tem pripomorejo k socializaciji, spoznavanju otrok med sabo in odraslimi. Prav bi bilo, da bi vrtci ter ostale ustanove in društva, ki se ukvarjajo s predšolskimi otroci, vključili omenjeni obliki nekajkrat letno v vzgojno - izobraževalni program, ki ga izvajajo. S tem bi tudi dvignili raven področja gibanja v predšolskem obdobju na bistveno višjo raven in ji dali zaslužno mesto.

### **2.4.5 Sprehod ali izlet**

*Sprehod* je usmerjena zaposlitev, ki je načrtovana nekajkrat tedensko in nima vedno le športni cilj. Na sprehodu se otroci seznanjajo z vsebinami iz različnih področij in je iz tega vidika pomembna oblika, preko katere se otroci včasih tudi prvič seznanjajo s prometno vzgojo, spoznavanjem narave, spoznavanjem širšega okolja, ipd. Je krajša oblika kot izlet, kateri že zahteva več organizacije in priprav. Izlet v svojem bistvu zajema že elemente pohodništva. Je že bolj športno naravnana oblika zaposlitve in nosi v sebi številne cilje športne vzgoje. Dolžina poti in čas trajanja sta daljša kot pri sprehodu.

*Izlet* je najbolj cenena in dostopna oblika rekreacije. Namen ni le zabava, razvedrilo in aktiven počitek, ampak je tudi usmerjanje otrok k opazovanju naravnih lepote v različnih letnih časih (Videmšek in Visinski, 2001).

Prav na sprehodih in izletih si lahko vzamemo nekaj časa in ga posvetimo glasbi in razvoju sposobnosti petja, igranja na improvizirane instrumente ipd. Pri igrah, s katerimi si popestrimo posamezne odseke pohoda, lahko uporabimo glasovne in zvočne elemente ter s tem medpodročno povežemo gibanje z glasbo. Še prav poseben poudarek pa damo športnim igram na koncu sprehoda, pohoda ali izleta, s čimer zaključimo in na nek način zaokrožimo celotno, nekajurno zunanjo aktivnost.

## 2.4.6 Rojstno-dnevna animacija

Glede omenjene oblike zaposlitve je zelo malo napisane literature, zato bom s svojimi številnimi izkušnjami skušala predstaviti omenjeno obliko dela, ki jo izvajamo že vrsto let ob vikendih v »Športnem društvu Gib«.

Rojstno-dnevna animacija je v našem primeru dve urna aktivnost, kjer otroci na športen način praznujejo svoj rojstni dan. S svojimi prijatelji in animatorjem se zberejo v eni od dvoran in pričnejo z ogrevanjem. Naj poudarim, da v celotnem času praznovanja uporabljamo glasbeno spremljavo. Na začetku je namenjena ogrevanju in pripomore k sproščenemu vzdušju, da se otroci lažje spoznajo med sabo in vaditeljem. Nato sledijo druge aktivnosti v različnih dvoranah. Pri prehodih iz dvorane v dvorano vedno naredimo »vlak«, (otroci držijo drug drugega za ramena) in pojemo kakšno otroško pesem, ki je otrokom znana. Nato v glavnem delu uporabljamo glasbo kot sredstvo, ki nakaže začetek in konec naloge, ali pa zgolj kot glasbena podlaga, ki spremlja poligon.

Pri rojstno-dnevni animaciji se izvaja medpodročno povezovanje, saj med seboj vaditelj združi in poveže različna področja otrokovega razvoja. Gibalno vzgojo nenehno povezuje z glasbo, matematiko, jezikom ter preostalimi področji, zato je omenjena oblika ena izmed zanimivih in malce nenavadnih organizacijskih oblik, ki jih lahko uporabljamo z namenom medpredmetnega povezovanja.

## 2.4.7 Orientacija v naravi

Nadgradnja sprehoda ali izleta v naravo ali kam drugam je orientacijski pohod ali preprosto orientacija. To je občasna zaposlitev za otroke med 5 in 7 letom, saj mlajši še ne dojemajo zahtevnosti zaposlitve. Cilj te dejavnosti je, da na poseben način zaposlimo otroke, s tem, da iščejo pot in na tej poti rešujejo različne naloge. Naloge izbiramo s področij: likovne, glasbene, športne vzgoje, plesne ali spoznavanja narave.

Pogostokrat se uporablja v predšolskem obdobju za tovrstno obliko zaposlitve »Iskanje zaklada«. Pri tem poleg različnih nalog, katerih obvestila morajo poiskati in jih opraviti, iščejo še zaklad v obliki vrčke bombonov, lizik, sadja ipd.

Orientacijski pohod vpliva na aerobne sposobnosti otrok. S hitro hojo otroci tečejo na krajše razdalje, skakljajo in skačejo, hodijo po brunih, plezajo na kozolec ali drevo, mečejo predmete v daljavo, zadevajo ograje, prenašajo bremena. Vse to ugodno vpliva na celoten otrokov telesni razvoj.

Prav tako se otroci na orientacijskem pohodu *srečujejo s povezavami mnogih področij*, predvsem s spoznavanjem narave. A tudi povezovanje z vsebinami glasbe ni zanemarljivo, saj po poti otroci pojejo, v ritmu štejejo korake, poslušajo zvoke narave itd.

Omenjena oblika je prijetna sprememba in popestritev pri predšolskih otrocih, pri čemer je pomembno, da otrokom razložimo, kaj sploh je orientacijski pohod, po čem se orientiramo ipd. Lahko jih tudi vključimo v neposredne priprave s tem, da nam pomagajo pri izdelavi znakov za pot in opozorilnih znakov.

Kosec in Mramor (1991) v svojem delu navajata, da lahko zelo preprosto obliko »iskanja zaklada« pripravimo za mlajše otroke v igralnici ali telovadnici ali na mirnejšem delu igrišča. Kot zaklad lahko določimo: barvice, knjige, glasbila, sadje ipd. Vzgojitelj skupaj z otroki išče predmete ter jih pri tem usmerja in vzpodbuja če skrenejo s poti. Orientacija je pomembna za otrokov splošni razvoj, saj je to igra iskanja, s katero si urijo *orientacijo v prostoru*, *percepcijo* (opazovanje predmetov na določenem delu), *logično sklepanje* na podlagi napotkov, *samostojnosti*, *osnovnih motoričnih navad*, ko se prilagaja skritemu predmetu (hoja, plazenje ipd.).

#### **2.4.8 Zimovanje/letovanje**

To sta posebna načina življenja otrok v naravi. Glavni namen je bivanje in gibanje na svežem zraku, v naravnem okolju. *Zimovanje* se izvaja v zimskem času, na zasneženih področjih, kjer se z igrami na snegu otroci prvič seznanjajo s snegom in njegovimi zakonitostmi. Prav tako je velikokrat prav zimovanje čas, ko se nekateri otroci prvič seznanijo z učenjem smučanja ter opremo potrebno za omenjeno aktivnost.

*Letovanje* se izvaja poleti, ponavadi v kakšnem obmorskem kraju, kjer se otroci učijo prvih plavalnih zamahov in se z najrazličnejšimi igrkami prilagajajo na vodo.



Tudi zimovanje in *letovanje* sta primerni organizacijski obliki, s katerima lahko uresničujemo medpredmetne povezave. Že bivanje v drugem kraju nudi povezovanje področij narave, jezika, gibanja, glasbe itd. Zaposlitve otrok med dnevom so različne in z njimi skušamo delovati celostno, na otrokov celotni razvoj. Že dnevni red življenja na zimovanju/letovanju med seboj neločljivo povezuje vsa področja.

### **2.4.9 Javni nastop**

Javni nastop je občasna oblika prikaza športnih dejavnosti in dosežkov na športnem področju. Prireditev je lahko namenjena staršem ali širši javnosti. Vsebina nastopa je podobna vsakodnevnim športnim dejavnostim (Videmšek in Visinski, 2001)

Ta oblika je zaključek osvojenega - naučenega v določenem obdobju. Je prikaz rezultatov načrtnega dela na športnem področju in neke vrste pregled nad osvojenim znanjem. Otroci z nastopom predstavijo svoje delo, se dokončno izrazijo in dajo pečat tej obliki dela. Z nastopom se zaokroži oziroma zaključi določen projekt. Je končna izvedba, ki daje otrokov priznanje, da zmorejo, da so zmogli.

Trajanje nastopa je odvisno od njegove vsebine in števila nastopajočih skupin toda načeloma naj bi trajal od 30 do 40 minut.

### 3 CILJI

Glede na predmet in problem sta cilja diplomskega dela naslednja:

- poiskati **praktične primere medpodročnih povezav** med športnimi in glasbenimi vsebinami ter jih ustrezno zapisati in predstaviti v obliki primerov iger in gibalnih nalog;
- predstaviti **možnosti povezovanja športnih in glasbenih vsebin**, ki jih lahko uporabimo v okviru različnih **organizacijskih oblik športne vzgoje** v predšolskem obdobju.

## 4 METODE DE LA

Diplomsko delo je monografsko delo, pri katerem smo uporabili **deskriptivno metodo** dela. Z nalogo bomo prikazali možnosti povezovanja športnih in glasbenih vsebin v predšolskem obdobju. Pri pregledovanju literature nam je bila v pomoč domača in tuja literatura, internetne strani, poleg tega pa sem si največ pomagala z lastnimi izkušnjami, ki sem si jih pridobila pri delu s predšolskimi otroci v vrtcu in šoli, kot »au pair« v tujini, pri tabornikih, v dolgoletnem delu s predšolskimi otroki v »Športnem društvu Gib« ter med delom z otroki v drugih športnih zavodih in ustanovah.

## 5 MEDPODROČNO POVEZOVANJE ŠPORTNIH IN GLASBENIH VSEBIN

### 5.1 Skupna izhodišča

Pri načrtovanju medpodročnih povezav moramo biti športni pedagogi, starši in vzgojitelji pozorni na to, da gre v gibalnem razvoju pri otroku za *temeljno gibalno fazo*, pri odraslem pa za *športno*. Namreč otrok v sebi šele nosi in ustvarja osnove gibanja, katera potem odrasli v športni fazi že povezujejo v zapletena športna gibanja. Zato moramo skrbeti, da otrokom na igriv in njim zanimiv način predstavimo osnove gibanj, s katerimi se bodo fizično, pa tudi psihično krepili, saj je pri otroku glavni cilj gibalne aktivnosti ravno vzpodbuda za optimalni razvoj celovite osebnosti.

Dejstvo je, da je za celovito doživljanje glasbenih komponent in vizualizacijo glasbenih sestavin zelo primerna uporaba gibanja. Ravno iz tega je sledilo tudi zanimanje za tovrstno iskanje povezav in prepletanja gibalnih in glasbenih vsebin pri predšolskem otroku.

Črčinovič Rozman (2000) je na podlagi raziskave med študentkami razrednega pouka na Pedagoški fakulteti Maribor ugotovila, da gibanje nedvomno pripomore pri oblikovanju glasbenih predstav, saj lahko otrok preko giba pokaže in izrazi glasbeno doživetje. Večini otrok in odraslim gibanje pri glasbeni vzgoji ugaja, saj jim pomaga pri oblikovanju glasbene predstave, poleg tega pa se tudi o glasbi lažje izražajo z gibanjem. Skozi raziskavo je prišla do zaključkov, zaradi katerih je prepričana, da bodo učitelji vključevali v glasbeni pouk več gibanja, saj to med drugim:

- ❖ *omogoča učinkovitejše oblikovanje glasbenih predstav,*
- ❖ *omogoča neverbalno prepoznavanje doživljanja,*
- ❖ *omogoča razumevanje glasbe drugih.*

Vsebinske smernice za medpredmetno sodelovanje smo iskali na področju gibanja in področju glasbe, ki spada v področje Umetnosti v Kurikulu za vrtce.

Preglednica v nadaljevanju prikazuje nekaj možnosti kako še dodatno podkrepimo glasbeno znanje s pomočjo gibanja.

GLASBENE VSEBINE	GIBALNE DEJAVNOSTI	PRIMERI GIBALNIH DEJAVNOSTI v povezavi z glasbenimi elementi
➤ <u>Lastnosti zvokov</u> barva zvoka	• <u>Naravne oblike gibanja</u> : hoja, tek, skoki, plazenja itn.	Drsanje po tleh, skakanje po različni podlagi ...
	• <u>Gibanje z rokami, dlanmi, prsti</u>	Igranje na različne instrumente, stresanje balona z rižem ...
	• <u>Elementarne igre</u>	Glede na glasbo spreminjajo gibanje.
➤ <u>Lastnosti zvokov</u> višina zvoka	• <u>Naravne oblike gibanja</u> : skoki, itn	S skoki ponazarjajo višino v glasbi.
	• <u>Gibanje z rokami, dlanmi, prsti</u>	Igranje različnih tonov na glasbila (male, lastne, Orffove) .
	• <u>Osnovne dejavnosti z žogo</u>	Če so toni visoki, mečejo žogo v zrak, sicer jo kotalijo po prostoru.
	• <u>Vzpostavljanje in ohranjanje ravnotežja</u>	Če stojijo na prstih in dvigujejo roke v zrak, kot da poskušajo dotakniti viseč instrument.
➤ <u>Lastnosti zvokov</u> trajanje zvoka	• <u>Naravne oblike gibanja</u> : hoja, tek, plazenja, lazenje itn.	S hojo, tekom, skoki, plazenjem, veso, meti in lovljenjem skušamo ponazoriti trajanje glasbe.
	• <u>Gibanje z rokami, dlanmi, prsti</u>	Igranje na različne instrumente, različno dolgo...
	• <u>Elementarne igre</u>	Igra traja toliko časa, kot ga določa glasbena podlaga.
	• <u>Plesne igre</u>	Vrtimo se toliko časa, kot ga določa glasba.
➤ <u>Lastnosti zvokov</u> jakost zvoka	• <u>Naravne oblike gibanja</u> : hoja, tek, plazenja, skoki, lazenje itn.	Močnejše ali šibkejše izvajamo naravne oblike gibanja; z večjo ali manjšo silo; potiskanje in vlečenje predmetov.
	• <u>Gibanje z rokami, dlanmi, prsti</u>	Igranje na različne instrumente z različno jakostjo - močjo.
➤ <u>Smer zvokov</u>	• <u>Naravne oblike gibanja</u> : hoja, tek, plazenja, lazenje itn.	Uporabimo različne oblike gibanja, da sledimo zvoku.
	• <u>Gibanje z rokami, dlanmi, prsti</u>	Igranje na različne instrumente.
	• <u>Elementarne igre</u>	Pri igrah smo pozorni na zvok, ki prihaja iz glasbenega stolpa.
	• <u>Vzpostavljanje in ohranjanje ravn.:</u>	Obrati okrog svoje osi, ko se usmerjaš na zvok, ki prihaja.

➤ <u>Različna hitrost</u>	• <u>Naravne oblike gibanja: hoja, tek, plazenja, lazenje itn.</u>	Različno hitro/počasno izvajanje naravnih oblik gibanj.
	• <u>Elementarne igre</u>	Hitro izvajanje neke igre ali pa počasna izvedba.
	• <u>Plesne igre</u>	Izmenjevanje hitrih in počasnejših delov v plesu ali plesnih igratih.
➤ <u>Čut za ritem</u>	• <u>Naravne oblike gibanja: hoja, tek, plazenja, lazenje itn.</u>	Proizvajanje ritmičnih vzorcev v hoji, teku, skokih. Ritmični odmevi v parih.
	• <u>Gibanje z rokami, dlanmi, prsti</u>	Igranje različnih ritmičnih vzorcev na lastne, male instrumente.
	• <u>Plesne igre</u>	Ples v različni ritmični glasbi.
➤ <u>Melodični posluš</u>	• <u>Naravne oblike gibanja: hoja, tek, plazenja, lazenje itn</u>	Različno gibanje ob petju pesmice, izštevanke, koračnice, itd.
	• <u>Gibanje z rokami, dlanmi, prsti</u>	Igranje na različne instrumente.
	• <u>Plesne igre</u>	Poslušanje glasbe in nato plesanje na dane melodije.
➤ <u>Glasovne in pevske zmožnosti</u>	• <u>Naravne oblike gibanja: hoja, tek, plazenja, lazenje itn.</u>	Proizvajanje glasov in petje ob izvajanju kakšnega od naravnih oblik gibanja.
	• <u>Gibanje z rokami, dlanmi, prsti</u>	Dirigiranje.
	• <u>Elementarne igre</u>	Petje besedila v igri ali pa izrekanje izštevank.
	• <u>Plesne igre</u>	Petje ob plesu.
➤ <u>Spoznavanje glasbenih instrumentov</u>	• <u>Naravne oblike gibanja: hoja, tek itn.</u>	Drsanje po tleh, skakanje ...
	• <u>Gibanje z rokami, dlanmi, prsti</u>	Igranje na različne instrumente.
	• <u>Elementarne igre</u>	Z instrumenti določamo začetek in konec igre, jih uporabimo za skrivanje, lovljenje ...
	• <u>Plesne igre</u>	Uporaba instrumentov ob plesu.

*Preglednica 1: Pregled gibalnih dejavnosti, s katerimi uresničujemo glasbene vsebine.*

Pri uresničevanju gibalnih in glasbenih vsebin imajo otroci možnost načrtnega pridobivanja glasbenih izkušenj, s pomočjo glasbenih dejavnosti pa razvijajo svojo osebnost. Pot pridobivanja glasbenih izkušenj s pomočjo gibanja je za otroke bolj dinamična, zanimivejša, aktivnejša in ni omejena na kognitivna spoznanja. Zato se otroci še toliko raje učijo in seznanjajo z glasbenimi vsebinami preko gibalnih izkušenj.

V obdobju slabo razvitih sposobnosti verbalnega - besednega izražanja je gibanje tista dejavnost, ki omogoča spontano izražanje čustev. Z njo je moč izraziti glasbena doživetja, brez nepotrebnih poimenovanj. Gibanje in ples omogočata neverbalno komunikacijo, s katero lahko učinkovito nadomestimo pomanjkljivosti na glasbenem področju.

Z gibanjem pa ne izražamo le občutij in čustev, temveč lahko z njim *razvijamo*: (Črčinovič Rozman, 2000)

- **ritmično-metrične sposobnosti** (metrum, ritem, tempo),
- **vizualne predstave o višinski dimenziji glasbe** (zaznavanje tonških višin),
- **razumevanje glasbene oblikovanosti** (zaznavanje sprememb v glasbi, principov in delov glasbenih oblik; zaznavanje manjših glasbenih elementov oblikovanja).

