

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

PETRA MRAZ

Ljubljana, 2013

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

**MOŽNOSTI MEDPREDMETNEGA POVEZOVANJA ŠPORTNE VZGOJE IN
SPOZNAVANJA OKOLJA V PRVEM RAZREDU OSNOVNE ŠOLE**

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA

Prof. dr. Mateja Videmšek

RECENZENT

Prof. dr. Damir Karpljuk

KONZULTANT

Prof. dr. Jože Štihec

Avtorica dela

PETRA MRAZ

Ljubljana, 2013

ZAHVALA

Zahvaljujem se svoji mentorici prof.dr. Mateji Videmšek za strokovno svetovanje in pomoč pri nastajanju diplomskega dela, za njeno razumevanje in spodbudo.

Posebna zahvala gre mojemu prijatelju Žanu, ki mi je pomagal pri izdelavi filma, ter prvošolcem Osnovne šole Štore, ki so sodelovali pri izvedbi elementarnih iger.

Zahvaljujem se sošolcem in prijateljem, še posebno Špeli in Maji, ki sta moj študij naredili še bolj zabaven in nepozaben.

Hvala tudi Jerneju, ker me je vsa leta študija spodbujal in mi pomagal.

Diplomsko delo posvečam svojim staršem, Ili in Gojču, ki sta mi študij omogočila, mi stala ob strani in verjela vame. Hvala, da sta izmed vseh staršev, ravno vidva moja.

Ključne besede: športna vzgoja, spoznavanje okolja, improvizirani pripomočki, medpredmetno povezovanje.

MOŽNOSTI MEDPREDMETNEGA POVEZOVANJA ŠPORTNE VZGOJE IN SPOZNAVANJA OKOLJA V PRVEM RAZREDU OSNOVNE ŠOLE

Petra Mraz

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za Šport, 2013

Specialna športna vzgoja, Elementarna športna vzgoja

Število strani: 62 število virov: 24 število slik: 15 število prilog: 1

IZVLEČEK

V šolski praksi se medpredmetne povezave najlažje uresničuje v prvem triletju, ker je otrok na razvojni stopnji, ko dojema svet celostno, vse predmete pa večinoma poučuje en učitelj, ki pozna učne načrte in hitro najde možnost skupnih povezav.

V diplomskem delu smo želeli predstaviti čim več možnosti povezovanja športne vzgoje s predmetom spoznavanje okolja, kajti to je način, kako učitelj še popestri uro športne vzgoje in jo vsebinsko obogati. Poudarili smo tudi pomen uporabe improviziranih pripomočkov, ki rešijo problem pomanjkanja športnih pripomočkov v številnih telovadnicah.

Igre so zelo pomemben del šolske vadbe, s katerimi vadeče na sproščen in zabaven način pripeljemo do uresničitve zastavljenih ciljev. V diplomskem delu smo poudarili pomen igre, kot osnovne otrokove potrebe in predstavili elementarne igre, ki omogočajo razvijanje gibalnih sposobnosti ter razvoj znanja s področja spoznavanja okolja. Igre in gibalne dejavnosti smo posneli in izdelali film v DVD obliki, pri čemer so sodelovali otroci prvega razreda.

Diplomsko delo je namenjeno razrednim učiteljem, športnim pedagogom in staršem za popestritev gibalnih dejavnosti in v pomoč pri iskanju možnosti za povezovanje športne vzgoje in spoznavanje okolja.

Key words: sports education, environmental education, improvised tools, cross curricular integration.

THE POSSIBILITIES OF THE CROSS CURRICULAR INTEGRATION BETWEEN SPORTS EDUCATION AND ENVIRONMENT

Petra Mraz

University of Ljubljana, Faculty of Sport, 2013

Specialised sports education, elementary sports education

Number of pages: 62 number of sources: 24 the number of pictures: 15 the number of enclosures: 1

ABSTRACT

The cross curricular integration can most easily be fulfilled at school in the first triad, when children, being at a the stage of development in which they perceive the world as a whole, usually have only one teacher, teaching all subjects and thus being familiar with all curriculums, which easily enables links between subjects.

The thesis presents the possibilities of linking sports education with the subject of environment as a way of making the lesson of sports education more interesting and content-rich. The thesis also stresses the importance of the use of improvised equipment, thus, solving the problem of the lack of sports equipment in numerous gymnasiums.

Games are a very important part of exercising at school and with their help we can fulfil the goals in a relaxing and fun way. Therefore, the thesis points out their significance, as a form of child's basic need and presents the elementary games which enable the development of motor abilities as well as knowledge of environment. The games and physical activities are recorded and prepared in a form of a DVD, showing the first graders in action.

The thesis is intended for educators, sports teachers and parents who want to make the motor activities more interesting and find possibilities of cross curricular integration between sports education and the subject of environment.

KAZALO

1 UVOD.....	10
1.1 RAZVOJNE ZNAČILNOSTI OTROK.....	11
1.1.2 Gibalni razvoj otroka	12
1.2 OTROK IN IGRA.....	14
1.2.1 Pomen igre za otroka	15
1.2.2 Elementarne igre.....	16
1.2.3 Izbira in izvedba elementarnih iger.....	19
1.3 OPREDELITEV ŠPORTNE VZGOJE S STRANI UČNEGA NAČRTA	20
1.3.1 Splošni cilji predmeta	21
1.3.2 Operativni cilji športne vzgoje v prvem razredu	22
1.3.3 Specialno didaktična priporočila	24
1.4 OPREDELITEV SPOZNAVANJA OKOLJA S STRANI UČNEGA NAČRTA	25
1.4.1 Splošni cilji predmeta	26
1.4.2 Operativni cilji spoznavanja okolja v prvem razredu	28
1.4.3 Specialno didaktična priporočila	31
1.5 MEDPREDMETNO POVEZOVANJE	32
1.5.1 Medpredmetno povezovanje športne vzgoje s spoznavanjem okolja	35
1.6 IMPROVIZIRANI ŠPORTNI PRIPOMOČKI	36
1.7 CILJI	38
2 METODE DELA.....	39
3 PRIMERI POVEZOVANJA ŠPORTNE VZGOJE IN SPOZNAVANJA OKOLJA V PRVEM RAZREDU	40
3.1 UVODNI DEL VADBENE ENOTE.....	40
3.2 GLAVNI DEL VADBENE ENOTE.....	48
3.3 ZAKLJUČNI DEL VADBENE ENOTE.....	54

4 SKLEP.....	59
5 VIRI.....	60
6 PRILOGE.....	62

KAZALO SLIK

<i>Slika 1.</i> Od ponedeljka do nedelje.....	40
<i>Slika 2.</i> Letni časi	41
<i>Slika 3.</i> Povej mi kdo si in rešim te	42
<i>Slika 4.</i> Laž ali resnica	43
<i>Slika 5.</i> Vremenska napoved	44
<i>Slika 6.</i> Kočija	45
<i>Slika 7.</i> Očistimo okolje	46
<i>Slika 8.</i> Stoj ali piskam	47
<i>Slika 9.</i> Ločujem in varujem	48
<i>Slika 10.</i> Deli telesa	49
<i>Slika 11.</i> Preskoči nezdravi obrok.....	52
<i>Slika 12.</i> Ugani kdo.....	54
<i>Slika 13.</i> Levo/desno	55
<i>Slika 14.</i> Dan in noč.....	57
<i>Slika 15.</i> Plen in plenilec.....	58

1 UVOD

Medpredmetno povezovanje predstavlja didaktični pristop, kjer učitelj poskuša določeno vsebino/problem obravnavati čim bolj celostno, tako, da isti problem poskuša osvetliti z več vidikov. S povezovanjem dveh ali več predmetov lahko spodbudimo in okrepimo učenje podanih vsebin. Načrtovanje ure z medpredmetnim povezovanjem poveže učitelje različnih predmetov. Medpredmetno povezovanje daje učiteljem možnost, da učencem predstavijo vsebino učnega načrta na nov in zanimiv način (Kolar, 2011).

V šolski praksi se medpredmetne povezave najlažje uresničuje v prvem triletju, ker je otrok na razvojni stopnji, ko dojema svet celostno, vse predmete pa večinoma poučuje en učitelj, ki pozna učne načrte in hitro najde možnost skupnih povezav. Ena od možnih povezav je med predmetoma športna vzgoja in spoznavanje okolja (Kolar, 2011).

Spoznavanje okolja združuje procese, postopke in vsebine, s katerimi spoznavamo svet, v katerem živimo. Predmet je vir informacij, zajema tudi spoznavanje in utrjevanje poti, kako več izvedeti, kako znanje povezovati in uporabiti. Zato je spoznavanje okolja eden izmed temeljnih nosilcev spoznavnega razvoja v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju osnovne šole. V njem so združene vsebine več znanstvenih področij, tako naravoslovnih in tehničnih (kemija, fizika, biologija, informatika, tehnika in tehnologija) kot družboslovnih (zgodovina, geografija, komunikologija, sociologija, etnologija, ekonomija in politologija). Predmet spoznavanje okolja spodbuja vzgojo in izobraževanje za trajnostni razvoj, saj primerno vključuje medsebojno povezana okoljska, gospodarska in družbena vprašanja. Pestrost vsebin in dejavnosti ter predlaganih metod poučevanja in učenja omogoča integracijo vsebin in smiselno povezovanje z matematiko in slovenščino ter glasbeno, likovno in športno vzgojo (Kolar, 2011).

Namen športne vzgoje je zadovoljitev otrokove prvinske potrebe po gibanju in igri, posamezniku prilagojen razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti, pridobivanje številnih in raznovrstnih znanj ter čustveno in razumsko dožemanje športa.

Predmeta si imata medsebojno marsikaj ponuditi. Primeri povezav v okviru tematskih sklopov so plesne igre (ritem, ljudski plesi), naravne oblike gibanja (orientacija v prostoru, položaji telesa), gimnastična abeceda (naprej, nazaj, levo, desno, gor, dol), atletska abeceda (zalet, odziv, naskok, doskok, razdalja ipd.), pohodništvo (skrb za okolje in dediščino), plavalna abeceda (nevarnosti v vodi, pomen higiene, varnostni ukrepi).

Eden od pogostih problemov v osnovnih šolah je pomanjkanje ustrezne opreme v telovadnicah. Zato smo predstavili še nekatere možnosti medpredmetnega povezovanja z improviziranimi pripomočki, torej s tistim, kar lahko ustvarimo oziroma naredimo sami.

Namen diplomskega dela je predstaviti čim več možnosti za povezavo pouka športne vzgoje in spoznavanje okolja, da bi s tem olajšali pot učiteljem pri načrtovanju ur v prvih razredih osnovne šole. Učitelji bodo s tem imeli nekaj več možnosti, da svojim učencem ponudijo vsebinsko bogate in zanimive ure. Predstavili smo tudi možnosti uporabe improviziranih pripomočkov.

1.1 RAZVOJNE ZNAČILNOSTI OTROK

Otrok se rodi z določeno dovezetnostjo, 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 (Pišot in Planinšec, 2005).

V prvih treh letih življenja je razvoj najhitrejši, nato se nekoliko upočasni, vendar je še vedno intenziven in traja vse do konca obdobja adolescence, kar pa še ne pomeni, da se razvojne spremembe ne dogajajo tudi v odraslem obdobju. Razvoj praviloma poteka v smeri od splošnih k posebnim oblikam vedenja, kar je posledica postopne diferenciacije sposobnosti. V tem procesu iz splošnih, globalnih sposobnosti nastajajo vse bolj ozko usmerjene sposobnosti. Hkrati s tem procesom poteka tudi proces integracije oziroma postopnega povezovanja posameznih specializiranih sposobnosti, saj je človek predvsem zaradi integracijske funkcije sposoben opravljati vse kompleksnejše dejavnosti (Pišot in Planinšec, 2005).

Razvojne zakonitosti veljajo in usmerjajo otrokov razvoj na vseh razvojnih področjih, na telesnem, gibalnem, kognitivnem, socialnem in čustvenem. Razvoj je celota prepletanj vseh petih razvojnih področij in je pomembno, da posameznik prehaja iz nižje v višjo razvojno fazo. Govorimo o tako imenovanem celostnem razvoju. Ker so podsistemi psihosomatskega statusa med seboj tesno povezani, razvoj enega podsistema ter s tem povezanih sprememb vpliva na formiranje in preobrazbo drugih. Tako pomeni napredek na enem področju napredek tudi na drugem in zaostanek na enem zaostanek na vseh ostalih. Osebnost otroka se razvija kot enovita celota, ki je ni moč razdružiti (Zurc, 2008).

Kristan (2009) navaja veliko pozitivno povezanost gibalnih dejavnosti in sposobnosti z vsemi drugimi področji:

- Otrok najprej spozna svet gibalno. Razvoj gibalnih sposobnosti pozitivno vpliva na razvoj perceptivnih sposobnosti. Če je gibalna dejavnost omejena in nezadostna, prihaja do težav v poznejšem perceptivnem in simbolnem učenju.
- Pomen motorike za otrokov razvoj temelji na neločljivosti med gibanjem, razumevanjem, mišljenjem in počutjem. Senzomotorne izkušnje so podlaga za razvoj mentalnih sposobnosti. Brez gibalne in senzorne razvojne zasnove ni mogoč optimalen duševni razvoj.
- Oblikovanje svojega jaza in pozitivne samopodobe sta izredno pomembni silnici v procesu nadaljnjega otrokovega zorenja. Otroci svojo samopodobo oblikujejo predvsem po gibalnih značilnostih in sposobnostih.
- Za najboljši celostni razvoj otroka so najpomembnejše gibalne dejavnosti, ki razvijajo skladnost (koordinacijo) gibanja, ravnotežje, gibalno natančnost (preciznost) in deloma moč, ki pomaga pri udejanjanju prvih treh sklopov.

