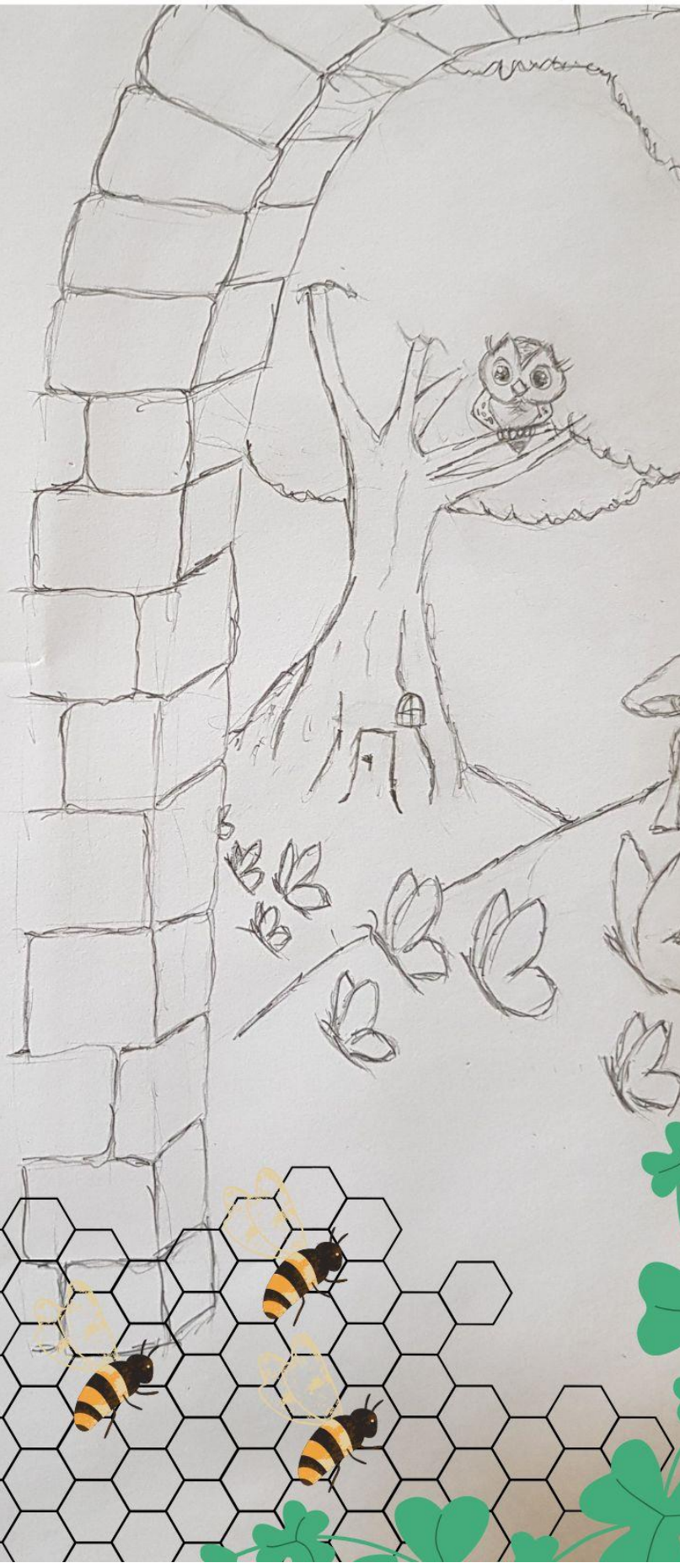
4. številka (04/2021) | 26. november 2021

Realka



ANA VELIČKI
Učenje skozi življenje

NIKA MOLK ŠTIKAVAC
Tukaj je panj, a kje so čebele?

JASMINA JOGIĆ
Spodbujamo prijateljstvo

ŠPELA PODNAR
Zdrava prehrana v vrtcu

CVETKA KOŠNIK
Gozdna pedagogika

Strokovna revija Realka s področja predšolske vzgoje, osnovnošolskega in srednješolskega izobraževanja in izobraževanja odraslih

ISSN 2784-6903

Urednica: Jasna Colnerič

Naslov uredništva:
REALKA, Jasna Colnerič, s. p.
Lastine 2e
3250 Rogaška Slatina
Tel.: 031 637 552
e-mail: realka.izobrazevanje@gmail.com

Fotografija na naslovnici: Tia Matanović, 13 let

Revijo Realka izdaja REALKA, Jasna Colnerič, s. p., Lastine 2e, 3250 Rogaška Slatina na spletni strani www.realka.si. Odgovorna urednica revije je Jasna Colnerič.

Revija Realka je vpisana v razvid medijev, ki ga vodi Ministrstvo za kulturo Republike Slovenije, pod zaporedno številko 2465.

Revija Realka izhaja enkrat mesečno, lahko tudi dvakrat, trikrat v digitalni obliki na spletni strani www.realka.si.

Beseda urednice

Globalizacija otroke in mlade po vsem svetu izpostavlja različnim novim standardom in možnostim. Zdaj imajo otroci vedno več novih informacij v svojem življenju in se od njih pričakuje tudi, da bodo vedno odlično delovali. Različne institucije v življenju otrok in mladostnikov, kot so družina, šola in mediji, nenehno zagotavljajo dodatne stimulacije in pričakovanja. Ta izpostavljenost novim pričakovanjem in zahtevam pa hoteli ali ne povzroča tudi stres v življenju mladih (in otrok), zlasti v zvezi z vrednotenjem njihovega delovanja. Zavedati pa se moramo tudi tega, da se otroci naučijo ponotranjiti stres. Njihova samozadostna pričakovanja, da bodo izpolnili standarde, ki jih postavljajo njihovi skrbniki, šole in družba, jim lahko povzročijo tesnobo in poleg tega lahko ponotranjenje samopričakovanja za mlade postane nevzdržno.

Avtorici Cvetka Košnik in Tina Matanović sta v tej številki predstavili jogo in skozi zanimiva izhodišča sporočili, da joga zagotavlja vadbo uma in telesa za vzpostavitev čustvenega ravnovesja, kar pomeni, da otroci in mladi potrebujejo tovrstno vadbo, da prisluhnejo sebi, svojemu telesu, občutku, idejam, saj joga tako prispeva k zdravemu razvoju in dobremu dušenemu zdravju. Promocija zdravja otroka mora vključevati izboljšanje njihove pozornosti, samozavesti in opolnomočenja. Tudi sama sem prepričana, da se morajo otroci in mladostniki razvijati na podlagi svojih edinstvenih osebnosti ter doseči ravnovesje med lastnimi močmi in družbenimi pričakovanji. Pri tem pa jim joga lahko pomaga, da se razvijajo na zdrav način in da se fizično, duševno in duhovno okrepijo za življenje, ki je še pred njimi.

V mesecu novembru se še posebej otroci razveselijo Tradicionalnega slovenskega zajtrka, saj jih v nekaterih vrtcih obiščejo tudi čebelice in pripeljejo medene dobrote. Ohranjati slovensko je še en izziv pred globalizacijo in zavedati se lastne kulture in kulturne odgovornosti do prenosa le-te mora ostajati naša prednostna naloga tudi v vzgoji in izobraževanju. S takšnimi projekti, ki vzpodbujajo narodno zavest in našo kulturo, je treba nadaljevati in s pogledom do obširnega prenosa znanja poskrbeti, da smo naredili vse, kar je bilo v naši moči, da smo ohranili vsaj del naše kulturne dediščine, ki nam je bila zaupana od naših predhodnikov.

Ta številka revije prinaša raznovrstno tematiko s primeri prakse, za katere verjamem, da bo v vsakem pustila sledi – zato tudi pišemo, da si pomagamo in pridobimo nova znanja ter cenimo izkušnje kolegov, ki posredno pomagajo tudi nam. Prijetno branje vam želim.

Jasna Colnerič
mag. manag. izobr., prof. slov.

KAZALO

PETRA BUH, *Dodatna strokovna pomoč učenki, ki je nameščena v rejniško družino*…….1–7
MELITA IRMAN, *Kako učencem približati naravoslovje?*.....8–16
JASMINA JOGIĆ, *Spodbujamo prijateljstvo*……..…17–27
MATEJA KETIŠ, *Igra predšolskega otroka in njen razvoj*……..28–36
MATEJA KOSOVEL, *Socialne igre za izboljšanje odnosov v šoli*..37–46
CVETKA KOŠNIK, *Gozdna pedagogika*…….....47–54
CVETKA KOŠNIK, *Joga v vrtcu*……55–62
ERIKA LAPORNIK, *Lutka kot nepogrešljiva pomočnica v izobraževalnem procesu*……..…63–71
MIRANDA MAJCAN RAJKOVIĆ, *Z gibanjem do branja in pisanja v italijanščini kot tujem jeziku*……..72–80
TINA MATANOVIĆ, *Pravljična joga*……..……81–88
NIKA MOLK ŠTIKAVAC, *Tukaj je panj, a kje so čebele?*.....89–94
ESTER PEČARIČ, *Formativno spremljanje in aktivno učenje z roko v roki*…….……..95–103
TANJA PETROVČIČ, *Od besede do pravljice*……..104–111
ŠPELA PODNAR, *Zdrava prehrana v vrtcu*……..112–119
MONIKA RAVNIKAR BOBNAR, *Delo z učenci s čustvenimi in vedenjskimi težavami*……120–127
ANA VELIČKI, *Učenje skozi življenje*……..128–136

Dodatna strokovna pomoč učenki, ki je nameščena v rejniško družino

PETRA BUH, *univ. dipl. soc. ped.*
Osnovna šola Križe
petra.buh@oskrize.si

Povzetek: V prispevku je prikazano, s čim se srečujejo otroci in mladostniki, ki so bili odvzeti iz matične družine in nameščeni v rejniško družino. Predstavljam nekaj teoretičnih izhodišč za delo s to ranljivo skupino otrok in mladostnikov ter nekaj načinov in metod, ki jih uporabljam pri svojem delu z deklico, ki je v rejništvu. Ugotavljam predvsem, da so bili ti otroci v življenju deležni že marsikatere negativne izkušnje, zato moramo biti strokovni delavci, ki delamo z njimi, še posebej senzibilni in pri dejavnostih in pogovorih z njimi predvsem slediti njihovemu tempu in njihovim potrebam.

Ključne besede: rejništvo, dodatna strokovna pomoč, samopodoba

Abstract: The aim of this article is to show what are facing children and adolescents that are placed in foster families. I present some of theoretical starting points and some practical ways and methods, which I am using when working with a girl, who placed in foster family. Above all, I am finding that these children have had many negative experiences in their lives. Therefore the professionals, who are working with these children and adolescents, have to be extra sensitive and have to follow their pace and their needs.

Key words: foster care, additional professional assistance, self-esteem

UVOD

Slovenija je leta 1991 podpisala Konvencijo o otrokovih pravicah, v kateri je v njenem 20. členu opredeljeno: »Otrok, ki je začasno ali za stalno prikrajšan za svoje družinsko okolje ali katerega koristi ne dopuščajo, da bi še naprej ostal v tem okolju, ima pravico do posebnega varstva in pomoči, ki mu jo zagotovi država« (Konvencija o otrokovih pravicah, 1989). Kot podpisnica Konvencije o otrokovih pravicah je tako Republika Slovenija dolžna zagotavljati varstvo vsem otrokom, ki so bodisi prikrajšani za lastno družinsko okolje, bodisi je ugotovljeno, da družinsko okolje ne deluje v njihovo korist. Ena izmed oblik takega varstva je tudi rejništvo. Tako življenje v nefunkcionalni družini, kot tudi premestitev v rejniško družino, za otroke ali mladostnike predstavljajo travmo, ki pomembno vpliva na njihov odnos do sveta, na njihovo čustvovanje, na njihovo vedenje in na njihovo samopodobo. Namen in cilj prispevka je predvsem predstaviti položaj otroka ali mladostnika v rejniški družini ter stiske, s katerimi se tak otrok oziroma mladostnik sooča ter prestaviti nekaj možnih načinov in metod dela s takim otrokom oziroma mladostnikom. V nadaljevanju bom skušala preplesti nekatera teoretična izhodišča, pomembna za delo z otrokom oziroma mladostnikom v rejništvu ter osebne izkušnje dela z učenko, ki je nameščena v rejniško družino.

Namestitev otroka ali mladostnika v rejniško družino

CSD je o težavah v določeni družini lahko obveščen s strani policije, šole, zdravstvenega doma, sosedov ali bližnjih sorodnikov. Ocena, kdaj je otrok v matični družini ogrožen do te mere, da ga je potrebno iz družine umakniti, je odvisna od strokovne presoje v vsakem primeru posebej. Kadar se ugotovi, da otrok ne more več živeti pri starših, oziroma je otrokov telesni in duševni razvoj ogrožen, je odvzem otroka iz matične družine in namestitev v rejništvo eden izmed ukrepov, ki jih CSD lahko uporabi (Zakšek v Ferlin, 2013, str. 12–13). Šilc (v Ferlin 2013, str. 12–13) poudarja, da je pomembno, da poskušamo matični družini pomagati na vse možne načine, da bi delovala dobro. Izločitev otroka iz domačega okolja mora predstavljati zadnji, skrajni ukrep. Zavedati se moramo, da otrok do matične družine čuti povezanost, navezanost in pripadnost. Zato je pomembno, da v primerih, ko otrok čuti sprejetost in ljubezen s strani staršev, poskrbimo, da otrok ohranja redne stike s starši. Treba pa se je zavedati dejstva, da obstajajo tudi primeri, ko je otroka zaradi ogroženosti njegovih temeljnih potreb, nevarnosti zlorab, poniževanja in odklanjanja, treba popolnoma izločiti iz matične družine (Crnkovič, prav tam).

Otrok ali mladostnik v rejniški družini

Ne glede na razmere v matični družini je odhod od doma za otroka zelo travmatična izkušnja. Otrok po prihodu v rejniško družino

potrebuje čustveno oporo, potrebuje osebo, ki mu bo pomagala psihološko predelati vse, kar se mu je zgodilo, saj bo šele nato izkušnjo odvzema iz matične družine lahko integriral v svojo osebnost (Boškić idr. v Kreft, 2020, str. 12–14). Mihorič (prav tam) se navezuje na to in pravi, da je pomembno, da otroku dovolimo doživljati različna čustva in mu damo možnost, da čustva izrazi in o njih spregovori. Pri tem mu je lahko v oporo strokovnjak, ki mu je na voljo za pogovor, pomoč in podporo. Marjanovič Umkova (v Mlakar, 2014) dodaja, da je pomembno, da po tako travmatskih dogodkih, kot je premestitev v rejniško družino, otroku pomagamo takoj in ne čakamo, da začne kazati kakšne posledice. V primerih, ko otrok ne prejme pomoči, sam pa se ne zna soočiti z novim položajem, ga težave, ki so lahko čustvene in povezane z nizko samopodobo, spremljajo vse življenje. Včasih se otroci z izkušnjo rejništva v socialnem prostoru ne počutijo zaželene in venomer ostajajo na robu družbe.

Razvoj varne navezanosti

Za razvoj otroka je zelo pomembno okolje, v katerem odrašča. Nastajajo pomembne razlike glede na to, ali otrok odrašča v varnem ali ne-varnem okolju. Varno okolje je okolje notranje mirnosti, zunanjega postavljanja mej in je hkrati okolje, v katerem otrok lahko zadovoljuje svoje potrebe. Nevarno okolje pa je okolje, v katerem sta pogosto prisotna zanemarjenost in zloraba (Kobolt v Kreft, 2020, str. 14–16). Za razvoj varnega okolja je bistvenega pomena navezanost, ki jo otrok s starši vzpostavi že v zelo zgodnjem otroštvu. Varna navezanost je potrebna za normalen razvoj možganov in posledično tudi odzivov na različne situacije v življenju (Bizant, b. d.). Veliko otrok, ki pride v rejniško družino, ima težave z varno navezanostjo, saj je s svojimi biološkimi starši niso vzpostavili. Otroci so se v svojih bioloških družinah naučili zanesti le nase, velikokrat tudi razvijejo velik nadzor nad svojimi čustvi in nad vsakdanjimi dogodki. Dojemajo se kot individuume in so velikokrat osredotočeni le na svoje potrebe, kar jim je v matični družini pomagalo preživeti. Prizadevajo si, da ljubezni ne bi čutili ter s tem ohranjajo negativna stališča do drugih, najbolj pa seveda do sebe, saj je to edino, kar poznajo. Njihovo notranje življenje ostane prezrto in se ne razvija usklajeno, ne vedo, kako naj se navežejo na druge. Do drugih ljudi so pogosto zelo zaprti, rejniške starše lahko dojemajo zgolj kot tranzitorne objekte, torej kot nekoga, ki ga lahko hitro zamenjajo. Preden so zmožni pravega zaupanja lahko preteče veliko časa (prav tam). Strokovnjaki in rejniški starši morajo prepoznavati globlje posledice zanemarjanja in zlorabe in ustvarjati posebne izkušnje, ki se bodo dotikale otrokovih primanjkljajev v navezanosti. Vendar pa je ta proces potrebno peljati počasi, korak za korakom. Če bi jim takoj želeli dati ogromno pozitivnih izkušenj, jih bo tak otrok sabotiral, saj jih ne bo zmogel integrirati v svoje telo. Zato je največ, kar se otroku v rejniški družini lahko najprej da, varnost. Šele, ko mu je nudeno dovolj varnosti, se bo lahko sprostil in bo odprt za več pozitivnih izkušenj. Varnost pa

pride le z določenim zunanjim okvirom, ki ga sestavljata red, nadzor in jasna postavitev mej (prav tam).

Razvoj pozitivne samopodobe

Mali in Tomec (2016, str. 60) pravita: Za dober in zdrav razvoj, oblikovanje samozavesti in dobro vključitev v družbo moramo otroku omogočiti pogoje za življenje v prijaznem družinskem okolju, ki zagotavlja ustrezne spodbude, ki ustrezajo njegovi stopnji razvoja. Pomembno je, da otrok v tem okolju ustvari svoje temeljne čustvene vezi in dobi občutek, da je pomemben za ljudi okrog njega. Tako si gradi pozitivno identiteto in pridobi občutek samospoštovanja, veselje do življenja in pozitiven pogled v prihodnost.

Tako imajo rejniki veliko vlogo pri oblikovanju samopodobe rejencev. Omulec (2016, str. 31–33) pravi, da rejniški starši na samopodobo rejencev vplivajo s svojimi odzivi na otroka. Rejniški starš namreč predstavlja podzavestno podobo staršev in lahko veliko naredi za otrokovo samopodobo, če mu da veliko pozornosti in potrditve. Rejniški starš je za otroka edini, ki mu daje občutek pripadnosti in tako pomembno pripomore k izgradnji otrokove pozitivne samopodobe. Poleg rejnikov na oblikovanje samopodobe lahko pomembno vplivajo tudi strokovni delavci, ki delajo z otrokom in preko pogovora raziščejo in prisluhnejo preteklosti otroka. Čačinovič Vogrinčičeva (v Kreft, 2020, str. 18) ugotavlja: Pogovor z otrokom o njegovi preteklosti in o rejniški družini je tisti, ki pojasni in podpira otrokovo resničnost. Otrok potrebuje veliko pogovorov, da se opremi za življenje z in med dvema družinama. Otrokovo razpetost in vpliv le-te na njegovo identiteto in samopodobo lahko lažje razumemo preko pogovora o razlikah, o drugačnosti in o nasprotjih v matični in rejniški družini. Pomembno je, da otrok nasprotja znotraj sebe ubesedi, ter jih nato predela in umesti. Za otroka je ključnega pomena, da sme videti in imeti obe resničnosti ter da lahko o tem prosto govori. Otroku je potrebno posredovati zavedanje, da njegova vloga »rejenca« ne določa njegove identitete in da je v življenju pomembno, da je samosvoj, tako kot vsak otrok.

Primer dobre prakse

Zadnje leto se v okviru ur dodatne strokovne pomoči (DSP) v šoli srečujem z učenko predmetne stopnje. Zaradi neustreznih razmer v matični družini je bila iz nje odvzeta in dana v rejništvo. Rejništvo je prevzela dekličina sorodnica. Deklica se je tako preselila k rejnici na drug konec Slovenije, stiki z mamico pa so ohranjeni. V razredu je lepo sprejeta, ima najboljšo prijateljico, ne kaže nobenih agresivnih ali avtoagresivnih vedenj. Je pa pogosto zmedena, slabo organizirana, s težavo sledi pouku in šolskim obveznostim, veliko pozablja, ima izrazito slabo samopodobo. Na področju šolskega dela ji rejnica težko pomaga, ji pa želi pomagati in je v šolsko delo aktivno vključena.

Ko sem se lanskega septembra z deklico začela srečevati pri urah DSP, sem želela najprej vzpostaviti okolje, v katerem se bo počutila varno

in sproščeno ter sočasno začeti z njo graditi pozitivno naravnan medsebojni odnos. Deklica je bila v prvih mesecih zelo zadržana, kazala je zavračujoč odnos do ur dodatne strokovne pomoči. Eno uro na teden sva se srečevali izven pouka in teh ur se je vedno skušala izogniti – bodisi je našla nek razlog, zakaj k uri ne more priti, bodisi je na uro enostavno pozabila. Pri tem terminu sem vseeno vztrajala, saj sem na eni strani želela vzpostaviti nek nespreminjajoč se zunanji okvir, red in stalnost, hkrati pa ura izven pouka daje več možnosti vsebinam, ki niso neposredno vezane na redno šolsko snov. Vse do začetka šolanja na daljavo je bila njena prisotnost pri uri izven pouka vprašljiva. Z deklico sva skupaj naredili urnik njenih obveznosti, ki ga je imela v peresnici in doma na steni – ker pogosto kaj pozabi, potrebuje številne vizualne opore in opomnike. Ob vsakem izostanku od ure sem o tem obvestila tudi rejnico, ki se je z deklico nato tudi pogovorila. Rejnica je imela (in še vedno ima) občutek, da mora ona poskrbeti, da bo deklica vedno ob pravem času na pravem mestu in da bo imela pripravljeno vse potrebno. Z njo sem v rednih stikih in pogosto se pogovarjava o tem. Menim namreč, da se deklica kljub svoji pozabljivosti mora začeti učiti lastne organizacije in se ne zgolj zanašati na to, da jo bo rejnica spomnila na vsako obveznost. S tem, ko se trudi samostojno opravljati svoje obveznosti, tudi pridobiva občutek kontrole nad lastnim življenjem. In otrok, ki mu je bila odvzeta možnost, da bi živel tam in s tistimi, kjer si želi (še vedno si želi živeti pri mami), še kako potrebuje občutek, da ima kontrolo vsaj nad nečim v življenju.

V medosebni odnos z menoj je deklica vstopala zelo zadržano, nisem pa imela občutka, da bi imela izrazito odklonilen odnos do mene. Zato sem ji želela le pustiti dovolj časa, da me spozna in mi začne do neke mere zaupati. Pri tem je redno šolsko delo lahko v veliko pomoč, saj uram daje neosebno vsebino, pri kateri se otrok ne počuti osebno izpostavljen. Hkrati pa se prek razlage in utrjevanja šolske snovi počasi vzpostavlja tudi medosebni odnos. V prve pol leta pri urah DSP skorajda nisva počeli drugega kot utrjevali šolsko snov in se pogovarjali o vsakdanjih stvareh (kaj je počela med vikendom, kaj zanimivega se ji je zgodilo v zadnjem času, kaj z rejnico kuhata …). Čim bolj pa sem skušala tudi normalizirati pogovore o mami (»Si se kaj slišala z mami? Kaj pa počne? Kdaj se boste spet videli?«), saj želim, da ve, da ni nič narobe s tem, da je v rejništvu in da se lahko odkrito pogovarjava o rejniški družini in o matični družini. Kot pravi Čačinovič Vogrinčičeva, je za otroka pomembno, da sme videti in imeti obe resničnosti in da lahko o tem prosto govori. Zato sem zelo vesela, če mi deklica v ponedeljek dopoldne sama od sebe začne pripovedovati, da je prišla mami na obisk in kaj so skupaj delali. Vendar pa ti najini pogovori zaenkrat ostajajo na precej platonski ravni, saj imam občutek, da mi še ne zaupa dovolj, da bi zmogla govoriti o globljih občutjih, ki jih doživlja.

Po pol leta, ko smo se iz šolanja na daljavo vrnili nazaj v šole, je najin odnos napredoval že dovolj, da sedaj vsebinsko v DSP uro poleg šolske snovi lahko dodam še kaj (predvsem vsebine za razvoj

pozitivne samopodobe) in da mi včasih že sama kaj zaupa, vpraša za kakšen nasvet. Še vedno pa drži določeno distanco, za katero menim, da je prav, da jo spoštujem in ne pričakujem od nje, da bi na primer govorila o najtežjih trenutkih v njenem življenju. Dekličina samopodoba je zaradi vsega, kar je že doživela, precej nizka. Prek različnih dejavnosti se pri urah DSP trudim vplivati na izboljšanje njene samopodobe. Kot najbolj uspešna metoda se je pokazala igra vlog. Pogosto preigravava različne vloge, kjer se dva druga človeka pogovarjata o njej. Zdi se mi, da se na ta način počuti precej manj izpostavljeno, manj razgaljeno. V igro vlog vključim različne tematike: kako vidi sebe v vrstniški skupini, kako meni, da jo v vrstniški skupini vidijo drugi, kako bi si želela, da bi jo videli drugi, pozitivne lastnosti, ki jih zaznava pri sebi … Na področju iskanja lastnih pozitivnih lastnosti potrebuje veliko vodenja in mnogo pozitivnih samopotrditev.

