

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

MOJCA BRENKUŠ

Ljubljana, 2010

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

MOŽNOSTI MEDPODROČNEGA POVEZOVANJA V OKVIRU PLESNIH DEJAVNOSTI ZA PREDŠOLSKE OTROKE

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA

prof. dr. Mateja Videmšek, prof. šp. vzg.

RECENZENT

izr. prof. dr. Damir Karpljuk, prof. šp. vzg.

KONZULTANTKA

mag. Tina Jarc Šifrar, prof. šp. vzg.

Avtorica dela
MOJCA BRENKUŠ

Ljubljana, 2010

ZAHVALA

Zahvaljujem se vodji Vrtca pri OŠ Predoslje ge. Branki Perne ter otrokom njenega oddelka za realizacijo plesno-gibalnih uric in njihovo sodelovanje na le teh.

Zahvala gre tudi mentorici dr. Mateji Videmšek za strokovno podporo pri nastajanju diplomskega dela.

Ključne besede: predšolska vzgoja, ples, plesna vzgoja, medpodročno povezovanje, ustvarjalnost

MOŽNOSTI MEDPODROČNEGA POVEZOVANJA V OKVIRU PLESNIH DEJAVNOSTI ZA PREDŠOLSKE OTROKE

Mojca Brenkuš

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2010

Specialna športna vzgoja, Elementarna športna vzgoja

Število strani: 79; število preglednic: 10; število virov: 20; število slik: 24; število prilog: 3

IZVLEČEK

Predšolsko obdobje je pomembno za slehernega otroka, saj naj bi ravno v tem obdobju pridobil kar največ raznolikih izkušenj. Namen diplomskega dela je bilo izpostaviti pomembnost izvajanja plesno-gibalnih aktivnosti v predšolskem obdobju in možnosti medpodročnega povezovanja skozi te aktivnosti. Pri načrtovanju tovrstnih aktivnosti nam je v veliko pomoč Kurikulum za vrtce, ki daje pomembnost tako gibalnim kot tudi umetniškim vsebinam in ne smemo si privoščiti zanemariti ne enih in ne drugih. Prvi del diplomskega dela teoretično opredeljuje gibalne, plesne in ustvarjalne aktivnosti v vrtcih, pri katerih lahko svobodno vpeljemo tudi medpodročna povezovanja. Drugi del pa predstavlja podrobno opredeljene urice s plesno-gibalnimi vsebinami, ki smo jih izvedli v Vrtcu pri OŠ Predoslje. Urice smo posneli s kamero in iz posnetkov izdelali film v DVD obliki. Sodelovalo je 22 otrok, starih 5 let. Otroci so se naših srečanj neizmerno veselili in na samih uricah aktivno sodelovali. Tako smo ugotovili, da otroci pri tej starosti radi plešejo in ob različnih zvokih glasbe preizkušajo meje svojih gibalnih in domišljjskih sposobnosti. Plesali so vsi. Plesali smo v skupini, posamezno in tudi v parih, pri čemer je bil poudarek na sodelovanju vseh otrok za doseg istega cilja – skozi gibanje ob glasbi napolniti notranjo potrebo posameznika po izražanju telesnih, čustvenih in duhovnih razsežnosti.

Key words: preschool education, dance, dance education, cross-curriculum approaches, creativity

OPTIONS OF BETWEEN FIELD BINDINGS IN DANCE ACTIVITIES FOR KINDERGARTEN CHILDREN

Mojca Brenkuš

University of Ljubljana, Faculty of Sport, 2010

Special Physical Education, Elementary Physical Education

Number of pages: 79; number of labels: 10; number of references: 20; number of pictures: 24; number of supplements: 3

ABSTRACT

Preschool period is highly important for every child as it is believed that he/she then gains most experience. The purpose of my diploma is to emphasize the importance of dance activities in the kindergarten and possibilities of cross-curriculum approaches in dance activities. We followed Curriculum for kindergarten, which stresses importance on movement as well as artistic activities, and we shouldn't neglect any of them. The first part of diploma defines exercise, dance and creative activities in kindergarten. Cross-curriculum approaches can also be introduced in those activities. The second part of diploma is precise description of dance classes, which were held in kindergarten of primary school Predoslje. There were 22 children, age 5, in the class. Lessons were recorded and a DVD was made afterwards. Children looked forward our lessons and they were very active during. My finding is that kindergarten children, listening to music, like to dance and test their exercise and imagination abilities. All the participants danced either in group or separately and even in couples, where we laid stress on participation of all children to reach our goal, which was to satisfy the need for physical, emotional and spiritual expressions when moving to the music.

KAZALO

1 UVOD	9
1.1 OTROKOV RAZVOJ	11
1.1.1 OTROKOV GIBALNI RAZVOJ	13
1.2 OTROK IN IGRA	17
1.3 PLES	19
1.3.1 PLES – DEL UMETNOSTI	21
1.3.2 PLES – USTVARJANJE Z GIBOM	22
1.3.3 PLES – USTVARJANJE Z RITMOM	23
1.4 VZGOJA DESNE POLOVICE MOŽGANOV	25
1.5 GIBANJE IN UMETNOST V KURIKULUMU ZA VRTCE.....	28
1.5.1 GIBANJE	28
1.5.2 UMETNOST	29
1.6 PLES, KOT GA OPREDELJUJE UČNI NAČRT ZA OSNOVNO ŠOLO.....	31
1.6.1 SPLOŠNI CILJI PLESNIH DEJAVNOSTI	31
1.6.1.1 Spoznavno področje	31
1.6.1.2 Telesno-gibalni cilji	32
1.6.1.3 Socialni cilji	32
1.6.1.4 Čustveni cilji	32
1.6.1.5 Motivacijski cilji.....	33
1.6.1.6 Estetski cilji	33
1.6.1.7 Moralno-etični cilji	33
1.6.2 OPERATIVNI CILJI PLESNIH DEJAVNOSTI	34
1.6.3 DIDAKTIČNA PRIPOROČILA PRI IZVEDBI PLESNIH DEJAVNOSTI	34
1.7 MEDPODROČNO POVEZOVANJE V VZGOJI IN IZOBRAŽEVANJU	35
1.7.1 MEDPREDMETNE POVEZAVE V OKVIRU PLESNIH DEJAVNOSTI	36
1.8 NEKATERE TEŽAVE, S KATERIMI SE SREČUJEJO VZGOJITELJI/CE.....	37
1.9 CILJI	39
2 METODE DE LA	40

3 RAZPRAVA	41
3.1 ROJSTNODNEVNA ZABAVA.....	42
3.1.1 UVOD	42
3.1.2 GLAVNI DEL	44
3.1.3 ZAKLJUČEK.....	47
3.2 PLESNO PROMETNI PREDPISI	49
3.2.1 UVOD	49
3.2.2 GLAVNI DEL	51
3.2.3 ZAKLJUČEK.....	52
3.3 EN, DVA, TRI, POSPRAVIMO VSE SMETI	53
3.3.1 UVOD	53
3.3.2 GLAVNI DEL	55
3.3.3 ZAKLJUČEK.....	56
3.4 ZVEZDE PLEŠEJO	58
3.4.1 UVOD	58
3.4.2 GLAVNI DEL	59
3.4.3 ZAKLJUČEK.....	60
3.5 POTOVANJE S ČASOVNIM STROJEM.....	62
3.5.1 UVOD	62
3.5.2 GLAVNI DEL	62
3.5.3 ZAKLJUČEK.....	69
4 SKLEP	70
5 VIRI	72
6 PRILOGE	74

1 UVOD

Otrokov razvoj je na vseh področjih najbolj intenziven ravno med rojstvom in vstopom v šolo. Zato je to obdobje v njegovem življenju zelo pomembno in prav je, da se odgovornosti, da v tem času pridobi kar največ in da zamujeno težko nadoknadimo, zavedamo prav vsi, ki se z otrokom na tej poti srečamo. Otroci so v tem obdobju namreč zelo odprti in dovzetni za vse, kar se dogaja v njihovi okolici. In ker število otrok, ki obiskujejo vrtec le narašča, je prav, da je predšolska vzgoja kar najbolj kakovostna. Ker pa je področij, s katerimi naj bi se otrok v vrtcu srečal več, je podrobneje opredeljen pomen plesno-gibalnih in ustvarjalnih aktivnosti in zakaj je prav, da se ravno tem aktivnostim posveti veliko časa. Diplomsko delo je razdeljeno na teoretični in praktični del. Teoretični zajema poglede in mnenja različnih strokovnjakov o vplivih gibanja, igre, plesnih in ustvarjalnih aktivnosti na otrokov celosten razvoj v predšolskem obdobju in pomen medpodročnega povezovanja na še bolj poglobljeno znanje, praktični pa opis primerov plesno-gibalnih uric, ki smo jih izvedli v Vrtcu pri OŠ Predoslje in njihov podroben opis.

Ples je del naše kulture in ga vsi nosimo globoko v sebi. Plešemo že od nekdaj in ni lepšega kot videti zadovoljne otroške obraze, ko se ob glasbi pozibavajo, poskakujejo, ploskajo in se ob tem neizmerno zabavajo. Otroci radi plešejo. Največkrat se plesu posvetijo čisto spontano, ko na radiu ali televiziji zaslišijo njihovo najljubšo ali katero koli drugo pesem, ki jim je všeč in jih tisti trenutek pritegne. Tudi fantki plešejo radi, saj v predšolskem obdobju še niso tako obremenjeni s stereotipom, da je ples bolj v domeni deklet. Ples je prekrasen, ker lahko plešemo sami, v paru ali skupini, in ker lahko plešemo celo življenje.

Otroci na plesno-gibalnih uricah intenzivneje sodelujejo, če so le te tematsko obarvane, tema pa je predstavljena kot nekakšna zgodba. Tako se pri sodelovanju vključi več otrokovih čustev in tudi odzivi otrok so pristnejši. Teme v vrtcu se nam ponujajo kar same; lahko imamo tematsko obarvan mesec in temo smiselno vključimo v naše plesno-gibalne urice. Teme lahko otroci predlagajo sami ali pa jih predlaga vzgojitelj/ca glede na dane pogoje in zmožnosti vrtca.

Za izpeljavo uric s tovrstnimi vsebinami ne potrebujemo prav veliko. V osnovi potrebujemo le primeren prostor in radio z zeleno glasbo. Rekvizite si otroci lahko izdelajo sami ali pa si pomagamo s pripomočki, ki nam jih nudi vrtec. Urica je lahko zgolj plesna, popestrimo pa jo lahko z raznimi gibalnimi in ustvarjalnimi vložki.

Otroci se s plesno vzgojo srečajo v osnovni in srednji šoli, saj jo opredeljujejo učni načrti za osnovne in srednje šole. Torej, zakaj jih ne bi s plesom spoznali že prej, jih za tovrstno obliko rekreacije navdušili že v predšolskem obdobju in jim s tem olajšali pot pri kasnejšem srečavanju z raznimi ritmičnimi nalogami. Učenje je tako bolj sistematično in smiselno. Slej ko prej se namreč vsak izmed nas sreča s plesom, saj je ples del naše kulture in predstavlja pomemben del raznih prireditev, zaznamuje pa predvsem pomembnejše dogodke v naših življenjih (valeta, maturantski ples, poroka, obletnice, različne zabave ...).

1.1 OTROKOV RAZVOJ

V predšolskem obdobju so posamezna področja otrokovega razvoja – telesno, gibalno, spoznavno, čustveno in socialno – tesno povezana. Otrokovo doživljanje in dožemanje sveta temeljita na informacijah, ki izvirajo iz njegovega telesa, zaznavanja okolja, izkušenj, ki jih pridobi z gibalnimi dejavnostmi ter gibalno ustvarjalnostjo v različnih situacijah. Gibalni razvoj je v razvoju človekovih funkcij v ospredju predvsem v prvih letih življenja. Razvoj poteka od naravnih oblik gibanja do celostnih in skladnostno zahtevnejših športnih dejavnosti, v interakciji med zorenjem, učenjem in lastno voljno aktivnostjo. V predšolskem obdobju otrok pridobiva raznovrstne izkušnje zlasti z igro (Videmšek in Pišot, 2007).

Otrokov razvoj se odraža na različnih področjih, ki so med seboj povezana; razvoj je večrazsežen. Sodobne razvojne teorije kažejo, da poteka razvoj na gibalnem, kognitivnem, čustvenem in socialnem področju usklajeno in celostno. Spremembe na enem področju so povezane s spremembami na ostalih temeljnih področjih razvoja. Razvoj ni vedno le kontinuiran, temveč občasno tudi diskontinuiran proces, poteka v značilnih stopnjah, ki se pojavijo v približno enakih starostnih obdobjih, za katera je značilno tipično vedenje otrok (Videmšek in Pišot, 2007).

RAZVOJNO OBDOBJE		KRONOLOŠKA STAROST
prednatalno obdobje	⇒	od spočetja do rojstva
obdobje dojenčka	⇒	od rojstva do enega leta
obdobje malčka	⇒	od enega do tretjega leta
zgodnje otroštvo	⇒	od treh do šestih let
srednje in pozno otroštvo	⇒	od šestega leta do začetka pubertete

Na podlagi skupnih značilnosti posameznikov, ki pripadajo določenim starostnim skupinam, razvoj delimo na posamezna razvojna obdobja. Vsako izmed razvojnih obdobji ima svoje značilnosti kljub razmeroma velikim individualnim spremembam znotraj posameznih obdobji (npr. tempo razvoja, stopnja izraženosti posamezne značilnosti itd.) (Videmšek in Pišot, 2007).

V prvih letih življenja je razvoj najhitrejši, nato se nekoliko počasni, vendar je še vedno intenziven in traja vse do konca obdobja adolescence, kar pa še ne pomeni, da se razvojne spremembe ne dogajajo tudi v odraslem obdobju. Razvoj praviloma poteka v smeri od splošnih k posebnim oblikam vedenja, kar je posledica postopne diferenciacije sposobnosti. V tem procesu iz splošnih, globalnih sposobnosti nastajajo vse bolj ozko usmerjene sposobnosti. Hkrati s tem procesom poteka tudi proces integracije oziroma postopnega povezovanja posameznih specializiranih sposobnosti, saj je človek predvsem zaradi integracijske funkcije sposoben opravljati vse kompleksnejše dejavnosti (Videmšek in Pišot, 2007).

Videmšek in Pišot (2007) ugotavljata, da v vsakem otroku obstajajo težnje po razvoju in težnje po ohranjanju obstoječega stanja. To nasprotje ustvarja konflikt, ki je kot dejavnik razvoja nepogrešljiv. Otrok ves čas aktivno ohranja ravnovesje ter se tako neprestano prilagaja novim potrebam in možnostim, ki jih prinaša zorenje. Takšno aktivno prilagajanje, ki obstaja vse življenje, imenujemo adaptacija.

Razvoj predstavlja spremembo različnih človekovih sposobnosti, spretnosti in značilnosti, ki so trajne v odnosu na nižjo razvojno stopnjo in so odvisne od dednostnih dejavnikov (prirojeni vplivi na razvoj; nosimo jih v genih, podedovanih od staršev), okolja (skupek negenetskih in izkustvenih vplivov na razvoj) in otrokove lastne aktivnosti (zavestno in aktivno delovanje otroka). Med vsemi temi tremi dejavniki obstaja tesna povezanost in soodvisnost. V otrokovem razvoju se vedno odražajo vplivi navedenih dejavnikov, v različnih razvojnih obdobjih se spreminja le njihova pomembnost (Videmšek in Pišot, 2007).

V zadnjih desetletjih je človekov razvoj proučevalo mnogo znanih teoretikov. Freud, Erikson, Gesell, Havighurst, Piaget in drugi so s svojimi izjemnimi deli veliko

prispevali k razlagi in razumevanju otrokovega razvoja. Vsak med njimi je iz različnih zornih kotov pojasnjeval razvojne procese od otroštva do zrelega obdobja, vsem pa je skupno izpostavljanje pomena gibalnega razvoja za človekov razvoj v celoti (Videmšek in Pišot, 2007). Med najbolj znanimi in uveljavljenimi je Piagetova teorija kognitivnega razvoja, po kateri poteka razvoj skozi različne razvojne stopnje. V tej teoriji je za razvoj kognitivnih procesov poudarjen izjemen pomen otrokove gibalne dejavnosti, še posebej v zgodnjem obdobju otroštva. Pri nas je znana tudi teorija integralnega razvoja, ki jo je v svojem delu dokazal Ismail. Po tej teoriji gibalno, telesno, intelektualno, čustveno in socialno področje razvoja niso neodvisna področja, temveč se pojavljajo predvsem kot sestavni deli organiziranega sistema, znotraj katerega obstajajo tesne medsebojne povezave (Videmšek in Pišot, 2007).

