

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

# DIPLOMSKO DELO

MIJA VODENIK

Ljubljana 2012



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

**MOŽNOSTI POVEZOVANJA PODROČIJ GIBANJA IN  
ANGLEŠKEGA JEZIKA  
V PREDŠOLSKEM OBDOBJU**

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA:  
prof. dr. Mateja Videmšek  
RECENZENT:  
prof. dr. Jože Štihec  
KONZULTANT:  
prof. dr. Damir Karpljuk

Avtorica dela:  
MIJA VODENIK

Ljubljana 2012

## ZAHVALA

Iskreno se zahvaljujem mentorici prof. dr. Mateji Videmšek za možnost pisanja diplomskega dela na področju elementarne predšolske vzgoje. Zahvaljujem se ji tudi za vso pomoč in nasvete pri nastajanju diplomskega dela.

Posebna zahvala gre mojemu možu Gregorju, za spodbudne besede in potrpežljivost, ki mi jih je izkazal tekom pisanja. Zahvaljujem se mu tudi za čas, ki ga je namesto mene namenil najini hčerki Veroniki. Hvala za vso ljubezen, ki mi jo izkazuje dan za dnem.

Hvala hčerki Veroniki, ker je moje malo sonce.

Na koncu še zahvala mojim dragim staršem. Hvala za vse, kar sta naredila zame, za čas in denar, ki sta ga vložila v moje šolanje. Iskrena hvala tudi za počitnice in dni, ki jih je Veronika lahko preživela pri njiju, ko sem pisala diplomsko delo.

**Ključne besede:** vrtec, predšolska športna vzgoja, angleški jezik, gibalne/športne dejavnosti

## **MOŽNOSTI POVEZOVANJA PODROČIJ GIBANJA IN ANGLEŠKEGA JEZIKA**

### **V PREDŠOLSKEM OBDOBJU**

**MIJA VODENIK**

**Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2012**

**Specialna športna vzgoja, Elementarna športna vzgoja**

**Število strani: 75, Število slik: 12, Število virov: 21**

## **IZVLEČEK**

Vloga predšolske športne vzgoje je zelo pomembna, saj ni njeno bistvo samo v zadovoljitvi otrokove potrebe po gibanju. Naloge, ki jih ima športna vzgoja, so daljnosežne: zajemajo tudi spoznavno, moralno in estetsko plat pedagoškega učinkovanja. Z ustrezno izbranimi programi, oblikami in metodami dela lahko v okviru športne vzgoje vplivamo tudi na razvoj in odnose med gibalnimi, spoznavnimi, čustvenimi in socialnimi komponentami otrokove osebnosti.

Namen diplomskega dela je predstaviti možnosti povezovanja področij gibanja in tujega jezika (angleščine) v predšolskem obdobju. Predstavljeni so primeri gibalnih/športnih dejavnosti z vključenimi različnimi angleškimi besedami in vzorci sporočanja, ki jih bodo otroci spoznavali znotraj določene gibalne/športne dejavnosti. Besede so, prav tako kot gibalne/športne dejavnosti, primerne otrokovi razvojni stopnji. Mnenja smo, da bodo praktični nasveti prijetna popestritev ter bodo predstavili drugačen pogled na učenje angleščine skozi gibanje.

**Key words:** kindergarten, pre-school physical education, English, physical/sports activities

## **DIFFERENT WAYS OF COMBINING ENGLISH LANGUAGE AND MOVEMENT IN PRE-SCHOOL EDUCATION**

**MIJA VODENIK**

**University of Ljubljana, Faculty of sports, 2012**

**Special physical education, Elementary physical education**

**Number of pages: 75, Number of pictures: 12, Number of sources: 21**

### **ABSTRACT**

The role of pre-school physical education is very important, because its essence is not only in satisfying children's needs for exercise. The function of physical education is far-reaching: it includes cognitive, moral and aesthetic side of teaching. In the context of physical education, we can influence, through selected programs, forms and methods on the development and the relationship between physical, cognitive, emotional and social components of the child's personality.

Purpose of this thesis is to present the possibilities and association of movement and foreign language (English) in the preschool period. We presented examples of physical/sports activities, incorporating a variety of English words and patterns of communication that children will learn through certain physical tasks and different games. Words are, just as physical/sports activities, appropriate for child's stage of development. We believe that these tasks and games will be a pleasant enrichment and will present a different view on learning English through movement.

# KAZALO

1 UVOD.....	8
1.1 ZGODNJE UČENJE TUJEGA JEZIKA .....	10
1.1.1 ZAKAJ UČENJE TUJEGA JEZIKA V PREDŠOLSKEM OBDOBJU .....	10
1.1.2 KDAJ UČENJE TUJEGA JEZIKA V PREDŠOLSKEM OBDOBJU.....	12
1.1.3 KAKO UČITI TUJ JEZIK V PREDŠOLSKEM OBDOBJU.....	13
1.2 CILJI.....	15
2 METODE DE LA .....	16
3 CELOLETNI PROGRAM GIBALNIH/ŠPORTNIH AKTIVNOSTI.....	17
3.1 OBLIKE IN VSEBINE CELOLETNEGA PROGRAMA .....	18
4 PRIMERI GIBALNIH/ŠPORTNIH DEJAVNOSTI V POVEZAVI Z UČENJEM ANGLEŠKEGA JEZIKA .....	24
4.1 KOMPLEKSI GIMNASTIČNIH VAJ.....	24
4.2 NARAVNE OBLIKE GIBANJA .....	30
4.3 OSNOVNE DEJAVNOSTI Z ŽOGO.....	39
4.4 GIBANJE S PRSTI, ROKAMI IN NOGAMI .....	49
4.5 ELEMENTARNE IGRE.....	55
4.6 PLESNE IGRE .....	59
4.7 SPROSTITVENE DEJAVNOSTI .....	61
4.8 DEJAVNOSTI IN IGRE V VODI .....	65
4.9 DEJAVNOSTI IN IGRE NA SNEGU .....	68
5 SKLEP .....	70
6 VIRI .....	74

# 1 UVOD

Načelo celovitega razvoja človeka, ki vključuje telesni, gibalni, spoznavni, čustveni in socialni razvoj, zavzema osrednje mesto na vseh stopnjah razvoja in šolanja. Prav predšolsko obdobje je tisto, v katerem se postavijo temelji za otrokov nadaljnji razvoj. V predšolskem obdobju se za naravni preplet različnih področij otrokovega razvoja največ uporablja otroška igra. Otrok tako skozi igro sočasno napreduje na več področjih razvoja.

Razvoj na enem področju vpliva na razvoj drugega področja ter obratno, zato morajo vzgojiteljice in vzgojitelji pri pripravi ter izvedbi programa upoštevati možnosti medpodročnega povezovanja hkrati pa stremeti k pestrosti ter strokovnosti. Poskušali bomo osvetliti prepletanje vsebin s področja gibanja z vsebinami s področja učenja angleščine. Z ustreznimi gibalnimi in športnimi dejavnostmi si otrok lahko razširja tudi znanja na drugih področjih. Prepletanje področij zahteva strokovno poznavanje otrokovega razvoja ter uporabo primernih programov, prilagojenih starostnemu obdobju.

V diplomskem delu smo poskušali predstaviti zamisli, kako v gibalne/športne dejavnosti predšolskega otroka vnesti pobudo za učenje angleščine. Za pravo jezikovno učenje je v vrtcu prezgodaj, ni pa prezgodaj za spoznavanje preprostih besed in vzorcev sporočanja. Med gibalne/športne dejavnosti, ki jih bomo v diplomskem delu obravnavali, sodijo kompleksi gimnastičnih vaj, naravne oblike gibanja, osnovne dejavnosti z žogo, gibanje s prsti, rokami in nogami, elementarne igre, plesne igre, sprostitvene dejavnosti, dejavnosti in igre v vodi ter dejavnosti in igre na snegu.

Naštete primere gibalnih/športnih dejavnosti je smiselno uporabljati za povezovanje z drugimi področji, torej v našem primeru s področjem tujega jezika (angleščine).



Namen diplomskega dela je predstaviti možnosti povezovanja področij gibanja in tujega jezika (angleščine) v predšolskem obdobju. Predstavljeni so primeri gibalnih/športnih dejavnosti z vključenimi različnimi angleškimi besedami in vzorci sporočanja, ki jih bodo otroci spoznavali znotraj določene gibalne dejavnosti. Besede so, prav tako kot gibalne/športne dejavnosti, primerne otrokovi razvojni stopnji. Mnenja smo, da bodo praktični nasveti prijetna popestritev ter bodo predstavili drugačen pogled na učenje angleščine skozi gibanje.

Pri raziskovanju in pisanju diplomskega dela smo si pomagali z domačimi in tujimi viri iz različnih medijev, predvsem pa smo uporabili lastne izkušnje pri delu s predšolskimi otroki. Pri pregledu obstoječe literature smo ugotovili, da je na eni strani področje našega zanimanja teoretično dobro raziskano, na drugi pa je praktičnih primerov le za vzorec. V diplomskem delu smo torej več pozornosti namenili primerom dobre prakse, pregled teorije pa smo strnili v uvodnih poglavjih. Izbor primerov podrobno opisanih gibalnih/športnih aktivnosti v povezavi z učenjem angleškega jezika ponuja vzgojiteljem in športnim pedagogom pri delu v vrtcu široko paleto idej, ki jih lahko uporabijo pri svojem vsakodnevem delu z otroci. S tega vidika lahko ocenimo, da ima diplomsko delo visoko uporabno vrednost v praksi.

## **1.1 ZGODNJE UČENJE TUJEGA JEZIKA**

Otrok se rodi z določeno dovzetnostjo, sprejemljivostjo, ki mu je prirojena v okolju, ki mu je, vsaj v njegovem zgodnjem razvojnem obdobju, že vnaprej določeno. V kolikšni meri se bodo njegove dispozicije v bodoče razvile, je odvisno od otrokove lastne aktivnosti in od okolja, ki nanj vpliva. Slednje je lahko glede izkušenj, ki mu jih ponuja, zelo bogato ali revno. Zavedati se moramo, da so prve vzpodbude, ki jih je otrok deležen, za njegov nadaljnji razvoj izjemno pomembne. Spodbudno okolje bo otroka motiviralo k razvoju, medtem ko lahko revno okolje z vidika izkušenj njegov razvoj celo zavira. Vsa področja razvoja (spoznavno, čustveno, socialno in gibalno) so med seboj tesno povezana ter se skozi otrokov razvoj prepletajo in dopolnjujejo. Spremembe in napredek na enem področju vplivajo na spremembe in napredek na vseh ostalih področjih otrokovega razvoja (Pišot in Planinšec, 2005).

Vsi, ki sodelujejo v vzgojno izobraževalnem procesu otrok, želijo, da bi se ti razvili v zdrave osebnosti, ki so v popolnosti razvile svoje potenciale. Znanje tujih jezikov je nedvomno eno tistih področij, ki je v modernem svetu izredno cenjeno in iskano. Mladi otroški možgani vpijajo informacije bistveno hitreje in z manjšim naporom kot možgani odraslega in v primeru, da pride do prenasičenosti, avtomatsko prenehajo sprejemati informacije. Da pa bi otroški možgani izkoristili ves svoj potencial, mora biti okolje spodbudno, polno priložnosti za učenje.

### **1.1.1 ZAKAJ UČENJE TUJEGA JEZIKA V PREDŠOLSKEM OBDOBJU**

Otrok najprej tvori glasove iz veselja do poslušanja, zato čudovito posnema ritem, intonacijo, naglas. Vse to velja tako za materni kot tuj jezik. Razlogi, ki govorijo v prid zgodnjemu začetku učenja tujega jezika, so fiziološki, psihološki, pedagoški, jezikovni in kulturni. Med njimi ni točno določenih meja, temveč izhajajo drug iz drugega in se dopolnjujejo (Gasser, 2001).

Pri fizioloških razlogih sta posebej navedena dva, zaradi katerih je učenje tujega jezika v predšolskem obdobju možno in tudi lažje. To sta velika funkcionalna plastičnost možganov ter prožnost govornih organov in sposobnost pridobivanja govora. Obstaja doba, kjer se je otrok sposoben naučiti več jezikov tako lahko, kot enega samega. Prav tako ima otrok v tej dobi skoraj neomejene fonetske zmožnosti. To se dogaja v prvem desetletju otrokovega življenja, nato ti dve sposobnosti začneta počasi upadati.

Kot psihološki razlog za zgodnje učenje tujega jezika je treba poudariti predvsem otrokovo izrazito potrebo po govorjenju, pa naj bo to v maternem ali tujem jeziku. Za otroka jezik ni učenje, ampak sredstvo, v katerem se lahko izživlja in v katerem lahko razvija govorne sposobnosti (Fistrovič in Kordaš, 1962). Omeniti je potrebno tudi otrokovo imitacijsko sposobnost (imitacija govora, dejanj, gibanja) in potrebo po ponavljanju besed in stavkov.

Sposobnost otrok za učenje tujega jezika v primeru ko so v svojem okolju izpostavljeni uporabi tega jezika, predstavlja jezikovni razlog. V dvojezičnem vrtcu vzgojiteljice poleg otrokovega maternega jezika za sporazumevanje uporabljajo še en tuj jezik. Če hoče otrok razumeti in zadostiti svoje potrebe, se mora naučiti določenih oblik govora. Vendar otroci tega ne razumejo kot prisilo oziroma učenje, ampak kot še en način sporazumevanja s sovrstniki in odraslimi.

Pomembni so tudi kulturni razlogi, kajti otrok z znanjem še enega jezika poleg materinščine pridobi na splošni kulturni razgledanosti. Otrok tako postane strpen in tudi bolj dojemljiv za druge in drugačne kulture. V današnjem času je to še posebej pomembna vrednota.

Mnogi se bojijo, da bo učenje tujega jezika v zgodnjem obdobju povzročilo zmanjšanje sposobnosti za učenje materinščine. To bi se lahko zgodilo in sicer, če bi od otrok zahtevali tudi branje in pisanje v tujem jeziku. Učenje, o kakršnem govorimo, pa sloni na otrokovem poslušanju in njegovem posnemanju ter izgovorjavi različnih besed in enostavnih besednih zvez. Branja in pisanja v tujem jeziku se ne zahteva, dokler otrok tega ne obvlada v materinščini.

### **1.1.2 KDAJ UČENJE TUJEGA JEZIKA V PREDŠOLSKEM OBDOBJU**

Vprašanje o tem, pri kateri starosti naj se otroci začnejo učiti tujega jezika, ima različne odgovore. Še vedno se namreč pojavljajo dileme, ali ima morda zgodnje učenje tujega jezika negativen vpliv na usvajanje materinščine. Ti pomisleki so že bili zavrženi, saj so številne psihološke raziskave pokazale, da pomeni zgodnje učenje tujega jezika prednost v razvoju in kasnejšem izobraževanju. Raziskave potrjujejo, da zgodnje učenje tujega jezika pozitivno vpliva na otrokov govorni, spoznavni, osebni razvoj in uspešnost v šoli. Hkrati raziskave tudi zanikajo prepričanje, da usvajanje tujega jezika moti učenje materinščine.

Na tem mestu je bolj pomembno vprašanje, ali obstaja kritično obdobje za učenje tujega jezika. Če obstaja, nas zanima, katero obdobje je to. O kritičnem obdobju govorimo takrat, kadar lahko določimo starost, pri kateri je usvajanje tujega jezika hitrejše in lažje ter od otroka zahteva manj napora.

Dejstvo je, da se otrokov govor najbolj intenzivno razvija v obdobju dojenčka in malčka (od rojstva do treh let) ter v obdobju zgodnjega otroštva (od treh do šestih let). Otrok za razvoj govora potrebuje predvsem pravo okolje, kjer ima možnost slišati in uporabiti govor v različnih okoliščinah. Dvojezični vrtec vsekakor ustvarja tako okolje.

Psihologi menijo, da je starost od četrtega do osmega leta primerno obdobje za učenje tujega jezika, predvsem za t.i. imitacijsko učenje, kjer je poudarek na govorjenju in izgovorjavi. Kasneje je glasovni sistem materinščine vedno močnejši in lahko ovira izgovorjavo v drugem jeziku (Videmšek, Drašler in Pišot, 2003). Tudi Fistrovič in Kordaš (1962) sta ugotovili, da je najboljša doba za začetek neprekinjenega učenja tujega jezika med četrtem in osmim letom in da najintenzivnejši napredek lahko pričakujemo v osmem, devetem in desetem letu starosti. Nekateri drugi znanstveniki govorijo o kritičnem obdobju za učenje tujega jezika med drugim in trinajstim letom.

Večina raziskav torej govori v prid učenju tujega jezika v predšolskem obdobju. Takrat naj bi se ga otroci naučili brez večjih težav. Glede na to, da učenje tujega jezika ne ovira otroka pri učenju materinščine, je smiselno začeti čim prej. Naše izkušnje kažejo, da se otrok angleščine nauči hitreje, če ji je izpostavljen od vstopa v vrtec naprej.

### **1.1.3 KAKO UČITI TUJ JEZIK V PREDŠOLSKEM OBDOBJU**

Otrok je v svoji najzgodnejši dobi izredno dojemljiv in prilagodljiv, upoštevati pa moramo to, da je zaradi tega tudi ranljiv. Pri poučevanju moramo biti zato zelo pozorni, da podajanje snovi poskušamo prilagoditi osebnosti otroka in ga hkrati tudi ustrezno motivirati. Naravno vedoželjnost otroka moramo spodbujati in v njem zbuditi zanimanje za tuj jezik.