Za področje samopodobe se poslužujem tudi različnih delovnih listov. Le-ti s svojimi vprašanji zahtevajo premislek in oblikovanje ustreznega odgovora. Na ta način se deklica lažje osredotoči, dobi dovolj časa za razmislek o določeni temi. Meni nato delovni list služi kot iztočnica za pogovor. Iz njenih zapisanih odgovorov presodim, o čem se je pripravljena pogovarjati in nato pogovor vodim v tej smeri. Na ta način dosežem, da se pogovarjava o tematiki, za katero menim, da bo pozitivno vplivala na razvoj njene samopodobe, hkrati pa dajem njej priložnost, da sama določi smer pogovora in meje pogovora.

Veliko vrednost pa vidim tudi v igrah, ki so neka mešanica družabne igre in pogovora. Gre na primer za strukturo igre tipa Človek ne jezi se, s tem da so določena polja drugače označena in na tistih poljih je treba odgovoriti na vnaprej pripravljeno vprašanje. Učenci se take igre radi igrajo, ne glede na njihovo starost. Dejavnost namreč dojemajo kot igro, kot nekaj zanimivega, hkrati pa učitelj s pomočjo pripravljenih vprašanj lahko sledi zastavljenemu cilju (npr. izboljševanje samopodobe).

Deklica je do konca šolskega leta napredovala tako na področju samostojnosti kot tudi na področju samopodobe. Treba pa je poudariti, da so to drobni napredki, ki jih pogosto opazi le tisti, ki je z osebo v rednih stikih. Kljub temu pa so to napredki, ki so za deklico velikega pomena.

ZAKLJUČEK

Otroci in mladostniki, ki so v rejništvu, predstavljajo zelo specifično ranljivo skupino. Vsak ima svojo zgodbo, svoje obrambne mehanizme, svoje doživljanje in vrednotenje dogodkov. Vsem pa je skupno to, da so bili odvzeti biološkim staršem in predani v tujo družino in vsaka taka izkušnja pusti določen pečat. V prispevku sem predstavila svoje delo z učenko, ki živi v rejniški družini. Načini dela

in metode, ki se jih pri delu poslužujem in ki so se izkazali za uspešne, so se izkazali za uspešne s to deklico, pri delu z nekom drugim bi bili mogoče povsem neuporabni. Vsak človek je edinstven in pri vsakem posebej moramo ugotoviti, kateri načini in metode so najbolj primerni. Vseeno upam, da bodo predstavljena teoretična izhodišča in konkretni primeri dela lahko koristili pri načrtovanju dela z otrokom ali mladostnikom, ki je v rejništvu.

Viri in literatura

1. Bizant, U. (b. d.). *Obnašanje otrok v rejništvu (posvojitvi).* Študijsko raziskovalni center za družino. Pridobljeno s https://srcdljubljana.com/blog-srcd/140-obnasanje-otrok-v-rejnistvu-posvojitvi.
2. Ferlin, A. (2013). *Rejništvo – kratkotrajna ali dolgotrajna rešitev?* (diplomsko delo). Pridobljeno s http://pefprints.pef.uni-lj.si/1547/1/diplomska_naloga1.pdf
3. *Konvencija o otrokovih pravicah (OZN).* (1989). Pridobljeno s https://www.gov.si/assets/ministrstva/MZZ/Dokumenti/multilaterala/clovekove-pravice/porocila-SLO-po-instrumentih-o-clovekovih-pravicah/73241a9c65/Konvencija-o-otrokovih-pravicah.pdf
4. Kreft, T. (2020). *Otroci v rejništvu in razpetost med matično ter rejniško družino* (magistrsko delo). Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta. Pridobljeno s http://pefprints.pef.uni-lj.si/6466/1/MAGISTRSKA_NALOGA_Tamara_Kreft.pdf
5. Mali, M., in Tomec, M. (2016). Delovanje in usmeritve IFCO – Mednarodne organizacije za rejništvo. *Rejniški glasnik*, 50, str. 58–65. Pridobljeno s http://www.rejniskodrustvoslovenije.si/datoteke/rejniskiglasnik/REJNISKIGLASNIK_50.pdf
6. Mlakar, P. (2014). *Otroci rastejo in stigma z njimi. Dnevnik.* Pridobljeno s https://www.dnevnik.si/1042620360
7. Omulec, A. (2016). Rejniški starši – dar družbe. *Rejniški glasnik*, 50, str. 31–33. Pridobljeno s http://www.rejniskodrustvoslovenije.si/datoteke/rejniskiglasnik/REJNISKIGLASNIK_50.pdf

Kako učencem približati naravoslovje?

MELITA IRMAN, *prof. razrednega pouka*
korosec.melita@gmail.com

Povzetek: V članku sem se osredotočila na poučevanje predmeta naravoslovje in tehnika v 4. razredu brez delovnih zvezkov. Po letu dela z delovnim zvezkom sem ugotovila, da me le-ta samo omejuje in zato sem se v naslednjem šolskem letu lotila drugačnega pristopa. Ključnega pomena za učenje otrok je, da se otroci učijo preko aktivnega učenja, izkusijo ter se pri tem dobro počutijo. Učencem pri pouku pripravim različne aktivnosti, pri katerih nimajo občutka, da se učijo, sama pa že v naprej dobro vem, katere cilje želim doseči. Učenci s takšnim načinom poučevanja pridobivajo izkušnje z živimi bitji in naravnimi pojavi ter veselje ob raziskovanju in odkrivanju.

Ključne besede: osnovna šola, naravoslovje in tehnika, 4. razred, motivacija, aktivno učenje

Abstract: In the article, I focused on teaching the subject of science and technology in 4th grade without workbooks. After a year of working with a workbook I found that it only limited me and I took a different approach the following school year. It is crucial for children's learning that children learn through active learning, experience and feel good about it. I prepare various activities for students in the classroom, in which they do not have the feeling that they are learning, and I know well in advance what goals I want to achieve. With this way of teaching, students gain experience with living beings and natural phenomena, as well as the joy of exploring and discovering.

Key words: primary school, science and technology, 4th grade, motivation, active learning

UVOD

Ker se mora seznam učbenikov in delovnih zvezkov pripraviti že zgodaj spomladi, se pogosto zgodi, da nam le-te za prihodnje leto izbere neki drugi učitelj, saj sistemizacija do takrat še ni znana. Tako se je že večkrat zgodilo tudi meni. Pred leti sem se s porodniškega dopusta vrnila v četrti razred. To je bilo moje prvo poučevanje v 4. razredu. Učiteljica, ki je prej poučevala četrtošolce, je izbrala komplet delovnih zvezkov. Tako smo septembra začeli delati z delovnimi zvezki pri vseh predmetih. Mene pa so le-ti začeli vse bolj in bolj obremenjevati. Še posebej pri predmetu družba ter naravoslovju in tehniki. Zdelo se mi je prav, da glede na to, da so starši delovne zvezke kupili, tudi rešujemo naloge v njih. Po drugi strani pa so se mi zdele velikokrat naloge nesmiselne in niti sama nisem vedela, kako naj jih rešim in kaj avtorji pričakujejo od učenca. Kradle so nam čas, ki bi ga lahko porabili za druge aktivnosti. Zato sem ves čas poleg pripravljala različne dejavnosti in igre ter vse bolj razmišljala, da bi delovne zvezke ukinila. Odpravila sem se na zavodov seminar, kjer je bila tema o tem, kako poučevati brez delovnih zvezkov. Udeležila sem se še nekaterih drugih seminarjev s podobno tematiko. Nato sem ravnatelja prosila, če me lahko prihodnje leto pusti v 4. razredu in mu razložila, da bi rada poučevala z manj delovnimi zvezki. Prošnji mi je ugodil. V tem članku vam bom predstavila, kako sem se lotila poučevanja predmeta naravoslovje in tehnika v 4. razredu brez delovnega zvezka.

Učni načrt za naravoslovje in tehniko

V Učnem načrtu za naravoslovje in tehniko je poudarjena vloga učitelja, ki mora težiti k temu, da ustvarja spodbudno učno okolje in situacije, ki omogočajo učencu razvijanje naravoslovnih spretnosti in veščin. Cilj izkustvenega učenja je še posebej izpostavljen v splošnih ciljih predmeta naravoslovje in tehnika. Z učenci naj učitelj del svojega časa preživi v različnih naravnih in umetnih okoljih, kjer lahko učenci le-te sistematično opazujejo s preprostimi opazovalnimi pripomočki. Pri pouku naj učenci čim več raziskujejo, načrtujejo in izvajajo poskuse. Pri tem dobijo bogate izkušnje tudi na drugih področjih. Torej v ospredju naj bodo dejavnosti, ki omogočajo učencem, da aktivno usvajajo znanje. Raziskovanje in spoznavanje neznanega naj poteka izkustveno, ob različnih dejavnostih. S tem bodo učenci motivirani za učenje in osmišljanje pridobljenega znanja tudi izven šole (Učni načrt, 2011). Operativni cilji in vsebine v učnem načrtu za naravoslovje in tehniko so razdeljeni na 5 sklopov, in sicer snovi, sile in gibanje, pojavi, človek in živa bitja.

V četrtem razredu se pri sklopu snovi obravnavajo lastnosti snovi, njihovo spreminjanje ter razvrščanje (trdne snovi, kapljevine in plini, trdota, plastičnost, prožnost, cepljivost, magnetne lastnosti snovi in električna prevodnost snovi). Pri sklopu sile in gibanja se učimo o premikanju in prevažanju, različnih silah, varnosti pri gibanju in prometu. Spoznavamo vesolje, torej gibanje Zemlje, nastanek dneva in noči, prisojno in osojno stran. Govorimo o vidljivosti teles, senci ter

gibanju ljudi in živali. O tem, da se tekočine pretakajo po ceveh, o oskrbi z vodo, centralnem ogrevanju in električnem krogu, se učimo v učnem sklopu pojavi. V sklopu človek spoznamo osnovno zgradbo in delovanje človeškega telesa (okostje, gibala, prebavila, srce, kri in žile, izločala, dihala, čutila in živčevje). Govorimo tudi o osebni higieni, rasti in razvoju ter odnosu do različnosti. O razvrščanju živih bitij (kraljestva, mahovi, praprotnice, semenke, rastline s cvetovi in brez cvetov, drevesne in grmovne vrste v ožjem okolju, nevretenčarji, vretenčarji) ter njihovi rasti in razvoju se učimo v sklopu živa bitja (Učni načrt, 2011).

Aktivne oblike in metode dela pri naravoslovju in tehniki

Učitelji se vse bolj trudimo, da znanja na učence ne prenašamo samo direktno, torej z razlago ali demonstracijo. Vse bolj težimo k temu, da je pri usvajanju znanja poudarek na izkušnjah učencev. Učenje naj čim bolj temelji na lastni aktivnosti učencev, torej z njihovim raziskovanjem. Za to lahko uporabimo različne metode in oblike dela. Učenje z raziskovanjem je metoda učenja oz. poučevanja, v kateri učenci rešujejo problem oziroma iščejo odgovore na raziskovalno vprašanje. Pri tem so v interakciji z okoljem, pridobivajo neposredne izkušnje, preizkušajo in rokujejo z objekti, iščejo podatke in informacije, izvajajo eksperimente … Učenje je bolj učinkovito, kadar učenci samostojno odkrivajo dejstva in zveze med njimi ter tako samostojno konstruirajo znanje (Terminološki slovar vzgoje in izobraževanja, 2008–2009).

Izkustveno ali izkušenjsko učenje je oblika učenja, ki se začne z izkušnjo. David Kolib je postavil model izkustvenega učenja, ki ga opisuje kot proces, ki se začne s konkretno izkušnjo, tej sledi razmišljujoče opazovanje, nato abstraktna konceptualizacija ter na koncu aktivno eksperimentiranje. Pri uspešnem učenju gre za ciklično prehajanje od izkušnje prek opazovanja do teoretične osmislitve (refleksije) ter eksperimentalnega ustvarjanja nove izkušnje (Marentič Požarnik, 1987, str. 67).

Igra vlog je ena izmed metod izkustvenega učenja. Temelji na učenju na osnovi neposredne izkušnje in omogoča, da učenci pri njej razvijajo raznovrstne spretnosti in veščine (Rupnik Vec, 2003). Učenci prevzamejo način obnašanja drugih ljudi ali živali in ravnajo tako, kot bi nekdo drug ali sami ravnali v zamišljeni situaciji.

B. M. Požarnik (1992) pravi, da udeleženci s sodelovanjem v igranju vlog neposredno osredotočijo svojo pozornost na neki problem; zviša se jim občutljivost za lastna čustva, stališča in ravnanja in za te vidike pri soljudeh; ugotovijo, do kolike mere čustva določajo ravnanje; dvigne se motiviranost s tem, ko vso energijo mobilizirajo za reševanje problema; dobijo možnost, da uporabijo znanja, vadijo spretnosti, obvladujejo čustva – in vse to v razmeroma varni situaciji, kjer napake nimajo usodnega pomena, kot ga imajo v resničnem življenju.

Eksperimentalno delo je metoda, s katero lahko pri učencih spodbujamo mnoge kompetence. Didaktično mora biti zasnovano tako, da zahteva od učencev poleg ročnih spretnosti tudi miselne dejavnosti ter spodbuja ustvarjalnost (Skvarč, 2014).

Primer dobre prakse aktivnosti z učenci pri pouku naravoslovja in tehnike

V tem delu vam bom predstavila nekaj aktivnosti, ki sem jih z učenci izvajala pri pouku naravoslovja in tehnike. Ker je vsebin res veliko, bom izpostavila samo nekatere. Ideje za aktivnosti sem dobila na različnih spletnih straneh, na družbenih omrežjih, različnih seminarjih, učbeniških gradivih in knjigah. Ker sem to zbirala sproti dlje časa, točnih virov za posamezno stvar žal ne morem navesti, ker se ne spomnim, od kod sem jo dobila. Aktivnosti bom navedla po sklopih.

SNOVI

Iz katere snovi je?

V uvodni uri se igramo igro, pri kateri učenci dajo roko v škatlo ali vrečo in s tipanjem poskušajo ugotoviti, za kateri predmet gre, iz kakšne snovi je in kakšne so lastnosti te snovi. Pri tem ugotovim, kakšno je predznanje učencev.

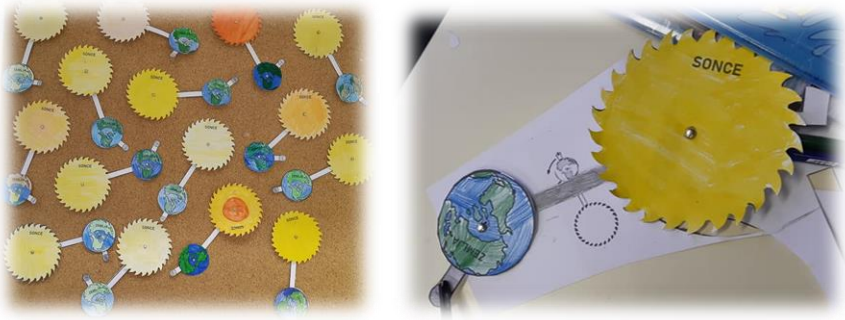
Razvrščanje snovi in njihove lastnosti

Za učence pripravim različne snovi oziroma predmete, kot so kamen, pluta, les, radirka, povoj, sladkor, olje in sličice stvari, ki jih težje uporabimo konkretno. Vsak učenec nato dobi učni list s tabelo. Iz zaboja ali vreče izžreba predmet ali sliko in se vrne k svoji mizi. Nato na učnem listu zapiše, kateri predmet je prinesel in mu določi lastnosti. Zapiše, iz katere snovi je, v kakšnem agregatnem stanju je, ali plava na vodi, ali se raztaplja v vodi, če gori, ali prepušča svetlobo in zrak, je izolator ali prevodnik, je magnetna snov in tako dalje.

SILE IN GIBANJA

Model gibanja Zemlje in Lune

Da si učenci lažje predstavljajo, kako Zemlja kroži okoli Sonca in kako Luna kroži okoli Zemlje, si izdelajo vsak svoj model gibanja nebesnih teles. Učencem na trši papir natisnem predlogo, sami pa nato pobarvajo in izrežejo. Predloga je sestavljena iz Sonca, Zemlje in Lune ter dveh povezovalnih elementov. Izrezan model sestavijo skupaj z razcepki. Nato lahko sami preizkušajo, kako se Zemlja vrti okoli svoje osi, prav tako Luna in hkrati kroži okoli Sonca. Pomembno je, da učence opozorimo, da so razmerja med velikostmi nebesnih teles v resnici čisto drugačna.



Slika 1: Model vrtenja Zemlje in Lune
Vir: Lasten

Planetarni sistem

Na podoben način kot naredimo model gibanja Zemlje in Lune okoli sonca, lahko napravimo tudi planetarni sistem. Osrednji del je krog, ki predstavlja Sonce, nato pa na ustrezno dolge trakove dodamo vse planete po ustreznem vrstnem redu. Zopet je pomembno, da opozorimo na velikost Sonca v primerjavi s planeti.

Gibanje ljudi in živali – pantomima

V uvodni uri se z učenci igramo pantomimo. Enemu izmed učencev pokažem listek z določeno živaljo in načinom premikanja. S pantomimo se predstavi sošolcem. Učenec, ki prvi ugotovi, za kateri način gibanja in katero žival gre, lahko naslednji uprizarja pantomimo.

Gibanje ljudi in živali – prirejanje

Učence razdelim v skupine in jim razdelim kartončke, ki jih morajo prirediti. Na posameznih kartončkih so narisane živali, na nekaterih deli telesa posameznih živali in na tretjih so napisani načini premikanja (plazenje, letenje, plavanje). Učenci morajo prirediti žival z načinom premikanja in delom telesa, s katerim se premika. Premer: riba, plavut, plavanje ali ptica, krila, letenje. Učenci ob tem tudi glasno povedo na primer: »Gepard teče oziroma hodi s svojimi nogami.« Da so učenci bolj motivirani, lahko skupine med sabo tekmujejo, katera bo prej pravilno sestavila uganko.

Prometni znaki – izdelava

Kadar se z učenci pogovarjam o prometu in prometnih znakih, se vedno sprehodimo po kraju in si ogledamo prometne znake v okolici šole. Da uresničujemo hkrati tudi cilje tehnike, jih velikokrat tudi izdelamo. Lahko jih izdelamo iz plutovinastih zamaškov, ki predstavlja podstavek. Uporabimo še zobotrebec. Znake pa učenci narišejo, pobarvajo in izrežejo sami.

Prometni znaki – razvrščanje

Učencem razdelim podloge, na katerih je tabela s tremi stolpci. Prvi stolpec je namenjen prometnim znakom za prepovedi in omejitve, drugi stolpec prometnim znakom za nevarnost in tretji stolpec prometnim znakom za obvestila. Učenci dobijo tudi sličice s

prometnimi znaki, ki jih morajo nato razvrstiti v ustrezni stolpec na podlogi.

ČLOVEK

Izdelava okostnjaka

V učilnico vedno pripeljem model okostnjaka, nad čemer so učenci neizmerno navdušeni. Po navadi ga tudi poimenujemo in postane »naš sošolec« za nekaj časa. Moje mnenje pa je, da si učenci še bolje zapomnijo, če si ga izdelajo sami. Na trši papir jim natisnem posamezne kosti z označbami za luknje. Učenci samo izrežejo kosti. S sestavljanjem pa imajo pogosto težave. Zamenjajo kosti noge in roke. Ko imajo pravilno nastavljeno, z razcepki sestavijo okostnjaka. Če želijo, dodajo zadaj še vrvico, da se okostnjak premika kot možiček kopitljaček.

Model dihal

Učenci na list A3 velikosti narišejo na veliko pljuča. Iz kolaž papirja izrežejo usta in nos. Potrebujejo še dve slamici in 2 vrečki za živila ali 2 balona. Slamici prilepijo skupaj. Na krajši del slamice po pregibu prilepijo vrečki ali balona, tako da zrak ne more uhajati iz vrečke oziroma balona. To skupaj prilepijo na list, kjer so narisali pljuča tako, da začetka slamic gledata malo čez. Nalepijo še usta in nos. Konice slamic dajo v usta in dihajo. Pri tem se vrečki oziroma balona širita in krčita in ponazarjata gibanje pljuč med dihanjem.

Slika 2: Model dihal
Vir: Lasten

Prehranska piramida

Ob učni snovi o zdravi prehrani učenci izdelajo prehransko piramido. Iz šeleshamerja izrežem velike trikotnike. Učence razdelim v skupine. Prinesem veliko reklamnih letakov živilskih trgovin in jim dam navodila, da naj iz reklam izrežejo raznovrstno hrano in izdelajo prehransko piramido.

ŽIVA BITJA

Naravoslovni sprehod

Ko začnemo s sklopom živih bitij, se najprej odpravimo na naravoslovni sprehod skozi travnik v gozd. Učencem razdelim

podloge in učni list, na katerem so narisane različne stvari iz narave (živalske stopinje, mravljišče, pajkova mreža, mah, ptičje perje, gnezdo …). Učenci morajo dobro opazovati in obkrožiti na listu, kaj od navedenih stvari so opazili v naravi. Ob sprehajanju jih med pogovorom usmerjam.

Slika 3: Opazovalni sprehod
Vir: Lasten

Naravoslovna škatlica

Učenci na sprehodu polnijo svojo naravoslovno škatlico. To je škatla od jajc, ki ima zgoraj zalepljen list s slikami naravnih materialov (mah, storž, polžja hišica, plodovi …). Učenci poskušajo v gozdu in travniku zapolniti vse luknje v škatli.

Slika 4: Naravoslovna škatlica
Vir: Lasten

Kraljestva živih bitij

V učni uri, ko se z učenci pogovarjamo o tem, da živa bitja razvrščamo v skupine, v razred prinesem plakat, ki je razdeljen na 3 dele. Učencem povem, da so to kraljestva in nanje položim model grada. Na enem delu vlada kralj rastlin, na drugem delu kralj živali in na tretjem delu kralj gliv. Povem, da torej živa bitja razvrščamo v kraljestva. Pred učence položim plastične igrače (žuželke, domače živali, rastline, gobe …) in jim naročim, da naj jih razvrstijo v kraljestva. Tako se med igro že naučijo, kam kaj spada in si tudi zapomnijo.

Model cveta

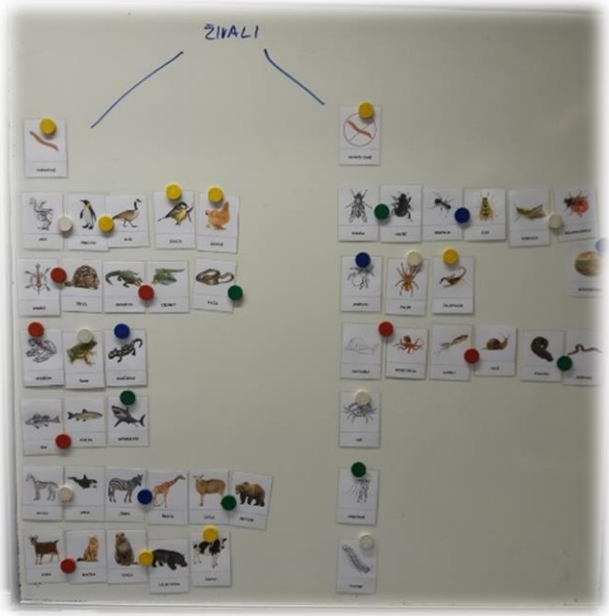
Ko se učimo o semenkah, pridemo do rastlin s cvetovi. V razred prinesem veliko različnega materiala. Raznobarvne papirje, mosgumo, kosmato žičko, vatirane palčke, odpadno embalažo. Če nam primanjkuje časa, to naredimo pri likovni umetnosti. Učencem dam navodilo, naj izdelajo model cveta. Izdelujejo po svojih željah, pozorni pa morajo biti, da pri tem ne pozabijo na dele cveta (prašniki, pestič, venčni in čašni listi). Vedno nastanejo čudoviti izdelki.

Lesnate rastline

Ko obravnavamo lesnate rastline, v razred prinesem zabojčke. Za posamezno drevesno vrsto imam pripravljene prereze debel, koščke lubja, plodove, kakšen izdelek, ki je narejen iz posameznega lesa in pa knjižico s fotografijami drevesne vrste. Učenci si pogledajo, potipajo, poduhajo. Lahko preštejejo letnice in ugotovijo starost drevesa.

Živali – vretenčarji in nevretenčarji

Ko govorimo o kraljestvu živali, najprej spoznamo, da nekatere živali nimajo hrbtenice iz vretenc, druge pa jo imajo. Tako jih razdelimo v dve skupini, vretenčarje in nevretenčarje. Pripravljene imam kartice posameznih skupin živali. Torej plazilci, ribe, sesalci, ptiči in dvoživke, ki jih uvrstimo pod vretenčarje, in na drugi strani mehkužci, ožigalkarji, kolobarniki, pajkovci, žuželke, stonoge in rak, ki sodijo med nevretenčarje. Za posamezno skupino imam pripravljenih več slik različnih živali. Učenci nato poskušajo sami razvrstiti vse te živali v posamezne skupine. Pri tem jih usmerjam in jim pomagam. Tako dobijo predstavo, kako razvrščamo živali.