Gibanje je tista dejavnost, s katero lahko delamo »čudeže« na drugih področjih otrokovega razvoja. Za otroka je najprimernejši medij, s katerim odkriva in spoznava širino glasbenega področja. Otrokom sam, je gibanje, ki se vrši in odvija vedno in povsod. S tem, ko neko stvar naredi, jo najlažje osvoji, saj si na ta način pridobi gibalne izkušnje, ki ga v nadaljnjem razvoju bogatijo in mu olajšajo marsikatero težavo.

*»Kar slišim, pozabim,  
kar vidim, si zapomnim,  
kar naredim, razumem in znam.«*

V tem znanem kitajskem reku se vsekakor skriva pomen celostnega razvoja, ki je še toliko pomembnejši pri učenju naših najmlajših. Da nekaj naredimo, je potrebno gibanje - uporaba celotnega telesa. Pomembno je, da ga vključimo v preostala področja ter tako omogočimo otrokom hitrejše in bogatejše osvajanje in razumevanje sveta, ki ga z vsakim novim dnem osvaja vedno več.

## **5.2 Igra - najučinkovitejše sredstvo za uresničitev medpodročnih povezav v predšolskem obdobju**

Igra ima odločilno vlogo v otrokovem razvoju in vzgajanju. Kot svojstvena dejavnost je najbližje otrokovi naravi in zakonitostim njegovega odraščanja. Za otroka je igra temeljna spoznavna izkušnja in osnova za proces osvajanja (Videmšek, 2003).

Gibanje v igri pomaga otroku odkrivati svet in je sestavni del njegovih dejavnosti od prvih tednov življenja.

### **Pomen gibalne igre za otroka**

Z gibalno igro lahko vplivamo na celosten razvoj, saj se v njej spontano prepletajo gibalno, spoznavno, čustveno in socialno področje otrokovega razvoja. Z njo se pozitivno in na igriv način učimo novih gibalnih in vseh drugih znanj. Otrok preko nje zadovoljuje skoraj vse svoje biološke in socialne potrebe po gibanju. Vsekakor je glede na današnji način življenja nepogrešljiva, če ne kar nujna oblika motorične aktivnosti pri otrocih.

Razvojna spoznanja so privedla do poudarka samega procesa izobraževanja – in postavila igro kot najnaravnejši in optimalni proces učenja v predšolskem obdobju. »Otroška igra je tista dejavnost, ki na najbolj naraven način združuje temeljna načela predšolske vzgoje, in je v primeru, da je opredeljena dovolj široko v smislu preseganja svoje vpetosti v t.i. akademski ali razvojni pristop v predšolski vzgoji, razumljena kot način otrokovega razvoja in učenja v zgodnjem obdobju« (Kurikulum za vrtce, 1999).

Igra, ki se izvaja v skupini, je za otroke zabavnejša in spodbudnejša kot individualne gibalne naloge. Z igrami, kjer je pomembno sodelovanje ne pa tekmovalnost, lahko otroci na prijeten in dinamičen način razvijajo svoje gibalne in funkcionalne sposobnosti ter osvajajo različne gibalne koncepte oz. sheme. Otroci posnemajo drug drugega, prihajajo do novih spoznanj o sebi in drugih, se potrjujejo in si ustvarjajo čustven odnos do skupine in svojih dejanj. Otroci sodelujejo med seboj, prilagajajo svoje zanimanje ciljem skupine in spoštujejo pravila igre. Otroci, ki so bolj osamljeni, dobijo priložnost, da se pogovarjajo in spoznajo z vrstniki, tisti, ki so preveč vsiljivi pa se podredijo pravilom skupine.



Otroci med seboj razvijejo solidarnost, medsebojno pomoč ter spoznavajo in spoštujejo različnost. Otroci se navadno v igri povsem sprostijo, zmanjšajo se jim celo nekatere bojzani, kot so strah pred govorjenjem pred celo skupino, strah pred zagovarjanjem stališč itd. (Jurak, 1999, v Videmšek, 1999).

### 5.3 Vključevanje glasbenih vsebin v področje gibanja

Glasbeni izraz in učinke glasbe je otrokom težko besedno razložiti, saj svoja občutja in doživetja lažje izrazijo z gibanjem in plesom. Seveda pa lahko svobodno gibanje ob glasbi od otrok pričakujemo in zahtevamo šele po tem, ko osvojijo znanje gibanja, saj pri gibalni improvizaciji uporabljajo le tisto, kar poznajo. Tako za prepoznavanje in gibalno uresničevanje glasbenih vsebin zahteva dolgotrajnejšo vajo in čim več preizkušanja različnih možnosti. In ravno zato moramo glasbene vsebine čim več vpletati in povezovati v gibalne, saj lahko z otroci le na ta način dosežemo želene cilje.

**Glasba** nam lahko služi kot motivacija ali napoved za neko drugo dejavnost. Lahko jo uporabimo za umiritev pred spanjem ali pred počitkom ali pa preprosto za umiritev velikokrat preglasnih otrok. Iz svojih lastnih izkušenj lahko povem, da pri glasnih otrocih velikokrat s petjem kakšne pesmice ne mine minutka ali dve, ko se vsi obrnejo in začnejo poslušati. Glasnost se umiri do take mere, da vsi slišijo, poleg tega pa se nezavedno umirijo in nadaljujejo svojo aktivnost z veliko bolj tihim načinom. Veliko jih tudi dostikrat začne spraševati, zakaj pojem in katera je ta pesmica. Pesem ali druga glasbena vsebina tudi sprošča napetost, umirja jok, pa tudi prežene slabo počutje in prinaša prijetno atmosfero v prostoru.

Otrok lahko z gibanjem izrazi naslednje *glasbene značilnosti* (Pesek, 1998):

- **razpoloženje v skladbi** (veselo – žalostno)
- **tempo in spremembe tempa** s spreminjanjem hitrosti gibanja,
- **dinamiko ter dinamične spremembe** z različno količino energije v gibih, s hojo po prstih pri tihi glasbi ter stopanjem po celem podplatu pri glasni,
- **tonsko višino** z gibanjem v visokih položajih pri visokih tonih in nizkih položajih pri nizkih tonih,
- **ritem** z zadrževanjem gibov pri dolgih tonih in s kratkimi, odsekanimi potezami pri kratkih tonih,
- **akcent** z uporabo poudarjenih gibov,
- **dobo** s stalnim gibanjem na glasbeni pulz,

- **repeticijo in kontrast** s ponavljanjem ali spreminjanjem določenih telesnih gibov,
- katerekoli **spremembe v glasbi** s spreminjanjem sloga, smeri ali stopnje intenzivnosti gibanja.

Glede načrtovanja pedagoškega dela Pesek (1997) v svojem delu govori o tem, da če smo seznanjeni z razvojnimi posebnostmi otrok na določeni starostni stopnji, lažje in uspešnejše načrtujemo in organiziramo glasbene vsebine, ki jih bodo otroci sposobni sprejemati.

Vsekakor je dejstvo, da so področja že sama po sebi med seboj prepletena, saj jih je preprosto nemogoče ali pa vsaj težko ločiti. V predšolskem obdobju se vse med seboj povezuje in prepleta, saj je za otroka vse kot ena celota, ki jo z leti ločuje in analizira in deli na posamezna področja. Prav tako se godi z otrokom, saj svoj mali osebni svet, ki je v edini povezavi s starši, začne z leti širiti na okolje drugih posameznikov, nato sovrstnikov, ljudi v vrtcu itd. Nenehno si širi svoj prostor in tako prihaja do pomembnih spoznanj, ki mu služijo za nadaljnji razvoj in nenehno učenje. Z osvajanjem različnih področij in nato njihovimi povezovanji si gradi svoj svet, sebe, svojo identiteto, svoje ime. Uči se komunikacije z okolico, ki je vedno okrog njega. Nenehno se nahaja v interakciji sam s sabo, sam s starši, sam z okolico.

**Gibalno-glasbene izkušnje so priložnosti**, s katerimi otrokom omogočamo, da z njimi razvijajo (Young in Glover, 1998):

- *ostro in slušno zaznavanje;*
- *koncentracijo in spomin;*
- *timing in ritmično zavedanje;*
- *ravnotežje fizične kontrole in fizične svobode;*
- *glasbeno in socialno občutljivost.*

In če vzamemo pod drobnogled športno vzgojo v predšolskem obdobju, ugotovimo, da je za otroka gibanje izjemnega pomena, saj mu nudi zadovoljitev dveh glavnih potreb. To sta *potreba po igri in potreba po gibanju*. Dejstvo je, da področje gibanja s področjem glasbe težko ločljivo, saj se glasbeni elementi nenehno pojavljajo v vsebinah gibanja in tako motorično aktivnost nemalokrat vzpodbudijo, so vir motivacije za gibanje. Poleg tega glasbene vsebine mnogokrat popestrijo suhoparno gibanje, ki lahko nastane na podlagi utrujenosti vzgojitelja - odraslega, ali pa dolgočasnosti gibanja, kot je tek ali pa ponavljajoča

se gibanja ali vaje. Zato je na nek način vpeljava glasbenih vsebin, nujno potrebna za uspešno učenje in osvajanje novih znanj.

Glasba spada v področje umetnosti, kar nam da vedeti, da se preko nje otrok sprošča in tako izraža sam sebe in svoje počutje. Nudi mu zavetje in varnost, nekakšen drugi svet, v katerem ga nihče ne ovira. Sam si lahko skozi njo poišče pot, preko katere bolj sproščeno in sigurno izvede želeno gibanje. Ravno zaradi slednjega lahko trdimo, da je glasba ena od izjemno pomembnih vsebin, ki bi jih morali nenehno vpletati v gibalno aktivnost predšolskega otroka.

Opazovanje otrokovega gibanja in plesa ob glasbi omogoča vzgojitelju vpogled v spremljanje razvoja glasbenih sposobnosti otrok. Je pa poleg tega tudi pomembno sredstvo za navezovanje socialnih stikov.

#### **5.4 Gib in glasba (gibanje v glasbi in ob glasbi)**

Otrok lahko z gibalnimi izkušnjami dosega glasbena znanja na naraven in smiseln način. Z gibalno dejavnostjo spoznava neposredno okolje, se v njem giblje in spremlja odnose v njem. Izraža osnovne miselne informacije, z gibalnimi dejavnostmi grupira, razvršča, razlikuje in primerja lastnosti predmetov in pojavov v prostoru in v naravi; doživlja sebe, drugega, uresničuje potrebe po gibanju, ustvarjanju, doživljanju, raziskovanju, združevanju (Pišot in Čok, 1998, v Videmšek, 2003).

Če spoznamo, da je otrokovo doživetje osnovnega gibanja informirano v veliki meri iz čutnih področij, ki se jih običajno ne zavedamo (ravnotežnostni organ, proprioreceptorji), lažje razumemo, da si predšolski otrok lahko uredi gibanje samo preko lastnih preizkušenj, ki pa morajo biti raznolika in ne enaka (Cemič, 2001).

## **Prednosti glasbe, ki jo vključimo v gibalno aktivnost**

Za zaznavo giba so zelo pomembne informacije (čutni vhodi) iz *ravnotežnega*, *kinestetičnega*, *taktilnega*, pa tudi *vidnega* in *slušnega področja*. Te informacije se šele usklajujejo in oblikujejo enotne zaznave osnovnega gibanja v tem obdobju. Čutni vhodi so pomembni, saj pri osvajanju giba pripomore vsaka dodatna informacija. Kot primer naj navedemo: npr. glasba kot slušni vhod služi za močnejše in hitrejše učenje gibov.

Young and Glover (1998), ponujata v svoji knjigi preglednico:

### **MOŽNOSTI POVEZAVE GIBA Z GLASBO**

- ❖ **Kvaliteta giba in glasbe predstavljata eno in isto.**
- ❖ **Gib kot prisposoba za analiziranje glasbenih elementov.**

tišina = mirnost	
kvaliteta zvoka = kvaliteta giba	podprtost enega z drugim
razlike v glasnosti = razlike v energičnosti	dinamika
spremembe v hitrosti = hitrost v premikanju	tempo
ritmični vzorci = gibalni vzorci	trajanje
srčni utrip = regulacija giba	

#### **Preglednica 2: Pregled povezovanja gibalnih in glasbenih elementov.**

- ❖ **Gibanje v glasbi je tudi način poslušanja** (gib osredotoča na glasbo in prevaja glasbo v fizično, vidno obliko).
- ❖ **Gibalne in zvočne asociacije krepijo glasbene sposobnosti** (ritmični spomin se razvije skozi gibanje).
- ❖ **Gib je lahko izvor gibalnih idej za aktiviranje glasbe** (iz izvajanja, gre preko predstavljanja do komponiranja).
- ❖ **Obstajajo nekatere glasbene in plesne oblike, ki so smiselne le, če se izvajajo posamezno določene plesne ali zapete igre.**

Glasbeno izvajanje je povezano z gibanjem, ki je tudi del reagiranja na poslušano in izvajano glasbo. Zvoki in doživeta izvedba lahko v poslušalcu sprožijo vznemirjenje, ki je človekov notranji del razumevanja glasbe. In ravno zaradi tega poskušamo otrokom omogočiti kar se da doživeto in vznemirljivo dožemanje glasbe, ki jo na svoj način čutijo in sprejemajo.

## Gib kot sredstvo nebesednega izražanja

Načine *komunikacije*, kot procesov izmenjave sporočil, s katerimi se sporazumevamo, delimo na:

- *Besedno - verbalno* in
- *Nebesedno - neverbalno* komunikacijo.

*Gib*, kot osnovno gibalno sredstvo, sodi v nebesedno vrsto komunikacije. Zanj ne potrebujemo besed in uporabe govora, zato ta vrsta komunikacije odgovarja večini predšolskih otrok, saj imajo še težave z besednim izražanjem, katerega pridno iz dneva v dan večajo in bogatijo. Velikokrat je gib tudi v pomoč pri razumevanju otrokovih želja, potreb in čustev. Skozenj otrok širi svoje obzorje znanja, se izraža in tako kaže svoj odnos do sebe in sveta okrog njega.

Zorman (1999) navaja, da z gibi človek uresničuje vrsto ciljev: eksistenčne, agonistične, rekreativne, preventivne, edukacijsko-gnoseološke, komunikacijske in simbolično-estetske. Komunikacijske cilje dosegamo s pomočjo t.i. kvalitativnih »športnih« gibov, pri katerih ne gre za zagotavljanje človekove eksistence (instrumentalni gibi), temveč »gre za govorico, sporočilo: notranji pomen je, povedati (opazovalcu, okolju), kaj doživljamo«.

Gib je nadvse uporabno sredstvo v drugih področjih otrokovega razvoja in učenja. Nedvomno veliko pripomore pri osvajanju glasbenih vsebin, katere so poleg gibanja predmet obravnave v mojem diplomskem delu. Z gibom in glasbo se otrok najlažje izraža, se na ta način zaveda samega sebe. Oba sta nerazdružljivo povezana, saj glasba v predšolskem otroku vedno vzbudi gibanje, na drugi strani pa gibanje vzpodbudi v otroku proizvodnjo zvokov in s tem posledično petje ali igranje s toni. Hodita z roko v roki skozi celoten otrokov razvoj in tako večata in omogočata širše osvajanje glasbeno-gibalnega znanja otrok.

## 5.5 Razvijanje glasbenih sposobnosti z gibanjem

Glasbene sposobnosti lahko pri predšolskih otrocih bolj učinkovito, zabavno in privlačno razvijamo s pomočjo gibanja. Gibanje spremlja poslušanje, izvajanje in ustvarjanje glasbe. Je most med »morati« in »želeti«. Saj ne, da otroci ne bi hoteli poslušati glasbe, ki jih kar pelje v svet giba, toda velikokrat prav gibanje pripomore, da jih naučimo tudi nekaterih glasbenih vsebin, ki so jim manj zanimive ali suhoparne zaradi različnih razlogov. Otrokom na ta način prijetneje približamo glasbo ter jim s tem omogočimo razvijanje in širjenje glasbenega področja.

Otroci se v najmlajših letih najprej začnejo ob glasbi *ritmično gibati* in nato sledi učenje *prvih besedil pesmi* preko uspavank ali korakanja ob koračnicah. Nato se omenjenim gibanjem v nadaljevanju pridružijo še osvajanje *otroških skupinskih iger* (npr. ringa raja). In na koncu še *ples ob petju* ljudskih pesmi, pri čemer je dobro, da je spremljava k pesmi vedno petje.

Z gibanjem lahko razvijamo **različne glasbene sposobnosti** (Črčinovič Rozman, 2000):

### a) **RITMIČNO- METRIČNE SPOSOBNOSTI**

<b>Tempo, metrum in ritem</b>
-------------------------------

Enakomerni tempo pri petju, ploskanju ali gibanju je pogosta težava pri predšolskih otrocih. Veliko jih je nagnjenih k njegovemu pospeševanju. Najenostavnejše skušamo otroke naučiti tega z *enakomerno hojo ob glasbeni spremljavi*. S tem se otroci ob poslušanju glasbe gibljejo na dobe. Ker gibanje vizualno zaznavamo, lažje razločimo spreminjanje hitrosti gibanja, kot s slušnim razločevanjem sprememb tempa glasbe.

Otrokom so bližje razgibani ritmi, kot pa zadržani. Četrtniko lahko primerjamo z otrokovo hojo, osminko pa s tekom. V igrah so pesmi sestavljene predvsem iz četrtninskih in osminskih ritmičnih vzorcev (Pesek, 1997).

Pri *počasnejšem tempu* uporabimo daljše in počasnejše korake (npr. oponašanje medveda ali zaspanega velikana), pri *hitrem tempu* pa uporabimo kratke in hitrejše korake (npr. oponašamo gibanje mravljičice, miške, leva, kobilice).

Glede na ustrezno naravo glasbe lahko hojo in tek kombiniramo s poskoki.

*Ritem* (dolžina tonskega trajanja) lahko izvajamo z »gibanjem nog« (korakanje-dvigovanje nog na znak, na tleh označimo dolžine korakov) ali »gibanjem rok« (daljši ali krajši potegi roke po delih telesa, gibi rok in nog se lahko ritmično uskladijo ali pa so si različni, s čimer dobimo poliritmiko in polimotoriko). Otroci še prav posebno radi »udarjajo« po svojem telesu, po predmetih, po tleh, s čimer ravno tako razvijajo ritmične vzorce.