Poleg dileme o kritičnem obdobju za začetek učenja tujega jezika obstaja odprto tudi vprašanje o tem, katere so primerne metode in oblike poučevanja tujega jezika v predšolskem obdobju. Te metode morajo temeljiti predvsem na poznavanju otrokovega razvoja in učenja v zgodnjem otroštvu. Otroku je treba omogočiti, da sliši in uporabi govor v različnih položajih in mu omogočiti pogovarjanje z vzgojitelji in sovrstniki. Da bi otroke ustrezno motivirali, je treba izbirati vsebine, ki so za njih zanimive. Zgodnje učenje tujega jezika naj bo tesno povezano z igro, zlasti imitacijsko.

Simbolne dejavnosti so še posebej zanimive za vzgojiteljice in vzgojitelje v zgodnjem predšolskem obdobju, saj pomenijo zlivanje edinstvenih osebnih izkušenj in osebnosti posameznika (Davies, 2003). Tudi pri predšolski športni vzgoji ima simbolna igra (domišljajska igra, igra »kot da«, igra vlog) zelo velik pomen. Dostikrat se otroci pretvarjajo, da so določene živali, prevozna sredstva,... in nato oponašajo določeno gibanje ter s tem zadostijo posamezne cilje vadbene enote. Ta igra naj bo do neke mere vodena in nadzorovana, da pa bodo otroci v njej uživali, moramo pustiti domišljiji prosto pot.

Preko igre, v katero so vključeni različni gibalni elementi, se lahko otroci pri športni vzgoji naučijo veliko besed in besednih zvez katerega koli tujega jezika. Športni pedagog mora izbrati vsebine ter področja, ki so otrokom blizu in se pojavljajo v njegovem okolju – barve, števila, hrana, pijača, živali, vreme,... Učenje naj bo postopno, pri čemer naj na začetku prevladuje materni jezik. Ko otroci dojamejo, razumejo in sprejemajo tuj jezik, je lahko vedno več aktivnosti in iger v celoti vodenih v tujem jeziku.

V nadaljevanju je predstavljen primer celoletnega programa izvajanja predšolske športne vzgoje s poudarkom učenja na angleških besedah in vzorcih sporočanja. Podrobno so predstavljene tudi gibalne/športne aktivnosti ter igre. V vrtcu jih lahko uporabljajo vzgojiteljice in vzgojitelji ter športni pedagogi, ne glede na to, ali bodo poučevali prvine angleškega jezika ali ne, saj lahko z uporabo različic osnovnih aktivnosti dosežemo različne cilje.

## **1.2 CILJI**

Glede na predmet in problem diplomskega dela, so bili naši cilji naslednji:

- Predstaviti možnosti povezovanja področij gibanja in angleškega jezika v predšolskem obdobju.
- Predstaviti program, ki temelji na vključevanju različnih besed in preprostih vzorcev sporočanja v gibalne/športne dejavnosti predšolskega otroka.

## **2 METODE DELA**

Diplomsko delo je monografskega tipa in temelji predvsem na lastnih izkušnjah pridobljenih z delom v dvojezičnem vrtcu. Uporabljena je bila deskriptivna metoda dela, pri čemer smo se oprli tako na domačo kot tujo literaturo.

Najprej je predstavljen teoretični okvir poučevanja tujega jezika v zgodnjem obdobju, nato pa naveden primer celoletnega načrta dela pri predšolski vzgoji. Podrobno je opisano večje število gibalnih/športnih dejavnosti, ki jih lahko v vrtcu uporabimo za pomoč pri učenju angleškega jezika.



### **3 CELOLETNI PROGRAM GIBALNIH/ŠPORTNIH AKTIVNOSTI**

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 izkušnje, ki jim prinašajo veselje in zadovoljstvo (Kurikulum za vrtce, 1999).

V nadaljevanju je predstavljen primer dela letnega načrta, ki zajema oblike in vsebine za področje gibalnih/športnih dejavnosti. Oblike in vsebine so razdeljene na posamezna dvomesečna obdobja, kar dopušča učitelju dovolj maneverskega prostora, da športne dejavnosti in aktivnosti razporedi glede na razmere in zunanje dejavnike (vreme, bolezni, počitnice,...). Pri načrtovanju športnih dni moramo biti pozorni na vremensko napoved ter morebitno odsotnost otrok zaradi bolezni, dopustov ali drugih objektivnih razlogov.

V programu so navedena obdobja, v katerih naj bi se posamezne gibalne/športne dejavnosti odvijale, opredeljene so oblike dela, določeno pa je tudi število ur v posameznem obdobju. Dvomesečno obdobje vsebuje 16 vadbenih enot po eno šolsko uro. To pomeni da se aktivnosti navadno izvajajo dvakrat na teden, do izjem prihaja ko je v načrtu športni dan, ali pa smučanje oziroma plavanje. Takrat se število vadbenih enot temu primerno prilagodi. Opisane so tudi praktične vsebine ter besede in vzorci sporočanja, ki se jih otroci skozi praktične vsebine lahko naučijo.

Program je sestavljen tako, da uresničuje vse globalne in druge cilje, ki so opisani v Kurikulumu za vrtce. Čeprav uradno za večino zasebnih, še posebej dvojezičnih vrtcev Kurikulum za vrtce ne velja, se mnogi po njem zgledujejo in mu sledijo, razen v primeru, ko ima zasebni vrtec napisan in odobren svoj program. Iz tega razloga nam je bil tudi v tem primeru Kurikulum za vrtce – področje Gibanje v veliko pomoč.

### 3.1 OBLIKE IN VSEBINE CELOLETNEGA PROGRAMA

MESEC	OBLIKE	URE	PRAKTIČNE VSEBINE	BESEDE IN VZORCI SPOROČANJA (angleščina)
September, oktober	Vadbena ura	15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spoznavanje z otroci, učitelji in novim okoljem (spoznavanje igralnice in pripomočkov),</li> <li>• različni kompleksi gimnastičnih vaj (brez in s pripomočki),</li> <li>• elementarne igre (preprosta lovljenja in tekalne igre),</li> <li>• naravne oblike gibanja (hoja, tek, lazenje, plazenje, plezanje, skakanje),</li> <li>• dejavnosti z žogo (poigravanje z različnimi žogami, nošenje ene ali več žog, kotaljenje),</li> <li>• plesne igre (pesmice, ki vključujejo gibanje).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje igralnice in športnih pripomočkov,</li> <li>• poimenovanje delov telesa,</li> <li>• poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje sadja in zelenjave,</li> <li>• poimenovanje pojmov spredaj, zadaj, naprej, nazaj, v stran, levo, desno, na, pod, ob, čez, v, velik, majhen, prazen, poln,</li> <li>• učenje pesmic,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov,</li> <li>• poimenovanje nekaterih načinov pozdravljanja.</li> </ul>
	Obisk kmetije	Celodnevni izlet (9h-15h)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja v naravi,</li> <li>• elementarne in druge igre (skrivanje).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje živali, pojmov in predmetov iz življenja na kmetiji,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov,</li> <li>• poimenovanje nekaterih načinov pozdravljanja.</li> </ul>

MESEC	OBLIKE	URE	PRAKTIČNE VSEBINE	BESEDE IN VZORCI SPOROČANJA (angleščina)
November, december	Vadbena ura	16	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Različni kompleksi gimnastičnih vaj (brez in s pripomočki, s partnerjem),</li> <li>• naravne oblike gibanja (hoja, tek, lazenje, plazenje, plezanje, skakanje; v oteženih okoliščinah – gor in dol po strmini, po različnih površinah, z različno hitrostjo, v različne smeri, s pripomočki ali brez),</li> <li>• elementarne igre (lovljenje, tekalne igre, igre ravnotežja),</li> <li>• dejavnosti z žogo (nošenje, kotaljenje, vodenje, metanje in lovljenje, odbijanje, ciljanje z nogo/roko),</li> <li>• gibanje s prsti, rokami in nogami (igranje s pripomočki, metanje in lovljenje pripomočkov, igra z listi in snegom, pesmice, ki vključujejo gibanje s prsti, rokami in nogami),</li> <li>• plesne igre (pesmice, ki vključujejo gibanje).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje živali, pojmov in predmetov iz vsakdanjega življenja,</li> <li>• poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje delov telesa,</li> <li>• poimenovanje sadja in zelenjave,</li> <li>• poimenovanje pojmov visoko, nizko, gor, dol, hitro, počasi, naravnost, mehek, trd,</li> <li>• poimenovanje oblik,</li> <li>• učenje pesmic,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov,</li> <li>• preprosta vprašanja in odgovori.</li> </ul>

MESEC	OBLIKE	URE	PRAKTIČNE VSEBINE	BESEDE IN VZORCI SPOROČANJA (angleščina)
Januar, februar	Vadbena ura	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Različni kompleksi gimnastičnih vaj (brez in s pripomočki, s partnerjem, ob glasbeni spremljavi in štetju),</li> <li>• naravne oblike gibanja (hoja, tek, lazenje, plazenje, plezanje, skakanje; v oteženih okoliščinah, dvigovanje in nošenje, valjanje, potiskanje in vlečenje, vesa),</li> <li>• elementarne igre (lovljenje, tekalne igre, igre ravnotežja),</li> <li>• dejavnosti z žogo (nošenje, kotaljenje, vodenje, metanje in lovljenje, odbijanje, ciljanje z ного/roko, tekalne igre z žogo),</li> <li>• sprostitvene dejavnosti (joga, masaža).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje živali, pojmov in predmetov iz vsakdanjega življenja,</li> <li>• poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje delov telesa,</li> <li>• poimenovanje sadja in zelenjave,</li> <li>• poimenovanje pojmov visoko, nizko, gor, dol, hitro, počasi, naravnost, mehek, trd,</li> <li>• poimenovanje oblik,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov,</li> <li>• preprosta vprašanja in odgovori.</li> </ul>
	Plavalni tečaj (1x/teden)	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dejavnosti in igre v vodi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje živali, predmetov in pojmov (plovila, vodne živali,...)</li> <li>• poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov.</li> </ul>
	Zimovanje (6 dni)	3/dan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dejavnosti in igre na snegu.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje živali, predmetov in pojmov (sneg, smučanje,...)</li> <li>• poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov.</li> </ul>

MESEC	OBLIKE	URE	PRAKTIČNE VSEBINE	BESEDE IN VZORCI SPOROČANJA (angleščina)
Marec, april	Vadbena ura	16	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Različni kompleksi gimnastičnih vaj,</li> <li>• naravne oblike gibanja,</li> <li>• elementarne igre (lovljenje, tekalne igre, igre ravnotežja, skupinski tek z izmenjavo mest, štafetne igre),</li> <li>• dejavnosti z žogo (nošenje, kotaljenje, vodenje, metanje in lovljenje, odbijanje, ciljanje z ного/roko, tekalne in štafetne igre z žogo),</li> <li>• gibanje s prsti, rokami in nogami (igranje s pripomočki, metanje in lovljenje pripomočkov, prijemanje in dvigovanje z nožnimi prsti, skrivanje predmetov, igra z vodo, peskom, blatom, pesmice, ki vključujejo gibanje s prsti, rokami in nogami),</li> <li>• plesne igre (ponazarjanje predmetov, živali in pojmov ob glasbeni spremljavi, pesmice, ki vključujejo gibanje),</li> <li>• sprostitvene dejavnosti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje živali, pojmov in predmetov iz vsakdanjega življenja,</li> <li>• poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje delov telesa,</li> <li>• poimenovanje sadja in zelenjave,</li> <li>• poimenovanje pojmov visoko, nizko, gor, dol, hitro, počasi, naravnost, mehek, trd,</li> <li>• poimenovanje oblik,</li> <li>• poimenovanje čustev,</li> <li>• učenje pesmic,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov,</li> <li>• preprosta vprašanja in odgovori.</li> </ul>

MESEC	OBLIKE	URE	PRAKTIČNE VSEBINE	BESEDE IN VZORCI SPOROČANJA (angleščina)
Maj, Junij	Vadbena ura	14	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Različni kompleksi gimnastičnih vaj,</li> <li>• naravne oblike gibanja,</li> <li>• elementarne igre (lovljenje, tekalne igre, igre ravnotežja, skupinski teki z izmenjavo mest, štafetne igre, igre natančnosti in preciznosti),</li> <li>• dejavnosti z žogo,</li> <li>• gibanje s prsti, rokami in nogami,</li> <li>• sprostitvene dejavnosti,</li> <li>• plesne igre.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje živali, pojmov in predmetov iz vsakdanjega življenja,</li> <li>• poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje delov telesa,</li> <li>• poimenovanje sadja in zelenjave,</li> <li>• poimenovanje pojmov visoko, nizko, gor, dol, hitro, počasi, naravnost, mehek, trd,</li> <li>• poimenovanje oblik,</li> <li>• poimenovanje čustev,</li> <li>• učenje pesmic,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov,</li> <li>• preprosta vprašanja in odgovori,</li> <li>• preprosta navodila.</li> </ul>
	Obisk Arboretuma	Celodnevni izlet (9h-14h)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja v naravi,</li> <li>• elementarne in druge igre (skrivanje),</li> <li>• sprostitvene dejavnosti v naravi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje živali, pojmov in predmetov iz narave,</li> <li>• poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov.</li> </ul>
	Obisk živalskega vrta	Dopoldanski izlet (9h-12h)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja in tek v naravi,</li> <li>• elementarne in druge igre (skrivanje),</li> <li>• sprostitvene dejavnosti v naravi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje živali, pojmov in predmetov iz živalskega vrta,</li> <li>• poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov.</li> </ul>

MESEC	OBLIKE	URE	PRAKTIČNE VSEBINE	BESEDE IN VZORCI SPOROČANJA (angleščina)
Julij, avgust	Vadbena ura	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Različni kompleksi gimnastičnih vaj,</li> <li>• naravne oblike gibanja,</li> <li>• elementarne igre,</li> <li>• dejavnosti z žogo,</li> <li>• gibanje s prsti, rokami in nogami,</li> <li>• plesne igre,</li> <li>• sprostitvene dejavnosti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje živali, pojmov in predmetov iz vsakdanjega življenja,</li> <li>• poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje delov telesa,</li> <li>• poimenovanje sadja in zelenjave,</li> <li>• poimenovanje pojmov visoko, nizko, gor, dol, hitro, počasi, naravnost, mehek, trd,</li> <li>• poimenovanje oblik,</li> <li>• poimenovanje čustev,</li> <li>• učenje pesmic,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov,</li> <li>• preprosta vprašanja in odgovori,</li> <li>• preprosta navodila.</li> </ul>
	Olimpijski teden	2/dan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Različni kompleksi gimnastičnih vaj,</li> <li>• naravne oblike gibanja (tekmovalni poligoni),</li> <li>• elementarne igre (štafetne igre),</li> <li>• dejavnosti z žogo (zadevanje cilja z roko/nogo, štafetne igre),</li> <li>• osnovni elementi atletike (skok v višino, skok v daljino, met žogice,...).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poimenovanje števil,</li> <li>• poimenovanje barv,</li> <li>• poimenovanje delov telesa,</li> <li>• poimenovanje nekaterih glagolov,</li> <li>• preprosta navodila,</li> <li>• pojmi, povezani s tekmovanjem (tekma, zmaga, poraz, »fairplay«,...).</li> </ul>

## 4 PRIMERI GIBALNIH/ŠPORTNIH DEJAVNOSTI V POVEZAVI Z UČENJEM ANGLEŠKEGA JEZIKA

V predšolskem obdobju naj vsebine 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, kolesarjenja, plavanja, kotalkanja), ritmično-plesne dejavnosti (gibalne naloge v ritmu ob zvokih, domišljijско ustvarjanje ob glasbi, plesne igre,...). Pri tem uporabljamo raznovrstne oblike in metode dela ter najrazličnejše športne pripomočke in igrala (Videmšek in Jovan, 2002).

V nadaljevanju je predstavljenih več primerov iz nekaterih gibalnih/ športnih dejavnosti, ki so opisane zgoraj. V vseh primerih izbrane vsebine, oblike in metode dela omogočajo doseganje ciljev s področja gibanja. Hkrati vsi primeri ponujajo možnost spoznavanja prvih angleških besed in vzorcev sporočanja. Opisane gibalne dejavnosti in športne igre lahko v predšolski športni vzgoji uporabljamo neodvisno od medpodročnega povezovanja.

### 4.1 KOMPLEKSI GIMNASTIČNIH VAJ

Osnovne gimnastične vaje in vaje s pripomočki (majhna žoga, balon, obroč, krpica):

- KNJIŽNIČARKA ZLAGA KNJIGE: Izvajanje odklonov levo, z desno roko nad glavo, in nasprotno. Učitelj da navodila v slovenščini, pove pa tudi angleško besedo za knjigo (**book**).
- MORNAR KRMARI LADJO: Otroci se uležejo na trebuh, z rokami se primejo za stopala, se usločijo in zagugajo. Učitelj pove zgodnico o mornarju in ladji v slovenščini, vključi pa tudi nekaj angleških izrazov, na primer morje (**sea**), ladja (**ship**), valovi (**waves**), mornar (**sailor**), zastava (**flag**),...