1.1.1 OTROKOV GIBALNI RAZVOJ

Otroci po vsem svetu poskakujejo, se vrtijo, se prekopicujejo, tekajo; v sebi nosijo prirojeno potrebo po gibanju (Zagorc, 2006). Na začetku življenja so področja možganov, ki nadzirajo in usklajujejo gibanje, še nerazviti. Postopoma se razvijajo, in sicer najprej področje, odgovorno za nadzor nad gibanjem glave in vratu, sledi področje, pristojno za roke in trup, končno pa še področje možganov, ki obvladuje gibanje nog (Ward Platt, 2010). Najprej nadzoruje tiste dele, ki so bliže hrbtenici, in kasneje tudi bolj oddaljene (Zagorc, 2006). Telo je ustvarjeno za gibanje. Gibanje je za človeka prav tako pomembno kot voda in zrak. Že Jan Komensky je rekel, da je »gibanje isto kot zrak, ki ga dihamo«. Že dojenček se izraža z gibanjem (Zagorc, 2006). Gibanje je osnovna zakonitost otrokovega – ne samo telesnega, pač pa tudi psihičnega in intelektualnega razvoja. Motorični razvoj je najbolj izrazita oblika oziroma funkcija psihofizičnega razvoja. Začne se že v materinem telesu in se v nadaljnjem razvoju izpopolnjuje (Zagorc, 2006). Gibalni razvoj je v ospredju predvsem v prvih letih življenja in poteka od naravnih in preprostih oblik gibanja (plazenje, lazenje, hoja, tek itn.) do sestavljenih in zahtevnejših športnih dejavnosti (Kurikulum za vrtce, 2009). Gibalni razvoj poteka skozi različna obdobja, ki jih imenujemo razvojne stopnje, v katerih lahko opazimo določeno vrsto značilnega vedenja, ki velja za večino otrok. Vsaka razvojna stopnja je na nek način rezultat

predhodne in pogoj za vzpostavitev naslednje, višje stopnje (Videmšek in Pišot, 2007). Med petim in šestim letom starosti je obdobje, ki je za otrokov razvoj in pridobivanje gibalnih navad zelo pomembno. Sposobnosti in lastnosti, ki jih otroci ne osvojijo pravočasno, se kasneje zelo težko ali pa sploh ne razvijejo (Videmšek in Jovan, 2002). Za ohranjanje in razvijanje teh sposobnosti in lastnosti smo v prvi vrsti odgovorni odrasli. Starši, učitelji, vzgojitelji in vsi tisti, ki se kakor koli ukvarjamo s predšolskimi otroki, jih lahko namreč spodbujamo h gibanju, jim omogočimo kakovostno športno vzgojo in tako pozitivno vplivamo na njihov celostni razvoj. Zavedati se moramo, da je zgodnja usmerjenost otrok v gibanje in raznovrstne aktivnosti skupaj s starši osnova za kasnejše ukvarjanje s športom. Otrok že zelo zgodaj privzame navade staršev in se jih drži, tudi ko odraste (Videmšek in Jovan, 2002). Ameriški strokovnjak C. W. Hetherington pravi, da, kar zamudi 6-letni otrok, tega 18-letnik ne bo več mogel nadomestiti. Torej so zgodnja starostna obdobja odločujoča (Zagorc, 2006). Zato je ena temeljnih nalog vrtca, da otrokom vsakodnevno omogoči in jih spodbuja, da z različnimi dejavnostmi v prostoru in na prostem spoznavajo in razvijajo gibalne ter druge sposobnosti in lastnosti (Videmšek in Visinski, 2001).

Gibalni razvoj poteka v več stopnjah, znotraj katerih obstajajo različna obdobja:

REFLEKSNA GIBALNA FAZA (od prednatalnega obdobje do enega leta) – refleksni gibi fetusa in novorojenčka predstavljajo prvo stopnjo motoričnega razvoja človeka. Zgodnji naj bi imeli prilagoditveno funkcijo, njihov namen je še zaščita novorojenčkov in dojenčkov pred škodljivimi dražljaji, igrajo pa tudi pomembno vlogo pri nadzoru čustvenega razburjenja dojenčkov. Večina refleksov pri dojenčkih v prvih šestih mesecih izgine ali se postopoma spreminjajo, saj ne predstavljajo več ustreznega vedenja.

RUDIMENTALNA GIBALNA FAZA (od rojstva do drugega leta) – rudimentalne gibalne sposobnosti so začetne, nepopolne motorične sposobnosti otrok. V prvem mesecu življenja dojenčka lahko opazimo postopno pojavljanje spontanih ritmičnih gibov (brcanje, mahanje, zibanje ...), ki se pojavljajo kot odziv na znane dražljaje in

niso usmerjeni k cilju. Pojavijo se pred in med razvojem namernega nadzora nad gibi rok in nog.

TEMELJNA GIBALNA FAZA (od drugega do sedmega leta) – v tem času postaja gibanje vse učinkovitejše in bolj usklajeno. Značilno za to fazo je, da otroci aktivno preskušajo ter raziskujejo svoje gibalne sposobnosti in zmogljivosti. Otroci odkrivajo in izvajajo različne gibalne spretnosti, najprej ločeno, nato vse bolj povezano. Ob zadnjem obdobju na tej stopnji naj bi otroci obvladali večino temeljnih gibalnih spretnosti. Za to potrebuje otrok spodbudno okolje, priložnost za dejavnost in učenje.

SPECIALIZIRANA GIBALNA FAZA (od sedmega leta naprej) – predhodno obdobje, ki traja približno od desetega leta, je prvo na tej stopnji gibalnega obdobja. V tem obdobju začne otrok povezovati in uporabljati temeljne gibalne spretnosti za izvajanje specializiranih športnih spretnosti. Izvajanje gibalnih spretnosti je vse bolj nadzirano, izpopolnjeno in hitro. Osnova za razvoj gibalnih spretnosti pa je intenziven razvoj nekaterih gibalnih sposobnosti, predvsem reakcijskega časa, koordinacije in hitrosti gibanja, ki potekajo v tem času. To obdobje je za otroke zelo pomembno in zanimivo. Otrokom naj bi v tem obdobju zagotovili predvsem pestro izbiro različnih gibalnih dejavnosti, kar bo izdatno izboljšalo nadzor gibanja in gibalno učinkovitost v celoti (Videmšek in Pišot, 2007).

Potreba po gibanju in igri sta primarni otrokovi potrebi. Z gibanjem telesa zaznava okolico, prostor, čas in predvsem samega sebe. Ko začne obvladovati svoje roke, noge, trup, počasi začenja čutiti veselje, varnost, ugodje, dobro se počuti, pridobi samozaupanje in samozavest (Kurikulum za vrtce, 2009).

Videmšek in Jovan (2002) priporočata naj vsebine v predšolskem obdobju športnih programov izhajajo iz otroka, prilagojene naj bodo njegovim sposobnostim, lastnostim, potrebam in interesom. V program športnih dejavnosti za predšolske otroke vključujemo naravne oblike gibanj (lokomotorna in manipulativna gibanja), kompleksnejše športne dejavnosti (osnovni elementi atletike, gimnastike, smučanja, plavanja, kolesarjenja, kotalkanja), ritmično-plesne dejavnosti (gibalne naloge v ritmu ob zvokih, domišljjsko ustvarjanje ob glasbi, plesne igre ...). Pri tem uporabljamo

najrazličnejše športne pripomočke in igrala. V predšolskem obdobju je otrokov domišljijski svet izjemno močan, zato je pomembno, da otroci dejavnosti izvajajo v obliki igre. Tako je učinek uporabe teh pripomočkov in igral nedvomno večji. Otroci veliko lažje in z večjim užitkom premagujejo ovire, če jim predstavimo gibalne naloge v obliki pravljice ali jih spodbujamo, da se poistovetijo s svojimi najljubšim in najpogumnejšim knjižnim ali risanim junakom. Odziv in zanimanje otrok sta v tem primeru neverjetna. Zato je zelo pomembno, da ima tudi učitelj dovolj domišljije in se zna vživeti v svet otroka. Seveda ne smemo pozabiti, da naj bo vadba v prvi vrsti prijetna, otroci se morajo predvsem zabavati in se dobro počutiti.

Zelo pomemben segment gibalnega razvoja je razvoj gibalnih sposobnosti, ki sicer v daljšem obdobju poteka kontinuirano, čeprav so značilna občasna obdobja stagnacij in tudi upadanja sposobnosti (Videmšek in Pišot, 2007). Odstotek prirojenosti je pri gibalnih sposobnostih različen. Pri nekaterih je večji, npr. pri hitrosti, pri nekaterih pa manjši, npr. pri moči, gibljivosti. Gibalne sposobnosti pa so v določeni meri tudi pridobljene z vadbo in načinom življenja, kar povzroči različno raven njihove razvitosti pri posameznikih (Videmšek in Jovan, 2002). Za zgodnje otroštvo je značilno, da je razvoj nekaterih gibalnih sposobnosti, npr. hitrosti in koordinacije, zelo intenziven, razvoj drugih, npr. ravnotežja, moči, gibljivosti in vzdržljivosti, pa nekoliko počasnejši. Prav tako je značilno, da se pojavljajo pomembne individualne razlike. Vsak posameznik ima svoj lastni tempo razvoja, ki ga določa njegova »biološka ura« (Videmšek in Pišot, 2007).

1.2 OTROK IN IGRA

Igra je pomemben dejavnik potreb, interesa, možnosti v vseh življenjskih obdobjih. Posebno mesto pa ima pojem igre v najzgodnejšem življenjskem obdobju, to je v dobi razvoja in odraščanja (Karpljuk, Videmšek in drugi, 2000). Splošno se pojem igra nanaša na vsako aktivnost, ki se je loti posameznik zaradi nekega zadovoljstva, ne glede na končni rezultat te aktivnosti (Videmšek in Jovan, 2002). V predšolskem obdobju otroci z igro pridobivajo raznovrstne gibalne izkušnje, ki jim prinašajo veselje in zadovoljstvo (Kurikulum za vrtce, 2009). In zakaj ima prav igra tako pomembno mesto v kurikulah za predšolske otroke? Otroška igra je dejavnost, ki se izvaja zaradi nje same, spremeni odnos do realnosti in ki je notranje motivirana, svobodna in odprta ter za otroke prijetna. Ne glede na to, za katero vrsto otroške igre gre, npr. funkcijska igra, domišljajska oziroma simbolna igra, sociodomišljajska igra, družabna igra, ta praviloma »vzpostavi prostor«, ki je definiran z razmerjem med otrokovim aktualnim in potencialnim razvojem. Način in vsebina igre pa dajeta prostor, znotraj katerega so prepoznavna zelo različna področja kurikula. Povedano drugače, v igri se v otrokovih dejavnostih prepletajo in povežejo različna področja kurikula, kar je za razvojno stopnjo in način učenja v tem starostnem obdobju smiselno in strokovno utemeljeno (Kurikulum za vrtce, 2009).

V Sloveniji je najbolj razširjena klasifikacija otroške igre, ki jo je izdelal Toličič (1961). Različne vrste igralnih dejavnosti umešča v štiri skupine:

- funkcijska igra: vključuje npr. otipanje, prijemanje, metanje, tek, vzpenjanje, torej kakršnokoli preizkušanje senzomotornih shem na predmetih,
- domišljajska igra: vključuje različne simbolne dejavnosti, vključno z igro vlog,
- dojemalna igra: gre za dejavnosti, kot so npr. poslušanje, opazovanje, posnemanje, branje,
- ustvarjalna igra: vključuje npr. pisanje, risanje, oblikovanje, pripovedovanje, gradnjo.

Ta klasifikacija je posebej zanimiva, ker kot posebno skupino predstavlja dojemalno igro, ki je pri drugih avtorjih in avtoricah ne zasledimo (Marjanovič Umek in Zupančič, 2006).

Kljub temu da je igra zabavna in da se otroci v njej močno angažirajo, postane po določenem času ponavljajoča se dejavnost. Pogosto se namreč dogaja, da se otroci sčasoma vključujejo v ene in iste igralne dejavnosti, prevzemajo ene in iste vloge ter enake oblike vedenja. Zato je po mnenju več avtorjev vloga odraslega oziroma vzgojiteljice pri oblikovanju, razvoju in poteku otrokove igre ključna. Odrasli oziroma vzgojiteljica lahko igro otrok spodbudi, usmerja in vodi k razvojno višjim in zahtevnejšim ravnam igralnih dejavnosti (Marjanovič Umek in Zupančič, 2006).

Igra je nedvomno nujen, nepogrešljiv element zgodnjega in poznega otroštva ter tudi vseh drugih življenjskih obdobj. Z igro človek izraža in ohranja otroško dušo, ki je pogoj za radostno življenje. Po mnenju strokovnjakov je namreč človek star, ko se ne zna, ne more, si ne upa ali se noče več igrati (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

1.3 PLES

Kadar je gibanje povezano še z glasbo in njenim ritmom, pravimo temu ples (Zagorc, 2006). Ples je govorica telesa, je gibanje ob zvoku, ritmu, govoru, glasbi in tudi tišini (Zagorc, 2006). Ples je najstarejše sredstvo za ekspresijo telesnih, čustvenih in duhovnih razsežnosti. Ritmična gibanja, geste, petje, glasba so sestavni elementi vseh kultur na našem planetu. Ples se začne navadno iz nezaznavnega vzgiba naše notranjosti in preraste v eksplozijo energije ali zgolj v neutrudno veselje v gibanju. Včasih je ujet v gibalne forme, včasih je ena sama improvizacija, zrcalo trenutnega občutenja, spajanja z glasbo, zvokom, ritmom, s partnerjem, soplesalci in tudi z gledalci (Zagorc, 2006).

PLES – nemško *tanz*, francosko *danse*, angleško *dance*, italijansko *danza*, sanskrsko *tanka* ("sla po življenju"), rusko *plesjaf* – je pojem, ki obsega vse vrste plesa z osnovnimi pomeni: željo po gibanju, po ritmičnemu plesu, po življenju nasploh in uživanju v njem. Termin *ples* uporabljamo večinoma v zvezi s človekovim telesom, označuje pa lahko tudi vsako ritmično gibanje, npr. ples ognja, ples lutk, ples animiranih likov na ekranu itd.

Nekateri plesi so stari tisočletja, drugi stoletja, nekateri so se pravkar rodili. Pojavnih oblik plesa je pravzaprav neskončno; ples je otroško rajanje in poskakovanje, pa tudi vrhunska izvedba gibanja pri baletu, je topotanje plemena za dež in je umetelno vrtenje Freda Asterja, je šegavo osvajanje vaškega dekleta in je šport, tekma, je karneval, bleščeča predstava za publiko ... Poznamo ples širokih ljudskih množic (etnični, ljudski, družabni, karnevalski), ples izbranih vrhunskih umetnikov (balet, scenski ples, jazz, musical) in tudi ples vrhunskih športnikov (športni ples). Ples je ponekod in v različnih zgodovinskih obdobjih del izobrazbe, del vsakdanjih ali prazničnih doživetij, je kultura, religija, poklic, zdravilstvo in terapija, vzgoja, zabava, predstava, umetnost ...

V vseh teh oblikah je prvinska narava plesa vidna v ritmičnem gibanju telesa ter je neposredno povezana z ritmom čustev in občutkov človeka oziroma ljudi, ki ga oblikujejo. Ples je kot ekspresija človeka, ki jo upravlja transcendentalna energija.

Prvinski človek je plesal ob vsaki priložnosti: ob sreči, žalosti, ljubezni, strahu, ob sončnem vzhodu, smrti, rojstvu (Zagorc, 2008).

Zagorc (2008) ugotavlja, da je plesno gibanje človekova želja. V plesu se posvečamo sami sebi in izražanju svoje notranjosti; v nas oživljajo čustva in občutki. V skupinskih plesih se ljudje med seboj povezujemo s skrivnostnimi silami, ki porajajo skupno energijo, ki je več kot seštevek posamičnosti. Ples nas nosi stran od treznih izkustvenih občutkov, stran od enolične vsakdanjosti.