### **Vrste taktov in narave gibanja**

Otroci nenehno usklajujejo svoje gibanje z različnimi vrstami taktov in z naravo glasbe. S tem v začetku prepoznajo poudarke in glasbeni izraz. Otroci hitro prepoznajo razliko v poudarkih v dve in tridelni meri. Pri iskanju uresničevanja mere z gibanjem so pogosto zelo domiselni in izvirni. Gibi so glede na naravo mehki, mirni, sunkoviti ipd. V njih je lahko večja ali manjša količina energije. Z njo je moč izraziti tudi dinamiko in njene spremembe (Črčinovič Rozman, 2000).

### **b) VIZUALNE PREDSTAVE O VIŠINSKI DIMENZIJI GLASBE**

#### **Zaznavanje tonskih višin**

Z gibanjem kateregakoli dela telesa (še posebno z roko ali celotno držo) je moč vizualno predstaviti višinsko dimenzijo glasbe. Visoki položaji ali položaji v letu - skoku pomenijo visoke tone, nizki položaji pri tleh ali v čepu pa nizke. Na takšen način vizualno predstavimo dimenzijo glasbe in olajšamo zavestno spremljanje le-teh ter oblikovanje glasbenih višinskih predstav. Otroci lažje povežejo, kdaj je ton visok in kdaj nizek.

### **c) RAZUMEVANJE GLASBENE OBLIKOVANOSTI**

#### **Zaznavanje sprememb v glasbi, principov in delov glasbenih oblik**

V glasbi se lahko otroci gibljejo svobodno ali pa glede na dogovorjeno obliko gibanja. Ko zaslišijo spremembe v glasbi, morajo način gibanja spremeniti. Spremembe v glasbi so lahko posledica nove barve glasbe, dinamike, hitrosti, intenzivnosti gibanja in sloga. Z prepoznavanjem kontrastov v glasbi se otroci učijo tudi spreminjanja gibanja z vedno drugačnimi idejami in njihovimi uresničitvami. Ob prepoznavanju različnih glasbenih delov, ki jih plesno ponazorijo, si otroci razvijajo tudi občutek za obliko. Tudi tu je gibanje spodbudno vizualno sredstvo za ponazarjanje elementov, principov in struktur pri glasbenem ustvarjanju.

### **Zaznavanje manjših glasbenih elementov oblikovanja**

Poleg daljših delov glasbene oblike lahko učenci opazujejo tudi gradbene enote kot motive in fraze. Ob petju in poslušanju jasno členjene melodije v fraze se lahko na primer gibljejo tako, da se ob koncu fraze usedejo na stol. Kadar se gibljejo v krogu, lahko na začetku nove fraze spremenijo smer gibanja. Hitrost gibanja mora seveda biti usklajena z glasbo. Ponavljajoče se glasbene motive lahko izvajajo ob poslušanju ali izvajanju glasbe z gibanjem telesa ali ploskanjem ritma – isti motiv na enak način (Črčinovič Rozman, 2000).

Pri opisanih dejavnostih otroci glasbo in njeno gibanje začutijo ter s tem svoje gibanje prilagajajo spremembam ali sporočilu glasbe.

### **Izvajanje gibalno didaktičnih iger v povezavi z glasbo, z namenom razvijanja glasbene sposobnosti**

Eden od zanimivih načinov, kako razvijati glasbene sposobnosti z gibanjem so vsekakor glasbeno didaktične igre ali krajše - GDI. Te igre so posebne didaktične igre za razvijanje aktivnosti in sposobnosti, katere so potrebne za dojetanje, doživljanje, reproduciranje in ustvarjanje glasbe. Za otroke imajo privlačno vsebino, preko katere uresničujemo različne cilje. Omenjene igre nudijo najboljšo rešitev, če hočemo otroka usposabljanje za glasbene dejavnosti. V predšolskem obdobju je igra otrokova spontana dejavnost in brez dvoma za otroka koristna za telesno rast, razvoj inteligence, pridobivanje izkušenj in znanj, za otrokova čustva in za njegov razvoj v družbeno bitje.

Kot navaja Voglar (1989, str. 158), vzgojitelji z glasbeno didaktičnimi igrami:

- ❖ vplivajo na razvoj **slušnih občutkov**,
- ❖ oblikujejo, bogatijo in širijo **slušne predstave**,
- ❖ vplivajo na razvoj otrokove **slušne pozornosti**,
- ❖ vplivajo na razvoj **glasbenega pomnjenja**,
- ❖ razvijajo določene **miselne aktivnosti**, ki morajo pri glasbenih aktivnostih funkcionirati,
- ❖ posredujejo otroku določene **glasbene pojme** in jih utrjujejo,
- ❖ vplivajo na razvoj otrokove **fantazije**,
- ❖ vplivajo na dojetanje **lastnosti zvokov**,
- ❖ vplivajo na oblikovanje **otrokovega glasu**,
- ❖ vplivajo na razvoj otrokovega **ritmičnega čuta**,
- ❖ vplivajo na razvoj **melodičnega posluha**,



- ❖ razvijajo veščino **igranja na instrumente**, razvijajo **posluh za glasbeno obliko**,
- ❖ razvijajo **posluh za večglasje**.

In ravno zaradi vsega naštetega je še toliko pomembneje vpletati glasbo v področje gibanje, saj se na ta način otroci veliko lažje in na igriv in gibalni način učijo in seznanjajo z glasbenimi elementi.

Glasbeno didaktične igre so razdeljene v skupine, glede na to, kaj preko njih z otroci spoznavamo. Otroci tako:

- **spoznavajo lastnosti zvoka**
  - BARVO ZVOKA (*Balonarski sejem, str. 108.; Prepoznavanje šumov, str. 91.; Kravica in pastirček, str.98.; Čebelice in rožice, str. 104.*),
  - JAKOST ZVOKA (*Goreči obroči, str. 80.; Krt in skriti zaklad, str. 85.; Korakanje vojske, str. 99.*),
  - VIŠINA ZVOKA (*Palčki in velikani, str. 110.; Slepí Miha išče žabice, str. 100.*),
  - TRAJANJE ZVOKA (*Vremenska napoved, str. 76.; Razmigani dirigent, str. 87.; Metuljev ples, str. 103.; Prometni zastoji, str. 106.*),
- **ugotavljajo smer zvoka** (*Rdeča kapica gre skozi gozd, str. 82.; Prepoznavanje šumov, str. 91.; Igra z zvončkom, str. 94.; Kravica in pastirček, str. 98.; Slepí miha išče žabice, str. 100.*),
- **spoznavajo različno hitrost** (*Nagajivi čeveljčki, str. 112.; Pokvarjena ura, str. 86.; Bobnarček, str. 101.; Prometni zastoji, str. 106.*),
- **razvijajo čut za ritem** (*Stonoga, str. 88.; Pokvarjena ura, str. 86.; Kenguruji, str. 92.; Žogica Nogica, str. 96.; Korakanje vojske, str. 99.; Bobnarček, str. 101.*),
- **razvijajo melodični posluh** (*Čarovnik in palčki, str. 84.; Igra z zvončkom, str. 94.; Žogica Nogica, str. 96.*),
- **oblikujejo glasbene in pevske zmožnosti** (*Kekec in Rožle, str. 113.; Ojlarijaro, zdaj pa delamo tako, str. 84.; Čebelice in rožice, str. 104.*),
- **utrjujejo rabo in poimenovanje instrumentov** (*Nagajivi škrat, str. 78.; Tihi poligon, str. 81.; Kenguruji, str. 91.; Bobnarček, str. 101.*).

V oklepajih so navedeni primeri dejavnosti s številko strani, na kateri se v diplomskem delu nahajajo.

## 5.6 Ples in plesne igre

Najlepšo in najpogostejšo povezavo med gibom in glasbo najdemo prav v plesu. Ples je že od nekdaj ena od elementarnih človekovih izraznih oblik. Je izredno širok in težko opredeljiv pojem, saj zajema celo vrsto po tehniki in namenu različnih si zvrsti (Zagorc in Tušak, 2000).

*Ples in gibanje* spadata v področje vidne stvarnosti, vendar ju njuna zveza z glasbo uvršča v področje čustvenega doživljanja. Glasbene prvine, kot so ritem, tempo, harmonija, sproščajo v otroku čustva, ki poglobljajo doživljanje plesnih dejavnosti. Gibalne igre pa omogočajo spoznavanje in doživljanje lastnega telesa v prostoru, razvijajo motorične sposobnosti otroka in spodbujajo pridobivanje družbenih navad (Videmšek, 2003).

Ples je večplastna dimenzija, ki v veliki meri vpliva na celovit otrokov razvoj. Primeren je za razvijanje otrokove ustvarjalnosti ob glasbi, likovni umetnosti, literarnem ustvarjanju in je pot za iskanje umetniškega izražanja skozi gibanje. Na nek način se skozi plesno gibanje lahko otroci umetniško izražajo in se na ta način celostno razvijajo.

Še posebej lahko izpostavimo tiste pozitivne strani plesa, ki bi jih lahko sodobna vzgoja izrabila pri preprečevanju travm v otrokovem razvoju, pri preprečevanju nasilja, prestopništva in drugih »socialnih anomalij« današnjega časa. Skozi gibanje otroci raziskujejo svoje telo, okolico, učijo se odzvati ritmu glasbe, vzpostavljati ravnotežje v skladu z ritmom, kar povzroča v otrokovem telesu ustrezno harmonijo. Otrok je na ta način v sozvočju s seboj in svojim okoljem. Na ta način spoznava sebe, druge in okolico, s tem se uči in raste.

Kesič (2000) je v svojem prispevku za publikacijo *Otrok v gibanju*, razvrstila smotre plesne vzgoje. Z njimi naj bi zajeli čim bolj kompleksno vse smotre ali cilje:

- **gibalni smoter** – zadovoljitev potreb po gibanju,
- **motorični in fiziološki smoter** – razvijanje koordinacije in orientacije v prostoru in telesu, hitrosti, ravnotežje, natančnosti, moči, gibljivosti in aerobne vzdržljivosti,
- **plesni smoter** – razvijanje gibalne ustvarjalnosti, iskanje svojega plesnega izraza,
- **estetski smoter** – razvijanje estetske tankočutnosti in umetniške ustvarjalnosti,

- **intelektualni smoter** – razvijanje posluha in umske sposobnosti z gibanjem,
- **razvedrilni smoter** – zadovoljitev potreb po razvedrilu in igri,
- **socialni smoter** – uveljavitev posameznika v skupini, prilagajanje soplesalcu in kulturno izražanje.

Ipavec in Zagorc (1998) govorita o tem, da v plesu otrok posnema, posnemanje pa je tista otrokova dejavnost, s katero neposredno ob zaznavanju obnavlja sprejeto informacijo, na način, ki je čimbolj identičen z danostjo. Posnema svojega učitelja, posnema junake iz filmov, TV ekranov, s prireditelji. Poleg tega še navajata, da v plesu otrok ponazarja in se izraža z različnimi izraznimi sredstvi na ta način, da si zamišlja položaje, gibanja, situacije -spreminja subjektivno realnost, se svobodno izraža na njemu lasten način. Gre za proces identifikacije in proces personifikacije, ki sta v obdobju odraščanja bistvenega pomena za razvoj otrokove osebnosti.

O smiselnosti poučevanja plesa govorimo lahko šele pri 4-5 letih, ko otrok že obvlada pravilno hojo, ko gibalne naloge lahko izvaja že vsaj nekoliko daljši čas, ko si zapomni krajše zaporedje gibov oziroma korakov in drugih gibalnih struktur, ko se mu izboljša ravnotežje in pridobi nekaj moči, ko se zelo razvijejo koordinacija ter spretnosti v obvladanju telesa (Kesič, 2000). Pred tem obdobjem tako govorimo bolj o plesnih igrah, kot o pravem plesu, saj se v fazi do tretjega leta tvorijo zasnove za kvalitetno osnovo zahtevnejše športne motorike. V predšolskem obdobju je cilj, da se otroci seznanijo in naučijo pomena ritma, ustvarjanja v glasbi, da spoznajo lastno telo ipd.

*Spoznavanje lastnega telesa* je pogoj za učinkovito in zadovoljujoče ravnanje z njim. Prav pri plesni aktivnosti deluje telo kot sprejemnik, posredovalec in izvajalec, ko sprejema kinestetične, ritmične in socialne dražljaje ter se na nek način odziva nanje. Otrok se pri plesnem gibanju začne zavedati svojega telesa in raznovrstnosti svojega gibanja, časa in prostora ter predvsem različnih možnosti za izrabo svoje energije. Z razvojem motorike se hkrati razvija celostna sposobnost kontrole telesa, ki pa je v veliki meri odvisna od obvladovanja gibanja ter pogojuje telesni, emocionalni in mentalni razvoj (Kesič, 2000),

*Ritem* je v plesu nenehno prisoten in je v zgodnjem otroštvu eno izmed osnov biološkega in fiziološkega ugodja. Otrok nosi v sebi poleg osnovne potrebe po gibanju še potrebo po gibanju v ritmu.

Če povzamem po Zagorc in Tušak (2000) je **ples** med drugim lahko:

- sredstvo za vzgojo besedne in nebesedne komunikacije,
- sredstvo za ozaveščanje samopodobe,
- sredstvo proti stresu,
- vzgoja za kakovostno življenje.

Otrok se v življenju uči besedne kot tudi *nebesedne komunikacije* in pomembno je, da se ju nauči med seboj razlikovati in ob primernem času uporabiti tisto, ki je potrebna. Od malih nog se uči izražati svoja čustva, misli, želje, potrebe. Ples je vsekakor ena od prijetnejših sredstev za vzgojo nebesednega izražanja. Ples na lep in nevsiljiv način vzpodbuja, da otrok odpre svoje meje in se približa drugim, s katerimi želi komunikacije. Velikokrat pomaga tudi pri navezovanju stikov otrok z drugimi otroki ali odraslimi. In lahko trdimo, da je dostikrat tisti, ki »razbija led« pri navezovanju socialnih stikov.

*Samopodoba* je ravno tako pomembna pri komunikaciji, saj so v njej shranjena lastna mnenja o tem, kakšen sem, ali sem si všeč, sem dovolj velik, vitek ali predebel, kako spreten sem, kje je moje mesto v družini, me imajo doma radi, kakšna je moja komunikacija z okoljem, ali znam navezovati stike ali ne. Njeni temelji nastajajo v otroštvu in postane stabilna v pozni adolescenci. Ples bolj kot vse druge aktivnosti razvija človekovo osebnost v najširši možni meji, kajti kdor zna izražati samega sebe, tudi uspe razviti ustrezno visoko samovrednotenje.

In kot pravi Zagorc v svojem prispevku (2000): »V plesu torej mladi razvijajo nekatere osnovne telesne in psihične komponente jaza, s plesom si pridobijo pozitivne izkušnje o lastnem izgledu, o gibanju, o sposobnostih čustvenega izražanja. Ob plesu se naučijo čutiti bližino partnerja, prisiljeni so v to, da iščejo in se naučijo komunicirati z nasprotnim spolom«.

Čeprav so otroci malce bolj zamaknjeni v svoj mali svet, se tudi oni vsakodnevno srečujejo s *stresnimi situacijami*, ki odvisno od njihove intenzitete na otroke delujejo različno močno ter s tem puščajo najrazličnejše posledice na naših najmlajših. Le-te se kažejo v telesni napetosti, neprijetnih občutkih tesnobe, povečanem krvnem pritisku in pospešenem dihanju, do zakrčene drže in drugih vegetativnih motenj. Mnoge literature navajajo, da je ravno pogostejša udeležba v telesni aktivnosti povezana z boljšim psihičnim stanjem. Otroci se po aktivnosti počutijo bolje, z zmanjšano napetostjo in anksioznostjo.

Ples je sredstvo, s katerim lahko pozitivno vplivamo na odpravljanje stresnih motenj, katere se pojavijo kot posledica neravnovesja v otrokovem razvoju. Ene izmed pozitivnih rezultatov ukvarjanja s plesnimi dejavnostmi so vsekakor (Zagorc in Tušak, 2000):

- zmanjšanje napetosti, kar deluje sprostilno na mišice in celo telo,
- zaradi boljše telesne pripravljenosti je posameznik bolje usposobljen za »borbo s stresom«,
- posamezniki, ki se ukvarjajo s plesom imajo tudi izjemno veliko pozitivne energije,
- preko družabnosti nas ples vzpodbuja na navezovanje stikov, preko medosebnega dotika nas sprošča in mobilizira pozitivno energijo v nas,
- preko očesnega stika razbija depresivnost in vzpodbuja čustva, ta pa imajo največ energije, ki nas lahko stresa osvobodi.

*Kakovostno preživljanje prostega časa* je v današnjem času osiromašeno, saj nekateri otroci ne gredo dlje od računalnika ali televizije. Takšni vzorci obnašanja se pomikajo vse nižje po starostni stopnji in včasih tudi do predšolskega obdobja. Zato je ples ena tistih dejavnosti, ki so še kako pomembne za kakovostno preživljanje prostega časa, saj gre pri njem za učenje veselja v gibanju, hkrati pa za telesno in duševno sprostitev ter za kompenzacijo mnogim negativnim učinkom sodobnega načina življenja.

Pri plesu gre torej za vzgojo estetske tankočutnosti, za ustvarjanje z gibom in ritmom, za čustveno izražanje, za formiranje vrednostnih lestvic, kar v veliki meri vpliva na discipliniranost, vzpostavljanje delovnih navad, na vzpostavljanje režima športnega življenja, na usmerjanje v samoizobraževanje in ukvarjanje z drugimi umetniškimi zvrstmi (Zagorc in Tušak, 2000).

Naj misli strnemo še v odstavek, v katerem Zagorc in Tušak (2000) lepo opišeta: *»Ples je področje, kjer se gib prežema z ritmom in glasbo. Prav umetnost in estetska tankočutnost povezana z glasbo vnašata v otrokov svet toplino, radost in zadovoljstvo. Tako kot igra ima čudežno moč. Otroka osvobaja, snema maske, izziva čustva ugodja, uravnoveša organizem. Je umetnost srca, ki je velikokrat ne moremo dojeti razumsko. Omogoča tudi, da mladi razvijejo kritičnost, medsebojno spoštovanje, iniciativnost, sposobnost sodelovanja, da se čustveno in doživljajsko bogatijo in da ozavestijo odnos do kulturne plesne dediščine.«*

## 5.7 Gibanje obogateno z igranjem na male instrumente in Orffove instrumente

Pri povezovanju gibalnih vsebin z glasbenimi lahko med drugimi možnostmi uporabimo tudi različna glasbila. To so lahko:

- **lastna glasbila** (uporabimo lastno telo: *tleskanje z jezikom, ploskanje, žvižganje, drgnjenje dlani, topotanje z nogo* ipd.);
- **improvizirana glasbila** (prirejena glasbila izdelana iz materiala, ki ga imamo na razpolago; *brenkalce, ropotulje iz riža, trobe iz lubja* ipd.);
- **Orffov instrumentarij** po metodološkem sistemu Carla Orffa (vsebuje številna *ritmična in melodična glasbila*, ki so prilagojena otrokom, zato se lahko otroci tako učijo prvih glasbenih korakov igranja na instrumente prav z njimi).