Slika 5: Razvrščanje živali
Vir: Lasten

ZAKLJUČEK

Menim, da je aktivno učenje izrednega pomena, saj pri učencih spodbuja vedoželjnost in kreativnost. Učenci, ki so aktivno vključeni v konkretne dejavnosti, preko igre spoznajo veliko novih vsebin. Dejstvo je, da aktiven pouk od učitelja zahteva več energije in časa za

pripravo nanj, vendar je rezultat popolnoma drugačen. Dobro opravljeno delo in iskrice v otroških očeh nam dajejo zadovoljstvo, ki je vredno truda.

Viri in literatura

1. Marentič Požarnik, B. (1987). *Nova pota v izobraževanju učiteljev*. Ljubljana: DZS.
2. Marentič Požarnik, B. (1992). Izkustveno učenje – modna muha, skupek tehnik ali alternativni model pomembnega učenja? *Sodobna pedagogika*, *43*(1–2), 1–15.
3. Rupnik Vec, T. (2003). *Igra vlog in simulacija – splošno.* Ljubljana: Zavod Republike Slovenije.
4. Skvarč, M. (2014). Ključni poudarki pri eksperimentalnem delu v osnovni šoli. V Moravec, B. (ur.). *Posodobitve pouka v osnovnošolski praksi. Naravoslovje.* Ljubljana: Zavod RS za šolstvo. Pridobljeno s http://pefprints.pef.uni-lj.si/2569/1/pos-pouka-os-naravoslovje.pdf
5. *Terminološki slovar vzgoje in izobraževanja (2008–2009).* Agencija za raziskovanje RS. Pridobljeno s https://www.termania.net/slovarji/74/terminoloski-slovar-vzgoje-in-izobrazevanja.
6. Vodopivec, I., Papotnik, A., Gostinčar Blagotinšek, A., Dimec Skibe, D., Balon, A., Bajd, B. idr. (2011). *Učni načrt. Program osnovna šola. Naravoslovje in tehnika*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod RS za šolstvo.

Spodbujamo prijateljstvo

JASMINA JOGIĆ, *dipl. vzg.*
lina.jogic@gmail.com

Povzetek: Prijateljstvo se kaže med posamezniki oziroma ljudmi na različne načine. Nekateri »stkemo« trdnejša, pristnejša in dolgoročnejša prijateljstva, drugi pa na primer bežna, površna, naključna. Ne glede na navedeno se nam zdi umesten znani pregovor, ki pravi, »da pravega prijatelja spoznamo v nesreči«. Ker (naj) je (bi bilo) prijateljstvo spoštovana, pozitivna vrednota sodobnega časa, pogostokrat predstavlja nujno potrebno socialno oporo marsikateremu posamezniku.

Ključne besede: prijateljstvo, otrok, opredelitev prijateljstva, prijateljstvo v vrtcu, dejavnosti

Abstract: Friendship manifests itself between individuals or people in different ways. Some "weave" stronger, more genuine and longer-term friendships, while others, for example, are fleeting, superficial, accidental. Notwithstanding the above, we find a well-known proverb that says, “to meet a true friend in an accident. Because (should) friendship be (should) be respected, the positive value of modern times often represents a much-needed social support for many individuals.

Key words: friendship, child, definition of friendship, friendship in kindergarten, activities

UVOD

V članku bomo obravnavali otroke drugega starostnega obdobja, ki so stari med tremi in šestimi leti ter vključeni v vzgojno-izobraževalni oziroma vrtčevski proces. Vanj vključeni otroci se pri različnih pedagoških dejavnostih, na primer v učilnici, na igrišču, telovadnici, igralnici ali knjižnici slej ko prej spoprijateljijo z vrstniki, ki so v tistem času poleg »pomembnih drugih« izrednega pomena za njihov socializacijski proces. Menimo, da bi prijateljstvo, ki se začenja plesti med obravnavanimi vrtčevskimi otroci, ti opisali z različnimi besedami in primeri, kar kaže na njihovo različno razmišljanje o tem, kaj pravzaprav prijateljstvo sploh je in kaj jim pomeni.

Prijateljstvo

»V predšolskem obdobju je otrokov razvoj celosten, posamezna področja razvoja se med seboj prepletajo in povezujejo, torej so v medsebojni soodvisnosti. Večina avtorjev deli področja otrokovega razvoja na osebnostno, čustveno, socialno, telesno in gibalno področje. S kakršnokoli spremembo na enem izmed omenjenih področij, vplivamo na vsa ostala področja in s tem pozitivno ali negativno vplivamo na otrokov vsesplošni razvoj« (Gregorc, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010, str. 73). »Tako kot se razvijajo ljudje, se razvijajo tudi prijateljstva. Malčki se igrajo drug ob drugem, toda šele pri treh letih si pridobijo prijatelje. Skozi prijateljstva in sodelovanje z naključnimi vrstniki pri igri se otroci učijo sodelovati z drugimi. Spoznajo, da je prvi korak na poti k prijateljstvu biti sam dober prijatelj. Naučijo se reševati probleme v razmerjih, se postaviti v kožo drugega otroka, hkrati pa opazujejo različne modele vedenja. Spoznajo moralne vrednote in norme povezane s spolno vlogo ter vadijo vlogo odraslega« (Papalia, Wendoks Olds, Duskin Feldman, 2003 v Turšič, 2011, str. 13).

Otrok v vzgojno-izobraževalnem procesu

Kurikulum za vrtce (1999, str. 17) našteva na primer naslednje prilagojene aktivnosti za otroke drugega starostnega obdobja, in sicer: »izvajanje različnih iger, ki vsebujejo osnovne načine gibanj z žogo in baloni (poigravanje, nošenje, kotaljenje, vodenje, metanje, odbijanje, podajanje in lovljenje balonov in žog, različnih po velikosti, obliki, teži, materialu, barvi); z različnimi deli telesa; na mestu in v gibanju; s pomočjo različnih rekvizitov; se vozijo z različnimi otroškimi vozili: triciklom, skirojem in dvokolesom (v olajšanih in oteženih pogojih); sodelujejo v različnih elementarnih in drugih igrah (brez in z rekviziti; lovljenja, skrivanja; skupinski teki, štafetne igre, igre ravnotežja, natančnosti, hitre odzivnosti; sodelujejo v različnih igrah na asfaltni površini, ledu (kotalkanje, rolanje, drsanje, hoja, drsenje in zaustavljanje; ob steni, samostojno, s pomočjo; med in pod oviramo; izvajanje različnih iger, poligonov)«.

Menimo, da na prijateljstvo med vključenimi otroki v vzgojno-izobraževalni proces pomembno vplivajo medsebojni odnosi oziroma socialno učenje, različne oblike dejavnosti, ki morajo biti prilagojene

starosti otrok in izvedene v za to ustreznih (notranjih ali zunanjih) »prostorih«. Vsekakor sta za otroke drugega starostnega obdobja ključna razvoj in učenje, pri čemer izpostavljamo naslednje skupne zakonitosti o otrokovem razvoju, in sicer:

- otrokov razvoj poteka skozi določene zaporedne stopnje, ki so opredeljene tako s kvantitativnimi kot kvalitativnimi spremembami (na primer intuitivna stopnja mišljenja sledi zaznavno-gibalni fazi v razvoju mišljenja; stopnja razumevanja medosebnih odnosov sledi stopnji razumevanja samega sebe ...),
- vsi psihični procesi (čustva govor, mišljenje, socialna kognicija …) se razvijajo v vseh razvojnih obdobjih,
- posamezne področja razvoja so med seboj prepletena, saj gre za vzporednost in povezanost med različnimi psihičnimi funkcijami (na primer otrok zaznava, doživlja in spoznava sebe, svet okoli sebe, različne odnose s čustvenega, intuitivnega, socialnega, spoznavnega vidika),
- v otrokovem razvoju so obdobja, ki so najbolj primerna (t. i. kritična obdobja), da se otrok nekaj nauči, pridobi določeno spretnost na najbolj učinkovit način,
- individualne razlike v razvoju so med otroki velike, in sicer zlasti v prvih letih njihovega življenja, vendar ta različnost otrok ostaja znotraj razvojnih norm,
- gre za stalno povezavo med otrokovim razvojem (v ožjem pomenu besede), učenjem in poučevanjem, ki se kaže zlasti v razmerju med aktualnim in potencialnim razvojem (Kurikulum za vrtce, 1999, str. 10).

Opredelitev prijateljstva

Prijateljstvo, ki ga Slovar slovenskega knjižnega jezika (SSKJ, 2015) na začetku navaja kot »prijateljsko razmerje«, opredeljuje z naslednjimi besedami, in sicer: »prijateljstvo se krepi, mine ali se ohladi«. V nadaljevanju ponazori sklenitev prijateljstva z nekaterimi primeri (razmerje je preraslo v prijateljstvo, iskreno, pravo, trajno, veliko prijateljstvo) (prav tam). Torej pri opredeljevanju prijateljstva smo opazili, da gre pri njem pravzaprav za različne (medsebojne) oblike (vrtčevskih) odnosov, ki so v nekoliko blažji obliki vsakodnevno prisotni v vrtcu. To pomeni, da se otroci na primer pri igranju z didaktičnimi igrami, športno-gibalnimi dejavnostmi (na primer rajalnih igrah) znajdejo v »prijateljskih situacijah«, ki jih razlagalno opisuje SSKJ. Vendar pa je treba opozoriti, da je dokaj malo strokovne literature o prijateljstvu, kar ugotavlja na primer Skrinar (2007) v diplomskem delu Prijateljstvo – kult(ur)no-zgodovinski ideal ali realnost. Opredelitve oziroma definicije prijateljstva je prikazal iz daljne zgodovine (od prvih civilizacij do antike, v krščanstvu ter do padca berlinskega zidu) in današnjega, sodobnega časa, ko je prijateljstvo označil za ideal. Zanimiv se nam zdi tudi pogled Turšičeve (2011), ki je v diplomskem delu z naslovom Agresivni otrok in njegova sprejetost v vrtcu uvrstila prijateljstvo med »dejavnike, ki vplivajo na

socialni razvoj v predšolskem obdobju« kot eno izmed »oblik socialnega vedenja v omenjenem obdobju tudi prijateljstvo«.

Prijateljstvo v vrtcu

Različni vrtci imajo na svojih uradnih spletnih straneh predstavljeno prijateljstvo, ki ga med drugim literatura označuje kot vrednoto nekoč in danes. Ugotavljamo, da ima omenjena vrednota osrednjo vlogo v vrtcih, kar dokazujejo različni projekti, natečaji in objavljene vsebine na spletu. Pozornost našega zanimanja je vzpodbudila predstavljena vzgojno-izobraževalna praksa vrtca iz Trnovega v Ljubljani. Pravijo, da že nekaj let razvijajo svojski pedagoški in izobraževalni model. Poimenovali so ga Trnovski model temeljnega učenja (Rupnik, 2013, str. 36). »Pomembno vlogo v njem ima lutka s svojo zgodbo, njena naloga pa je spodbujanje in ohranjanje dolgoročne motiviranosti otrok za delovanje, raziskovanje in ustvarjanje, in tako nam s svojo zgodbo, v kateri so bistveni zapleti, predstavlja rdečo nit celotnega vzgojnega projekta« (prav tam). Seveda obstajajo še drugi nazorni primeri o prijateljstvu v vrtcu med skupinsko dinamiko predšolskih otrok (oziroma otrok v drugem starostnem obdobju). Izpostaviti velja natečaj Spodbujajmo prijateljstvo (kar ponazarjamo s Sliko 2), v katerem je leta 2013 sodelovalo prek 1.000 otrok, ki obiskujejo vrtec oziroma osnovno šolo. V vrtcu Trnovo iz Ljubljane spodbujajo prijateljstvo med otroki (v prvi starostni skupini) s pomočjo lutke, ki ji pripisujejo različne vloge. Tako ima lutka tudi vlogo »prijatelja«, saj pravijo (Rupnik, 2013, str. 36), da »lutka otroku pomeni novega prijatelja, prijatelja, ki se mu lahko zaupa, ga posluša«, »z njimi živi, z njimi vzpostavi ljubeč odnos, se spoprijatelji z otroki in odraslimi v vrtcu, postane del življenja v njem«. Pravijo tudi, da »zaradi svojega posebnega vpliva začara otroke in hkrati vzgojitelje, kasneje pa tudi starše, da »padejo« v neko novo resničnost zgodbe« (prav tam).

Še posebej zato je treba spodbujati prijateljstvo, da bodo vključeni otroci v vrtčevski proces vsak dan udeleženi v novi, resničnosti zgodbi, ki bo predvsem prijateljska. To pa pomeni, da bo prijateljstvo lahko iskreno, včasih pa tudi »ohlajeno«, kar je pravzaprav normalno za medsebojno komunikacijsko dinamiko otrok drugega starostnega obdobja.

»Tudi Ramsey in Lasquade (1996; po Papalia, Wendoks Olds, Duskin Feldman, 2003 v Turšič, 2011, str. 13) pravita, da imajo predšolski otroci raje prosocialne vrstnike. Pogosto pa zavrnejo moteče, zahtevne, vsiljive ali agresivne otroke in se ne zmenijo za sramežljive, introvertirane ali neodločne«. Ob prijateljstvu predstavi in opiše še posnemanje, trmo, socialne konflikte in prepire, socialne skupine in sprejetost v skupini in vodstvo (Turšič, 2011). Takšen primer je tudi že tradicionalni »Dan prijateljstva v vrtcu Mala Nedelja«. Otroci, ki obiskujejo ta vrtec, so se leta 2013 že sedmič podali na »Pot prijateljstva« in opravili pohod za športno značko. Po končanem pohodu, na katerem so prepevali himne prijateljstva, so sklenili, da

bodo »prijateljsko rajanje« ponovili tudi v prihodnje ter se razšli z mislijo: »Pojdi kamorkoli, pojdi vsepovsod, a v srcu svojem gradi si prijateljstvo« (Tradicionalni dan prijateljstva, 2015). Menimo, da je bilo glavno sporočilo v prijetnem, prijateljskem medsebojnem druženju otrok, ki so prepevali himne prijateljstva.

Natečaj Spodbujajmo prijateljstvo je del širšega programa Šola sobivanja, ki združuje projekte z različnih področij trajnostnega razvoja, k sodelovanju pa so povabljene številne vzgojno-izobraževalne ustanove, šole in vrtci. Pomen medsebojnih odnosov je le ena izmed celostno obravnavanih tematik v programu, ki se zavzema za pravičnejšo družbo in boljšo kakovost življenja tako mlajših kot starejših« (Spodbujamo prijateljstvo, 2015). Še posebej zato je treba spodbujati prijateljstvo, da bodo vključeni otroci v vrtčevski proces vsak dan udeleženi v novi, resničnosti zgodbi, ki bo predvsem prijateljska. To pa pomeni, da bo prijateljstvo lahko iskreno, včasih pa tudi »ohlajeno«, kar je pravzaprav normalno za medsebojno komunikacijsko dinamiko otrok drugega starostnega obdobja.

Igre in zgodbe prijateljstva

Slika 1: Igra vesel, žalosten, prestrašen/začuden, jezen
Vir: Lasten

Otrok opazuje sebe ....

- Se pogleda v ogledalo (barva las, oči),
- izbere kartico (veselje, žalost, jeza, strah), posnema obrazno mimiko, se ogleda v ogledalu, (usta, obrvi), sestavi »obraz«,
- otroku postavljamo vprašanja:
  - Kdaj si vesel/žalosten/jezen/prestrašen?
  - Zakaj si vesel/žalosten/jezen/prestrašen?
  - Kaj storiš ko si vesel/žalosten/jezen/prestrašen?
  - Kaj storiš da nisi več žalosten/jezen?

Slika 2: Otrok opazuje sebe v ogledalo
Vir: Lasten

Otrok opazuje druge ....

- Otroka sedita nasproti,
- en otrok izbere kartico (veselje, žalost, jeza, strah), posnema obrazno mimiko,
- otrok nasproti si ga dobro ogleda (barva las, oči, usta, obrvi), sestavi »obraz«,
- otroka spodbudimo, da vpraša prijatelja: *Kdaj si vesel/žalosten/jezen/prestrašen?

Slika 3: Otrok opazuje druge
Vir: Lasten

Pogovor o prijateljstvu: Kaj je prijateljstvo in kaj nam pomeni prijatelj?
Kakšen naj bi bil vaš najboljši prijatelj?
Ali je vaš prijatelj točno tak kot ste ga opisali?
Ali vam vaš prijatelj vedno pomaga?
Ali je vaš prijatelj vsak otrok v vrtcu?
Kakšen naj bi bil vaš najboljši prijatelj?
»Moj najboljši prijatelj je tisti, ki«;
… je zabaven, je vesel, je dober, je prijazen, rad pomaga, me objame, me ne toži, me spodbuja, me ne tepe, me tolaži, me ne zafrkava, me pride obiskat, če sem bolan, mi ponudi pomoč, se z mano smeje, z mano poje, se z mano igra, mi prinese pijačo, z mano telovadi, z mano pleše, mi da bombon, me obišče, mi prinese knjigo, je ustrežljiv, je radodaren, je živahen, je ubogljiv …
Odgovore otrok smo prilepili na muce.
Ali je vaš prijatelj točno tak kot ste ga opisali?

DA b)NE c)VČASIH

Ali vam vaš prijatelj vedno pomaga?

DA b)NE C)VČASIH

Ali je vaš prijatelj vsak otrok v vrtcu?

DA b)NE c)VČASIH

Pravila igre: (za drugo starostno skupino)

» Moj prijatelj je...«

Lastnoročno narejena škatla, je namenjena mislim/vrlinam prijateljstva. V njej je na motivu muce napisano, kakšen naj bo njihov prijatelj (to so odgovori otrok iz II. starostne skupine). Polovica muc je pobarvanih belo, polovica sivih. Vse muce so zložene v škatli. Vsak od otrok izvleče muco. Enega od otrok iz štejemo z izštevanko. Izvleče nalogo, ki je podana v škatli.

Najprej vsi otroci skupaj izvajajo prvo nalogo. Ko končajo izvajajo naslednjo itd. Velja pravilo, da si otrok lahko izmisli nalogo sam. Za umiritev se otroci usedejo v krogu na tla in objamejo svojega bližnjega prijatelja. Vrline, ki so napisane na mucah: je zabaven, je vesel, je dober, je prijazen, rad pomaga, me objame, me ne toži, me spodbuja, me ne tepe, me tolaži, me ne zafrkava, me pride obiskat, če sem bolan, mi ponudi pomoč, se z mano smeje, z mano poje, se z mano igra, mi prinese pijačo, z mano telovadi, z mano pleše, mi da bombon, me obišče, mi prinese knjigo, je ustrežljiv, je radodaren, je živahen, je ubogljiv …

Naloge v škatli so sledeče:

- Naredite krog v stoje in povejte kaj lepega prijatelju.
- Naredite čisto sklenjen krog: (eden od otrok stoji v sredini in miži), prijatelji ga nežno potisnejo od enega do drugega prijatelja. (Gre za zaupanje).
- Stojite v krogu: eden od otrok, ki smo ga izšteli, ima v roki kolut volne. Poda jo svojemu prijatelju. Konec še vedno drži v roki. Pove zakaj je volno vrgel prav njemu. Tako jo ta poda naslednjemu itd. Pri tem vsak obdrži v roki volno. Volna potuje od enega do drugega prijatelja.
- Vsak otrok si lahko domisli igro o prijateljstvu sam (po želji).

V uvodnem delu je poudarek pogovora na vrlinah, kaj to je in kaj pomeni prijateljstvo. V vrtcu je poudarek na prijateljstvu, ker vzgojitelji poudarjamo prijateljski odnos med otroki, ne glede na drugačnost, regijo, vero ... Najprej je potrebna veriga zaupanja, spoštovanja, komunikacije, sčasoma si pridobimo pravega prijateljstva. Odziv otrok na izvedbo igre je bil pozitiven.

Slika 4: Igra o prijateljstvu
Vir: Lasten

Dejavnost igre zaupanja in sodelovanja (prijateljstvo)
Potek uvodne dejavnosti: Otroke najprej pripravim z motivacijsko-socialno igro Kdo se skriva pod odejo? Igra poteka tako, da se najprej vsi sprehajajo po prostoru, na moj znak (igranje na ropotuljico), vsi počepnejo in zamižijo, medtem pa enega otroka pokrijem z odejo. Na moj znak en, dva, tri, očke zdaj odpri, ostali otroci odprejo oči in ugotavljajo, koga pogrešajo oziroma kateri otrok se skriva pod odejo. Pri uvodni dejavnosti je najbolj zanimivo opazovati, na kakšen način otroci ugotavljajo, koga pogrešajo oziroma kateri otrok manjka se skriva pod odejo. Ugotovila sem, da na začetku otroci niso ugotovili, kdo manjka na način, da bi pogledali naokoli, ampak so raje bili pozorni na to, ali kateri kos oblačila ali obutve (kuka) izpod odeje, da bi tako ugotovili, kdo se skriva. Veliko otrok je povedalo, da so videli copatek, rokav od majice ali lase. Tako lahko že v začetku analize omenim, da mi je tudi ta igra, ki sem jo izbrala za uvodno motivacijo, zelo pomagala pri tem, da ugotovim, kako so otroci povezani med seboj ter kako se med seboj poznajo. Prišla sem do ugotovitve, da se otroci med seboj precej opazujejo, da lahko točno vedo, kakšen copatek ali oblačilo ima njihov prijatelj. To pomeni, da se otroci kar dobro poznajo med seboj. Pri igri so otroci zelo uživali.

Dejavnost se nanaša na pojem prijateljstvo in enakopravnost: na sredino kroga dam vrečko, ki jo poimenujem vrečka presenečenja, saj se je v njej skrivalo presenečenje za njih. Bili so zelo zanimivi, saj so z velikim zanimanjem ugotavljali, kaj bi lahko bilo v vrečki. Vrečko sem nato dala naokrog, tako da jo je čisto vsak izmed njih dobil v roke in je lahko izžrebal eno stvar, nato pa vrečko dal naprej prijatelju. Takoj so ugotovili, da je vsak naslednji otrok izžrebal balon, le da so bili baloni različne barve. Ko so torej vsi izžrebali balone, sem jih vprašala, kaj so izžrebali. Seveda so mi vsi odgovorili, da balone in še preden sem jih vprašala, po čem se baloni razlikujejo, so sami povedali, da so baloni drugačne barve. Opozorila sem jih tudi na to, da imata po dva prijatelja med seboj enake barve balon, tista dva otroka sta se morala usesti skupaj. Otroci so se poiskali po parih.

Dejavnost igra parov: pri tej dejavnosti sta skupaj sedela tista dva, ki sta bila skupaj v paru. Napihnila sem jim balon, sproti pa sem na balone napisala njihova imena. Nato sta si otroka, ki sta bila v paru,

balone izmenjala, tako da je vsak imel balon svojega prijatelja. Njihova naloga je bila, da na balon naredijo obraz svojega prijatelja. Sama sem predhodno izrezala oči, noske, usta, različne pentlje, vato in volno za lase, tako da so oni izrezane dele samo nalepili na balon. Izrezala sem jih sama, ker moj namen ni bil ustvarjalna dejavnost, temveč socialna igrica, kjer se je moral vsak otrok osredotočiti na svojega prijatelja. Nastali so krasni obrazi, nekateri realni, drugi malo manj, ampak pomembno je bilo to, da smo dosegli današnji cilj. Na koncu sem jih vprašala, če so si obrazi med seboj enaki, podobni. Odgovorili so, da ne. Prišli smo do ugotovitve, da smo si vsi med seboj različni. Tako kot so si različni naši obrazi, smo si različni tudi mi. Čeprav se vedno ne igramo istih stvari in imamo včasih popolnoma drugačne interese ter želje in tudi, če se kdaj prepiramo, smo si še vedno prijatelji, ker smo del enake skupine v vrtcu in je prav, da se imamo med seboj radi in se spoštujemo.

Dejavnost: igre zaupanja in sodelovanja

Dva majhna zajčka; Gugajva se skupaj

Otroka se usedeta eden zraven drugega. Primeta se za svoja kolena in se skupaj eden ob drugem s celim telesom zibljeta naprej in nazaj.

Pobožajva se, ker se imava rada

Otroka si sedita po turško nasproti, obrnjena drug proti drugemu. Izmenjaje eden drugega orisujeta z dlanmi od glave pa vse do konca trupa. Na začetku se lahko gledata, kasneje oba mižita. Tisti otrok, ki ga drug orisuje, ima roke ob telesu.

Skočim sem, skočim tja

En otrok se uleže na tla. Noge lahko ima skupaj ali narazen, drugi pa poizkuša sonožno preskočiti njegove noge (ko jih ima skupaj, jih preskoči enkrat, če pa jih ima narazen, lahko najprej skoči na sredino in nato še preko druge noge).

Skotalim se preko tebe

En otrok se uleže na trebuh, drug otrok pa se uleže pravokotno nanj, prav tako na trebuh. Kotali se od zadnjice, vse do stopal.

Ne pohodi me

En otrok se uleže na tla, na trebuh. Roke in noge ima ob telesu. Drugi otrok pa da noge in roke narazen, tako da ob njegovem telesu polaga noge in roke.

Sprostitev

Otroci sedijo v krogu po turško in si podajajo žogico (jaz sem Zala in žogico podam moji prijateljici Lauri).