V vsakem otroku obstajajo težnje po razvoju in težnje po ohranjanju obstoječega stanja. To nasprotje ustvarja konflikt, ki je kot dejavnik razvoja nepogrešljiv. Otrok ves čas ohranja ravnovesje ter se tako neprestano prilagaja novim potrebam in možnostim, ki jih prinaša zorenje. Takšno aktivno prilagajanje, imenujemo adaptacija (Pišot in Planinšec, 2005).

1.1.2 Gibalni razvoj otroka

Gibalno vedenje je poleg spoznavnega in socialno čustvenega pomembno področje otrokovega in mladostnikovega vsakdanjega delovanja. V otrokovem zgodnjem razvojnem obdobju je predvsem gibalna spretnost tista dejavnost, s katero se otrok lahko uveljavlja, si ustvari podobo o sebi, pridobi svoje mesto v družbi ter tako oblikuje svojo osebnost (Kremžar in Petelin, 2001).

Glede na to, da je gibanje pomemben dejavnik razvoja otrokove osebnosti, moramo poznati razvoj, odklone in odstopanja. Poznavanje je potrebno za pravilno načrtovanje nadaljnjega vsestranskega razvoja, razvoja osnovne motorike ter specifičnih in specialnih znanj, s katerimi bi čim učinkoviteje usmerjali otroka v želeni smeri, tudi v šport (Kremžar in Petelin, 2001).

Gibalni razvoj predstavljajo dinamične in večinoma kontinuirane spremembe v motoričnem vedenju, ki se kažejo v razvoju motoričnih sposobnosti (koordinacija, moč, hitrost, ravnotežje,

gibljivost, natančnost, vzdržljivost) in gibalnih spretnosti (lokomotorne, manipulativne in stabilnostne) (Gallahue in Ozmun, 1998).

Otrokov razvoj poteka večsmerno in hkrati na različnih področjih, kar pomeni, da je gibalni razvoj povezan s telesnim, kognitivnim, čustvenim in socialnim razvojem. Za področje gibalnega razvoja veljajo posebne temeljne zakonitosti, ki so značilne za razvoj nasploh, ob tem pa je seveda še nekaj posebnosti. V začetnem obdobju poteka gibalni razvoj v cefalo-kavdalni smeri, pri tem je otrok najprej sposoben nadzirati gibanje glave, nato trupa in rok, šele potem pa nog, ter v proksimo-distalni smeri, kar pomeni, da lahko otrok najprej nadzira gibanje tistih delov telesa, ki so bližje hrbtenici, kasneje pa tudi vse bolj oddaljenih. Tako otrok postopno postaja sposoben nadzirati in učinkovito izvajati vse zahtevnejše gibalne spretnosti (Pišot in Planinšec, 2005).

Gibalni razvoj poteka v več stopnjah, znotraj katerih obstajajo različna obdobja. Razvojne stopnje in obdobja si sledijo v naslednjem zaporedju (Gallahue in Ozmun, 1998):

1. refleksna gibalna stopnja:
 - obdobje vkodiranja (zbiranja) informacij (traja od prenatalnega obdobja do 4. meseca)
 - obdobje dekodiranja (procesiranja) informacij (traja od 4. meseca do 1. leta)
2. začetna gibalna stopnja:
 - obdobje inhibicije refleksov (primitivnih in posturalnih) (traja od rojstva do 1. leta)
 - prekontrolno obdobje (traja od 1. do 2. leta)
3. temeljna gibalna stopnja
 - začetno obdobje (traja od 2. do 3. leta)
 - osnovno obdobje (traja od 4. do 5. leta)
 - obdobje zrelosti (traja od 6. do 7. leta)
4. specializirana gibalna stopnja
 - prehodno obdobje (traja od 7. do 10. leta)
 - obdobje prilagoditve (traja od 11. do 13. leta)
 - obdobje trajne uporabnosti (traja od 14 let naprej)

Približno od drugega do sedmega leta traja temeljna gibalna stopnja. V tem času postaja gibanje vse učinkovitejše in vse bolj usklajeno. Značilno za to stopnjo je, da otroci aktivno preskušajo in raziskujejo svoje motorične sposobnosti ter zmogljivosti. Otroci odkrivajo in izvajajo različne gibalne spretnosti, najprej ločeno, nato vse bolj povezano. Ob koncu obdobja zrelosti, ki je

zadnje obdobje na tej stopnji, naj bi otroci obvladali večino temeljnih gibalnih spretnosti. Za to potrebuje otrok spodbudno okolje, priložnost za dejavnost in učenje. Če otrok ne doseže najvišjega obdobja temeljne gibalne stopnje, obstaja možnost, da bo imel v nadaljnjem motoričnem razvoju težave. Po sedmem letu starosti nastopi specializirana gibalna stopnja. Prehodno obdobje, ki traja približno do desetega leta, je prvo na tej stopnji motoričnega razvoja. V tem obdobju začne otrok povezovati in uporabljati temeljne gibalne spretnosti za izvajanje specializiranih športnih spretnosti. Izvajanje gibalnih spretnosti je vse bolj nadzirano, izpopolnjeno in hitro (Gallahue in Ozmun, 1998).

Osnova za razvoj gibalnih spretnosti pa je intenziven razvoj nekaterih motoričnih sposobnosti, predvsem reakcijskega časa, koordinacije in hitrosti gibanja, ki potekajo v tem času. To obdobje je za otroke zelo zanimivo in pomembno. Otroci so aktivni v odkrivanju in kombiniranju različnih gibalnih vzorcev, navdušeni so, zaradi vse večjih gibalnih zmogljivosti. Otrokom naj bi v tem obdobju zagotovili predvsem pestro izbiro različnih gibalnih dejavnosti, kar bo izdatno izboljšalo nadzor gibanja in gibalno učinkovitost v celoti. Preozka omejenost pri izbiri in premajhna pogostost gibalnih dejavnosti ima lahko nezaželene učinke v naslednjih obdobjih otrokovega motoričnega razvoja (Pišot in Planinšec, 2005).

1.2 OTROK IN IGRA

Zgodovinski viri navajajo, da so o igri razmišljali že stari Grki. Tako je pisatelj Plutarh (1. stol. n. št.) razglabljal o igri kot o »pogoju za zdravo življenje«. Platon je trdil, da morajo otroci že zgodaj »skozi igro spoznavati zakone družbe«. Aristotel piše, da mora biti igra taka, da »spodbudi aktivnosti, ki jih bo otrok kasneje potreboval v življenju.« V srednjem veku je pomembno razmišljanje o igri J.J. Rousseauja, ki trdi, da ima igra pedagoški učinek, da se »otrok v igri uči«. Igra je gotovo najpomembnejši dejavnik v primarni in sekundarni socializaciji človeka, to je nekakšno pripravljanje otroka na življenje skozi igro (Šugman, 2004).

Igra predstavlja neizčrpen vir vedno novih spoznanj o otrokovem razvoju, doživljanju in življenju, zato ni nikoli dovolj poudarjeno, kako zelo je pomembna za razvoj otrokove osebnosti in njegovega ustvarjalnega odnosa do življenja in okolja. Igra kot svojevrstna dejavnost je najprimernejša otrokovi naravi in osnovnim zakonitostim njegovega razvoja, v največji meri zagotavlja enotnost med gibalnim, spoznavnim, čustvenim in socialnim razvojem (Videmšek, Šiler in Fišer, 2002).

Igra je beseda, ki jo najpogosteje povezujemo s terminoma otrok in otroštvo. Splošno se pojem igra nanaša na vsako aktivnost, ki se je loti posameznik zaradi nekega zadovoljstva, ne glede na končni rezultat te aktivnosti. Edini motiv za igro je zadovoljstvo, ki ga otrok pri tem doživlja, brez kakršne koli prisile v igro (Videmšek in Jovan, 2002).

1.2.1 Pomen igre za otroka

Želja po izražanju samega sebe je ena izmed človekovih osnovnih potreb in otrok izraža sebe v igri. V igri prihaja do lastnega potrjevanja in spoznavanja samega sebe, sebe v ožjem in širšem družbenem okolju. Samopotrjevanje pa je silnica, gibalno, ki usmerja otroka k novim dejavnostim, s pomočjo katerih razvija gibalne in spoznavne sposobnosti, ustvarjalnost, delovne navade, moralne in estetske standarde, interese, čustveno življenje (Marjanovič, 1981; v Videmšek, Šiler in Fišer, 2002).

Potrebi po gibanju in igri sta primarni otrokovi potrebi. Z gibanjem telesa zaznava okolico, prostor, čas in predvsem samega sebe. Ko začne obvladati svoje roke, noge in trup, počasi začneja čutiti veselje, varnost, ugodje, dobro se počuti, pridobi samozaupanje in samozavest. Za ohranjanje in razvijanje teh sposobnosti in lastnosti so v prvi vrsti odgovorni odrasli. Starši, vzgojitelji, učitelji in vsi tisti, ki se kakor koli ukvarjajo s predšolskimi otroki, jih lahko namreč spodbujajo h gibanju, jim omogočijo kakovostno športno vzgojo in tako pozitivno vplivajo na njihov celostni razvoj (Videmšek in Jovan, 2002).

Glede na to, da sta potrebi po gibanju in igri osnovni otrokovi, naj se igra kot rdeča nit prepleta skozi vse otrokove dejavnosti. Kot vsaka igra je tudi gibalna igra dejavnost, ki je notranje motivirana, svobodna in odprta ter za otroka prijetna (Videmšek, 2000; povzeto po: Videmšek, Šiler in Fišer, 2002).

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

bojazni, kot so strah pred govorjenjem pred skupino, strah pred zagovarjanjem stališč itd. (Jurak, 1999).

Po šestem letu starosti se prične razvijati ustvarjalna oblika igre, ta dobiva vedno izrazitejšo vlogo, saj predstavlja naravni most, ki vodi otroka do učenja. Čeprav funkcijska oblika igre prične upadati, je še vedno pomembna, saj gre za obliko, ki je vezana na različne gibalne dejavnosti zahtevnejšega tipa (tek, lovljenje, vzdrževanje ravnotežja, preskakovanje ovir, lovljenje in metanje žoge). V tem obdobju funkcijska igra postaja zelo sestavljena in prerašča v pravo športno aktivnost (Videmšek in Jovan, 2002).

Šestletniki zelo radi sodelujejo pri organizirani vadbi. Pojavi se tekmovalnost med njimi, zato je spodbuda zelo dobrodošla (kdo bo hitrejši, kdo bo skočil višje, kdo bo spretnejši itd.). Koncentracija še vedno ni velika, zato je potrebno spreminjati igre in gibalne naloge, sicer se prehitro naveličajo. Igra je še vedno osnova za delo (Videmšek, Tomazini in Grojzdek, 2007).

Glede na različne kriterije (značilnosti, uporabnost), igre danes delimo v več skupin, izmed katerih so nekatere našle svoj prostor tudi v športu. V tem segmentu človeške kulture se igre lahko pojavljajo kot samostojne športne panoge, ki imajo vedno točno določena pravila, to so športne igre. Pri šolski športni vzgoji in treningu športnikov se igre pogosto uporabljajo tudi kot glavno ali pomožno sredstvo za uresničitev različnih smotrov oziroma ciljev v posameznih delih vadbene enote. Te igre imenujemo elementarne igre. Za popestritev življenja in dela večjih skupin, ob dolgih večerih na letovanju, taborjenju ali v šoli v naravi, pa lahko izbiramo različne aktivne družabne igre in potegavščine, s katerimi vzpodbujamo domišljijo udeležencev ter jih navajamo na socialne odnose v družbi (Pistotnik, 2004).

1.2.2 Elementarne igre

Elementarne igre so nekakšna nadgradnja naravnih oblik gibanja. Te igre imajo prilagodljiva pravila, ki se lahko spreminjajo glede na vadbene možnosti in zastavljene cilje ter glede na sposobnosti in znanje vadečih. Igre so zelo pomembno sredstvo športne vadbe, saj vsebujejo nek specifičen naboj, ki vadečega motivira na takem nivoju, da se je pripravljen na njihovo izvedbo maksimalno angažirati. Pri športni vzgoji, oziroma v športu nasploh, predstavljajo elementarne igre pomembno uporabno sredstvo, s pomočjo katerega lahko vadeči igraje, sproščeno in ne da bi jim napor predstavljal težavo, dosežejo zastavljene cilje (Pistotnik, 2003).

Elementarne igre ne izbiramo samo zaradi igre same in zabave, ki jo nudi, ampak za vsako izbrano igro uresničujemo cilje, ki jih želimo doseči. Cilji se razlikujejo glede na dele vadbene enote (Videmšek, Šiler in Fišer, 2002).