- KOLESAR VOZI KOLO NAPREJ IN NAZAJ: Učitelj in otroci se uležejo na hrbet in noge premikajo tako, kot bi vrteli pedala na kolesu. Učitelj pove besedo kolo v angleščini (**bicycle**), uporabi pa tudi angleški izraz za besedo naprej (**forward**) in nazaj (**backward**).
- KOLIKO KROGOV Z GLAVO, Z ROKO, Z RAMENI, Z BOKI,...: Otroci stojijo v razkoračni stoji in krožijo z različnimi deli telesa: z glavo (**head**), z roko (**hand**), z rameni (**shoulders**), z boki (**hips**),.... Otroci v angleščini povejo, koliko krogov bodo naredili s katerim delom telesa.
- PODAJANJE BALONA IZ ROKE V ROKO SPREDAJ IN ZADAJ: Otroci stojijo v razkoračni stoji in si podajajo balon (**balloon**) iz roke v roko. Podajajo si ga lahko spredaj (**in front**) ali zadaj (**behind**). Učitelj pove navodila v slovenščini, kasneje vse v angleščini, omeni lahko tudi število podaj ter tako omogoči otrokom ponavljanje angleških izrazov za števila.
- BALON DELA KROGE OKOLI NOG: Otroci stojijo v stoji sonožno, z balonom (**balloon**) krožijo okoli svojih nog. Učitelj da najprej navodila v slovenščini, kasneje tudi v angleščini. Za ponavljanje števil lahko pove tudi število krogov (**three circles**), ki jih mora balon narediti okoli nog.
- ČIŠČENJE DESNEGA IN LEVEGA ČEVLJA: Otroci in učitelj stojijo v razkoračni stoji, naredijo predklon in najprej s krpico podrgnejo po levem čevlju in nato še po desnem. Učitelj poda navodila v slovenščini, nato pove angleško besedo za čevlje (**shoes**), omeni pa tudi izraza desno (**right**) in levo (**left**).
- MAHAMO V SLOVO: Otroci so na vlaku (**train**) – v koloni, v rokah drži vsak dve krpici, eno v levi in eno v desni roki. Odpravljajo se na morje (**sea**). Ko vlak odhaja, pomahajo v slovo (**goodbye**) mami (**mother**), očetu (**father**), sestri (**sister**) in bratu (**brother**), najprej z desno (**right**), nato še z levo (**left**) roko.
- ŽOGICA SE SPREHAJA: Otroci sedijo na tleh z nogami narazen. Učitelj da navodila, da najprej odpeljejo žogico (**ball**) na sprehod po desni (**right**) in po levi (**left**) roki (**hand**), nato sprehodijo žogico še po desni (**right**) in po (**levi**) nogi (**leg**).
- ŽOGICA NA TOBOGANU: Otroci sedijo na tleh z iztegnjenimi nogami skupaj, žogico si položijo na gležnje. Noge počasi dvignejo in počakajo, da se žogica (**ball**) zakotali po toboganu (**slide**) – po nogah do njihovega naročja.

- V CIRKUSU: Otroci in učitelj najprej obroč pokažejo občinstvu levo (**left**) in desno (**right**) – stojijo v stoji razkoračno, obroč primejo v obe roki (**hands**), ki sta stegnjeni v priročnju in delajo zasuke trupa. Obroč nato zavrtijo na eni in na drugi roki, zavrtijo ga okoli pasu (**waist**) ter tudi okoli ene in druge noge (**foot**). Ko je predstava končana se z obročem v roki predklonijo – stojijo v stoji sonožno, noge so stegnjene, naredijo predklon z obročem do tal in se nato vzravnavajo in dvignejo obroč visoko v vzročnje.



*Slika 1. V cirkusu (osebni arhiv).*

Na sliki 1 je prikazano izvajanje kompleksa gimnastičnih vaj z obročem.

Gimnastične vaje samostojno, v parih:

- OGLEDALO: Par se postavi nasproti, drug proti drugemu. Otroci izvajajo različne vaje in dejavnosti za ogrevanje, vendar zrcalno, npr. kroženje z rokami. Ob tem lahko učitelj z otroci ponovi tudi številke (**five circles**) in jih nauči angleško besedo za zrcalo (**mirror**).
- BALON POTUJE ZDAJ SEM, ZDAJ TJA: Otroka stojita hrbtno drug proti drugemu, eden ima v rokah balon (**balloon**). Delata zasuke in si podajata balon iz rok v roke.

- ŽOGICA VISOKO LETA IN NIZKO PADE: Otroka stojita v stoji razkoračno hrbtno drug proti drugemu, eden ima v rokah žogico (**ball**). Spustita se v predklon in si podata žogo med nogama. Nato se dvigneta, dvigneta roke v vzročenje in si podata žogo nad glavo. Učitelj uporabi tudi angleška izraza za visoko (**high**) in nizko (**low**).
- OBROČ GRE GOR IN DOL: Otroka stojita obrnjena drug proti drugemu, oba držita obroč (**circle**). Poskušata narediti nekaj počepov. Učitelj otroke nauči angleški besedi za gor (**up**) in dol (**down**).

Gimnastične vaje ob glasbeni spremljavi in brez nje:

- HEAD, SHOULDERS, KNEES AND TOES: Pesmica v angleščini, s katero se lahko otroci ogrejejo. Ko zapojejo **head**, se primejo za glavo, pri **shoulders** se primejo za ramena, ko zapojejo **knees**, se sklonijo in pokažejo na kolena, pri **toes** naredijo predklon (noge so iztegnjene) in se poskušajo prijati za prste na nogah. Uporabijo lahko različico pesmi, kjer vsako kitico odpojejo malo hitreje (bolj za ogrevanje), ali pa različico, kjer morajo pri vsaki kitici otroci sami zapeti besede, ki niso zapete (najprej zapojejo samo head, nato že head in shoulders, itd,... dokler niso samo otroci tisti, ki pojejo). Ta različica pesmi je bolj za učenje besed.
- VESLAMO: Po dva otroka sedita raznožno drug proti drugemu in se primeta za roke, en otrok se nagne nazaj in s tem potegne drugega za sabo – oponašajo veslanje čolna. Zraven lahko zapojejo pesmico:

**Row, row, row your boat,**

**gently down the stream.**

**Merrily, merrily, merrily, merrily,**

**life is but a dream.**

**Row, row, row your boat,**

**gently down the stream.**

**If you see a crocodile,**

**don't forget to scream.**

(Ladybird First Favourite Nursery Rhymes, 2010)

Pri drugi kitici se otroci, še vedno držeč se za roke, nagibajo levo in desno. Na koncu pesmice (don't forget to scream) zakričijo.



Slika 2. Row, row, row your boat (osebni arhiv).

Slika 2 prikazuje izvajanje kompleksa gimnastičnih vaj ob glasbeni spremljavi.

- GOSPODINJSKA OPRAVILA: Učitelj in otroci se držijo za roke in pojejo pesmico v angleškem jeziku, pri kateri ob melodiji s celim telesom ponazarjajo gospodinjska opravila:

**Here we go round the Mulberry Bush,** (plešejo v krogu)

**Mulberry Bush, Mulberry Bush.**

**Here we go round the Mulberry Bush,  
so early in the morning.**

**This is the way we wash our clothes,** (drgnejo eno roko ob drugo)  
**wash our clothes, wash our clothes.**

**This is the way we wash our clothes,  
so early Monday morning.**

**This is the way we iron our clothes,** (ena roka je likalna deska, druga  
**so early Tuesday morning.** predstavlja likalnik)

<b>This is the way we mend our clothes,</b>	(z rokami ponazarjajo zlaganje)
<b>so early Wednesday morning.</b>	
<b>This is the way we scrub the floor,</b>	(čep, z rokami brišejo tla)
<b>so early Thursday morning.</b>	
<b>This is the way we sweep the house,</b>	(v rokah držijo namišljeno metlo in
<b>so early Friday morning.</b>	ponazarjajo pometanje)
<b>This is the way we bake our bread,</b>	(z rokami nakazujejo gnetenje
<b>so early Saturday morning.</b>	kruha)
<b>This is the way we go to Church,</b>	(roki imajo sklenjeni pred telesom
<b>so early Sunday morning.</b>	in se zibajo levo in desno)

(Ladybird First Favourite Nursery Rhymes, 2010)

Gimnastične vaje ob štetju:

- Vse dejavnosti oziroma gimnastične vaje lahko otroci delajo samo ob štetju (**one, two, three, four, five, six, seven, eight, nine, ten**) pri čemer je poudarek izključno na ponavljanju angleških števil. Ta način ogrevanja lahko učitelj uporabi na primer takrat, ko številke predstavljajo glavno temo dneva/tedna.

Gimnastične vaje so eno izmed osnovnih sredstev za razvoj oziroma ohranjanje gibalnih sposobnosti (Pistotnik, 1999).

Pri predšolski športni vzgoji imajo gimnastične vaje nekoliko drugačen pomen, kot nadalje v šoli. Za majhne otroke so zahtevne, tako z vidika izvajanja, kot tudi z informacijskega vidika. Zato si učitelj lahko pomaga z različnimi igrkami, domišljajskimi zgodbicami in barvnimi športnimi pripomočki. En kompleks gimnastičnih vaj mora z otroci ponavljati dalj časa (čez večje število vadbenih ur), da si ga lahko zapomnijo, ga usvojijo in pravilno izvajajo. Učitelj popravlja bistvene napake, le tiste, ki so pomembne za samo izvajanje posamezne gimnastične vaje (npr. začetni položaj).

Namen gimnastičnih vaj v tem obdobju je spoznavanje in izvajanje različnih kompleksov gimnastičnih vaj, razvijanje koordinacije gibanja vsega telesa, moči, gibljivosti in ravnotežja ter spoznavanje različnih položajev med deli lastnega telesa, med predmeti in ljudmi ali med ljudmi.

## 4.2 NARAVNE OBLIKE GIBANJA

Hoja (po ravnih in neravnih tleh; po stopnicah, navzgor in navzdol; naprej in nazaj; v stran; s pripomočki; bos ali v obutvi; po celih stopalih, po prstih, po petah, po zunanjem oz. notranjem delu stopala; sam ali v paru; z različno hitrostjo; ob glasbeni spremljavi):

- **POIŠČI PRIJATELJA:** otroci se prosto sprehajajo po igrišču. Učitelj zakliče: »Poišči prijatelja!« (**»Find a friend!«**) in nato pove še eno število, na primer: **»Four!«** (pri mlajših otrocih uporabljamo števila do pet). Otroci se poskušajo čim hitreje združiti v skupine po štiri, oziroma kolikor je zaklical učitelj, in se primejo za roke. Nato učitelj določi nalogo – na primer: **»Stopite dva koraka nazaj!«** (**»Two steps backward!«**), **»Hodite po prstih!«** (**»Walk on your toes!«**), **»Naredite tri velike korake v stran!«** (**»Three big steps to the side!«**), **»Hodite po petah nazaj!«** (**»Walk on your heels backward!«**), **»Pet majhnih korakov naprej!«** (**»Five small steps forward!«**),... Učitelj najprej razloži igrico v slovenščini. Nato lahko učitelj v angleščini pove **»Find a friend!«** in število prijateljev, navodila za naloge pa ostajajo v slovenščini (sproti jih pove tudi v angleščini). Kar hitro je mogoče celotno igrico narediti v angleškem jeziku, saj se otroci stvari, ki se ponavljajo, zelo hitro naučijo.

Tek, korakanje, skiping (v različne smeri; z različno hitrostjo; sam, v paru ali v koloni; ob glasbeni spremljavi):

- **RIBIČ LOVI RIBE:** ribič (**fisherman**) - na začetku učitelj - stoji na eni strani igralnice, ribice (**fish**) - otroci - pa na drugi strani igralnice. Učitelj reče **»Ribič gre na lov!«**, otroci pa zakričijo nazaj: **»Ribice pa domov!«**. Nato vsi hkrati začnejo teči na drugo stran igralnice in ribič poskuša ujeti ribice. Kogar je ujel, se mu pridruži in skupaj

tvorijo mrežo za lovljenje ribic (primejo se za roke). Naredijo čim daljšo mrežo, vendar lahko ribice lovita samo krajna dva, ki imata prosto roko. Ribice lahko tako uhajajo tudi skozi mrežo. Igra se ponavlja, dokler na eni strani igralnice ne ostane samo še ena ribica, ki nato postane novi ribič. Ob tej igrici učitelj otroke nauči angleško besedo za besedi ribič in riba.

- LISICA IN PIŠČANČKI: Vodja - učitelj določi, kako se bodo piščančki (**chickens**) – otroci gibali. Lahko prosto tečejo (**run**) po dvorišču, lahko zobajo zrnje – korakajo (**march**) in oponašajo zobjanje zrnja, lahko pa se igrajo in skakljajo (**skip**). Po nekajminutnem gibanju vodja zakliče: »Mačka!« (**»Cat!«**) in takrat morajo vsi piščančki obmirovati na svojem mestu. Kdor se premakne z mesta, postane vodja igre. Najprej se igrico igrajo v slovenskem jeziku, da se je otroci naučijo. Nato učitelj otroke seznanji z besedo **cat**, postopoma pa jih nauči tudi besede za tri različna gibanja, run, march in skip. Ko otroci igrico obvladajo, učitelj od vodje zahteva, da tudi gibanje ukaže z angleško besedo.
- TEKMA PAROV/KOLON: Otroci so razdeljeni v pare. Vsak otrok v paru ima na roki prilepljeno oznako druge barve (eden ima rdečo (**red**), drugi ima modro (**blue**)). Tudi nasprotni dve steni sta označeni s tema dvema barvama – na eni steni je rdeča oznaka, na drugi steni je modra oznaka. Par se prime za roke in učitelj prižge glasbo. Par poskuša na glasbo korakati naprej in nazaj po celi igralnici. Ko glasba utihne, se par spusti in vsak otrok steče proti steni njegove barve. Ko učitelj zopet prižge glasbo, se mora par čim prej najti in korakati naprej. Otroke pri tem naučimo slovenskih in angleških besed za različne barve. Malo težja različica te igrice je, da kolono tvorijo štirje otroci, vsak pa ima na roki oznako druge barve (**red, green, yellow, blue**). Pri tem so tudi štiri stene v igralnici so označene vsaka s svojo barvo. Ob glasbi kolona koraka naprej, nazaj in v stran, ko glasba utihne pa se kolona spusti in vsak otrok steče proti steni svoje barve. Ko otroci že dobro poznajo osnovne barve, jih lahko naučimo še ostalih barv (**orange, purple, pink, white, black, brown,...**).

Lazenje, plazenje (po različnih površinah; po naklonu navzgor in navzdol; pod, čez in skozi različne ovire; po trebuhu, hrbtu in bočno; naprej in nazaj; s pripomočki; v sodelovanju s partnerjem):

- ŽIVALSKI VRT: Učitelj je obiskovalec v živalskem vrtu (**zoo**), otroci pa so živali. Učitelj se sprehaja med živalmi. Pokaže na nekega otroka in reče: »Kača!« (»**Snake!**«). Otrok se začne premikati in oglašati kot kača (plazenje v leži trebušno, naprej, s pomočjo rok in nog). Nato pokaže na drugega otroka ter reče: »Lev!« (»**Lion!**«) in otrok se začne premikati in oglašati kot lev (lazenje v opori klečno spredaj). Učitelj lahko uporabi različne živali, kot so tiger (**tiger**) – lazenje v opori klečno spredaj, rak (**crabb**) – lazenje v opori ležno zadaj, skrčeno, otroci se premikajo v stran, morski lev (**sea lion**) – plazenje v leži trebušno naprej, samo z rokami, slon (**elephant**) – lazenje v opori klečno, vzravnano, roke ponazarjajo rilec,... Nato se vloge zamenjajo in je eden izmed otrok obiskovalec živalskega vrta. Igrico najprej učitelj razloži v slovenščini, nato otroke nauči različnih izrazov za živali. Različica igre je lahko tudi, da otroci oponašajo živali, obiskovalec živalskega vrta pa se sprehaja med njimi in poskuša ugotoviti, katero žival oponašajo. Ime živali pove v angleškem jeziku.

Dvigovanje, nošenje (otrok pomaga pripraviti in pospraviti različne športne pripomočke in opremo; pri štafetnih in drugih igrah dviguje in prenaša predmete; v sodelovanju s partnerjem):

- PRENAŠANJE KLOBUČKOV: Otroci so razdeljeni v dve skupini, ki med seboj tekmujeta, katera bo hitreje prenesla klobučke z ene strani igralnice na drugo. Obe skupini sta postavljeni v koloni pred štartno črto. Zraven vsake kolone je obroč in v njem so postavljeni klobučki. Klobučkov je toliko, kolikor je otrok v skupini. Na drugi strani igralnice sta postavljena dva obroča, po eden za vsako skupino. Na učiteljev znak prvi iz kolone pobere klobuček in ga v teku kar najhitreje prenese v obroč na drugi strani telovadnice. Nato steče nazaj v kolono. Takrat starta drugi otrok in prenese naslednji klobuček v obroč. Igra se nadaljuje, dokler vsak otrok ne prenese klobučka v obroč, konča pa se takrat, ko so vsi otroci postavljeni v kolono



za štartno črto. Ob tej igrici lahko učitelj otroke nauči angleških besed za različne barve, skupaj lahko tudi v angleščini preštejejo klobučke.