Namen dejavnosti izvajanja iger zaupanja in sodelovanja med otroki v vrtcu je bil, da pokažem, kako pozitiven vpliv imajo na oblikovanje boljšega vzdušja v skupini, ki temelji na sprejemanju drug drugega in drugačnosti, medsebojnem spoštovanju, zaupanju, boljši samopodobi in primerni komunikaciji med otroki. Pozitiven vpliv so imele igre zaupanja in sodelovanja na pozitivno sodelovanje med otroki, ki so prej imeli težave pri delu v parih ali v skupini. Zmanjšalo se je nasilno vedenje, ki so ga tokrat otroci reševali na povsem

drugačen način, saj so s pogovorom in z izmenjavo mnenj prišli do skupnega kompromisa.

ZAKLJUČEK

V dejavnostih prijateljstvo smo največ pozornosti namenili, da so otroci spoznavali samega sebe in druge ljudi okrog njega oz. njihove prijatelje. Otroci so tudi preko zgodbe spoznavali (da imajo možnost razvijati sposobnost) načine za vzpostavljanje, vzdrževanje in uživanje v prijateljskih odnosih z enim ali več otroki. Kar vključuje reševanje problemov, pogajanje in dogovarjanje, razumevanje in sprejemanje stališč, vedenja in občutij drugih, menjavanje vlog, vljudnost v medsebojnem komuniciranju itn. Otroci so tudi poslušali zgodbo o Srečni hišici in Mavrično prijateljstvo. Obe zgodbi govorita o prijateljstvu. Prva o mogočni in razkošni hiši, druga pa o deklici, ki je bila drugačna. V obeh primerih pa sta bili osamljeni, tako hiša kot deklica. Otroka se zgodbi čustveno dotakneta. Otroku je hudo, ker nimata prijateljev. Zgodbi se srečno končata, hiša dobi nove prijateljice, vse hiše okrog nje, deklica pa dobi najboljšega prijatelja Bineta. Otroci ob koncu čutijo zadovoljstvo, saj so tudi sami najbolj srečni takrat, ko so okoli njih pravi in dobri prijatelji. Namen dejavnosti izvajanja iger zaupanja in sodelovanja med otroki v vrtcu je bil, da pokažem, kako pozitiven vpliv imajo na oblikovanje boljšega vzdušja v skupini, ki temelji na sprejemanju drug drugega in drugačnosti, medsebojnem spoštovanju, zaupanju, boljši samopodobi in primerni komunikaciji med otroki. Pozitiven vpliv so imele igre zaupanja in sodelovanja na pozitivno sodelovanje med otroki, ki so prej imeli težave pri delu v parih ali v skupini. Zmanjšalo se je nasilno vedenje, ki so ga tokrat otroci reševali na povsem drugačen način, saj so s pogovorom in z izmenjavo mnenj prišli do skupnega kompromisa.

Viri in literatura

1. *Dan prijateljstva.* (2015). Pridobljeno s http://citymagazine.si/dogodek/dan-prijateljstva-prinasa-v-mesto-pravljicno-dezelo/
2. Gregorc, J., Videmšek, M., Štihec, J., Pišot, R. in Šimunič, B. (2010*). Otrok v gibanju doma in v vrtcu: povezanost gibalne/športne dejavnosti predšolskih otrok in njihovih staršev z izbranimi dejavniki zdravega načina življenja.* Koper: Univerza na Primorskem. Znanstveno-raziskovalno središče, Inštitut za kineziološke raziskave, Univerzitetna založba Annales.
3. *Kurikulum za vrtce.* (1999). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport Republike Slovenije.
4. *Misija Spodbujajmo prijateljstvo.* (2015). Pridobljeno s http://misijazeleno.si/zelene_novice/clanki/478/Nate%C4%8Daj%20Spodbujamo%20prijateljstvo/
5. *Natečaj spodbujajmo prijateljstvo.* (2015). Pridobljeno s http://www.viva.si/Novice/10399/Na-nate%C4%8Daju-Spodbujamo-prijateljstvo-sodelovalo-prek-1-000-otrok-iz-slovenskih-vrtcev-in-osnovnih-%C5%A1ol#
6. Rupnik, I. (2013). *Izvedbeni socialni kurikulum v prvi starostni skupini v Vrtcu Trnovo.* Pridobljeno s http://www.solazaravnatelje.si/ISBN/978-961-6637-26-8/035-041.pdf. Pridobljeno 18. 3. 2015
7. Skrinar, I. (2011). *Prijateljstvo – kult(ur)no-zgodovinski ideal ali realnost* (diplomsko delo). Ljubljana: Univerza v Ljubljani. Fakulteta za družbene vede.

8. Slovar slovenskega knjižnega jezika (SSKJ). (2015). Pridobljeno s http://bos.zrc-sazu.si/cgi/a03.exe?name=sskj_testa&expression=prijateljstvo&hs=1
9. Tradicionalni dan prijateljstva. (2015). Pridobljeno s http://www.prlekija-on.net/lokalno/5732/dan-prijateljstva-v-vrtcu-mala-nedelja.html
10. Turšič, T. (2011). *Agresivni otrok in njegova sprejetost v vrtcu* (diplomsko delo). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.

Igra predšolskega otroka in njen razvoj

MATEJA KETIŠ, *vzgojiteljica predšolskih otrok*
Osnovna šola Lenart, enota vrtec Lenart
Mketis.ketis1@gmail.com

Povzetek: Igra ni le dejavnost otrok v našem vrtcu, ampak tudi nas zaposlenih in je motivirana že s samo dejavnostjo. Igra v vrtcu ni sama po sebi umevna, ampak je premišljena in načrtovana, kljub temu pa je lahko zanimiva in zabavna. Poskrbi za prijateljstva, raziskovanje, krepi telo in duha**.** Otrokom ni pomemben cilj, ki ga lahko z dejavnostjo dosežejo, temveč sama dejavnost igranja. V igri je vedno potrebna aktivna udeležba, kjer si otroci sami določijo ciljne igre, njihovo vedenje med samo igro pa je spontano. Igra poteka zelo svobodno, kjer veljajo pravila, ki nastajajo sprosti ali pa se tekom igre spreminjajo. Ta naša dejavnost v vrtcu je dejavnost, ki presega vse meje realnega sveta in naše odrasle logike. Ob nas zaposlenih in igri otroci začutijo ugodje in predvsem zadovoljstvo.

Ključne besede: igra, domišljija, krepi telo, prijateljstvo, povezuje

Abstract: Play is not only children’s activity in our kindergarten, but also of us, employees, and is motivated by the activity itself. Kindergarten play is not self-evident, but thoughtful and planned. Still, it can be interesting and fun. It takes care of friendships, exploration, strengthens body and mind. The goal that children can achieve with the activity is not important to the children, but the play itself. Active participation is always required in the game, where children set their own target games, and their behavior during the game itself is spontaneous. The game takes place very freely, where the rules are created loosely or change during the game. Our activity in kindergarten is an activity that transcends all boundaries of the real world and our adult logic. With us employees and children's play, children feel comfort and, above all, satisfaction.

Key words: play, imagination, strengthens the body, friendship, connects

UVOD

Igro lahko opredelimo kot svoboden akt, ki ni povezan s procesi neposrednega zadovoljevanja potreb in ki je omejen na svoj svet; njen potek in smisel sta v njej sami (Horvat in Magajna, 1987, str. 87). Strokovnjaki trdijo, da igra ne poteka pod zunanjimi pravili in je notranje motivirana. Igra od otroka zahteva aktivno udeležbo in otroci se v igri bolj ukvarjajo s samo dejavnostjo kot s cilji, ki jih pri tem dosegajo (Marjanovič Umek in Zupančič, 2001, str. 2). V kurikulumu za vrtce (1999) piše, da je prav igra dejavnost, ki predstavlja skupek vseh načel predšolske vzgoje. Igra je pomembna dejavnost, ki otroke notranje motivira in v kateri doživlja zadovoljstvo. Igra je otrokova spontana, prostovoljna, prijetna in ustvarjalna dejavnost, ki sama sebe krepi in nagrajuje. Preko igre otrok spoznava sebe, svet in se uči. Otrok s pomočjo igre razvija svoje različne sposobnosti. Igra vpliva na razvoj mišljenja, na pridobivanje izkušenj in znanja, na otrokovo čustveno in socialno življenje ter prispeva h govornemu razvoju. Otroci in tudi starejši se že od rojstva igramo. Skozi igro spoznavamo svet, prijatelje in se učimo. Zato je igra eden izmed najosnovnejših oblik izobraževanja in sprostitve, hkrati pa nam lahko služi kot uvod v resnejše in uigrano delo.

Opredelitev igre

Horvat in Magajna (1987) pravita, da je igra zelo kompleksna aktivnost, ki jo lahko obravnavamo na zelo različne načine in še zdaleč ni v celoti raziskana. Znanstvena spoznanja v igri so pogosto zelo različna in tudi nasprotujoča, kar pomeni, da obstaja mnogo razlag in teorij igre. Igra je spontana, ustvarjalna aktivnost, ki jo zasledimo v različnih obdobjih človekovega življenja in ne le v otroštvu (Batistič Zorec in sod., 1996, str. 12), pri čemer je v predšolskem obdobju igra otrokova prevladujoča dejavnost. Otroška igra je dejavnost, ki se izvaja zaradi nje same, je notranje motivirana, svobodna, odprta ter za otroka prijetna (Kurikulum za vrtce, 1999, str. 19). Otrok se igra zaradi zadovoljstva, ki mu ga nudi igra in ne zaradi zunanje prisile. Potek in smisel sta v njej sami, zato otroku ni toliko važen končni rezultat, kot sam proces uživanje in zadovoljstvo v igri (Horvat in Magajna, 1987, str. 86–87). Kot taka ne služi prihodnosti, ampak je umeščena v sedanjost – zdaj in tukaj (Horvat, 2001). Toličičeva (1977, str. 42) pravi, da se v sleherni igri kaže tudi otrokova potreba, da bi na poseben način vplival na okolje in ga tudi spreminjal. V igri se otrok nauči biti neodvisen od svojega okolja, hkrati pa ga igra spodbudi, da je aktiven. Igra je ne le osnovna dejavnost, ampak tudi potreba vsakega otroka in pogoj, da se normalno psihično in fizično razvija. Po eni strani so torej izbira in način otrokovega igranja odvisni od njegove trenutne razvojne stopnje (gibalnih in kognitivnih sposobnosti, emocionalne in socialne zrelosti), po drugi strani pa igra vpliva na to, da otrok v razvoju napreduje. Igra pomembno vpliva na vsa področja otrokovega razvoja, zlasti v predšolskem obdobju, in sicer na:

– Razvoj gibalnih sposobnosti in spretnosti.

- Kognitivni razvoj: razvoj občutenja in zaznavanja, razvoj govora, spoznavanje in raziskovanje okolja, reševanje problemov, razvoj domišljije in ustvarjalnosti, socialno kognicijo.
- Emocionalni razvoj: sproščanje in izživljanje čustev (npr. doživljanje zadovoljstva, premagovanje strahu), premagovanje težav in konfliktov, uresničevanje želja …
- Socialni in moralni razvoj: razvoj socialne kompetentnosti (sodelovanje, razumevanje in upoštevanje drugih), razvoj samokontrole (npr. impulzivnosti, agresivnosti), osvajanje družbenih pravil in norm.
- Osebnostni razvoj: razvoj avtonomnosti, spoznavanje sebe (oblikovanje samopodobe) in sveta (spoznavanje različnih vlog in vstopanje v svet odraslih).

Različne teorije o igri

V zgodovini se je razvila vrsta teorij o igri, katere avtorji so bili filozofi, psihologi in drugi strokovnjaki. Teorije so skušale razložiti, v čem je bistvo igre:

- v sprostitvi odvečne energije,
- v vzpostavljanju svežih sil (igra kot oblika aktivnega počitka),
- v pripravi na kasnejše življenje, kot razlaga igro teorija Karla Groosa,
- v igri se ponovi celotni zgodovinski razvoj človeka (igre zbiralca, lovca itd.), kot trdi Stanley Hall,
- igre imajo simboličen pomen, v njih se kažejo potlačene želje (psihoanalitične teorije).

Starejše teorije so igro pojmovale kot izolirano aktivnost in so poskušale določiti bistvo igre neodvisno od drugih aktivnosti, zato jo razlagajo le z vidika posameznih psihičnih funkcij. Sodobne teorije igro bolj povezujejo z ostalimi vidiki posameznikovega vedênja in jo proučujejo v odnosu do drugih psihičnih funkcij (Batistič Zorec in sod., 1996, str. 12). Za kognitivne teorije otrokove igre je značilno, da obravnavajo igro kot specifično spoznavno aktivnost, ki je odločilna pri razvoju simbolnih funkcij. Ta pojmovanja se naslanjajo na teorijo J. Piageta**,** ki meni, da na igro vplivajo isti dejavniki kot na miselni razvoj. Igra je eden izmed procesov oblikovanja simbolov kot posrednikov med človekom in stvarnostjo, ki ga obdaja. V igri nastajajo simboli sistemov, s pomočjo katerih spoznavamo in predstavljamo stvarnost. Z razvojem postaja igra vse bolj predelana in organizirana (Horvat in Magajna, 1989, str. 95). V igri ima asimilacija prednost pred akomodacijo, saj otroci skozi igro predvsem prilagajajo realnost že obstoječim védenjem oziroma miselnim shemam. V razvoju se po Piagetovem mnenju najprej pojavi praktična igra (senzo-motorična ali funkcionalna igra), nato simbolna igra in nazadnje igre s pravili (Smith in Cowie, 1993, str. 176). L. S. Vigotski v svoji razlagi igre združuje čustveni in kognitivni vidik igre. Meni, da je otrokova igra praktična domišljija ali domišljija v dejstvih. Z igro otrok osmisli svoja čustva in oceni socialne izkušnje oziroma

način stvarnosti, ki ga obdaja. Vigotski je proti intelektualizaciji igre in v nasprotju s Piagetom motivov za igro ne vidi v intelektualni radovednosti, temveč v čustvenih konfliktih, ki se pojavijo, ko otrok ne more zadovoljiti svojih želja. Vigotski meni, da otrok napreduje ob igralni aktivnosti, zato je igra »vodilna aktivnost« otrokovega razvoja. Zaposluje ga bolj kot realno življenje in v njej sodeluje celoviteje kot v katerikoli drugi aktivnosti. Vigotski pravi, da v igri otrok presega svoj dejanski razvoj za eno stopnjo (Horvat in Magajna, 1989, str. 95-96). Avtor poudarja napetost med ustvarjalnostjo in pravili v socialni igri. Po njegovem mnenju otrok laže sprejme pravila v igri kot v realnem življenju (Marjanovič Umek in Zupančič, 2001, str. 15). Razvojni in kognitivni vidik se prepletata v teoriji Eljkonina in sodelavcev, ki so proučevali razvojni vidik igre, čeprav prvenstveno na področju kognitivnih funkcij. Njihovo stališče je, da je psihični razvoj odvisen od pogojev in narave dejavnosti, ki jo posameznik opravlja na določeni razvojni stopnji. »Vodilna aktivnost« je usmerjena na zadovoljevanje aktualnih potreb posameznika, ki se razvija (prav tam, str. 96).

Vrste iger glede na njihovo vsebino

Funkcijska igra je najpreprostejša igra, ki se v razvoju pojavi prva. Otrok se igra tako, da preizkuša, ogleduje in raziskuje svoje telo, sposobnosti in predmete. Tipične funkcijske igre so: najrazličnejše vrste gibanja (plazenje, plezanje, guganje…), tipanje in okušanje predmetov, vlečenje in prenašanje stvari, odpiranje in zapiranje, presipanje in pretakanje snovi, gnetenje, mečkanje, trganje, čečkanje … Ta oblika igre začne upadati po drugem letu starosti, vendar je po malem prisotna celotno predšolsko obdobje.

Slika 1: Gibalne dejavnosti v garderobnem prostoru
Vir: Lasten

Konstrukcijska igra je igra, pri kateri otrok povezuje, sestavlja določene predmete v konstrukcijo (npr. sestavljanje kock). Predstavlja velik delež igre predšolskih otrok. Bistvena sprememba, ki se z razvojem pojavi v konstrukcijski igri, je načrtovanje – otrok vnaprej pove, kaj in kako bo sestavil.

Slika 2: Igra s plastenkami in obroči. Plastenke so senzorno napolnjene z različnimi materiali
Vir: Lasten

Slika 3: Igra s kockami
Vir: Lasten

Igre s pravili se pojavljajo od 3. leta naprej. Tovrstne igre imajo lahko vnaprej postavljena pravila (Človek ne jezi se, karte, mikado, domine ipd.), lahko pa otrok take igre izdela tudi sam in si izmisli svoja pravila. Od otroka igre s pravili zahtevajo prepoznavanje, sprejemanje in podrejanje vnaprej postavljenim pravilom. Simbolna igra je igra pretvarjanja, v kateri si otrok predstavlja nekaj iz stvarnega ali domišljijskega sveta. Primer take igre je, ko se otroci igrajo, da hranijo dojenčka, da popravljajo avtomobil, da pregledujejo pacienta ipd. Pri tem lahko uporabljajo vsakdanje predmete, ki v igri dobijo nov pomen, npr. žlica postane telefon, robček uporabijo za odejo. Nemalokrat otroci uporabljajo pri simbolni igri tudi namišljene predmete, npr. se igrajo, da jedo torto, pa torte sploh nimajo. Simbolna igra se začne pojavljati po 2. letu starosti, v kasnejših razvojnih obdobjih pa postane najpogostejša oblika igre.

Slika 4: Igra v kuhinji

Vir: Lasten

Slika 5: Igra na terasi vrtca

Vir: Lasten

Vrste iger glede na otrokovo socialno udeležbo

Približno do drugega leta otroka bolj zanimajo pomembni odrasli kot vrstniki, zato v tem obdobju prevladuje individualna (samostojna) igra. Otrok se še ni sposoben igrati z vrstniki, zasledimo le opazovanje drugih otrok. Med drugim in tretjim letom se pojavi vzporedna igra, kadar je skupaj več otrok. Otroku je všeč, da je skupaj z vrstniki, vendar sodelovanja z njimi še vedno ni zmožen. Otroci te starosti se torej še vedno igrajo vsak zase, vendar se že pojavljajo elementi posnemanja igre drugega in jemanje igrač drugemu. Za to obdobje so značilni konflikti med otroki in tudi fizična obračunavanja. Po tretjem letu narašča zanimanje za vrstnike in igro z njimi.

Slika 6: Igra z mehkimi konstrukcijski-geometrijskimi telesi iz pluta

Vir: Lasten

Otroci v vrtcu se najraje igrajo v manjših skupinah po dva ali trije, skupine pa se pogosto spreminjajo. Pojavi se skupna igra, saj otroci že zmorejo sodelovati med seboj, čeprav še vedno pogosto prihaja do konfliktov. Najprej je skupna igra asociativna, kar pomeni, da se otroci igrajo skupaj, vendar v igri nimajo skupnega cilja, nato pa postaja vse bolj sodelovalna. Pri sodelovalni igri otroci težijo k istim ciljem, četudi jih dosegajo z medsebojnimi trenji. Ta vrsta igre zahteva določeno stopnjo emocionalne in socialne zrelosti, da otrok lahko svoje delovanje uskladi z ravnanjem vrstnikov v igri in sklepa kompromise z njimi. Od mlajšega predšolskega otroka je tako neupravičeno pričakovati, da bo vedno znal počakati na igračo, ki jo uporablja nekdo drug, da bo zmožen posoditi drugemu svojo igračo v zameno za njegovo in podobno. Dejanja nasprotna opisanim, ki si jih odrasli včasih razlagajo kot sebičnost, so logična posledica otrokove razvojne stopnje mišljenja (egocentrizma).

Zakaj se otroci igrajo?

Otroci se ne igrajo z namenom, da bi v igri razvili svoje sposobnosti, vendar v igri dosežejo tudi to. Prav tako se ne igrajo zato, da bi skozi igro naredili kak izdelek trajne vrednosti. Igrajo se zato, da zadostijo notranji potrebi. Ta njihova notranja po dejavnosti je v igri največkrat usmerjena k nekemu cilju. Značilno za vsako igro je, da je otrok v njej čustveno udeležen. Čustva niso le pobudnik raznih igralnih dejavnosti, temveč so udeležena v vseh fazah otrokove motivacije. To tudi pripomore, da otrok v igri dalj časa vztraja, čeprav je utrujen.

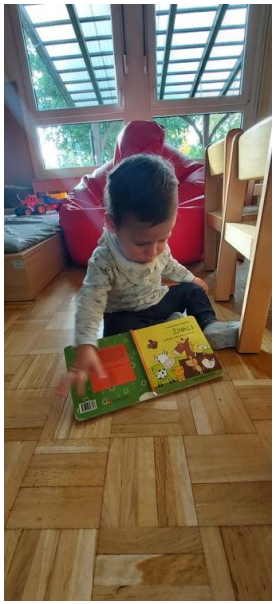
V otrokovi igri se sprostita tudi domišljija. Ta otroku omogoča, da v igri ustvari ali doživi isto, kar v realnem svetu zaradi svojih skromnih zmogljivosti ne more ali zaradi svoje podrejenosti ne sme narediti. Otrok v igri sam krmari svojo domišljijo, dela torej tako, kot je njemu všeč. V igri je otrok »gospodar situacije«. Prav zato v igri nenehno uživa in se vanjo vrača (Toličič, 1984, str. 9). Majhni otroci postanejo v igri velikani, ki jim ni nič težko (Markič, 1997, str. 7).

Slika 7: Urjenje spretnosti
Vir: Lasten

V kakšnem položaju je otrok v igri?

V resničnem življenju je otrok v primerjavi z odraslimi nenehno v podrejenem položaju. Mora se podrediti, sicer občuti posledice, npr. izgubi naklonjenost staršev ali vzgojiteljice, v določenih primerih mu grozijo tudi s kaznijo (Toličič, 1981, str. 9). Otrok ima aktivno vlogo, kakor jo imajo v življenju odrasli. V igri otrok doseže samostojnost, hkrati pa se na svojevrsten torej umišljen ali igralen način udeležuje življenja odraslih. Kar mu v realnem življenju ni dovoljeno, mu je dovoljeno v igri. V življenju npr. otrok ne sme pokazati jeze ali napadalnosti do odraslih ali do drugih otrok, strahu ali drugih napetosti, ki jih sicer vsak dan doživlja. V igri pa je dovoljeno. V njej otrok izživi svoje napetosti in zopet doseže pomirjenje. Igra na otroka torej deluje pomirjevalno in ga sprošča (Toličič, 1981, str. 9).

Slika 8: Sproščujoča igra z listjem na terasi vrtca
Vir: Lasten



Slika 9: Listanje kartonke
Vir: Lasten

Vpliv igre na otroka

Igra precej vpliva na otrokovo telesno rast, na razvoj njegove inteligence, na pridobivanje izkušenj in znanja, na otrokovo čustveno življenje in na njegov razvoj v družbeno bitje. Kadar se otrok igra, vadi in si krepi mišice in živčevje, si pridobiva razne spretnosti, spoznava svoje zmožnosti. V igri spoznava tudi fizično okolje in pravila, ki vladajo v njem. Na podlagi pridobljenih izkušenj ustvarja pojme. Igra otroku tudi omogoča, da spozna vrstnike, uči se soočanja z drugimi ljudmi, pridobi si strpnost, obzirnost ter občutek za sodelovanje. Igra

vpliva na otroka tako, da se preko igre nauči, kaj pomeni poštenost med ljudmi, kako se kažeta resnica in pogum. Otrok se preko igre vživlja v razne vloge, ki jih opaža pri odraslih osebah. Kaže čustva do njih, ki so bodisi pozitivna bodisi negativna (Debelak, 2000, str. 1).

Igra je tudi priprava za poznejše poklicno delo. Z igro si otrok nedvomno pridobiva spretnosti za poznejše poklicno delo, čeprav se tega ne zaveda. Toda malo verjetno je, da se otrok igra s tem namenom. Otrok se igra zato, ker čuti potrebo po udejstvovanju. Zavest, da se tej potrebi v igri zadošča, mu pripravlja veselje. Pri igri je otrok udeležen s celo svojo osebnostjo. Z igro in v igri lahko otrok hitreje pozabi na doživljanje, ki so ga iznenada močno prizadeli. Igra tudi pretvarja strah v zadovoljstvo. Npr. če se otrok boji psa, in skozi igro z mehkim kužkom ta strah premaga in spremeni v veselje. V igri lahko otrok po mili volji menja realnost. Izpolni lahko vse želje ali pa se maščuje tistim, ki ga razumejo in ga ne marajo (Bergant, 1977, strn. 52). S svojo priznano kreativnostjo se bo otrok osvobodil raznih spon in nam v igri povedal tisto, kar misli in čuti (Pogačnik-Toličič, 1977, str. 5). Starši se različno vedejo do deklic in dečkov že takoj po rojstvu. Različno vedenje se ne kaže enako intenzivno na vseh področjih razvoja in je manj različno npr. pri hranjenju in umivanju, kot pa pri socialnih interakcijah (Belsky, 1980; cit. Po Marjanovič in Zupančič 2006, str. 50). Izbira igrač, vsebina igre in njena vrsta, soigralci so prvine igre, ki so odvisne od spola.