V uvodnem delu vadbene enote se želi vadeče pripraviti na glavni, zahtevnejši del vadbe. Vadeče naj bi z igro pritegnili k bolj zavzeti vadbi in jim dvignili telesno temperaturo ter z ustreznim načinom organizacije vzpostavili ugodno vzdušje in aktiven odnos do dela. Elementarne igre namenjene ogrevanju morajo zadovoljiti naslednje kriterije (Pistotnik, 2003):

- vsi vadeči morajo imeti možnost hkratnega aktivnega sodelovanja v igri,
- igre morajo biti dinamične,
- zaradi aktivnosti mora priti do usklajenega delovanja velikih funkcionalnih sistemov (dihalni, krvožilni) in do uskladitve delovanja mišičnih skupin,
- pravila naj bodo preprosta, da jih vadeči hitro dojame in se igra lahko čim prej razmahne v vsej svoji dinamiki,
- priporočljivo je, da ima igra ideomotorično povezavo z glavnim delom vadbene enote (vsebinsko in gibalno).

V največji meri tem zahtevam ustrezajo naslednje skupine elementarnih iger:

- lovljenja,
- skupinski teki z izmenjavo mest,
- tekalne igre.

V glavnem delu vadbene enote se lahko z elementarnimi igrami organizira vadbo za razvoj nekaterih motoričnih sposobnosti. Motorične sposobnosti, na katere se lahko z elementarnimi igrami vpliva v glavnem delu vadbene enote, so: moč, hitrost, nekatere pojavne oblike koordinacije pa tudi preciznost in ravnotežje. Na razvoj gibljivosti se z elementarnimi igrami v večji meri ne da vplivati, lahko pa se, z ustreznim izborom gibanj vpliva na njeno ohranjanje. Zaradi velike gibalne pestrosti, ki se jo lahko smotrno načrtuje, nudijo elementarne igre v glavnem delu vadbene enote tudi mnogo možnosti za pridobivanje novih gibalnih informacij in izkušenj (Pistotnik, 2003).

Elementarne igre za razvoj motoričnih sposobnosti in za sprejem motoričnih informacij se, glede na nekatere njihove skupne značilnosti, delijo v naslednje tri skupine (Pistotnik, 2003):

- Štafetne igre, s katerimi se lahko vpliva predvsem na razvoj moči, hitrosti in koordinacije ter se utrjuje motorične informacije;
- Moštvene igre, s katerimi se spodbudi vključitev celotnega spleta motoričnih sposobnosti, pri čemer se s pravili poudari pomembnost izbrane sposobnosti;

- Borilne igre, pri katerih je poudarjena predvsem moč, lahko pa je izpostavljen tudi razvoj »spretnosti« in ravnotežja ali pa osvajanje motoričnih informacij s področja borilnih športov.

Zaključni del vadbene enote je namenjen umiritvi vadečih po napornejši vadbi v glavnem delu. Pri vadečih naj bi dosegli psihofizično umiritev, kar pomeni duševno (umiritev razburjanja in zmanjšanje tekmovalnega žara), kot tudi telesno umiritev (znižanje srčnega utripa, umiritev dihanja, znižanje telesne temperature ipd.). Elementarne igre za psihofizično umiritev morajo imeti zato ravno nasproten karakter, kot elementarne igre v uvodnem delu vadbene enote. Glede na to morajo igre v zaključnem delu vadbene enote zadovoljiti naslednjim zahtevam (Pistotnik, 2003):

- dinamika gibanja naj bo majhna,
- v gibanje naj se preveč dinamično ne vključujejo velike mišične skupine,
- dihalni in krvožilni sistem naj ne bosta preveč obremenjena,
- igre naj vadečih čustveno ne razburijo preveč;

V okvir teh elementarnih iger se uvrščajo igre, ki pogojujejo reševanje gibalnih problemov s področij:

- preciznosti (zadevanje tarč na predpisan način),
- ravnotežja (predvsem ohranjanje ravnotežnega položaja),
- orientacije v prostoru (vadba kinestetičnega občutka – občutek za položaj lastnega telesa v prostoru ob izključitvi čutila vida) in
- hitre odzivnosti (hitre reakcije z manjšimi telesnimi segmenti, ki niso energijsko zahtevne).

Poudarek pri teh igrah naj ne bo na hitrosti izvedbe zadane naloge, temveč na natančnosti in v doslednosti njene izvedbe, kar naj bi vadeče pripeljalo do uspeha. Za doseganje navedenih ciljev, pa je, enako kot v glavnem delu vadbene enote, potrebna ustrezna gostota vadbe. To pomeni delo v manjših skupinah ali posamič, kar omogoča večkratno ponavljanje naloge, pri čemer pa trajanje izvedbe posamezne naloge ne sme biti predolgo (Pistotnik, 2003).

Samo dobro izbrana, nadzorovana ter vodena elementarna igra je lahko primerno vzgojno in praktično uporabno sredstvo v športu. Treba se je namreč zavedati, da ima vsaka elementarna igra, poleg zahtev s področja motorike, tudi vzgojni pomen. Med igro se vadeči namreč znajde v različnih položajih, v katerih se lahko nanj deluje vzgojno (spoštovanje pravil, obvladovanje

agresivnosti, obzirnost do nasprotnika, ipd.). Vendar igra sama po sebi ne vzgaja, vzgaja pedagog, ki je igro izbral in jo ustrezno vodil. Zato pedagog ne more biti le nemi opazovalec dogajanja na vadišču, temveč posega v igro in jo usmerja k želenim ciljem (Pistotnik, 2003).

1.2.3 Izbira in izvedba elementarnih iger

Ko izbiramo elementarne igre pa moramo, ob upoštevanju izbranega cilja, razmisliti še o starosti, spolu in številu vadečih ter o igralnih pogojih v katerih bo igra potekala. Zanimanje vadečih glede igre se namreč s starostjo spreminja; različna starostna stopnja vadečih zahteva tudi različne obremenitve; pri dečkih lahko uporabimo bolj grobe igre kot pri deklicah; včasih lahko dečke in deklice pomešamo med sabo, drugič spet ne; zato moramo tem značilnostim skupin, s katerimi delamo, posvetiti ustrezno pozornost. Nadalje se, zaradi premajhnega ali pa tudi prevelikega števila vadečih nekatere, predvsem moštvene igre, ne dajo izvesti ali pa njihov učinek na udeležence ni tak, kakršnega smo si želeli. Velikost igrišča, podlaga in rekviziti, ki so nam dostopni, vsekakor omejujejo izbor iger, saj jih brez ustreznih pogojev ne moremo izpeljati. Če organiziramo vadbo na odprtem prostoru, v naravi, je izbira igre odvisna tudi od vremenskih razmer (zima, poletje). Z igro samo po sebi pa ne moremo doseči zastavljenega cilja, če se na njeno izvedbo temeljito ne pripravimo in je ne domislamo v pogojih, v kakršnih naj bi se udeležila, zato je ob izvedbi elementarnih iger priporočljivo upoštevati nekatere napotke, ki olajšajo delo in pripomorejo k uresničitvi teh ciljev (Pistotnik, 2004):

- Igra se kratko in jasno razloži ter se po potrebi tudi demonstrira.
- Pravila naj ne bodo prezahtevna ali dvoumna in naj ne vsebujejo omejitev, ki nimajo vpliva na doseganje zastavljenih ciljev.
- Vadeče se razporedi v številčno kakovostno enakovredne skupine.
- Odvečnih udeležencev pri igri ne sme biti, zato naj se vadba organizira tako, da so vsi zaposleni.
- Pri izbiri in organizaciji se mora upoštevati načela postopne obremenitve in vsem udeležencem omogočiti enakovredne pogoje.
- Vsako odstopanje od pravil se sankcionira z dajanjem prednosti ali ugodnosti nasprotniku. Pravila so namreč zato, da jih vadeči upoštevajo in zato, da se dosežejo zadani cilji vadbe.
- Igra naj se razživi in razvija, zato se prekinja le, če je to nujno.
- Igra se zaključi, ko je dosežen cilj ali ko se opazi, da zanimanje za igro plahni, pri tem pa mora biti vedno razvidno, kdo je zmagovalec, ker neodločen rezultat ni stimulativen za vadeče.

- Ob zaključku ali med odmori je potrebno igro komentirati in vadečim dati napotke za boljše izvedbo v naslednji ponovitvi ter javno razglasiti rezultat.
- Posamezno igro se običajno uvrsti na več vadbenih enot zapored, pa tudi v isti vadbeni enoti se jo večkrat ponovi ali pusti, da traja dalj časa, saj vadeči le tako igro dojamejo in se v njej izrazijo, s tem pa lažje dosežejo zastavljene cilje igre.

Pri elementarnih igrah obremenitev ni mogoče tako natančno določiti, kot s treningom za razvoj motoričnih sposobnosti, vendar se v njih kljub temu skuša ohraniti logiko metodičnega postopka, ki se uporablja pri razvoju motoričnih sposobnosti. Da bi se spremenila obremenitev, se pri elementarnih igrah uporabljajo naslednja načela postopnega povečevanja obremenitve:

- ustrezna izbira igre glede na pogoje in cilje - igre se lahko razlikujejo glede na zahtevnosti gibanja in glede intelektualnih zadev,
- spreminjanje igralne površine - igra postane zahtevnejša ali lažja, če se realizira na različnih podlagah, ker se s tem spremenijo gibalne zahteve (asfalt, trava, parket, voda, sneg, ipd.),
- spreminjanje velikosti igrišča - spreminja se dinamika gibanja in s tem tudi obremenitev (manjše igrišče – krajše razdalje, večje igrišče - daljše razdalje),
- spreminjanje števila igralcev - vpliva na večjo ali manjšo dinamiko gibanja (npr. večje število lovcev),
- spreminjanje igralne motorike - povečanje obremenitve izbranih segmentov,
- spreminjanje trajanja igre oz. števila ponavljanj igre - daljše trajanje ali večje število ponovitev pomeni večjo obremenitev vadečih.

1.3 OPREDELITEV ŠPORTNE VZGOJE S STRANI UČNEGA NAČRTA

Šolska športna vzgoja je nenehen proces bogatenja znanja, razvijanja sposobnosti in lastnosti ter pomembno sredstvo za oblikovanje osebnosti in odnosov med posamezniki. Zato si prizadevamo, da z izbranimi cilji, vsebinami, metodami in oblikami dela prispevamo k skladnemu biopsihosocialnemu razvoju mladega človeka, sprostitvi in kompenzaciji negativnih učinkov večurnega sedenja. Ob sprotni skrbi za zdrav razvoj vzgajamo in učimo, kako v vseh obdobjih življenja bogatiti svoj prosti čas s športnimi vsebinami. Z zdravim načinom življenja bo tako lahko skrbel za dobro počutje, zdravje, vitalnost in življenjski optimizem (Kovač in Novak, 2006).

Splošna izhodišča po Učnem načrtu (2006), katerim športni pedagog sledi so naslednja:

- športna vzgoja mora biti sredstvo celostnega razvoja osebnosti,
- spoštovati mora načelo enakih možnosti za vse učence in upoštevati njihovo različnost,
- pedagoški proces vodi tako, da bo vsak učenec uspešen in motiviran,
- igra kot vir sprostitve in sredstvo vzgoje mora biti vključena v vsako uro športne vzgoje,
- učno - ciljna naravnost učnega načrta dopušča določeno stopnjo avtonomije šole in učitelja ter sočasno zahteva prevzem strokovne odgovornosti za ustrezno izbiro vsebin, metod in oblik dela,
- načrtno mora spodbujati otroke k humanim medsebojnim odnosom in k športnemu obnašanju,
- posebno skrb mora nameniti nadarjenim za šport in otrokom s posebnimi potrebami,
- povezuje športno dejavnost z drugimi predmetnimi področji,
- načrtno spremlja in vrednoti otrokove dosežke ter ga spodbuja k športni dejavnosti,
- spoštovati mora predpisane standarde in normativna izhodišča ter poskrbeti za varnost pri vadbi.

1.3.1 Splošni cilji predmeta

Učni načrt (2006) navaja splošne cilje s športno vzgojo usmerjeno v:

- zadovoljitev otrokove prvinske potrebe po gibanju in igri,
- posamezniku prilagojen razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti,
- pridobivanje številnih in raznovrstnih športnih znanj,
- čustveno in razumsko dojetje športa,
- uresničujemo splošne cilje športne vzgoje v osnovnošolskem programu:
 - skrb za skladen telesni in duševni razvoj,
 - skladna telesna razvitost, pravilna drža,
 - zdrav način življenja (telesna nega, zdrava prehrana, ravnovesje med učenjem, športno dejavnostjo, počitkom in spanjem, odpornost proti boleznim ter sposobnost prenašanja naporov, kompenzacija negativnih učinkov sodobnega življenja),
 - krepitev zdravega občutka samozavesti in zaupanja vase,
 - oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev (spodbujanje k medsebojnemu sodelovanju, zdravi tekmovalnosti, spoštovanju športnega obnašanja - fair playa, strpnosti in sprejemanju drugačnosti),

- razumevanje koristnosti športa in navajanje na kakovostno preživljanje prostega časa,
- razvoj ustvarjalnosti,
- razbremenitev in sprostitev,
- pozitivno doživljanje športa, ki bogati posameznika,
- oblikovanje pristnega, čustvenega, spoštljivega in kulturnega odnosa do narave ter okolja kot posebne vrednote,
- spoštovanje naravne in kulturne dediščine.

Primerno izbrane vsebine, ustrezne metode in oblike dela omogočajo, da se učenci ob športnem udejstvovanju počutijo prijetno, se psihično sprostijo, hkrati pa osmislijo in bolje razumejo šport. Učenci si oblikujejo stališča in vrednostni odnos do športa kot kulturne sestavine človekovega življenja. K celostnemu razumevanju športa pripomore tudi povezovanje z vsebinami drugih predmetov (spoznavanje okolja, družba, naravoslovje, biologija, kemija, fizika, geografija, zgodovina, slovenščina, matematika, glasbena vzgoja, etika in družba) (Kovač in Novak, 2006).