S. R. Ririe in J. Woodbury (1996) v Zagorc (2006) pišeta:

- Ples je celovita izkušnja, ki zajema telesno, umsko, čustveno, duhovno in estetsko dimenzijo posameznika, nam pomaga zaznavati, kdo smo in po čem hrepenimo.
- Plešemo lahko v vseh starostnih obdobjih, ne glede na spol ali sposobnosti. Vsakdo lahko pleše tudi brez posebnega talenta ali izkušenj.
- Ples je izrazno gibanje, ki ima moč obogatiti življenje. Človeku daje občutek za veselje in razvija samozavedanje.
- Ples omogoča raziskovanje samega sebe.
- Ples lahko uporabimo v procesu učenja, ker razvija mišljenje in predstavljanje.
- Ples omogoča vsem otrokom, da raziskujejo ter izrazijo svoje telesne in ustvarjalne potenciale na netekmovalen način.
- Ples omogoča, da pridobimo ali izboljšamo stopnjo samospoštovanja in samozavesti, če razvijamo lastno enkratnost.
- Ples omogoča razvoj sposobnosti za koncentracijo in sposobnost za učenje.
- Ples razvija razumevanje in odnos do telesa, ki se lahko razvije v življenjski pogled na telesno pripravljenost in zdravje.
- Ples nas uči kreativnega reševanja problemov.
- Ples spodbuja intuitivne, čustvene in tudi verbalne odzive. Izostri percepcijo ter spodbuja samovrednotenje in kritično presojanje.
- Ples nas motivira.

1.3.1 PLES – DEL UMETNOSTI

Znameniti nemški etnomuzikolog in plesni zgodovinar Curt Sachs je zapisal, da je ples mati vseh umetnosti. Ljudje so ga podedovali od divjih prednikov kot urejen gibni izraz radostnih čustev. Razvili in razširili so ga v zavestno sredstvo sodelovanja s tistimi silami (v nas), ki nerazumno usmerjajo našo usodo. V življenju primitivnih ljudstev in starih civilizacij – tako piše Sachs – ni bilo dosti stvari, ki bi bile pomembnejše od plesa. Ples je bil posvečeno dejanje in verski obred. Ples je botroval vsem pomembnejšim dogodkom v človekovem življenju: rojstvu in obrezovanju, poroki in smrti, setvi in žetvi, lovu, vojnem, gostijam, boleznim in luninim menam. Ples je bil prisoten povsod (Sachs, 1997).

Zgodovinsko gledano je ples prvinski izraz človekove ustvarjalnosti, kajti telo je, in bilo, človeku najbližji »inštrument«, s katerim se je izražal. Za mnoge teoretike umetnosti je ples najbolj občutljiva in najlepša umetnost, ki se odkriva ne le kot slika ali abstrakcija življenja, temveč kot življenje samo. Če ostajamo ravnodušni do umetnosti plesa, ugotavljamo, je to zato, ker nismo uspeli razumeti ne le najvišje manifestacije fizičnega življenja, temveč tudi ne najvišjega simbola duhovnega življenja.

Ples poteka na več ravneh hkrati: telesni, psihični, intelektualni, duševni in na duhovni (na materialni in astralni). Po eni strani je naše gibanje odvisno od fizičnih sposobnosti (motorične sposobnosti – različne vrste moči, gibljivosti, hitrosti, koordinacije, vzdržljivosti, ravnotežja, preciznosti), po drugi od intelektualnih, kot so pomnjenje, razumevanje, kinestetično predstavljanje, spomin, učenje, koncentracija. Odvisno pa je tudi od duševnih in duhovnih sposobnosti, kot so emocionalna in psihična stabilnost, sposobnost izražanja čustev, dožemanje glasbe in ritma, usklajenost osebnostnih lastnosti, interpretacija doživljanja, karizmatičnost itd.

Znanstvene metode nas napeljujejo k razmišljanju o načinih, metodah in sredstvih, s katerimi bi v največji meri vplivali na razvoj desne možganske polovice. Sodobna psihologija še posebej poudarja, kako pomembno je zaznavanje sveta s čutili, kajti vse tisto, kar doživimo, čutno dojamemo, zaznavamo s pomočjo lastne izkušnje,

ostaja bolje zapisano v naših možganih. Zato tudi sodobni pedagogi vse bolj vključujejo ustvarjanje z glasom in zvokom, z barvo, glino in vsekakor tudi gibom (Zagorc, 2008).

1.3.2 PLES – USTVARJANJE Z GIBOM

PLES je gibanje oziroma dogajanje v času in prostoru. Prav čas in prostor sta pri slehernem gibalnem pojavu tesno povezana. Vsako gibanje ima svoje trajanje, vsako gibanje pa pomeni hkrati tudi nek premik bodisi v lastni ali »zunanji« prostor. V zgodnji mladosti se otroci gibljejo zelo svobodno, igrajo se s svojim gibanjem, sposobni so improvizirati na spontan in ustvarjalen način. Starejši so, težje se odpirajo. Zato je prav, da jim pri pouku ali v prostočasnih aktivnostih omogočimo, da se naučijo zavedati količine in kvalitete svojega gibanja, predvsem pa tudi reakcije svojega telesa na vsak gib. Prav je, da otrok spozna, kakšne občutke sproža gib v njem, kako čustveno reagira na posamezna gibanja in kako občutja, misli in ideje lahko izrazi dovolj tenkočutno, ekspresivno, dramatično, oziroma se samo preda plesu in se giblje na svojstven način (Zagorc, 1997).

V plesu oblikujemo »stvaritev« z eno samo vrsto materiala – to je naše telo. Skozi gib in gibanje se izražamo v gibalnih oblikah oziroma v oblikah gibanja. Te nastanejo z uporabo telesa ob določeni akciji v prostoru in času. Zato je za ustvarjanje zelo pomembno, da poznamo čim več različnih gibov pa tudi čim več njihovih odtenkov, kajti s »široko paleto« bomo ob določenih ustvarjalnih problemih veliko lažje izražali tudi svoja čustva (Zagorc, 2006).

Pri pouku, kjer uporabljamo gib kot ustvarjalno sredstvo, ne gre za umetniške dosežke, pač pa za proces, ki poteka skozi umetniško ustvarjanje. Gre za preoblikovanje občutkov, to ni navadno sproščanje energije, gre za odloženo reakcijo in proces intenzivne imaginacije. To je lahko razlog, da v ustvarjalnih gibalnih dejavnostih otroci tako presenečajo svoje učitelje pa tudi sami učitelji so presenečeni nad svojo ustvarjalnostjo v pedagoških delavnicah ustvarjalnega giba: »Šele sedaj odkrivamo, koliko domišljije, skrite in neizkoriščene imamo!« (Zagorc, 2008). Ples

ima lahko v otrokovem svetu zelo pomembno vlogo. Danes se vedno znova vračamo k otroški igri, jo poskušamo ovrednotiti kot glavno obliko otrokove dejavnosti, ki naj ga popelje v življenje, mu razvije čustva, njegove sposobnosti in mu pomaga odkrivati njegove zmogljivosti. Ples je igra z gibanjem in gibanje skozi igro (Zagorc, 2006).

Ustvarjanje z gibanjem, naj si bo v gibalni igri ali plesu, je v bistvu proces ustvarjalnega mišljenja, ki se ne izraža na besedni, ampak na nebesedni ravni. S spodbujanjem gibalnega oziroma plesnega ustvarjanja spodbujamo tudi ustvarjalno mišljenje in posredno tudi ustvarjalno vedenje. Posameznik si z gibalnim oziroma plesnim ustvarjanjem razvija ustvarjalne sposobnosti in ustvarjalno naravnost ter le to prenaša v svoje vsakdanje življenje. Z zaporedjem *gibalni motiv – vsebinska spodbuda – zvočna spodbuda* je nakazan proces od igre s telesom v gibanju k zbujanju miselnih slik, predstav. Možna je tudi obratna pot, da vsebinska in (ali) zvočna spodbuda zbudi miselno sliko, ki jo posameznik ali skupina udejanji v ustvarjalnem gibalnem motivu. Prav tako so lahko grafični zapisi ob zvočnih motivih spodbuda za prenos tako v glasovno kot v gibalno ustvarjalno oblikovanje, spet prek posrednih notranjih slik. Na te načine spodbujamo pomemben miselni proces slikovnega mišljenja ali vizualiziranja. Ta proces je pomemben za ustvarjalno mišljenje, ker poteka celostno in omogoča lažji vpogled v problem ne le po logični analitični poti, ampak celovito, s sintezo. Z udejanjanjem miselnih slik skozi gibalno ustvarjanje proces vizualiziranja utrjujemo. S tem bogatimo in varujemo notranji svet, ki je danes vse bolj ogrožen z najbolj razširjeno drogo, »drogo na vtičnico« – televizijo, saj ob njej ni potrebno ustvarjanje predstav in domišljije, vse je že »naslikano« (Gjud in Kroflič, 1992). Ustvarjanje z gibanjem je naravni način telesnega in duševnega sproščanja, vzpostavljanja sproščenih in pristnih odnosov v skupini in spodbujanje ustvarjalnega mišljenja in vedenja (Gjud in Kroflič, 1992).

1.3.3 PLES – USTVARJANJE Z RITMOM

Celotna narava je zasnovana na ritmičnem gibanju. V univerzumu se vse odvija v nenehni in neprekinjeni igri nasprotij, ki pomeni konstantno gibanje. Ritem je tako rekoč zakon vsega bivanja, kajti vse je nenehno obnavljanje, prelivanje med

podobnim in nasprotujočim si, vse je ena sama vibracija, ena sama harmonična igra v neskončnosti časa in prostora (Zagorc, 1995).

Ritem, ki je v plesu stalnica, spremlja otrokov razvoj že v materinem telesu (nirvanski ples) in kasneje vse otroštvo, zlasti pomemben odnos do ritma pa se vzpostavi v obdobju adolescence. V zgodnjem otroštvu je gibanje v ritmu eno osnovnih »bioloških in fizioloških ugodij«. Otrok nosi v sebi prvinsko potrebo po gibanju, še posebno po gibanju v ritmu. Otroci so v svoji odkritosti najbolj »civilizacijsko nepokvarjeni«, zato je njihova gibalna odzivnost na ritem toliko pomembnejša za njegovo razumevanje.

V odnosu do vsakdanjosti se ta občutek za ritem pogosto izničuje, čeprav je že M. Mushashi leta 1642 dejal: »V vsem obstaja ritem ... v različnih umetnostih, v načinu vojskovanja, v načinu trgovanja ... obstaja ritem neuspeha, ritem, s katerim se doseže svoj cilj, in ritem, s katerim nekdo svojega cilja ne doseže ...«.

Navadno ima gib svoj ritem ponavljanja. Taka ritmizirana gibanja v prostoru, posebno, kadar se dogajajo od določeni glasbi ali petju, prepoznavamo kot ples. Ples prav zaradi ritma nosi v sebi vedno nekaj magičnega, kar ustvarja vrtoglavico – omamo, s katero želimo preseči svojo ujetost v človeško podobo. V plesu se porazgubi strah; otrok, še posebno mladostnik, zasluti meje svoje svobode. V gibanju na nek način prestopamo meje svojega telesa, meje sebe ... (Zagorc, 2006).

1.4 VZGOJA DESNE POLOVICE MOŽGANOV

Naši možgani so sestavljeni iz desne in leve poloble. Polobli sta povezani, njuno delovanje pa je različno. Leva možganska polovica nadzoruje gibe in občutke v desni polovici telesa, desna polovica pa gibe in občutke leve polovice telesa. Dokazano je, da pri poškodbi ene polovice druga lahko prevzame njene funkcije. Mnoge aktivnosti izvirajo iz obeh možganskih polovic, lahko pa govorimo tudi o takšnih aktivnostih, kot je risanje, ki domujejo pretežno na eni strani možganov. Dejavnosti leve možganske poloble so analitične: sem sodijo razmišljanje, branje, pisanje, govor, štetje, računanje. Desna polovica možganov usmerja k celostnemu modelu razmišljanja in se sočasno lahko ukvarja z več pojmi hkrati in je sposobna intuitivnih miselnih preskokov, ki dopolnjujejo le napol oblikovane miselne prebliske. Dejavnosti desne možganske polovice so sanje, komponiranje, risanje, izvajanje nalog, ročno delo in ustvarjalno mišljenje. Leva polovica možganov je tista, ki »ve«, je »pametna«, medtem ko je desna polovica »spretna«. Pri fizičnem udejstvovanju, kot so ples in drugi športi, sodelujeta pri nadzorovanju telesnih gibov obe možganski polovici, toda zaznave in informacijsko posredovalne funkcije izvirajo izključno iz desne možganske polovice (Zagorc, 2006).

Vsi pedagogi se o teh in še mnogih drugih otrokovih potrebah učimo v času študija, vendar je v praksi naša vzgoja vse preveč sestavljena iz vsebin, ki razvijajo predvsem verbalne otrokove sposobnosti. Zlasti premalo pa se upošteva odkritja zadnjih dvajsetih let, ko so se strokovnjaki veliko ukvarjali z delovanjem naših možganov in odkrili, da obe možganski polovici delujeta in »razmišljata« na svojstven način: leva polovica stremi k razmišljanju v besedah, desna pa razmišlja direktno v slikah. Leva tako skrbi predvsem za jezik in logično razmišljanje, desna pa »dela stvari«, ki so težko prevedljive v besede, saj »razmišlja« imaginarno – v slikah. Že nekaj časa je znano, da ustvarjalni ljudje uporabljajo neverbalni razum, ki je odločilnega pomena v ustvarjalnem pomenu (Zagorc, 2006).

Vsa ta dognanja so povzročila pravo revolucijo v vzgoji! Zakaj ne bi vzgajali naše desne polovice v enaki meri, kot to počnemo z levo? Toda kako?

P. Russell v Zagorc (2006) o tem piše, da se v zahodni omiki nagibamo k temu, da dajemo poudarek razumskemu mišljenju, sposobnosti verbalnega izražanja, gladkemu branju, in tudi sicer se najraje odlikujemo v analitičnem mišljenju. Manj pomembne se nam zdijo možnosti obvladavanja prostora, umetniškega dojetanja, ustvarjalni procesi in intuitivno mišljenje, kratka sposobnosti, ki jih povezujemo z desno polovico možganov ... »Ko nas je večina še hodila v šolo, je učenje v veliki meri temeljilo na branju, računanju in pisanju. Seveda smo imeli tudi ure risanja in glasbe, sem ter tja tudi kako gledališko ali plesno uro, a te smo imeli večinoma za dodatek, za nekaj izjemnega, nekakšen posladek petkovega popoldneva, ki si ga bil deležen, če si prav izračunal vse račune in popravil vse pravopisne napake ...«.

Tudi v naših šolah se pouk odvija na podoben način. Seveda so po desetletjih čiste verbalne vzgoje takojšnje spremembe nemogoče, vendar bi morala celotna vzgoja stremeti za tem, da razvijanje desne možganske polovice ne bi bilo zgolj naključno. Na srečo neverbalnega razmišljanja ne moremo prezreti na nižji stopnji osnovne šole, ker otrokove verbalne sposobnosti preprosto še niso dovolj razvite. Kasneje, v višjih razredih, je to obliko možno zaslediti le še pri redkih umetniških zvrsteh, kjer pa se z odraščanjem mnogokrat izgublja originalnost, izvirnost in izdelki postajajo vse bolj stereotipni.

Vzhodne kulture imajo intuitivni način veliko bolj privzgojen. Če bi njihove izkušnje uporabili v umetnosti, športu, plesu, bi bili uspehi v šoli in izven nje veliko večji. To so dokazali s poskusi na mnogih ameriških šolah, kjer so v učnem programu povečali delež ur, namenjenih umetniškim zvrstem in spremljali uspeh pri ostalih predmetih ter ugotovili, da se je le ta povsod izboljšal. Znanstveniki so tudi ugotovili, da otroci potrebujejo stimulativen umetniški vzgojni program, saj ima umetnost daljnosežen vpliv na telesni in intelektualni razvoj posameznika. Umetniška dejavnost namreč stimulira zavest o telesnih močeh, zmanjšuje mišične inhibicije, krepi predstavljalnost, prispeva k razvoju hkratnega zavedanja sebe in okolja, integrira zavedanje, spoznavanje, spominjanje, občutenje, pretok misli in akcijo.

Kljub temu in mnogim drugim spoznanjem se v naši šoli še vedno učimo pravil tudi pri glasbi in likovni umetnosti, namesto da bi se učili »glasbeno misliti« ali »misliti

vizualno«. Mnogo večjo pozornost bi morali nameniti metodam, ki bi razvijale učenčevo intuicijo, vizualizacijo, empatijo, kinestetični občutek, skupaj z vsem tem pa ustvarjalnost. Glede na odkritja in spoznanja mnogih znanstvenikov bi na osnovi živčnih zvez z možganskimi polovicami lahko v veliki meri vzgojno delo prilagodili njihovim ugotovitvam (Zagorc, 2006).

1.5 GIBANJE IN UMETNOST V KURIKULUMU ZA VRTCE

1.5.1 GIBANJE

Potreba po gibanju in igri sta primarni otrokovi potrebi. Z gibanjem telesa je pogojeno zaznavanje okolice, prostora, časa in samega sebe. Ko otrok začne obvladovati svoje roke, noge in trup, sčasoma začenja čutiti veselje, varnost, ugodje, dobro se počuti, pridobi si samozaupanje in samozavest.