ZAKLJUČEK

Praviloma se otroci igrajo sami od sebe ter sami izbirajo in določajo načine igranja. Igra se razlikuje glede na otrokovo zrelost, sposobnosti in usvojene veščine, hkrati pa igra otroka spodbuja v razvoju. Med igro otrok uporablja domišljijo, ustvarja in raziskuje svet okoli sebe, preigrava vloge odraslih, ki jim še ni kos v resničnem življenju in vstopa v dejavnost z drugimi ljudmi. Otroci se v skupinski igri učijo dela v skupini, pogajanja, reševanja sporov in postavljanja zase. Pri spontani igri se otroci učijo vodenja, dela v skupini in kreativnosti. V navzočnosti odraslega oziroma pri igri, ki je vodena s strani odraslega, pa tovrstne veščine raje prepustijo odraslemu in se mu podredijo.

Viri in literatura

1. Batistič Zore, M. in Prosen, S. (2011). *Priročnik za razvojno psihologijo.* Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.
2. Fekonja, U. (2004). *Razvoj otroške igre*.
3. Horvat, L., in Magajna, L. (1987). *Razvojna psihologija*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.
4. Kavčič, T. (2001). *Igra dojenčka in malčka*.
5. *Kurikulum za vrtce*. (1999). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport.
6. Marjanovič Umek, L., in Lešnik Musek, P. (1998). *Otrokov razvoj in učenje v simbolni igri.*
7. Marjanovič Umek, L. in Kavčič, T. (2001). *Otroška igra*.
8. Toličič, I. (1981*). Pomen igre za otrokov razvoj*.
9. Zupančič, M. (2001). *Vloga odraslega v otrokovi igri.*

Socialne igre za izboljšanje odnosov v šoli

MATEJA KOSOVEL, *mag. prof. inkl. pedagogike, univ. dipl. psiholog*
mateja.kosovel@gmail.com

Povzetek: Odnosi z vrstniki so za otroke in mladostnike osrednjega pomena. Učenci vsakodnevno razmišljajo o tem, koga marajo in koga ne, želja po socialni sprejetosti pa predstavlja motiv za številna, primerna in neprimerna dejanja. Socialni odnosi so lahko vir veselja, podpore in zadovoljstva v šoli, lahko pa so tudi izvor velike stiske pri otroku in predstavljajo izjemno bolečo izkušnjo. Medvrstniško nasilje je pojav, ki na tem kontinuumu predstavlja negativno skrajnost. Senzibilen in izkušen učitelj hitro prepozna določene vidike socialnega vedenja v razredu, kar zlasti velja za učitelje nižjih razredov, ki preživijo z učenci večino časa. Ena od možnosti, kako izboljšati razredno klimo in krepiti pozitivne odnose med sošolci, so tudi socialne igre. V prispevku bom predstavila praktičen primer dela z razredom skozi socialne igre, spremljanje in opazovanje otrok, njihovega počutja in odzivov, ki smo jih preverjali tudi z individualnimi pogovori. Razredničarka nas je v svojem tretjem razredu osnovne šole opozorila na izrazito negativno klimo in medvrstniško nasilje, predvsem med dekleti, tako smo izvedli cikel delavnic socialnih iger samo na populaciji deklic.

Ključne besede: socialni odnosi, klima, razred, medvrstniško nasilje, izločanje

Abstract: Peer relationships are central to children and adolescents. Pupils think daily about who they like and who they don't, and the desire for social acceptance is the motive for many, appropriate and inappropriate actions. Social relationships can be a source of joy, support and satisfaction at school, but they can also be a source of great distress for a child and represent an extremely painful experience. Peer violence is a phenomenon that represents a negative extreme on this continuum. A sensitive and experienced teacher quickly recognizes certain aspects of social behavior in the classroom, especially for lower grade teachers who spend most of their time with students. One way to improve the classroom climate and strengthen positive relationships among classmates are also social games. In this paper, I will present a practical example of working with the class through social games, monitoring and observing children, their well-being and responses, which we also checked with individual conversations. In her third grade of elementary school, the class teacher reminded us of a distinct negative climate and peer violence, especially among girls, so we conducted a cycle of workshops social games only on the girl population.

Key words: social relations, climate, class, peer violence, exclusion

UVOD

Socialne igre niso navadne družabne igre, pač pa so tehnike, s pomočjo katerih vplivamo na višjo raven psiho-socialne kompetentnosti, razvoj socialnih spretnosti, otrokovo predstavo o sebi, na njihovo samovrednotenje in samozaupanje. Svoj cilj dosežejo, če se po končani igri oziroma delavnici udeleženci pogovarjajo, kako so doživljali igro, kako so se počutili, ali so se počutili sprejete v skupini. Z njimi preizkušamo in ponazarjamo socialne interakcije, omogočajo pa nam ciljno učenje nekaterih socialnih veščin, saj na poenostavljen način ustvarjamo strukturo resničnih življenjskih situacij. Igre spodbujajo socializacijo in osebnostni razvoj ter vključenost vseh otrok. Urijo se psihosocialne spretnosti, kot so komunikacijske veščine in socialne kompetence, učenci se učijo asertivnosti, gradijo občutek zaupanja vase in v lastne zmožnosti, prepoznavajo svoja močna področja, se urijo v reševanju težav in konfliktov, prepoznavajo različna čustva, povečujejo zavedanje o njih in se učijo ravnati z njimi, povečujejo občutljivost na nasilje in izboljšujejo odziv nanj, učenci se krepijo v odločanju, postavljanju zahtev. Med otroci se tako začnejo vzpostavljati kvalitetni medsebojni odnosi, med njimi se razvija strpnost, solidarnost in medsebojna pomoč. Otroci lahko sproščeno izražajo svoja čustva in stališča, saj vedo, da bodo naletela na ustrezen odziv in bodo ustrezno sprejeta.

Šolska klima

O šolski klimi govorimo kot o klimi celotne institucije, torej šole, v posameznih razredih pa obstaja različna razredna klima. Razredna klima zajema procese v oddelku oz. razredu in upošteva odnose med posamezniki v oddelku. Šolska (in razredna) klima je lahko pozitivna in negativna. Za šolo s pozitivno klimo so značilni spoštljivi odnosi, varnost. Raziskave kažejo, da so v pozitivni šolski klimi učenci bolj motivirani za doseganje visokih rezultatov (Krall, 2003; Lehr, 2010 v Kranjc, 2019, str. 6). Pozitivni odnosi med vrstniki vplivajo na dobro počutje učencev na šoli, na njihovo višjo samozavest, na njihovo vrednotenje prosocialnih oblik vedenja in na boljše učne dosežke (Peklaj in Pečjak v Kranjc, 2019, str. 10). Največji vpliv na razredno klimo in dobro vključenost otrok pa ima razrednik (Rutar Ilc v Kranjc, 2019, str. 10). Ta lahko z delavnicami za krepitev komunikacijskih veščin in s socialnimi igrami prispeva k večji povezanosti razreda, k večjem sodelovanju med učenci. Ob tem se zmanjšuje obstoj skupinic, klik ter povečuje vključenost vseh. K dobri klimi prispeva tudi vključevanje učencev v dogovarjanje o vseh zanje pomembnih zadevah in tudi če učitelji pokažejo učencem, da jim je zanje mar, če so učitelji spodbudni in sporočajo učencem, da so pomembni. Pomembne so razredne ure, namenjene oblikovanju dobre razredne klime, pogovorom o odnosih in vrednotah učencev. Občasno se k izboljšavi razredne klime vključi tudi svetovalna služba šole. Muršič (v Kranjc, 2019, str. 10) navaja, da bolje razvite socialne in čustvene kompetence učencev zmanjšujejo tveganje za njihovo vpletanje v medvrstniško nasilje. Kroflič (2011 v Kranjc, 2019, str. 10) ob preučevanju problematike nasilništva v šoli trdi, da je boljše kot načelo ničle tolerance načelo zgodnjega odzivanja, ki predvideva, da lahko pojavljanje nasilja v šolskem okolju zmanjšamo, če spodbujamo vzpostavljanje pozitivne šolske klime, nudimo pomoč rizičnim učencem pri vzpostavljanju dobrih odnosov z drugimi, ter da oblikujemo možne posledice nasilnega vedenja.

Pomoč učencev s težavami v vrstniških odnosih

Večina avtorjev se strinja, da je lahko vpliv vrstnikov tako pozitiven kot negativen. Socialno vplivanje je med vrstniki vzajemen proces: otroci in mladostniki vplivajo na svoje vrstnike in so hkrati pod njihovim vplivom.

Rezultati raziskav (Kindermann, 1993, po Košir, 2013) kažejo, da pride pri učencih, katerih prijatelji se v šoli vedejo bolj prilagojeno, do porasta v šolski prilagojenosti. Obratno seveda pride pri učencih, katerih prijatelji šoli pripisujejo manjši pomen, do upada šolske prilagojenosti in uspešnosti. Pri pomoči zavrnjenemu učencu je bistveno, da ne delujemo le na nivoju učenca, pač pa je potrebno tudi celotno vrstniško skupino motivirati, da postopno spreminja svoje izjave in vedenje do tega sošolca ter mu daje možnost, da novo naučene spretnosti tudi uporabi (Košir, 2013, str. 81). Najpogostejša oblika pomoči učencem z neustreznimi vzorci vedenja v socialnih odnosih so treningi socialnih veščin. Pomembno je, da se treningi osredotočajo na konkretna vedenja, pri agresivnih učencih je poleg treninga pomembno tudi sankcioniranje neprimernega vedenja, ter pomembno si je zastaviti realna pričakovanja. Pri treningih oziroma delavnicah je potrebno učencem omogočiti strukturirane priložnosti za urjenje veščin, na začetku jim je potrebno nuditi več podpore, postopoma pa vse manj. Tekom procesa učenja je potrebno učencem posredovati povratne informacije o njihovem napredku, hkrati pa jim dajemo tudi korektivne povratne informacije, torej da popravljamo neustrezne vedenjske vzorce (Košir, 2013, str. 85).

Medvrstniško nasilje

O medvrstniškem nasilju govorimo, kadar je neki učenec v daljšem časovnem obdobju večkrat izpostavljen agresivnemu vedenju oz. negativnim dejanjem, ki jih je povzročil njegov vrstnik ali skupina vrstnikov (Olweus, 1993 v Pečjak, 2014, str. 9). Iz te opredelitve izhajajo vse poznejše opredelitve medvrstniškega nasilja, ki pa ji dodajo še druge elemente. Medvrstniško nasilje (ali ustrahovanje oz. trpinčenje, ki sta starejša izraza) ima skupne elemente:

- je tisto nasilje, ki je ponavljajoče in se lahko dogaja dlje časa,
- ima namen škoditi drugemu,
- ima različne pojavne oblike,
- vključuje neravnovesje moči med žrtvijo in napadalcem (fizične ali psihične nemoči),
- je pogosto skrito avtoriteti v šoli (učiteljem),
- nasilneži ne pričakujejo, da bodo razkriti in da bodo trpeli posledice za svoja dejanja,
- nasilneže je strah nasilnih dejanj drugih,
- za žrtve ima nasilje fizične in psihične posledice,
- nasilje deluje kot grožnja ne samo na žrtev, pač pa tudi na priče temu nasilju, torej na opazovalce.

Medvrstniško nasilje lahko izvaja posameznik (nasilnež) ali skupina, prav tako je tarča nasilja lahko posameznik (žrtev) ali pa skupina. Po raziskavah gre v večini primerov za medvrstniško nasilje nad posameznikom, trpinči pa ga skupina dveh do treh učencev. Učenci lahko sami rešujejo težave, če so po moči in po statusu med seboj enakovredni. Kadar pa se pojavi neravnovesje moči, pa gre za klasično obliko medvrstniškega nasilja. Obstajajo številne razlage za to, da obstaja nasilje dolgo prikrito. Med njimi so najpogostejši: nasilneži in žrtve o tem molčijo; zdi se, da odrasli ta pojav pogosto podcenjujejo, ga minimalizirajo; odrasli pogosto nasilja ne zaznajo več let in stiske učencev ne interpretirajo pravilno; v mnogih kulturah se od otrok in mladostnikov pričakuje, da sami rešujejo take težave; žrtev se pogosto počuti osramočena, ponižana; starši se sramujejo otrok, ki niso uspešni v socialnih stikih in postanejo žrtev medvrstniškega nasilja (Pečjak, 2014, str. 10). Sullivan (2011 v Pečjak, 2014, str. 11) navaja dve širši kategoriji medvrstniškega nasilja, in sicer fizično in psihično nasilje,

navedeno pa naprej deli v ožje kategorije. Fizično nasilje vključuje vedenja: pretepi s poškodbami, namerno brcanje, odrivanje, lasanje, omejevanje gibanja, grizenje, prerivanje, potiskanje, namerno poškodovanje lastnine posameznika.

Pri psihičnemu nasilju pa je cilj škoditi posamezniku, a brez fizičnih posledic. Tako nasilje je ravno tako škodljivo kot fizično. Psihično nasilje Sullivan (2011 v Pečjak, 2014, str. 11) naprej deli na:

- verbalno nasilje, npr. žaljivke in zmerljivke s spolno in socialno vsebino, razširjanje lažnih, neresničnih govoric, hujskanje prijateljev, grožnje, druge oblike verbalnega poniževanja, kot opazke, spakovanje itd.,
- neverbalno nasilje, ki ga deli na: • direktno neverbalno nasilje, npr. različne nesramne geste,
  - indirektno neverbalno nasilje, ki je bolj subtilno in vključuje manipulacijo z odnosi, kot npr. namensko socialno izključevanje – osamitev, ignoriranje.

Primer dobre prakse

V tretjem razredu smo med dekleti po priporočilu razredničarke izvedli sklop delavnic oziroma socialnih iger. Med dekleti v tem razredu so se namreč že dalj časa pojavljali konflikti, ki so že prerasli v medvrstniško nasilje, obsojanje, obtoževanje, izločanje nekaterih deklet iz skupine, zmerjanje, spletkarjenje več deklet proti posamezni deklici, tako da je bila klima v razredu zelo slaba, dekleta in tudi fantje pa se niso več počutili dobro v razredu in šoli. Delavnice so bistveno bolj učinkovite, če se izvajajo v manjši skupini, zato smo jih tokrat izvedli le med dekleti.

Delavnica: odnosi, medvrstniško nasilje

Cilj: Izboljšanje medosebnih odnosov v razredu, uvid v posledice svojih dejanj.

Sedimo v krogu. Predstavimo se z imenom in povemo eno pozitivno lastnost o sebi. Igra Poštar. Navodilo: »Razporedite stole v krog, enega manj, kot je udeležencev. Poprosite jih, da se usedejo na stole. Udeleženec brez stola dobi vlogo poštarja. Poštar raznaša pismo in reče: »Jaz imam pošto za vse tiste, ki imajo modre hlače« ali »Jaz imam pošto za vse tiste, ki imajo radi pico …« Vsi, ki ustrezajo kriteriju, morajo vstati in poiskati drugi stol. Ne smejo pa se vrniti na svoje mesto. Med tem časom mora tudi poštar poiskati svoj prostor. Oseba, ki ostane brez stola, postane poštar.

Sedimo v krogu: Vsak otrok pove, kdo sedi na njegovi levi strani in pove eno pozitivno lastnost o njem.

Glavni del: Delo s celo skupino. Preberemo zgodbo »Žeblji in ograja«. Sledi pogovor o tem.

Majhen fant, ki se je večkrat grdo obnašal, se je nekega dne spet zelo razburil … Tako kot že večkrat; in tedaj je uporabljal grde besede, žaljivke, včasih je koga udaril, brcnil ...

Njegov oče je bil pameten človek. Pomislil je, da tako res ne gre več. Kaj naj naredi, da iz njegovega muhastega dečka zraste dober fant?

Sinu je dal vedro, polno žebljev, ter ga peljal za hišo do lesene ograje. Rekel mu je, da naj vedno, ko bo razburjen in se ne bo mogel obvladati, zabije en žebelj v ograjo.

Dečku se je zdel očetov predlog zanimiv in tako je takrat, ko bi najraje koga udaril ali mu kaj neprijetnega rekel, šel do ograje in vanjo zabil en žebelj. Prvi dan je fant zabil v ograjo kar 37 žebljev. In potem je bil kakšen

dan, ko se je manjkrat razjezil in mu zato ni bilo treba zabiti veliko žebljev, in spet kakšen, ko je moral zabiti spet več žebljev.

Sprva ni bilo videti nič posebnega, potem pa se je postopoma videlo, da se nekaj dogaja!

Deček je zabijal po manj žebljev na dan kot na začetku. Dejansko se je naučil vse bolj obvladati samega sebe. Ni več ponorel zaradi vsake malenkosti, včasih ga še celo krivica ni čisto spravila iz tira.

Število žebljev, zabitih v ograjo, se je začelo zmanjševati ...

Fant je kmalu spoznal, da je pravzaprav lažje obvladovati svoje obnašanje, kot zabijati žeblje v ograjo!

In končno je prišel dan, ko se ni niti enkrat razburil, in tako tudi ni zabil nobenega žeblja v ograjo!

To je seveda ponosno povedal svojemu očetu! Oče je bil svojega sina zelo vesel. In zdaj mu je naročil, da naj vsak dan, ko se ne bo niti enkrat razburil, potegne en žebelj iz ograje.

Deček je z veseljem izpolnjeval tudi to očetovo naročilo. Dnevi so minevali in čez dolgo časa je prišel dan, ko je fant povedal očetu, da ni nobenega žeblja več v ograji.

Oče je prijel sina za roko in ga peljal do ograje.

Tam mu je rekel: »Sin moj! Dobro si opravil svoje delo, toda poglej vse te luknje v ograji. Ograja ne bo nikoli več taka, kot je bila na začetku. Nikoli več ne bo gladka. Ko nekomu rečeš kakšne stvari v besu, te besede pustijo brazgotine, ki so kot te luknje v ograji. Človeka lahko raniš z besedami, kretnjami, nožem in četudi se kasneje opravičiš, rana ostane. Brazgotina ostane. Rane zaradi grdih besed prav tako bolijo, kot bolijo druge rane.«

Otrokom pod liste vstavimo indigo papir. Naročimo jim, naj na list papirja rišejo ali pišejo lepe stvari, dogodke. S svinčnikom, lahko tudi z barvicami. Pozorni smo na to, če se kdo zmoti.

Slika 1: Risanje na indigo papir
Vir: Lasten

Diskusija: Če bi ograjo potipali, bi čutili brazgotine, ki so ostale. Pogovorimo se o velikih in majhnih ranah, tistih v naši duševnosti in tistih na telesu. Če nekoga potisnem, da pade, in rečem oprosti, bo njegova roka še vedno poškodovana. Ampak če se opravičimo, bo ponesrečencu nekoliko lažje. Nekateri otroci so presenečeni, ko vidijo odtis svoje risbe ali svojih besed! Tisti, ki so želeli pobarvati, vidijo, da je dvojnik njihove risbe črnobel. Posebej so presenečeni tisti, ki so radirali. Spoznajo, da na »originalu« lahko radirajo, a odtisa ne morejo zradirati! Sporočilo, ki jim ga želimo dati, je, da vse, kar delamo in govorimo, pušča sledi, dobre in tudi slabe. Opravičilo ne zradira »odtisa«, lahko ublaži, popolnoma zbrisati pa ne more, če gre za

zelo hude stvari, za nasilje, za laži, za žalitve ... Včasih lahko uredimo stvari navidezno, svojih čustev in občutkov pa ne moremo utišati, spremeniti.. Radiranje lahko brazgotino še poslabša, razen če je opravičilo storjeno v empatiji in v sočutju. Nujno je biti pozorni na to, kaj delamo. Če naredimo kaj narobe, skušajmo popraviti. Poskušajmo delati samo to, kar pušča lepe odtise, lepe sledi.

Delavnica: Razvijanje empatije in sočutja

Cilji:

- prepoznavanje in opisovanje lastnih čustev in čustev drugih,
- prikazati razumevanje za potrebe ljudi, ki so drugačni od njih, razvijanje strpnosti do drugačnih,
- spoznati, da so vsem ljudem, vključno s tistimi, ki so drugačnega videza in izhajajo iz drugih kultur, skupna ista čustva.

Uvod: Impulz prijateljstva

Učenci in učiteljica sedijo v krogu in se držijo za roke. Nekdo rahlo stisne roko sosedu na desni strani, ta stori enako svojemu sosedu in tako impulz potuje po krogu. Tempo lahko spreminjamo, dodajamo stiske, se požgečkamo po dlani. Ob izvajanju lahko mižimo. Namesto stiska lahko potuje po krogu pogled iz oči v oči ali kakšen gib.

Glavni del:

Učencem preberemo zgodbo iz knjige 50 dejavnosti za razvijanje čustvene inteligentnosti za otroke. Rečemo: »Prebrala vam bom kratko zgodbo. Rada bi, da pomagate odkriti rešitev problema, s katerim se srečuje oseba v zgodbi.«

Dašine preizkušnje

Devetletna Daša se je v šoli, ki jo je obiskovala, skušala s kom spoprijateljiti. Toda druge deklice so se ji posmehovale, ker je imela na sebi ponošena oblačila in je nosila šolske knjige v stari oguljeni torbi. Daša je živela z mamo in mlajšima bratoma v stari, razpadajoči hiši. Zaradi bolezni mama ni več mogla opravljat svojega dela, denarna podpora, ki so jo dobivali, pa je komaj zadoščala za hrano in kurjavo. Daša je imela doma vsak dan veliko dela, saj je morala pomagati in skrbeti za majhna brata. Zato je bila dostikrat preutrujena in je med poukom kar zaspala. Nekoč so ji otroci spet nagajali in ji govorili »uboga sirota«. »Nisem sirota. Živim z mamico, ki mi reče »moja princesa«, je odvrnila Daša. Nazadnje je ena od starejših deklet, ki je slišala zmerjanje, zavpila: »Dajte mir, nehajte dražiti Dašo! Najbolje riše na celi šoli, videla sem njene risbe na razstavnem panoju!« (Schilling, Majaron, 2000, str. 92).

Ko preberemo zgodbo, usmerjamo pogovor s pomočjo vprašanj: »Kaj mislite, kako se je Daša počutila, ko so jo drugi otroci dražili? Zakaj se je dekle iz višjega razreda postavilo Daši v bran? Na kakšen način bi se Daša mogoče lahko spoprijateljila s sošolkami, ki so ji nagajale? Kako bi lahko sošolke pomagale Daši?« Otrokom pomagamo prepoznati in razumeti čustva otrok v zgodbi iz njihovega zornega kota. Pojasnimo otrokom, da se taka oblika razumevanja imenuje empatija. Po končanem pogovoru naj vsak otrok napiše svoj konec zgodbe. Otroke povabimo, naj svoje zaključke zgodb predstavijo skupini.

Delavnica: Sodelovanje

Cilj: sodelovanje, dogovarjanje, razdelitev vlog, sprejemanje skupnih odločitev

Uvod: Igra Detektiv

Eden od otrok je detektiv in si dobro ogleda otroke, kako so oblečeni. Nato zapusti prostor. Medtem morajo otroci nekaj na sebi spremeniti. Detektiv pa mora uganiti, kaj si je kdo spremenil. Lahko je tudi več detektivov.

Glavni del: Sestavljanje ladjice

Skupina se razdeli na več manjših skupin po ___ članov. Vsaka skupina izbere vodjo in opazovalca. Vse skupine dobijo enak material: papir, škarje, lepilo, barvice za izdelavo ladjice. Naloga vodje in članov skupin je izdelati kakršnokoli ladjico, da bo le plavala na vodni gladini vsaj dve minuti (v ta namen uporabimo lavor, v katerega nalijemo vodo). Vodje skupin organizirajo delo, opazovalci pa opazujejo: kako vodja organizira delo; kdo je imel v skupini največ idej; kdo je bil tehnično najbolj spreten; kako je potekala komunikacija (so se dogovarjali ali prihajali v konflikt); ali so se zamisli posameznih članov upoštevale. Po opravljenem delu skupine preizkusijo ladjice na vodi, nato pa se pogovarjajo o svojih doživetjih pri delu, kako so v skupinah upoštevali njihove ideje, kako so sami organizirali in vodili delo. Pri pogovoru sodelujejo tudi opazovalci.

Slika 2: Preizkus ladjice na vodi

Vir: Lasten

Delavnica: Neverbalna komunikacija

Cilj: razvijanje pozornosti in koncentracije, spodbujanje verbalne in neverbalne komunikacije, sodelovanje in krepitev občutka za druge, sprejemanje skupnih odločitev.

Uvod: Igra Kaj se je spremenilo?

Vsakdo si izbere partnerja, ki se postavita drug proti drugemu. Vsi imajo minuto časa, da si svojega partnerja podrobno ogledajo. Po tem času se vsakdo obrne stran in na sebi nekaj spremeni. Na voditeljev znak se spet obrnejo k partnerju, ga opazujejo in ugotovijo spremembo. Pari se potem pomešajo in igra se lahko ponovi. Že na začetku igre se lahko dogovorijo, koliko sprememb mora vsak narediti.

Glavni del: Risanje v parih

Otroci se razporedijo v pare (lahko po lastni želji). Vsak par vzame list papirja ali barvice. Otroka se lahko že vnaprej dogovorita, kaj bosta risala ali pa se odločata sproti, spontano. Nato začnejo otroci po parih ustvarjati risbo. Pomembno je, da se med risanjem ne pogovarjajo, temveč poskušajo sodelovati brez besed (neverbalna komunikacija) in so pozorni na nastajajočo sliko. Za risanje je na voljo 20 minut. Po izteku časa rečemo, naj sliki dajo še naslov.