1.3.2 Operativni cilji športne vzgoje v prvem razredu

Operativni cilji so v vsakem razredu razdeljeni v štiri skupine, ki poudarjajo (Kovač in Novak, 2006):

- telesni razvoj in razvoj gibalnih ter funkcionalnih sposobnosti,
- usvajanje in nadgradnjo športnih znanj,
- seznanjanje s teoretičnimi vsebinami,
- oblikovanje in razvoj stališč, navad ter načinov ravnanja in prijetno doživljanje športa.

Telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti

- skrbeti za pravilno telesno držo z izbranimi gibalnimi nalogami,
- celostno razvijati gibalne sposobnosti (koordinacija gibanja, moč, hitrost, gibljivost, natančnost) z naravnimi oblikami gibanja, igrami, štafetami in poligoni,
- razvijati orientacijo v prostoru, obvladovanje telesa v različnih položajih, usklajeno delo rok in nog, s skladno ter pravilno izvedbo enostavnih gibanj z raznovrstnimi igrami,

- razvijati koordinacijo gibanja z enostavnejšimi gibalnimi nalogami in družbeno-plesnimi igrami, ki jih izvajamo v različnem ritmu ob glasbeni spremljavi,
- razvijati funkcionalne sposobnosti (splošna vzdržljivost) z igrami in dalj časa trajajočimi različnimi gibalnimi nalogami v naravi (npr. tek, pohodništvo),
- spremljati telesne značilnosti, gibalne funkcionalne sposobnosti.

Usvajanje različnih naravnih oblik gibanja, iger in športnih znanj

Pridobiti temeljne gibalne podlage in izkušnje, na katerih je mogoče nadgrajevati različna športna znanja:

- spoznati osnoven položaje telesa, rok in nog,
- sproščeno izvajati naravne oblike gibanja: različne oblike hoje, teke, mete, plazenja, lazenja, valjanja, visenja, plezanja, nošenja,
- posnemati predmete, živali, pojave in pojme v naravi z igro,
- izražati občutke z gibanjem in izvajati enostavnejša gibanja ob glasbeni spremljavi,
- spoznavati in znati ravnati z različnimi športnimi pripomočki (žoge, kolebnice, kiji, obroči, ovire, loparji ...),
- spoznati in se učiti osnovnih elementov atletike z igro ter naravnimi oblikami gibanja,
- pridobivati različne gibalne izkušnje s prvinami gimnastike,
- spoznati in učiti se gibanj z žogo,
- spoznati preproste otroške plesne in plesne igre,
- prilagoditi se na vodo in stopnje drsenja,
- spoznati gibalne dejavnosti na snegu in ledu.

Prijetno doživljanje športa in vzgoja z igro

- spodbujati veselje do športne dejavnosti in postaviti temelje za vrednotenje športa,
- razvijati občutke zadovoljstva ob obvladanju telesa in izražanju z gibanjem,
- razvijati vztrajnost,
- spodbujati strpno in prijateljsko vedenje v skupini,
- oblikovati pozitivne vedenjske vzorce,
- spoznati osnovne higienske navade,
- privzgojiti odnos do športne opreme,

- razvijati kulturni odnos do narave in okolja.

Seznanjanje s teoretičnimi vsebinami

- seznaniti se s primernim športnim oblačilom in obutvijo,
- spoznati različna športna orodja in pripomočke,
- razumeti preprosta pravila elementarnih iger,
- poznati osnovna načela varnosti v telovadnici, na igrišču, v bazenu,
- seznaniti se s pomenom telesne nege in higiene.

V učnem načrtu za športno vzgojo (2006) so v programu za prvi razred vključene naravne oblike gibanja in igre, atletska abeceda, gimnastična abeceda, plesne igre, igre z žogo, plavalna abeceda, izletništvo in pohodništvo ter ugotavljanje, spremljanje in vrednotenje gibalnih sposobnosti ter telesnih značilnosti.

1.3.3 Specialno didaktična priporočila

Cilji so razčlenjeni v štiri skupine, ki določajo: katere gibalne sposobnosti naj si učenci razvijejo, katera praktična in teoretična znanja naj pridobijo ter kakšna stališča, navade in načine ravnanja naj si oblikujejo. Opredeljeni so za vsak razred. Namerna odprtost prinaša učitelju precejšnjo stopnjo avtonomije, hkrati pa odgovornost za lastno načrtovanje. Skladno s splošnimi cilji naj bo poudarjena vadba v naravi (Kovač in Novak, 2006).

Metodične enote in naloge izbira in posreduje učitelj skladno z metodičnimi postopki, ki so uveljavljeni v stroki. Izbiro nalog prilagaja zmožnostim svojih učencev. Le-te določa na podlagi opazovanja in načrtnega ugotavljanja ter vrednotenja njihovih razvojnih značilnosti in gibalne učinkovitosti (Kovač in Novak, 2006).

Poleg snovne priprave sta organizacijska in količinska priprava nujni del načrtovanja vsake vadbene enote. Ur športne vzgoje ni priporočljivo združevati. Vsaka učna ura mora biti sestavljena iz treh logično povezanih delov: pripravljalnega (ogrevanje), glavnega in sklepnega (umirjevalnega) dela. V vseh treh delih učitelj uporablja čim bolj pestre in učinkovite oblike ter metode dela. Izbiro podredi vsebini, posebnostim skupine (število učencev, spol, starost, sposobnosti, predznanja) in pogojem dela. Organizacijske oblike izbira in usklajuje tako, da zagotovi varnost, motivacijo in učinkovitost vseh učencev. Učitelj uporablja čim več različnih orodij in pripomočkov, prilagojenih starosti učencev (Kovač in Novak, 2006).

Učitelj mora spremljati stanje in razvoj gibalnih ter funkcionalnih sposobnosti ter telesnih značilnosti, športna znanja ter dejavnike sodelovanja učencev. Tako lahko strokovno načrtuje svoje delo in sam določi standarde znanja za svoje učence za vsako leto posebej, v okviru standardov, ki jih učni načrt navaja za celo triletnje (Kovač in Novak, 2006).

V prvem triletju so športni vzgoji v predmetniku namenjene tri ure tedensko, pet športnih dni v vsakem razredu in dvajseturni tečaj plavanja v drugem ali tretjem razredu. To obdobje je najprimernejši čas za začetek splošne športne vadbe otrok. Učni načrt je vsebinsko zasnovan tako, da v prvem triletju poudarja osnovni športni program, ki ga otroci spoznajo z igro. Igra je za njih zelo naraven način izražanja. Neposrednost, ki jo ponuja, bogati otrokovo raziskovanje in dožemanje okolice ter samega sebe in ga spodbuja k aktivnejšemu gibalnemu izražanju ter doživljanju. Z igro otroci razvijajo gibalne sposobnosti, zboljšujejo orientacijo v prostoru, situacijsko mišljenje in iznajdljivost ter zadovoljujejo potrebo po gibanju. Pomembna je za njihovo socializacijo, saj omogoča skupno sodelovanje in jih tako postopno navaja na življenje v skupini. Za najboljši celostni razvoj otrok so v tem razvojnem obdobju najprimernejše dejavnosti, ki ustvarjajo široko podlago, na kateri je mogoče nadgrajevati različna športna znanja. Izbiramo vsebine, s katerimi razvijamo predvsem koordinacijo gibanja, ravnotežje, moč in gibljivost. Posebno pozornost je treba posvetiti zadostni količini spodbud in razmerju med obsegom ter intenzivnostjo obremenitve. V vadbo vključujemo dejavnosti, kjer lahko otroci sproščeno izrazijo svojo ustvarjalnost in gibalno izraznost (Kovač in Novak, 2006).

Igre izvajamo večinoma frontalno, v različnih značilnih oblikah (pari, skupina, krog, vrsta, kolona...). Učinkoviti in primerni za mlajše učence so tudi poligoni in štafete. Učenci so v prvem triletju že sposobni uspešno vaditi v skupinah. Učinkovitost vadbe lahko povečamo z žogami različnih velikosti in barv, baloni, obroči, kiji, palicami, ovirami, loparji ter drugimi didaktičnimi pripomočki, kot so: plakati, slike, vadbene kartice. V igro vpletamo tudi glasbo. Ritem in glasbena spremljava zagotavljata večjo sproščenost ter gibalno ustvarjalnost otrok. Otroci morajo ob gibanju in igri doživljati veselje ter zadovoljstvo, saj to predstavlja osnovni vzgib za sistematično ukvarjanje s športom v kasnejšem obdobju. V tem obdobju moramo učencem privzgojiti osnovne higienske navade (Kovač in Novak, 2006).

1.4 OPREDELITEV SPOZNAVANJA OKOLJA S STRANI UČNEGA NAČRTA

Predmet spoznavanje okolja je zasnovan tako, da pokaže vso kompleksnost, raznolikost in prepletenost dejavnikov, ki delujejo v človekovem naravnem in družbenem okolju. Predstavlja

nadaljevanje in usmerjanje spontanega otroškega raziskovanja sveta ter odkrivanja prepletenosti in soodvisnosti v pojavih ter procesih, v naravnem in v družbenem okolju. Znanje, ki nastaja iz neposrednih izkušenj v okolju ali prek medijev, se pri pouku razširja in pogloblja. Spoznavanje okolja združuje procese, postopke in vsebine, s pomočjo katerih spoznavamo svet, v katerem živimo. Predmet je hkrati vir informacij za spoznavanje in utrjevanje poti, kako več izvedeti ter kako znanje povezati in uporabiti, zato je spoznavanje okolja eden izmed temeljnih nosilcev spoznavnega razvoja v prvem triletju osnovne šole. V njem so združene vsebine različnih znanstvenih področji, tako naravoslovnih in tehničnih (kemija, fizika, biologija, informatika, tehnika in tehnologija) kot družboslovnih (zgodovina, geografija, komunikologija, sociologija, etnologija, ekonomija in politologija). Vsebine predmeta so zasnovane na temeljnih pojmi, ki omogočajo nadgrajevanje v predmetih naravoslovje in tehnika ter predmetu družba v drugem triletju in v naravoslovnih in tehničnih ter družboslovnih predmetih v tretjem triletju. Pestrost vsebin in dejavnosti ter predlaganih metod poučevanja in učenja omogoča integracijo vsebin in smiselno povezovanje z matematiko, slovenščino, glasbeno, likovno in športno vzgojo (Krnal, 2001).

1.4.1 Splošni cilji predmeta

Najpomembnejša splošna cilja predmeta sta razumevanje okolja in razvijanje spoznavnega področja. Uresničujeta se z aktivnim spoznavanjem okolja. V ožjem smislu je to spoznavanje dejstev, oblikovanje pojmov in povezav, kar vodi v znanje in razumevanje ter v uporabo znanja o naravnem in družbenem okolju. Širše spoznavno področje zajema razvijanje procesov, sposobnosti in postopkov, ki omogočajo bogatenje izkušenj, njihovo obdelavo in povezovanje. Cilj predmeta spoznavanje okolja je zato tudi organizacija pouka (ustvarjanje pogojev in priložnosti), ki bo omogočal razvijanje sposobnosti in postopkov: primerjanja, razvrščanja, urejanja, merjenja, zapisovanja podatkov, napovedovanja in sklepanja, eksperimentiranja ter sporočanja. Ob tem se razvija odnos do dejstev in tolerantnost do negotovosti, odprtost za sprejemanje tujih zamisli in občutljivost za dogajanja v naravnem ter družbenem okolju. Predvsem slednje – občutljivost na dogajanja v okolju – naj bi se razvilo v zavedanje o pomembnosti človekovega preišljenega ravnanja tako v medosebnih kot družbenih odnosih, v razvijanju tolerantnosti do drugačnih in upoštevanje načela enakosti spolov. Eden od pomembnih splošnih ciljev je tudi ohranjanje naravnega okolja in sonaravno gospodarjenje z njim (Krnal, 2001).