### ORFFOVI INSTRUMENTI

Začetnik in izumitelj Orffovih instrumentov je bil *Carl Orff*, katerega glavni cilje je bil omogočiti vsem otrokom, da najdejo poti za izražanje skozi glasbo kot posameznik ali član glasbene skupine. V svojih besedah je lepo opisal pomen glasbe: »Osnovna glasba na predšolski stopnji ni glasba sama po sebi. Povezana je z gibanjem, plesom in govorom. Je glasba, ki jo lahko vsak otrok doživi ne samo kot poslušalec, ampak tudi kot soigralec.«

Po njegovem je naloga vzgojitelja, da ustvarja situacije, kjer bo otrok glasbo poslušal, doživljal in jo gibalno izražal. Takšna izražanja so lahko zelo spontana in nenavadna, zato jih moramo upoštevati kot otrokovo individualno interpretacijo.

**Orffov metodološki sistem** glasbene vzgoje temelji na dejstvu, da otrok lahko občuti ritem šele takrat, ko ga zmore telesno zaznati in interpretirati. To nam med drugim govori tudi o neločljivi povezanosti gibanja otrokovega telesa in glasbe. Namreč mnogi glasbeni pedagogi se v današnjem času zavedajo pomena gibanja pri osvajanju ritmičnih glasbenih sposobnosti.

**Instrumentarij Carla Orffa** omogoča otrokom raziskovanje instrumentov in njihovih zvočnih barv, poleg tega pa se v skupinski igri otroci tudi naučijo poslušati, pomagati drug drugemu in spoštovati igro sovrstnikov.

Gibanju daje pomembno vrednoto in je tako, prosto, inventivno in neovirano gibanje ena izmed osnov njegovega metodološkega sistema. Kot spodbudo za gibanje lahko uporabimo zgodbo, govor, petje ali instrumentalno glasbo. Vsak otrok naj bi obvladal gibanje v enaki meri kot govor, petje in igranje.

Glasba in gibanje sta za predšolskega otroka nedeljiva celota. Poudarek na eni ali drugi se spreminja glede na to ali se gibanje podredi glasbi ali glasba gibanju. Vzgojitelj mora nuditi raznovrstne možnosti za svobodno otroško ustvarjalnost.

Pedagogi, ki izhajajo iz šole C. Orffa, skušajo bogatiti glasbeno rast svojih učencev s pomočjo različnih medijev: govora, gibanja, petja, instrumentalne igre in poslušanja. In ravno zato je med drugim gibanje tisto, ki velikokrat omogoči hitrejše in polnejše osvajanje glasbenih znanj. Za otroke je gibanje medij, preko katerega na njim prijeten in preprost način osvajajo različna znanja ter tako širijo svoje bistvo v prostoru, v katerem se gibljejo

Carl Orff je dajal v svojem metodološkem sistemu velik poudarek improvizaciji, ki naj bi se nanašala na gibalne dejavnosti, vokalne, instrumentalne, melodične ali zvočno barvne kombinacije (Pesek, 1997).

Po njegovem naj bi si sledilo v zaporedju:

- 1. glasbeno vprašanje - glasbeni odgovor**
- 2. ustvarjanje glasbenih vsebin znotraj danih oblik**
- 3. popolna improvizacija - samostojna izbira glasbenih sredstev in idej.**

Tudi pri povezovanju gibanja z glasbo lahko sledimo tem navodilom, saj si stopnje glasbeno-gibalnega osvajanja smiselno sledijo po načelu postopnosti.

## 5.8 Ljudska glasba vpletena v gibanje predšolskih otrok

Glasba spremlja človeka na celotni življenjski poti, v vseh njegovih obdobjih, od otroških let, ko zasliši prve pesmice, pa do odrasle dobe, ko mu glasba pomeni sprostitvev, zabavo, vzpodbudo za ples in še marsikaj drugega. Dokaz za to so ljudske pesmi, ki so nastale ob vseh pomembnih dogodkih, za vsa dejanja, čutenja in razpoloženja ljudi. Tudi otrokom se trudimo ljudsko izročilo približati in jih seznaniti z njihovimi koreninami in zgodovino, ki je delček vseh nas.

Predšolsko obdobje je čas pospešenega in intenzivnega razvoja glasbenih zmožnosti, zato je tu pomen glasbene vzgoje še toliko pomembnejši. Del glasbene vzgoje je tudi ljudsko izročilo, ki zajema pesem, ples, običaje. Tako lahko v področje Gibanja v predšolskem obdobju vpletemo namesto sodobne pesmi marsikatero ljudsko pesem, s katero lahko pri otrocih vzpodbudimo številne gibalne aktivnosti in dejavnosti, hkrati pa še krepimo in ohranjamo ljudsko izročilo.

Možnosti in načinov povezovanj gibanja z ljudsko glasbo je nešteto in pri tem je zelo pomembno, da se vzgojitelj pripravi ter na primeren način poveže omenjeni področji. Kako vse skupaj otrokom predstaviti, pa zahteva ravno tako številne izkušnje in zadostno mero znanja iz obeh področij.

Pri povezovanju se lahko poslužujemo različnih glasbenih dejavnosti; *petje ljudske pesmi, poslušanje ljudske glasbe, igranje na ljudske instrumente, gibalno izvajanje ljudske glasbe*, ki jih vpletamo v gibalne dejavnosti kot so: *naravne oblike gibanja, vzpostavljanje in ohranjanje ravnotežja, elementarne igre in predvsem plesne igre* v katerih so zajeti ljudski plesi, rajalne igre, izštevanke ...

Zelo pomembno je, da vzgojitelj pri otrocih vzbudi interes do ljudske glasbe, razvije zmožnost doživljanja ljudske glasbe in na ta način pozitivno učinkuje na oblikovanje glasbenega okusa, ki ga ponuja ljudska glasba.



## 5.9 Izhodišča za povezovanje giba in glasbe

Od kje črpati ideje za gibanje v povezavi z glasbo? Pri gibalno-glasbenih aktivnostih moramo biti pozorni na številne zahteve in malenkosti. Med drugim poskrbimo za:

- **primeren prostor za gibanje**; zunanji, notranji;
- **podlaga na tleh**; mora biti zavarovana in primerna, da se na njih lahko vrtimo, skačemo ...;
- **velika ogledala**; da se otroci lahko gledajo;
- **kvaliteten zvočni sistem**; zadostno število kaset in zgoščenk za gibanje;
- **šali, kosi oblačil**; za gibanje;
- **mali instrumenti kot tamburin, ropotulje, bobni**; ki se lahko držijo med igranjem in prenašajo sem in tja;
- **obroči, vrvi, žoge, klopi**; za označbo pozicije na tleh;
- **lutke in punčke**; za imitiranje in interakcijo ali kot model, na katerem pokažemo gibanje;
- **blazine, debele blazine**;
- **video kamera za snemanje**; in ponovitev gibanja in namenjeno pogovoru;
- **filmi ali literatura o plesu**; da si otroci pogledajo in dobijo dodatno motivacijo.

Z vsemi opisanimi pripomočki in urejenimi prostori bomo medpredmetno povezovanje veliko lažje in kvalitetnejše izpeljali, poleg tega pa bomo dobili na ta način tudi sveže ideje in zamisli pri izvajanju zelenega.

## 6 PRIMERI UPORABE RAZLIČNIH VSEBIN GLASBE PRI GIBALNI VZGOJI

Različne vrste glasbe lahko uporabljamo v vseh elementih ure, od uvodnega do zaključnega dela. Mnoge pesmi imajo besedilo, ki ga lahko uporabimo v prid gibanja, saj s svojim besedilom nakazujejo na določen gib, ki ga izvajamo.

Glasbo uporabimo v *uvodnem delu za ogrevanje* (poslužujemo se živahnih pesmi), lahko je *podlaga glavnemu delu ure* (le spremljava, znak za začetek ali konec vadbenega dela). V *zaključnem delu* vadbe pa jo uporabimo za umiritev in sprostitvev otrok (uporabimo bolj nežno in tiho glasbo). Vsekakor je glasba izjemno uporabna pri plesnih dejavnostih, kjer sta gibalna in glasbena vzgoja neločljivo povezani, čeprav se je mnogi vzgojitelji izogibajo s številnimi izgovori.

Na splošno lahko trdimo, da je glasba pri gibalni vzgoji premalokrat uporabljena in bi jo morali vzgojitelji, športni pedagogi in ostali pogosteje vpletati v vzgojno-izobraževalni proces ter na ta način izrabljati pozitivne elemente te večne in za otroke življenjsko pomembne vsebine.

Moramo se zavedati, da *pri pripravi programa* gibalne aktivnosti, hkrati z grobo in drobno motoriko, ki jo razvijamo, vplivamo tudi na pozitivno samopodobo, na pozornost, na govor (poslušanje, razumevanje, širjenje besednega zaklada), na sistematičnost pri delu in hkrati socializacijo otroka. Glasba pri tem samo še pripomore k boljšemu in otrokom bolj dostopnemu razumevanju novih vsebin ali pa vsebin, ki jih na ta način ponavljajo in utrjujejo.

Temeljna principa dela z najmlajšimi sta celovit pristop in izhajanje iz otroka. V praksi se izkaže, da je tako planiranje kot vodenje izredno zahtevna naloga, ki zahteva veliko znanja in številnih izkušenj na različnih področjih.

V diplomskem delu je že bilo nakazano, kako bi se lahko izbrana področja gibanja in glasbe povezovala, v nadaljevanju pa bodo navedeni in opisani še primeri gibalnih aktivnosti, v katerih se prepletajo glasbene vsebine. Primeri bodo predstavljeni in *umeščeni bodisi v uvodni, glavni ali zaključni del vadbene enote*.

Uvodni del pri malčkih ne služi le za pripravo na gibalnem področju (*ogrevanje*), temveč tudi na čustvenem, socialnem in miselnem področju. Za doseg tega potrebujemo poleg gimnastičnih vaj še preostale načine in metode, s katerimi

delujemo na razvoj vseh otrokovih čutil, misli in telesa. Pri uvodnem delu lahko z živahnimi igricami tudi nakažemo, kaj bo glavni del tisto uro. Torej, iz uvoda lahko tako nadaljujemo temo tudi v glavnem delu.

V glavnem delu skušamo najmlajše seznaniti in naučiti novih osnovnih-elementarnih gibanj, ki so izhodišče za kasnejše osvajanje športnih zvrsti. Skozi različne oblike dela skušamo vzpodbuditi potrebno motivacijo, da nam najmlajši lahko sledijo. Tu uporabljamo vaje za razvijanje osnovnih motoričnih spretnosti (osnove motorike: plazenje, plezanje, metanje, lovljenje itd.; ter športne zvrsti za predšolske otroke: kolesarjenje, plavanje, smučanje itd.). Poleg novih vaj je ta del ure namenjen tudi vajam, ki jih otroci že poznajo in jih tako utrjujejo.

Sklepni del je namenjen sprostitvi in umiritvi naših najmlajših. Uporabljamo vaje in igre, s katerimi povrnemo otrokovo telo v normalno delovanje. Z mirnimi igrami in gibalnimi aktivnostmi uporabimo počasen tempo, čemur tudi govor prilagodimo pa tudi naše gibanje, saj otroci v tem obdobju v glavnem posnemajo in ponavljajo.

Čeprav bi primere dejavnosti lahko uporabili v različnih delih, jih bomo smiselno umestili v tistega, v katerem se najbolj specifično odražajo.

Za vsako igrico smo opredelili *cilje*, katerim bomo sledili. in jih z omenjeno dejavnostjo dosegali. Poleg tega bomo vsakemu primeru dejavnosti določili *organizacijske oblike*, v katerih bi se lahko uporabilo opisano dejavnost ter potrebne *športne ali glasbene pripomočke* in morebitna *pomagala*.

Kot zanimivost in popestritev, bomo vsakemu primeru dejavnosti dodali še nekaj *različic* ter *nalogo/vprašanje s področja glasbe*. S tem bomo poskusili osvežiti primere ter jim vdahniti dodatno vrednost in drugačnost.

## **PRIMERI DEJAVNOSTI**

### **❖ VREMENSKA NAPOVED (ogrevanje z glasbo)**

**Cilj:** ogreti celo telo, uvajati otroka v igro, ugotavljati razlike v glasnosti zvokov.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** uvodni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, športno dop./pop., vadbena ura.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki** glasbeni stolp, zgoščenske.

**Pomagala:** /

#### **Opis igre**

Otroci so razporejeni v krogu, v sredini igralnice ali v prostoru, kjer nameravamo izvesti igro. S tem, ko sedijo v krogu, predstavljajo sonce, ki sije. Vsak otrok je sončni žarek. Vaditelj da navodilo, da začnejo teči, ko zaslišijo glasbo, saj glasba predstavlja začetek dežja. Ko zaslišijo glasbo, začnejo kot dežne kapljice tekati naokrog. Ko se glasba ustavi, dež preneha in spet posije sonce. Otroci se zopet razporedijo v krog, v katerem mirujejo kot sončni žarki.

Omenjeno dejavnost ponovimo nekajkrat, da se otroci ogrejejo.

#### **Različice**

- Pri tej dejavnosti lahko uporabimo različne športne rekvizite, s čimer malce spremenimo gibalno nalogo in jo na ta način prijetno popestrimo.

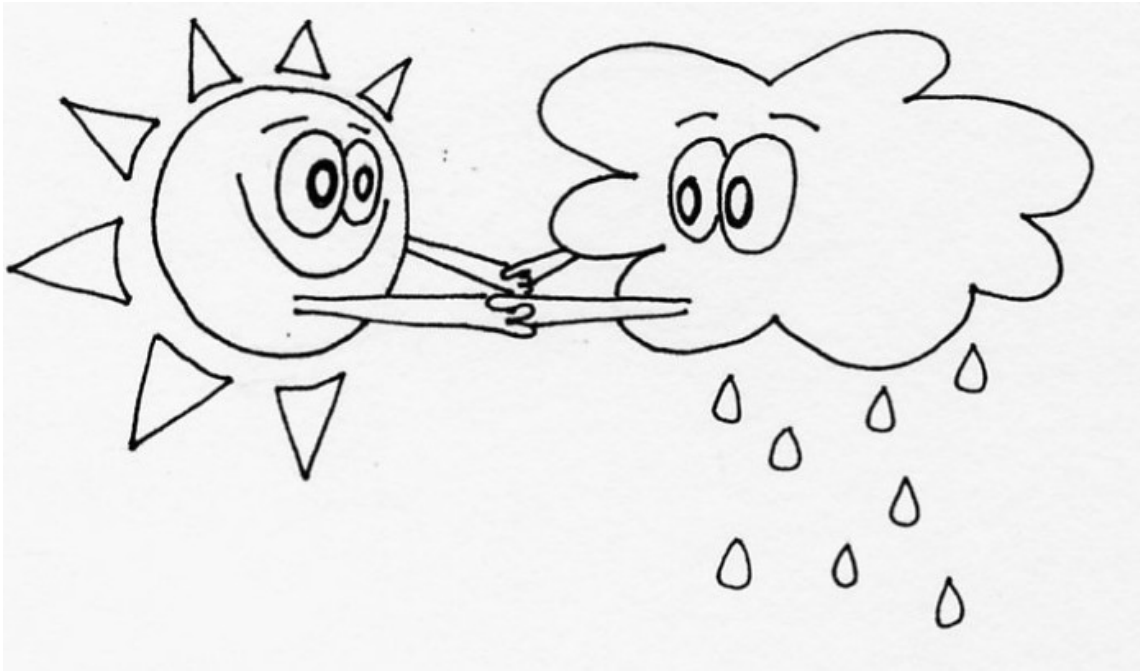
Obroči, padalo: lahko predstavljajo hiško, iz katere stečemo ven, ko je sonce. Ko pa začne deževati, se zopet skrijemo v hiško.

Žoga: je lahko stolček, na katerem otroci sedijo in se sončijo. Ko zaslišimo glasbo, primemo žogo in jo odbijamo, saj s tem ponazorimo dežne kaplje, ki se odbijajo od tal. Ko glasba preneha, se usedejo nazaj na žogo in se sončijo.

Klop: predstavlja vlak, s katerim potujemo, ko zunaj dežuje. Otroci sedijo na klopi/vlaku in ko zasije sonce (*zaslišimo glasbo*), se vsi razigrani odpravimo na potep po mestu, kjer se je vlak ustavil. Tekamo okrog vlaka/klopi, vse dokler sije sonce (*igra glasba*). Ko glasba preneha, se hitro usedemo nazaj na vlak in skozi dež potujemo do naslednje postaje, kjer lahko za gibanje (*potep po mestu*) uporabimo tudi druga gibanja: *hoja po vseh štirih, plazenje, kotaljenje, skakanje sonožno ali enonožno* itd.

Vrv: otroci/vrabčki sedijo na veji na drevesu/vrvi. Ko zaslišijo glasbo, odletijo (*tekajo okrog vrvi*). Z rokami letijo in tako ponazarjajo ptičja krila ter na ta način prehajajo iz priročnja preko odročnja navzgor.

- Lahko obrnemo idejo o uporabi glasbe. Če želimo delati na pozornem poslušanju, otrokom razložimo, da ob tišini tečejo, ko pa zaslišijo glasbo, pritečejo v krog in pozorno poslušajo glasbo - glas dežja.



#### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Lastnosti zvokov – trajanje: Je dlje sijalo sonce ali deževalo?
- Zvok - tišina: Kaj je glasneje: ko sije sonce ali ko pada dež?

## ❖ NAGAJIVI ŠKRAT (lovljenje na znak)

**Cilj:** ogreti celo telo, razvijati orientacijo v prostoru, razvijati slušne sposobnosti, raziskovati zvočne značilnosti glasbil – barvo.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** uvodni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, jutranja telovadba, vadbena ura, športno dop./pop., RD animacija, izlet.