- **TRGOVINA:** Na eni strani igralnice so nameščeni obroči različnih barv na drugi strani igralnice pa je velika blazina, na kateri so žogice, kiji, klobučki, trakci, majhni obroči,... različnih barv. Vmes je postavljena proga (skakanje iz obroča v obroč, tunel, slalom mimo stožcev,...) po kateri morajo otroci do trgovine in nazaj do obročev. Učitelj stoji pri obročih in ima v rokah različne kartice, ki predstavljajo denar (**money**). Vsak otrok dobi eno kartico in se z njo v roki poda po progi do velike blazine – trgovine (**shop**). V trgovini si izbere en predmet in ga po progi odnese nazaj do obročev. Predmet mora položiti v obroč prave barve. Pri tej igrici se lahko otroci naučijo angleških besed za barve (**yellow, red, green, blue, orange, pink, white, black,...**) in pa tudi angleških besed za različno sadje in zelenjavo (**apple, pear, banana, orange, lemon, plum, strawberry, grapes, potatoes, tomatoes, salad, cauliflower, broccoli,...**). Najprej učitelj pove barve v slovenščini, nato se otroci naučijo še angleških izrazov. Nato učitelj pove izraz za sadje ali zelenjavo, otrok pa mora iz trgovine izbrati predmet ustrezne barve. Čez čas se naučijo tudi angleških izrazov. Ko otroci že popolnoma usvojijo igrico, je lahko vodja otrok in podaja navodila v angleščini (učitelj mu seveda pomaga).
- **POMOČ PRI PRIPRAVLJANJU IN POSPRAVLJANJU IGRALNICE:** Ob pripravljanju in pospravljanju igralnice se lahko otroci naučijo različnih angleških izrazov za barve, števila in oblike, pa tudi različnih vzorcev sporočanja: »**Please, bring me...**«, »**Would you please bring me...?**«, »**Can you please bring me...?**« in pa tudi »**Thank you for bringing me...**«, »**Thank you for your help.**«

Plezanje (po plezalni steni, lestvi, na skrinjo; navzgor, navzdol in v stran):

- **LETALO, POPLAVA, POTRES:** Po igralnici so razporejene različne skrinje, mize in trdni stoli. Učitelj je vodja igrice, naloga otrok pa je, da pozorno poslušajo in sledijo različnim ukazom. Ko učitelj zakliče letalo (**airplane**), morajo vsi otroci kar najhitreje pod mize in stole. Ko zakliče poplava (**flood**), morajo učenci hitro splezati na različna plezala (plezalna stena, letveniki,...), mize ali skrinje. Ko pa učitelj zakliče potres (**earthquake**), vsi otroci stečejo k steni in se naslonijo nanjo.

Otrok, ki zadnji opravi nalogo, izpade. Lahko pa tekmujejo tudi za točke: tisti, ki zbere največ točk (opravi je določeno nalogo najhitreje), je lahko vodja v naslednji igri. Učitelj od vodje zahteva, da pove vsaj en ukaz v angleščini. Sčasoma, ko se otroci igrice navadijo, se lahko naučijo še dodatnih izrazov – skriti se (**hide**), pod mizo/stol (**under the table/chair**), splezati (**climb**), na plezalno steno (**on the climbing wall**), ob steno (**against the wall**).

- OGENJ!: Po igralnici učitelj razporedi več predmetov, na katere lahko otroci splezajo – skrinje, mize, stole, polivalentne blazine različnih oblik, uporabijo pa lahko tudi letvenik, plezalno steno. Otroci se na sredi igralnice držijo za roke, hodijo v krogu in pojejo pesmico (slovensko, čez čas učitelj zahteva, da pojejo angleško pesmico z njegovo pomočjo). Vodja igrice (najprej učitelj, nato lahko otroci) čez čas zakliče: »Ogenj!« (**»Fire!«**) in otroci se morajo spustiti ter kar najhitreje splezati nekam na visoko. Zadnji otrok postane vodja igrice. Igrica je zelo primerna za igranje zunaj, saj lahko otroci splezajo na drevesa, šture, se obesijo na veje, splezajo na klopce, na igrala,...

Skoki in poskoki (sonožno; po eni nogi; na mestu ali v gibanju; v daljino, globino ali višino; naprej, nazaj, bočno; z mesta in z zaletom):

- KATERI ZAJČEK/ŽABICA BO PREJ DOMA?: Otrokom učitelj najprej pokaže razliko med žabjim (iz počepa skok z rokami vzročeno naprej v počep) in zajčjim (sonožni poskoki naprej) skokom. Nato postavi otroke v vrsto na eno stran igralnice, na drugo stran pa postavi toliko obročev, kolikor je otrok. Ko učitelj zakliče »Zajček!« (**»Rabbit!«**), učenci z zajčjimi skoki odskakljajo do svojih obročev, ko pa zakliče »Žabica!« (**»Frog!«**), pa do obročev odskakljajo z žabjimi poskoki. Ob tej igrici lahko vadijo tudi angleške izraze za barve, če učitelj na tla namesti blazine različnih barv in morajo otroci odskakljati do blazine pravilne barve. Tudi otroci naj imajo možnost biti vodja igrice, ker s tem vadijo izraze za zajčka in žabo.
- IGRA DVOJIC: Učitelj določi pare in otroci se primejo za roke. Nato učitelj določi nalogo - sonožni poskoki naprej, nazaj, levo in desno (**hop forward, backward, left in right**), poskoki po eni nogi naprej, nazaj, levo in desno (**hop on one foot**). Učitelj določi tudi smer skokov (iz ene strani igralnice na drugo), da ne bi prišlo do

nepotrebnega zaletavanja. Če želi učitelj igrico popestriti in otežiti, lahko uporabi rutko in zaveže otrokom noge (pri sonožnih poskokih enemu otroku obe nogi, pri enonožnih poskokih pa zaveže desno nogo enega otroka in levo nogo drugega otroka). Malo težja naloga je skok čez palico oziroma v obroč. Eden v paru drži palico ali obroč na določeni višini (začne čisto nizko), drugi jo poskuša preskočiti (**jump over the stick**) oziroma poskuša skočiti v obroč (**jump into the hoop**). Pri tem učitelj nauči otroke angleških izrazov za čez in v. Postopoma lahko otroci sami v angleščini povedo, katero nalogo bodo opravili.

Valjanje (okoli vzdolžne osi: naprej, nazaj; po ravnini; po strmini navzdol in navzgor; okoli prečne osi: naprej, nazaj, po ravnini, po strmini, s pomočjo):

- **PO POBOČJU GOR IN DOL:** V igralnici s pomočjo polivalentnih blazin učitelj naredi ne preveč strmo pobočje. Če obstaja možnost, je bolje da otroci igrico izvajajo zunaj, na ne preveč strmem hribu. Ko vodja zakliče »Dol!« (**»Down!«**), se otroci okoli vzdolžne osi, stegnjeni in z rokami v vzročenu, zakotalijo navzdol. Ko učitelj zakliče »Stop!« (**»Stop!«**) se morajo otroci ustaviti, ko pa zakliče »Gor!« (**»Up!«**), se morajo otroci zakotaliti nazaj gor po pobočju (oziroma naj vsaj poskušajo). Zmaga tisti, ki prvi pride do vznožja pobočja. Učitelj mora poskrbeti za to, da hrib ne bo preveč strm, drugače bodo imeli otroci težave pri ustavljanju in valjanju po pobočju navzgor.
- **PREVAL NAPREJ IN NAZAJ:** Učitelj mora nujno poskrbeti za pravilno varovanje. Najprej z otroci dela predvaje (zibanje na zaokroženem hrbtu iz seda in čepa). Zelo pomembno je, da imajo otroci pravilno zaokrožen hrbet in dovolj predklonjeno glavo. Ko otroci usvojijo predvaje, lahko začnemo izvajati prevale na nagnjeni blazini, šele nato pa prevale na blazini na ravnih tleh. Učitelj je vedno zraven in jih varuje. Ob tem jih nauči angleški izraz za preval naprej (**somersault**) in preval nazaj (**somersault backwards**). Pri majhnih otrocih prevalev naprej in nazaj ne vključujemo v igrice, saj bi jih otroci v prevelikem navdušenju nad igro izvedli prehitro in nepravilno, pri tem bi lahko prišlo tudi do poškodb.



*Slika 3. Preval naprej (osebni arhiv).*

Slika 3 prikazuje obliko valjanja, in sicer izvajanje prevala naprej na strmini.

Potiskanje, vlečenje (vozička, sovrstnikov, vrvi, različnih predmetov):

- **ALI JE KAJ TRDEN MOST?:** Učitelj določi dva otroka, ki bosta predstavljala most. Stojita na sredini igralnice in se držita za roke. Z učiteljevo pomočjo se dogovorita, kaj bosta vprašala otroka, ki ga bosta ujela. Drugi otroci so postavljeni v kolono in se premikajo proti mostu. Ko prvi v koloni pride do mosta, vpraša: »Ali je kaj trden most?« in otroka odgovorita: »Kakor skala, kamen, kost!«. Nato ju prvi v koloni spet vpraša: »Ali gre lahko naša vojska skoz?« in most odgovori: »Če nam zadnjega pustite.«. Kolona nato odgovori: »Če ga le ulovite!« in se pod dvignjenimi rokami mostu pomika naprej. Most ulovi zadnjega v koloni in ga nato vpraša: »Kaj imaš raje, banano ali jabolko?« (»**What do you like, banana or apple?**«). Ko otrok, ujet na mostu, odgovori, se pomakne za tistega, ki predstavlja izbrano sadje. Vprašanje je lahko vsakokrat isto ali pa ob vsakem prehodu kolone čez most otroka spremenita vprašanje. Tako lahko otroci vadijo angleške izraze za različno sadje in zelenjavo. Igra se nadaljuje, dokler niso ujeti vsi otroci in razporejeni na vsaki strani mostu. Učitelj nato nariše črto na sredino mostu, otroci se primejo za boke

in na učiteljev znak potegnejo vsak v svojo stran. Zmaga tista stran, ki drugo stran potegne čez črto. Ko otroci usvojijo igrico v slovenščini, učitelj zahteva od mostu, da vprašanje »Kaj imaš raje...?« zastavi v angleščini, od otroka, ki je ujet, pa zahteva odgovor z angleškim izrazom za sadje ali zelenjavo.

- **VLEČENJE/POTISKANJE RJUH:** Otroci so razdeljeni v dve skupini. Stojijo na eni strani igralnice, na drugi strani pa je postavljen po en stožec za vsako skupino. Vsaka skupina ima na tleh svojo rjuho. Učitelj določi enega otroka, ki bo vlekel/potiskal rjuho, drugi otroci pa so postavljeni v koloni. Na učiteljev znak se prvi iz kolone usede na rjuho, drugi otrok pa ga odvede/potiska okoli stožca in nazaj do kolone. Na rjuho se nato usede drugi iz kolone in tudi tega odvede/potiska okoli stožca in nazaj. Zmaga tista skupina, ki prva konča nalogo vlečenja/potiskanja. Pri tem lahko učitelj otroke nauči angleško besedo za vlečenje (**pull**) in potiskanje (**push**). Paziti je potrebno, da razdalja od štartne črte do stožca ni prevelika, da se ne bi otrok, ki vleče/potiska prehitro utrudil in ne bi mogel dokončati naloge.

Vesa (na drogu, krogih, različnih plezalih; samo z rokami, z rokami in nogami, samo z nogami):

- **VISEČE ŽIVALI:** To je igra, ki jo otroci lahko izvajajo na drogu. Učitelj najprej poskrbi za varnost tako, da pod drog položi veliko debelo blazino. Zraven stoji tudi sam in varuje otroke. Otroci ponazarjajo različne živali. Lahko so opica (**monkey**) – vesa z rokami, ali opica, ki se na drevo obeša samo z eno roko. Oponašajo lahko prašička (**pig**) – vesa z rokami in prekrižanimi nogami, ali pa netopirja (**bat**) – vesa s pokrčenimi nogami. Pri tej igrici, še posebej pri oponašanju netopirja, mora biti učitelj zelo pozoren in vedno varovati otroka. Po navadi otroci niso dovolj močni v nogah, da bi lahko zadnje veso izvedli sami, zato jim učitelj pomaga. Če je otroka strah, ga ne silimo. Sčasoma otroci sami, v angleškem jeziku povejo, katero žival bodo oponašali.

Naravne oblike gibanja predstavljajo gibalno abecedo človeka, zato moramo otroku omogočiti, da se seznaní z njimi in jih izvaja čim pogosteje (Videmšek, Drašler in Pišot, 2003).

Opisane naravne oblike gibanj lahko učitelj uporabi tudi v drugih oblikah športne dejavnosti. Najbolj učinkovita oblika sta poligon in različne postaje, kjer lahko v isti učni uri združi različne naravne oblike gibanja. Učitelj mora biti pazljiv, da vključi v poligon oziroma učno uro s postajami samo eno zahtevnejšo obliko gibanja (na primer preval naprej), saj mora biti na tisti postaji ali delu poligona prisoten in poskrbeti za varnost. Na ostalih postajah ali delih poligona lahko otroci delajo sami, učitelj samo nadzoruje.



*Slika 4. Poligon (osebni arhiv).*

Slika 4 prikazuje učitelja pri razlagi dejavnosti na poligonu, ki vključuje naravne oblike gibanja (plezanje, plazenje, valjanje, poskoki).

Pri predšolski vzgoji je poleg izvajanja različnih naravnih oblik gibanja, njihov namen tudi razvijanje koordinacije gibanja vsega telesa, ravnotežja, moči in zavedanje prostora (kje se telo giblje in načina (kako se telo giblje).

Učitelj uči otroke angleških izrazov postopoma. Najprej naj se navadijo na igrice oziroma dejavnosti v slovenščini, nato postopoma učitelj prehaja na navodila v angleščini. Ko se otroci teh navadijo, naj tudi sami poskusijo uporabiti vsaj nekaj angleških besed. Pomembno pa je, da učitelj otroka nikoli ne sili. Če otrok ne želi uporabljati tujih besed, naj uporablja slovenske izraze. Dovolj je že to, da vsakodnevno posluša iste angleške izraze in se jih uči. Nekateri otroci so sramežljivi in ne bodo uporabljali tujih besed, dokler se jih popolnoma ne naučijo. Ko jih enkrat znajo, jih začnejo tudi uporabljati.

### 4.3 OSNOVNE DEJAVNOSTI Z ŽOGO

Poigravanje z različnimi žogami (po velikosti, teži, materialu; z različnimi deli telesa; s pripomočki – palica, lopar):

- **SPOZNAJMO ŽOGICE IN ŽOGE:** Učitelj ima za vsakega otroka pripravljenih več vrst žog. Najprej jim da v roke žogico za namizni tenis. Otroci morajo povedati, kakšne barve je žoga – bela (**white**) in ali je žogica velika (**big**) ali majhna (**small**). Nato jim da v roke skokico in jih prosi, naj vržejo obe žogici ob tla in opazujejo, kako se bosta odbili. Skupaj ugotovijo, da se ena žogica odbija visoko (**high**), ena pa se odbija nizko (**low**). Nato jim da v roke penasto žogo in nato še košarkarsko žogo. Ugotovijo, da je penasta žoga mehka (**soft**) in da je košarkarska žoga trda (**hard**). Otroci naj sami povedo, katere barve je kakšna žoga, povejo naj tudi, na katero sadje (**fruits**) ali zelenjavo (**vegetables**), glede na barvo oziroma velikost, jih žogice spominjajo. Majhne žogice spominjajo na slivo (**plum**), jagodo (**strawberry**), malino (**raspberry**), češnjo (**cherry**), olive (**olives**), česen (**garlic**),... srednje na jabolko (**apple**), pomarančo (**orange**), paradižnik (**tomatoes**), čebulo (**onion**), papriko (**pepper**),... velike žoge pa na melono (**melon**), lubenico (**watermelon**), bučo (**pumpkin**),...

Nošenje ene ali več žog (z različnimi deli telesa; na različne načine; naprej, nazaj in bočno; različno hitro):

- **PRENAŠANJE ŽOGIC:** Najprej naj bo pri tej igri poudarek na pravilni izvedbi, šele nato jo učitelj lahko spremeni v tekmo oziroma štafeto igro. V košaro na tleh učitelj namesti več žog, ki se razlikujejo po barvi in velikosti. Nekaj metrov stran od košare učitelj postavi drugo košaro, ki je prazna. Otrok se pred polno košaro usede na tla in si na učiteljev ukaz – majhna (**small**) ali velika (**big**) žoga določene barve, položi v naročje točno določeno žogo. Nato se postavi v oporo ležno zadaj na pokrčenih nogah. V takem položaju mora prenesti žogico do prazne košare. Ko otroci ta položaj obvladajo, lahko poskusijo še vzvratno (**backwards**) in v stran (**to the side**). Če so otroci še premajhni, da bi lahko dvignili boke od tal, jih lahko pustijo na tleh in »oddrsajo« do košare. Učitelj jih lahko hkrati nauči tudi, da je košara z žogami polna (**full**), druga košara pa je prazna (**empty**).
- **NOŠENJE V DVOJE:** Za to dejavnost učitelj potrebuje manjše in ne preveč težke žogice. Vsak par dobi eno žogico, njuna naloga pa je, da z različnimi deli telesa preneseta svojo žogico iz enega konca igralnice na drugega. S to dejavnostjo lahko učitelj otroke nauči angleških izrazov za različne dele telesa. Začne z lažjimi nalogami, kot so nošenje s prsti (**fingers**) – vsak prime žogico z eno roko in skupaj jo preneseta na drugo stran. Nadaljuje s težjimi nalogami kot so, nošenje s čelom (**forehead**) – žogico položita med čeli in jo preneseta, premikati se morata v stran, nošenje s prsmi (**chest**), nošenje s trebuhom (**stomach**) in s hrbtom (**back**). Nato poskusi še s težjimi nalogami, kot so nošenje z rameni (**shoulders**), nošenje s komolcem (**elbow**) in kolonom (**knee**). Otroci poskusijo prenesti žogico na drugo stran, ne da bi jim padla na tla. Sčasoma lahko postane vodja igrice otrok in on daje navodila v angleščini.
- **PALAČINKE:** Vsak otrok dobi svoj lopar in eno malo vrečko, napolnjeno z rižem. Lopar predstavlja ponev (**pan**), vrečka pa predstavlja palačinko (**pancake**). Naloga vsakega otroka je, da poskuša prenesti palačinko na ponvi iz ene strani igralnice na drugo, v kuhinjo (**kitchen**), brez da bi mu padla na tla. V kuhinji palačinko najprej popečejo na eni strani, nato jo vržejo v zrak in jo popečejo še na drugi strani. Otroci povedo še, ali imajo raje palačinke s čokolado (**pancakes with chocolate**) ali



palačinke z marmelado (**pancakes with jam**). Ko otroci usvojijo nošenje riževe vrečke na loparju, lahko vrečko zamenjajo z malo žogico. Pri žogici morajo pokazati več spretnosti in ravnotežja, da jim ne pade na tla.