Gibalni razvoj je v ospredju predvsem v prvih letih življenja in poteka od naravnih in preprostih oblik gibanja (plazenje, lazenje, hoja, tek itn.) do sestavljenih in zahtevnejših športnih dejavnosti. V predšolskem obdobju otroci z igro pridobivajo raznovrstne gibalne izkušnje, ki jim prinašajo veselje in zadovoljstvo.

Pozitivne spodbude so temeljne motivacijske metode pri delu z najmlajšimi. Vrtec naj otrokom vsakodnevno omogoči in jih spodbuja, da z različnimi dejavnostmi v prostoru in na prostem spoznavajo in razvijajo gibalne sposobnosti ter usvojijo nekatere gibalne koncepte oziroma sheme. Z gibanjem si otroci razvijejo tudi intelektualne sposobnosti. Igra in gibanje imata pomembno vlogo tudi pri socialnem in emocionalnem razvoju. V elementarnih gibalnih igrah, ki predstavljajo osnovo športnih iger, otroci postopoma spoznavajo smisel in pomen upoštevanja pravil igre in se socializacijsko krepijo.

Kurikulum za področje gibanja mora biti prilagojen različnim potrebam, interesom in sposobnostim otrok, tako da optimalno prispeva k njihovem razvoju in zdravju.

1.5.2 UMETNOST

Umetnost otroku omogoča udejanjanje ustvarjalnih potencialov, ki se kažejo že v otrokovem igrivem raziskovanju in spoznavanju sveta, ki je zanj neizčrpen vir inspiracije, motivacije in vsebin na vseh področjih dejavnosti.

Otrok je na vseh področjih dejavnosti izumiteljski in ustvarjalen, nekaj specifične pa je vezane na področje umetnosti.

Otrok v umetnosti izumlja in ustvarja, ko odkriva jezikovne strukture, ko artikulira vsebine, ko si 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. Taka dela nastajajo, ko ima otrok pri delu svobodo in se od njega pričakuje neposrednost, drugačnost, izvirnost. Prav to so odlike otroške umetnosti, ki jih gojimo in cenimo in po katerih jo tudi vrednotimo. Otrokova umetnost in okus sta izrazito osebne narave in se ju vedno opazuje, razume in presoja v okviru njegovega specifičnega razvoja in življenjskega okolja.

Otrok je lahko ustvarjalen v različni meri in na različnih umetniških področjih. Estetsko doživljanje, ki je intenzivno čutno in intuitivno spoznanje doživetja, otrok izrazi v umetnosti in ga opredeljuje z estetskimi pojmi lepo, smešno, grdo ipd. Pri tem se odražata otrokov prirojeni čut za umetniški red in privzgojeni čut za lepo, ki ga oblikujeta socialno in kulturno okolje.

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.

V umetnosti lahko predstavi svoja najbolj skrita počutja in čustvene vsebine, natančno opiše ali predstavi nek dogodek ali stvar, lahko se posveča estetskim vidikom, izrazi svojo etično presojo o osebi, dogodku, ali pa eksperimentira z

umetniškim jezikom. Pri tem postopno izkuša kompleksna področja realnega sveta skozi majhne obvladljive delčke in spoznava sebe kot samostojnega oblikovalca simbolov in ustvarjalca, svoja dela pa kot pomembne in trajnejše produkte. Z njimi prispeva k oblikovanju okolja, zaradi česar doživlja svojo vlogo v skupnosti kot smiselno in gradi samozavest.

Izkušnje na področju umetnosti so zaradi celovitosti doživljanja in ustvarjanja pomemben dejavnik uravnoteženega otrokovega razvoja in duševnega zdravja (Kurikulum za vrtce, 2009).

Kurikulum razdeli umetniške zvrsti na:

- likovne in oblikovalne dejavnosti,
- glasbene dejavnosti,
- plesne dejavnosti,
- AV-dejavnosti,
- dramske dejavnosti.

Za predšolske in mlajše šolske otroke je vsebinska spodbuda – tema – skoraj nujna, da zbudi predstave in njim ustrezen prenos v gibanje (tema – »živalski vrt«; gibalni motivi – koraki in drža) (Gjud in Kroflič, 1992). Plesna vzgoja na tej stopnji ni specifično vzgojno področje, ampak pomeni nedeljivo celoto z vsemi vzgojnimi področji, ki pa se kasneje osamosvojijo. Na tej stopnji nas posebej zanima otrokova splošna gibalna aktivnost, ki je med drugim tudi osnova za kompleksno gibalno sposobnost – plesnost (Kroflič, 1984). Posnemanje je pomembna sestavina kasnejših plesnih zaposlitev. S to gibalno dejavnostjo spodbujamo razvoj gibalne koordinacije, orientacije v telesni shemi, zaznavanje in predstavljalivost. Neposredno posnemanje gibanja vzgojitelja ali drugega otroka je uvod v plesno tehniko. Gibalno obnavljanje različnih vsakodnevnih dejavnosti in dogodkov pa predstavlja v plesni vzgoji uvajanje v umetnost pantomime kot posebne gibalne gledališke dejavnosti (Kroflič, 1984).

1.6 PLES, KOT GA OPREDELJUJE UČNI NAČRT ZA OSNOVNO ŠOLO

Ples je tista umetnostna zvrst, pri kateri lahko učenci v največji meri sodelujejo z lastno aktivnostjo in ustvarjalnostjo kot posamezniki in/ali v skupini. Ples kot predmet vzgoje pomaga pri oblikovanju celostne podobe vsakega človeka, marsikdaj pa deluje tudi preventivno in terapevtsko pri različnih motnjah, ki jih povzročajo duševne obremenitve otrok med odraščanjem. Hkrati si otroci prek plesa pridobijo možnosti telesnega izražanja, ki je enako pomembno kot besedno izražanje, poleg tega je pomemben spodbujevalec doživljanja in razmišljanja vsakega človeka.

Zato razvijanje in doživljanje plesa v osnovni šoli pomeni razvijanje celotnega telesnega potenciala tako občutljivega bitja, kot je otrok. Ples mu bo v oporo v poznejšem življenju. Ples je bil od nekdanjih del družbenega življenja, ki ga je moral vsakdo usvojiti že v rano mladih letih. Današnji otrok, ki je pravzaprav odrezan od nekdanjih korenin in prvobitnega delovanja, bi moral imeti pravico, da pridobi svojo izgubljeno vitalno življenjsko energijo, ki mu bo dovoljevala normalen razvoj. Vse te razsežnosti plesne vzgoje, ki si jih pridobivajo učenci v času in prostoru, so izjemno pomembne.

1.6.1 SPLOŠNI CILJI PLESNIH DEJAVNOSTI

1.6.1.1 Spoznavno področje

Vsak človek mora poznati umetnost in njene zvrsti. Zato si mora že v šolski dobi z védenjem o plesu (nekaj zgodovinskih podatkov, védenje o gibalnih možnostih človeškega telesa, ljudskih, starinskih in družabnih plesih) oblikovati svoja merila, ki mu bodo pozneje v pomoč pri opredeljevanju, odzivanju, primerjanju in presojanju plesnih dogodkov, ki se jih bo aktivno ali pasivno (kot gledalec) udeleževal.

1.6.1.2 Telesno-gibalni cilji

Ples pomaga pri razvijanju otrokovega občutka za disciplino, obvladovanju lastnega telesa, obvladovanju posameznih delov telesa in njihovih gibalnih sposobnosti, pri obvladovanju ritma in prostora, vzgaja dobre reflekse ter razvija celotne otrokove psihomotorične sposobnosti in spretnosti. Otroci, ki prihajajo v šolo, imajo nemalokrat omejeno zalogo gibalnih navad. Zato je cilj plesne vzgoje v šoli tudi skrb za telesno zdravje otrok s preventivnim in terapevtskim delovanjem pri različnih motnjah in telesnih okvarah drže. Hkrati pa daje nešteto možnosti telesnega izražanja. S plesnimi dejavnostmi v šoli dosežemo vsestranski harmonični razvoj vseh telesnih in duševnih zmogljivosti tako občutljivega bitja, kot je otrok.

1.6.1.3 Socialni cilji

S plesom razvijamo otrokove zmožnosti navezovanja stikov tako z bližnjo kot z daljno okolico in jih navajamo na pravilen odnos do drugih ljudi. Ples je torej učinkovito sredstvo socializacije. To dosežemo s skupinskimi vajami in skupinskimi plesi, med katerimi so nekateri parni plesi še posebej primerni za sproščeno medsebojno sodelovanje. V skupini otroci podrejajo lastne interese skupnim. S tem se razvija njihovo razumevanje, obzirnost in strpnost. Sodelovanje pa ne temelji le na odnosih med otroki, ampak tudi med otroki in vzgojitelji.

1.6.1.4 Čustveni cilji

Razvijanje otrokove domišljije, ustvarjalnosti, poetičnosti in s tem veselja nad doživljanjem samega sebe in nad postopnim obvladovanjem spretnosti, ki so zato potrebne, so pomembni cilji tega predmeta. Ples hkrati daje možnosti za razvijanje vseh duševnih zmožnosti otroka in zavesti o usklajenosti dobrega počutja, povezanega s plesno dejavnostjo.

1.6.1.5 Motivacijski cilji

Ples v šoli je ples za vse. Otrok ni težko motivirati zanj, saj večina že v zgodnjem otroštvu večkrat samodejno začenja z različnimi oblikami poskakovanja, skakanja in vrtenja v lastnih ritmih, ki vodijo k poplesavanju in plesu. Vsakega otroka pa je treba usmerjati tako, da se bo počutil cenjenega. Pri tem je posebej pomembna vzgojiteljeva pomoč tako pri skupinskem kot tudi individualnem vodenju. Pomoč je predvsem potrebna pri ugotavljanju in spremljanju gibalnih sposobnosti ter osebnostnih značilnosti otrok, pri pripravi ustreznih obremenitev in za spodbudno vrednotenje ter ocenjevanje napredka posameznih otrok.

1.6.1.6 Estetski cilji

Sama beseda *estetika* izvira iz grške besede »aisthesis« in pomeni občutek, zaznavo (Škof in Kovač, 2002). Ples že sam po sebi predstavlja ustvarjalnost in umetniško izražanje, doživljanje ter vrednotenje lepega. Zato so prav pri plesnih dejavnostih estetski cilji najbolj izraženi (Neubauer, 2004). Prav s plesom je človek začel poudarjati in tudi ceniti estetske vrednote gibalnega izražanja (Škof in Kovač, 2002).

1.6.1.7 Moralno-etični cilji

S plesom si otroci prisvajajo tudi norme vedenja, še posebej pri raziskovanju in primerjanju obnašanja v preteklih stoletjih ter danes. To pa vodi k izoblikovanju določenih vrednot in vrednostnih sodb o sebi ter drugih. Posebnosti v vedenjskih vzorcih so skozi stoletja odsevale kulturne, politične, socialne, gospodarske in družbene razmere preteklih obdobj ter enako odražajo tudi našo sedanost. Otroke s plesno dejavnostjo uvajamo v preprosto, a resnično reklo: »Gib naredi človeka«.

Otrok, ki ne mara plesa, je kot otrok, ki se ne mara igrati. Iz našega življenja vse prepogosto izrivamo ples, ki pa ostane prikrit v nas samih. Zato je še toliko bolj pomembno, da gojimo ples v šolski dobi vsakega odraščajočega otroka.

1.6.2 OPERATIVNI CILJI PLESNIH DEJAVNOSTI

Plesne dejavnosti v osnovni šoli niso plesna šola in niso namenjene vzgoji bodočih poklicnih plesalcev. Ta ostaja še vedno v domeni posebnih strokovnih šol. Cilji predmetov so seznanjanje s plesom in njegovimi različnimi vejami tistih otrok, ki jih to zanima. Izjemoma pa to lahko predstavlja tudi izbiro za otrokovo prihodnje tovrstno udejstvovanje. Vse vaje naj imajo obvezno glasbeno spremljavo, le nekatere naj se izvajajo brez glasbe, saj so namenjene urjenju skupinskega občutka (vsa skupina v istem ritmu).

1.6.3 DIDAKTIČNA PRIPOROČILA PRI IZVEDBI PLESNIH DEJAVNOSTI

Namen plesnih dejavnosti kot izbirnega predmeta v devetletni šoli, je navajanje učencev na redno plesno-gibalno dejavnost ob spremljavi glasbe. Ta predstavlja protiutež vsakdanjemu napornemu šolskemu delu in sedenju ter učencem omogoča sprostitev in dobro počutje. Zaradi narave plesno-vzgojnega področja usmerjanje otrok k izbiri plesa kot poklica ni končni cilj, ampak sta enakovredno poudarjena nenehni harmonični razvoj osebnosti, s tem pa tudi pomembnost za dosego opredeljenih ciljev.

Plesne dejavnosti v šoli zato niso le gibalni proces, temveč se v njih prepletajo čustveni, razumski, socialni in vrednostni vidiki, pa tudi umetniški vidik ni povsem zanemarljiv (Neubauer, 2004).

1.7 MEDPODROČNO POVEZOVANJE V VZGOJI IN IZOBRAŽEVANJU

Zadnjih nekaj let veliko govorimo in pišemo o drugačni šoli, prijaznejši in prijetnejši za otroka, o drugačnem (-ih) načinu (-ih) dela. Uvajamo nove metode in oblike dela, ki naj bi učence razbremenile, hkrati pa zagotovile bolj kakovostno in trajno znanje (Krek idr., 2008). Marentič-Požarnik (1997) opozarja, da je »razbitost, 'raztreščenost' znanja eden največjih problemov sodobne šole«. Tega so se zavedali tudi pripravljavci kurikularne preнове, saj so med njena načela uvrstili tudi načelo horizontalne povezanosti (Bela knjiga o vzgoji in izobraževanju, 1995). Zato pri šolski prenovi poudarjamo, da so med pomembnejšimi kakovostnimi prvinami pouka tudi medpredmetne in medpodročne povezave, ki pomenijo povezovanje različnih predmetov ali področij in s tem upoštevanje različnih vidikov otrokovega razvoja in učenja.

Eno od pomembnih načel kurikularne preнове je horizontalna povezanost in prepletenost znanj, kar najlažje dosežemo z medpredmetnimi in medpodročnimi povezavami. Predstavljajo didaktični pristop, kjer učitelj poskuša določeno vsebino ali problem podati ali obravnavati čim bolj celostno – isti problem poskuša osvetliti z različnih vidikov. Zato tako delo od učitelja zahteva dobro opredelitev izbranih ciljev, natančno načrtovanje in organizacijsko zahtevnejšo izvedbo pouka. S povezovanjem vsebin različnih predmetov ali področij poskušamo upoštevati tudi različne vidike otrokovega razvoja.

Značilnost predšolskega razvojnega obdobja je prepletenost različnih vidikov otrokovega razvoja, zato je povezovanje področja gibanja z drugimi področji dejavnosti v vrtcu eno temeljnih načel Kurikuluma za vrtce (Krek idr., 2008). To načelo horizontalne povezanosti je v Kurikulumu za vrtce (2009) opredeljeno kot:

- povezovanje dejavnosti različnih področij dejavnosti v vrtcu 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 otroki, ki upoštevajo specifičnosti predšolskega otroka in zato v največji meri omogočajo povezavo različnih področij dejavnosti v vrtcu.

Povezave uporabljamo takrat, ko je to smiselno, ko za to obstajajo razlogi in ustrezne možnosti. Poskušamo jih izpeljati tako, da čim bolj spodbujamo tudi ustvarjalnost otrok (otroci sami poskušajo poiskati ustrezno gradivo, najti različne rešitve, osvetliti problem z različnih vidikov ...), povezave pa so lahko tudi spodbudno motivacijsko sredstvo (Krek idr., 2008).

Učitelj mora pri načrtovanju medpredmetnih povezav upoštevati različnost otrok, poznati mora sodobne tehnike načrtovanja, poznati mora cilje učnih načrtov, sodelovati pa mora tudi z drugimi učitelji (Krek idr., 2008).

1.7.1 MEDPREDMETNE POVEZAVE V OKVIRU PLESNIH DEJAVNOSTI

Vsebinsko in časovno so vsi trije sklopi plesne dejavnosti povezani s slovenščino, in sicer v zvezi s sporazumevanjem v ustrezni izbiri izrazja, slovničnih in drugih jezikovnih pravil, ter s slovensko literaturo; z likovno umetnostjo, z obiskom muzejev, galerij in seznanjanjem z deli različnih likovnih umetnikov; z glasbo, ki je nujen del gibne spremljave, prav tako pa tudi s seznanjanjem z glasbenimi deli preteklih obdobij in današnjega časa; z biologijo kot vedo o človeku; z zgodovino kot poznavanjem preteklih obdobij, ki so zaznamovala tudi ples; in z zemljepisom, predvsem kar zadeva seznanjanje z različnimi predeli Slovenije in njihovimi značilnostmi, ki se odražajo tudi v plesu (Neubauer, 2004).