**Športni pripomočki, igrala:** polivalentne blazine, rutke.

**Glasbeni pripomočki:** različni mali glasbeni instrumenti, tamburin.

**Pomagala:** /

### Opis igre

V sredini igralnega prostora zgradimo iz polivalentnih blazin z otroci hiško za škrate, ki ima zelo rad glasbila, razen tamburina (*takrat postane škrate nagajiv*). Izmed otrok določimo enega, ki bo nagajivi škrate. Ta otrok gre v hiško, kjer vadiatelj postavi tamburin in različne druge male inštrumente, s katerimi se bo lahko nagajivi škrate igral. Ostali otroci hodijo ali stojijo okrog omenjene hiške ter se skozi okno iz blazin pogovarjajo z nagajivim škratom. Otrok, ki je škrate, preizkuša različna glasbila znotraj hiške, ostali otroci pa jih poslušajo in lahko komentirajo njihov zvok (ali je prijeten, visok, čuden, hiter ...). Vse dokler se nagajivi škrate/otrok, ki je v hiški, ne odloči, da strese tamburin. Takrat postane škrate nagajiv, steče iz hiške in začne lovit ostale otroke, ki pred njim bežijo. Tistega, ki ulovi, je naslednji nagajiv škrate.

Pomembno je, da otrokom že na začetku razložimo, da je edino glasbilo, ki naredi škrate nagajivega - tamburin. Zato morajo takoj, ko zaslišijo njegov zvok zbežati, saj to pomeni, da prihaja škrate iz hiške.

Omenjeno dejavnost ponovimo nekajkrat, da se otroci ogrejejo.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko spet uporabimo različne športne rekvizite.

**Padalo:** namesto hiške iz blazin je lahko škrate/otrok skrit pod padalom, kjer preizkuša glasbila ter na znak (*ko strese tamburin*) steče ven izpod padala in začne lovit otroke.

**Rutke:** otroci so metulji, ki se sprehajajo okrog hiške, v kateri je skrit nagajivi škrate. Ko škrate priteče iz hiške, začnejo metulji letati hitreje (*kriliti z dvema rutkama, ki ju držijo v rokah*). Pozorni so na to, da jih ne ulovi in jim ne ukrade krila.

- Lahko določimo, da je znak za lovljenje kakšno drugo glasbilo.
- Lahko določimo dva škrata/otroka, ki skupaj v hiški preizkušata glasbila. To lahko uporabimo takrat, ko ima otrok strah pred tem, da je sam v hiški. Ali pa to idejo preprosto uporabimo za spremembo v igri, če jo želimo dlje časa izvajati.

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Spoznavanje glasbil: Kakšna glasbila je škrat preizkušal? Kako se imenujejo instrumenti, ki ste jih slišali?
- Lastnosti zvokov - barva zvoka: Kakšni zvoki so prihajali iz hiške, kaj ste slišali?

## ❖ GOREČI OBROČI (poligon)

**Cilj:** razvijati koordinacijo rok in nog, razvijati koordinacijo oči in rok, razvijati orientacijo v prostoru, razvijati sposobnost zaznavanja zvoka.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, jutranja telovadba, vadbena ura, športno dop./pop., RD animacija.

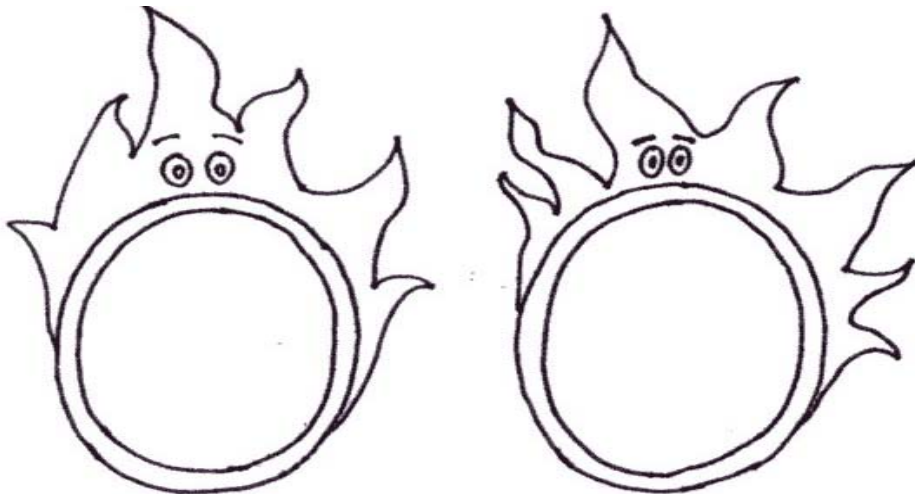
**Športni pripomočki, igrala:** obroči.

**Glasbeni pripomočki:** zvončki ali kraguljčki.

**Pomagala:** stojala za obroče.

### Opis igre

Vaditelj pripravi dve koloni zaporedoma postavljenih obročev na stojalih, skozi katere se lahko hodi ali plazi. V prvi vrsti so obroči brez zvočil (*kraguljčkov/zvončkov*), v drugi koloni pa na obroče razvrstimo male zvončke. Otroke razporedimo zdaj v eno in zdaj v drugo kolono, da poizkusijo različne prehode skozi obroče brez ali z zvončki. Da jih še dodatno navdušimo za izvajanje naloge, jim razložimo, da je kolona obročev z zvončki, *kolona gorečih obročev*. Njihova naloga je iti skozi obroče, ne da bi se opekli (*da ne zazvonijo zvončki*). Druga vrsta obročev brez zvončkov služi za primerjavo, da razmislijo o tem, kje je težje/lažje hoditi.





### **Različice**

- Poizkusimo narediti prehod z vzvratno hojo (*hojo po vseh štirih nazaj*).
- Namesto zvončkov, lahko obesimo na obroče še kakšna druga glasbila ali zvočila.
- Namesto obročev lahko uporabimo vrv, ki jo poimenujemo kot gorečo vrv. To je vrv na katero navežemo zvončke ter jo spustimo tako nizko, da se lahko le po vseh štirih splazijo pod njo.

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Zvok - zvenenje: Kaj je bilo pri tej nalogi najtežje narediti?
- Zaznavanje zvoka: Kdaj si se lažje izognil/a zvončkom? Pri hoji naprej ali nazaj?

## ❖ TIHI POLIGON (glasbeni poligon)

**Cilj:** razvijati koordinacijo rok in nog, razvijati orientacijo v prostoru, spoznavati različna glasbila.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, vadbeno ura, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** polivalentne blazine, debela blazina, tanke blazine, letveniki, palice, stojala, obroči, kiji ...

**Glasbeni pripomočki:** različni mali glasbeni instrumenti, tamburin in zvončki.

**Pomagala:** elastika.

### Opis igre

Vaditelj pripravi v primernem, dovolj velikem prostoru, poligon z različnimi gibalnimi nalogami. Pri vsaki nalogi doda še glasbilo ali zvočilo, ki visi ali leži na tleh, ipd. Medtem, ko otroci hodijo skozi poligon, opravijo pri vsaki nalogi še dodatno glasbeno nalogo (*preizkusijo glasbilo*). Primer nalog na poligonu:

- na letveniku so navezani **zvončki**, okrog katerih morajo preplezati, ne da bi se jih dotaknili,
- kotalijo se na debeli blazini, v rokah pa imajo **tamburin**, katerega držijo nad glavo in ga stresajo. Namen je drža iztegnjenih rok nad glavo pri kotaljenju.
- S **palčkami** igrajo in skačejo iz obročka v obroč kot kenguruji.
- Preval naredijo na znak, ko zaslišijo **triangel**.

### Različice

- Lahko spremenimo, da se morajo dotakniti in zaigrati na vsak instrument, na katerega naletijo pri prehodu poligona.
- Spremembo lahko določimo tudi z drugačnim gibanjem, na primer s prehodom poligona vzvratno, s hojo nazaj itd.
- Naloga je lahko tudi takšna, da gredo z žogo skozi poligon. Z njo skušajo vsake toliko dotakniti - zadeti zvončke ali kakšna druga glasbila.
- Za glasbeno podlago lahko uporabimo glasbo iz zgoščenk ter otroke opozorimo, da ko glasba preneha, prenehajo z gibalnimi nalogami tudi oni.

### Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Lastnosti zvokov – Jakost zvokov: (Tiho/glasno) Kdaj si bil najbolj glasen?
- Spoznavanje glasbil: Kakšna glasbila si slišal/a na poti

## ❖ ČAROVNIK IN PALČKI (petje na čarovniški znak)

**Cilj:** sprostiti celo telo, razvijati petje, spoznavati večglasno petje.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** zaključni del.

**Organizacijska oblika:** pri vseh oblikah z izjemo krajših (ker niso dovolj dinamične).

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** /

**Pomagala:** /

### Opis igre

Otroci so palčki in sedijo v krogu na tleh. Vaditelj/čarovnik se sprehaja okrog palčkov. Ko se s čarovniško paličico dotakne enega izmed njih, ga vpraša, katero pesmico si želi. Izbrani otrok si izbere eno, ki jo začne peti sam. Ko ostali palčki pesmico prepoznajo, se mu pridružijo in začnejo skupaj prepevati.

### Različice:

- Pri tej dejavnosti lahko spet uporabimo različne športne rekvizite, s čimer malce spremenimo gibalno nalogo in jo na ta način naredimo bolj zanimivo.

Padalo: otroci kot palčki sedijo na padalu, vsak na svoji barvi.

Kolebnica: iz kolebnic spletemo dolgo vrv, ki jo položimo na tla ter s tem označimo palčkov tabor, v katerem so zbrani vsi palčki/otroci.

- Otroci lahko namesto sedenja stojijo ali pa ležijo.
- Čarovnik/učitelj lahko uporabi namesto čarobne paličice čarobno žogo, ki jo vrže enemu izmed palčkov. In če ujame žogo pravilno, zapoje pesmico.
- Za čarovnika lahko določimo tudi enega izmed otrok.

### Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Lastnosti zvokov- barva zvoka: A so vsi palčki enako peli?
- Petje: Kaj smo palčki/otroci počeli, ko nas je dotaknil čarovnik/učitelj?
- Enoglasno - večglasno petje: Koliko otrok/palčkov je začelo peti? Koliko jih je končalo?

## ❖ KRT IN SKRITI ZAKLAD (skrivanje s ploskanjem)

**Cilj:** sprostiti se, razvijati orientacijo v prostoru, spoznavati zvočne značilnosti – jakost.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** zaključni del.

**Organizacijska oblika:** športno dop./pop., vadbeno ura, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** riževa vrečka.

**Glasbeni pripomočki:** lastno telo - roke, noge otrok ...

**Pomagala:** /

### Opis igre

Eden izmed otrok je krt in gre ven iz prostora ali pa se skriva v kot. Medtem vadiatelj s preostalimi otroci skriva rižovo vrečko, ki predstavlja skriti zaklad. Ko se krt/otrok vrne, ga otroci s ploskanjem usmerjajo k skritemu zakladu. Če ploskajo močneje, se je zakladu zelo približal ali pa je nemara že tik ob njem. Če otroci ploskajo rahlo ali sploh ne, pa pomeni, da je od zaklada zelo oddaljen in ga išče na nepravem mestu. Naloga je najti skriti zaklad, ki je usmerjen in najden s primerno jakostjo ploskanja ostalih otrok, ki so seznanjeni s tem, kje je skrit zaklad.

### Različice:

- Lahko določimo dva otroka/krta, če je kakšnega izmed otrok strah, da bi nalogo opravljal sam.
- Namesto ploskanja, lahko uporabijo otroci za opozarjanje preostale zvoke, ki jih proizvajajo z žvižganjem, tleskanjem, udarjanjem z ного ob tla, proizvajanjem bzzzzzzzzzz zvokov z ustnicami itd.
- Namesto riževe vrečke lahko uporabimo tudi kakšen drug športni pripomoček: žogo, kolebnico, rutko, piko, obroč, stožec itd.
- Namesto športnega pripomočka lahko skrijemo glasbilo, na katero na koncu otrok/krt lahko tudi zaigra. Seveda pa je nadvse motivacijsko, če skrijemo bonbončke, s katerimi se na koncu vsi skupaj posladkamo.

### Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Zvoki: Kaj te je prepričalo, da se približuješ zakladu? Kaj si slišal?
- Lastnosti zvoka - jakost zvokov: Kdaj so otroci ploskali močneje? Kdaj niso ploskali ali pa le nalahno?

## ❖ RDEČA KAPICA GRE SKOZI GOZD (hoja mimo glasbenih ovir)

**Cilj:** razvijati orientacijo v prostoru, razvijati sposobnost poslušanja, ugotavljati smer zvokov.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, sprehod/izlet, športno dop./pop., vadbeno ura, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** različni mali glasbeni instrumenti.

**Pomagala:** glasbeni stolp, zgoščenke.

### Opis igre

Z zgodbo o Rdeči Kapici otroke motiviramo za nadaljnjo gibalno nalogo. Enega izmed otroka določimo, da je Rdeča kapica. Vsi preostali predstavljajo gozd (*razporejena glasna drevesa*). Vsak otrok/drevo stoji in ima v roki eno glasbilo, s katerim povzroča hrup v gozdu. Otroku, ki je Rdeča kapica, zavežemo z rutko oči in mu damo navodilo, da mora skozi gozd po najbolj varni in tihi poti. Torej, izogibati se mora glasbenim oviram, ki so v tem primeru otroci/drevesa. Nalogo uspešno opravi takrat, ko pride mimo zadnjega otroka na drugo stran gozda/igralnice.



### **Različice:**

- Pri tej dejavnosti lahko spet uporabimo različne športne rekvizite s katerimi popestrimo gibalno nalogo.

Žoge: otroci namesto glasbil z odbojem žog povzročajo hrup v gozdu.

Tulci: otroci ustvarjajo z dvema tulcema ritmično glasbo in s tem »preganjajo«  
Rdečo Kapico.

Obroči: otroci sedijo v obročih, ki jih dvigujejo in spuščajo na tla tako, da s tem ustvarjajo hrup.

- Lahko določimo dve Rdeči kapici, ki skupaj skušata prehoditi gozd poln glasnih dreves.
- Drevesa/otroci lahko namesto stoje sedijo na tleh in igrajo na instrumente.
- Rdeči Kapici lahko spremenimo način gibanja skozi gozd (*teče, skače, se plazi kot črv, lazi, se kotali itd.*).
- Pri otrocih, ki jih je strah prilagodimo pravila in jim ne zavežemo oči, temveč jih skozi gozd pošljemo tako, da vidijo druge otroke/drevesa. Seveda pri tem otroka še dodatno opozorimo na to, naj bolj uporablja ušesa, kot pa oči.
- Otroci/drevesa so lahko tudi gozdne živali ali kaj drugega.

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Spoznavanje glasbil: Kakšna glasbila ste slišali, ko ste kot Rdeča Kapica stopali skozi gozd?
- Smer zvokov: Kako ste si utirali pot skozi gozd? Na kaj ste morali biti pozorni?
- Izvor glasbe: S katerim delom telesa smo si pri tej nalogi najbolj pomagali?

## ❖ POKVARJENA URA (hitrost, tempo)

**Cilj:** ogreti celo telo, razvijati hitrost v teku, razvijati vzdržljivost, povezovati gibanje z elementi ritma.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** uvodni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, jutranja telovadba, izlet/sprehod, športno dop./pop., vadbena ura, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** /

**Pomagala:** /

### Opis igre

Vaditelj pove otrokom, da se bomo igrali pokvarjene ure. Razloži jim, da je to takšna ura, ki enkrat tiktaka zelo hitro, drugič pa zelo počasi ker je pokvarjena. Otroci tekajo po prostoru in tako ponazarjajo tiktakanje ure. V ozadju se sliši glasba, ki jim narekuje tempo teka. Če je glasba počasnejša tudi otroci tečejo počasneje (*ure počasneje tiktakajo*). Če je glasba zelo hitra tudi otroci pospešijo tek in tečejo hitreje (*ura hitreje tiktaka*).

Igro nekaj časa izvajamo, da se otroci ogrejejo.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko spet uporabimo različne športne rekvizite, s čimer malce spremenimo gibalno nalogo in jo na ta način naredimo bolj zanimivo.

**Padalo:** je pokvarjena ura. Otroci jo držijo za ročaje in jo enkrat hitreje, drugič počasneje vrtijo.

**Obroči:** otroci se oblečejo v obroče ter s tem predstavljajo okroglo - debelo uro.

- Otroci namesto teka uporabijo druge oblike gibanja; skačejo kot kobilice, hodijo po vseh štirih kot levi, se plazijo kot kuščarji, se kotalijo kot valji ipd.
- Namesto glasbe lahko uporabimo improvizirana glasbila.
- Lahko se primejo v pare (dva po dva) in na ta način zgradijo večjo pokvarjeno uro. Nato skupaj tečejo in se gibajo po prostoru, seveda glede na tempo, ki ga določa glasba.

### Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Hitrost glasbe: Kdaj smo hitrejši? Kdaj smo počasnejši?
- Tempo: Zakaj je ta ura pokvarjena? Kaj je pravzaprav z njo narobe?

## ❖ RAZMIGANI DIRIGENT (kompleks gimnastičnih vaj)

**Cilj:** ogreti celo telo, razvijati gibljivost, spoznavati lastnosti zvokov – trajanje.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** uvodni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, jutranja telovadba, športno dop./pop., vadbena ura, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** /

**Pomagala:** /

### Opis igre

Vaditelj je dirigent, ostali otroci pa orkester, ki ponavljajo vse za dirigentom. Otrokom razložimo, da mora orkester vse početi natanko tako, kot dirigent. Če on ploska, ploskajo vsi; če kima z glavo, kimajo tudi oni; če dviguje ramena, jih tudi oni; če naredi počep, se mu tudi orkester pridruži, itn. Naloge, ki jih kaže dirigent so lahko različne, seveda pa gledamo na to, da skušamo vključiti čim več gimnastičnih vaj za vse dele telesa. Dirigent lahko začne kompleks gimnastičnih vaj z glavo in konča pri stopalih ali pa ravno obratno.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko uporabimo različne športne rekvizite, s katerimi dirigent dirigira, vsi ostali pa z istim rekvizitom delajo natanko isto.

**Tulec:** je lahko dirigentska palica, s katero se dirigent in orkester razmiga.

Namesto tulca, lahko uporabimo rutko, palico, stožec ipd.