Pomembno je, da aktivnost poteka v tišini. Otroke na to ves čas (po potrebi) opozarjamo, dopustimo pa neverbalno komunikacijo. Med delom opazujemo otroke: kdo prevzema vodstvo, kdo sledi, s kakšnimi težavami se soočajo. Sledi predstavitev izdelkov in pogovor o izkušnji oziroma doživljanju procesa. Upoštevamo izhodišča in teme za pogovor: Kako si se počutil med risanjem? Kaj predstavlja vajina risba – opiši jo. Kako sta sodelovala s partnerjem, glede na to, da se ni bilo dovoljeno pogovarjati?

Kdo je bolj vodil in kdo sledil? Vama je všeč nastala risba ali bi želel na sliki kaj spremeniti?

Delavnica: Podobnosti in razlike

Cilj: prepoznavanje različnosti, podobnosti in stereotipov. Pokazati, da smo vsi različni, spoštovanje drugačnosti.

Uvod: motiviranje za obravnavano temo

Igra Klopčič povezanosti

Sedimo v krogu. Učiteljica ima v rokah klopčič volne. Sama obdrži konec volne, klopčič pa vrže enemu od učencev v krogu. Učenec ujame klopčič in učiteljica mu pove nekaj lepega o njem. Nato učenec prime za volno, klopčič pa vrže svojemu sošolcu in pove nekaj lepega o njem. Ko zadnji učenec v krogu ujame klopčič, smo vsi udeleženci povezani med seboj. Nato tisti učenec, pri katerem se nahaja klopčič, začne počasi nazaj na klopčič navijati volno (tokrat se osredotočimo na opis vizualnih lastnosti).

Glavni del:

Igra Ista stran poti

Iz volne na tleh naredimo dolgo črto, učiteljica se postavi na to črto. Vsi učenci pa se postavijo na eno stran črte. Potem učitelj, da navodilo, da naj čez črto stopijo tisti, ki radi jedo pico, se radi igrajo zunaj, radi vstanejo zgodaj zjutraj, se radi veliko smejijo, radi delajo domače naloge, so radi dolgo pokonci. Ko se skupina ogreje, učitelj preide na bolj osebne lastnosti skupine. Čez črto naj stopijo tisti, ki se radi učijo, se hitro razjezijo, so kdaj živeli v drugi državi, radi pomagajo svojim sošolkam/sošolcem v razredu, radi spoznavajo nove ljudi, se radi igrajo s sošolkami/sošolci, ki drugače razmišljajo o stvareh kot one/oni, se radi družijo s sošolkami/sošolci, ki se obnašajo drugače kot one/oni, se radi pogovarjajo s sošolkami/sošolci, ki se radi oblačijo v črno.

Diskusija:

- Ali so bili vedno isti učenci na isti strani črte? Zakaj ne?
- Kakšen občutek ste imeli, če ste morali sami čez črto, oziroma če sta bila le dve na isti strani?
- Ali se razlikujemo le po videzu? Po čem se ljudje še razlikujemo?
- Ali je v tem da smo si različni kaj dobrega? Npr. Kaj je dobrega pri tem, če nekdo nosi očala? Je človek, ki nosi očala slabši od drugih?
- Ali se družinski člani med seboj razlikujejo? V čem?
- V čem se razlikujemo vsi ljudje na svetu?
- V čem pa ste si podobni učenci v razredu?
- V čem smo si podobni vsi ljudje na svetu?

Delovni list: Učenci razdelimo v pare in vsak učenec v svoj delovni list zabeleži podobnosti in razlike. Nato učenca, ki tvorita par, primerjata svoje odgovore. Nato še dvakrat zamenjamo pare, da svoj delovni list primerjajo z različnimi sošolci.

Diskusija: Učence vprašamo, v čem so si podobni z drugimi, v čem so drugačni od drugih. Ali so s posameznim učencem kdaj grdo ravnali, ker so se razlikovali od drugih?

Sklenemo, da razlike ne opredeljujejo človeka kot boljšega ali slabšega od drugih, razlike so samo lastnosti, zaradi katerih smo enkratni!

Delavnica: Posredovanje pri sporu

Cilji: prepoznavanje in razreševanje konfliktov na konstruktiven način

Potrebujemo in izdelamo Navodila za spor.

Potek: oblikujemo skupine po _ otrok. V skupini si člani razdelijo vloge: dva sta sprta sošolca, druga dva pa prijatelja, ki hočeta rešiti spor. Prijatelj najprej na samem posluša sprta sošolca, poskuša razumeti, za kaj gre, prisluhne čustvom in izve, kako si sprti sošolec predstavlja rešitev spora. Nato se srečata prijatelja in izmenjata poglede na spor ter skušata najti najboljšo rešitev. Cilj je, da sprta sošolca dosežeta neko sporazumno rešitev ter si sežeta v roke. Vloge lahko kasneje zamenjamo s tem, da otrokom posredujemo drug spor.

Diskusija: Učence vprašamo, kako so se počutili v vlogi sprtega posameznika oziroma posrednika. Ali je vsakdo od nas primeren za posrednika? Ali bi posredovali pri resničnem sporu, če bi vas kdo prosil.

ZAKLJUČEK

Socialne igre lahko uporabimo pri pouku, pri delu s starši, pri svetovalnemu delu z manjšimi skupinami, interesnih dejavnostih in podobno. Mi smo jih uporabili pri skupini deklet iz tretjega razreda, pri katerih je bilo zaznati izločanje in drugo medvrstniško nasilje. Pred začetkom izvajanja delavnic smo analizirali stanje v razredu in naredili načrt dela. Imeli smo tudi sestanek s starši in od njih pridobili soglasje za izvajanje delavnic. Na začetku delavnic smo podali navodila (da se ne žalimo, spoštljivo komuniciramo z ostalimi, smo strpni do drug drugega in naših drugačnih pogledov, se ne prekinjamo v govoru …), ki so se jih dekleta v glavnem držala, če pa je že prišlo do žalitev, smo posegli vmes in žaljivo komunikacijo takoj prekinili. Med delavnicami sva opazovali vedenje deklic, po vsaki delavnici pa sva izvajalki izvedli evalvacijo dogajanja v skupini. Spremljali in beležili sva vedenje otrok med igro, opažanja o otrocih, dogajanja v skupini ter tudi svoja doživljanja med igro. Če se je med dekleti pojavila kakšna težava, smo se takoj pogovorili in stvari uredili (na primer, če kakšna deklica ni našla para pri posamezni dejavnosti). Nekatere težave in konflikti med dekleti so prišli na plano šele med delavnico oziroma po njej, zato je bilo takrat potrebno poseči v dogajanje in opraviti temeljit pogovor z udeleženimi dekleti. Ugotovili smo, da ti konflikti izvirajo še iz obdobja, ko so bila dekleta še skupaj v vrtcu, omenjale so stvari, ki so se dogajale pred meseci v Šoli v naravi … O teh konfliktih ali komunikacijskemu šumu smo se pogovorili in razčistili. Izvajalki sva poskušali uporabljati pravšnjo mero spodbud in pohval, še posebej za bolj zadržane in nesamozavestne udeleženke. Naše udeleženke so večinoma aktivno sodelovale, saj je bilo veliko dela po parih ali v skupini po 4 osebe. Po koncu vsake delavnice smo želeli slišati tudi povratno informacijo od vsake učenke, torej kako so se počutile med samo delavnico, ali jim je bilo kdaj neprijetno, ali so se pojavljala kakšna negativna čustva … Občasno so bila dekleta zelo živahna in je bilo potrebno skupino tudi umiriti. Z razredničarko smo bili v stikih dnevno, tedensko pa smo naredili še skupno evalvacijo odnosov v skupini. Poročanje razredničarke je bilo, da so se odnosi med dekleti izboljšali, da je bilo med njimi več sodelovanja, proaktivnega obnašanja, pozitivne komunikacije. Pred začetkom in po koncu vseh delavnic smo opravili pogovor z vsako od deklet. Dekle, ki je bila pred začetkom delavnic izločena, je bila potem bolje sprejeta v skupini, postala je bolj samozavestna in dobila je prijateljico. Nasilja med dekleti kot na primer žaljenje, izločanje, širjenje laži o drugih, nagovarjanje, naj kakšno stvar drugi skrijejo, skrivanje stvari, pisanje na listke v smislu opravljanja kot takega ni bilo več zaznati, vsaj ne v taki meri kot prej, dekleta pa so pridobila na samopodobi in večji samozavesti.

Viri in literatura

1. Košir, K. (2013). *Socialni odnosi v šoli.* Maribor: Subkulturni azil, zavod za umetniško produkcijo in založništvo.
2. Kranjc, T. (2019). Šolska kultura in klima- 1.del*. Vzgoja in izobraževanje*, letnik L, številka 1, 5–11.
3. Pečjak, S. (2014). *Medvrstniško nasilje v šoli.* Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.
4. Pečjak, S., in Pirc, T. (2017). Šolska klima pri medvrstniškemu nasilju: Zaznavanje opazovalcev in aktivnih udeležencev. *Psihološka obzorja 26*.
5. Peklaj, C., in Pečjak, S. (2015). *Psihosocialni odnosi v šoli*. Ljubljana. Znanstvena založba Filozofske fakultete.
6. Pridobljeno s https://publishwall.si/solzemlje/post/296033/zgodba-o-zebljih-v-ograji-in-indigo
7. Rutar Ilc, Z. (2017). Vodenje razreda za dobro klimo in vključenost. V *Vključujoča šola: Priročnik za učitelje in druge strokovne delavce.* Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
8. Schilling, D., in Majaron, E. (2000). *50 dejavnikov za razvijanje čustvene inteligence*. Ljubljana: Institut za razvijanje osebne kakovosti.

Gozdna pedagogika

CVETKA KOŠNIK, *vzg. predšolskih otrok*
OŠ Lenart – enota vrtec
kosnik.cvetka@gmail.com

Povzetek: Veseli in ponosni smo lahko, da živimo v deželi, ki nam ponuja veliko možnosti za naravno učno okolje. Gozd je eden od tistih čudovitih darov narave, ki nas kar vabi, da ga raziskujemo, obiskujemo in spoznavamo možnosti, ki nam jih daje prostor v njem. Učitelji in vzgojitelji preživijo z otroki veliko časa v gozdu in v naravi. Načrtujejo dejavnosti, ki dopuščajo tudi dovolj svobode pri igri v tem naravnem okolju. Pri igri v gozdu lahko opazimo veselje otrok, njihovo zadovoljstvo in radovednost.

Ključne besede: gozd, otroci, narava, naravno učno okolje

Abstract: We should be happy and proud that we live in the country which offers us many learning possibilities in the nature. A forest is just one of the beauties of the nature. It invites us to explore it, to visit it and to realise the chances it provides us. Teachers, kindergarten teachers and their pupils spend a lot of time in the forest and in the nature. The teachers mplan the activities that allow children enough freedom during the game in the natural environment. Among these activities in the forest we can observe children's joy, pleasure and curiosity.

Key words: forest, children, nature, natural learning environment

UVOD

V gozdu ni igrač, s katerimi bi se otroci igrali, zato se morajo sami spoprijeti z izzivi, ki jih ponuja to učno okolje. Gozd je zanimiv zato, saj se nenehno spreminja in vedno znova daje možnosti odkrivanja novih spoznanj in zanimivosti. Učenje v takem okolju pri otrocih podpira čustveni, miselni in trajnostni razvoj, ki je temelj vseživljenjskega učenja. Pri tem so z učenjem povezana vsa čutila.

Gozd kot odprto učno okolje

V tam odprtem učnem okolju, ki ga nudi gozd, postanejo otroci bolj pogumni, samozavestni in komunikativni v družbi s sovrstniki in njihovimi vzgojitelji. Med igro v gozdu dajejo otroci sami pobudo, kar pomeni, da to ni samo zabava, ampak veselje, učenje, sprostitev in gibanje. Prav zato je pomembno, da otrokom omogočimo prostor za svobodo in igro, kjer bodo lahko tekali, kričali, se smejali, izurili svoja čutila, živeli v okolju, ki ga bodo lahko tudi spreminjali. Istočasno bodo skrbeli za svoje spretne prste, lepo držo in ravno telo. Otroci se v gozdu najraje igrajo s palicami in vejami, opazujejo živali, tekajo po naravnem terenu, nabirajo storže, izdelujejo gozdne hiške, plezajo po drevesih in se igrajo različne gibalne igre. Vzgojiteljice velikokrat skupaj z otroki obiščejo gozd, jim pripravijo različne aktivnosti in dejavnosti. Opažajo, da otroci sami pokažejo interes za igro. Zavedamo se, da moramo otroke večkrat peljati v naravo, da jo bo opazil, ter nato kasneje doživel in posledično morda v prihodnosti ne bo imel občutka nesmiselnosti življenja, saj bo lahko v naravi vedno našel osebni smisel. Pri doživetjih je namreč bistveno to, da jih imamo, da smo jih doživeli, zato se moramo potruditi in dopustiti, da otroci doživijo naravo. Ko otrok opazi, da je okrog njega veliko lepega, lahko najde smisel življenja ob doživljanju narave in vsega lepega v njej. Doživljanje narave zahteva notranjo umirjenost, pripravljenost in pozornost. To pa je včasih težko doseči, če se ne umaknemo vsakdanjemu hrupu. Pri otroku moramo nenehno uriti te sposobnosti, saj so velikega pomena tudi na drugih področjih posameznikovega življenja, tudi pri medsebojnih odnosih.

Otroci imajo do gozda spontano dober odnos, saj se v njem dobro počutijo. Starši in pedagoški delavci morajo ta odnos spodbujati in razvijati. Gozdna pedagogika lahko pripomore k razvijanju takšnega odnosa. Otroci se po igri in obisku gozda počutijo prijetno in srečno. To so tudi cilji, ki jih gozdna pedagogika želi doseči. Ugotovitve kažejo, da v Sloveniji pojem »gozdna pedagogika« še ni priznan, vendar pa vsi, ki se načrtno ukvarjajo s tem, nas vse bolj seznanjajo in opozarjajo na odlične rezultate, ki se kažejo pri otrocih in mladostnikih, ki so imeli to možnost in izkušnje seznaniti se s tem načinom vzgoje v naravnem okolju. Upam, da bodo v prihodnosti finančne in prostorske možnosti za izvajanje gozdnih vsebin.

Györek navaja več raziskav, ki so potrdile pozitivne učinke gozdne pedagogike. Ugotovljeno je bilo, da imajo otroci, ki se redno igrajo v naravnem okolju, bolje razvite motorične veščine, kar vključuje

koordinacijo, gibljivost, ravnotežje, prav tako so manj bolni. Gibanje je bistvenega pomena za razvoj možganov in kognicije v otroštvu. Ko se otroci igrajo v gozdu, je njihova igra bolj raznovrstna in kreativna, gozd spodbuja radovednost in domišljijo. Narava blaži negativne vplive vsakodnevnih življenjskih stresnih situacij in pomaga pri premagovanju le-teh. Raziskave so pokazale, da so se otroci s simptomi ADHD bolj sposobni koncentrirati, dokončati naloge in slediti navodilom po igranju v naravnih okoljih kot po igranju v zaprtih prostorih. Preživljanje časa v naravnem okolju namreč izboljšuje kognitivni razvoj otroka, in sicer izboljšanjem pozornosti, razmišljanja in spretnosti opazovanja. Z rednimi obiski narave otroci postanejo bolj samostojni. Dokazano je, da otroci v naravnem okolju medsebojno bolj sodelujejo, med njimi je manj nasilja in prepirov, saj aktivne in gibalne dejavnosti v naravi omogočajo sproščanje agresije na socialno primeren način in izboljšujejo sposobnost samonadzora. V naravnih okoljih poteka učenje na multisenzoren način, z vsemi čutili; z naraščanjem senzorne percepcije se obenem krepi sposobnost opazovanja. Z izkušnjami na prostem in rednim stikom z naravo narašča empatija otrok do narave in poznejša skrb za okolje. Otroci, ki se namreč redno igrajo v naravnih okoljih, obdržijo pozitiven odnos do narave tudi kot odrasli (Györek, 2018, str. 19–20).

Gozdna pedagogika danes

Z gozdno pedagogiko so se najprej začeli ukvarjati v skandinavskih deželah, saj so opazili, da zaradi vse hitrejšega tempa sodobnega načina življenja, stresa in odtujenosti od narave otroci potrebujejo gozd, kjer so svobodni, ustvarjalni in se tako tudi aktivno učijo. Ideja gozdne pedagogike se je nato začela širiti tudi v nemško govoreče dežele, kjer so začeli ustanavljati gozdne vrtce. Ti so začeli nastajati predvsem na obrobjih mest, v njih pa so vključevali predvsem otroke iz mest, saj so ti izgubljali stik z naravo. Gozdni vrtci so namenjeni predvsem otrokom, ki so zasvojeni z različnimi novodobnimi oblikami zabave, kot sta računalnik in telefon. Poleg teh otrok pa so začeli v gozdne vrtce vključevati tudi ostale, saj gozdna pedagogika deluje terapevtsko, vodi k zdravemu načinu življenja, kakovostnemu preživljanju prostega časa, krepi posameznikovo samozavest, izboljšuje socialne veščine ter miselne in gibalne sposobnosti in spretnosti. Otroci si tako v gozdu poiščejo naravne materiale za igro, s pomočjo svoje domišljije pa so lahko tudi zelo ustvarjalni. Gozdna pedagogika sodi k doživljajski pedagogiki in je veda o vzgoji in izobraževanju na temo gozda. Njen cilj je zbližati človeka z naravo, njeno glavno načelo pa predstavljajo čutne izkušnje. Gozd moramo doživeti s srcem, glavo in rokami, ga začutiti, videti, poslušati, tipati, vonjati, marsikaj v njem pa se da tudi okušati. Otrokom moramo omogočati, da ob igri doživijo in občutijo z vsemi čutili in na ta način v otrocih zbudimo zanimanje, ob tem pa se otroci tudi marsikaj naučijo (Turk, 2014, str. 48).

V tem kontekstu gozdna pedagogika predstavlja nov, alternativni pedagoški pristop, pri katerem je najpomembnejše to, da je otrok v

vlogi raziskovalca, ki se uči v skladu s svojimi interesi in radovednostjo, pri tem razvija samozavest, sposobnost opazovanja, poveča se njegova motivacija za učenje in spoštovanje do naravnega okolja (Ball in Kaya, 2020). Osnovna načela gozdne pedagogike po N. Komljanc (2010) so naslednja:

- gozd je kraljestvo domišljije,
- gozd oblikuje trajne vrednote,
- z gozdom razvijaš svojo in njegovo vizijo,
- gozd te sprejme, postaneš del njega, zato se čudiš in se v tebi vzbuja zanimanje, posledično marsikaj izveš, dobiš priložnost za uspeh.

V naravi je veliko situacij nevarnih, prav zaradi tega pa je obisk v naravo potreben. S tem bomo otroka naučili stvari, ki jih potrebuje za lastno varnost. Ob vsaki poškodbi se nauči, da bo naslednjič previdnejši (Danks, 2007). Torkar in Rejc (2017) sta izvedla raziskavo, v kateri sta potrdila pomembnost naravnega igrišča, ki otrokom zagotavlja širok spekter igranja in učenja.
Otroci so imeli poleg načrtovanih dejavnosti vedno možnost proste igre in lastnega raziskovanja gozda. Čas obiska v gozdu je bil običajno uro in pol.

Načrtovane dejavnosti za otroke stare od 1–2 let

Gozd smo z otroki obiskovali vsaj enkrat v tednu načrtno, drugače pa smo bili v gozdu večkrat na leto, ko je bilo to možno za izvedbo.

Prvi teden: spoznavanje gozda

Obiskovali smo gozd v bližini našega vrtca. Pri dejavnostih sem izhajala iz knjige Priročnik za učenje in igro v gozdu (Vihar in Rantuša, 2016). V gozd, ki je v bližini našega vrtca, smo se odpravili že takoj po zajtrku. Nekaj otrok je imelo težave med hojo, vendar nam je uspelo doseči zastavljeni cilj. S sodelavko sva srečno pripeljali otroke v gozd, kjer so bili že na začetku sproščeni, razigrani in nagajivo radovedni. Nekateri otroci so povedali, da so že bili tukaj z mamico in očkom, zato so bili ti še posebej pogumni in vodilni pri igri. V gozdu otrokom ni zmanjkalo energije, saj so nenehno raziskovali in iskali naravne rekvizite veje, storže, zemljo, listje in podrta debla dreves). Izsledili so mravlje, ki so s sprehajale po deblu ali po zemlji, pajke in drobne žuželke. Dva od otrok, ki sta že po naravi bolj umirjena, sta ostala v najini bližini in od tam opazovala dogajanje. Otrokom sva prepustili svobodo raziskovanja, vendar sva ves čas pazili na njihovo varnost.

Slika 1: Igra v gozdu
Vir: Lasten

Drugi teden: raziskovanje gozda

Ko sva otrokom povedali, da gremo ponovno v gozd, so bili navdušeni in veseli. Pot do gozda smo premagovali kar zadovoljivo, čeprav se je zgodilo, da sta dva od otrok ostala brez enega čevlja. Šele jok otrok nas je opozoril, da je nekaj narobe. Biba se je ustavila, da smo odpravili težavo, nato smo se odpravili naprej po poti. Na cilju, ki je bil zdaj otrokom že poznan, so spustili bibo in stekli vsak po svoje. Ponovno so neutrudno raziskovali, še posebej jih je pritegnilo podrto drevo, na katerega so splezali in že so bili na konju ali morda na vlaku, ki jih je peljal daleč po gozdu. Eni otroci so bili pri plezanju manj spretni, drugi so to opravili hitro in uspešno. Ko je bilo potrebno, sva priskočili na pomoč. Posnemali so drug drugega, nekateri so pomagali tistim, ki so bili manj uspešni. Ko so bili otroci že preveč glasni, sem jih povabila k sebi in jim s prstom na ustih pokazala, da naj bodo tiho. Otroci so me takoj posnemali in tudi sami dali prst na usta. Tiho jim povem, da bomo preplašili vse živali v gozdu in da moramo zadaj tiho počakati, če bomo morda slišali ptičke, ako prepevajo ali srnico, ki bo tekla skozi gozd. V tej njihovi pozornosti sem za hrbtom zlomila vejico in jih vprašala, kaj so slišali. Nekaj otrok je odgovorilo, da so slišali ptičke, drugi pa srnico. V tej tišini sem jih ponovno povabila, da se lahko gredo igrat, vendar naj bodo pozorni, če bodo kaj opazili ali slišali. Ko so bili v svojem svetu igre, so takoj pozabili na dogovor, saj je bila igra preveč zabavna, ko jo je bilo slišati.

Slika 2: Raziskovanje gozda
Vir: Lasten

Tretji teden: listjelov

Ta del dejavnosti smo razdelili na dva dela, da ne bi bilo preveč za to starost otrok. V prvem obisku smo si ogledali vrste listov z različnih dreves ter spoznali listnata in igličasta drevesa. Otroci so imeli možnost sami poiskati drevesa z različnimi oblikami listov, pa tudi tista, ki so imela iglice. Potipali smo liste dreves in skupaj ugotovili, da so nežna in mehka, medtem ko so iglice na otip ostre kot ježeve. Otroci so takoj ugotovili, kaj je prijetno in kaj neprijetno, ko se dotakne tvoje kože ali dlani. Ob ogledu listov in iglic sem jih spodbujala, da sami povedo svoje občutke. V tej dejavnosti so sodelovali vsi otroci.

Slika 3: Nabiranje listov
Vir: Lasten

Četrti teden: listjelov

Otrokom povem, da bomo danes skozi gozd hodili tiho in počasi. Pri hoji smo si pomagali z bibo, ki jo tako uporabljamo vedno, ko gremo na sprehod izven igrišča vrtca. Med samim sprehodom do gozda smo se večkrat ustavili in opazovali, kar se nam je zdelo zanimivo in nas je pritegnilo. Če je bilo mogoče, smo tudi tipali in vonjali. Ta dan nam je pot do gozda ovirala visoka trava, v kateri se je bilo prijetno skriti in tudi povaljati. Otrokom sem dovolila, da so si dali užitka in ob tej igri so opazili tudi metulje, kobilico, pa še čisto pravega polža s hišico. Ta jim je bil še posebej zanimiv, zato smo si ga skupaj ogledali in ga dobro opazovali. Otrok, ki ga je našel, je bil zelo ponosen in ga je tudi ves čas držal v rokah. Skupaj smo mu zapeli pesmico in ga vrnili nazaj v njegovo okolje. Ko smo prispeli v gozd, sem otrokom naročila, da naj vsak od njih prinese nekaj listov, ki jih bomo odnesli v vrtec v košari, ki smo jo vzeli zraven. V vrtcu smo listke razporedili v kupčke, enake oblike skupaj. To je bilo zelo zanimivo, saj so morali otroci biti dovolj pozorni, kam bodo katerega odložili. Vedno se je oglasil eden od fantov, ko smo naredili narobe.

Slika 4: Na poti do gozda
Vir: Lasten

Slika 5: Počitek v travi
Vir: Lasten

Peti teden: zadnji dan obiska v gozdu

To je bil naš zadnji obisk v tem projektu, ki smo si ga zadali. Namen sprehoda je bil, da smo čim bolj tiho, ko vstopamo v gozd. Ko smo tudi tokrat s pomočjo bibe prispeli v gozd, sem otroke prosila, da naj bodo tiho kot miške, da ne preplašimo gozdnih prebivalcev. Otroci vedo, da so to srnice, zajčki, ptički, veverica, miške, saj smo se o njih velikokrat pogovarjali, predvsem v samem gozdu. Ko smo se tako tiho pogovarjali, smo naenkrat zaslišali glasno brnenje motorne žage, ki je prekinila tišino. Otrokom razložim, da so to najbrž drvarji, ki morajo posekati bolna drevesa, da ostala ostanejo zdrava ali pa ljudje potrebujejo les še za kaj drugega. Nekateri otroci so se brnenja motorja prestrašili, zato so ostali v najini bližini, medtem ko je nekaj otrok nadaljevalo z igro v naravnem okolju. Na srečo je zvok motorja čudežno potihnil in lahko smo nadaljevali z igro.