1.8 NEKATERE TEŽAVE, S KATERIMI SE SREČUJEJO VZGOJITELJI/CE

Kadar nanese beseda na ples, učitelji navadno potožijo, da imajo vse premalo »tehničnega znanja«, da bi se spoprijeli z gibanjem na drugačen način. To pomeni, da se moramo tako učitelji kot tudi učenci naučiti nekaj »tehnične abecede«, s katero bomo lahko »pripovedovali« nove in nove zgodbe. Med vse to znanje spada poznavanje elementov gibanja, elementov prostora, v katerem se gibanje dogaja, elementov časa, v katerem gibanje poteka in elementov kakovosti samega giba.

Kot učitelji in vzgojitelji moramo znati pripeljati otroka do tega, da se bo zavedal čudovitih potencialnih možnosti svojega telesa za vse vrste gibanja; da se bo naučil zavedati prostora, gibanja skozi prostor, naokrog, navzgor in navzdol, navznoter in navzven; da bo znal nadzirati hitrost svojega gibanja od počasnega pa do najhitrejšega in ga potem spet upočasniti; da bo znal »eksplozirati« zaradi količine vložene energije in da bo vedel, kako se gibljemo lahko ter popuščeno; da se bo znal raztegniti v višino in širino, da se bo znal premikati v ravni liniji, cik-caku ali v krogu, da se bo znal plaziti po tleh in skočiti visoko v zrak ... Vse to naj bi postal njegov osnovni »kinestetični slovar«, pa naj gre za vsakdanja, uporabna gibanja ali tista, ki so namenjena umetniškemu ustvarjanju in izražanju z gibanjem (Zagorc, 2006).

Na učenje plesa zaradi želje po znanju vplivajo tudi mediji. Predvsem je izpostavljena televizija. Otroci na različnih televizijskih programih spremljajo glasbene skupine z atraktivnimi plesnimi koreografijami. Veliko otrok v njih najde svoje idole. In prav to v njih vzbudi močno željo po znanju plesanja. Verjetno pa ta želja ne izhaja zgolj iz tega. Otroci radi med seboj tekmujejo, radi se postavijo in pokažejo drug pred drugim. Dobro pa se zavedajo, da je znanje najboljše orodje (Zagorc, 2006).

Večina otrok se s športno vzgojo prvič sreča v vrtcu, saj je gibanje eno od področij dejavnosti, ki jih vsebuje Kurikulum za vrtce. Poleg ustreznih strokovnih programov lahko h kakovostnejši predšolski športni vzgoji v veliki meri prispevamo tudi s primernim izborom športnih pripomočkov in igral ter z ustreznim prostorom (Videmšek in Jovan, 2002).

Vrtci, ki imajo ugodne pogoje (primerno opremljeno in urejeno športno igralnico, zunanje igrišče ...) in strokovne sodelavce, lahko izvajajo kakovostne in vsebinsko bogate programe za gibalne dejavnosti. Seveda pa so v gibalnem smislu zelo zapostavljeni otroci iz okolij, kjer nimajo zagotovljenih ustreznih pogojev. Tam je otrokova potreba po gibanju nezadovoljena, posledice pa se kažejo kot nemirnost, neprimerno vedenje ali pa celo agresivnost otroka (Karpljuk, Videmšek in drugi, 2000).

Razmere je nujno potrebno spremeniti na bolje, saj so športne igralnice še vedno bolj izjema kot pravilo. Treba je izkoristiti in preurediti že obstoječe prostore, urediti zunanja igrišča in igralno ploščad ter poskrbeti za ustrezne pripomočke in igrala. Ti morajo biti primerni za izvajanje različnih gibalnih nalog, varni in privlačni za otroke (Videmšek in Jovan, 2002). Da materialno stanje v vrtcih ni dobro, potrjuje tudi raziskava avtorice K. Veber (2009). Vzgojitelji morajo veliko rekvizitov izdelovati in prinašati od doma, saj jih v vrtcu nimajo. Tudi to lahko vpliva na slabo motiviranost vzgojiteljev za izvajanje plesne dramatizacije (Veber, 2009).

1.9 CILJI

Namen diplomskega dela je bilo izpostaviti pomembnost izvajanja plesno-gibalnih aktivnosti v otrokovem predšolskem obdobju. Če k temu dodamo še medpodročna in medpredmetna povezovanja, dobimo nepogrešljiv del vzgoje in izobraževanja predšolskih otrok, ki naj bi se izvajal mesečno in ne zgolj nekajkrat letno. Otroci pri izvajanju teh aktivnosti radi sodelujejo, zato vzgojitelji/ce ne bi smele imeti večjih težav pri pridobivanju pozornosti otrok in njihovem sodelovanju. Glavni cilji diplomskega dela so bili naslednji:

- izpostaviti pomembnost izvajanja plesno-ustvarjalnih vsebin v predšolskem obdobju,
- opredeliti pomen gibanja, plesnih in ustvarjalnih aktivnosti na celosten razvoj predšolskega otroka,
- prikazati pozitivne učinke gibalne in umetniške vzgoje na predšolskega otroka,
- opredeliti vadbene enote z vsebinami plesa, ki vsebujejo medpodročne povezave, primerne za otroke v predšolskem obdobju,
- predstaviti primere medpodročnega povezovanja skozi plesno-gibalne ustvarjalne urice v predšolski vzgoji,
- ponuditi program vzgojiteljem/icam za lažje načrtovanje in samo izvajanje plesne, gibalne in ustvarjalne vzgoje predšolskih otrok, katere opredeljuje tudi sam Kurikulum za vrtce,
- spodbuditi vpeljevanje dejavnosti, ki spodbujajo aktivnost desne – ustvarjalne možganske hemisfere,
- izdelati DVD, ki bo vseboval prikaz posameznih vadbenih enot in koreografij,
- zapisati plesne dejavnosti in koreografije tako, da bodo razumljive izvajalcem plesno-gibalnih dejavnosti v vrtcih in jim bodo v pomoč pri načrtovanju in izvajanju plesnih dejavnosti.

2 METODE DE LA

Pri strokovnem diplomskem delu je uporabljena deskriptivna metoda dela. Diplomsko delo je monografskega tipa. Pri pisanju smo si pomagali z domačimi in tujimi viri iz različnih medijev. Uporabljena je tudi metoda lastnih izkušenj in spoznanj. Vodenje plesno-gibalnih uric v Vrtcu pri OŠ Predoslje smo posneli s kamero, iz posnetkov izdelali film v DVD obliki in ga skupaj z glasbeno zgoščenko priložili k diplomskemu delu.

3 RAZPRAVA

V nadaljevanju so opredeljene plesno-gibalne urice, ki so primerne za predšolske otroke v drugem starostnem obdobju, kamor spadajo otroci med tretjim in šestim letom starosti. Pripravljenih je pet vadbenih enot. Vsaka je tematsko obarvana in vsebuje različna medpodročna povezovanja, kar narekuje tudi Kurikulum za vrtce. Vadbene enote si sledijo po naslednjem vrstnem redu:

- rojstnodnevna zabava,
- plesno prometni predpisi,
- en, dva, tri, pospravimo vse smeti,
- zvezde plešejo,
- potovanje s časovnim strojem.

Vsaka urica ima ustrezen pripravljalni, glavni ter zaključni del. Ure so pripravljene tako, da je potreba po pripomočkih čim manjša, saj vemo, da večina vrtcev v Sloveniji nima širokega izbora pripomočkov in pomagala, primernih za otroke te starosti. Za vsako urico potrebujemo radio, zgoščenko s primerno glasbo ter pripomočke, ki si jih otroci izdelajo sami. Vsebine uric se lahko nadaljujejo, širijo in prilagajajo potrebam otrok. Možnosti poglobljanja uric in vsa dodatna navodila so zabeležena na koncu vsake izmed uric. Veliko pozornost smo namenili samemu izboru glasbe. Nismo se odločili le za tipično otroško, ampak tudi malce bolj moderno, saj imajo tudi predšolski otroci izbran okus za glasbo in svoje glasbene idole. Urice smo praktično preizkusili v Vrtcu pri OŠ Predoslje. Sodelovalo je 22 otrok, starih pet let. Vsako izvedeno urico smo posneli s kamero ter pomembnejše trenutke ujeli s fotoaparatom, za kar smo pridobili soglasja staršev teh otrok. Iz posnetkov smo nato izdelali film in ga zapisali v DVD-obliki. Film vsebuje prikaz dogajanja na teh uricah in posamezne plesne koreografije, ki so v nadaljevanju tudi podrobno opisane (od besedila pesmi in štetja korakov do točnih gibov, ki jih izvedemo v točno določenem trenutku glasbe). Priloga k diplomskemu delu je tudi zgoščenska, ki vsebuje vso potrebno glasbo za izpeljavo teh plesno-gibalnih uric.

3.1 ROJSTNODNEVNA ZABAVA

3.1.1 UVOD

Prostor primerno pripravimo in upoštevamo vse varnostne vidike, poljubno ga okrasimo z baloni ali drugimi okraski. Poleg vzgojiteljice morajo biti na urici primerno oblečeni in obuti tudi otroci. Pogovor teče o rojstnih dnevih. Otroke povprašamo, koliko so stari, kdaj imajo rojstni dan in kako ga praznujejo. Mogoče je kdo izmed njih praznoval ravno pred kratkim ali pa ga ima kdo v prihajajočih dneh. Pogovor navežemo na vabila in kako na svojo zabavo sploh povabimo svoje prijatelje. Razložimo jim, da je vljudno napisati povabila in jih poslati vsem povablencem. Na tokratni zabavi je gostitelj/slavljenec vzgojiteljica, ki povabi otroke na svojo rojstnodnevno zabavo. Izdela zabavna vabila in jih razdeli med otroke. Vzgojiteljica lahko vabila razdeli kak dan prej, da bodo otroci z veseljem pričakovali plesno urico.



Slika 1. Vsak otrok prejme svoje vabilo (osebni arhiv).

Tako se lahko skupaj odpeljemo na zabavo, ki je nedaleč stran. Z otroki se usedemo v avto. Gibe, ki jih uporabljamo med samo glasbo, najprej pokažemo na mestu in

brez glasbe, nato se po prostoru pomikamo v koloni ali krogu in med hojo v ritmu glasbe oponašamo vrtenje koles, zvok motorja, odpiranje oken, utripajoče lučke, zapiranje vrat, delovanje brisalcev, jok dojenčka, mamico, ki miri dojenčka, ter žgečkanje šoferja. Lahko oblikujemo več kolon in otroke ločimo naključno, po spolu, starosti, barvi obleke ...



Slika 2. Z avtom se odpeljemo na zabavo (osebni arhiv).

Tabela 1

Zapis koreografije na pesem Avto izvajalke Romane Krajncan

	BESEDILO	KORAKI
1-4	Kolesa na avtu se okrog vrte,	Z rokama oponašamo mlinček.
5-8	okrog vrte, okrog vrte.	Z rokama oponašamo mlinček.
1-4	Kolesa na avtu se okrog vrte	Z rokama oponašamo mlinček.
5-8	cel ljubi dan.	Z rokama narišemo sonce.
	Kako pa motor dela? Brum, brum.	S kazalcem se pomikamo gor in dol po ustih.
1-4	Motor pa dela brum, brum, brum.	S kazalcem se pomikamo gor in dol po ustih.
5-8	Brum, brum, brum. Brum, brum, brum.	S kazalcem se pomikamo gor in dol po ustih.
1-4	Motor pa dela brum, brum, brum	S kazalcem se pomikamo gor in dol po ustih.
5-8	cel ljubi dan.	Z rokama narišemo sonce.
	Okna na avtu gredo pa gor pa dol.	Obe roki hkrati vzročimo in nato priročimo.
1-4	Okna na avtu gor in dol.	Obe roki hkrati vzročimo in nato priročimo.
5-8	Gor in dol. Gor in dol.	Obe roki hkrati vzročimo in nato priročimo.
1-4	Okna na avtu pa gor in dol	Obe roki hkrati vzročimo in nato priročimo.

5–8	cel ljubi dan.	Z rokama narišemo sonce.
	Lučke, lučke, ne smemo pozabit lučke.	Z dlanmi pripravimo kljunčke.
1–4	Tri, štiri. Luči na avtu pa žmig, žmig, žmig.	Kljunčke odpiramo in zapiramo.
5–8	Žmig, žmig, žmig. Žmig, žmig, žmig.	Kljunčke odpiramo in zapiramo.
1–4	Luči na avtu pa žmig, žmig, žmig	Kljunčke odpiramo in zapiramo.
5–8	cel ljubi dan.	Z rokama narišemo sonce.
	Vrata pa lop, lop, lop ...	Z rokama 3 x zaploskamo.
1–4	Vrata na avtu pa lop, lop, lop.	Z rokama 3 x zaploskamo.
5–8	Lop, lop, lop. Lop, lop, lop.	Z rokama 3 x zaploskamo.
1–4	Vrata na avtu pa lop, lop, lop	Z rokama 3 x zaploskamo.
5–8	cel ljubi dan.	Z rokama narišemo sonce.
	Ojoj dežuje, hitro vključimo brisalce.	Roki predročimo in pokrčimo.
1–4	Brisalci na avtu pa briš, briš, briš.	Roki polkrožno obračamo v levo in desno.
5–8	Briš, briš, briš. Briš, briš, briš.	Roki polkrožno obračamo v levo in desno.
1–4	Brisalci na avtu pa briš, briš, briš	Roki polkrožno obračamo v levo in desno.
5–8	cel ljubi dan.	Z rokama narišemo sonce.
	A veste, da so v avtu tudi dojenčki?	Otrokom zastavimo vprašanje.
	In kaj delajo? Jokajoooo!	Z obema rokama si pomanemo oči.
1–4	Dojenčki v avtu pa jok, jok, jok.	Z obema rokama si pomanemo oči.
5–8	Jok, jok, jok. Jok, jok, jok.	Z obema rokama si pomanemo oči.
1–4	Dojenčki v avtu pa jok, jok, jok	Z obema rokama si pomanemo oči.
5–8	cel ljubi dan.	Z rokama narišemo sonce.
	Ampak mamice pa ne marajo, da dojenčki jokajo in pravijo pšš, pšš.	S kazalcem 2 x pokažemo ne.
1–4	Mamice pravijo pšš, pšš, pšš.	S kazalcem pokrijemo usta in rečemo "pšš".
5–8	Pšš, pšš, pšš. Pšš, pšš, pšš.	S kazalcem pokrijemo usta in rečemo "pšš".
1–4	Mamice pravijo pšš, pšš, pšš	S kazalcem pokrijemo usta in rečemo "pšš".
5–8	cel ljubi dan.	Z rokama narišemo sonce.
	No, pa kdo je še v avtu? Šofer!	Otrokom zastavimo vprašanje.
1–4	Šofer pa pravi: "Ne me žgečkat,	Drug drugega požgečkamo.
5–8	ne me žgečkat, ne me žgečkat!"	Drug drugega požgečkamo.
1–4	Šofer pa pravi: "Ne me žgečkat!"	Drug drugega požgečkamo.
5–8	Cel ljubi dan.	Z rokama narišemo sonce.

3.1.2 GLAVNI DEL

Po plesu Avto se pripeljemo na zabavo. Ob prihodu ima gostitelj pripravljeno igrico za dodelitev rojstnodnevni klobučkov. Rojstnodnevni klobučki so izdelani iz odpadnega

papirja (reklamni material), tako da jih otroci lahko izdelajo sami. Po prostoru razporedimo obroče različnih barv in zavrtimo katero koli glasbo. Med igranjem glasbe otroci poljubno plešejo med obroči, ko pa glasbo ustavimo, vsak otrok skoči v najbližji obroč. Gostitelj si zakrije oči in lahko reče: "Rojstnodnevni klobuček dobi tisti, ki stoji v zelenem obroču." Tako prvi klobuček prejmejo otroci, ki so stali v zelenem obroču. Igro ponovimo tolikokrat, da vsak otrok prejme svoj klobuček. Otroci si pred pričetkom igre lahko izberejo svoj obroč in morajo, ko glasba utihne, najti svoj obroč. Pred pričetkom igre z dvigovanjem rok preverimo, ali vsak otrok ve, kakšne barve je njegov obroč. Namesto obročev lahko uporabimo samolepilne barvaste lističe.

Ko smo za zabavo primerno našemljeni, oblikujemo krog in tako kot na pravih zabavah slavljenju zapojemo pesem Vse najboljše.



Slika 3. Slavljenju zapojemo Vse najboljše (osebni arhiv).

