



## RAZISKAVA VPLIV PRISTOPA NTC UČENJE NA GIBALNE SPOSOBNOSTI PREDŠOLSKIH OTROK



Namen raziskave: z raziskavo smo želeli preveriti povezavo med rednim izvajanjem aktivnosti po pristopu NTC učenje na gibalne sposobnosti predšolskih otrok v starosti od 4 do 6 let.

Sodelujoči v raziskavi: vrtec Zelena jama (4 eksperimentalne skupine) in vrtec Škofljica (4 kontrolne skupine), otroci stari od 4 do 6 let.

Pripomočki: za ocenjevanje smo uporabili v naprej pripravljene motorične teste. Testi in ocenjevalne lestvice so bile razviti v sodelovanju z dr. R. Rajovičem. Podatke je ocenjevalka, študentka Fakultete za šport, dosledno in natančno beležila v kontrolne liste, ki smo jih pripravili posebej v namen raziskave.

Postopek zbiranja podatkov: postopek zbiranja podatkov je potekal v dveh fazah, prvo ocenjevanje je potekalo v januarju 2018, zaključno pa v mesecu aprilu 2018. Pri zbiranju podatkov je ocenjevalka upoštevala enake ocenjevalne kriterije.

### REZULTATI RAZISKAVE

Z raziskavo smo ugotovili, da so otroci eksperimentalnih skupin na področju fine motorike, ravnotežja in koordinacije gibanja dosegali v povprečju boljše ocene, kakor otroci iz kontrolne skupine, ki niso izvajali NTC metode učenja. Potrdimo lahko, da je učenje po NTC metodi pomembno za razvoj gibalnih sposobnosti otroka v predšolskem obdobju, kar smo dokazali s pomočjo statistične analize pridobljenih podatkov.

### IDEJE ZA IGRO Z OTROKI DOMA PO PRISTOPU NTC UČENJE

Pristop NTC učenje usmerja starše in vzgojitelje k igralnim aktivnostim, ki še posebno dobro vplivajo na nastajanje in utrjevanje možganskih povezav in s tem otrokom omogočimo razvoj bioloških potencialov v čim

večji meri, torej zgodnjo stimulacijo razvoja otrok, koordinacijo gibov in motorike, razvoja prostorske orientacije, pozornosti in koncentracije in asociativnega mišljenja.

Gibalni izzivi po pristopu NTC učenje vključujejo sledeče elemente: rotacijo oz. vrtenje okrog svoje osi, vaje za ravnotežje, vaje za akomodacijo oz. prilagajanje očesa in vaje za fino motoriko in grafomotoriko.

Priporočila se gibalne igralne aktivnosti v naravnem okolju na prostem, na otroških igriščih, v parkih, v gozdu.

Pripravili smo nekaj idej preizkušenih iger po pristopu NTC učenje za igro v domačem okolju z otrokom ali v manjši skupini otrok.



#### 1. IGRE Z ŽOGO

To je igra z žogo in se igra ob steni:

- vržemo žogo ob steno in jo ulovimo z obema rokama,
- vržemo žogo z eno roko in jo ujamemo,
- stojimo na eni nogi in vržemo žogo in jo ujamemo,
- ko vržemo žogo, vmes ploskemo in ujamemo žogo,
- miže vržemo žogo in jo ujamemo,
- okrog sveta - vržemo žogo in se zavrtimo okrog svoje osi in jo ujamemo
- lahko si izmislimo še kakšno dodatno npr. poskoči, z levo roko, z desno roko, itd.

#### 2. IGRA: FRNIKOLA V LABIRINTU

Otrok sledi premikajoči frnikoli in jo vodi v labirintu do cilja s premikanjem škatle ter razvija koordinacijo.

V pokrovu škatle za čevlje izdelate labirint iz slamic. Slamice prilepite v pokrov ter določite start in cilj. Otrok po labirintu vodi frnikolo od starta do cilja. Frnikolo lahko vračate po labirintu tudi nazaj na start.

#### 3. IGRA ASOCIACIJ

Otrok razvija ustvarjalno mišljenje, prepozna barvo, primerja ter išče in uporablja asociacije.