- Dirigent lahko namesto v tišini, kaže gibanje ob glasbeni podlagi.
- Otrokom lahko zastavimo nalogo tudi malo drugače. Namesto, da vse ponavljajo, morajo delati ravno obratno. Nikoli ne smejo kazati isto kot dirigent. Izmišljati si morajo nove gibe, ki niso enaki dirigentovim.
- Ko dirigent dirigira, doda gibu določen glas: npr. za skok = hop; počep = ššššš; obrat = iiiiii; kriljenje z rokami - iz priročenja v vzročenje = bzzzzz itd.

### Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Spoznavanje glasbenih izrazov: Kaj je dirigent? Kaj je orkester? Kaj počnejo?
- Lastnosti zvokov - trajanje zvoka: Kako dolgo ste igrali kot orkester? Do kdaj?
- Spoznavanje zvokov in glasov: Kakšne glasove lahko privabimo ven iz svojega telesa? Npr. iz ust?



## ❖ STONOGA (ritem in ravnotežje)

**Cilj:** povezati gibanje z elementi ritma, spoznavati pomen medsebojnega sodelovanja, razvijati ravnotežje.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, jutranja telovadba, športno dop./pop., vadbeno ura, RD animacija, letovanje/zimovanje.

**Športni pripomočki:** /

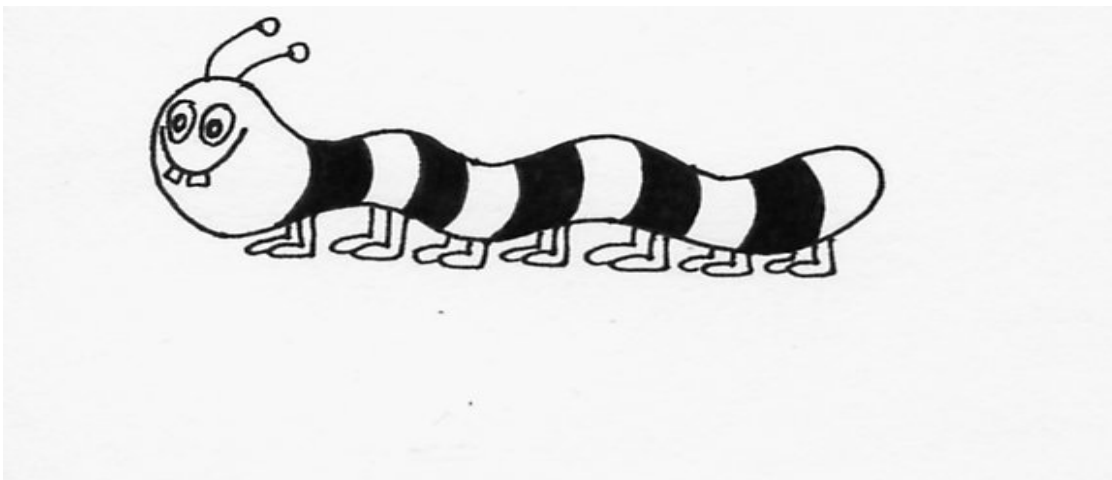
**Pomagalo:** otrokovo telo – usta, štetje ena, dva ...

### Opis igre

Vaditelj otroke postavi v kolono, enega za drugim in jim reče, naj položijo roke na ramena otroka, ki je pred njim. Tako otroci skupaj oblikujejo stonogo. Naloga je, da se poskuša stonoga čimbolj enakomerno gibati naprej, s štetjem ena, dva ... Vaditelj določi katero stran (*noge na eni strani*) stonoga najprej dvigne. Nato dvigne noge še na drugi strani. Glava stonoge daje znak in šteje:

»Ena dva, ena dva,  
stonoga stopa,  
copa da.«

S tem dvigujejo otroci zdaj eno stran stonoginih nog, zdaj drugo in se tako pomikajo naprej kot prava stonoga. Ko zakriči glava stonoge/vaditelj: »*stoj*«, se stonoga sestavljena iz otrok ustavi in naredi počep ali kakšno drugo nalogo.



### **Različice**

- Lahko spremenimo obliko gibanja, ki je lahko razen vstran, še naprej - nazaj, poskoki ...
- Lahko tudi določimo, da se gibajo na pesem »Huda mravljica« in se za trenutek iz stonoge spremenijo v hitro mravljico. Tekajo naokrog z rokami na ramenih svojega predhodnika. Sami ali pa v paru.
- Lahko jim določimo različne gibalne naloge, ki jih mora stonoga opraviti med hojo.

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Ravnotežje v ritmu: Kako je bilo, ko je stonoga dvignila noge na eni strani?
- Ritem: Kako ste se morali gibati, da stonoga ni padla na tla? Kaj ste počeli na »ena, dva«?

## ❖ OJLARIJARO, ZDAJ PA DELAMO TAKO (gimnastične vaje in ritem)

**Cilj:** ogreti dele telesa, spoznavati osnovne prvine ljudskih plesov, spoznavati poudarke v glasbi, razvijati spretnosti pri uporabi glaslu.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** uvodni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, jutranja telovadba, vadbeno ura, sprehod/izlet, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** tanke blazine.

**Glasbeni pripomočki:** /

**Pomagala:** /

### Opis igre

Pri tej gibalni nalogi je vaditelj vodja, ki kaže ostalim gimnastične vaje in nato elemente ljudskega plesa tako, da vedno pred izvedeno nalogo izreče ljudske besede: »*Ojlarijaro, zdaj pa delamo tako*«.

Tudi otroke vzpodbudimo, da izrekajo omenjeno besedilo ter ponavljajo za vodjo.

Na primer: »*Ojlarijaro, zdaj pa delamo tako*«:

- dvigujemo ramena,
- vrtimo roke naprej in nazaj,
- naredimo še nekaj drugih gimnastičnih vaj ...
- se vrtimo na mestu z rokami v bokih (*vrtenica*),
- vsi se primemo za roke v krog in tekamo,
- dvigujemo kolena in se tako skakajoč premikamo po krogu naprej pri ljudski pesmi »*Marko skače*« itn.

Po dveh ali treh nalogah vodja zavriska in otroci morajo ponoviti za njim.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko spet uporabimo različne športne rekvizite.

Obroči: z obroči izvajamo gimnastične vaje ter prvine ljudskega plesa (*vrtenica*).

Rutke: uporabljamo pri ljudskih plesih, kjer vrtijo rutko nad glavo z eno roko, obenem pa skačejo.

Palica: z njo si pomagamo in izvajamo določene naloge.

- Za vodjo lahko določimo tudi kakšnega otroka.
- Lahko izvajamo gimnastične vaje v paru.
- Lahko izvajamo omenjene naloge z glasbenim rekvizitom.

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Izreka besedila: Kakšne besede smo uporabljali?
- Poudarki - akcenti v glasbi: Ali smo kakšno besedo bolj poudarili?
- Smer zvokov: Od kod so prihajali glasovi - navodila vodje? Od kod vriskanje? (Vprašamo otroke, ki so bili tik ob vodji in tiste najbolj oddaljene.)

## **❖ PREPOZNAVANJE ŠUMOV**

**(pozorno poslušanje in prepoznavanje zvokov)**

**Cilj**: umiriti se, razvijati sposobnost poslušanja, spoznavati vloge narave, ugotavljati razlike v zvočnih značilnostih glede igranja na različne materiale.

**Uvrstitev v vadbeno enoto**: zaključni del.

**Organizacijska oblika**: vadbena ura, RD animacija, orientacija v naravi.

**Športni pripomočki, igrala**: žoga.

**Glasbeni pripomočki**: /

**Pomagala**: časopis, ura, vilice, posodice.

### **Opis igre**

Po dinamični gibalni aktivnosti vadiatelj otroke posede v prostoru, sam pa se skrije za pokončno postavljeno blazino. Tam ima pripravljena najrazličnejša pomagala in stvari iz različnih materialov s katerimi bo proizvajal šume in zvoke: npr. žoga, ura, vilice, posodice, lonček z rižem ... Naloga otrok je prepoznati različne šume ter da se s tem umirijo in povrnejo telo v ravnovesno stanje, kot je bilo pred začetkom gibalne aktivnosti.

### **Različice**

- Otroci so lahko obrnjeni v smeri prihajanja zvokov ali pa se s hrbtom obrnejo proti vodji.
- Za vodjo lahko določimo tudi kakšnega otroka, ki bo proizvajal šume.

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Barva zvokov - prepoznavanje šumov in zvokov: Kaj ste slišali? V čem so se zvoki - šumi razlikovali?
- Jakost zvokov: Ali so bili vsi zvoki ali šumi enako močni? Ste vse slišali z enako močjo ali so se med seboj razlikovali?

## ❖ KENGURUJI (skoki in ritem)

**Cilj:** utrjevati sonožne poskoke, povezovati gibanje z elementi ritma, spoznavati druga kulturna okolja, spoznavati glasbila.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, jutranja telovadba, orientacija v naravi, RD animacija, vadbena ura.

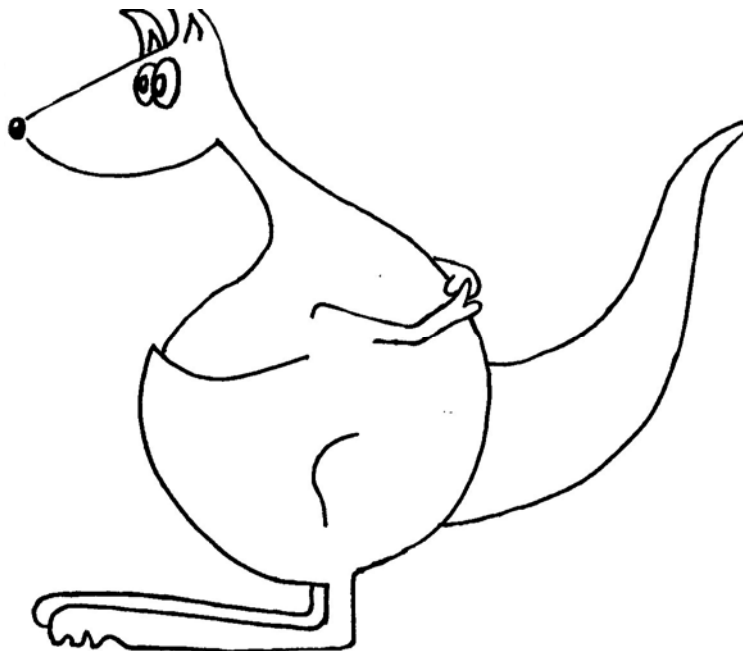
**Športni pripomočki, igrala:** tanke blazine.

**Glasbeni pripomočki:** palčke.

**Pomagala:** /

### Opis igre

Igralni prostor poskušamo spremeniti v okolje Avstralije, kjer živijo kenguruji. Po prostoru so na tleh razporejene tanke blazine, ki predstavljajo *celino*, preostala tla pa so morje. Otrokom razložimo, da so kenguruji tisti, ki skačejo iz otočka na otoček ali pa le po celini. Opozorimo jih, da nikakor ne smejo skočiti v morje, ker jih lahko ulovijo morski psi. Nato jim damo znak za start (*plosk*) in kenguruji začnejo skakati iz blazine na blazino. Ko da vaditelj znak za prenehanje (*stop*), se kenguruji ustavijo in počivajo na celini/blazini, kjer si naberejo nekaj hrane. Najprej poskusijo skakati brez rekvizitov, kasneje pa jim damo v roke palčke, s katerimi morajo čim bolj usklajeno igrati in obenem skakati. Igro nekajkrat ponovimo in da ne postane dolgočasna, uporabimo različice.



## Različice

- Pri tej dejavnosti lahko namesto paličic uporabimo različne športne rekvizite.

Riževe vrečke: predstavljajo hrano, ki so jo kenguruji ob počitku na celini dobili. Hrano/rižovo vrečko skušajo držati ter z njo skakati do naslednjega postanka;

Stožci: kenguruji dobijo zaradi premočnega sonca klobučke, ki jih držijo na glavi in z njimi skačejo.

- Kenguruji/otroci se lahko premikajo in skačejo vzvratno – nazaj.
- Namesto tankih blazin lahko uporabimo za ponazoritev celine obroče, ki so razporejeni po prostoru ali pa pike na katerih kenguruji ritmično skačejo iz ene na drugo.
- Namesto znaka za start (plosk) in za konec (stop) lahko vaditelj uporabi glasbo na zgoščenkah. Otroke opozorimo, da kenguruji skačejo ko slišijo glasbo. Ko glasba preneha, prenehajo s skakanjem tudi te zanimive avstralske živali.
- Namesto palčk lahko ponazarjamo ritem z ropotuljo.
- Namesto palčk lahko uporabimo improvizirana glasbila (lonček z rižem namesto ropotulje); glasbila iz naravnih materialov (orehove lupinice, dva kamenčka ...).

## Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Ritem: Kaj je kengurujem dajalo ritem za skakanje? S čim so si pomagali?
- Prepoznavanje glasbil: S katerim glasbilom so kenguruji potovali iz celine na celino? Ali bi lahko omenjeno glasbilo našli tudi v naravi?

## ❖ KORAKANJE VOJSKE (ritem)

**Cilj:** razvijati moč nog, povezovati gibanje z elementi ritma, spoznavati ljudsko pesem, spoznavati zvočne značilnosti – jakost.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, vadbeno ura, jutranja telovadba, izlet.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Pomagala:** glasbeni stolp, zgoščenske.

### Opis igre

Otrokom pripovedujemo kaj počnejo vojakih in jim razložimo, da so včasih fantje preden so se odpravili v vojsko, peli pesem »*Regiment po cesti gre*«. S to pesmijo so se predstavili vasi ali kraju, kjer so živeli, in se poslovili od ljudi za nekaj časa. Tudi mi se pri tej nalogi spremenimo v kolono vojakov. Otroke razporedimo enega za drugim in začnemo korakati. Zraven še vaditelj začne prepevati in se gibati po ritmu, ki ga omenjena pesem narekuje. Kolona vojakov gre tako v stilu koračnice na drugo stran prostora, naokrog, lahko tudi pod določeno oviro, ki jo postavimo v sredini prostora. Korakamo toliko časa, dokler večina otrok ne osvoji korakanja po ritmu. Vaditelj poudarja, da morajo otroci korakati z visoko dvignjenimi koleno po ritmu pesmi.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko spet uporabimo različne športne rekvizite kot dodatek vojakom.

**Stožci:** otroci/vojaki korakajo po zaviti poti, ki poteka okrog stožcev.

**Pike:** otroci korakajo po pikah, ki so postavljene na tleh.

- Namesto pesmi lahko uporabimo čim bolj ritmično glasbo iz glasbenega stolpa.
- Namesto korakanja lahko uporabimo še ostale naravne oblike gibanja: hoja po vseh štirih, tek nazaj, žabji skoki itd.
- Ko se zaključi pesem, lahko dodamo še najrazličnejše naloge, katere morajo spretni vojaki opraviti: npr. lazenje kot kača pod vrvjo, skakanje iz obroča v obroč, tek s skoki v višino itd.

### Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Ritem: Kako smo kot vojaki korakali? Kaj smo poslušali in se potem tudi tako gibali?
- Prepoznavanje zvokov: Kaj je ljudska pesem, od kod prihaja?

## ❖ SLEPI MIHA IŠČE ŽABICE (smer zvoka)

**Cilj:** naučiti se določati smer zvoka, sprostiti se in umiriti, razvijati orientacijo v prostoru, iskati lastne poti pri reševanju gibalnih problemov.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** zaključni del.

**Organizacijska oblika:** vadbena ura, športno dop/pop, orientacija v naravi, RD animacija, sprehod/izlet, letovanje/zimovanje.

**Športni pripomočki, igrala:** rutka.

**Glasbeni pripomočki:** /

### Opis igre

Otroke/žabice razporedimo v krog na tleh v sredini prostora. Razložimo jim pravila igrice ter povemo, da bo lahko vsak »Slepi Miha«. Namreč »Slepi Miha« je tisti otrok, ki ne vidi, ampak nasprotno temu zelo dobro sliši. Ta otrok ima zavezane oči in je postavljen v sredino kroga, ki ga oblikujejo žabice/drugi otroci. Njegova naloga je dobro poslušati ostale otroke/žabice in najti tistega, ki se je oglasil. Ko ga najde, se zamenjata in postane »slepi Miha« naslednji otrok. Igrico ponavljamo nekaj časa, da jo otroci dojamejo in dovolj dobro osvojijo.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko spet uporabimo različne športne rekvizite.

Vrv: na tla postavimo dolgo vrv in iz nje naredimo lužo, v kateri so žabice.

Obroči: vsaka žabica je lahko tudi v svoji žabji hiši/obroču.

- Namesto seda lahko žabice stojijo, ali pa izmenično ena sedi, ena leži, ena stoji, da na ta način zvoki prihajajo iz različnih višin.
- Lahko določimo tudi nalogo, da ko »slepi Miha« poišče žabico, skupaj zapešeta ali se zavrtita ali naredita eno gibalno nalogo: počep, preval, skok itn.
- Žabice lahko namesto reganja za svoje oglašanje uporabijo kaj drugega: žvižganje, sikanje, bzzzzzz kot čebele ...
- Lahko določimo vsem žabicam, da regajo, le ena izmed njih vsake toliko zakriči. Slepi Miha mora najti tisto, ki kriči.

### Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Slušne sposobnosti: Kaj si moral narediti, da si našel izgubljenega otroka? Kateri del telesa si uporabil za poslušanje?
- Lastnosti zvokov - smer zvokov: Ali so glasovi izgubljenih otrok vedno prihajali iz iste smeri?



## ❖ IGRA Z ZVONČKOM (variacija ljudske igre »kanglica vodo nosi«)

**Cilj:** umiriti telo in dihanje, razvijati hitro odzivnost, spoznavati elemente ljudske pesmi.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** zaključni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, sprehod/izlet, orientacija v naravi, RD animacija, letovanje/zimovanje.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** zvonček.

**Pomagala:**/

### Opis igre

Igra je podobna že znani ljudski igrici »Kanglica vodo nosi«, le da pri tej različici namesto rutke ali lončka uporabimo zvonček. Otroci sedijo v krogu, eden izmed otrok pa drži v roki zvonček in hodi okrog otrok ter prepeva:

*»Zvonček zvoni,  
zvonček zvoni,  
kdor se ozira,  
ga ne dobi«.*

Nato pri enem izmed otrok pusti zvonček in teče naokrog, drugi pa ga poskuša uloviti. Če ga ne ulovi in se prvi otrok usede na njegov prostor, nadaljuje igro drugi otrok. Igro ponavljamo dokler je zadostno zanimanje otrok za njo.