Sedaj se zabava lahko prične in z otroki zaplešemo ob spremljavi glasbe Zabava. Koreografijo se najprej naučimo brez spremljave glasbe, nato zaplešemo še z njo.

Tabela 2

Zapis koreografije na pesem Zabava izvajalcev Turbo Angels

	BESEDILO	KORAKI
1–8	Rišem srečen dan in podim	Počepi – ločeno fantje, punce, vsi
1–8	temne misli stran, oujea,	Počepi – ločeno fantje, punce, vsi
1–8	ne sekiram se, žur je v mojih očeh.	Počepi – ločeno fantje, punce, vsi
1–8	Instrumental	Počepi – ločeno fantje, punce, vsi
1–8	Rabim ritem ta, da doni,	Sonožni poskoki in ploskamo nad glavo.
1–8	skačem do neba, oujea,	Sonožni poskoki in ploskamo nad glavo.
1–4	vse že trese se,	Sonožni poskoki in ploskamo nad glavo.
5–8	priidi zdaj tudi ti,	S prstom pokažemo "ti".
1–4	tiiiiiiii,	S prstom pokažemo "ti".
5–8	v žilah vre že kri.	Nato se požgečkamo od nog proti glavi.
1–8	Instrumental	
1–8	Danes bo zabava, naj se nocoj	Sonožni poskoki, roki naredita pest.
1–4	pretirava!	Sonožni poskoki, roki naredita pest.
5–8	Ko atmosfera je	Sonožni poskoki, roki naredita pest.
1–4	prava,	Sonožni poskoki, roki naredita pest.
5–8	divje so naše	Obrat na mestu, roki mahata ob ušesih.
1–8	noči, uooo.	Obrat na mestu, roki mahata ob ušesih.
1–8	Zabava, akcija vedno nam	Sonožni poskoki, roki naredita pest.
1–4	prija,	Sonožni poskoki, roki naredita pest.
5–8	v glavi hudo naj	Sonožni poskoki, roki naredita pest.
1–4	razbija,	Sonožni poskoki, roki naredita pest.
5–8	enkrat samo	Obrat na mestu roki, mahata ob ušesih.
1–8	se živi!	Obrat na mestu roki, mahata ob ušesih.
1–8	Zame ni pravil, ni meja,	Počepi – ločeno fantje, punce, vsi
1–8	party moj je stil, o jaa,	Počepi – ločeno fantje, punce, vsi
1–8	grabi me norost, energija kriči.	Počepi – ločeno fantje, punce, vsi
1–8	Instrumental	Počepi – ločeno fantje, punce, vsi
1–8	Bolj kot vsak bencin gnati zna	Sonožni poskoki in ploskamo nad glavo.
1–8	moj adrenalin, oujaa.	Sonožni poskoki in ploskamo nad glavo.
1–4	V zraku je mladost,	Sonožni poskoki in ploskamo nad glavo.
5–8	priidi zdaj tudi ti ...	S prstom pokažemo "ti".
1–4	Instrumental	S prstom pokažemo "ti".
5–8	V žilah vre že kri.	Nato se požgečkamo od nog proti glavi.
1–8	Instrumental	
	REFREN	
1–24	Zabava, za, za, zabava, za, za, zabava,	Ploskamo nad glavo.
1–4	priidi zdaj tudi ti,	S prstom pokažemo "ti".
5–8	tiiiiiiiiii,	S prstom pokažemo "ti".
1–8	v žilah vre že kri.	Nato se požgečkamo od nog proti glavi.
1–8	Hej, jeah!	
	REFREN	
	Danes bo zabava!	Priklon



Slika 4. Plesanje koreografije Zabava (osebni arhiv).

3.1.3 ZAKLJUČEK

Otroke po odplesani koreografiji posedemo v krog in jim naročimo, naj zaprejo oči, se umirijo in pomislijo na neko stvar, ki si jo močno želijo. Medtem vzgojiteljica na sredino kroga položi list papirja, na katerem je narisana torta in nanj položi majhno svečko. Otroci odprejo oči in na dogovorjen znak vsi skupaj upihnemo svečko in si medtem nekaj zaželimo. Nato jim zaupamo, kaj si je zaželela slavljenka, tj. vzgojiteljica – da bi se izpolnile vse želje otrok. Za uspešno odplesano urico se nagradimo z aplavzom. V zahvalo za obisk vsak otrok prejme pobarvanko z medvedkom Pu-jem, ki jo lahko kasneje pobarva. Zabava je s tem končana in treba se je odpraviti domov. Ponovno se usedemo v avto in odplešemo koreografijo na glasbo Romane Krajnčan – Avto.

Ko z uro zaključimo, otroci pobarvajo vsak svojo pobarvanko.



Slika 5. Pobarvanke in torta s svečkami (osebni arhiv).

Pred izpeljavo ure s tovrstno vsebino lahko otroci izdelajo vsak svoje vabilo na rojstnodnevno zabavo in ga izobesijo na vidno mesto. Uro lahko vzgojiteljice v vrtcu izpeljejo vsakič, ko kateri izmed otrok praznuje rojstni dan. Poljubno dodajamo družabno-plesne igrice.

3.2 PLESNO PROMETNI PREDPISI

3.2.1 UVOD

Prostor primerno pripravimo in upoštevamo vse varnostne vidike. Poleg vzgojiteljice morajo biti na urici primerno oblečeni in obuti tudi otroci. Pogovor navežemo na to, kako otroci vsak dan pridejo v vrtec. Ali pridejo peš, z avtom, avtobusom? Nato poizkušamo najti še vsa druga prevozna sredstva – kolo, motor, letalo, ladja, vlak ... Pogovor preusmerimo na primerno obnašanje na cesti in cestnoprometne predpise. Povprašamo jih, ali je cestnoprometne predpise treba upoštevati in kdo na cesti nadzoruje, ali predpise zares upoštevamo. Ko omenimo policiste, skupaj ugotovljamo, katere druge naloge in odgovornosti še imajo.

Za uvodno spoznavanje s prometnimi znaki postavimo poligon, ki je tokrat kvadratne oblike, primerno postavljen in varen. Vsaka naloga na poligonu je označena s primernim znakom, ki mu sledi primerna naloga. Z otroki se po poligonu najprej samo sprehodimo in ob predstavitvi znakov dopustimo, da otroci sami ugotovljajo, kaj določen znak sploh pomeni ali predstavlja. Znaki, ki jih uporabimo za poligon, so:

- Za znakom delo na cesti postavimo blazine, po katerih se morajo otroci obračati okrog svoje vzdolžne osi (delavci na cesti polagajo asfalt in mi jim ga pomagamo izravnati).



Slika 6. Postaja na poligonu Delo na cesti (osebni arhiv).

- Znak zožanje ceste bo predstavljala gred, po kateri bodo hodili izmenično (eden za drugim). Otroke med hojo po gredi varuje odrasla oseba.



Slika 7. Postaja na poligonu Zožanje ceste (osebni arhiv).

- Predor bo predstavljala konstrukcija iz blazin ali delov švedske skrinje, pod katero se bodo otroci morali splaziti.



Slika 8. Postaja na poligonu Predor (osebni arhiv).

- Znak za obvezno smer postavimo na vse stranice kvadrata in te kažejo, v kateri smeri naj bi se otroci po poligonu premikali (plesna smer je nasprotna smer urnega kazalca).

Če je otrok veliko, jih razdelimo v več skupin. Ena skupina drži znake, druga izvaja naloge na poligonu. Nato vloge zamenjamo. Otroci lahko predstavljajo zavoje in z dvigom zunanje roke nakazujejo smer zavoja. Med izvajanjem nalog na poligonu v ozadju vrtimo poljubno glasbo s primerno vsebino: Otroške pesmi – Z avtobusom k teti, Anja Rupel – V Ljubljano, Leteči potepuhi – Bicikl, Romana Krajncan – Avto ali Miško Razgrajč, Čuki – Ferrari polka, Grega in Facko – Semafor.

3.2.2 GLAVNI DEL



Slika 9. Deklica v vlogi policistke (osebni arhiv).

Vzgojiteljica je policist, otroci pa predstavljajo avtobus. Otroke posedemo v avtobus (naredimo kolono, otroci pa se razporedijo v pare). Skupaj se odpravijo k teti na obisk in med vožnjo morajo upoštevati navodila policista. Otroci se po prostoru pomikajo polkrožno, tako da se vedno vrnejo nazaj na začetno pozicijo, kjer jih pričaka policist. Da se kolona giblje v enem kosu, otroci svojo prosto zunanjo roko položijo na ramo otroka, ki je pred njim, z notranjo roko pa se s svojim sosedom v paru držijo za roke. Ples večkrat ponovimo, da vlogo policista prepustimo tudi otrokom.

Ob prihodu avtobusa ali katerega koli drugega prevoznega sredstva policist lahko pokaže:

- Znak ustavi: kolona se mora ustaviti.
- Znak obvezna smer: otroci se gibljejo polkrožno levo oziroma desno od policista.

- Znak, ki opozarja na predor: otroci se s svojim sosedom v paru spogledajo, primejo za obe roki in ju dvignejo visoko v zrak. Nato gre skozi predor (pod rokami) najprej policist, sledijo mu še otroci od prvega do zadnjega para.
- Znak dovoljena smer nakazuje, da se cesta razdeli na dve poti, ki peljeta v levo in druga v desno. Otroka v paru spustita roki in vsak odide v svojo smer. Otroka se spet srečata na koncu kolone in si ponovno podata roki.

3.2.3 ZAKLJUČEK

Z otroki se posedemo v krog. Vsakemu razdelimo bel list papirja, na katerega nariše svojo pot v šolo (prevozno sredstvo in prometne znake, ki jih na tej poti vsak dan srečuje).

Dodatna navodila:

- Otroci znake izdelajo sami po navodilih vzgojiteljice. Paziti morajo na obliko prometnih znakov in njihovo barvo.
- Poligon lahko na vsaki uri poljubno spremenimo. Zamenjamo znake in dodamo temu primerne gibalne naloge.
- Ples večkrat ponovimo, da je lahko v vlogi policista vsakič drug otrok.
- Med vožnjo lahko spreminjamo način gibanja po prostoru. Otroci lahko hopsajo, sonožno poskakujejo, med hojo ploskajo, mahajo z rokama ...
- Otroci se lahko spremenijo v avto. V tem primeru poslušajo pesem Anje Rupel – V Ljubljano ali Romane Krajncan – Avto.
- Otroci se lahko peljejo s kolesom. V tem primeru zaigramo pesem Letečih potepuhov – Bicikl.
- Otroci so lahko tudi formula. V tem primeru zaigramo pesem skupine Čuki – Ferrari polka.

3.3 EN, DVA, TRI, POSPRAVIMO VSE SMETI

3.3.1 UVOD

Prostor primerno pripravimo in upoštevamo vse varnostne vidike. Poleg vzgojiteljice morajo biti na urici primerno oblečeni in obuti tudi otroci. Iz prostora odnesemo vse nepotrebne predmete in na sredino telovadnice položimo žalosten planet Zemljo, okrog razmečemo različne smeti. Z otroki se posedemo okrog teh smeti. Povprašamo jih, če se jim zdi lepo, da se smeti mečejo po tleh in odlagajo kjer koli. Povprašamo jih, kako oni ravnajo s smetmi in kam jih odlagajo. Vstanemo in okrog smeti zaplešemo koreografijo na pesem Eko navihančki – Claudia. Glasba je žalostna, saj je tudi narava žalostna, ker jo onesnažujemo. Oblikujemo krog in se primemo za roke. Plešemo okrog jokajoče Zemlje, obdane z različnimi smetmi.



Slika 10. Žalosten planet Zemlja (osebni arhiv).

Tabela 3

Zapis koreografije na pesem Eko navihančki izvajalke Claudie

	BESEDILO	KORAKI
1–20	Instrumental	Roke valovijo kakor morje.
1–4	Povsod drevesa sekajo,	Hoja naprej (4 koraki)
5–8	v gozdove smeti odlagajo.	Ploskanje z rokama na mestu (4 x)
1–4	Sploh se ne zavedajo,	Hoja naprej (4 koraki)
5–8	da vsi kisik vdihavamo.	Ploskanje z rokama na mestu (4 x)
1–4	Ljudje smo pozabili,	Izmenično brcamo z D in L nogo.
5–8	smeti v svet naselili.	Izmenično brcamo z D in L nogo.
1–4	Zrak smo zastrupili,	Desno roko pripeljemo na levo ramo.

5–8	vodo v črno brozgo	Levo roko pripeljemo na desno ramo.
1–4	spremenili.	Obe roki počasi spustimo.
1–4	Mi majhni smo navihančki,	Hodimo proti centru kroga, roke gor.
5–8	začeli smo živeti,	Hodimo ven iz kroga, roke dol.
1–4	odraslim bi povedali:	Obrat na mestu v desno
5–8	»Planet lep želimo imeti.«	Obrat na mestu v levo
1–4	Mi majhni smo navihančki,	Hodimo proti centru kroga, roke gor.
5–8	ki cenimo naravo.	Hodimo ven iz kroga, roke dol.
1–4	Svež zrak radi vdihavamo	Obrat na mestu v desno
5–8	in jemo zdravo hrano.	Obrat na mestu v levo
1–4	Temni oblaki, veter in dež,	Hoja naprej (4 koraki)
5–8	poplave, potresi, hiše brez streh,	Ploskanje z rokama na mestu (4 x)
1–4	vreme se krega dan in noč,	Hoja naprej (4 koraki)
5–8	ko vpije: »Pomagajte, na pomoč!«	Ploskanje z rokama na mestu (4 x)
1–4	Čas je, da skupaj stopimo	Izmenično brcamo z D in L nogo.
5–8	zaradi nas in vseh ljudi.	Izmenično brcamo z D in L nogo.
1–4	Očistimo naš planet,	Desno roko pripeljemo na levo ramo.
5–8	da končno kot nekoč lepo,	Levo roko pripeljemo na desno ramo.
1–4	lepo bo živet.	Obe roki počasi spustimo.
	REFREN	Ponovimo
1–16	Instrumental	Roke valovijo kakor morje.
1–4	Otroci smo se naučili,	Hoja naprej (4 koraki)
5–8	odpadke bomo ločili.	Ploskanje z rokama na mestu (4 x)
1–4	Plastiko, steklo, papir	Hoja naprej (4 koraki)
5–8	in narava nam dala bo mir.	Ploskanje z rokama na mestu (4 x)
1–4	Ko zobke si umivamo,	Izmenično brcamo z D in L nogo.
5–8	vodo pridno zapiramo.	Izmenično brcamo z D in L nogo.
1–4	Za seboj luči ugašamo,	Desno roko pripeljemo na levo ramo.
5–8	med vas ljudi svetlo prihodnost	Levo roko pripeljemo na desno ramo.
1–4	prinašamo.	Obe roki počasi spustimo.
	REFREN	Ponovimo.
1–4	Razmislite s svojo glavo,	Desno roko pripeljemo na levo ramo.
5–8	želimo vam	Levo roko pripeljemo na desno ramo.
1–4	srečno in zdravo.	Obe roki počasi spustimo.

Po odplesani koreografiji vse smeti poberemo in jih vržemo v koš.

3.3.2 GLAVNI DEL

Ponovno se usedemo v krog in si skupaj ogledamo, katere vrste odpadkov smo sploh vrgli v koš. Med odpadki najdemo steklene, plastične, pločevinaste ter biološke odpadke. Z otroki se pogovorimo, ali smo storili prav, ko smo vse odpadke vrgli v isti koš in kako bi oni ločili take odpadke. Prinesemo še dva dodatna koša. Na vsakemu je označeno, katere vrste odpadkov odlagamo vanj. Za lažje prepoznavanje vrste odpadkov, ki sodijo v koš, jih lahko ločimo po barvi. Tudi odpadke za lažje razvrščanje lahko ločimo po barvah. Kot pomoč učencem na koš nalepimo slike tistih odpadkov, ki spadajo v tisti koš. Po prostoru ponovno raztresemo vse smeti in pokažemo, kako odpadke pravilno ločujemo v posamezne koše: steklene predmete, pločevino in plastiko ter biološke odpadke.



Slika 11. Zabož za recikliranje stekla (osebni arhiv).



Slika 12. Zabož za recikliranje plastike in pločevine (osebni arhiv).



Slika 13. Zaboja za recikliranje bioloških odpadkov (osebni arhiv).

Smeti razmečemo po sredini telovadnice in otrokom naročimo, da po ritmu glasbe prosto plešejo okrog smeti, dokler glasbe ne ustavimo. Ko glasba utihne, rečemo: »En, dva, tri, pospravimo vse smeti«. Tako vsak otrok prime sebi najbližjo smet in jo odloži v pravi koš. Vajo ponavljamo, dokler niso pospravljene vse smeti.