Cela družina se igra igre asociacij v krogu s podajanjem žoge, kjer morajo igralci razmišljati in iskati povezave, naštevati: rumena kot .., rdeča kot ... na primer v prostoru, na prostem, na sebi ali po spominu,...

#### 4. IGRA: OGLEDALO

Otroke navajamo, da pazljivo opazujejo in ocenijo tuje obnašanje, spremembe in nasprotja.

Dva igralca se obrneta drug proti drugemu. Eden od njiju oblikuje različne gibe: z roko, glavo, nogo, rameni, razne grimase itd., drugi ga poskuša kar najhitreje in natančno posnemati, kakor, da je to njegova slika v ogledalu. Po nekaj minutah vlogi zamenjata.

#### 5. IGRA Z ŽOGO IN BALONI

Otrokom predstavlja ciljanje gibljivih balonov velik izziv.

Med dve drevesi napnete vrstico, na katero so privezani baloni. Otrok oz. vsi igralci z žogami različnih velikosti ciljate v balone.

Ciljanje je še bolj zabavno, ko pričnete šteti zadetke in primerjati rezultate. Pri pobiranju žogic morate poiskati svojo. Ciljanje je težje ob vetrovnem vremenu.

Igro lahko izvedete tudi v stanovanju, kjer balone ciljate s papirnatimi žogicami.

#### 6. IGRA ROČNI NOGOMET

Za igro je potrebno nekaj otrok. Otroci se postavijo v krog tako, da stojijo eden zraven drugega. Noge razkoračijo in stopala igralcev se stikajo. Otroci se sklonijo in z rokami branijo svoj gol pred žogo. Ko pride žoga do otroka jo ta z rokami odbije in poskuša zadeti gol soigralcev. Če se žoga odkotali skozi razkorak otroka, ta dobi gol in iz igre izpade. Pomembno je, da se žoga po tleh kotali. Igra se zaključuje, ko dobijo gol vsi otroci razen enega in ta je zmagovalec.



#### 7. IGRA SPREHOD Z RAZLIČNIMI GIBALNIMI IZZIVI

Na sprehodu z otroki izbirajte kraje kjer bo imel otrok možnost izvajanja različnih gibalnih izzivov. Otrok lahko hodi po notranjem robniku pločnika in s tem vadi ravnotežje. Na sprehodu v gozdu naj hodi po koreninah, deblih dreves, naj skače iz štorov, večjih kamnov. Na travniku lahko preskakuje krtine.

#### 8. IGRA ŠLIK ŠLAK ŠLOK – PAKJOVA MREŽA

Za igro so potrebni najmanj trije igralci ali več. Dva igralca se postavita eden nasproti drugega in držita elastiko za gumitvist z obema rokama. Medtem, ko igralca izgovarjata besede ŠLIK ŠLAK ŠLOK elastiko prepletata na različne načine. Lahko jo potisneta z nogami ob tla, en konec elastike lahko z rokami držita na tleh, drugega visoko v zraku. Več kot imata domišljije boljše je. Tako igralca z elastiko naredita mrežo. Tretji igralec mora zlesti skozi elastiko, in sicer tako, da se je ne dotakne. Če se jo dotakne je na vrsti naslednji igralec.

#### 8. IGRA KAČA

Za igro so potrebni najmanj trije igralci ali več. Dva igralca se usedeta eden nasproti drugega in v rokah držita daljšo vrv, ki predstavlja kačo. Vrv z rokama premikata levo in desno. Pomembno je, da jo premikata hitro in da je vsa vrv na tleh. Tretji igralec sonožno preskakuje vrv. Ko vrvi ne preskoči in se jo dotakne, ga kača piči in na vrsti je naslednji igralec.



#### 9. IGRA VRTENJE OKROG PALICE IN TEK

Na vrtu otroku pripravite palico, ki jo zapičite v zemljo. Palica naj bo v višini otrokovih prsi. Otrok naj položi obe dlani na palico nato pa naj glavo položi na dlani, ki sta na palici. V tem položaju naj se otrok okrog palice nekajkrat hitro zavrti nato pa naj skuša teči do neke točke in nazaj.