Moja ugotovitev je bila takšna, da gozd otroka močno privlači, da so se tam počutili prijetno, sproščeno in tudi varno. Med igro v gozdu pri otrocih ni bilo opaziti in čutiti konfliktnih situacij, saj so se igrali drug z drugim in skupaj raziskovali zanimivosti v tem naravnem okolju. Postali so tudi motorično bolj spretni tako pri fini, kot grobi motoriki. Do podobnih zaključkov je prišel tudi Keber (2016). White (2008) pravi, da se v naravi razvijata fina in groba motorika (dvigovanje, kopanje). Bowden (1989) pravi, da otroci uživajo v učenju v naravi, saj to vključuje tek, dotikanje in raziskovanje. Ko opazovani otroci niso izvajali dejavnosti, so samostojno raziskovali in se igrali. Največji so tekali in se igrali z naravnimi materiali.

ZAKLJUČEK

Velja se potruditi in otrokom omogočiti preživljanje prostega časa v naravi, v gozdu, v skrbi za naravo in spoštljivem odnosu do nje. Tako bomo veliko lažje prenašali vsakodnevne skrbi, se sproščali in umirili. Gozdna pedagogika v slovenskem prostoru se vse pogosteje pojavlja kot oblika aktivnega učenja v vrtcih. Ti se zaradi prostorske stiske odločajo, da dneve v vseh letnih časih aktivno preživijo v gozdu. Poleg prostorske stiske pa je razlog tudi ta, da otroci večji del dneva preživijo v vrtcu, saj starši končajo službe pozno popoldne. Čas, ki ga vzgojiteljice z otroki preživijo v gozdu, postaja vedno bolj načrtovan. Otroke spodbujajo k aktivnemu raziskovanju in učenju. Vse te načrtovane dejavnosti, ki dopuščajo tudi dovolj svobode pri igri, potekajo skozi igro otrok. Pri igri v gozdu lahko opazimo veselje in

zadovoljstvo otrok, saj vedo, da jih bo tisto, kar so začeli ustvarjati v gozdu, počakalo, ko se bodo prihodnjič ponovno vrnili.

Viri in literatura

1. Bal, E., in Gökhan, K. (2020). *Investigation of Forest School Concept by Forest School Teachers' Viewpoints.* Pridobljeno s https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1256199.pdf.
2. Castel, F. (2003). *V hribih in gorah*. Ljubljana: Tehniška založba.
3. Györek, N. (2013). Gozdna pedagogika v Sloveniji – priložnost za povezovanja in nova znanja. *Gozdarski vestnik, 71*(4), str. 225–234. 4.
4. Györek, N. (2018). *Zelena učna okolja: Prednosti učenja v naravi za otroke s posebnimi potrebami.* Pridobljeno s www.gozdna-pedagogika.si 5. https://www.gozdna-pedagogika.si/ 6.
5. Mehle, J., in Leskovic, B. (2014). *Stopinje in sledovi divjadi*. Lovska zveza Slovenije. Pridobljeno s https://clan.lovskazveza.si/userfiles/Prostozivece_zivali/pdf/Stopinje_in_sledovi_divjadi.pdf 7.
6. Turk, N. (2014). Gozdna pedagogika*. Vzgoja, 16*(61), str. 48.
7. U. Jelen. (b. l.). *Naravno gibanje otrok, skripta za izobraževanja v sklopu Mreže gozdnih vrtcev in šol*.
8. Zorman, B. (2014). *Gozdna pedagogika v izvedbenem kurikulumu za vrtce* (diplomska naloga). Koper: Univerza na Primorskem, Pedagoška fakulteta.
9. Keber, D. (2016). *Zakaj otroku ponuditi gozd?*
10. White, J. (2008). *Playing and learning outdoors: making prosion for high-quqlity experiences in the outdoor environment.*
11. Bowden, M. (1989). *Nature for the very young: A handbook of indoor and outdoor activities.*

Joga v vrtcu

CVETKA KOŠNIK, *vzg. predšolskih otrok*
OŠ Lenart – enota vrtec
kosnik.cvetka@gmail.com

Povzetek: Kultura odnosov, spoštovanja, sobivanja je temelj bivanja v instituciji, kot je vrtec. Načinov, metod, poti, kako otroke popeljati v svet samospoštovanja in dviga pozitivne samopodobe, je veliko. Dejavnosti s področja gibanja in umetnosti zadovoljujejo primarne otrokove potrebe. Joga za otroke v korelaciji z glasbo in izraznim plesom blagodejno vpliva na vedenje otrok in odraslih.

Ključne besede: dihanje, gibanje, tehnika, vaje, igra

Abstract: Culture of relationships, respect and coexistence is the foundation of residence in institution, such as kindergarten. There are many different manners, methods, paths how to bring children into the world of self-respect and the ascent of positive self-image. Movement and art activities please children's primary needs. Yoga for children in connection with music and expressive dance has got beneficent effect on the behaviour of children and adults.

Key words: breathing, movement, technique, exercises, game

UVOD

Zaradi družbenih sprememb, med katerimi velja – z obžalovanjem – omeniti vse več pehanja za materialnimi dobrinami, vse večjo socialno neenakost, strah pred izgubo službe, karierizem in nezadostna skrb staršev za vzgojo otrok, smo v institucijah kot sta vrtec in šola vse bolj zaskrbljeni zaradi povečanega asocialnega vedenja otrok. **»**Joga ni starodaven mit, pokopan v pozabo. Je najvrednejša dediščina sedanjosti. Joga je bistvena potreba danes in kultura jutri. Swami Satyananda (1923–2009)« Tara yoga center

Razvoj joge

Beseda joga pomeni »enost« ali edinost. Swami Satyananada Saraswati (eden od ustanoviteljev večje šole o jogi) pri razlagi joge izhaja iz sanskrtske besede *yuj***,** kar lahko prevedemo kot »družiti«. V tem smislu pomeni joga združitev individualne zavesti z univerzalno zavestjo, uravnoteženja in harmoniziranje telesa, uma in čustev (Rotar, 2009, 8). Jogo bi lahko tako poimenovali kot splošen pojem, ki predstavlja celovitost vseh kozmičnih principov. Joga izhaja iz Indije in je stara več tisoč let, natančnega podatka o njeni starosti nimamo. Kljub temu pa njen izvor povezujejo s časom pred Vedske Indije. Poznale naj bi jo številne stare kulture, kot so perzijska, egipčanska, majevska, grška, etruščanska, vendar je niso imenovale »joga«. Med temi »znanji« so obstajale manjše razlike, vendar so vse te civilizacije poznale ta nauk o združevanju, kar je dobesedni prevod besede joga. Joga je po tem takem veda, ki človeku omogoča združitev s samim seboj, drugimi ljudmi in bogom (Guzman, 2014). Na podlagi opazovanja narave so izoblikovali vaje in položaje, s katerimi so dosegli sozvočje s samim seboj in vzpostavili ravnotežje med energijo uma, telesa in duha (Učila, 2008, 9).

Osvetlitev problema joge v praksi

Zaradi družbenih sprememb, med katerimi velja omeniti vse več pehanja za materialnim dobrinami, vse večjo socialno neenakost, strah pred izgubo službe, karierizem in nezadostna skrb staršev za vzgojo otrok, smo v institucijah, kot sta šola in vrtec, vse bolj zaskrbljeni zaradi povečanega asocialnega vedenja otrok. Žal, negativne spremembe v družbi ne izpustijo otrok. Odrasli se premalokrat zavedajo, da je predšolsko obdobje temelj, ki se gradi za vso nadaljnje življenje. Otroci se v življenju srečujejo z različnimi obremenitvami (naglica, zgodnje vstajanje, tekmovalnost), ki se pri otrocih posledično kažejo kot pretirano iskanje pozornosti, nestrpnost, nepotrpežljivost in konfliktnost z okolico. Gibanje je otrokova primarna potreba in ima pomembno vlogo pri socialnem in emocionalnem razvoju. Otroci v predšolskem obdobju in šestletniki v prvem razredu si z igro pridobivajo različne gibalne izkušnje, ki jim prinašajo veselje, zadovoljstvo, ugodje in dobro počutje. Marsikdo poreče, da je nesprejemljivo, da že v vrtcu opažamo takšne oblike vedenja otrok. Vse preveč se govori in piše, kaj in kako je treba poskrbeti za otroke, premalo izrečenega in zapisanega pa se realizira. V predšolskem obdobju niso pomembna samo akademska znanja, ki jih naj otrok pridobi, ampak je potrebno otroku najprej dati občutek varnosti, sprejetosti, ljubezni in mu omogočiti spoznavanje ter izražanje svojih čustev. Tako pa se otroci v življenju srečujejo z različnimi obremenitvami (naglica, zgodnje vstajanje, tekmovalnost …). Posledično se to kaže pri otrocih v vrtcu kot pretirano iskanje pozornosti, nestrpnost, nepotrpežljivost in konfliktnost z okolico. Gibanje je otrokova primarna potreba in ima pomembno vlogo pri socialnem in emocionalnem razvoju. Prav v predšolskem obdobju si otroci z igro pridobivajo različne gibalne izkušnje, ki jim prinašajo veselje, zadovoljstvo, ugodje in dobro počutje. Nežno gibanje, ki blagodejno vpliva na vse telesne sisteme, spodbuja

cirkulacijo, masira organe, povečuje gibljivost sklepov, oblikuje mišice ter sprošča mišični in živčni sistem, spada med poglaviten sklop vaj joge za otroke. Vaje joge vplivajo na naša čustva ter pomagajo pri vzpostavljanju čustvenega in mentalnega ravnovesja. Vaje pomagajo razviti »notranjo moč« otroka in odraslega. Prav zato smo se v našem vrtcu odločili, da poskusimo z jogo.

Avtor sistema »Joga v vsakdanjem življenju«, Vishvaguru Paramhans Maheshwarananda, je med dolgoletnim delovanjem v Evropi, ZDA in Avstraliji spoznal življenje in telesne ter duševne težave sodobnega človeka. Na podlagi teh izkušenj in spoznanj je razvil »Jogo v vsakdanjem življenju«; postopno, sistematično metodo, ki zajema vsa življenjska področja in je primerna za vsako življenjsko obdobje. Vsem ljudem - ne glede na starost in telesni ustroj - odpira vrata klasične poti joge. Upošteval je značilnosti sodobne družbe in prastari nauk ter ga, ne da bi okrnil njegovo izvirnost in učinkovitost, prilagodil potrebam sodobnega človeka.

Cilji izvajanje joge pri otrocih:

- otrok se zaveda lastnega telesa in doživlja ugodje v gibanju,
- negovanje, spodbujanje in razvijanje čutnega doživljanja z usmerjanjem povečane pozornosti v občutenje telesa, tipanje, opazovanje in poslušanje sebe ter zbranih virov iz okolja,
- otrok usvaja osnovne gibalne koncepte – zavedanje prostora (kje se telo giblje), načina (kako se telo giblje), spoznavanje različnih položajev in odnosov med deli lastnega telesa, med predmeti ter ljudmi, med ljudmi,
- otrok usvaja osnovne vaje joge za otroke in
- otrokom in sebi ustvarjati pogoje, v katerih imamo možnosti izražati spoštovanje, sočutje, strpnost in se učiti sobivati.

Primer dobre prakse

Strokovni izzivi so vidni na naslednjih področjih:

- asocialno vedenje otrok (disciplinski problemi v skupini, nespoštovanje občutkov, osebnosti in lastnine drugih) in
- vplivi na družinske okoliščine, ki se pozitivno odražajo v vedenjskih reakcijah otrok, nam vzgojiteljem pa predstavljajo strokovni izziv.

Aktivnosti, ki sem jih vključevala v skupini, bi razdelila na štiri področja:

- krog – pogovori,
- dihalne vaje in vaje joge,
- glasba,
- igre in vaje za sproščanje.

Dejavnosti bom opisala, ob tem pa zabeležila odzive predšolskih otrok, vpliv na nemirne in mirne otroke ter na dečke in deklice.

Krog

Vse naše delo v igralnici ali telovadnici temelji na pogovorih, ki jih imamo vedno v krogu, v za to namenjenem delu v skupini. Vsako jutro se tako zberemo in pozdravimo. Običajno otroci že sami izrazijo željo, da bi se o nekem dogodku pogovorili. Vedno skušamo, kolikor pač gre, razčistiti vse spore, saj sem opazila, da je od tega odvisno vzdušje v skupini. Otrokom pustim, da tisti, ki želijo, povedo svoje mnenje in na koncu skupaj speljemo rešitev, s katero se večina strinja. Tukaj sprejemamo tudi pohvale za pozitivno vedenje in kazni oziroma opomine za neprimerno vedenje. Poskušam jih navajati, da jim že pohvala kot nagrada nekaj pomeni in ob

tem opažam pozitivne rezultate. Vsi otroci, ne glede na mirnost oziroma spol, pohvalo sprejemajo kot nekaj pomembnega. V skupini je veliko osebnostno močnih otrok in opazila sem, da se umirijo, če lahko povedo svoje mnenje. Le s pogovorom lahko pripravimo ugodno klimo v prihajajočem dnevu. V pogovor se enakovredno vključujejo dečki in deklice. Opazila pa sem, da se skoraj nikoli ne vključujejo v razčiščevanje sporov mirni otroci. Te moram izzvati. Mirni otroci so v tej skupini velikokrat prikrajšani za besedo, saj so nemirni tako dominantni, da ostali kar »lezejo nazaj«. Temu posvečam pozornost in se trudim dati priložnost tudi mirnim. Pogovori v krogu se mi zdijo izredno pomembni, saj se tako vsi med seboj vidimo, vedno si lahko pogledamo v oči, energija v krogu kroži, krog nas povezuje kot skupino, ustvarja sprejetost in zaupanje. Pomembno se mi zdi tudi, da se ob takem pogovoru otroci učijo povedati svoje mnenje na primeren način ter prisluhniti drugemu mnenju, kar je danes tako pogrešana vrednota. Kot zanimivost bi dodala, kar je o krogu zapisala pisateljica Marlo Morgan v knjigi Imenovali so jo dvoje src, saj tudi sama verjamem vanjo: »Kot mnogi ameriški Indijanci tudi avstralski domorodci verujejo (vedno se posedejo v krog), kako zelo pomembno je opazovati ljudi v krogu, zlasti, človeka, ki ti sedi nasproti, saj je tvoj duhovni odsev. Lastnosti, ki jih občuduješ na njem, odsevajo tiste v tebi, ki jih želiš razviti. Dejanja pojavnosti in vedenja, ki te odbijajo, pa so odsevi tebe, ki jih moraš popraviti. Ta način jim pomaga, da se nenehno trudijo postati boljši.«

Dihalne vaje in vaje joge v skupini

Po jutranjem pogovoru se vedno umirimo z dihanjem. Ob dihanju si poskušamo predstavljati, kako sveži zrak potuje v vse dele našega telesa in da s tem skrbimo za zdravje in nemoteno delovanje celega telesa. Včasih vključimo tudi masažo telesa, se pobožamo po rokah, nogah, glavi. Dihalne vaje izvedemo tudi čez dan, potem ko že nekaj časa sedimo na stolčkih, vstanemo in se z dihanjem in dvigovanjem rok malo razgibamo, osvežimo in razvedrimo. Vaje joge izvajamo po knjigi z naslovom Posnemajmo živali. Največkrat napravimo mačko, pred vsakim preverjanjem ali preizkusom znanja pa izvedemo vajo zajec. V položaju zajca se otroci umirijo in miselno pripravijo. Nato si izrečemo še vzpodbudno misel za čim boljše delo. Razredni sonček: napravimo ga velikokrat ob umirjanju. Uležemo se v krog, se umirimo z dihanjem, tako da so dlani obrnjene navzgor, nato ob vdihu dvignemo roke. Otroci so to umirjanje kar sami poimenovali razredni sonček. Daje jim občutek pripadnosti skupini. Tudi pri teh vajah nisem opazila razlik v izvajanju pri dečkih in deklicah. Težave imajo le nemirni otroci predvsem z umiritvijo v začetku izvajanja in ob koncu, ko se spet takoj razživijo. Vendar je tudi tukaj opazen že majhen napredek.

Slika 1: Razgibavanje
Vir: Lasten

Slika 2: Priprava na jogo
Vir: Lasten

Sproščujoča, meditativna glasba

Najbolj učinkovito je umirjanje ob sproščujoči glasbi. To izvajamo največkrat po neki dejavnosti, pri kateri se otroci razživijo in v igralnici nastane nemir ali pride celo do prepirov. Glasba zelo dobro vpliva tako na dečke kot na deklice. Ob njej se dobro počutijo tako nemirni kot mirni otroci. Nemirni se tako najbolj umirijo, to sem sama opazila, čeprav potrebujejo veliko več časa kot mirni otroci. Ko pa se naposled le umirijo, lahko velikokrat opazim zadovoljen izraz na obrazu in imam vedno občutek, da to pogrešajo, čeprav se tega niti ne zavedajo. Mirnim in boječim otrokom pa glasba ugaja, saj je v igralnici takrat popoln mir in tišina. Otroci velikokrat sami povedo, kako je zdaj lepo.

Mozart

Že od majhnega so otroci navajeni, da poslušamo Mozartovo glasbo v vrtcu. Ko vklopim glasbo, takoj zavlada tišina in otroci z zanimanjem poslušajo.

Slika 3: Razgibavanje
Vir: Lasten

Domišljijska preproga

Velikokrat jo vključujem kot uvodno motivacijo in sprostitveni uvod v pravljico. Otroci jo imajo radi ne glede na spol, le nemirni otroci potrebujejo več časa za začetno umiritev. Kadar pa imamo po tej dejavnosti razgovor, so prav ti velikokrat najbolj izvirni in uporabljajo domišljijo.

Pisanje z nosom

Vključim jo velikokrat kot motivacijo pri reševanju kakšnih motoričnih vaj. Pri tej vaji zelo dobro sodelujejo brez razlik dečki in deklice ter mirni in nemirni otroci. Zdi se mi zelo učinkovita, saj se ob njej zelo umirijo.

Iskanje z molkom

Je zelo priljubljena igra pri otrocih. Radi se jo igrajo prav vsi. Vendar sem opazila, da se ob njej moji otroci ne umirijo prav, saj kljub mojim navodilom, naj iščejo mirno, počasi in tiho postanejo hitri, nekateri začnejo celo nervozno tekati in tako prenašajo nemir na celo skupino. Vaja je učinkovita,

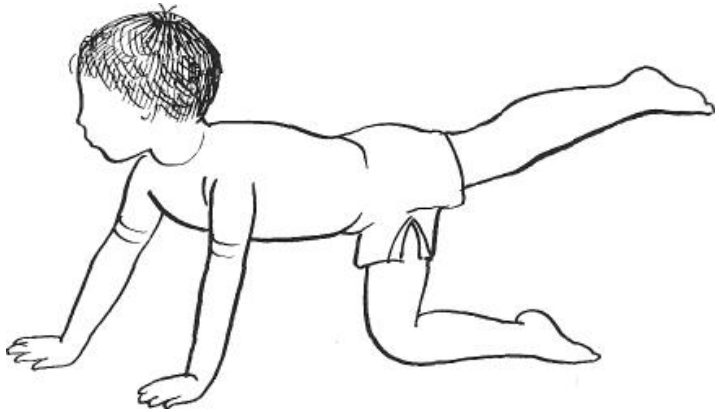
kadar jo vključujemo večkrat v tednu, ko so res že večkrat prisluhnili navodilom. Vseeno jo vključujem, saj se mi zdi primerna za razvijanje strpnosti in koncentracije.

Masaža telesa, dotik, živali prihajajo

Tudi to je ena izmed najbolj priljubljenih iger pri otrocih. Izvajam jo tako, da najprej povem zgodbico o nekih dveh živalskih prijateljih, bratcih, ki se igrata. Kratko zgodbico si sproti izmišljam. Nato se otroci spremenijo v ta živalski par. Eden se zvije v klobčič, drugi pa se dotika, masira, njegovega hrbta, tako da posnema gibe iz zgodbice. Nato se zamenjajo. Vajo imajo radi dečki, deklice, mirni in nemirni otroci. Ob njej se zelo sprostijo. Vključujemo tudi igre Zlata žaba in Biti ljubljen.

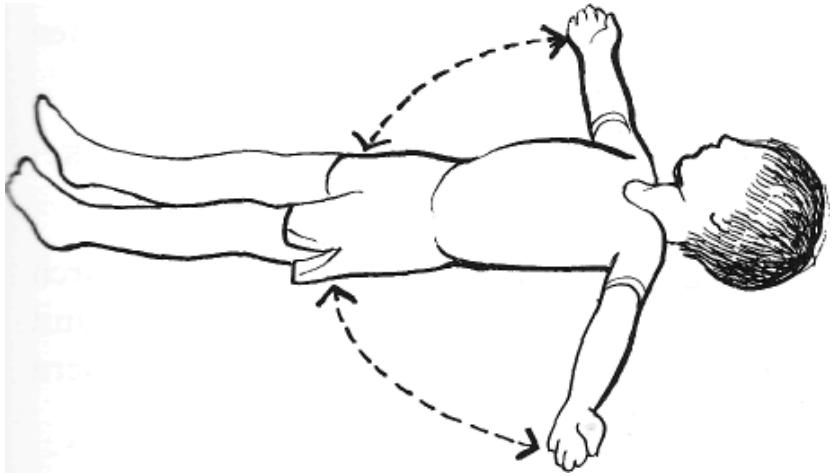
Dejavnosti

Otrok je v tem obdobju zelo živahen in se težje dalj časa osredotoči. Večina časa je zato poimenovanih po živalih, s katerimi lažje spodbudimo otrokovo domišljijo, s pogovorom o živalih pa ga motiviramo, da vaje posnema in jih bolje razume. Vplivajo na fizično telo, psiho in čustva in prav zaradi tega holističnega pristopa se joga razlikuje od ostalih sistematiziranih oblik gibanja, ki izvirajo iz Zahoda (Kaivalya in Kooij, 2010, str. 12) Nekaj vaj je navedenih v nadaljevanju.



Slika 4: Vaja konjiček
Vir: Kaivalya in Kooij, 2010

Konjiček pokaže nogo (opremo se na roke in kolena. Izmenoma vzvratno iztegujemo eno in drugo nogo). Vajo ponovimo 3 ali 4-krat. Na igriv način vadimo upogibanje in iztegovanje noge, koordinacijo gibanja in ohranjanja ravnotežja.



Slika 5: Vaja leže
Vir: Kaivalya in Kooij, 2010

Vaja je v obliki dihanja leže, kjer otrok leži na hrbtu in vdihne skozi nos. Hkrati odroči roke od telesa. Roke so ves čas na tleh, pravokotno na telo. Pri izdihu skozi nos roke počasi premakne nazaj k telesu. Z vodenjem te dihalne vaje otroke naučimo zavestno dihati. Vajo ponovimo 4 ali 5-krat.

Takšnih vaj je veliko npr. mačka, lev, zajec, žaba, čoln, vleka vrvi … Otroka predvsem pritegne pripovedovanje zgodbic in posnemanje vsebine s telesnimi gibi. Vključimo lahko še vaje sproščanja. Program vadbe joge je potekala v oddelkih drugega starostnega obdobja (od štiri do šest let starih otrok). Program joge za predšolske otroke smo vključili v letni program vrtca kot obogatitveno dejavnost. Starši so prejeli prijavnice tako kot za vse ostale dodatne in obogatitvene programe, ki se izvajajo v vrtcu. Odziv je bil presenetljivo dober, saj so starši prijavili 72 otrok. Staršem smo na roditeljskih sestankih skupin predstavili program vadbe joge. V vsakodnevnem življenju skupin smo namenili več pozornosti izbiri kakovostne glasbe, več poslušanja klasične glasbe in glasbe za umirjanje.

Joga za otroke je netekmovalna telesna dejavnost. V današnjem svetu poslušamo samo še o tem, kako je pomembno biti dober oz. najboljši ter kako se moramo truditi, da dosežemo čim več. Joga pa otroke nauči, da so njihova telesa različna, zato lahko opravljajo različne stvari, a nobena stvar ni pomembnejša od druge. Nihče ni boljši ali slabši kot ostali, otroci le raziskujejo svoja telesa in na ta način izvedo veliko novega o sebi. To je izvrstna telesna aktivnost, ki je primerna prav za vsakega otroka. Joga za otroke uči sprejemanje samega sebe in drugih ljudi, spodbuja zdrave navade, uči jih, kako se osredotočiti na neko stvar, uči jih, kako se pomiriti in spodbuja pozitivno duševno zdravje.

ZAKLJUČEK

Dobro sodelovanje med otroki ter med otroki in odraslimi je temelj vzajemne vzgoje in življenja, ki se odvija v neki instituciji. V našem vrtcu se trudimo na tej poti v smeri preprečevanja nestrpnosti med otroci, učinkovitega reševanja medosebnih težav in nesporazumov prek pogovora, poslušanja drug drugega ter s svojimi ravnanji ustvarjati prijaznejše odnose. Pomembno je naučiti otroke različne tehnike, vaje in igre, ki bodo omogočale čustveno-inteligentno odzivanje med vrstniki. Joga je prav gotovo ena izmed dejavnosti vadbe za zdravje, dobro počutje in poklanjanje ljubezni življenju.