Igro ponovimo tudi tako, da otrokom, ko glasba utihne, povemo točno katero smet morajo pobrati. Otroci jo morajo najti in vreči v pravi koš. Primer: »En, dva, tri, pospravimo vse steklene smeti.«

3.3.3 ZAKLJUČEK

Naredimo krog. Z otroki se poveselimo in jim povemo, da smo sedaj, ko smo pospravili vse smeti, zelo veseli, saj je naša okolica spet čista in lepa. Vesela pa je tudi narava, zato na sredino kroga postavimo smejočo Zemljo in zaplešemo okrog nje ob zvokih pesmi Če si srečen.

Tabela 4

Zapis koreografije na pesem Če si srečen

BESEDILO		KORAKI
1–8	Če si srečen, zdaj z dlanjo udari v dlan.	Z rokama dvakrat zaploskamo.
1–8	Če si srečen, zdaj z dlanjo udari v dlan.	Z rokama dvakrat zaploskamo.
1–8	Če si srečen in če srečo rad bi še delil z nekom,	Obrat na mestu ali v paru
1–8	če si srečen, zdaj z dlanjo udari v dlan.	Z rokama dvakrat zaploskamo.
4 x 8	Če si srečen, stopi mački kar na rep.	Mački stopimo na rep.
4 x 8	Če si srečen, primi kravo za roge.	Kravo povlečemo za roge.
4 x 8	Če si srečen, kokodakaj na ves glas.	S komolci poletimo.
4 x 8	Če si srečen, kakor kača zvijaj se.	Z rokama pokažemo plazenje kače.
4 x 8	Če si srečen, zdaj ponovi vse od prej.	Ponovimo vse gibe.
4 x 8	Če si srečen, glasno vzklikni zdaj: »Hura!«	Skočimo v zrak in zavpijemo:»Hura!«

Otroci sami narišejo ali izdelajo različne odpadke – steklene, plastične, pločevinaste in/ali biološke. Prav tako narišejo ustrezen znak za recikliranje teh odpadkov. Kasneje lahko dodamo tudi recikliranje papirja in koš za vse ostale odpadke. Otroci naj si sami v svojem bivalnem prostoru uredijo kotiček, ki bo namenjen ločevanju odpadkov. Pri tem si prizadevamo za ekološko ozaveščenost otrok, da bi tudi sami ločevali odpadke, kjer koli se zadržujejo in da bi bilo ločevanje odpadkov prisotno v vsakem vrtcu.



Slika 14. Veseli planet Zemlja (osebni arhiv).

3.4 ZVEZDE PLEŠEJO

3.4.1 UVOD

Prostor primerno pripravimo in upoštevamo vse varnostne vidike. Poleg vzgojiteljice morajo biti na urici primerno oblečeni in obuti tudi otroci. Otroke posedemo v krog in jih povprašamo, ali se sami ukvarjajo s kakšnim športom. Povejo nam, kolikokrat na teden imajo treninge, kaj na njih počnejo ter katere pripomočke uporabljajo pri njem. Povprašamo jih, ali mogoče poznajo kakšnega znanega slovenskega športnika ali športnico in s katerim športom se ukvarja. Pogovor navežemo na oddajo Spet doma, kjer Mario Galunič vsako nedeljo gosti znane Slovenke in Slovence, ki skupaj s profesionalno plesalko ali plesalcem pred publiko zplešejo lastno koreografijo. Otroci se razdelijo v pare in vsak v paru gre na svojo polovico telovadnice. Ena polovica so znani športniki in športnice (Peter Mankoč, Sara Isakovič, Tina Maze, Luka Špik, Iztok Čop, Mitja Petkovšek ...), druga pa znane plesalke in plesalci (Andrej Škufca, Katarina Venturini, Miha Vodičar, Nadiya Bychkova, Matej Kralj, Špela Kralj, Matej Krajcar ...).



Slika 15. Otroci izžrebajo vsak svojo zvezdo (osebni arhiv).

Otroci izžrebajo vsak svojo zvezdo. Na prvi polovici zvezd so zapisani znani športniki/ce, na drugi polovici pa so zapisane plesalci/ke. Na hrbtni strani zvezde je naslikana ikona, ki predstavlja športno panogo, s katero se ukvarja določen športnik. Polovica otrok, ki predstavlja plesalce, poizkuša najti svoj par s primerjavo ikon na hrbtni strani. Ko se pari najdejo, na glas preberemo športnikovo ime in s katerim športom se ukvarja. Tako dobimo pare, ki bodo nastopili v nedeljski oddaji Spet doma. Vzgojiteljica s čarobno paličico in besedami: »Čira čara, prazna omara. Sim salabim, vas v zvezde spremenim,« začara otroke v športnike/ce in plesalce/ke, otroci pa vzgojiteljico začarajo v Maria Galuniča.

3.4.2 GLAVNI DEL

NASTOP 1 – RAČKE:

Vsi stojimo v krogu, poleg sebe ima vsak svojega soseda. Najprej zaplešemo koreografijo vsi skupaj, ko pa otroci obvladajo korake, gre vsakič v krog po en par in odpleše račke. Med vrtenjem se nastopajoči par pomakne nazaj v krog, ostali pa se vrtijo na mestu. Publika med nastopom ploska v ritmu in s tem spodbuja nastopajoči par.

NASTOP 2 – ROCK'N'ROLL:

Najprej korake rock'n'rolla zaplešemo v krogu. Naučimo se brcanja, obračanja na mesto in twistanja. Ko otroci obvladajo osnovne elemente plesa, poizkusijo odplesati korake tudi v paru. Dodamo obrate pod roko in ostale poljubne elemente. Ko so otroci dovolj samozavestni, oblikujemo vrsto. Poleg sebe ima vsak svojega soseda. Vsakič gre pred vrsto en par in zapleše kratko rock'n'roll kombinacijo. Publika med nastopom izvaja osnovni korak, ploska v ritmu in s tem spodbuja nastopajoči par.

Tabela 5

Zapis koreografije na pesem Rock'n'roll za zmerej izvajalcev skupine Čuki

KORAKI	
1–8	Osnovni korak (brcanje z D in L nogo)
1–8	Ena oseba obrat pod roko
1–8	Druga oseba obrat pod roko
1–8	Osnovni korak (brcanje z D in L nogo)
1–8	Obe osebi obrat pod obema rokama
1–4	Ena oseba počepne,
5–8	druga pelje nogo preko tistega, ki čepi, in izvede obrat.
1–4	Druga oseba počepne,
5–8	prva pelje nogo preko tistega, ki čepi, in izvede obrat.



Slika 16. Plesanje koreografije Rock'n'roll za zmerej (osebni arhiv).

3.4.3 ZAKLJUČEK

Ker so otroci postali pravi plesni mojstri, jim na koncu podelimo plesno pobarvanko, na kateri je narisana račka, pod njo pa angleški zapis za besedo plešoča račka – dancing duck. Otrokom prevedemo zapis in povemo, da je zabeležen v angleškem jeziku. Otroci nato besedno zvezo izgovorijo na glas. Otroke nagovorimo, da se

doma pogovorijo, kdo so najljubši športniki njihovih staršev oziroma kateri šport najraje spremljajo. Skupaj s starši narišejo zvezdo in na sprednjo stran zvezde napišejo ime in priimek najljubšega športnika/ce, na hrbtno stran pa narišejo kateri koli element športa, s katerim se ukvarja izbrani športnik/ca.

Na tovrstnih urah otroke navajamo na javno nastopanje, kako se publiki predstavimo, poklonimo. Poleg tega jih naučimo, kako se vzorno spremlja nastop – v tišini, spoštljivo in spodbujanjem nastopajočih s ploskanjem. Poleg tega spoznajo tudi nekatere uspešne slovenske športnike/ce in plesalke/ce. Na koncu se naučijo, kako se po angleško izgovori beseda račka (duck) in kako plesoča račka (dancing duck).

Ko otroci obvladajo več koreografij, je nastop pred publiko lahko že zahtevnejši. Pari lahko sestavijo tudi lastno koreografijo in se z njo predstavijo. Vsak par se predstavi posebej, ostali predstavljajo publiko, ki za plesoči par navija in ga spodbuja. Vzgojiteljica vsak par napove, publika zaploska, par se predstavi, odpleše koreografijo in ob vzklikih publike odide s plesišča. Priložnost za nastop damo vsakemu paru.

Uro lahko izvedemo tudi tako, da so na srčkih narisani:

- živalski pari (medved in medvedka, maček in mačka, racman in raca, bik in krava, lisjak in lisica, lev in levinja ...),
- številke ali različne kombinacije števil (1 in 2, 3 in 4, 5 in 6 ... ali $1 + 2 = 3$, $2 + 2 = 4$... ali soda in liha števila ...),
- nasprotni pari iz vsakodnevnih situacij (dan in noč, jutro in večer, sonce in luna, fant in punca, sladkor in sol ...),
- sadje in zelenjava (jabolko in rdeča pesa, hruška in paradižnik, banana in korenje ...). Lahko povezujemo posebej sadje in posebej zelenjavo (hruška in jabolko, paradižnik in čebula ...), lahko pa otroci iščejo sebi nasproten par (limona in paprika).

Otroci morajo odkriti pravo rešitev, najti svoj del para in zaplesati.

3.5 POTOVANJE S ČASOVNIM STROJEM

3.5.1 UVOD

Z otroki najprej razčlenimo pojme: včeraj – preteklost/zgodovina, danes – sedanjost, jutri – prihodnost. Navedemo nekaj primerov, kaj se je otrokom zgodilo včeraj, kaj se jim je/bo zgodilo danes in kaj jih čaka jutri. Povemo jim, da bomo na tej uri skozi čas potovali s časovnim strojem in tako lahko spoznali zgodovino plesa – kako so ljudje plesali včasih pa vse do današnjega dne. Na potovanju bomo spoznali različne pokrajine sveta, plese ter tudi nekatere plesne in glasbene zvezde. Najprej jim pokažemo, kako deluje časovni stroj, ki nas bo popeljal nazaj v čas in nato odrinemo. Najbolje je, da si otroci sami izdelajo svoj časovni stroj in potujejo z njim. Otroci lahko tudi skupaj z vzgojiteljico izdelajo časovni stroj, s katerim bodo lahko potovali vsi.



Slika 18. Primer časovnega stroja (osebni arhiv).

3.5.2 GLAVNI DEL

Izdelamo potovalni načrt, ki vsebuje slikovni zapis različnih časovnih obdobj in prikazujejo značilnosti tistega časa.



Slika 19. Potovanje skozi čas s časovnim strojem (osebni arhiv).

JAMSKI ČLOVEK – Zaplešemo obredni ples okrog ognja, ki je predstavljal veselje ljudi ob pomembnih dogodkih, kot so dober ulov, rojstvo otroka, čaščenje bogov.

Tabela 6

Zapis koreografije na pesem Ljudožerci

	BESEDILO	KORAKI
1–32	Instrumental	Na ogenj pristavimo kotel.
1–4	Lovca so ujeli, v kotel z njim,	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
5–8	lovska juha z njim še boljša bo.	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
1–4	Malo zelenjave in začimb,	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
5–8	vsi neznansko lačni smo.	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
1–4	Daj, daj, daj!	Z rokama pokažemo “daj, daj, daj”.
5–8	Začimbe, poper, sol.	V kotel stresemo poper in sol.
1–4	Daj, daj, daj!	Z rokama pokažemo “daj, daj, daj”.
5–8	Premešaj ga še bolj.	Premešamo vsebino kotla.
1–4	Daj, daj, daj!	Z rokama pokažemo “daj, daj, daj”.
5–8	Začimbe poper sol.	V kotel stresemo poper in sol.
1–4	Daj, daj, daj!	Z rokama pokažemo “daj, daj, daj”.
5–8	Začimbe poper sol.	V kotel stresemo poper in sol.

1–16	Instrumental	Sklenemo roke in izvajamo prisunske korake.
1–4	Lovec je v kotlu, kuha se,	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
5–8	ogelj je ugasnil, kaj bo to?	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
1–4	Lovec se nasmiha, saj že	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
5–8	ve, iz kosila nič ne bo.	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
	REFREN	
1–32	Instrumental	Sklenemo roke in izvajamo prisunske korake.
1–4	Lovec je v kotlu, kuha se,	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
5–8	ogelj je ugasnil, kaj bo to?	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
1–4	Lovec se nasmiha, saj že	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
5–8	ve, iz kosila nič ne bo.	Dvojni koraki naprej v krogu (izmenično obe nogi)
	REFREN	

SREDNJEVEŠKI GRAD – V gradu se v veliki razkošni dvorani odvija gala plesni večer v elegantnih oblekah. Zaplešemo poenostavljeno različico druge slike četvorke (ETE). Z otroki oblikujemo krog in se držimo za roke. Svojega partnerja ima vsak ob sebi.

Tabela 7

Zapis koreografije na drugo Četvorke Ete

KORAKI (ponovimo dvakrat)	
2–8	Stojimo na mestu v krogu, držimo se za roke.
1–8	Hodimo naprej po prstih proti središču kroga.
1–8	Se poklonimo.
1–8	Hodimo nazaj.
1–8	Vsi pari se obrnejo drug proti drugemu in se primejo za roki.
2–8	Vrtenje vseh parov na mestu in začetna postavitev

ROCK'N'ROLL ZA ZMEREJ – Otroke povprašamo, če poznajo katero koli glasbeno ikono iz tega obdobja (zagotovo so že slišali za Elvisa Presleya). Ob glasbi Rock'n'roll za zmerej odplešemo kratko Rock'n'roll kombinacijo v parih.

Tabela 8

Zapis koreografije na pesem ROCK'N'ROLL ZA ZMEREJ izvajalcev skupine Čuki

KORAKI

1–8	Osnovni korak (brcanje z D in L nogo)
1–8	Prva oseba obrat pod roko
1–8	Druga oseba obrat pod roko
1–8	Osnovni korak (brcanje z D in L nogo)
1–8	Obe osebi obrat pod obema rokama
1–4	Ena oseba počepne,
5–8	druga pelje nogo preko tistega, ki čepi, in izvede obrat.
1–4	Druga oseba počepne,
5–8	prva pelje nogo preko tistega, ki čepi, in izvede obrat.

SULTANOVO POVABILO – V svoje sobane nas je povabil sultan in ob prihodu nam trebušne plesalke, ki so zakrite v tančico, zaplešejo dobrodošlico. Ob glasbi Sidi Monsur ali kateri koli drugi primerni pesmi poljubno oponašamo trebušne plesalke.



Slika 20. Oponašanje plesa trebušnih plesalk (osebni arhiv).

HIPIDI HOP – Znajdemo se na ulicah New Yorka, kjer tolpe hiphopajo in s tem dokazujejo svojo moč.

Tabela 9

Kratka hip hop kombinacija je lahko zaplesana ob kateri koli primerni hip hop glasbi

KORAKI (ponovimo vsaj dvakrat)	
1–2	Korak v D stran in dotik + plosk
3–4	Korak v L stran in dotik + plosk
5–6	Korak v D stran in dotik + plosk
7–8	Korak v L stran in dotik + plosk
1–8	Roki pred seboj prekrizamo in kimamo z glavo.
1–8	Hoja naprej in tleskanje s prsti D roke
1–8	Uležemo se na hrbet in se na njem zavrtimo.
1–8	Ustavimo se na boku, glavo naslonimo na roko.
1–8	Vstanemo in se vrnemo na začetni položaj.

ODŠTEKANO, NORO, ODBITO – Pripadniki te zvrsti nosijo usnjena oblačila, imajo lase pobarvane z živimi barvami ali pa so njihovi lasje zelo dolgi in jim pomagajo pri plesanju na tako glasbo. Skačemo ob zvokih Nirvane, se »razmetavamo«, igramo kitaro in opletamo z lasmi – glavo.

WAKA WAKA – Ustavimo se tudi na velikem štadionu v Afriki, kjer se odvija svetovno prvenstvo v nogometu. Ponosno dvignemo slovensko zastavo, glasno navijamo za slovensko nogometno reprezentanco in z navijači s celega sveta zaplešemo ob himni letošnjega prvenstva.



Slika 21. Plesanje okrog slovenske zastave (osebni arhiv).