#### 10. IGRA S ČASOPISOM

Otroci se sede drsajo po časopisnem papirju po označeni ravni črti. Na cilju časopisni papir oblikujejo v žogo. Žogo kotalijo po ravni črti tako, da z razkoračenimi nogami in rokami, potiskajo žogo po črti. Na koncu žogo mečejo v cilj (koš, kartonska škatla, zaboj,...).

#### 11. IGRA RIBICE

Na svinčnik ali palčko fiksiramo ali ovijemo nit dolžine 60 cm, na koncu katere je pripet lažji predmet, npr. ribica iz papirja. Nato se organizira tekmovanje, v katerem otroci navijajo ribice in tekmujejo, kdo bo prej spustil ribico v vodo, zatem pa rešujejo ribico tako, da hitro odvijajo in navijajo nit na koncu katere se nahaja ribica. Pomembno je, da otrok pri navijanju in odvijanju uporablja prste obeh rok.

#### 12. IGRA KOCKA PRESENEČENJ

Otrokom ponudimo večjo leseno kocko. Na šestih ploskvah kocke so zastave šestih držav (Slovenija, Italija, Avstralija,...). Otroci se s kocko igrajo različne igre, zastave na kocki pa menjujemo.

Prepoznavanje držav - otrok vrže kocko in poimenuje državo, ki je na zgornji strani kocke.

Pozdrav v jeziku države - otrok vrže kocko in pozdravi v jeziku države.

Avtomobilske oznake - kocko opremimo z logotipi različnih avtomobilov. Otrok vrže kocko in poimenuje logotip avtomobila ter državo, v kateri ga izdelujejo.

#### 13. IGRA: ZAJČKI, ŠTORKLJE, RAČKE

Ko odrasli » čarovnik » začara otroka v zajčka začne otrok skakati s sonožnimi skoki. Ko ga začara v štorkljo pa otrok stoji na eni nogi. Ko ga začara v račko pa otrok hodi v počepu.

#### 14. IGRA: CIRKUS

Na tla položimo dolgo vrv ali nalepimo papirnato plastificirano črto. Med stole in mize napnemo elastiko v višini 10 cm.

Otrok je najprej vrhovodec in hodi v zravnani drži po vrvi, črti in gleda naprej. Najprej gre naravnost po črti nato pa hodi še nazaj. Potem pa skače kot klovn čez elastiko naprej, nazaj in bočno. Potem pa si še zavezuje čevlje.



#### 15. IGRA: SKAKANJE ČEZ VRV

Otrok skače čez vrv, ki jo vrtijo starši.

#### 16. IGRA: KOCKA

Za vsako število pik na kocki je navodilo na listu.

Npr.: Če otrok vrže število 1, potem obrne list kjer je napisana številka 1. Nato izpolni nalogo.

Vseh 6 listov z navodili je narobe obrnjeno na tleh. Na eni strani lista je napisana številka in narisano njeno število pik, na drugi strani lista pa je napisano navodilo kaj naj otrok naredi. Potem obrne list kjer je napisana številka 1.

1. Čim dlje časa stoj na eni nogi!
2. Sonožno skoči 5x!
3. Meči žogo v zrak in jo ujemi!
4. Hodi naprej po črti!
5. Hodi nazaj po črti!
6. Zaveži vezalke



#### 17. IGRA: PEPČEK

Dva si stojita naproti. Tretji »pepček« je med njima. Podajata si žogo in tretji poskuša uloviti žogo. Če mu jo uspe uloviti ni več »pepček« ampak se postavi na mesto tistega, kateremu je prestregel žogo.

#### 18. IGRA: TRGANKA

Otroku v višino popka na omaro nalepimo A 3 list papirja. Otrok čepi in na list s flomastrom nariše predmet ali žival in nato na to risbo lepi barvne koščke papirja, tako naredi trganko.

#### 19. IGRA: LAČNI MEDVED

Na strop ali na mizo pritrdimo karton v obliki medvedove glave. Tam kjer ima usta izrežemo luknjo. Otrok nato iz časopisnega papirja oblikuje žogice in jih meče v medvedova usta.

Zloženko pripravile: vrtec Zelena jama - vzgojiteljice Sonja Cestnik, Erika Eržen, Petra Peternej, Maja Čufer in svetovalna delavka Esmira Behrić, maj 2018