Poleg omenjenih so cilji predmeta tudi (Krnel, 2001):

- spoznavanje samega sebe in drugih (kot posameznika, posameznice); svojega mikro - in makro okolja (družina, razred, šola, kraj, država); kompleksnost odnosov med ljudmi (ljubezen, spoštovanje, sodelovanje, konflikti ...),
- razvijanje spoštljivega in strpnega odnosa do drugačnih ter spoštovanje načela enakosti spolov,
- razvijanje spoštljivega odnosa do naravnega, kulturnega in družbenega okolja,
- ugotavljanje obstoja in dojetje pomena pravil družbenega življenja, človekovih pravic in dolžnosti,
- pridobivanje spoznanja, da se ljudje in družba skozi čas spreminjajo,
- pridobivanje občutka, da smo del zgodovine, ki jo tudi oblikujemo in zapuščamo prihodnjim generacijam,
- spoznavanje različnih pisnih in ustnih virov informacij, prek katerih si pridobivamo in širimo znanje o preteklosti,
- seznanjanje z lokalno preteklostjo,
- seznanjanje s pomembnejšimi dogodki v preteklosti,
- odkrivanje in spoznavanje žive in nežive narave, njene raznolikosti, povezanosti ter spremenljivosti,
- oblikovanje pozitivnega odnosa do živih bitij in narave kot celote,
- razvijanje odgovornega odnosa do okolja in spodbujanje interesa za varovanje narave,
- spoznavanje živih bitij in njihovih življenjskih okolij,
- spoznavanje človeka kot sestavnega dela narave,
- spoznavanje lastnega telesa in prepoznavanje osnovnih delov človeškega telesa,
- seznanjanje s pomenom zdravja za človeka in z načini za ohranjanje zdravja,
- odkrivanje in spoznavanje značilnosti domače pokrajine in življenja človeka v tej pokrajini ter razvijanje spoznanj o človekovem spreminjanju okolja,
- usposabljanje za pravilno in varno obnašanje v prometu,
- razvijanje sposobnosti orientacije v naravni in grajeni pokrajini,
- razvijanje pozitivnega odnosa, do pokrajine, ki nas obdaja,
- spoznavanje temeljnih značilnosti zemljevidov kot pripomočka za orientacijo v pokrajini,
- razvijanje sposobnosti za lastno raziskovalno delo in usvajanje postopkov: opazovanje, razvrščanje, merjenje, eksperimentiranje, raziskovanje, sporočanje,
- spoznavanje lastnosti teles in snovi ter razlikovanje med njimi,
- spoznavanje spreminjanja lastnosti teles in snovi,
- spoznavanje gibanja teles in sil, ki nanje delujejo,

- spoznavanje orientacije v prostoru, gibanja Sonca, Lune, Zemlje,
- spoznavanje vremena,
- merjenje časa,
- spoznavanje lastnosti svetlobe,
- spoznavanje lastnosti zvoka,
- razvijanje sposobnosti za pridobivanje, obdelavo in uporabo podatkov in informacij s pomočjo informacijske tehnologije,
- raziskovanje, oblikovanje in gradnja preprostih tehničnih predmetov s sestavljanjkami in gradivi; spoznavanje lastnosti gradiv in orodij ter pripomočkov za njihovo obdelavo,
- preučevanje sestavin in delovanje tehničnih naprav ter spoznavanje zvez med tehničnimi principi in naravoslovnimi zakonitostmi,
- organiziranje dela, delovnega mesta, spoznavanje pravil varnega dela, razvijanje ročnih spretnosti,
- pridobivanje znanja in veščin grafičnega sporočanja v naravoslovju in tehniki.

1.4.2 Operativni cilji spoznavanja okolja v prvem razredu

Cilji in vsebine so izraženi v obveznih in izbirnih znanjih. Obvezna znanja so opredeljena kot znanja, potrebna za splošno izobrazbo ob končanju osnovne šole in so namenjena vsem učencem, zato jih mora učitelj obvezno obravnavati. Izbirna znanja pa opredeljujejo dodatna ali poglobljena znanja, ki jih učitelj obravnava po svoji presoji glede na zmožnosti in interese učencev (Kolar, 2011).

Učni načrt spoznavanja okolja (2011) navaja naslednje operativne cilje:

Tematski sklop: ČAS

- učenci časovno raziskujejo, opredeljujejo in pojasnjujejo dogodke in spremembe v različnih letnih časih,
- znajo razlikovati preteklost in sedanost v svojem življenju in vedo, da je bilo življenje ljudi v preteklosti drugačno,
- spoznajo vidike življenja ljudi v preteklosti in danes (bivališča, prehrana, obleka, delo, prevoz),
- spoznajo časovni potek dogodkov, uporabljajo nekatere osnovne izraze za opredeljevanje dogodkov, kot so: prej, potem, včeraj, danes, jutri, teden, dnevi v tednu, dan, mesec, letni časi, leto,
- znajo opisati razliko med dnevom in nočjo.

Tematski sklop: PROSTOR

- učenci spoznavajo okolico šole in poti v šolo,
- uporabijo temeljne pojme v zvezi s pokrajinskimi značilnostmi okolice šole (zadaj, spredaj, levo desno, zgoraj, spodaj).

Tematski sklop: SNOVI

- učenci spoznajo lastnosti, po katerih ločimo trde snovi in tekočine,
- vedo, da obstajajo trde snovi in tekočine,
- vedo, da so predmeti sestavljeni iz ene ali več snovi,
- vedo, da obstajajo snovi z nevarnimi lastnostmi (nevarne snovi: strupene, vnetljive, eksplozivne, jedke, okolju nevarne),
- znajo uporabiti različna gradiva (snovi), orodja in obdelovalne postopke ter povezujejo lastnosti gradiv in načine obdelave: preoblikujejo, režejo, spajajo, lepijo,
- znajo preoblikovati z gnetenjem, valjanjem, rezanjem, striženjem,
- znajo povezati lastnosti gradiv in načine obdelave.

Tematski sklop: SILE IN GIBANJE

- učenci znajo natančno opazovati, opisati in poimenovati lastno gibanje, gibanje živali, igrač,
- vedo kaj povzroča spreminjanje gibanja,
- znajo razstaviti in sestaviti preprosto tehnično igračo.

Tematski sklop: POJAVI

- učenci znajo spremljati in zapisovati vremenska stanja,
- znajo primerjati vremenska stanja v različnih letnih časih,
- znajo oblikovati preprost vremenski koledar.

Tematski sklop: ŽIVA BITJA

- prepoznajo, poimenujejo in primerjajo različna živa bitja in okolja,
- vedo, da je življenje živih bitij odvisno od drugih bitij in od nežive narave,
- znajo poiskati razlike in podobnosti med rastlinami in živalmi,
- spoznajo, kaj potrebujejo sami in kaj druga živa bitja za življenje.

Tematski sklop: ČLOVEK

- vedo, da jim zdrav način prehranjevanja, telesne vaje in počitek omogočajo rast in razvoj ter da jim pomagajo ohranjati zdravje,
- ugotavljajo, da nekatere stvari, ki jih dobijo v telo iz okolja, lahko škodijo,
- poznajo pomen redne nege telesa in razumejo vzroke dobrega počutja ob redni telesni vadbi,
- poznajo svoje telo in znajo poimenovati zunanje dele telesa.

Tematski sklop: JAZ

- prepoznajo podobnosti in razlike med ljudmi,
- se znajo predstaviti z osnovnimi podatki,
- poznajo različne čustvene izraze pri sebi in drugih (veselje, navdušenje, strah, jeza, žalost),
- vedo, da čustva vplivajo na vedenje,
- spoznajo ustrezna ravnanja pri doživljanju raznih čustev in jih uporabljajo v konkretnih situacijah (igra vlog).

Tematski sklop: SKUPNOSTI

- učenci prepoznajo oblike družinskih skupnosti in razvijajo strpen odnos do njih,
- uporabljajo poimenovanja za družinske člane (brat, sestra, starši, stari starši, otrok, sin, hčerka itn.) in razumejo medsebojne sorodstvene povezave med njimi,
- poznajo ime šole, ki jo obiskujejo, poznajo imena in priimke učiteljev in vzgojiteljev, ki jih učijo,
- poznajo prostore in delavce v šoli,
- spoznajo, da so nekateri dnevi v letu posebno pomembni, ker so jim ljudje (kot posamezniki ali v določenem okolju, državi) pripisali poseben pomen in te dneve tako tudi doživljajo.

Tematski sklop: ODNOSI

- učenci spoznajo pomen pravil družbenega življenja (od pravil iz otroških iger, pravil v šoli do pravil družbenega življenja),
- vedo, zakaj potrebujemo pravila,
- spoznajo, da ima vsak človek pravice in dolžnosti, ter opišejo razlike med pravicami in dolžnostmi,
- pojasnijo razliko med morati in smeti,
- spoznajo pomen dane obljube,

- vedo, kaj je laž in kaj resnica,
- spoznajo pomen sporazumevanja in razvijajo sposobnosti za razumevanje,
- vedo, da je treba upoštevati tudi lastne interese in potrebe ter interese in potrebe drugih,
- vedo, da so del razreda, razred pa je skupnost,
- poznajo osnovna šolska pravila,
- spoznajo in urijo ustrezna ravnanja v različnih družbenih primerih,
- prepoznajo različne vrste nasilja (besedno, psihično, fizično) in vedo kam se obrniti po pomoč.

Tematski sklop: PROMET

- učenci opazujejo in spoznajo prometne poti v okolici šole in poznajo varno pot v šolo,
- znajo opisati, kaj pomenijo prometni znaki, pomembni za pešce in kolesarje v okolici šole,
- poznajo pravila varne hoje (skupinske, ob odrasli osebi, po pločniku, kjer ni pločnika, prečkanje ceste ipd.),
- razumejo pomen vidnosti v prometu, v povezavi z ustavljanjem vozila ter nošenjem rumene rutice in uporabo kresničke,
- presojujejo vedenje sopotnika v različnih prevoznih sredstvih,
- vedo, da udeležba v prometu, pod vplivom alkohola, mamil in zdravil ogroža vse udeležence v prometu,
- znajo zgraditi model okolice šole in na njem simulirajo promet in prometne situacije.

Tematski sklop: OKOLJSKA VZGOJA

- učenci znajo opisati, kako sami in drugi vplivajo na naravo,
- znajo pojasniti, kako sami dejavno prispevajo k varovanju in ohranjanju naravnega okolja ter k urejanju okolja, v katerem živijo.

1.4.3 Specialno didaktična priporočila

Poudarek je na osebnem doživljanju ter upoštevanju izkušenj in zamisli, ki jih učenci oblikujejo v šoli in zunaj nje. Njihove zamisli in izkušnje so lahko izhodišče za načrtovanje pouka, ki bo zamisli razvijal v smeri znanstvenih pojmov. Pouk naj bo organiziran tako, da bodo učenci razvijali svoje zamisli in odkrivali spoznanja ob konkretnih dejavnostih in v kontekstu, ki jim je blizu. Učitelj naj jih spodbuja tudi k ozaveščanju, kako so se nečesa naučili. S tem se bodo razširila in poglobila njihova spoznanja o procesu učenja (Kolar, 2011).

V 1. razredu so dejavnosti vodene. Učitelj lahko vodi pouk s postavljanjem vprašanj, tako da bodo tudi učenci usvojili postavljanje vprašanj, na katera bodo lahko sami odgovorili s poskusom, raziskavo ali poiskali informacijo v literaturi. Postopoma pa se večja aktivnost tudi pri načrtovanju poskusov in raziskav (Kolar, 2011).

Starosti otrok naj bodo prilagojene tudi učne oblike od skupinskega pouka do individualnega dela ali dela v parih in skupinah, kjer se znanje prenaša z enega na drugega in ne nastaja le iz lastne izkušnje. Pri naravoslovnih vsebinah je poudarek na raziskovanju. Dejavnosti naj vodijo od zamisli do konkretnega rezultata in izdelka. To je lahko zbirka fotografij ali histogram po opravljenih meritvah, seznam novih vprašanj, ki so nastala ob neki dejavnosti, risba po opazovanju in podobno. Učitelj naj upošteva individualne razlike in naj dejavnosti prilagaja sposobnostim učencev. Pri obravnavi nekaterih družbenih vsebin je pomembna socialna občutljivost učitelja (Kolar, 2011).

1.5 MEDPREDMETNO POVEZOVANJE

Medpredmetne povezave so kot didaktični pristop pomembna kakovostna prvina pouka. Pomenijo povezovanje vsebin različnih predmetov in medpredmetnih področij. V njih morajo biti jasno prepoznavni cilji drugih predmetov. Učitelj določeno vsebino ali problem poda in obravnava čim bolj celostno – isti problem poskuša osvetliti z različnih vidikov (Kovač, idr., 2005).

Povezovanje učnih predmetov v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju ni le zaželeno, temveč pogosto povsem naravno in spontano. Povezan pouk omogoča celostno obravnavo vsebin, ki tako učencem učinkoviteje približa svet. Medpredmetno povezan pouk pomeni dobro pripravo učencev za vseživljenjsko učenje (Kolar, 2011).

Različno povezovanje ima tako prednosti kot slabosti, iz opravljenih raziskav pa lahko vidimo, da avtorji poudarjajo predvsem prednosti takega dela. Ključne prednosti za učence so (Kovač in Jurak, 2012):

- Bolj avtentično in učinkovito učenje, ki je usmerjeno v razumevanje in sprejemanje splošnih konceptov in manj v podrobnosti posameznih predmetov. Pridobljena znanja so zato bolj uporabna za življenje.
- Kurikulum postaja bolj orientiran na učenca in vključuje njegove telesne, čustvene, socialne in kognitivne potrebe.

- Ob učenju ene vsebine spodbujamo vključevanje in povezovanje znanj, ki jih učenec že ima o neki temi. S tem posamezne vsebine podpirajo druga drugo in pomagajo učencu strukturirati pridobljeno znanje v smiselno celoto. Tako učenci prehajajo od nižjih (spominjanje, prepoznavanje, reproduciranje) k višjim ravnam znanja (razumevanje, samostojno analiziranje in ustvarjalno znanje). To pa povečuje sposobnost sprejemanja odločitev, otroka usmerja h kritičnemu in ustvarjalnemu razmišljanju, ter povezovanju znanj različnih disciplin tako, da vidi "čez meje" enega predmeta in je sposoben razmišljati v širšem kontekstu.
- Povečuje se tudi učenčeva sposobnost identifikacije, pristopov in transferja tistih informacij, ki jih potrebuje pri reševanju novih problemov.
- Šolsko delo dobi zaradi preučevanja realnih problemov za učenca večji smisel.
- Spodbuja sodelovalno učenje, večje samozaupanje vase kot učenca in kot člana razmišljujoče skupnosti.
- Zagotavlja boljše možnosti za učenje pri učencih z različnimi slogi učenja.
- Poveča se motivacija za učenje.