Kotaljenje ene ali več žog (z roko; z ного; s pripomočki):

- **PODIRANJE KEGLJEV (bowling)**: Na eno stran igralnice učitelj postavi skupino kegljev (če kegljev nima, si lahko pomaga s platenkami, ki jih delno napolni s peskom; platenke naj bodo različnih barv). Nekaj metrov stran postavi na tla obroč, kamor bodo stopili otroci. Otroci morajo s kotaljenjem žoge zadeti čim več kegljev. Učitelj opozori otroke, da žoge ne smejo metati, ampak zakotaliti po tleh. Ko nalogo opravijo, morajo (mlajši) v angleščini povedati, kakšne barve keglje so podrli (**red, green, blue,...**) ali pa povejo število kegljev, ki so jih podrli (**one, two, three,...**). Hkrati s to igrico učitelj nauči otroke tudi angleškega izraza za kegljanje (**bowling**). Učitelj lahko kasneje nalogo oteži tako, da prestavlja obroč, iz katerega ciljajo, vedno dalj od kegljev. Lahko tudi spreminja velikost žoge. Najprej naj otroci keglje ciljajo z veliko gumijasto žogo, nato naj postopoma preidejo na manjše žoge. Sami bodo ugotovili, da je pri manjših žogah potrebno veliko več natančnosti, da zadenejo čim več kegljev. Tretji način, s katerim lahko učitelj oteži nalogo je, da zmanjšanje števila kegljev. Med njimi nastane večji razmak, zato morajo otroci podirati vsak kegelj posebej. Tudi tukaj v večji meri pride do izraza natančnost vsakega posameznika.



*Slika 5. Podiranje kegljev (osebni arhiv).*

Slika 5 prikazuje dejavnost z žogo, pri kateri je cilj podiranje kegljev z žogo («bowling»). Namesto kegljev so uporabljeni v vrtcu narejeni, improvizirani pripomočki, in sicer prazne plastenke za vodo, napolnjene s testeninami, rižem in kamenčki.

- **POZDRAVI PRIJATELJA:** Otroci so razdeljeni v dve skupini. V eni skupini otroci dobijo vsak svojo žogo in lopar, otroci iz druge skupine ne dobijo ničesar. Otroci, ki imajo pripomočke, žogo z loparjem kotalijo po igralnici v vse smeri in pazijo, da se med seboj ne zaletavajo. Učitelj otroke opozori, da žoge ne udarijo naenkrat čez celo igralnico, ampak da žogo počasi z nežnimi in kratkimi udarci kotalijo in usmerjajo po tleh igralnice. Druga skupina otrok se prosto sprehaja po igralnici in se izmika otrokom z žogami. Na učiteljev znak: »Pozdravi prijatelja!« (**»Greet your friend!«**) otroci s pripomočki poiščejo prijatelja brez pripomočkov. Par si poda roke in učenec brez pripomočkov reče: »Živijo, kako si?« (**»Hello, how are you?«**), drugi pa mu odgovori: »V redu sem, hvala!« (**»I'm fine, thank you!«**). Nato si pripomočke zamenjata. Tisti, ki je bil prej brez, ima sedaj žogo in lopar, zato zdaj

on kotali žogo po igralnici. Drugi otrok se prosto sprehaja. Igra se nadaljuje, dokler se otroci nekajkrat ne zamenjajo pri kotaljenju žoge. Če imamo neparno število otrok, sodeluje tudi učitelj. Ko otroci igrico znajo, učitelj zahteva, da se jo v celoti igrajo v angleškem jeziku.

Vodenje (z roko, nogo; okoli ovir; v različne smeri; različno hitro)

- **IZBIJANJE ŽOGE:** Igra je primerna za starejše otroke, ki že znajo voditi žogo z roko. Vsak otrok dobi svojo žogo. Njihova naloga je, da vodijo žogo z roko po celi igralnici, hkrati pa morajo drugim otrokom čim večkrat izbiti žogo iz rok. To pomeni, da se morajo tudi sami izmikati drugim. Ob tem lahko štejejo, koliko žog so izbili in na koncu povejo učitelju številko v angleščini. Igro se lahko igra tako, da se izbite žoge vrnejo nazaj ali pa da izpadejo.
- **CESTNI POLIGON:** Učitelj po igralnici postavi poligon – cesto (**road**). Vsak otrok dobi svojo žogo, ki predstavlja avto (**car**). Avtomobili so različnih barv, vsak otrok si izbere svojo barvo (mora jo povedati v angleškem jeziku). Otroci najprej svoj avto vodijo z nogo naravnost (**straight**) in pridejo do puščice, ki kaže levo. Tu mora avto zaviti levo (**turn left**). Naslednja puščica kaže desno in avto mora zaviti desno (**turn right**). Avto naredi še nekaj takih ovinkov, ko pride do tunela. Da bo avto prišel skozi tunel (**through the tunnel**), morajo otroci na kolena in roke in žogo voditi z glavo. Avto se nato pripelje do hriba in gre po klancu navzgor (**up the hill**) – otroci vodijo žogo po blazini navzgor z roko, ter se odpelje po klancu navzdol (**down the hill**) – otroci žogo spustijo po blazini. »Ali lahko avto naslednji krog vozi še hitreje?« (»**Can your car drive faster?**«)

Metanje različnih žog (v daljino, višino, steno ali partnerju; zadevanje ciljev – mirujočih in v gibanju; z roko, nogo, s pripomočki):

- **MIŠKA IN MAČKA:** Otroci se primejo za roke in naredijo velik krog. Spustijo se in se usedejo na tla, tako da je med njimi približno meter in pol prostora. Učitelj da enem otroku majhno žogico, ki predstavlja miško (**mause**), drugemu otroku pa da v roke večjo penasto žogo, ki predstavlja mačko (**cat**). Obe žogi morata krožiti med otroci v krogu tako, da si ju otroci med seboj podajajo. Namen te igrice je, da

mačka ujame miško. To se zgodi takrat, ko se obe žogi znajdeti pri istem otroku. Če kakšen otrok žoge ne ujame, se igra začasno prekine, otrok gre iskat žogo in se spet pridruži skupini. Pomembno pri tej igri je, da otroci med seboj dobro sodelujejo. Zato je smiselno, da se tudi učitelj pridruži igrici in pomaga otrokom, še posebej, če so ti mlajši. To igrico se uporablja predvsem v zaključnem delu vadbene enote.

- **LETNI ČASI:** Vsak otrok ima v roki svojo penasto žogo. Učitelj na vsako steno igralnice nalepi risbico enega letnega časa. Otrokom bo najbolj zanimivo, če bodo po skupinah te risbice narisali sami in jih nato predstavili prijateljem. Učitelj otrokom pokaže in razloži, da vsaka risbica predstavlja drug letni čas – ena risbica predstavlja zimo (**winter**), druga je pomlad (**spring**), tretja predstavlja poletje (**summer**), četrta je jesen (**autumn**). Otroci stojijo z žogami na sredini igralnice, na blazini. Ko učitelj zakliče ime letnega časa, se otroci obrnejo k steni, ki predstavlja ta letni čas in poskušajo z žogo zadeti sliko. Nihče ne sme stopiti z blazine, dokler vsi otroci ne vržejo žoge. Nato stečejo po svojo žogo in se vrnejo nazaj na blazino. Ko otroci že poznajo izraze (slovenske in angleške) za vse štiri letne čase, lahko učitelj igrico oteži. Namesto, da zakliče ime za letni čas, pove besedo, ki se nanaša nanj. Učitelj lahko uporabi besede sneg (**snow**), sneženi mož (**snowman**), snežena kepa (**snowball**), sanke (**sleds**),... in otroci morajo zadeti sliko zime. Lahko zakliče zvončki (**snowdrops**), trobentice (**primroses**), metulj (**butterfly**), dež (**rain**)... in otroci zadenejo risbico, na kateri je upodobljena pomlad. Namesto poletje lahko reče morje (**sea**), plavanje (**swimming**), sladoled (**ice cream**),... ali pa zakliče kostanj (**chestnut**), oreh (**walnut**), grozdje (**grapes**), veter (**wind**) ... in otroci morajo zadeti sliko jeseni. Pri mlajših otrocih je dovolj, če poskušajo zadeti steno, na kateri je risbica. Starejši otroci pa naj se potrudijo in zadenejo cilj – sliko. Vodja igrice je lahko tudi otrok in sčasoma pove vse besede v angleškem jeziku.

- HOPLA, HOPLA, SEM IN TJA: En otrok stoji na sredini igralnice v obroču, drugi otroci pa stojijo malo stran od njega, postavljeni v vrsti. Otrok v obroču je obrnjen stran od drugih, otroci v vrsti pa pojejo pesmico:

Hopla, hopla, sem in tja,

skače moja žogica.

Žogica Marogica,

glej, da mi ne boš ušla!

Medtem, ko pojejo, si iz roke v roko podajajo penasto žogico, dokler se pesmica ne konča. Nato otrok, pri katerem se je žoga ustavila, hitro le-to skrije za hrbet, da je otrok v obroču ne vidi. Vsi otroci iz vrste morajo roke skriti za hrbet, da mora otrok v obroču ugibati, kje je žogica. Nato sprašuje: »Kje je moja žogica? Jo imaš ti?« (**»Where is my ball? Do you have it?«**) in s prstom pokaže na enega otroka v vrsti. Ta mu pokaže prazne roke in reče: »Nimam je jaz, oprostite!« (**»I don't have it, sorry!«**). To ponavlja toliko časa, dokler ne pride do otroka, ki žogico ima in ta reče: »Ja, jaz jo imam!« (**»Yes, I have it!«**). Nato mu jo vrže in otrok v obroču reče: »Hvala!« (**»Thank you!«**), otrok v vrsti pa: »Ni za kaj!« (**»You are welcome!«**). Iskalec žogice postane nato tisti, ki je imel žogico. S to igrico lahko učitelj otroke na igriv način nauči pravilnih in vljudnih vprašanj in odgovorov v slovenskem in angleškem jeziku. Na začetku bodo rabili pomoč, na koncu pa si bodo besedne zveze zapomnili in jih bodo znali že sami povedati. Način metanja žoge lahko učitelj tudi spremeni: met z odbojem od tal, met izpred prsi, met čez glavo nazaj, met z eno in drugo roko, »jajček«,...)

Odbijanje (žoge ali balona; z eno ali z obema rokama, z nogo ali drugimi deli telesa; s pripomočki; v zrak, v steno ali partnerju):

- ODBIJANJE BALONA: Igrico se lahko otroci igrajo samostojno, v paru ali pa v skupini. V skupini otroci stojijo v krogu in si med seboj podajajo balon. Poskušajo ga čim večkrat odbiti, brez da bi padel na tla. Pri tem vsi skupaj, z učiteljevo pomočjo, štejejo število odbojev (štejejo v angleščini). Ko balon pade na tla, naredijo toliko ponovitev neke naloge, kolikor krat so skupaj odbili balon (balon so v krogu odbili petkrat, zato mora vsak otrok narediti pet počepov, poskokov,...). Če

se otroci igrice igrajo samostojno, morajo zraven odbijanja paziti še na ostale otroke in se jim izmikati. Težja različica te igre je odbijanje balona z loparjem. Če učitelj nima dovolj pravih loparjev, jih lahko otroci izdelajo kar v vrtcu, iz malo tršega kartona, in jih sami pobarvajo in okrasijo. Tako bo igrice za otroke še bolj zanimiva. Učitelj otroke nauči tudi angleškega izraza za balon (**balloon**) in lopar (**racket**). Če je v igralnici dovolj prostora, lahko učitelj od enega konca do drugega napne elastiko, ki predstavlja mrežo (**net**), tako da otroci lahko igrajo »tenis« (**tennis**).

- ZADENI GOL: Učitelj otroke razdeli v pare. Razporedijo naj se po igralnici tako, da bo vsak par imel na razpolago svoj delček stene. Če učitelj nima dovolj golov (po navadi ima na razpolago samo dva majhna gola), lahko otroci postavijo improviziran gol – na steno naslonijo manjšo blazino ali pa ob steno postavijo dva stožca/plastenki, kar predstavlja gol. Eden od obeh otrok se postavi v gol, drugi si nekaj metrov stran postavi obroč in vzame žogo. Stopi v obroč in poskuša z nogo brcniti žogo in zadeti gol. Na voljo ima na primer pet poskusov. Otrok v голу žogo ali zaustavi z nogami ali pa jo brcne nazaj. Nato se zamenjata. Učitelj jih ob tem nauči angleških izrazov za žogo (**ball**), brcniti (**kick**), gol (**goal**), lahko pa tudi nogomet (**football**), igralec (**player**), vratar (**goalie**). Nauči jih lahko tudi izraza blizu (**near**) ali daleč (**far**), glede na to, koliko stran od gola postavi obroč. Uporaba obroča pri takih igrice je priporočljiva še posebej pri mlajših otrocih, saj tako točno vedo, iz kod morajo ciljati na gol.

Lovljenje (vrečk, balonov, žog; z obema ali z eno roko; na mestu, v gibanju):

- UJEMI!: Pri tej igrice potrebujemo riževe vrečke različnih barv. Preden se igrice začne, lahko učitelj z otroci ponovi angleške besede za različne barve – pokaže jim vrečko, otroci pa morajo v angleščini povedati, kakšne barve je vrečka. Otroci lahko tudi sami ugotovijo, s čim je napolnjena vrečka - z vato (**cotton**), s kamenčki (**pebbles**), z rižem (**rice**). Otroci naj se postavijo v vrsto, učitelj pa stoji s hrbtom obrnjen proti njim in v rokah drži vrečko. Preden vrečko vrže, mora zaklicati: »Ujemi, Miha!« (**»Catch, Miha!«**) in Miha mora hitro steči iz vrste ter ujeti vrečko. Otroci morajo biti zelo pozorni, da ne preslišijo svojega imena. Težja različica igre

je, da morajo otroci preden vrečko ujamejo, povedati katere barve je – najprej v slovenščini in nato v angleščini. Ko se igrice navadijo, lahko barvo kar takoj povejo v angleškem jeziku. Učitelj lahko igro oteži tudi s tem, da vmes pove ime, ki ga nima nihče od otrok. Kdor v tem primeru steče iz vrste, izpade oziroma naredi kazensko nalogo (na primer tri poskoke na eni nogi). Igrica je dobra pri spoznavanju na začetku šolskega leta, saj si bodo z njeno pomočjo otroci lažje zapomnili imena svojih prijateljev.

Dejavnosti z veliko žogo (podajanje, dvigovanje, nošenje, lovljenje, brcanje; samostojno in s partnerjem; različna zibanja na žogi s pomočjo):

- **RAD JE/PIJE:** Pri tej igri učitelj potrebuje veliko gumijasto žogo. Otroci in učitelj se primejo za roke in naredijo krog. Učitelj reče: »Zajček rad je...« (**»Bunny likes to eat...«**) in po tleh zakotali žogo enemu izmed otrok. Otrok žogo ujame in dokonča stavek: »Korenček!« (**»Carrot!«**). Nato žogo poda nazaj učitelju. Učitelj zopet poda žogo naprej in vpraša: »Muca rada pije...« (**»Cat likes to drink...«**). Otrok žogo ujame in odgovori: »Mleko!« (**»Milk!«**). Učitelj na ta način podaja žogo različnim učencem in zraven sprašuje, otroci pa odgovarjajo: miška-sir (**mouse-cheese**), opica-banana (**monkey-banana**), krava-seno (**cow-hay**), kuža-kost (**dog-bone**), konj-voda (**horse-water**), ti-sok (**you-juice**), oči-kava (**daddy-coffee**),... Dokler otroci ne usvojijo igrice, naj bo vodja, ki sprašuje, učitelj. Potem pa naj postane vodja tudi nekdo izmed otrok. Po možnosti naj poteka spraševanje in odgovarjanje v angleškem jeziku (učitelj ponudi pomoč, kjer je potrebno).
- **ZIBANJE:** Učitelj potrebuje eno veliko gumijasto žogo in enega otroka naenkrat (to postajo lahko vključimo v poligon oziroma delo po postajah, kadar pri drugih nalogah pomoč učitelja ni potrebna). Otroka naj posede na žogo, drži ga za pas in ga nežno ziba naprej (**forward**), nazaj (**backward**), levo (**left**) in desno (**right**). Zraven naj ga nauči tudi izraza sedeti (**sit**) in zibati (**rock**). Ko se otrok počuti dovolj varno in sproščeno, lahko z učiteljevo pomočjo v sedečem položaju po žogi tudi malo poskoči (**hop**). Po navodilih učitelja naj se nato otrok na žogo uleže (**lie**) na trebuh (**on your stomach**). Učitelj ga drži za boke in ga ziba naprej in nazaj, dokler se otrok z iztegnjenimi rokami naprej ne dotakne tal – ustvari tunel (**tunnel**). Če je

otrok dovolj siguren sam vase in dovolj močan, da se drži na rokah, lahko hodi z rokami naprej, dokler se žog ne dotakne kolena/gležnjev. Otrok se nato na žogo uleže na hrbet (**on your back**). Nekateri otroci tega morda ne bodo želeli preizkusiti, saj nimajo pregleda nad tem, kaj se dogaja zadaj za njimi, do kje vse se lahko zazibajo. Take otroke v to nalogo ne silimo. Tiste, ki želijo poskusiti, učitelj ziba naprej in nazaj, dokler se z iztegnjenimi rokami za glavo ne dotaknejo tal – tvorijo most (**bridge**). Dejavnost je zelo primerna za zaključni del vadbene enote, ker se s tem otroci sprostijo, razvijejo pa tudi gibljivost in ravnotežje.