### **Različice**

- Za bežanje lahko določimo drugo vrsto gibanja: hoja po vseh štirih, tek nazaj, enonožno ali sonožno skakanje.
- Namesto zvončka lahko uporabimo ropotuljo ali kakšen drug zvoneč ali ritmičen instrument.
- Tisti ki lovi, ves čas zvoni z zvončkom.

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Hitrost zvokov: Kako se je slišalo zvenenje zvončka, ko je prvi otrok hodil naokrog? Kako je zvonil, ko ga je drugi lovil? Je bilo hitro, počasno?
- Smer zvokov: Kdaj si najbolj slišal zvenenje zvončka? Ko je otrok hodil mimo tebe?

## ❖ PROMETNI ZASTOJI (tek, trajanje zvoka)

**Cilj:** ogreti telo, razvijati hitrost v gibanju, spoznavati lastnosti zvokov - trajanje zvoka.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** uvodni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, jutranja telovadba, športno dop./pop., vadbena ura, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** obroči.

**Glasbeni pripomočki:** tamburin, triangel ...

**Pomagala:** /

### Opis igre

V prostoru so otroci razporejeni kot vozniki avtomobila (*vsak s svojim volanom/obročem*). Damo jim navodilo, da začnejo voziti svoje avtomobile, ko zaslišijo glasbo. Tečejo, krmilijo sem in tja, se izogibajo ostalim voznikom, jih prehitevajo itd. Ko pa glasba preneha, se morajo nemudoma ustaviti, saj se je nekje na cesti zgodila prometna nesreča. Ko se glasba spet pojavi, spet začnejo z vožnjo (*tekom z obročem*). Pri tej igrici bo prišlo do veliko prometnih zastojev, saj se nekateri otroci hitreje ustavijo kot drugi. Ravno zato jih še dodatno opozorimo, naj previdno poslušajo glasbo in da se tudi sami čim hitreje ustavijo, ko zaslišijo konec.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko uporabimo različne športne rekvizite.

Pike: uporabimo kot volan.

Kolebnice: avte lahko spremenimo v kočije, s tem da je eden kočijaž drugi pa kočija. To je hkrati tudi vadba v paru.

- Namesto glasbene podlage, lahko uporabimo igranje na kak instrument: zvončke, tamburin, triangel itd.
- Za alarmni znak lahko uporabimo besedo stop. Za start pa naprej.

### Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Različna hitrost: Kdaj smo vozili avtomobile hitreje? Kakšno je bilo pospeševanje na začetku vožnje?
- Lastnosti zvokov - trajanje zvokov: Ali so avtomobili vozili ves čas enako dolgo? Ali je preteklo od ene do druge prometne nesreča več ali manj časa?

## ❖ BOBNARČEK (ritem)

**Cilj:** razvijati hitrost teka, razvijati prstne spretnosti, razvijati glasbeno poslušanje, povezovati gibanje z elementi ritma.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, športno dop./ pop, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** /

**Pomagala:** /

### Opis igre

Vaditelj je bobnarček in ima od sebi boben na katerega igra. Ostalim otrokom razložimo, da *podnevi* bobna bobnarček hitreje, zato hodijo v pokončnem položaju - v stoji. *Ponoči* pa igra bobnarček zelo počasi in se zato tudi otroci plazijo po tleh ali pa se v leži premikajo počasi. Ko se spet zdani, prične bobnarček bobnati hitreje in se spet dvignejo ter začnejo tekati. Gledamo na to, da zamenjamo čim večkrat noč in dan, zato da so otroci večkrat na tleh in v zraku.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko spet uporabimo različne športne rekvizite.

**Kolebnica:** otroci lahko za seboj vlečejo kužka na vrvici - kolebnici. S kolebnico se sprehajajo naokrog.

**Žoga:** otroci se z žogo sprehajajo naokrog, ko je noč, jo kotalijo po tleh.

**Časopis:** čez dan hodijo naokrog s časopisom v roki, ponoči pa ga položijo na tla, se nanj uležejo in se potiskajo naprej.

- Namesto bobna lahko uporabimo improvizirane bobne – bambrbame ali pa druga glasbila, ki so drugačna po barvi zvoka: npr. triangel ...
- Namesto hoje teka se lahko poslužujemo še ostalih naravnih oblik gibanja: enonožni in sonožni skoki, tek nazaj, žabji skoki, zajčji skoki ...

### Naloga/vprašanje s področja glasbe:

- Hitrost ritma: Kdaj je bobnarček bobnal hitreje? Kdaj počasneje?
- Spoznavanje instrumentov: Kakšen instrument je držal v rokah naš bobnarček?
- Lastnosti zvokov - barva zvoka: Ali je boben zelo zveneč? Kakšen zvok ima?

## ❖ ŽOGICA NOGICA (spretnosti z žogo in petje)

**Cilj:** utrditi odbijanje žoge, razvijati koordinacijo rok in nog, razvijati petje, seznaniti se s akcentov v glasbi.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, vadbeno ura, športno pop./dop., javni nastop.

**Športni pripomočki, igrala:** žoge.

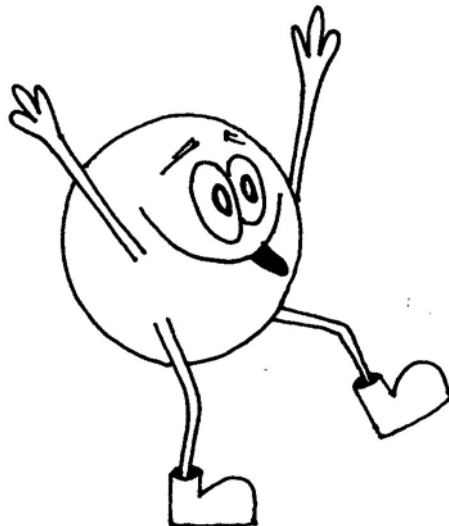
**Pomagala:** glasbeni stolp, zgoščanke.

### Opis igre

Otrokom najprej na kratko obnovimo zgodnico o »žogici Nogici«. Nato jim razdelimo žoge in pokažemo ter razložimo, kako se žogica Nogica igra in žoga. Ona vedno poje in hkrati odbija žogo na podčrtane besede v sledeči pesmici:

*»Jaz sem mala žogica,  
žogica Nogica,  
vse razumem in vse znam  
strašiti se ne dam.«*

Omenjeno pesmico nekajkrat ponovimo, nato pa (ko zaslišimo glasbo iz glasbenega stolpa) primemo žogo v naročje in tečemo naokrog, saj je prišel hudi zmaj, ki bi žogico rad vzel. Ko glasba preneha, zmaj odide in žogica nadaljuje svojo pesmico in odbija žogo naprej, dokler se zmaj spet ne prikraide.



## Različice

- Pri tej dejavnosti lahko spet uporabimo različne športne rekvizite namesto žoge.

Kolebnica: namesto odboja žoge, skačemo s kolebnico na poudarjene zloge.

Stožci: otroci so žogice Nogice in vodijo/odbijajo žoge okrog stožcev, ki se nahajajo na tleh ter se jim poskušajo izogibati.

Pike: na tleh so postavljene pike, na katere skušajo odbijati žogo. Podobno lahko uporabimo obroče - otrokom razložimo, da lahko odbijajo žogo le v obroče.

- Namesto znaka za start in konec prihoda zmaja (*glasba*), lahko uporabimo dve palčki, ropotuljo ali dva tulca, s čimer proizvajamo primeren enakomeren ritem, po katerem otroci odbijajo žoge.
- Namesto teka se lahko poslužimo še ostalih naravnih oblik gibanja: enonožni in sonožni skoki, tek nazaj, žabji skoki ...
- Lahko spremenimo tudi stik z žogo. Po prihodu zmaja/glasba lahko otroci vržejo žoge v stran in zbežijo. Ko glasba preneha, spet poišče vsak eno žogo in nadaljujejo z odboji.
- Lahko določimo takšno nalogo, da ko zaslišijo glasbo, žogo močno odbijejo od tal, jo ujamejo in zbežijo.

## Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Petje: Katero pesmico smo prepevali?
- Pevske sposobnosti: Je lažje peti, če odbijamo žogo ali če je ne?
- Prepoznavanje zvokov: Kdaj je žogica nogica zbežala? Kaj je pomenilo, da prihaja zmaj?

## ❖ METULJEV PLES (tek, trajanje zvoka)

**Cilj:** ogreti celo telo, razvijati hitrost v teku, ugotavljati trajanje zvoka.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** uvodni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, športno dop./pop., vadbena ura, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** rutke.

**Glasbeni pripomočki:** tamburin.

### Opis igre

Otroci kot metulji (vsak z dvoje krili/rutkama) plešejo po prostoru. Vaditelj pove, da metulji s svojimi krili plešejo in letajo, dokler igra godec na tamburin. Povemo jim, da letajo tako dolgo, dokler godec enkrat na kratko in zelo močno udari na tamburin. Takrat se metulji poskrijejo po prostoru, saj prihaja mačka, ki jih poskuša poloviti. Če koga izmed metuljev ulovi, mu vzame krila in na ta način postane mačka metulj, drugi otrok pa ostane brez kril.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko uporabimo različne športne rekvizite s katerimi dodatno popestrimo dejavnost.

Tulci: tulec je lahko improviziran instrument namesto tamburina.

Kamenčki: po prostoru so razporejeni in po močnem udarcu na tamburin vsak metulj poišče svoj kamen, na katerem obsedi in se na ta način reši. Na isti način lahko uporabimo obroče, ki naj bi predstavljali rešitveni prostor za plesoče metulje.

- Namesto tamburina lahko uporabimo glasbeno podlago, ki prihaja iz glasbenega stolpa.
- Za alarmni znak lahko uporabimo vrisk ali stresanje tamburina.

### Naloga/vprašanje s področja glasbe:

- Spoznavanje glasbenih izrazov: Kaj je petje? Kaj so počeli metulji? Kaj je ples?
- Lastnosti zvokov - trajanje zvokov: Kaj je trajalo dlje: igranje tamburina ali kratek udarec na koncu - znak, da se metulji poskrijejo?

## ❖ **BALONARSKI SEJEM** (tek, barva zvoka)

**Cilj:** ogreti celo telo, ugotavljati lastnosti zvokov - barvo zvoka, spoznavati glasbene instrumente.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** uvodni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, športno dop./pop., vadbeno ura, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** /

**Pomagala:** baloni, riž.

### **Opis igre**

Vaditelj za vsakega otroka napolni balon z rižem. Razloži jim, da bodo šli vsi skupaj na balonarski sejem. Tam bomo lahko izbirali balone, jih preizkušali in se z njimi igrali. In res, na eni strani igralnice so postavljeni baloni, do katerih pritečemo. Vsak si izbere en balon, ga prime za repek in ga vrti ter hkrati posluša zvok, ki ga balon z rižem ustvarja. Preizkusimo, kakšni so zvoki, če ga vrtimo, če z njim udarjajo po tleh, če ga vržejo v zrak itd. Na koncu se pogovorimo o zvokih, ki so jih baloni oddajali.

### **Različice**

- Pri tej dejavnosti lahko uporabimo različne oblike gibanja: z baloni lahko skačejo sonožno, enonožno; hodijo po vseh štirih v opori zadaj, balon imajo na trebuhu; se kotalijo, balon držijo nad glavo itd.
- Lahko uporabimo elastiko, ki jo napnemo čez prostor otroci pa poskušajo svoje glasne balone odbiti čez elastiko.
- Na balonarskem sejmu lahko tudi skupaj z baloni zarajamo ob glasbeni podlagi iz glasbenega stolpa ali kakšnega drugega instrumenta.

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Spoznavanje glasbenih instrumentov: Kateri instrumenti imajo podoben zvok?
- Lastnosti zvokov - barva zvokov: Kakšen zvok je oddajal balon? Se je kaj spremenil, če si ga vrgel, ali udarjal po njem?



## ❖ KRAVICA IN PASTIRČEK (slušne sposobnosti, sledenje zvoku)

**Cilj:** razvijati posluh in slediti zvoku, razvijati orientacijo v prostoru.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** vadbeno ura, športno dop./pop, RD animacija, orientacija v naravi, sprehod/izlet.

**Športni pripomočki, igrala:** rutke.

**Glasbeni pripomočki:** zvončki ali kraguljčki.

**Pomagala:** /

### Opis igre

Otroke razporedimo v pare in jim razložimo, da bo najprej eden *pastirček*, drugi pa *kravica*, ki ima ob sebi zvonček, s katerim zvoni. Kasneje bomo vloge zamenjali, da lahko vsak od otrok preizkusi obe vloge. Otrok/kravica se je izgubil in pastirček jo mora najti. Z zavezanimi očmi jo išče tako, da ji sledi glede na to, od kod prihaja zvok. Ko jo najde, zamenjata vloge.



### **Različice**

- Namesto zvončka ima lahko kravica ob sebi kaj drugega, kar proizvaja zvok in na ta način opozarja nase (npr: ropotuljo, orehove lupinice, triangel ipd.).
- Pari imajo lahko različen instrument/zvočilo, za katerim hodi pastirček. To pa predvsem zaradi tega, da ne bi pastirčki iskali napačne kravice (od drugega para).
- Namesto hoje lahko uporabimo še ostale naravne oblike gibanja: enonožni in sonožni skoki, plazenje, žabji skoki ...

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Slušne sposobnosti: Kaj ste morali poslušati, da ste uspešno opravili nalogo?
  - Smer zvoka: Vprašanje za pastirčke - kako ste iskal svoje kravice?
- Vprašanje za kravice - kako so vas iskali pastirčki, glede na to da niso nič videli?
- Prepoznavanje zvokov - barva zvokov: Vsaka kravica je imela drugačen zvok. A ste pri iskanju slišali tudi preostale zvoke, poleg zvoka, ki je predstavljal tvojo kravico?

## ❖ PALČKI IN VELIKANI (višina tona)

**Cilj:** razvijati hojo v čepu, ugotavljati višino zvoka.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, športno dop./pop., vadbena ura, RD animacija, orientacija v naravi.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** flavta.

**Pomagala:** /

### Opis igre

Otrokom razložimo gibalno nalogo, v kateri se bomo igrali, da bomo enkrat *palčki*, drugič pa *velikani*. Vse je odvisno od tega, kako visoke tone bo vaditelj igral na flavto. Najprej jim seveda predstavimo, kako se slišijo nizki toni in kako visoki toni. Nato jih pošljemo, da se kot palčki sprehajajo po prostoru, seveda pa višini tonov primerno prilagodijo višino hoje. Če *slišijo visoke tone*, postanejo velikani in hodijo visoko iztegnjeni na prstih; če se *toni znižajo*, začnejo kot palčki v čepu hoditi čim bolj pri tleh. Višino tonov na začetku bolj počasi in poredko spreminjamo, kasneje pa pospešimo menjavanje višin tonov, da se tudi otroci hitreje spuščajo in dvigajo in s tem nalogo izvajajo bolj dinamično.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko uporabimo različne oblike gibanja: palčki lahko skačejo v čepu, velikani skačejo v stoji ...
- Lahko uporabimo druge športne pripomočke za popestritev.

Stožci: so lahko klobučki, ki jih palčki držijo v rokah (jih potiskajo predse); ko pa se spremenijo v velikane, jih dajo na glavo in nad glavo (jih dvigujejo).

Kamenčki: razporedimo jih po prostoru. Če so velikani, hodijo mimo. Če so palčki - nizki toni, pa krožijo v čepu okrog enega kamenčka.

- Gibalno nalogo lahko izvajamo v paru; dva palčka se držita skupaj in se j spreminjata skupaj v velikana in potem spet v palčka. To je dober način za otroke, kateri imajo probleme z razumevanjem navodil.
- Namesto flavte lahko uporabimo kakšen drug melodičen instrument, s katerim lahko igramo zdaj nizke zdaj visoke tone. Npr. kitara, klavir ...
- Ali pa kombiniramo dva instrumenta:

trianglel – predstavlja hojo velikanov v vzravnem položaju,

palčke – hoja palčkov pri tleh.

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Spoznavanje glasbenih instrumentov: Kakšen instrument smo uporabili za palčke/velikane? Njegovo ime je?
- Lastnosti zvokov - višina zvokov: Kako ste hodili, ko ste oponašali velikane? So bili tudi toni iz glasbila visoki, cvileči, piskajoči?
- Kako ste hodili, ko ste oponašali palčke? So bili tudi toni iz glasbila nizki, temni?

## ❖ KEKEC IN ROŽLE (odmev, ritmični in melodični vzorci)

**Cilj:** utrjevati ritmične vzorce v paru, spoznavati različno hitrost zvoka.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, vadbena ura, RD animacija.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** instrument, ki je na razpolago (*palčke, ropotulje, zvončki*).

**Pomagala:** /

### Opis igre

Otroke razdelimo na polovico. Ena skupina je na eni strani igralnice/brezna in ponazarjajo *Kekca*, drugi pa so na drugi strani igralnice/brezna in ponazarjajo *Rožleta*. Kekci in Rožleti se med seboj pogovarjajo čez brezno na takšen način, da eni nekaj povedo, zapojejo naredijo, druga skupina pa ponovi za njimi - predstavljajo njihov odmev. Npr.:

- Kekci rečejo: »Hejjjjjjj«. In Rožleti naredijo odmev: »hejjjjj«, nazaj,
- Kekci skočijo v zrak in Rožleti z drugega hriba ponovijo za njimi,
- Kekci se smejiijo in Rožleti za njimi,
- Kekci se primejo za pete, odbijejo žogo, skočijo naprej in Rožleti prav tako ...

Možnosti gibalnih ali glasovnih nalog je neomejeno. Otroke samo opozorimo, da so pri odmevu natančni in poskušajo čim bolj natančno poslati odmev nazaj, bodisi melodičen ali ritmičen odmev.

### Različice

- Lahko uporabimo drugačne športne pripomočke za popestritev. Stožci, kolebnice, rutke, riževe vrečke: z vsemi temi pripomočki lahko izvedemo nešteto različnih gibanj, ki jih Rožle ali odmev ponovi.
- Kekci lahko uporabijo instrumente, Rožleti pa odgovorijo z gibanjem (naredijo odmev) na glasbo, ki jo slišijo z druge strani hriba.
- Lahko določimo znak, ko se vsi naenkrat podajo v brezno, kjer se srečajo; npr. dolg pisk, udarec po trianglu, udarec na tamburin itn.
- Kekci naredijo določen ritmičen vzorec, ki ga Rožleti na drugem hribu ponovijo. Npr. »ta ta taaaaa«.
- Vaditelj je Kekec, otroci pa kekčev odmev.

**Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Prepoznavanje glasovnih in gibalnih vzorcev: Ali ste vedno s petjem ali igranjem naredili odmev? Ali ste kdaj naredili tudi kaj s svojim telesom?
- Ritem: S čim smo ustvarjali ritem?

## ❖ ČEBELICE IN ROŽICE (barva zvokov, iskanje parov)

**Cilj:** poiskati svoj par, spoznavati pomen sodelovanja, razvijati orientacijo v prostoru, razvijati slušne sposobnosti, spoznavati lastnosti zvokov – barva zvoka.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, športno dop./pop., vadbeno ura, RD animacija.

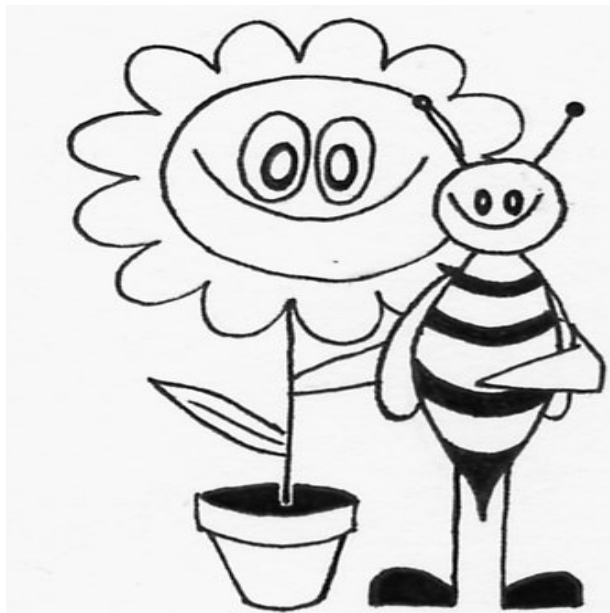
**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** /

**Pomagala:** jogurtovi lončki, »kinder« jajčka ali posodice za foto film, riž, kamenčki, svinčniki, žlice, žebliji ipd.

### Opis igre

Vaditelj razdeli otroke na polovico. Eni so *rožice*, drugi pa *čebelice*. Tako čebelice kot rožice si med seboj razdelijo ropotulje, narejene iz jogurtovih lončkov. Vsaka ropotulja ima drugačno vsebino, tako da se med seboj razlikujejo po barvi zvoka. Izmed vseh ropotulj so narejene po dve isti (*za vsebino imata* po dve skupaj riž; dve žeblije; dve en kamenček: dve sta prazni itn.). Eno izmed para ropotulj dobi ena izmed rožic, drugo ropotuljo pa čebelica. Na znak začnejo čebelice letati in iskati svojo rožico, ki stoji na mestu. Vsaka čebelica mora najti svojo rožico in potem se zamenjata. Ko se vsi med seboj najdejo, še skupaj preverimo, če so našli pravo rožico/čebelico. V primeru, da se niso uspeli, igrico ponovimo.



### **Različice**

- Pri tej dejavnosti lahko uporabimo različne športne rekvizite.

Obroči: vsaka rožica lahko stoji na svojem vrtilčku/v obroču.

Kamenčki: rožice lahko tudi sedijo na kamenčku.

Rutke: lahko jih uporabimo tako, da čebelicam zavežemo oči in jim s tem še dodatno otežimo iskanje.

- Namesto letenja lahko čebelice uporabijo druge načine gibanja: skačejo in stresajo ropotuljo, se plazijo, hodijo v čepu itn.
- Lahko spremenimo, da se razen čebelic tudi rožice premikajo po prostoru in se tako skupno iščejo.

### **Naloga/vprašanje s področja glasbe**

- Slušne sposobnosti: Koliko zvokov si slišal/a? Veliko/malo, le svojega?
- Lastnosti zvokov - barva zvokov: Kakšen zvok ropotulje si moral poiskati? Je bil mogoče isti kot zvok tvoje ropotulje?



## ❖ NAGAJIVI ČEVELJČKI (različna hitrost, pari)

**Cilj:** vaditi v paru, ugotavljati hitrost zvoka.

**Uvrstitev v vadbeno enoto:** glavni del.

**Organizacijska oblika:** gibalna minuta, jutranja telovadba, vadbena ura.

**Športni pripomočki, igrala:** /

**Glasbeni pripomočki:** instrument, ki je na razpolago (*palčke, ropotulje, flavta, zvončki ...*).

**Pomagala:** /

### Opis igre

Otroke razdelimo v enakovredne pare. Eden je glasbenik, ki igra na instrument. Drugi otrok pa si poprej obuje nagajive, nevidne čudežne čeveljčke, ki se premikajo in skačejo kadarkoli zaslišijo glasbo. Otrokom damo navodilo, da se začnejo nagajivi čeveljčki premikati, ko začne glasbenik igrati (*drugi otrok začne ponazarjati gibanje in plesati tako, kot igra glasbenik*). Če igra glasbenik/otrok hitro, so tudi čeveljčki hitrejši in bolj nagajivi. Če pa igra počasneje, začnejo tudi čeveljčki bolj umirjeno plesati pred glasbenikom.

Igrico nekajkrat ponovimo, da par nekajkrat zamenja vloži.

### Različice

- Pri tej dejavnosti lahko uporabimo različne oblike gibanja: namesto plesa lahko skačejo sonožno ali enonožno pred glasbenikom, se vrtijo, drsajo po tleh itd.
- Lahko uporabimo kakšne druge športne pripomočke za popestritev.

Kamenčki: plesalec lahko z nagajivimi čeveljčki teka in pleše okrog kamenčka.

- Gibalno nalogo lahko izvajamo tako, da je ob glasbeniku več plesalcev - dva ali trije.
- Namesto pravih instrumentov lahko uporabimo improvizirane instrumente ali lastne instrumente (ploskanje, vriskanje, topotanje ...).
- Določimo dva glasbenika, ki ustvarjata glasbo za enega ali dva otroka z nagajivimi čeveljčki.
- Namesto glasbenikov lahko uporabimo glasbo iz zgoščenk in se potem vsi otroci skupaj z nagajivimi čeveljčki premikajo in plešejo po prostoru.

### Naloga/vprašanje s področja glasbe

- Različna hitrost: Kdaj so se nagajivi čeveljčki premikali hitreje/počasneje?
- Ritem: Ali si se ves čas premikal enakomerno?

## 7 SKLEP

V diplomskem delu je predstavljenih le nekaj primerov medpodročnih povezav med gibanjem in glasbo. Kot je že opisano, je možnosti nešteto, od vzgojitelja samega pa je odvisno ali bo s svojim znanjem in ustvarjalnostjo izkoristil možnosti povezovanja področja gibanja z področjem glasbe. Vsekakor je tak način dela izdatna popestritev športno-gibalni aktivnosti za otroke v predšolskem obdobju, tako v vzgojno-izobraževalnem procesu, kot tudi v prostem času.

Pregled številnih literatur nas je pripeljal do zaključka, da je gibanje govorica telesa in zaradi tega poleg govornega jezika nadvse pomembna za otrokovo komunikacijo. S poslušanjem glasbe in gibanjem ob njej, si otrok pridobiva prve izkušnje in znanja o glasbi. In prav poslušanje ter ritmično gibanje dajeta osnovo. njegovi glasbeni rasti.

Ugotovili smo, da je možnosti medpodročnih povezav med gibalnim in glasbenim področjem, kar se tiče vsebin, pa tudi načinov uporabe, veliko. V diplomskem delu je zbranih nekaj možnih rešitev, s katerimi lahko športni pedagogi, vzgojitelji in drugi popestrijo gibalne urice najmlajšim. Seveda pa je od vsakega posameznika odvisno, koliko volje in moči bo v pripravo takšnih ur vložil, ki so nedvomno zelo zanimive in prijetne za otroke, poleg tega pa so tudi z vzgojno-izobraževalnega vidika doprinos k boljšemu spoznavanju in učenju otrok.

Otroci zelo radi prihajajo na športno vadbo v popoldanskem času, kot tudi na animacijo rojstnih dni. Številne izkušnje so nas pripeljale do tega, da otroci v gibalni aktivnosti uživajo, v kolikor pa k njej dodamo še glasbene elemente, pa vse skupaj povzroči še bolj sproščeno okolje ter s tem prijetno počutje otrok. Včasih se zdi, da se v objemu glasbe počutijo veliko bolj varno in s tem srečno, gibalne naloge pa izvajajo z večjo vnemo in zanimanjem.

Nemalokrat se pojavljajo vprašanja, kako izvajati v vrtcih športno vzgojo, saj navadno ne premorejo nobenih namenskih prostorov, kjer bi lahko izvajali temeljne gibalne aktivnosti. Največkrat omenjene probleme rešujejo vzgojitelji z improviziranjem v igralnicah, na hodnikih ipd. In ravno ti izzivi nas morajo voditi k iskanju novih možnosti in rešitev.

Športni pedagogi in vzgojitelji bi morali težiti h temu, da poskušamo šport popeljati ven iz telovadnic in igrišč, med glasbene in preostale aktivnosti, ki se

odvijajo v predšolskem obdobju. Po drugi strani pa, da bi v gibalne dejavnosti vpletli čim več glasbe in preostalih vsebin, s katerimi bi širili in bogatili otrokov celostni razvoj. S tem bi tudi dvignili športno vzgojo v predšolskem obdobju na višjo raven in jo postavili na njeno zasluženno mesto.

Namreč dejstvo je, da je tudi športna vzgoja tisti predmet, ki enakovredno širi naše obzorje znanja, in na ta način pripomore h kvalitetnejši izvedbi pedagoškega procesa. Zato bi jo morali nenehno vpletati v vsa področja otrokovega učenja in ji na ta način posvečati pomembno pozornost.

## 8 LITERATURA

- Bizjan, M. (1999). *Šport od mladosti k zrelosti: Iskanje poti*. Ljubljana: Knjigarna Karantanija.
- Cemič, A. (2000). Proces prvih gibalnih aktivnosti – pomembne razlike v procesu gibalnih aktivnosti najmlajših otrok in starejših. *Športna vzgoja za novo tisočletje: zbornik referatov, str.227-230*. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.
- Cemič, A. (2001). Drugačen uvodni del gibalno/športne aktivnosti za najmlajše. *ZBORNIK 14. Strokovnega posveta športnih pedagogov Slovenije, Kranjska Gora 25.-27. oktober, str. 90-93*. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.
- Črčinovič Rozman, J. (2000). Gibanje kot učni princip glasbenega pouka. *Otrok v gibanju - 1. Mednarodni znanstveni posvet Otrok v gibanju, 20.-22. oktober, 2000, Gozd Martuljek, str 321-329*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Denac, O. *Glasbena vzgoja - zapiski iz seminarja*. Neobjavljeno delo.
- Gjud, A., Kroflič, B. in Vovk Pezdir, A. (1984). *Plesna vzgoja predšolskih otrok – prispevek k metodiki*. Ljubljana: Založba Univerzum.
- Gjud, A. in Kroflič, B. (1990/91/92). *Igra z gibi 1, 2, 3*. Radovljica: Založba Didakta.
- Grienski, S. (1996). *Cooperative learning in physical education*. Champaign: Human Kinetics.
- Hall, J. (1997). *Dance for infants*. London: A & C Black.
- Ipavec, N. in Zagorc, M. (1999). Vključevanje plesne vzgoje v pouk šolske športne vzgoje in povezanost s projektom šolskih plesnih tekmovanj. *Zbornik 12. Strokovnega posveta Zveze društev športnih pedagogov Slovenije, str. 326-328*. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.

*Kurikulum za vrtce* (1999). Ljubljana: MŠŠ, Urad Republike Slovenije za šolstvo.

Karpljuk, D. (2000). Gibalne sposobnosti otrok v predšolskem obdobju. V *Pravljичnem svetu iger in razvedrila. Igrala in športni pripomočki pri nas*, str.4-9. Ljubljana: OKS – ZŠZ, Odbor športa za vse.

Karpljuk, D., Videmšek, M. in Zajc, M. (2003). *Možnosti povezovanja športnih in zdravstvenih vsebin v Osnovni šoli*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Kesič, K. (2000). Ples in samopodoba. *Otrok v gibanju - Mednarodni znanstveni posvet Otrok v gibanju, 20.-22. oktober, 2000, Gozd Martuljek*, str. 184-188. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Koban Dobnik, M. (2005). Gibalno plesne aktivnosti pri pouku glasbe. *Glasba v šoli, letn. 10 (1-2)*, str. 40-46.

Kosec M. in Mramor M. (1991). *Športna vzgoja za predšolske otroke*. Ljubljana: DZS.

Kroflič, B. in Gobec, D. (1995). *Igra, gib, ustvarjanje, učenje*. Novo mesto: Pedagoška obzorja.

Kroflič, R. idr. (2001). *Otrok v vrtcu: priročnik h Kurikulu za vrtce*. Maribor: Založba Obzorja.

Mori, I. (2003). *Glasba v prvem vzgojno – izobraževalnem obdobju Osnovne šole*, priročnik. Ljubljana: ZRSS.

Paulin, M. (1971). *Gibalno ritmična vzgoja predšolskih in mlajših šolskih otrok*. Ljubljana: Zavod za šolstvo SR Slovenije.

Pesek, A. (1997). *Otroci v svetu glasbe – Izbrana poglavja iz glasbene psihologije in pedagogike*. Ljubljana: Založba Mladinska knjiga.

Pistotnik, B. (1999). *Osnove gibanja – osnove gibalne izobrazbe*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

- Planinšec, J. (2000). Medpredmetne povezave športne vzgoje v Osnovni šoli. *Športna vzgoja za novo tisočletje: zbornik referatov, str.181, 182, 187.* Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.
- Pogh, A. in Pogh, L. (1998). *Music in the early years.* London & New York: Routledge.
- Riley, J. (Ed.) (2003). *Learning in the early years - a guide for teachers of children 3-7.* London: P. Chapman, Thousand Oaks (Calif.), New Delhi: Sage.
- Strel, J. idr. (2002). *Medpredmetne povezave pri športni vzgoji.* Ljubljana: Fakulteta za šport, Center za stalno strokovno izpopolnjevanje.
- Špes, A. (2005). *Pomen in vpliv glasbeno-gibalnega izražanja,ustvarjanja in sproščanja pri osebah z zmerno motnjo v telesnem in duševnem razvoju. Diplomsko delo,* Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Štemberger, V. (1999). Povezave športne vzgoje z drugimi predmeti na razredni stopnji (v prvi triadi Osnovne šole). *Zbornik 12. Strokovnega posveta Zveze društev športnih pedagogov Slovenije, str. 266, 267,273..* Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.
- Verhovec Kavčič, A. (1999). Šport - naš vsakdanjik - ne le pri športni vzgoji. *Zbornik 12. Strokovnega posveta Zveze društev športnih pedagogov Slovenije, str. 275-278.* Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.
- Videmšek, M., Berdajs, P. in Karpljuk, D. (2003). *Mali športnik; Gibalne dejavnosti otrok do 3. leta starosti v okviru družine.* Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Videmšek, M., Drašler, A. in Pišot, R. (2003). *Gibalna igra kot sredstvo za seznanjanje s tujim jezikom v zgodnjem otroškem obdobju.* Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Videmšek, M. (2002). Področje »gibanje« v luči kurikuluma za vrtce. *V čarobnem svetu igral, str. 4 -12.* Ljubljana: OKS – ZŠZ, Odbor športa za vse.

- Videmšek, M., Šiler, B. in Fišer, P. (2002). *Slepa miš, ti loviš*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Videmšek, M. in Kovač, M. (2001). Gibanje. V Kroflič, R. idr. (2001). *Otrok v vrtcu: priročnik h Kurikulu za vrtce*. Maribor: Založba obzorij.
- Videmšek, M. in Šajna, M. (2004). *Elementarne igre, značilne za druga kulturna okolja - seminarsko gradivo*. Ljubljana: CSSI, Fakulteta za šport.
- Videmšek, M. in Visinski, M. (2001). *Športne dejavnosti predšolskih otrok*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Vogelnik, M. (1993). *Ustvarjalni gib, plesno-gledališki priročnik*. Ljubljana: Zveza kulturnih organizacij Slovenije.
- Voglar, M. in Škerjanc, D. (1997). *Zbirka pesmi in glasbenih didaktičnih iger za predšolske otroke. Metodika glasbene vzgoje s praktikumom*. Ljubljana: pedagoška fakulteta.
- Vrbovšek, B., Čas, M., Ketiš, Z. in Smerdelj, J. (2006). *Umetnost v Kurikulu*. Ljubljana: Supra.
- Young, S. in Glover, J. (1998). *Music in the early years*. London & Bristol: Falmer.
- Zagorc, M. (1993). *Ples – ustvarjanje z ritmom*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Zagorc, M. (1993). *Ples – ustvarjanje z gibom*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Zagorc, M. (2006). *Ples v sodobni šoli*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Zagorc, M. in Tušak, M. (2000). Ples - premalo cenjeno sredstvo pri vzgoji otrok in mladostnikov. *Športna vzgoja za novo tisočletje: zbornik referatov, str.434-438*. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.

Zgaga, B. (2003). Izvajanje glasbenih didaktičnih iger in vključevanje igranja na instrumente v mali šoli. Diplomsko naloga, Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Zorman, A. (2000). Stičnosti zgodnjega učenja drugih in tujih jezikov ter športno-gibalne vzgoje. *Otrok v gibanju - 1. Mednarodni znanstveni posvet Otrok v gibanju, 20.-22. oktober, 2000, Gozd Martuljek, str. 291 - 297*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

*Glasbene igre* (2006). Pridobljeno 19.10.2006, iz [www.gms-drustvo.si/program.htm](http://www.gms-drustvo.si/program.htm)

Schmidt, G. (2008). Raziskovanje gibalnega, plesnega in glasbenega izražanja. Univerza v Ljubljani: Pedagoška fakulteta, Oddelek za predšolsko vzgojo. Pridobljeno 12. 12. 2007, iz [www.2.arnes.si/~gschmi/studenti/PLE%8AEM!%20pdf/plesemNAVODILA.pdf](http://www.2.arnes.si/~gschmi/studenti/PLE%8AEM!%20pdf/plesemNAVODILA.pdf).