Ključne prednosti za učitelje so (Kovač in Jurak, 2012):

- Povezave spodbujajo sodelovanje med učitelji in učenci. Sodelovanje učitelja z učenci vodi do večjega medsebojnega razumevanja, komunikacije in boljše razredne klime, zaradi česar je manj težav z disciplino v razredu.
- Omogočajo večjo fleksibilnost kurikulumu (časovno, vsebinsko), kar lahko pomeni tudi prevrednotenje učnih načrtov posameznih predmetov.
- Omogočajo prihranek časa zaradi manjše razdrobljenosti urnika.
- Racionalizacija podajanja učnih vsebin (ni več podvajanja), omogočajo večjo učinkovitost pri predelavi snovi, zaradi boljše povezave in usklajenosti med povezavami posameznih disciplin.
- Omogočajo več sodelovanja in podpore med učitelji.
- Spodbuja ustvarjalnost učiteljev.
- Učitelji lažje implementirajo novejši raziskovalni izsledki o delovanju človekovih možganov in učnih procesov v vsakdanjo prakso.

Pri športni vzgoji dajemo velik poudarek medpredmetnemu povezovanju; v proces smiselno vpeljujemo tudi vsebine iz drugih predmetov (matematike, slovenščine, naravoslovja, glasbene in likovne vzgoje) ter tako spodbujamo vse vidike otrokovega razvoja. Povezovanje športne vzgoje z vsebinami drugih predmetov pripomore k celostnemu razumevanju športa in njegovih učinkov. Otroke nevsiljivo vzgajamo in učimo, kako pomembno je, da je šport človeku ena

izmed najpomembnejših sestavin kakovostnega življenja v vseh starostnih obdobjih (Marjanovič Umek, 2011).

Učni predmet spoznavanje okolja daje za povezovanje potreben vsebinski okvir, v katerega se povezujejo zlasti cilji in vsebine slovenščine in matematike, pri nekaterih ciljih in vsebinah pa tudi športne, likovne in glasbene vzgoje. Pogosto je treba pri pouku spoznavanja okolja le še zavestno povezati cilje obeh predmetov in pouk bo učinkovitejši in zanimivejši. Vsa opazovanja in pozneje opisovanja, iskanja lastnosti, razpravljanje in utemeljevanje pri spoznavanju okolja vodijo tudi k razvoju jezika, opismenjevanju in širjenju besednega zaklada. Za učence pomeni to uporabo jezika v življenjskih situacijah, s katerimi se srečujejo (Kolar, 2011).

Medpredmetno povezovanje je prepuščeno učiteljem, ti naj ga izvajajo po svoji presoji, pri tem pa je lahko izhodišče njihovega načrtovanja in izvajanja medpredmetnosti, razvijanje postopka ali spretnosti, raziskovalni pristop pri več predmetih, reševanje problemov, uporaba IKT, cilji in vsebina. Povezujejo naj tiste cilje in vsebine predmetov, za katere vedo, da so smiselne in učinkovite. Če vsebine spoznavanja okolja pomenijo tematski okvir za povezovanje, so seveda v ospredju cilji tega predmeta. Šele nato se nanje navezujejo cilji drugih predmetov, ki jih želimo povezati (Kolar, 2011).

Povezave lahko uporabljamo na različnih stopnjah učnega procesa. Dokazano je, da je lahko proces učenja na nekem področju učinkovitejši, če vsebuje vsebine drugih področij, predvsem v fazah izpopolnjevanja, utrjevanja in uporabljanja znanja (Humphreys, 1990, v Kovač in Jurak, 2012). Pri posredovanju novih učnih vsebin je zaradi ponazoritve in motivacije smiselno povezati novo znanje z že poznanim. Na stopnji utrjevanja znanja povezujemo učencu že znane vsebine. Povezave naj bodo posredovane smiselno glede na razvojno stopnjo učenca (Kovač idr., 2003, v Kovač in Jurak, 2012).

Poleg učinkovitosti učenja je cilj medpredmetnega povezovanja tudi gospodarnejše ravnanje s časom. Tako pridobljen čas je lahko izkoriščen za obravnavo ali utrjevanje zahtevnejših vsebin tako pri spoznavanju okolja, kot tudi pri drugih predmetih. Za uspešen pouk in doseganje ciljev povezovanja priporočamo, da učitelj k povezovanju pristopi načrtno ter povezovanje predmetov in skupne cilje vnese že v letne priprave. Povezovanje z drugimi predmetnimi področji je lahko tudi del razširjenega osnovnošolskega programa (šola v naravi, interesne dejavnosti idr.) (Kolar, 2011).

1.5.1 Medpredmetno povezovanje športne vzgoje s spoznavanjem okolja

V prvem razredu je potrebno otroke najprej naučiti osnovnih navodil za primer različne formacije (vrsta, krog, gruča). Pri tem jih lahko postavimo po velikosti, kjer se otroci med sabo primerjajo kdo je večji, kdo je manjši. Pri elementarnih in drugih igrah se seznanjajo s pravili le teh, ugotavljajo, zakaj so pravila v posameznih igrah in tudi sicer pomembna, zakaj jih je potrebno upoštevati, kaj se zgodi, če pravil ne upoštevamo. Pri tem se ne omejujemo le na pravila posameznih iger, pač pa tudi na pravila, ki smo jih postavili (nekatera skupaj z učenci, nekatera učitelj sam), zato da poteka športna vzgoja čim bolj varno in tekoče (npr. kako prihajamo v telovadnico, v telovadnici pazimo nase in na svoje sošolce...). Učitelj ima pri športni vzgoji veliko možnosti navajanja otrok na osebno higieno. Prav športna vzgoja je aktivnost, kjer lahko učencem na najbolj nazoren način prikažemo pomen gibanja za zdrav način življenja, pomen gibanja za zdravje, kaj pomeni povečana obremenitev za srce, dihalni sistem. V povezavi s spoznavanjem okolja imamo priložnost na opozarjanje, da ima vsak človek svoje pravice in tudi dolžnosti (vsak učenec, ne glede na svoje gibalne sposobnosti ima pravico do športne aktivnosti; ni nujno da so najboljši, da bi v športu uživali oziroma, da bi jim bilo omogočeno sodelovanje v različnih igrah). Kadar ponudimo učencem možnost izbire npr. različnih iger, je potrebno upoštevati različna mnenja (Štemberger, 1999).

Ker športna vzgoja ne poteka vedno v idealnih razmerah, lahko vsebine spoznavanja okolja, ki naj bi jih učenci spoznali neposredno (gozd, travnik...), povežemo s sprehodom in dodamo npr. nekatere elemente atletike (Štemberger, 1999).

Ob primerjanju rezultatov športno vzgojnega kartona, se učenci primerjajo med seboj, predvsem kar se tiče morfologije. Zelo pomembna pa je primerjava s samim seboj – koliko sem zrasel, za koliko se je povečala moja telesna teža, zakaj sem letos večji, težji kot lani, kakšne so razlike med posameznimi obdobji, kako se spreminjamo, zakaj se spreminjamo (Štemberger, 1999).

Primeri povezovanja spoznavanja okolja in športne vzgoje v 1. razredu (Kovač in Jurak, 2012):

Učenec:

- usvaja izraze za časovna razmerja (počasi - hitro; pred - potem),
- spoznava bližnjo in daljno okolico, po kateri poteka izlet (pohodništvo),
- seznanja se z naravovarstvenim ozaveščanjem,
- spoštuje pravila (igre z žogo, štafetne igre, hišni red plavališča, pojem poštene igre),
- spoznava pravila sodelovanja v skupini (pomoč, prijaznost),
- spoznava sposobnosti in omejitve svojega telesa (lahko naredim to; tega še ne zmorem),

- spoznava, kako deluje telo (zadihanost, potenje, utrujenost; nadomeščanje izgubljene tekočine; zakaj se ogrevamo; kaj pomeni biti hiter, močan, gibljiv, natančen in vzdržljiv),
- sodeluje pri urejanju prostora (pripravljanje in pospravljanje pripomočkov).

Še nekaj drugih povezav športne vzgoje s spoznavanjem okolja, ki so vsebine učnega načrta:

- učenci spoznajo različne prostore in delavce v šoli,
- spoznavajo različna živa bitja, sledijo spreminjanju žive in nežive narave, obiskujejo travnik, vrt, park, gozd v različnih obdobjih,
- spoznavajo, da jim uživanje različne zdrave hrane, telesne vaje in počitek pomagajo ohranjati zdravje, spoznavajo pomen redne nege telesa, preventivno vedenje pri različnih opravilih,
- opazujejo, opisujejo in poimenujejo lastno gibanje, gibanje živali in igrač,
- spoznavajo stanje ravnovesja (opisovanje stanj: sedenje, stanje, čepenje...),
- spoznavajo pomen naše dediščine (ljudski plesi, izštevance, rajalne igre),
- gledajo slike, primerjajo in se pogovarjajo o spreminjanju človeka od rojstva do smrti,
- izvajajo vaje z obremenitvijo telesa in opazujejo potrebe po dihanju.

Otroci opazujejo in proučujejo gibanje in oblike v okolju – v svetu narave, svetu tehnike, vsakdanje človekovo gibanje, delovno gibanje, ples, šport idr. Po neposrednem opazovanju in s pomočjo predstav to podoživljajo in oblikujejo z gibanjem svojega telesa. Tako zadostijo nenehni potrebi po gibanju, utrjujejo spoznanja in razvijajo miselne sposobnosti in ustvarjalnost (Kroflič in Gobec, 1995).

1.6 IMPROVIZIRANI ŠPORTNI PRIPOMOČKI

Ker v današnjem času človek preživi vedno več časa v zaprtem prostoru, pred televizorjem in za računalnikom, se vedno bolj zavedamo kako pomembna je gibalna dejavnost otrok. Otrokov dejavnosti so podlaga za kasnejše športne dejavnosti, hkrati pa vplivajo na njegov razvoj in oblikovanje njegovih sposobnosti. Pomemben dejavnik za kakovostno izvajanje gibalnih dejavnosti so primeren prostor in ustrezni športni pripomočki, ti naj bodo otroku prijazni in barviti. Z ustreznimi športnimi pripomočki vadbo naredimo zanimivo, s tem otroke dodatno motiviramo.

Športne pripomočke in igrala uporabljamo kot pomoč pri izvajanju različnih dejavnosti. To so (Videmšek in Jovan, 2002):

- naravne oblike gibanja,
- elementarne igre,
- fina motorika (upravljanje s prsti rok, upravljanje z rokami in nogami),
- gimnastične vaje,
- plesne igre,
- dejavnosti z žogo,
- dejavnosti v ritmu,
- kompleksne gibalne naloge (rolanje, kotalkanje, drsanje, vožnja s kolesom, smučanje, plavanje in vodne aktivnosti, igre z žogo, tenis, itd.),
- sprostitvene dejavnosti.

Z uporabo športnih pripomočkov in igral otroke učimo samostojnega iskanja lastnih rešitev gibalnih nalog (plazenja pod oviro, plezanja, skakanja čez oviro, skok čez jarek, oponašanja različnih živali itd.) Športne pripomočke lahko uporabimo tudi kot varovalo pri izvajanju gibalnih nalog (gimnastika, plezanje na lestev ali letvenik, pri skokih itd.). Otroke seznanjamo z osnovnimi varnostnimi ukrepi, potrebnimi pri igri, in jih navajamo na pomoč pri pospravljanju in pripravljanju športnih pripomočkov (Videmšek in Jovan, 2002).

Sodobni športni pripomočki in igrala so za izvajanje športne vzgoje potrebni, ker pa teh v telovadnicah primanjkuje je ena izmed rešitev izdelava in uporaba improviziranih pripomočkov.

Improvizirane pripomočke lahko uporabljamo, kadar želimo, pri tem pa uporabimo različne oblike dela: skupinsko (homogene, heterogene skupine, delo po postajah, delo z dodatnimi in dopolnilnimi nalogami, igralne skupine); frontalno (poligon, štafeta, delo v kolonah ali vrstah) in individualna obliko. Pri izbiri oblike dela moramo predvsem upoštevati razvojno stopnjo otrok (Videmšek, Tomazini in Grojzdek, 2007).

Za izdelavo improviziranih pripomočkov je predvsem pomembna učiteljeva domišljija, lahko pa je tudi sredstvo za izkoriščanje prostega časa staršev z otroki in krajšanje časa v deževnih dneh. Poleg tega otroci s pripomočki, ki jih naredijo sami ravnajo bolj skrbno. Pri otrocih na ta način spodbujamo tudi njihovo ustvarjalnost. Razvijamo pozitiven odnos do varovanja narave ter človekovega okolja, z ločenim zbiranjem odpadkov, ki jih kasneje uporabimo pri izdelavi pripomočkov. Za izdelavo je primerna papirnata, kartonska in plastična embalaža ter razni ostanki blaga ter izolacijski material. Ko zberemo ustrezen material, lahko začnemo z izdelavo,

pri kateri naj otroci sodelujejo. Pripomočke lahko pobarvajo, porišejo, odvisno od tega za kaj jih bomo uporabljali. Učitelj pa mora poskrbeti, da pripomočki zadostujejo izbranim ciljem in vsebini, ki jo izbere glede na razvojno stopnjo otrok.