Tabela 10

Zapis koreografije na pesem Waka waka izvajalke Shakire

BESEDILO		KORAKI
		Tresemo dlani in dvignemo roki.
4 x 8	Instrumental	Pometamo z rokama zgoraj 4 x in spodaj 4 x.
1–8	U'r a good soldier, choosing u'r battle,	Poberemo zastavo in
1–4	pick yourself up and dust yourself off	jo dvignemo visoko v zrak.
5–8	and back in the saddle.	Plapolamo z zastavo gor in dol.
1–8	U'r on d frontline, everyone's watching,	Plapolamo z zastavo gor in dol.
1–4	u know it's serious, we're getting closer,	Plapolamo z zastavo gor in dol.
5–8	this isn't over.	Plapolamo z zastavo gor in dol.
1–8	The pressure is on you, feel it,	Skačemo z zastavo visoko v zraku.
1–8	but you've got it all. Believe it.	Zastavo položimo na tla.
1–4	When you fall, get up, oh oh ...	Ploskamo v krogu v eno smer.
5–8	And if you fall, get up, oh oh ...	Ploskamo v krogu v eno smer.
1–4	Tsamina mina Zangalewa,	Ploskamo v krogu v drugo smer.
5–8	cuz this is Africa.	Ploskamo v krogu v drugo smer.
1–4	Tsamina mina, eh eh,	Sklenjeni dlani (molimo) D, L, D, L
5–8	Waka Waka, eh eh,	Plosk 4 x
1–4	Tsamina mina zangalewa,	Sklenjeni dlani (molimo) D, L, D, L
5–8	this time for Africa.	Plosk 4 x
4 x 8	Instrumental	Pometamo z rokama zgoraj 4 x in spodaj 4 x.
1–8	Listen to your god, this is our motto.	Poberemo zastavo in
1–4	Your time to shine, don't wait in line.	jo dvignemo visoko v zrak.
5–8	Y vamos por Todo.	Plapolamo z zastavo gor in dol.
1–8	People are raising their expectations.	Plapolamo z zastavo gor in dol.
1–4	Go on and feed 'em, this is u'r moment.	Plapolamo z zastavo gor in dol.
5–8	No hesitations.	Plapolamo z zastavo gor in dol.
1–8	Today's your day, I feel it.	Skačemo z zastavo visoko v zraku.
1–8	You paved the way, believe it.	Zastavo položimo na tla.

1–4	If you get down, get up, oh oh ...	Ploskamo v krogu v eno smer.
5–8	When you get down, get up, eh eh ...	Ploskamo v krogu v eno smer.
1–4	Tsamina mina zangalewa anawa, aa,	Ploskamo v krogu v drugo smer.
5–8	this time for Africa.	Ploskamo v krogu v drugo smer.
	REFREN	
1–8	Bigy big mama,	Dlani pred zadnjico in migamo.
1–8	bigy big mama from east to west.	Dlani pred zadnjico in migamo.
1–8	Waka waka ma ee, Waka waka ma ee.	Dlani pred zadnjico in migamo.
1–8	This is Africa.	Dlani pred zadnjico in migamo.
4 x 8	Instrumental	Roki polkrožno pred telo in sklenemo dlani.
	REFREN	
1–8	Jungle ee, jungle ee,	Pometamo z rokama zgoraj in spodaj.
1–8	Tsamina mina zangalewa Anawa aa,	Pometamo z rokama zgoraj in spodaj.
1–8	jungle ee, jungle ee,	Pometamo z rokama zgoraj in spodaj.
1–8	Tsamina mina zangalewa Anawa aa.	Pometamo z rokama zgoraj in spodaj.
1–8	This time for Africa.	Roki polkrožno pred telo, sklenemo dlani.
1–8	This time for Africa.	Roki polkrožno pred telo sklenemo dlani.
1–8	We're all Africa.	Roki polkrožno pred telo sklenemo dlani.
1–8	We're all Africa.	Roki polkrožno pred telo, sklenemo dlani.

Zadnja postaja našega potovanja s časovnim strojem je ponovno naš vrtec.



Slika 22. Potovanje nazaj v vrtec (osebni arhiv).

3.5.3 ZAKLJUČEK

Otroke povprašamo, kateri ples jim je bil najbolj všeč, katero obdobje si bodo najbolj zapomnili in katero glasbo sicer poslušajo. Ker so postali pravi plesni mojstri, jim na koncu podelimo plesno medaljo v obliki pobarvanke, ki jo po uri pobarvajo. Na medalji je zapisano I LOVE TO DANCE. Otrokom prevedemo, kaj to pomeni in povemo, da je zapis v angleškem jeziku. Otroci glasno ponovijo stavek za nami, nato vsak prejme svojo medaljo.



Slika 23. Podeljevanje plesnih medalj (osebni arhiv).

Uro lahko uporabimo za spoznavanje otrok z različnimi plesnimi temami, na primer:

- spoznavanje latinsko-ameriških plesov (samba, cha cha cha, rumba, paso doble, jive) – potujemo po državah, iz katerih plesi izhajajo, spoznamo, kaj plesi predstavljajo in zplešemo ob zvokih glasbe, ki je tipična za te plese;
- spoznavanje standardnih plesov (angleški in dunajski valček, quickstep, slowfox in tango) – potujemo po državah, iz katerih plesi izhajajo, spoznamo, kaj plesi predstavljajo in zplešemo ob zvokih glasbe, ki je tipična za te plese;
- spoznavanje slovenskih ljudskih plesov (Ob bistrem potoku je mlin, Zibenšrit, Kovtre šivat ...) – potujemo po slovenskih pokrajinah in spoznavamo ljudske plese;
- spoznavanje različnih družabnih in zabavnih plesov (foxtrot, mambo, salsa, račke, rašpla, macarena, limbo ...).

4 SKLEP

Potreba po gibanju je poleg igre otrokova primarna potreba. In kadar gibanje povežemo z glasbo, temu pravimo ples. Otroci skozi ples spoznavajo svoje telo, nahranijo svojo željo po izražanju in ustvarjanju. In ples, tako kot tudi gibanje, pripomore k celostnemu razvoju umskih, čustvenih, duhovnih, telesnih in estetskih dimenzij posameznika. Še posebej pomembno vlogo ima gibanje v prvih letih otrokovega življenja, zato mora biti le to ne samo spontano, ampak tudi vodeno s strani staršev, prijateljev, znancev in/ali strokovnih delavcev. Navadno se s strokovno vodenimi urami športne vzgoje otroci prvič srečajo v vrtcu, kasneje pa v osnovni ter srednji šoli. V predšolskem obdobju je to področje dejavnosti v Kurikulumu za vrtce opredeljeno kot *gibanje* in med mnogimi cilji tega področja dejavnosti so tudi: usvajanje osnovnih elementov ljudskega in družabnega plesa, povezovanje gibanja z elementi časa, ritma in prostora, spodbujanje ustvarjalnega izražanja s telesom in gibanjem ... Eden izmed ciljev področja *gibanja* je tudi navajanje otrok na aktivno preživljanje prostega časa, in ker je ples v svojih različnih pojavnih oblikah primeren za vsako starostno obdobje, se lahko posameznik s tovrstno obliko rekreacije ukvarja celo življenje.

Današnji način življenja zahteva vse večjo zaposlenost staršev in manj časa preživetega s svojo družino. Otroci tako v vrtcih preživijo čedalje več časa. Zato je pomembno, da je vzgoja v vrtcu kakovostna, raznolika in bogata. Vzgojitelji/ce z otroki preživijo veliko časa in pomembno je, da ta čas izkoristijo v največji možni meri in otroku ponudijo paleto različnih izkušenj, ki jih bodo nesli s seboj skozi življenje.

Naša želja je, da bi vzgojitelji/ce posegle po našem programu in plesno-gibalni vzgoji v vrtcih namenile več časa. Program naj bi vzgojiteljem služil kot pomoč pri načrtovanju in izpeljavi plesno-gibalnih aktivnosti. Velikokrat se namreč pojavi problem pomanjkljivega plesnega znanja in kot posledica zanemarjanje plesne vzgoje predšolskih otrok. Večina otrok rada pleše in se izraža z gibanjem ob glasbi. To gibanje pa je lahko spontano ali vnaprej določeno. Otroci bi morali imeti priložnost spoznati oboje, saj jim bomo le tako omogočili uporabiti svojo domišljijo in izraziti notranje počutje skozi ples.

Pri plesni vzgoji otrok je potrebno posebno pozornost nameniti izbiri glasbe. Ta mora biti raznolika, ritmična in tudi "v koraku s časom", ne da otroci celo svoje predšolsko obdobje pojejo in rajajo ob istih, monotoni otroških pesmih, ki so jih v svojih otroških letih poslušale že njihovi vzgojitelji. Prav tako morajo biti plesne urice zanimive in dopolnjene z uporabo najrazličnejših pripomočkov in pomagal. Ker pa vemo, da je pestra izbira pripomočkov in pomagal v naših vrtcih prej posebnost kot pravilo, smo urice zasnovali z uporabo improviziranih pripomočkov. Otroci naj bi pri izdelavi teh pripomočkov aktivno sodelovali ter tako razvijali tudi svojo ustvarjalnost. Čeprav Kurikulum za vrtce opredeljuje področje *gibanja*, pa imajo vzgojitelji/ce veliko stopnjo avtonomije, tako da se za program odločijo na podlagi lastnih izkušenj, poznavanja otrok in njihovih sposobnosti, želja ter možnosti, ki jih ponuja okolica. Tako velikokrat ostane plesno področje nedotaknjeno, s tem pa so otroci prikrajšani za čudovit občutek, ko ob njihovi najljubši glasbi uporabijo svoje lastno telo kot inštrument za izražanje trenutnega notranjega počutja.



Slika 24. Otroci Vrtca pri OŠ Predoslje (osebni arhiv).

5 VIRI

Kurikulum za vrtce: Predšolska vzgoja v vrtcih. (2009). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport in Zavod republike Slovenije za šolstvo.

Gjud, A. in Kroflič, B. (1992). *Gibanje postaja ples.* Radovljica: Didakta Radovljica.

Karpljuk, D., Videmšek, M., Plestenjak, M., Zavrl, N., Benčan, Ž. in Flisek, M. (2000). *Igrala in športni pripomočki pri nas.* Ljubljana: OKS – ŽŠŽ, Odbor športa za vse.

Krek, J., Hodnik Čadež, T., Vogrinc, J., Sicherl Kafol, B., Devjak, T. in Štemberger, V. (2008). *Učitelj v vlogi raziskovalca: akcijsko raziskovanje na področjih medpredmetnega povezovanja in vzgojne zasnove v javni šoli.* Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.

Kroflič, B. (1984). *Plesna vzgoja predšolskih otrok: razčlenitev vzgojnega dela in gibalnih dejavnosti otrok: osnove plesne vzgoje za otroke do tretjega leta starosti.* Ljubljana: Univerzum.

Marjanovič Umek, L. in Zupančič, M. (2006). *Psihologija otroške igre.* Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.

Neubauer, H. (2004). *Učni načrt. Izbirni predmet: program osnovnošolskega izobraževanja. Plesne dejavnosti: ples, ljudski plesi, starinski in družabni plesi.* Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport: Zavod RS za šolstvo.

Sachs, C. (1997). *Svetovna zgodovina plesa.* Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.

Škof, B. in Kovač, M. (2002). Razvojne smernice športne vzgoje. V *Estetika – posebna kategorija pri ocenjevanju plesnega nastopa tudi v šoli* (str. 160). Nova Gorica: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.

Veber, K. (2009). *Plesna dramatizacija in vzgojno delo v vrtcu*. Diplomsko delo, Maribor: Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta.

Videmšek, M. in Visinski, M. (2001). *Športne dejavnosti predšolskih otrok*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M. in Jovan, N. (2002). *Čarobni svet igral in športnih pripomočkov*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M., Berdajs, P. in Karpljuk, D. (2003). *Mali športnik*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M. in Pišot, R. (2007). *Šport za najmlajše*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Ward Platt, M. (2010). *Moj čudežni otrok*. Ljubljana: Mladinska knjiga Založba d.d.

Zagorc, M. (1995). *Ples – ustvarjanje z ritmom*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Zagorc, M. (1997). *Ples – ustvarjanje z gibom*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport

Zagorc, M. (2006). *Ples – ustvarjanje z gibom in ritmom*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Zagorc, M. (2006). *Ples v sodobni šoli – prvo triletje I*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Zagorc, M. (2008). *Ustvarjalno gibalna improvizacija*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

6 PRILOGE

Priloga 1: Soglasja staršev

Priloga 2: DVD s prikazom plesno-gibalnih uric

Priloga 3: Glasbena zgoščenska

Priloga 1: Soglasja staršev



Spoštovani starši!

V Uradnem listu RS št. 80/04 z dne 23.7.2004 je bil objavljen *Pravilnik o zbiranju in varstvu osebnih podatkov na področju predšolske vzgoje*, ki v 16. členu določa sledeče:

Če vrtec izvaja dejavnosti, ki presegajo programe za predšolske otroke in za njihovo izvajanje potrebuje tudi druge osebne podatke o otrocih in starših, ki jih zakon ne določa, jih lahko za doseg teht namenov zbira na podlagi pisne privolitve staršev. Iz pisne privolitve staršev mora izhajati namen podatkov in še posebej namen njihove uporabe ter čas shranjevanja podatkov. S temi podatki vrtec ravna v skladu z zakonom, ki ureja varstvo podatkov in tem pravilnikom.

Za osebne podatke, za katere se starši otrok strinjajo, da so javno dostopni, ker po naravi, vsebini ali namenu ne posegajo v zasebnost posameznika (npr. razstave izdelkov otrok, skupinski posnetki otrok na fotografijah, videoposnetki, zvočni ali filmski posnetki javnih nastopov otrok na prireditvah) vrtec pridobi pisno soglasje staršev za celo šolsko leto. Iz soglasja mora biti razvidno, za kakšne fotografije, snemanja in intervjuje gre, na kakšen način oziroma za kakšne namene se bodo le-ti uporabljali in koliko časa se bodo shranjevali.

Ker bomo v Vrtcu pri OŠ Predoslje izvajali tudi dejavnost, ki presega obvezni program (izvedba, snemanje in fotografiranje uric plesne vzgoje za potrebe izdelave in predstavitve diplomskega dela študentke Fakultete za šport), vas prosimo, da izpolnite in podpišete izjavo, s katero dovoljuate Vrtcu pri OŠ Predoslje in študentki Mojci Brenkuš fotografiranje, snemanje in objavlanje posnetkov v diplomskem delu z

naslovom *MOŽNOSTI MEDPREDMETNEGA POVEZOVANJA V OKVIRU PLESNIH DEJAVNOSTI ZA PREDŠOLSKE OTROKE*, ter uporabo podatkov (ime, priimek in starost otroka), s katerimi se opremijo risbice in razni otrokovi ročno izdelani predmeti. Podatki bodo uporabljeni za potrebe diplome in za morebitne potrebe vrtca.

Organizacijsko pedagoški vodja vrtca:

Branka Perne

Ravnatelj:

Tomaž Balderman



IZJAVA

Podpisani-a _____ Vrtcu pri OŠ Predoslje in študentki Fakultete za šport Mojci Brenkuš, v skladu s 16. členom *Pravilnika o zbiranju osebnih podatkov na področju predšolske vzgoje*, dovoljujem fotografiranje, snemanje in objavljane posnetkov mojega otroka _____ za potrebe izdelave in predstavitve diplomskega dela z naslovom *MOŽNOSTI MEDPREDMETNEGA POVEZOVANJA V OKVIRU PLESNIH DEJAVNOSTI ZA PREDŠOLSKE OTROKE*. S fotografijami, posnetki in izdelki otrok lahko Vrtec pri OŠ Predoslje in Mojca Brenkuš razpolagata do nadaljnjega, za potrebe izdelave in predstavitve diplomskega dela in za morebitne potrebe vrtca.

Izjava velja do preklica, oziroma do izpisa otroka iz vrtca.

Kraj in datum:

Podpis staršev:

Priloga 2: DVD s prikazom plesno-gibalnih uric

1. Rojstnodnevna zabava
2. Plesno prometni predpisi
3. En, dva, tri, pospravimo vse smeti
4. Zvezde plešejo
5. Potovanje s časovnim strojem
6. Galerija slik

Izdelano izključno za namene diplomskega dela. Primerno le za interno uporabo.

Priloga 3: Glasbena zgoščanka

1. Romana Krajncan – Avto
2. Romana Krajncan – Miško razgrajač
3. Otroške pesmi – Z avtobusom k teti
4. Turbo Angels – Zabava
5. Grega in Facko – Semafor
6. Čuki – Ferrari polka
7. Claudia – Eko navihančki
8. Takfarinas – Zaama zaama
9. Otroške pesmi – Če si srečen
10. Otroške pesmi – Račke
11. Čuki – Rock'n'roll za zmerej
12. Zvočni efekt – Fanfare
13. Otroške pesmi – Ljudožerci
14. Druga slika četvorke – Ete
15. Sidi Mansour – Ya baba
16. ŠPF (2004-2005) – Hip hop (1. – 3. razred)
17. Nirvana – Smells like teen spirit
18. Shakira – Waka waka

Izdelano izključno za namene diplomskega dela. Primerno le za interno uporabo.