Tekalne in štafetne igre (različne oblike gibanja z žogo, balonom, vrečicami):

- **SLADOLED:** To je tekalna igra, pri kateri učitelj potrebuje toliko stožcev, kolikor je otrok in veliko majhnih žogic, različnih barv. Žogice so kepice sladoleda (**ice cream**) in so v veliki škatli, ki je postavljena sredi igralnice. Vsak otrok dobi svoj stožec, ki predstavlja kornet, škatla z žogicami pa predstavlja sladoledno stojnico. Na znak učitelj reče: »Oranžni sladoled!« (**»Orange ice cream!«**). Otroci stečejo do stojnice, iz nje izberejo oranžno žogico in si jo položijo v narobe obrnjen stožec. S sladoledom v roki morajo otroci teči po igralnici, paziti, da jim sladoled ne pade iz rok in se hkrati umikati drugim otrokom. Če se kdo zaleti ali mu sladoled pade na tla, izpade ali pa dobi kazensko nalogo. Učitelj od začetka govori različne barve sladoledov, ko pa se otroci navadijo igrice in angleških izrazov, igro oteži. Reče: »Jagodni sladoled!« (**»Strawberry ice cream!«**) in otroci morajo vzeti žogico pravilne barve. Tako lahko dobi različne kombinacije vanilija – bela, čokolada – rjava, kivi – zelena, banana – rumena,... Otroke na ta način nauči angleških izrazov za barve v osnovni različici, pri težji različici pa morajo otroci malo pomisliti in sami najti pravilno barvo za pravi okus sladoleda.
- **HITRI BALONI:** Učitelj štafetno igro uporabi pri spoznavanju in utrjevanju barv. Otroci se razdelijo v dve skupini. Vsak otrok iz skupine dobi oznako (rutka, nalepka) svoje barve. Obe skupini imata svojo košaro, ki je polna balonov različne barve. Skupini stojita za črto in naloga vsakega otroka je, da z balonom iste barve, kot je njegova oznaka, steče po postavljenem poligonu do cilja. Poligon vsebuje slalom med stožci, tunnel in sonožne poskoke iz obroča v obroč. Ko otrok priteče



čez cilj (črta na koncu poligona), lahko nadaljuje naslednji otrok v skupini. Naloga je opravljena, ko vsi iz skupine stojijo za ciljno črto v koloni, s pravim balonom v rokah. Če se otrok zmoti in vzame napačni balon, se mora vrniti in vzeti pravega (sotekmovalci mu lahko pomagajo). Na koncu igre vsi otroci poimenujejo barve svojih balonov.

Z osnovnimi dejavnostmi z žogo si otrok razvija koordinacijo gibanja, ravnotežje, moč rok in ramenskega obroča, natančnost podajanja, lovljenja in zadevanja ter odzivno hitrost (Videmšek, Staničević in Sušnik, 2005). Hitro gibanje žoge pa od otroka zahteva razvijanje pozornosti, orientacije v prostoru in hitrega razmišljanja. Prav tako različne elementarne igre z žogo spodbujajo sodelovanje in medsebojno pomoč, učijo pa tudi spoštovanje pravil in »fairplay«.

Čeprav imajo otroci sami po sebi radi aktivnosti z žogo, jim bodo le-te bolj zanimive, če bodo podkrepljene z zanimivimi pripovedkami in zgodbicami. Lažje se vživijo, hitreje se bodo naučili same dejavnosti oziroma igre, pa tudi angleških besed, ki jo spremljajo.

#### **4.4 GIBANJE S PRSTI, ROKAMI IN NOGAMI**

Igranje s pripomočki (žogami, obročki, čepki, zamaški,... različnih oblik, barv, teže, materialov, velikosti):

- **ČAROBNA TORBA:** To obliko dejavnosti lahko učitelj uporabi pred vsako igro, pri kateri je potrebno skupino otrok razdeliti v dve, tri,... manjše skupine. Potrebuje vrečo, ki je polna zamaškov, žogic, obročkov,... dveh različnih barv (če želi otroke razdeliti v dve skupini). Vsakemu otroku posebej zaveže oči. Otrok v torbi poišče en predmet. Povleče ga ven, da ga vidijo še vsi ostali in, z zavezanimi očmi, poskuša ugotoviti, kakšen je predmet. Otroci mu lahko pomagajo. Povejo kakšne oblike je – okrogle (**round**) ali kvadratne (**square**) in ugotovijo ali je mehek (**soft**)

ali trd (**hard**). Nato si otrok odveže oči in pove tudi, kakšne barve je predmet, ki ga drži v roki.

Metanje in lovljenje pripomočkov:

- LETI, LETI, LETI: Učitelj otroke razdeli v pare. En otrok v paru dobi škatlo, polno raznih pripomočkov (majhnih žogic, zamaškov, plastičnih obročkov), drugi pa dobi prazno škatlo. Tisti, ki ima pripomočke, jih bo metal, drugi jih bo lovil v škatlo. Da bo naloga malce težja, naj tisti, ki meče, pred metom reče: »Leti, leti, leti ptica!«. Ker ptica dejansko leti, lahko njegov partner pripomoček ujame. Če metalec reče nekaj, kar ne leti, drugi tega ne sme ujeti. Otroci lahko uporabijo različne besede: ptica (**bird**), letalo (**airplane**), muha (**fly**), čebela (**bee**), helikopter (**helicopter**),... Pri izbiri drugih besed (predmetov, živali, ki ne letijo) da učitelj otrokom prosto izbiro. Sami naj se odločijo, kaj bodo uporabili. Če rabijo pomoč pri prevodu, naj jim učitelj pomaga. Otroka nato vlogo zamenjata. Hkrati jim učitelj lahko pove tudi angleško besedo za leteti (**fly**). Nalogo lahko učitelj oteži tako, da si otroci dajo škatlo med obe stopali in na ta način poskušajo loviti pripomočke.

Prijemanje in dvigovanje z nožnimi prsti:

- GRADIMO: Pri tej dejavnosti učitelj potrebuje kocke vseh velikosti. Otroci naj se sezujejo, saj bodo tako lažje zgradili (**build**) stolp (**tower**). S pomočjo stopal in nožnih prstov naj otroci primejo in polagajo kocke drugo na drugo. Lahko se razdelijo v dve skupini in na koncu med seboj primerjajo, kateri stolp je visok (**high**) in kateri je nizek (**low**). Skupaj lahko ugotovijo tudi, da bodo z večjimi kockami hitro (**quick**) zgradili stolp, z majhnimi ga bodo pa zgradili počasi (**slow**).



*Slika 6. Dvigovanje pripomočkov s pomočjo stopal (osebni arhiv).*

Slika 6 prikazuje dvigovanje s stopali. Otroci tekmujejo drug z drugim, kdo lahko dvigne žogico najvišje.

Iskanje skritih pripomočkov:

- **SKRITI PREDMET:** Skupina zbere enega otroka, ki bo iskal skriti predmet. Medtem, ko on čaka pred vrati igralnice, otroci skupaj poiščejo prostor, kamor bodo skrili pripomoček. Ko končajo (vsi morajo vedeti, kje se pripomoček nahaja), pokličejo iskalca nazaj v igralnico. Ko išče skriti predmet, mu otroci pomagajo z nasveti: mrzlo (**cold**) pomeni, da išče na napačnem mestu, toplo (**warm**) pomeni, da je skriti predmet v bližini, vroče (**hot**) pa pomeni, da išče na pravem mestu in da je pripomoček že zelo blizu.

Prenašanje in razvrščanje pripomočkov:

- VELIKO – MAJHNO: Otroci so razdeljeni v pare. Učitelj stoji na enem koncu igralnice in ima pred sabo veliko (**big**) in majhno (**small**) škatlo (**box**). Na drugem koncu stojijo otroci v parih, pred njimi pa je velika košara najrazličnejših pripomočkov (žog, kock, obročev, stožcev, zamaškov, balonov). Vsi pripomočki morajo biti v paru, en velik in en majhen. Učitelj reče prvemu paru: «Prinesita mi kocko!» (»**Bring me a cube!**«). En otrok iz para vzame iz košare veliko kocko, drugi pa majhno kocko. Prineseta jo do učitelja in jo položita v pravilno škatlo – velika kocka gre v veliko škatlo, majhna kocka v majhno škatlo. Pri igri je pomembno pravilno razvrščanje glede na velikost predmetov, pa tudi sodelovanje med partnerjema (oba ne smeta prinesiti majhnega predmeta). Če so otroci mlajši, lahko učitelj vsakemu otroku posebej pove, kako velik predmet naj prinese.
- SPOMIN: Na enem koncu igralnice se nahaja velika blazina, na kateri ležijo različne kartice. Kartice so v parih, ena kartica iz para je na blazini, druga kartica je v učiteljevih rokah. Vsak otrok dobi svojo kartico in njegova naloga je, da steče do blazine in najde drugo kartico iz para. Obe odnese nazaj k učitelju in poimenuje žival na sliki – slon (**elephant**), metulj (**butterfly**),...

Igra z vodo, peskom, snegom, blatom, listjem:

- PADALO: Učitelj otroke odpelje na igrišče. Skupaj lahko najprej po tleh poberejo listje različnih oblik in barv, če je pomlad ali poletje, jih lahko odtrgajo z dreves. Ponovijo lahko izraze za različne barve, naučijo pa se tudi besedo za list (**leave**). V kanglice dajo nekaj peska (**sand**) iz peskovnika in iz njega naredijo potičke. Oboje prinesejo na travnato površino, kjer je dovolj prostora za izvajanje dejavnosti s padalom. Vsak otrok v eno roko vzame list, v drugo roko pa nekaj peska. Skupaj z učiteljem ugotovijo, da je list lahek (**light**) in da je pesek v drugi roki težek (**heavy**). Nato na sredino padala položijo vse liste. Otroci se razporedijo okoli padala in primejo za ročaje. Na znak skupaj dvignejo padalo v zrak in ga potegnejo dol. Opazujejo, kako padajo listi. Nato isto naredijo še s peskom in ugotovijo, da listi padajo počasi (**slowly**), ker so lahki in da pesek pada hitreje (**quickly**), ker je težji.

Učitelj popestri igrico s skrivanjem pod padalo. Ko otroci dvignejo padalo v zrak, ga hitro spustijo in se poskrijejo pod padalo, da listi oziroma pesek ne pade na njih.



*Slika 7. Igra s padalom.*

Na sliki 7 je prikazana igra s padalom. Otroci z njegovo pomočjo »delajo«  
nevihto in poskušajo vse žogice zmetati na tla.

- **DEŽEVNO VESELJE:** Na rahlo deževen dan učitelj starše otrok prosi, da prinesejo v vrtec opremo za dež. Tako se otroci lahko naučijo tudi različnih angleških izrazov, kot so oblaki (**clouds**), dež (**rain**), dežne kapljice (**raindrops**), dežni škornji (**rain boots**), dežnik (**umbrella**) in dežni plašč (**raincoat**). Učitelj z otroci odide na sprehod, kjer iščejo luže (**puddles**). Skačejo v luže, čez luže, tečejo okoli velikih luž in ugibajo, kakšne oblike so različne luže (živali, predmeti,...). Učenci uporabijo svojo domišljijo, svoje ugotovitve pa povejo v angleškem jeziku.

Razne pesmice, ki vključujejo gibanje s prsti, rokami in/ali nogami:

- **PRSTKI:** Angleška pesmica, pri kateri otroci uporabljajo predvsem prste na rokah (**fingers**). Učitelj in otroci sedijo na tleh v krogu, pojejo pesmico in zraven kažejo.

Melodija je ista, kot pri pesmici Mojster Jaka:

<b>Where is Thumbman,</b>	(roke imajo skrite za hrbtom)
<b>where is Thumbman?</b>	
<b>Here I am, here I am!</b>	(pokažejo palec na eni roki, nato na drugi)
<b>How are you today, Sir?</b>	(kažejo tako, kot da se oba palca pogovarjata)
<b>Very well, o' thank you!</b>	
<b>Run and hide, run and hide!</b>	(skrijejo za hrbet en palec in nato še drugega)
<b>Where is Pointman,</b>	(uporabijo kazalec)
<b>where is Pointman?</b>	
<b>Where is Tallman,</b>	(uporabijo sredinec)
<b>where is Tallman?</b>	
<b>Where is Ringman,</b>	(uporabijo prstanec)
<b>where is Ringman?</b>	
<b>Where is Pinkie,</b>	(uporabijo mezinec)
<b>where is Pinike?</b>	
<b>Where's the whole family,</b>	(uporabijo vse prste naenkrat)
<b>where's the whole family?</b>	
<b>Here we are, here we are!</b>	
<b>How are you today then?</b>	
<b>Very well, o' thank you!</b>	
<b>Run and hide, run and hide!</b>	

(Where is Thumbkin, 2012)

S prsti in rokami otrok med igro pridobiva nove izkušnje, ki so osnova za kasnejše zahtevnejše gibalne vzorce. Zato je potrebno gibalno dejavnost usmeriti tudi na tipalno področje (Videmšek, Drašler in Pišot, 2003). Vadba in razvoj fine motorike pri mlajših otrocih pomeni večji nadzor, natančnost in napredek pri usklajenem gibanju oko – roka. Zato učitelj tega nikakor ne sme zanemariti. Tukaj ne gre samo za različne igrice, kjer premikamo roke in noge, ampak gre tudi za otipavanje z različnimi deli telesa. Otrok tako lahko spozna različne in določene lastnosti nekega predmeta (mehko – trdo, lahko – težko,...).

Dejavnosti s prsti, rokami in nogami pomagajo tudi pri čisto običajnih stvareh, ki se jih mora malček oziroma otrok naučiti – zapenjanje zadrge in gumbov, uporaba vilice in noža, samostojno oblačenje in slačenje, zavezovanje vezalk, risanje in pisanje. Poleg razvijanja sposobnosti upravljanja s prsti, rokami in nogami, so te dejavnosti v predšolskem obdobju pomembne tudi za razvijanje vidnega in taktilnega zaznavanja.

## 4.5 ELEMENTARNE IGRE

Lovljenje, tekalne igre, skupinski teki z izmenjavo mest, štafetne igre, igre ravnotežja, igre hitre odzivnosti, igre preciznosti (s pripomočki ali brez njih):

- REPKI: Igrica je oblika lovljenja, kjer vsak otrok dobi svojo krpico – repek (**tail**). Repek si zatakne zadaj za hlače ali v žep tako, da bo del krpice visel ven in bo dobro viden. Naloga vsakega posameznega otroka je, da si zavaruje svoj repek in hkrati poskuša uloviti čim več repkov drugih otrok. Gibanje je tek poljubno po celi igralnici. Otrok, ki mu repek nekdo ukrade, počaka ob strani igralnice do zaključka igre. Na koncu igre otroci ulovljene repke preštejejo in poskušajo številko povedati tudi v angleškem jeziku. V težjih različicah lahko učitelj gibanje spremeni. Otrokom pove neko žival, na primer zajček (**rabbit**), skupaj povejo, kakšen repek ima zajček (kratek in puhast) in kako se giblje (sonožni poskoki). Tako se nato gibajo tudi otroci in poskušajo uloviti repke.

- **AVTOMOBILI:** To je tekalna igra, kjer vsak otrok predstavlja avto (**car**). V rokah vsak drži svoj obroč – volan (**wheel**). Učitelj predstavlja semafor (**traffic light**) in ima v rokah žoge, klobučke, kartonaste loparje,... treh različnih barv – rdeča (**red**), ki pomeni »Stoj!« (**»Stop!«**), rumena (**yellow**), ki pomeni »Pripravi se!« (**»Get ready!«**) in zelena, ki pomeni »Pojdi!« (**»Go!«**). Ko semafor drži dvignjeno rdečo luč, otroci stojijo na mestu. Ko ima v rokah rumeno luč, otroci izvajajo nizki skiping na mestu. Ko pa semafor prižge zeleno luč, otroci lahko prosto tečejo po igralnici.



*Slika 8. Avtomobili (osebni arhiv).*

Slika 8 predstavlja otroke pri izvajanju tekalne elementarne igre z imenom **Avtomobili**.