1.7 CILJI

Cilji diplomskega dela so naslednji:

- predstaviti možnosti medpredmetnega povezovanja športne vzgoje in spoznavanja okolja v 1. razredu osnovne šole,
- predstaviti možnosti uporabe improviziranih pripomočkov,
- predstaviti primere dejavnosti za pripravljalni, glavni in sklepni del ure,
- izdelati DVD, ki bo vseboval prikaz posameznih vadbenih enot, s poudarkom na povezovanju predmetov športne vzgoje in spoznavanja okolja.

2 METODE DELA

Diplomsko delo je monografskega tipa, pri katerem je bila uporabljena deskriptivna metoda. Za preučitev povezanosti med predmetoma športna vzgoja in spoznavanje okolja v prvem razredu osnovne šole je bila izbrana slovenska literatura in internetne strani ter izkušnje, ki so bile pridobljene pri delu s predšolskimi in šolskimi otroki v Agenciji za šport Gibitus in vrtcu Vesela hiša. Povezave med področjema so prikazane v obliki gibalnih iger in nalog; vsaka je bila umeščena v vadbeno enoto, in sicer na uvodni, glavni in zaključni del. Izdelali smo film v DVD obliki in ga priložili k diplomskemu delu.

3 PRIMERI POVEZOVANJA ŠPORTNE VZGOJE IN SPOZNAVANJA OKOLJA V PRVEM RAZREDU

3.1 UVODNI DEL VADBENE ENOTE

1. OD PONEDELJKA DO NEDELJE

Cilji: Razvijati hitrost, utrjevati časovni potek dogodkov- dnevi v tednu.

Pripomočki: stožci.

Opis igre: Učence razdelimo v skupine po 4, ter določimo prostor v katerem se lahko gibljejo. Eden je lovec in si izbere katerikoli dan v tednu. V primeru, da si izbere ponedeljek reče: »Jaz sem ponedeljek in lovim torek«. Nato začne loviti otroke iz svoje skupine, tistega, ki ulovi je nato torek in nadaljuje igro. Ko otroci zopet pridejo do ponedeljka v pravilnem vrstnem redu je igra končana.

Možnosti:

- Spremenimo število otrok v skupini.
- Spremenimo način gibanja med lovljenjem.



Slika 1. Od ponedeljka do nedelje.

2. LETNI ČASI

Cilji: Razvijati hitrost, spoznavati lastnosti posameznih letnih časov, spodbujati medsebojno sodelovanje.

Pripomočki: piščalka.

Improvizirani pripomočki: Plakati štirih letnih časov.

Opis igre: Otroke razdelimo v pare. Na vsako steno telovadnice obesimo po en plakat, ki ponazarja en letni čas. Otroci se gibajo po prostoru skupaj s svojim parom, ki ga ne smejo spustiti, na učiteljev pisk se ustavijo, takrat učitelj pove eno od lastnosti letnega časa (npr.: sneženje - zima), učenci nato stečejo k letnemu času, ki mu ta lastnost pripada. Par, ki zadnji priteče do plakata oz. teče k napačnemu plakatu dobi dodatno nalogo, ki jo določi učitelj.

Možnosti:

- Oblikujemo skupine z večjim številom otrok.
- Vsak izmed učencev pove eno lastnost letnega časa, ki si ga izbere.



Slika 2. Letni časi.

3. POVEJ MI, KDO SI IN REŠIM TE

Cilji: Razvijati hitrost, spoznavati druge, spodbujati strpno in prijateljsko vedenje v skupini;

Improvizirani pripomočki: papirnati tulci.

Opis igre: Določimo lovca, ki za lovljenje uporabi papirnat tulec. Ko se lovec s tulcem dotakne drugega učenca ta obstoji in dvigne roko visoko v zrak, da ga ostali vidijo. Tisti, ki ni ulovljen lahko reši ulovljenega tako, da mu poda roko, ulovljeni se mu mora predstaviti z imenom in priimkom. Nato lahko zopet beži. Po določenem času lovca zamenjamo, razen v primeru, če so vsi učenci ulovljeni, potem je igra končana.

Možnosti:

- Učenec namesto, da se predstavi pove svoj naslov, starost, ime šole, ki jo obiskuje;
- Povečamo število lovcev.



Slika 3. Povej mi kdo si in rešim te.

4. LAŽ ALI RESNICA

Cilji: Razvijati hitrost, prepoznati laž in resnico.

Pripomočki: /

Opis igre: Učence razdelimo v pare. Tisti, ki z igro začne si izmisli stavek, ki je lahko laž ali resnica, nanašati pa se mora na njegov videz (npr.: »Jaz imam zelene lase«) nasprotnik ve, da je to laž, zato ga začne loviti, v kolikor pa učenec pove resnico (npr.: Oblečene imam kratke hlače«), potem je on v vlogi lovca. Po lovljenju vlogi zamenjata.



Slika 4. Laž ali resnica.

5. VREMENSKA NAPOVED

Cilji: Razvijati hitrost, hitro odzivnost, razvijati moč rok in nog, poznati vremenske pojave.

Pripomočki: obroči, žoge.

Improvizirani pripomočki: slike vremenskih pojavov.

Opis igre: Učencem razložimo, kaj pomeni posamezen vremenski pojav:

- Sončno- učenci se lahko prosto gibajo po prostoru,
- dežuje- učenci se skrijejo v hiške (vsak v svoj obroč),
- megla- učenci se plazijo po tleh,
- sneži- učenci kotalijo žoge po tleh (snežene kepe).

Učitelj je vremenar, ki napoveduje vreme, učenci ga poslušajo in opazujejo slike na katerih so vremenski pojavi.

Možnosti:

- Učitelj napoveduje vreme samo s slikami, brez glasu.
- Zmanjšamo število obročev in žog, tako da nekaj učencev ostane brez, ti dobijo dodatno nalogo, ki jo določi učitelj;



Slika 5. Vremenska napoved.

6. KOČIJA

Cilji: Razvijati orientacijo v prostoru, uporabljati temeljne pojme v zvezi s pokrajinskimi značilnostmi.

Pripomočki: kolebnice ali vrvi, atletske ovire, blazine.

Opis igre: Po obeh dolžinah telovadnice postavimo ovire v takšni višini, da jih lahko učenci prestopijo ali se plazijo pod njimi. Učence razdelimo v pare, vsak par ima kolebnico. Prvi v paru je konjiček, ki vleče kočijo, za njim je kočijaž, ki drži kolebnico v rokah in usmerja svojega konjička, ki ima kolebnico okoli pasu. Usmerja ga z navodili levo, desno, spodaj, zgoraj ter hitro in počasi, konjiček pa mora navodilom slediti. Ko konjiček premaga vse ovire, vlogi zamenjata.

Možnosti:

- Učencu, ki je konjiček prevežemo oči.



Slika 6. Kočija.

7. OČISTIMO OKOLJE

Cilji: Razvijati hitrost, kulturni odnos do narave in okolja.

Pripomočki: Obroči.

Improvizirani pripomočki: embalaža, zmečkan časopisni papir;

Opis igre: Vsak učenec si izbere svoj obroč, v katerega bo odlagal odpadke, ki smo jih pred tem razmetali po telovadnici. Na učiteljev znak lahko učenci pričnejo s pobiranjem odpadkov, ki jih zbirajo v svojem obroču. Igra je končana, ko odpadkov zmanjka. Učenci preštejejo zbrane odpadke, tisti, ki jih ima največ je zmagovalec.

Možnosti:

- Učenec lahko nese le en odpadke na enkrat.
- Učenec naj nese čim več odpadkov ne enkrat.
- Oblikujemo dve skupini, ki tekmujeta druga z drugo.



Slika 7. Očistimo okolje.

8. STOJ ALI PISKAM

Cilji: Razvijati hitrost, moč rok in nog, razumeti pomen vidnosti v prometu.

Pripomočki: piščalka.

Improvizirani pripomočki: rutice;

Opis igre: Določimo dva učenca, ki sta policista in lovita učence brez rutice. Ko je učenec ulovljen, »policist« zapiska in ga pošlje po rutico, ki visi na letveniku ali mu jo zaveže učitelj. Ko ima rutico zavezano okoli roke, se lahko vrne v igro, kjer ga policist lahko še vedno ulovi. Cilj igre je, da ima učenec čim manj rutic.

Možnosti:

- Spremenimo način gibanja do rutic.
- Povečamo število policistov.



Slika 8. Stoj ali piskam.

3.2 GLAVNI DEL VADBENE ENOTE

1. LOČUJEM IN VARUJEM

Cilji: Razvijati hitrost, koordinacijo celega telesa, moč nog, spodbujati zdravo tekmovalnost in športno obnašanje, spoznati, kako ljudje vplivajo na naravo in kako dejavno prispevajo k varovanju in ohranjanju naravnega okolja.

Pripomočki: obroči, okvir švedske skrinje, stožci;

Improvizirani pripomočki: platenke, jogurtovi lončki, vrečke, časopisni papir, papirnati tulci, manjše škatle, tetrapak;

Opis igre: Učence razdelimo v enakovredne skupine po 5, ki stojijo v koloni za črto. Vsaki skupini postavimo pred ciljem (drugo črto) okvir švedske skrinje, skozi katerega se morajo splaziti, obroče, kjer izvajajo sonožne poskoke in na koncu 2 škatli za ločevanje odpadkov; ena za papir in druga za plastiko, kamor pravilno odvržejo kos odpadka, ki so ga iz škatle vzeli na startu. Ko prvi odvrže odpadke in se vrne v kolono, lahko starta naslednji. Igra je končana, ko vsak v koloni uspešno opravi nalogo.

Možnosti:

- Učenci prenašajo po dva kosa naenkrat.



Slika 9. Ločujem in varujem.

2. DELI TELESA

Cilji: Spoznati in učiti se gibanj z žogo, sproščeno izvajati naravne oblike gibanja, poznati in poimenovati zunanje dele telesa.

Pripomočki: žoge, gol.

Opis igre: Vsak učenec ima svojo žogo, s katero se giblje po prostoru po navodilih učitelja. Učitelj daje navodila s katerim delom telesa lahko učenec prenaša ali vodi žogo (noga, roka, glava, trebuh, čelo, prsti, nos, komolec, koleno...) od učenca pa je odvisno, kako se bo znašel. Cilj igre je, da žogo prenese do najbližjega gola.

Možnosti:

- Učenci izvajajo naloge v parih.
- Omejimo čas, ki ga imajo učenci, da prenesejo žogo do gola.
- Žogo zamenjamo z balonom.



Slika 10. Deli telesa.

3. TEKMA DRUŽIN

Cilji: Utrjevati podajanje in lovljenje žoge, uporabljati poimenovanja za družinske člane, spodbujati medsebojno sodelovanje in zdravo tekmovalnost.

Pripomočki: žoge.

Opis igre: Učence razdelimo v skupine po 6. Vsaka skupina predstavlja družino in vsak učenec je eden izmed članov (mama, oče, hči, sin, babica, dedek). Vsaka skupina ima eno žogo, na znak si jo začnejo podajati. Igre je konec, ko vsak družinski član dobi žogo, ne da bi ta padla na tla.

Možnosti:

- Učenci si žogo podajajo v gibanju.

4. VARNO NA POTI

Cilji: Spoznati se in znati ravnati z loparjem, seznaniti se s prometnimi znaki.

Improvizirani pripomočki: prometni znaki iz kartona, žogice iz časopisnega papirja, baloni.

Pripomočki: loparji, blazina, klop.

Opis igre: Po telovadnici postavimo v obliki poligona poljubne ovire, na katerih so iz kartona narejeni prometni znaki.

Obvezna smer (levo, desno) – učenci nadaljujejo pot v smeri, ki jo zahteva znak.

Obvezna smer (naravnost) – učenci prestopijo oviro (klop, obroč, blazino).

Prehod za pešce – učenci se ustavijo in pogledajo levo in desno ter nadaljujejo pot (na tla postavimo tanko blazino).

Učenci v rokah držijo lopar, na katerem je papirnata žogica, ki jo morajo varno prinesiti do cilja. Učitelj je policist, ki v rokah drži rdečo in zeleno luč. Ko pokaže učitelj rdečo luč, se morajo vsi učenci, ki so na poti ustaviti, ko pokaže zeleno, lahko pot nadaljujejo.

Možnosti:

- Učenci prenašajo balon, teniško žogico.
- Lopar zamenjamo s palico za hokej, s katero pripeljejo žogico do cilja.

5. POIŠČI SVOJ DOM

Cilji: Sproščeno izvajati naravne oblike gibanja, spoznavati živa bitja in njihovo okolje.

Improvizirani pripomočki: kartice živali in njihovih bivališč, vrečki.

Opis igre: Učence razdelimo v dve skupini, ena skupina so živali, druga njihovi domovi. Vsak od učencev izvleče eno kartico. Na učiteljev znak začnejo tisti, ki so žival, to žival oponašati (glasovno in z gibanjem) in poiskati svoj dom. Učenec, ki ima kartico z bivališčem, pa mora prav tako iskati svojo žival.

Primeri: medved – jama, brlog, ptič – gnezdo, delfin – morje, čebela – čebelnjak, pes – pasja uta, polž – polžja hišica, pajek – pajkova mreža, mravlja – mravljišče, lisica – lisičja luknja.

6. PRESKOČI NEZDRAVI OBROK

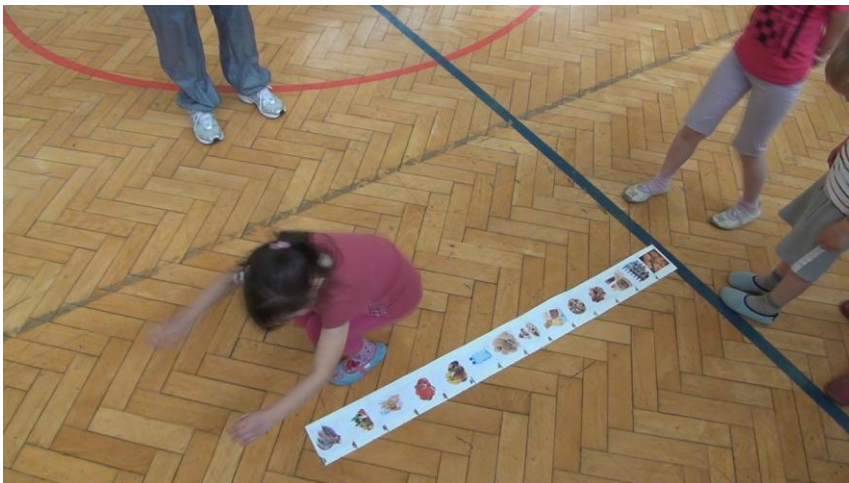
Cilji: Učiti se skok v daljino z mesta, s sonožnim odzivom, seznaniti se s pomenom zdrave prehrane.

Improvizirani pripomočki: merilni trak na katerem so namesto števil, slike zdrave in nezdrave hrane, lepilni trak.

Opis igre: Učenci izvajajo drug za drugim skok v daljino z mesta s sonožnim odzivom, pri tem spremljajo dolžino svojega skoka, glede na do katere sličice so skočili. Dlje kot skočijo, bližje so zdravi prehrani in več nezdrave preskočijo.

Možnosti:

- Skok v daljino s kratkim zaletom, enonožnim odzivom in sonožnim doskokom.



Slika 11. Preskoči nezdravi obrok.

7. KAJ DELA ŽOGA?

Cilji: Pridobivati gibalne izkušnje s prvinami gimnastike, spodbujati ustvarjalnost, opazovati in opisovati lastno gibanje in gibanje predmetov.

Pripomočki: velika žoga (žoga za sedenje).

Opis igre: Učitelj na različne načine žogo prenaša in vodi, učenci poskušajo poimenovat gibanje žoge in ponazoriti gibanje žoge s telesom.

Primeri:

- Učitelj žogo kotali – učenci se kotalijo, delajo prevale.
- Učitelj žogo zavrti – učenci delajo obrate.
- Učitelj žogo vodi z roko – učenci delajo poskoke na mestu.
- Učitelj žogo vrže, da se sama odbija – učenci delajo zajčje poskoke.
- Učitelj žogo ziba – učenci se zibajo na tleh ali v stoji na nogah.

8. ŽABICE IN MUHE

Cilji: Razvijati natančnost in moč rok, spoštovati in razumeti pomen pravil, spodbujati športno obnašanje.

Pripomočki: mehka žoga.

Opis igre: S črto določimo prostor, kjer se lahko gibljejo učenci, ki so muhe; te črte ne smejo prestopiti. V prostor kjer so muhe, žabe ne smejo vstopiti, žogo lahko mečejo le izza črte, pri tem pa poskušajo zadeti muho. Če je muha zadeta, mora zamenjati tisto žabo, ki jo je zadela, žaba pa postane muha.

Možnosti:

- Ko žaba zadene muho, ta prav tako postane žaba in pomaga loviti ostale muhe.
- V igro vključimo še dodatno žogo.

3.3 ZAKLJUČNI DEL VADBENE ENOTE

1. UGANI KDO?

Cilji: Sproščeno izvajati naravne oblike gibanja, prepoznati in poimenovati živa bitja.

Improvizirani pripomočki: kartice s slikami živali.

Opis igre: Izberemo učenca, ki bo pričel z igro, ta si izbere eno izmed kartic na katerih so živali. S pantomimo prikaže gibanje te živali, ostali učenci uganjujejo. Tisti, ki prvi ugane je naslednji, ki si izbere kartico.

Možnosti:

- Dodamo lahko kartice predmetov.



Slika 12. Ugani kdo.

2. LEVO/DESNO

Cilji: Razvijati natančnost, utrjevati pojma levo in desno.

Pripomočki: žoga.

Opis igre: Otroci sedijo v krogu, na sredini je učitelj. Učitelj učencem poda ali zakotali žogo. Učenec, ki žogo dobi mora povedati, kdo sedi na njegovi levi in kdo na njegovi desni strani, nato pa žogo poda nazaj učitelju. Igra je končana, ko vsak od učencev dobi žogo.

Možnosti:

- Učenci si žogo podajajo sami, učitelj ne sodeluje.



Slika 13. Levo/desno.

3. NEVARNE SNOVI

Cilji: Razvijati natančnost, utrjevati met žogice v cilj in daljino, poznati snovi z nevarnimi lastnostmi.

Pripomočki: žogice.

Improvizirani pripomočki: Fotografije nevarnih snovi.

Opis igre: Otroke razporedimo za črto, ki določa prostor s katerega lahko zadenemo tarčo. Na tarči so različno velike fotografije, manjšo fotografijo kot učenec zadene več točk dobi. Žogice mečejo z roko. Tisto nevarno snov, ki zadene, mora pojasniti, zakaj je nevarna (strupena, eksplozivna, vnetljiva, okolju nevarna).

Možnosti:

- Povečamo razdaljo do tarče.
- Spremenimo način meta, mečejo s slabšo roko ali brcajo z nogo, vendar večje žoge.

4. KDO MI JE PODOBEN?

Cilji: Razvijati ravnotežje, prepoznati razlike in podobnosti med ljudmi.

Pripomočki: gred, klop, mehka blazina;

Opis igre: Učenci pomešani sedijo na tleh. Učitelj pove eno od lastnosti glede na katero se lahko učenci primerjajo med seboj (npr.: barvo in dolžino las, barvo oči, spol, velikost;). Vsi z enako lastnostjo vstanejo in stojijo na eni nogi. Cilj igre je zdržati čim dlje v stoji na eni nogi.

Možnosti:

- Učenci stojijo na eni nogi na klopi, gredi ali mehki blazini.

5. DAN IN NOČ

Cilji: Razvijati hitro odzivnost, poznati razlike med dnevom in nočjo.

Pripomočki: padalo ali rjuha.

Opis igre: Učenci držijo padalo ali rjuho na robu tako, da tvorijo krog in se skupaj počasi vrtijo v krogu. Učitelj postavlja trditve. Če trditve, ki jo postavi velja za noč (npr.: Na nebu vidimo zvezde.), učenci hkrati dvignejo rjuho in se skrijejo pod njo in počepnejo. Če pijo dokler učitelj ne pove trditve, ki velja za dan (Npr.: Zunaj je svetlo.), takrat se zopet postavijo v krog in vrtijo dalje.

Možnosti:

- Učenci se pod rjuho uležajo.
- Trditve postavljajo učenci.



Slika 14. Dan in noč.

6. PLEN IN PLENILEC

Cilji: Spodbujati medsebojno sodelovanje, vedeti, da je življenje živih bitij odvisno od drugih bitij.

Pripomočki: majhna in velika žoga.

Opis igre: Otroci sedijo v krogu tesno skupaj in imajo pokrčene noge. Eden od otrok ima veliko in drugi majhno žogo. Velika žoga predstavlja plenilca in majhna predstavlja plen. Učenci morajo čim hitreje kotaliti obe žogi pod nogami, tako da večja lovi manjšo. Pri tem pa vedno znova določijo par (npr.: velika žoga je maček in majhna je miš), ko je plen ulovljen določijo nov par.



Slika 15. Plen in plenilec.

4 SKLEP

Gibalna/športna aktivnost je temeljna dejavnost za otrokov celostni razvoj. V obdobju razvoja naj bi otroku zagotovili pestro izbiro gibalnih dejavnosti. Glede na to, da je poleg gibanja, tudi igra osnovna otrokova potreba, naj se ta pojavlja pri vseh otrokovih dejavnostih. Igra je namreč način, s katerim na prijeten in zabaven način dosežemo želene cilje.

V diplomskem delu je predstavljenih nekaj primerov medpredmetnega povezovanja športne vzgoje s spoznavanjem okolja. Z opisanimi primeri, lahko učitelj popestri uro športne vzgoje in s tem dodatno motivira učence, hkrati pa naredi uro učinkovitejšo in omogoči učencem celosten pogled na šport in njegove učinke. Spodbuja tudi sodelovanje z učenci, ki vodi do večjega medosebnega razumevanja ter razvija ustvarjalnost.

Učitelj lahko opisane igre prireja ter izvaja v različnih prostorih, pri tem pa mora upoštevati nekatere zahteve. Vedeti mora, katere cilje posameznih predmetov želi doseči, ti morajo biti skladni z cilji v učnem načrtu. Pri izbiri vsebine naj upošteva starost, spol in sposobnosti skupine. V diplomskem delu smo navedli cilje obeh predmetov ter primere povezovanja le teh.

Za popestritev učne ure mora učitelj uporabljati čim več orodij in pripomočkov, pri tem pa zagotoviti varnost vseh učencev. Nemalokrat se pojavi problem pomanjkanja športnih pripomočkov. V ta namen smo v diplomskem delu predstavili pomen uporabe improviziranih športnih pripomočkov, s katerimi lahko učitelj prav tako popestri in izpelje uro športne vzgoje. Pri tem naj učence aktivno vključi v vse faze učnega procesa, tudi izdelovanja pripomočkov, ki jih bodo kasneje uporabili pri vadbi in tako z njimi ravnali še bolj skrbno, saj so jih naredili sami.

Namen diplomskega dela je z opisanimi igrami spodbuditi povezovanje različnih dejavnosti s športno vzgojo. Pri tem pa je potrebno sodelovanje učiteljev različnih predmetov, katerim je diplomsko delo namenjeno, od učitelja pa je odvisno ali bo s svojim znanjem in ustvarjalnostjo izkoristil možnosti povezovanja. Vsekakor, tako delo prinaša številne prednosti, predvsem pa popestri športno gibalne aktivnosti otrok oz. mladostnikov.

5 VIRI

Jurak, G. (1999). Pomen igralne oblike učenja za otroke in mladino v današnjem in prihajajočem času. V *Zbornik 12. Strokovnega posveta Zveze društev športnih pedagogov Slovenije, Rogaška Slatina, 6. – 8. maj* (str. 87-92). Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.

Gallahue, D. L. in Ozmun, J. C. (1998). *Understanding motor development: Infants, children adolescents, adults*. Boston: WCB/McGraw-Hill.

Kolar, M. (2011). *Učni načrt : program osnovnošolskega izobraževanja. Spoznavanje okolja*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport, Zavod RS za šolstvo.

Kovač, M. in Jurak, G. (2012). *Izpeljava športne vzgoje: didaktični pojavi, športni programi in učno okolje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Kovač, M., Starc, G., Babič, L., Belehar, B., Gros, J., Hernaus, E. idr. (2005). *Medpredmetne povezave pri športni vzgoji: seminarsko gradivo*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Center za stalno strokovno izpopolnjevanje.

Kovač, M. in Novak, D. (2006). *Učni načrt : program osnovnošolskega izobraževanja. Športna vzgoja*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport, Zavod RS za šolstvo.

Kremžar, B. in Petelin, M. (2001). *Otrokovo gibalno vedenje*. Ljubljana: Društvo za motopedagogiko in psihomotoriko.

Kristan, S. (2009). *Pogledi na šport 1: Šolska športna vzgoja in njeno ocenjevanje*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Krnel, M. (2001). *Učni načrt : program osnovnošolskega izobraževanja. Spoznavanje okolja*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport, Zavod RS za šolstvo.

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

Marjanovič Umek, L. (2011). *Lili in Bine: Priročnik za poučevanje in medpredmetno povezovanje v pravem triletju*. Ljubljana: Rokus Klett.

Pistotnik, B. (2003). *Osnove gibanja*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Pistotnik, B. (2004). *Vedno z igro: elementarne in družabne igre za delo in prosti čas*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Pišot, R. in Planinšec, J. (2005). *Struktura motorike v zgodnjem otroštvu*. Koper: Univerza na Primorskem, Inštitut za kineziološke raziskave.

Štemberger, V. (1999). *Povezava športne vzgoje z drugimi predmeti na razredni stopnji (v prvi triadi osnovne šole)*. V *Športni pedagog v kakovostni športni vzgoji (266-274)*. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.

Šugman, R. (2004). *Hura, igrjmo se v prostem času*. Ljubljana: Zavod za šport Slovenije.

Videmšek, M. in Jovan, N. (2002). *Čarobni svet igral in športnih pripomočkov – predšolska športna vzgoja*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

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

Videmšek, M. in Stančevič, B. (2004). *Popestrino športno vzgojo*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M., Stančevič, B. in Sušnik, N. (2006). *En, dva, tri, igrj se tudi ti! Gibalne igrice za odrasle in otroke*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M., Šiler, B. in Fišer, P. (2002). *Slepa miš, ti loviš!*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

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

Videmšek, M., Strah, N. in Stančevič, B. (2001). *Igrjmo se skupaj*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Zurc, J. (2008). *Biti najboljši: pomen gibalne aktivnosti za otrokov razvoj in šolsko uspešnost*. Radovljica: Didakta.

6 PRILOGE

Priloga 1: DVD s prikazom iger.