- **KOČIJA:** Igrica spada v kategorijo skupinskih tekov z izmenjavo mest. Otroci se razdelijo v pare in vsak par dobi svoj obroč. Par skupaj predstavlja kočijo (**carriage**), sestavljeno iz enega konja (**horse**), ki stoji v obroču in kočijaža (**coachman**), ki obroč drži zadaj in usmerja konja. Po tleh učitelj postavi toliko podlog/ blazinic/ obročev,... kot je kočij. Ko učitelj prižge glasbo, se kočije prosto gibljejo po igralnici. Ko pa glasbo ugasne, mora vsaka kočija kar najhitreje poiskati



svojo stajo (**stall**) – postavijo se na podlogo ali blazino ali v obroč. Ko se glasba zopet prižge, gredo kočije spet na pot. Ko otroci razumejo igrico, vsakič odmaknemo eno stajo. Tako vsak krog ena kočija ostane brez. Tisti par izpade ali dobi naredi kazensko nalogo.

- GEOMETRIJSKI LIKI: To je oblika štafetne igre, kjer učitelj otroke razdeli v tri skupine. Vsaka skupina dobi ime po enem osnovnem liku (**shape**). Ena skupina se imenuje krog (**circle**), druga je trikotnik (**triangle**), tretja pa se imenuje kvadrat (**square**). Pri tej igri učitelj potrebuje še tri blazine – majhne ali velike in pa tri različne krede. Otroci so, razdeljeni v skupine, postavljeni za črto v koloni. Naloga skupine je, da vsak otrok, s kredo v roki, steče do svoje blazine, na njo nariše lik, po katerem se skupina imenuje, in priteče nazaj. Kredo preda svojemu sotekmovalcu, ki nato naslednji steče in spet nariše isti lik. Igra se tako nadaljuje, dokler vsi otroci iz iste skupine ne opravijo naloge in stojijo za črto v koloni. Zmaga skupina, ki prva v celoti opravi nalogo. Skupine naj bodo enako številčne, če to ni mogoče, učitelj določi otroka, ki naj teče dvakrat. Če je otrok za tri skupine premalo, naj naredi dve skupini, najprej krog in kvadrat, nato trikotnik in pravokotnik (**rectangle**). Da bo otrokom lažje, še posebej mlajšim, naj učitelj pred igro pokaže slike različnih likov in skupaj se lahko naučijo pravih slovenskih in angleških izrazov zanje.
- CESTA-PLOČNIK: Spada v obliko iger s poudarkom na ravnotežju. Na tla igralnice učitelj položi dolgo debelejšo vrv ali več kolebnic tako, da tvori(jo) ravno črto. Vrv oziroma kolebnica predstavljajo cesto (**road**), površina okoli nje pa je pločnik (**sidewalk**). Otroci se prosto gibljejo po pločniku. Lahko hodijo, tečejo, poskakujejo naprej in nazaj. Ko učitelj zakliče: »Cesta!« (**»Road!«**), morajo vsi otroci na vrv ali kolebnico. Gibanje po cesti določi učitelj (hoja naprej, nazaj ali v stran). Kdor stopi dol s kolebnice, dobi kazensko točko. Učitelj nato reče: «Pločnik!« (**»Sidewalk!«**) in otroci stopijo z vrvi ali s kolebnice ter nadaljujejo z gibanjem. Ko se igra konča, tistemu z največ kazenskimi točkami celotna skupina določi nalogo. Ko otroci igro usvojijo, učitelj nalogo oteži. Namesto »cesta« lahko pove prevozna sredstva, ki vozijo po njej - avto (**car**), motor (**motorcycle**), avtobus (**bus**,...) in namesto

»pločnik« lahko zakliče otrok (**child**), mama (**mother**), pes (**dog**),... Če je otrok več, lahko učitelj po telovadnici razprostre več vrvi/kolebnic.

- VREME: Elementarna igra, pri kateri je pomembna hitra odzivnost. Učitelj otrokom pokaže štiri slike, ki prikazujejo različno vreme (**weather**) – sončno (**sunny**), oblačno (**cloudy**), deževno (**rainy**) in sneg (**snowy**). Slike skupaj z otroci nalepi na različne stene igralnice. Naloga otrok je, da ob določenem vremenu, ki ga zakliče učitelj, hitro stečejo do prave slike. Gibanje se lahko med igro spreminja, ukaz za to da vodja. Čez čas so lahko vodja igre tudi otroci. Pri starejših lahko učitelj doda še štiri slike o vremenu – vetrovno (**windy**), megleno (**foggy**), nevihtno (**stormy**) in toča (**hail**).
- NATIKANJE OBROČEV: Sledeča igra spada med igre preciznosti. Učitelj na tla igralnice nariše črto, za katero stojijo otroci in izza katere bodo z metom na stožce natikali obroče. Ne preveč daleč od črte so postavljeni stožci različnih barv, takih kot so tudi obroči. Vsak otrok si iz kupa izbere svoj obroč in ugotovi (če rabi pomoč, mu pomaga učitelj), katere barve je (pove tudi v angleščini). Nato najde stožec iste barve in nanj poskuša z metom izza črte natakiniti obroč. Otroci izvajajo nalogo istočasno. Med igro, lahko učitelj razdaljo med stožci in črto podaljša. Če so otroci mlajši in jim metanje ne gre dobro od rok, lahko stečejo do pravega stožca in obroč nataknejo nanj.

Igre, ki vključujejo elementarne oblike človekove motorike (hoja, tek, lazenja, skoki, plezanja, meti,...) z možnostjo prilagajanja pravil trenutni situaciji in potrebam, smo poimenovali elementarne igre. V telesni vzgoji in športu so najpomembnejše sredstvo, s pomočjo katerega vadeči igraje ter sproščeno razvijajo svoje psihomotorične sposobnosti (moč, hitrost, koordinacijo) in se seznanjajo z različnimi gibalnimi informacijami (gibanji), kar predstavlja dobro osnovo za njihov telesni razvoj ter poznejše učenje in delo (Pistotnik, 1995).

Zgornje še posebej velja za mlajše otroke. Če učitelj želi, da bodo otroci v športu uživali in ga sprejeli kot zabavnega in koristnega, mora svoje vadbene vsebine podajati preko igre. Zato naj, še posebej v mlajših starostnih skupinah, večino športne vzgoje zavzemajo elementarne igre v vseh oblikah. Z njihovo pomočjo lahko učitelj, na igriv in otrokom prijazen način, nauči otroke veliko angleških izrazov in vzorcev sporočanja.

Elementarne igre so v tem obdobju pomembne tudi z vidika socializacije, saj otroka navajajo na sodelovanje v skupini, na pomoč skupini in njenim posameznikom ter na sprejemanje in upoštevanje navodil in preprostih pravil za nemoten in prijeten potek igre. Otroka navajajo tudi na sprejemanje zmage in poraza ter razvijajo njegovo vztrajnost in odločnost.

## 4.6 PLESNE IGRE

Ponazarjanje predmetov, živali in pojmov ob glasbeni spremljavi (s pripomočki ali brez njih; samostojno, v parih ali v skupini):

- DANES SMO...: Plesna igrice, kjer se otroci ob glasbeni spremljavi naučijo izražati različna čustva, s pomočjo obrazne mimike in gibanja celega telesa. Otroci, skupaj z učiteljem, na kartone narišejo različne obraze, ki prikazujejo štiri osnovna čustva (**emotions**): vesel (**happy**), žalosten (**sad**), prestrašen (**scared**) in jezen (**angry**). Skupaj jih poimenujejo v slovenskem in še v angleškem jeziku. Učitelj nato ob glasbi, ki je poskočna in hitra, pokaže vesel obraz in reče :«Danes smo veseli!« (»**We are happy today!**«) in otroci začnejo z gibanjem ponazarjati veselje. Čez čas lahko učitelj oteži nalogo. Skupaj določijo enega otroka, ki bo ugibal čustvo, ostali pa se med seboj zmenijo, katero čustvo bodo ponazarjali. Ko ugibajoči ugane, pove čustvo v obeh jezikih. Vloge naj se menjajo.

Različne pesmice, ki vključujejo gibanje:

- Z VLAKOM: Angleška pesmica, ki govori o vlaku z imenom Allee-Allee O. Ob poslušanju CD-ja in petju pesmice otroci posnemajo različne živali, ki jih vidimo v živalskem vrtu.

**We are going on a train,  
called the Allee-Allee O!  
The Allee-Allee O! The Allee-Allee O!**

(otroci korakajo v koloni, oponašajo vlak in se premikajo po celi igralnici)

**We are going on a train,  
called the Allee-Allee O!**

**All through the zoo today.**

**Do you see the lions  
stretching in the sun,...(3x)?  
and the happy, little penguins  
having so much fun,  
so much fun in the zoo today!**

(v opori klečno se otroci pretvarjajo, da so levi, ki se pretegujejo na soncu)  
(v stoji spetno in rokami ob telesu, dlani obrnjene na ven kot pingvinčki)

**Do you see the kangaroos  
hopping up and down,...(3x)?  
and the funny, fuzzy monkeys  
dancing all around,  
all around the zoo today!**

(sonožni poskoki, oponašajo kenguruje)  
(skačejo s tal na blazine, se obešajo po plezalih in z glasovi oponašajo opice)

**Do you see the polar bears  
playing in the snow,...(3x)?**

(v opori ležno spredaj - pokrčeni v kolku se premikajo kot medvedki)

**and the silly, silver seals  
swimming high and low,**

(v opori ležno spredaj – boki so na tleh, oponašajo tjulnje v morju)

**high and low in the zoo today!**

(Rovetech, 2004)

Ples in gibanje spadata v področje vidne stvarnosti, vendar ju njuna zveza z glasbo uvršča v področje čustvenega doživljanja. Glasbene prvine, kot so ritem, tempo, harmonija, sproščajo v otroku čustva, ki poglobljajo doživljanje plesnih dejavnosti (Videmšek in Pišot, 2007).

V predšolski športni vzgoji je namen plesnih iger povezovanje gibanja z elementi časa, ritma in prostora ter spodbujanje ustvarjalnega izražanja s plesom in gibanjem. Še kako sta pomembna tudi razvijanje koordinacije gibanja celega telesa in ravnotežja ter tudi zavedanje prostora, načina in odnosov med deli telesa.

Nekateri otroci se že rodijo z občutkom za ritem in uživajo v plesnih igrinah. Drugi otroci rabijo malo več spodbude. Učitelj otroke spodbuja in jih motivira, še posebej pa tukaj na plano pride otrokova domišljija in ustvarjalnost. Skoraj vsi otroci v osnovi radi pojejo in plešejo, zato so plesne igre dejavnost, ki bi morala biti na programu vsak dan in ne samo pri športni vzgoji.

## 4.7 SPROSTITVENE DEJAVNOSTI

Joga (ob glasbeni spremljavi ali brez nje; v sodelovanju s partnerjem):

- ZABAVNA JOGA: S pomočjo slikic (živali, rastline, predmeti) in domišljjskih zgodbic, lahko učitelj jogo (**yoga**) naredi zabavno. Otrokom pusti, da sami in na svoj način zavzamejo določen položaj. Pri tem jih ne popravlja, ampak vzpodbuja in pohvali, ko je položaj končan. Ko otroci ponazarjajo položaj šotor (**tent**), lahko skupaj ugotovijo, koliko otrok se lahko skrije v en šotor (otroci se skrijejo med noge enega učenca). Pri položaju kača (**snake**) se lahko otroci plazijo po igralnici in zraven sikajo kot kače. Ko vadijo položaj sveča (**candle**) ugibajo, katera sveča ima višji plamen. Lahko se naučijo različnih položajev in hkrati s tem tudi več različnih angleških besed: drevo (**tree**), pes (**dog**), muca (**cat**), metulj (**butterfly**), želva (**turtle**), bojevnik (**warrior**),...



Slika 9. Zabavna joga (osebni arhiv).

Slika 9 prikazuje otroke pri izvajanju joga. Deklici na sliki sta v položaju Drevo.

- BABICA OZ. DEDEK: Elementarna igra, pri kateri lahko sodelujejo vsi otroci. Učitelj določi enega otroka, ki bo predstavljal babico (za začetek je to lahko kar on sam). postavi se na en konec igralnice, otroci pa na drug konec. Babica (**grandmother**) oziroma dedek (**grandfather**) je s hrbtom obrnjen proti otrokom in šteje (za začetek v slovenskem jeziku, ko se otroci igrice naučijo, lahko šteje v angleščini). Otroci vmes korakajo proti njej/njemu. Naenkrat se obrne k otrokom in v tistem trenutku se morajo vsi ustavit in zavzeti določeni joga položaj (položaj že pred začetkom igrice določi babica oz. dedek). Tisti, ki prvi pride do dedka ali babice, zamenja vloge.

Masaža:

- MALI PAJKEC: Originalno pesmico za otroke, pri kateri uporabljamo prste in roke, lahko učitelj spremeni v vrsto masaže. Prvič pokaže na vsakem otroku posebej, drugi pa zraven opazujejo. Nato se otroci razdelijo v pare. Najprej en masira drugega, potem se vlogi zamenjata. Otrok leži na blazini, za boljši učinek ima lahko

dvignjeno majico, drugi otrok, ki masira, pa sedi zraven njega, poje pesmico in zraven izvaja gibe na njegovem hrbtu:

<b>Incy Wincy spider</b>	(otrok se s kazalcem in sredincem sprehaja
<b>went up the water spout.</b>	po hrbtu partnerja)
<b>Down came the rain</b>	(uporabi vse prste in z njimi narahlo trka po
<b>and washed the spider out.</b>	hrbtu, vse do dol)
<b>Out came the sun</b>	(uporabi roko in z njo pogladi hrbet v krogu
<b>and dried up all the rain.</b>	na eno stran, nato še na drugo stran)
<b>And Incy Wincy spider</b>	(zopet uporabi kazalec in sredinec ter se
<b>went up the spout again.</b>	sprehodi po hrbtu navzgor, do vratu)

(Ladybird First Favourite Nursery Rhymes, 2010)

- VREME: Učitelj razdeli otroke v pare. Vsak par si najde prostor v igralnici in se usede na tla, en otrok s hrbtom proti drugemu. Tisti, ki je zadaj, po navodilih učitelja riše po hrbtu svojega prijatelja. Učitelj navodila najprej pove v slovenskem, nato še v angleškem jeziku. Ko otroci igrice spoznajo in se naučijo izrazov, učitelj daje navodila samo v angleščini. Pri starejših otrocih je lahko čez čas vodja tudi eden izmed otrok.

Sonce sije (**The sun is shining**). – Otrok z dlanmi nežno kroži po hrbtu drugega.

Dežuje (**It's raining**). – Otrok s prsti trka po hrbtu drugega.

Toča pada (**Hail is falling**). – Otrok s pestmi nežno trka po hrbtu drugega.

Bliska se (**Lightning strikes**). – Otrok s pestmi nežno riše strele po hrbtu drugega.

Veter piha (**The wind is blowing**). – Otrok drugemu otroku piha za vrat.



*Slika 10. Masaža (osebni arhiv).*

Slika 10 prikazuje otroka pri sprostitveni dejavnosti. Izvaja masažo s pomočjo igrice Vreme.

Masaža je preprost način sprostitve in vir dobrega počutja. Otroci se zelo radi prepustijo njenemu sprostitvenemu vplivu. Uživajo pri božanju, trepljanju, gnetenju, zelo radi pa tudi sami masirajo, saj uživajo v telesnem stiku (Videmšek, Stančevič in Sušnik, 2005).

Joga je brezčasna in praktična tehnika za razvoj tako telesa in duha (Pegrum, 2004). Tudi Stewart in Phillips (1992) pravita, da joga deluje na celotno telo in je primerna za otroke vseh starosti in fizičnih sposobnosti. Spodbuja moč in gibljivost, dobro koordinacijo in pravilno držo. V stresnem in hrupnem življenju uči otroke, kako se sprostiti, kako se osredotočiti, kako biti tiho in pri miru. Predvsem pa je nežna, ne tekmovalna oblika vadbe, v kateri lahko uživajo vsi otroci.



Prav zaradi tega bi bilo narobe misliti, da joga, kot tudi masaža, nista primerni aktivnosti za majhne otroke. Domišljija je v tej starosti zelo pomemben dejavnik učenja in z njeno pomočjo lahko otroci, ravno tako in morda še bolj, uživajo tudi v dejavnostih, ki veljajo za »odrasle«.

## 4.8 DEJAVNOSTI IN IGRE V VODI

Vaje za prilagajanje na odpor vode, potapljanje glave, gledanje pod vodo, izdihovanje v vodo, plovnost in drsenje:

- **VODNA PREVOZNA SREDSTVA:** To je igrice, ki otroke pripravlja na izdihovanje v vodo. Otroci so razdeljeni v pare in stojijo v nizkem delu bazena. En otrok potopi usta v vodo in piha mehurčke, drugi pa ugotavlja, katero plovilo (**watercraft**) oponaša. Pri gliserju (**powerboat**) bodo mehurčki krajši in ne tako zelo glasni. Pri oponašanju velike motorne ladje (**motorboat**), so mehurčki daljši in zelo glasni. Pri jadrnici (**sailboat**) bodo mehurčki neslišni. Ko učenec ugotovi, katero plovilo oponaša njegov partner, pove najprej v slovenščini in nato še v angleščini. Nato zamenjata vlogi.
- **MORSKE ŽIVALI:** Pri tej igrice se otroci poskušajo navaditi na gledanje pod vodo. Za začetek naj se otroci spoznajo z morskimi živalmi (**sea animals**) tako, da jih odpeljejo na sprehod po bazenu. Vsak otrok dobi plavalno desko in eno gumijasto igračko. Učitelj za vsako žival pove, kako se imenuje v slovenskem jeziku in kako v angleškem jeziku. Tako lahko otroci spoznajo ribo (**fish**), morskega psa (**shark**), morskega leva (**sea lion**), raka (**crabb**), hobotnico (**octopus**), morskega konjička (**sea horse**), delfina (**dolphin**), morsko zvezdo (**starfish**),... Otroci se nato v krogu zberejo okoli učitelja. Ta izbere igračko in jo otrokom pokaže pod vodo. Otroci poskušajo potopiti glavo in pod vodo pogledati, katera žival se tam skriva. Ko pridejo na površje povejo, kaj so videli. Če otrok ne želi potopiti glave, naj poskuša nad vodno gladino ugotoviti, katero igračko drži učitelj v rokah.

Različne igre v vodi (s pripomočki ali brez; samostojno, s partnerjem ali v skupini):

- **LOKOMOTIVA IN VAGONI:** Otroci imajo na hrbtu plavalni pripomoček (Swimfin) in roke položene čez »vodnega črva«, ki je sklenjen v obroč. Naredijo kolono, vsak naslednji prime obroč pred sabo. Prvi v koloni je lokomotiva (**locomotive**), vsi ostali za njim so vagoni (**wagons**). Premikajo se tako, da vsak otrok dela zamahe z nogami. Vlak gre lahko hitro, počasi, lahko zavija, ali pa potuje skozi predor (naredi se ga s pomočjo »vodnega črva«). Ko učitelj zakliče: »Naslednji!« (**»Next!«**), lokomotiva zaplava na konec vlaka in drugi v koloni postane nova lokomotiva. Učitelj je pozoren, da ima vsak od otrok možnost biti prvi v koloni.



*Slika 11.* Lokomotiva in vagoni (osebni arhiv).

Slika 11 prikazuje otroke pri igranju igrice Lokomotiva in vagoni. Na sliki sta vidna tudi oba plavalna pripomočka (plavalni črv in SwimFin), s katerima plavajo na plavalnem tečaju.

- LADJA: Otroci splezajo na velik gumijast splav in ga z učiteljevo pomočjo uvijejo tako, da zgleda kot ladja. Učitelj jih vodi po vodi, otroci pa pojejo:

**The big ship sails on the Alley Alley O,**

**the Alley Alley O, the Alley Alley O!**

**The big ship sails on the Alley Alley O,**

**on the last day of September.**

**Alley Alley O, Alley Alley O,**

**the big ship sails away.**

**The big ship sails on the Alley Alley O,**

**on the last day of September.**

(The Big Ship Sails Rhyme Lyrics, Origins and History, 2012)

Namen vadbe malčkov v vodi sprva ni samostojno plavanje, temveč preko različnih iger čim bolj zabavna in sproščena prilagoditev na vodo, učenje plavanja ter priprava na kasnejše samostojno plavanje (Šajber, 2006). Pomembno je, da učitelj otroke že od vsega začetka uči pravilnega udarca in zavesljaja prsno. Otrok gibe hitro avtomatizira in če so narobe naučeni, jih je kasneje težje popraviti.

Učenje naj seveda poteka s pomočjo različnih elementarnih iger, zabavnih dejavnosti in zanimivih plavalnih poligonov, ki jih učitelj, s pomočjo pripomočkov (črvi, splavi, gumijaste igračke, deske), postavi po bazenu. Pomembni so tudi plavalni pripomočki, ki jih pri učenju plavanja nosi otrok. Vsekakor se odsvetuje uporaba rokavčkov in napihljivih obročev, saj otrok pri tem zavzame pokončni položaj, kar je pri plavanju narobe. Bolj primerni so različni pasovi, na katerih so pritrjeni plavajoči deli. Najnovejši in najprimernejši plavalni pripomoček pa je SwimFin, ki je nadgradnja teh pasov. Z njim otrok najlažje zavzame pravilni plavalni položaj in dobi občutek za lebdenje na vodi in drsenje po vodi. Skupaj z tem lahko uporabimo tudi »črva«, ki ga podložimo pod otrokova ramena ali pa plavalno desko, ki jo otrok s stegnjenimi rokami drži pred sabo. S temi kombinacijami se bo otrok najhitreje, najlažje in najbolj pravilno naučil udarec in zavesljaj prsno.

## 4.9 DEJAVNOSTI IN IGRE NA SNEGU

Dejavnosti in igre na snegu (brez in s smučmi):

- ČAROBNA VOZILA: Otroci se razdelijo v skupine po tri. Srednji ima na nogah smučī, druga dva ga držita vsak za eno iztegnjeno roko (onadva sta motor, ki vleče otroka na smučeh). Skupine se postavijo za črto in njihov cilj je, da čim hitreje pripeljejo vozilo do naslednje črte. Vsaka skupina lahko pred začetkom tekme pove, katero čarobno vozilo (**magical vehicles**) predstavlja – čarobni avto (**magical car**), čarobni vlak (**magical train**), čarobni skiro (**magical scooter**),... Igrico ponavljajo toliko časa, da vsi otroci lahko drsijo.
- DOBRO JUTRO, LAHKO NOČ: Učitelj postavi na ne preveč strmeh hribu svetle in temne stožce (izmenično) nekaj metrov narazen. Namesto stožcev lahko uporabi kar smučarske palice. Otroci se drug za drugim spuščajo po hribu navzdol. Ko se peljejo mimo temnega stožca počepnejo, nakažejo z rokami kot da spijo in rečejo: «Lahko noč!» (»**Good night!**«). Ko se peljejo mimo svetlega stožca, vstanejo, se pretegnejo in rečejo: »Dobro jutro!« (»**Good morning!**«). ko se pripeljejo do konca, se v plugu zaustavijo pred učiteljem in rečejo: »Dober dan!« (»**Good afternoon!**«).

Tako kot pri ostalih aktivnostih je tudi pri smučanju pomembno, da se učitelj drži načela učenja skozi igro. Še posebej pri mlajših starostnih skupinah je pomembno, da se, raje kot tehnike smučanja, otroci naučijo gibanja na snegu. Skupaj s tem razvijajo tudi ravnotežje, koordinacijo gibanja celega telesa in moč.

Pišot, Kipp in Supej (2010) trdijo, da imajo prve izkušnje na snegu odločilen vpliv na otrokovo nadaljnje udejstvovanje pri učenju smučanju in samem smučanju. To, kako se otrok spozna s snegom, kakšni so njegovi prvi koraki na smučeh in kakšne metode učenja pri tem učitelj uporabi, so zelo pomembni vidiki. Končni cilj je, da otrok odkrije užitek spuščanja in pogojno tudi zavijanja po rahlih strminah. Za doseg tega cilja naj učitelj uporabi domišljijo in veliko različnih pripomočkov (barvasti stožci, obroči, palice, baloni in žoge).



*Slika 12. Na snegu (osebni arhiv).*

Slika 12 prikazuje otroke po končanem tečaju smučanja.

## 5 SKLEP

Gibanje je staro toliko, kot je star človek. Bilo je edini način, s katerim so naši predniki preživel in si tudi popestrili življenje. Hodili so, ko so se selili iz kraja v kraj, tekli so pred pobesnelimi živalmi, preskakovali so potoke, plezali po drevesih, ko so iskali hrano. Vse to iz enega samega razloga: preživeti. Odrasli so prenašali svoje življenjske izkušnje na potomce, pri čemer je bilo posnemanje vsakdanjih opravil sestavni del vzgoje. Otroci pa niso tako sposobni kot odrasli, zato so dejavnosti prilagodili svojim sposobnostim in svojemu dožemanju, kar je privedlo do aktivnosti, ki jih danes imenujemo igra. Ker dejavnosti ni bila več tesno povezana s preživetjem, je pridobila tudi navdih zabavnosti in tekmovalnosti (Videmšek, Tomazini in Grojzdek, 2007).

Danes se vse bolj zavedamo pomena predšolskega obdobja. Predstavlja namreč temelje za nadaljnji razvoj v človekovem življenju. Če otroka že v tem obdobju seznanimo z gibalno/športno aktivnostjo ter mu preko igre privzgojimo veselje do športa, bo tudi v najstniškem in odraslem obdobju čutil potrebo po gibanju.

Nedvomno bi bilo potrebno, da bi športno vzgojo predšolskih otrok organizirali in vodili strokovno izobraženi pedagogi v sodelovanju z vzgojitelji. Glede na dokazano medsebojno povezanost in soodvisnost med spoznavnim, gibalnim, čustvenim in socialnim razvojem bi morala biti vloga športnega pedagoga odgovorna družbena funkcija. S pomočjo strokovno vodenih gibalnih dejavnosti namreč lahko otroci razvijajo ne samo svoje gibalne sposobnosti in znanja, temveč tudi spoznavne, čustvene in socialne sposobnosti ter lastnosti (Videmšek in Visinski, 2001). Ker za enkrat univerzitetno izobraženi športni pedagogi še ne morejo delati v javnih vrtcih, morajo za pravilno in redno predšolsko športno vzgojo poskrbeti vzgojitelji in vzgojiteljice. Tukaj se pokaže prednost zasebnih vrtcev, ki v veliki meri zaposlujejo diplomante Fakultete za šport, saj se zavedajo, da je gibalna/športna aktivnost v predšolskem obdobju zelo pomemben dejavnik in soustvarjalka celotne otrokove osebnosti.

Otrok se lahko v sodobnem načinu življenja, ki je z razvojem informacijsko podprtega življenjskega sloga zanemarljivo nekoč osnovno komunikacijsko in transportno sredstvo, kljub vsemu še najbolj pogosto in učinkovito sreča s prepotrebnimi vsebinami gibalnih/športnih aktivnosti v vzgojno izobraževalnih institucijah. Veliko manj ali premalo pa se z njimi srečuje v krogu lastne družine. Zato je še toliko bolj pomembno, da otroku ponudimo največ in najboljše ravno tam, kjer preživi največ časa (Pišot in Jelovčan, 2006).

Danes otroci v vrtcu preživijo velik del dneva, zato je naloga vzgojiteljic in vzgojiteljev ter športnih pedagogov, da otrokom skozi igro predstavijo šport. V predšolskem obdobju to po navadi ni velik problem, saj jih za igro v kakršni koli obliki ni potrebno močno motivirati. Glede na njihovo naravno radovednost in vedoželjnost lahko gibalno in športno aktivnost vzgojitelji in pedagogi dvignejo na višjo raven in jih zraven poskušajo naučiti tudi tujega jezika (v našem primeru angleščine). Paziti je potrebno samo na to, v kakšni obliki se vsebine podajajo in predvsem na to, da se otroka v nič ne sili. Pustiti mu je treba čas, da nov jezik sprejme. Pri nekaterih se to zgodi prej, pri drugih kasneje.

V prvem delu diplomskega dela smo prišli do ugotovitev, da je predšolsko obdobje zelo primerno za začetek učenja tujega jezika. Otrokovi možgani so kot goba, ki zelo hitro in z lahkoto vpijajo različne informacije iz okolja. Če so te informacije podane preko igre in zanimivih aktivnosti, je vpijanje teh informacij še hitrejše. Otrok se nauči veliko, brez da bi se tega sam zavedal, pa četudi samo posluša in ne izgovarja ter posnema dejanske besede in besedne zveze.

V drugem delu smo predstavili primer celoletnega programa gibalnih/športnih dejavnosti, ki se ga lahko izvaja v vsakem vrtcu in pri skoraj vseh starostnih skupinah. V okviru tega programa je treba dejavnosti in igre seveda prilagoditi starosti in sposobnostim otrok. Podrobno smo opisali tudi več gibalnih/športnih dejavnosti, ki vključujejo možnost gibanja in hkratnega učenja angleškega jezika v predšolskem obdobju.

Vloga predšolske športne vzgoje je namreč zelo pomembna, saj ni njeno bistvo samo v zadovoljitvi otrokove potrebe po gibanju. Naloge, ki jih ima športna vzgoja, so daljnosežne: zajemajo tudi spoznavno, moralno in estetsko plat pedagoškega učinkovanja. Z ustrezno izbranimi programi, oblikami in metodami dela lahko v okviru športne vzgoje vplivamo tudi na razvoj in odnose med gibalnimi, spoznavnimi, čustvenimi in socialnimi komponentami otrokove osebnosti (Videmšek in Visinski, 2001).

Celoletni program in opisane gibalne/športne dejavnosti, ki vključujejo angleške besede in vzorce sporočanja so lahko v pomoč vzgojiteljicam, vzgojiteljem in športnim pedagogom v javnih ali zasebnih vrtcih. Veliko večino gibalnih/športnih dejavnosti lahko uporabijo tudi športni pedagogi v prvem triletju osnovne šole. Gibalne/športne dejavnosti so opisane tako, da lahko katero koli besedo oziroma vzorec sporočanja zamenjamo z besedo katerega koli drugega jezika. To bo še posebej v pomoč vzgojiteljicam, vzgojiteljem in športnim pedagogom, ki poučujejo kakšen drug tuj jezik. Četudi eden izmed ciljev vadbene ure ni poučevanje tujega (angleškega) jezika preko igre, menimo, da bodo športne dejavnosti in igre v pomoč pri organiziranju predšolske športne vzgoje. V diplomskem delu lahko tudi starši najdejo ideje za preživljanje aktivnega časa s svojimi otroki.

Menimo, da je prisotnost diplomiranih športnih pedagogov v javnih vrtcih najpomembnejša stvar, ki jo je treba v prihodnosti spremeniti. Zavedamo se, da je športna vzgoja v tem obdobju izrednega pomena, vendar bi se morali zavedati tudi, da ni vseeno, kdo ta proces vodi in nadzoruje. Diplomanti Fakultete za šport imajo najboljšo izobrazbo na tem področju, zato bi bilo smotno, da jo izvajajo oni. Le s sodelovanjem športnih pedagogov z vzgojitelji, lahko zagotovimo ustrezno varnost pri gibalnih/športnih dejavnostih in uresničitev zastavljenih ciljev Kurikuluma za vrtce. Ker je za enkrat sodelovanje športnega pedagoga pri predšolski športni vzgoji še vedno nadstandard, si to lahko privoščijo le določeni zasebni vrtci.



Druga stvar, o kateri je treba spremeniti zastarelo mišljenje je, da poučevanje tujih jezikov ni za predšolske otroke. Več novejših raziskav je potrdilo, da je učenje tujega jezika najlažje prav v predšolskem obdobju. To priložnost je nespametno zamuditi, saj je v današnjem svetu znanje tujih jezikov izrednega pomena.

Diplomsko delo ponuja samo nekaj izmed nešteti možnosti poučevanja tujega jezika preko gibalnih/športnih iger. Na vzgojiteljicah, vzgojiteljih in športnih pedagogih pa je, da spretno in pametno uporabijo svojo domišljijo, da se vživijo v otroški svet in da jim učenje (ki to sploh ni) prikažejo v igrivi luči.

## 6 VIRI

- Davies, M. (2003). *Movement and Dance in Early Childhood*. London: Paul Chapman Publishing.
- Fistrovič, K. in Kordaš, K. (1962). *Tuji jeziki za otroke*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.
- Gasser, B. (2001). *Zgodnje poučevanje tujega jezika na predšolski stopnji*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.
- Kurikulum za vrtce*. (1999). Ljubljana: MŠŠ, Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Ladybird First Favourite Nursery Rhymes*. (2010), London: Ladybird Books Ltd, A Penguin Company.
- Pegrum, J. (2004). *Children's Yoga, Fun with a twist*. London: Cico Books Ltd.
- Pistotnik B. (1995). *Vedno z igro*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Pistotnik, B. (1999). *Osnove gibanja – osnove gibalne izobrazbe*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Pišot, R. in Jelovčan, G. (2006). *Vsebine gibalne/športne vzgoje v predšolskem obdobju*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno – raziskovalno središče, Založba Annales: Pedagoška fakulteta.
- Pišot., R., Kipp, R. in Supej, M. (2010). *Skiing is a game*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno – raziskovalno središče, Založba Annales.
- Pišot, R. in Planinšec, J. (2005). *Struktura motorike v zgodnjem otroštvu*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče Koper, Inštitut za kineziološke raziskave, Založba Annales.
- Rovetch, L. (2004). *Zoo train*. United States of America: Kindermusic International, Inc.
- Stewart, M. in Phillips, K. (1992). *Yoga for Children*. London: Vermilion.

Šajber, D. (2006). *Plavanje od rojstva do šole*. Radovljica: Didakta.

*The Big Ship Sails Rhyme Lyrics, Origins and History*. Nursery Rhyme Lyrics and Origins.

Pridobljeno 2.4.2012, iz <http://www.rhymes.org.uk/a122-the-big-ship-sails.htm>.

Videmšek, M., Drašler, A. in Pišot, R. (2003). *Gibalna igra kot sredstvo za seznanjanje s tujim jezikom v zgodnjem otroškem obdobju*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, 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. in Pišot, R. (2007) *Šport za najmlajše*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M., Stančevič, B. in Sušnik, N. (2006). *1, 2, 3, igray se tudi ti*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, inštitut za šport.

Videmšek, M., Tomazini, P. in Grozdek, M. (2007). *Gibalne igre z improviziranimi pripomočki*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

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

*Where is Thumbkin?* KIDiddles. Pridobljeno 10.4.2012, iz

<http://www.kididdles.com/lyrics/w010.html>.