Viri in literatura

1. *Kurikulum za vrtce.* (1999). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod RS za šolstvo.1.
2. Vopel K. W., in Uranjek. A. (1995). *Sprostitvene igre za vrtec in šolo.* Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše.
3. Maheshwarananda, P. S. (1998). *Yoga mit Kindern*. Munchen: Hugendubel.
4. Mainland, P. (1998). *Posnemajmo živali: Vaje za zdravo življenje: Prva zabavna slikanica joge.* Radovljica: Didakta.
5. Kroflič, R. (1997). *Med poslušnostjo in odgovornostjo*. Ljubljana: Založba Vija.
6. Kluge I., in Pfeifer G. (1998). *To znam že sam*. Radovljica: Didakta.
7. Wilmes – Melenhause,n B. (1998). *Kje je doma tišina?* Radovljica: Didakta.
8. Swami Satyananda (1923–2009)« Tara yoga center.
9. Kaivalya in Kooij. (2010). *Myths off Assanas: The stories at the Heart of the Yoga Tradition*. California: Mandala Publishing.

Lutka kot nepogrešljiva pomočnica v izobraževalnem procesu

ERIKA LAPORNIK, *dipl. vzg.*
Erikalapornik7@gmail.com

Povzetek: Kot vzgojiteljica si dela brez lutke ne morem zamisliti. Verjamem, da ima magično moč. Improvizirane dejavnosti z lutkami so pri mojih otrocih vedno vzbudile zanimanje. Postanejo bolj pozorni in se z lutkami poistovetijo. V njihovi družbi se sprostijo, zaradi česar zavlada v igralnici prijetno vzdušje, v katerem lahko iz otroka izvabimo tudi takšne stvari, ki jih v normalnem okolju ne moremo; lutka namreč omehča okolje. Ob spontani igri otrok z lutkami se opazita poseben žar v otroških očeh in navdušenost. Razširili smo nabor lutk in dejavnosti, povezanih z njimi, ter tako otrokom ponudili še nekaj več kot pa samo kratkotrajno igro z lutkami. Želeli smo jim približati raznovrstne lutke in jim tudi pokazati, da bodo z njihovo pomočjo lažje pripovedovali, razumeli in prebrodili marsikatero težavo ter nasploh lažje čustvovali. V članku sem predstavila primeri dobre prakse, kako lutko vključiti v usvajanje in doseganje kurikularnih ciljev.

Ključne besede: lutka, prijateljica, magična moč, prijetno vzdušje, usvajanje ciljev

Abstract: As a preschool teacher, I cannot imagine working without a doll. I believe it has magical powers. Improvised doll activities have always aroused interest in my children. They become more attentive and identify with dolls. They relax in their society, which is why the playroom creates a pleasant atmosphere, in which we can also take out things from a child that we cannot in a normal environment; the doll softens the environment. When children play spontaneously with dolls, a special glow in children's eyes and enthusiasm are noticed. We expanded the range of dolls and activities associated with them, offering children more than just a short-lived game with dolls. We wanted to bring them closer to various dolls and also show them that with their help they are going to understand and narrate stories, overcome many problems and feel better in general. In the article, I presented examples of good practice on how to incorporate the doll into implementation and achievement of curricular goals.

Key words: doll, friend, magical powers, pleasant atmosphere, goal achievement

UVOD

V skupino smo vnesli nekaj novega, in sicer vsakodnevno srečevanje z lutko. Lutka je odslej njihova stalnica, njihova prijateljica; vpeljali smo jo v dnevno rutino – z njo se učijo, pogovarjajo, se poistovetijo, pomaga jim reševati konflikte. Spremlja jih na vsakem koraku. V igralnico, v kateri otroci preživijo največ časa, smo vnesli nekaj novih detajlov, ki jih vsak dan popeljejo v magičen svet lutk, in sicer lutkovni kotiček, ki kar kliče, da ga obiščeš, vzameš v roko lutko in z njo prirediš predstavo.

Lutka

Vogelnik (2012) je opisala, kako nastane lutka. Ko želi lutkar upodobiti neko osebo, žival ali predmet, vzame njeno bistvo in naredi lutko. Pri tem bo morda malo pretiraval, kakšno značilnost bo pomanjšal, kakšno pa zanemaril. Lutka bo vedno poenostavljeno bistvo. Zorec (2010, str. 3) trdi, da lahko lutke na različnih področjih vplivajo na otrokov razvoj in so izredno pomemben pripomoček v vzgojno-izobraževalnem procesu, česar pa se žal premalo zavedamo. S pomočjo lutk lahko pri otrocih prijazno in nevsiljivo spodbujamo gibalne sposobnosti, govor, komuniciranje z okoljem, predvsem pa domišljijo in ustvarjalnost, ki sta nadvse pomembni za njihov nadaljnji razvoj. Varl je zapisala (1998, str. 9), da je lutka sredstvo za doseganje novih ciljev, za spoznavanje in utrjevanje umetnostnih, zgodovinskih in ostalih družboslovnih ter tudi naravoslovnih področij. Lutke namreč počenjajo vse tisto, kar imajo radi otroci. Preko lutk se jim izpolni celo težko uresničljiva želja, saj z lutko lahko poletijo, postanejo žival ali drobna cvetlica. V njih prebudi željo po ustvarjanju in smisel za majhne stvari. Hkrati pa se otroci preko lutke spopadajo z različnimi težavami vsakdanjega življenja in se naučijo vztrajnosti. Korošec (2002, str. 31) ugotavlja, da lutka že dolgo ni več le sredstvo za pripravo predstav in motivacijo pri pouku, ampak vedno bolj postaja magična moč v učiteljevih rokah, saj spodbuja otrokov kognitivni, socialni ter čustveni razvoj. Majaron (2000) navaja, da zna lutka peti, si izmišlja besede in izraze za neznane dogodke, zna povedati zgodbo ali pesem, zmore govoriti bodisi v narečju bodisi v žargonu in vzpostavlja zavedanje o jezikovnih ravneh. Je zelo radovedna in rada sprašuje, včasih celo izziva. Prav tako priskoči na pomoč otroku, ko ga je strah zlesti v tunel, oditi k zdravniku ali zobozdravniku, in prijazno pomaga pri pospravljanju.

Vloga lutke v razvoju otroka

Korošec (2002, str. 31) opozarja, da lutka že dolgo ni samo sredstvo za pripravo predstav in trik, s katerim bomo otroke motivirali in spodbudili tako zanimanje za nadaljnje dejavnosti kot njihovo pozornost. Ne samo da postaja vedno bolj pogosta in priznana magična moč v rokah otrok in vzgojitelja, ampak tudi spodbuja vsa področja otrokovega razvoja.

Vloga vzgojitelja v lutkovnem procesu

Miličinski (1985) opozarja, da se je treba zavedati, da nobena še tako lepo oblikovana lutka ne bo prepričala gledalca, če bo slabo animirana. Naš cilj je, da otroci lutki verjamejo in ji zaupajo. Majaron (2010) meni, da mora vzgojitelj verjeti v moč lutk in jih pogosto uporabljati, saj le tako ohranja kontinuiteto posebnega načina mišljenja. Najpomembneje je, da jih uporablja v pravi meri, ob različnih priložnostih in v različnih oblikah. Poznati mora pomen lutke kot metafore. Lutka ga včasih prisili, da se postavi v ozadje in postane drugi. Lutka bo tista, ki bo pomagala graditi mostove od srca do srca in skozi aktivnosti bo vzgojitelj imel moč ugotoviti nagnjenja in posebne talente v vsakem posamezniku, če bo le sprejel otroka kot edinstveno osebnost.

Ponavljanje pesmi in pripovedovanje z lutko

Največje bogastvo, ki nam ga lutke nudijo, je, da lahko z njihovo pomočjo pripovedujemo vsebino knjige, se ob glasbi učimo pesem, jo interpretiramo in podobno. Lutka predstavlja vzgojitelju pomoč pri ustvarjanju nečesa magičnega z otroki. Med predstavitvijo zgodbe z lutko je med otroki prisoten pristen dialog, ki ga ob branju zgodbe ne moremo doseči. Otroci se vživijo v svet lutkovnih junakov, ki jih spodbujajo, in jih globlje doživljajo (Borota, Geršak, Korošec in Majaron, 2006). V lutkah namreč spijo mnoge zgodbe, samo prebuditi jih je treba (Bastašić, 1998). Renfo in Hunt (1982) navajata, da ob lutki lahko pripovedujemo zgodbo, se učimo pesem, interpretiramo poezijo. S pripovedovanjem prav tako motiviramo otroka, saj ko zgodbo pripoveduje junak v prvi osebi, doživimo popolnoma drugačen zorni kot zgodbe, spremeni se čas dogajanja. Otroci se med pripovedovanjem z lutko vživijo v lutkovne junake in močneje doživljajo like v zgodbi. Lutka otrokom ponuja možnost kreativne interpretacije in s svojo barvo, z dimenzijami, gibanjem in obliko obogati literarno doživetje. Štefan (2003) je zapisala, da pripovedovanje pozitivno vpliva na otrokov razvoj. Pripovedovanje je naravna pot, po kateri popeljemo otroke v čudovit svet. Z njim lahko vplivamo na oblikovanje njihovega elementarnega estetskega okusa. Otrokom lahko pripovedovanje pomaga ceniti različne kulture, ob tem pa tudi preučiti in spoštovati lastno kulturno dediščino. Če se otroci zabavajo, so bolj motivirani in pripravljeni za še več učenja, kar pripovedovanje zgodb nedvomno je, saj jih to vznemirja in zabava. S tem se širi otrokov domišljijski svet. Med pripovedovanjem krepimo otrokovo sposobnost poslušanja in koncentracije. Razčlenimo teme, ki jih je težko razumeti. Z ustvarjalnim odnosom in pristopom jih naredimo dostopnejše. Krepijo se sposobnost dojemanja jezikovnega sporočila, otrokov besedni zaklad in njegova sposobnost jezikovnega izražanja.

Lutkovni kotiček v vrtcu

Korošec (2002) opozarja, da bi za spontano igro v vrtcu morala vsaka igralnica v vrtcu imeti lutkovni kotiček, kjer bi se otroci lahko igrali svoje igre z lutkami. Še vedno se dogaja, da so lutke pospravljene ali

razstavljene na policah, da se ne bi poškodovale. V trenutku, ko otrok nima možnosti igranja z lutko, je izgubila smisel in namen. Lutka živi v roki otroka, zato bi morale biti dostopne v vsakem lutkovnem kotičku. Za kakovostno igro potrebujejo otroci ustrezno opremljen prostor. Prav je, da v lutkovnem kotičku tudi izbor nestrukturiranega materiala, ki bo otroke spodbudil k izdelavi lastne preproste lutke. Če je različni odpadni material otrokom pri roki, bodo otroci segli po njem in izdelali lutko. Pri tem ni pomemben lutkin izgled, temveč kaj otrok čuti do te lutke. Novak (2003) je zapisal, da je pomembno, da lutkovni kotiček pritegne otrokovo pozornost. Skupaj z otroki uredimo lutkovni kotiček in upoštevamo njihove predloge, ki jih obravnavamo posamezno. Tako se otroci naučijo oblikovati pobude s končnim ciljem. S pravilno motivacijo otrok nastane projekt ureditev lutkovnega kotička v vrtcu. Paziti moramo, da bo ustrezna priprava otrok na vključevanje v proces nastajanja idej. Hunt (1982) ugotavlja, da lahko pri uvajanju lutkovnega kotička v prvih dneh pride do zmede. Zato je kot vzgojitelj smiselno preživeti dodatni čas v bližini lutkovnega kotička ob njegovem nastanku in otrokom pomagati, da se prilagodijo. Sčasoma se bodo otroci navadili na lutke in na lutkovni kotiček, ter se bodo tudi sprostili. Za lutkovni kotiček so dobrodošli predlogi s strani otrok, tako bo lutkovni kotiček zaživel. Da v lutkovnem kotičku ne bo nepotrebne gneče, lahko postavimo omejitev, ki omejuje številom otrok, ki uporablja kotiček za lutke. Običajno dobro sodelujejo v igri v lutkovnem kotičku največ štirje otroci. V prvih dneh se vidijo rezultati pri uvajanju z lutkami. Kotiček bo postal prostor, kjer otroška domišljija sproži dramatične igrane improvizacije z zgodbami, ki imajo osebni pomen. Ko bo čas tekel, z malo truda in skoraj brez posredovanja vzgojitelja, bodo otroci lahko svoje lutkovne like prepletali v pustolovščine najgloblje domišljije in zabave.

Primeri dobre prakse z lutko kot z nepogrešljivo pomočnico v izobraževalnem procesu

Če bi me vprašali, kaj je moja najljubša stvar v vrtcu, bi v en glas odgovorila, da zagotovo lutka. Ne predstavljam si jutranjega kroga brez nje. Lutka je naša stalnica, naša rutina.

Izdelava potujočega gledališča

Spoznamo pravila bontona ravnanja z lutkami. Otroci so izredno navdušeni in se želijo igrati z njimi. Pozorno poslušajo in sodelujejo v pogovoru. Koncentracija je na vrhuncu, ker jih tema zelo zanima, lutke jim predstavljajo nekaj novega, dinamičnega, magičnega. Nato otroke povprašamo, kako bi lahko lutke selili sem ter tja in skupaj dobimo nekaj idej. Pridemo do rešitve, da bi naredili potujoče gledališče. Otroke povabimo za mizo, kjer jim pri ustvarjanju pomagamo, če presodimo, da je to potrebno, drugače pustimo domišljiji prosto pot. Potrebujejo le malo pomoči pri lepljenju podlage. S skupnimi močmi izdelamo potujoče gledališče (Slika 1). Nato otroci pazljivo zlagajo lutke v potujoče gledališče, ostala skupina pa improvizira s preostalimi prstnimi lutkami. Ko se epidemiološke

razmere malo umirijo, lahko otroci potujoče gledališče nesejo domov in svojim staršem priredijo lutkovno predstavo, ki jo potem v vrtcu opišejo svojim prijateljem.

Slika 1: Izdelava potujočega gledališča
Vir: Lasten

Pripovedovanje zgodbe z lutko

Najprej smo otroke povabili, da prisluhnejo Pravljici o sivem volku (Slika 2). Pogovorili smo se o tem, kje volk prebiva, kakšne barve je in s čim se prehranjuje. Veliko otrok še ni videlo volka v živalskem vrtu, vendar se ga spominjajo iz Rdeče kapice, Treh prašičkov. Nato smo otroke povabili, da vzamejo vsak svojo blazino, in skupaj odšli na igrišče. S pomočjo lutke smo jim predstavili slikanico Pravljice o volku, ki je želel spremeniti barvo. Otroci so zelo pozorno poslušali. Lutka jih je še dodatno motivirala. Ko smo končali, smo skupaj obnovili zgodbo, nato pa je vsak otrok imel možnost preizkusiti lutko volka in pripovedovati pravljico. Zgodbe so bile različne. Nekateri so obnovili celotno pravljico, drugi so jo močno skrajšali ali pa so pripovedovali izmišljeno besedilo, ki ni imelo povezave s prebrano pravljico. Namen je bil, da se pripoveduje, pri čemer jih lutka dodatno motivira. Nato smo otroke povabili v notranje prostore, kjer je vsak izdelal svojo lutko, in sicer iz plute in blaga, druga skupina pa je s temperami narisala svoj najljubši izsek iz slikanice. Vendar to ni samo pravljica o Sivem volku. Če želim pridobiti otrokovo pozornost, vzamem lutko v roke, postanem malo norčava in jih povabim v medvedovo dnevno sobo, kjer jim s pomočjo kostuma medveda in ostalih lutk pripovedujem zgodbo o Lačnem medvedu. Otroci neizmerno uživajo, da v jutranji krog vnesemo lahke spremembe.

Slika 2: Pripovedovanje zgodbe z lutko
Vir: Lasten

Izdelovanje in postavljanje stalnega lutkovnega kotička

Že od nekdaj si želim v svoji igralnici stalen lutkovni kotiček. Ne samo da me moti, zelo sem žalostna, da vzgojiteljice lutke shranjujejo na

visoko polico in jih skrbi, da jih otroci ne bi uničili. Zdi se mi primerno, da so lutke z otrokom že od malega. Če so mu na voljo, se bo z njimi zaigral. Vemo, da je vedno problem prostorska stiska, a ponosna sem, da mi je uspelo raztegniti lutkovni kotiček in v igralnico vnesti prijetno klimo, ki jo otroci doživljajo ob igri z lutko, njihovo prijateljico (Slika 3). Vključili smo otroke. Od ideje do izvedbe so mi držali steber in pomagali. Iz moss gume so izrezali črke, upoštevali smo njihove ideje in mnenje, na voljo smo dali tako prstne kot ročne lutke, lutke na palici in pa odpadni material, iz katerih si lahko otroci lutko poljubno tudi izdelajo. Lutkovni kotiček ima tudi mizo, kjer lahko sedijo in z lutko pripovedujejo. Scena je tako miza kot otroška hiška. Otroci so me naučili, da s sceno ni za komplicirati, včasih si jo samo predstavljamo.

Slika 3: Lutkovni kotiček
Vir: Lasten

Petje, ples in utrjevanje deklamacij z lutko

Že od nekdaj se poslužujemo ponavljanja deklamacij z lutko, še nikoli pa nismo utrjevali petja in plesa s pomočjo lutke. To je tako zame kot za mojo skupino nekaj novega in moramo zapisati, da je prišlo spontano in se je izkazalo za zelo dobro prakso. Otroci so s pomočjo lutke lažje zapeli pesmico in predvsem jim je lutka dala neko zatočišče pred javnim nastopanjem, izgubil se je ves sram, tokrat ni nastopal otrok, nastopala je lutka, zato so besede in rime kar letele iz ust. Kot gledalec pri utrjevanju pesmi, deklamacij in plesa sem se izredno zabavala, saj sem se zavedala, da so prav otroci tisti, ki so dali pobudo in potrebo po tako vrstnem utrjevanju, zato se mi je utrnila ideja, da bomo naslednjič pri nastopu staršev uporabili lutko in nastop bo še boljši, mogočnejši, saj bomo s pomočjo lutke iz otrok potegnili najboljše (Slika 4). Prav tako pa sem začela lutko uporabljati pri dejavnosti, kjer je potrebno otroke seznaniti z novo pesmijo.

Slika 4: Pripovedovanje z lutkami
Vir: Lasten

V uvodnem delu sem v pralni stroj dala nekaj lutk, nato sem poklicala otroke, da so si izžrebali eno lutko in nato sem razdelila otroke v tri skupine, ki so bile seveda s istimi možnostim. Nato sem jih povabila, da so pripovedovali z lutkami (Slika 5). Udobno smo se namestili na stol in se prepustili doživljajskem svetu.

Slika 5: Pripovedovanje z lutkami
Vir: Lasten

Izdelovanje lutk

Najprej smo otrokom pokazali velikega volka – lutko na palici. Ob tem smo jih želeli seznaniti, da ne poznamo le prstnih lutk, ampak obstaja še veliko drugih vrst lutk. Otroci so navedli ročne lutke. Predstavili smo jim tudi marionete in senčne lutke. Nato smo otroke povabili, da sami izdelajo poljubne lutke na palici. Nastale so vse mogoče kombinacije, od metuljčkov do hiš. In vse te različne lutke so oživele, ko so jih otroci vzeli v roke in zaigrali lutkovno predstavo. Z velikim zanimanjem smo spremljali improvizacijo. Nato smo se zamenjali, da so priredili predstavo še otroci, ki so bili do takrat gledalci v gledališču, in sicer so ti uprizorili predstavo s poljubnimi lutkami iz lutkovnega potujočega gledališča in lutkovnega kotička (Slika 6). Nastalo je veliko različnih lutk in nešteto različnih zgodb. Otroci so zelo uživali, prav tako pa tudi gledalci. Takšnih dogodkov, kjer otroci izdelujejo lutke, je v našem vrtcu vedno več. Na voljo imajo materiale iz moss gumija, blaga, papirja, slamice, odpadni material in pa razne palice. Lutka je primerna starostni skupini, ki jo izdeluje, na koncu pa je pomembno le, kako jo vidi otrok in da jo oživi.

Slika 6: Izdelava ploskih lutk in improvizacija
Vir: Lasten

Učenje deklamacij z lutko

Otrokom smo predstavili deklamacijo Zajec in goba, Medved in Ježek, Napis in pri tem uporabili lutko kot motivacijsko sredstvo. Menimo, da so otroci s pomočjo lutke lažje usvojili deklamacijo. Ko smo jo utrjevali, je otrok lahko prijel lutko v roko, pomagala mu je pri izgovorjavi, bodisi je zaslužna za bolj samozavesten nastop bodisi je pomagala premagovati tremo. Preden pa začnemo kakršnokoli seznanitev z novo deklamacijo, pa naredimo še vaje za artikulacijo, kjer seveda lutka tudi sodeluje.

Slika 7: Lutkovna predstava v igralnici, zunaj, na sprehodu
Vir: Lasten

Ni ga dne, ko bi mi bilo težko improvizirat, ko bi mi bilo težko igrati otrokom v lutkovni predstavi. Menim, da je to vse preveč ponavljajoči vzorec, da se vzgojitelji ne lotijo lutkovne predstave. Če pa se jo, je v veselem decembru ali ob kakšnem posebnem prazniku. Zato z veseljem ploskamo vsem tistim, ki se jo poslužujete, kajti lutkovna predstava je dober uvod in dobro motivacijsko sredstvo za otroke, ko enkrat zamenjaš mesti in se spremeniš v gledalca, včasih kar ne moreš verjeti ušesom, kako so otroci napredovali v govornih

sposobnostih. Je pa presenečenje za otroke, ko jih na sprehodu ali v gozdu iz mojega žepa pokuka lutka in jih lepo pozdravi ter jih kaj novega nauči. Učinek je precej učinkovitejši, če bi jim povedala jaz. Točno se bodo spomnili, kaj in na katerem mestu jim je lutka to povedala. Pozornost pa pritegnemo tudi s sceno, tokratna scena je bila živa meja (Slika 8).

Slika 8: Lutkovna predstava
Vir: Lasten

ZAKLJUČEK

Menimo, da bi lutke moral uporabljati vsak vzgojitelj. Skozi članek smo ugotavljali, kako lutka vpliva na otrokov razvoj in ga pospeši. Ugotovili smo, da je lutka nepogrešljiva pomočnica v izobraževalnem procesu. Vzgojitelji so v prvi vrsti tisti, ki jih mora lutka prepričati, da jo bodo uporabljali pri delu in bodo to ljubezen do lutk prenesli na otroke. V samem oddelku bi se uporaba lutk prav tako povečala s stalnim lutkovnim kotičkom, z uporabo lutke ljubljenke, ki bi otrokom pomagala rešiti kakšno težavo ali jih naučila novo pesem. Skratka, lutka bi tako rekoč postala vzgojiteljeva pomočnica.

Viri in literatura

1. Hunt, T., in Rentro, N. (1982). *Puppetry in Early Childhood Education*. Austin.Texas: Nancy Renfro Studios.
2. Korošec, H. (2002) Neverbalna komunikacija in lutka. V: Korošec, H., Majaron, E. (ur.). *Lutka iz vrtca v šolo.* Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
3. Korošec, H., in Majaron, E. (2002). *Lutka iz vrtca v šolo*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
4. Majaron, E. (2000). Lutka – idealna povezava didaktičnih smotrov. V: *Lutka, revija za lutkovno kulturo*, št. 56. Ljubljana: Zveza kulturnih organizacij Slovenije.
5. Majaron, E. (2010). *Lutke, didaktični smotri.* Pridobljeno s http://www.pef.uni-lj.si/-vilic/gradiva/3-lutke-didakticni-smotri.doc
6. Miličinski, J. (1985). *Lutkovne igrice*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.
7. Novak, H. in Žužej, J. Zmaga Glogovec, V. (2010). *Projektno delo kot učni model v vrtcih in osnovnih šolah.* Radovljica: Didakta.
8. Štefan, A. (2003). Pripovedovanje danes. V: M. Blatnik Mohar (ur.). *Beremo skupaj: Priročnik za spodbujanje branja* (str. 15–19). Ljubljana: Mladinska knjiga.
9. Varl, B. (1998). *Igrajmo se z lutkami.* Celovec Dunaj Ljubljana: Mohorjeva družba.
10. Vogelnik, E. (2012). *Odrske pripovedke*. Ljubljana: Modrijan.
11. Zorec, D. (2010). *Preproste lutke.* Grosuplje: Knjigca.

Z gibanjem do branja in pisanja v italijanščini kot tujem jeziku

MIRANDA MAJCAN RAJKOVIĆ, *prof. italijanščine*
miranda.majcan@guest.arnes.si

Povzetek: Slovenski in italijanski glasovni in pisni sistem se razlikujeta, zato usvajanje branja in pisanja v italijanščini predstavlja dijakom, ki se tega jezika prvič, učijo, velik izziv. V prispevku so predstavljeni primeri dejavnosti dijakov, ki vključujejo elemente gibanja in igre, preko katerih so se učili brati in pisati v italijanščini. V aktivnostih so sodelovali dijaki prvega letnika srednjega strokovnega izobraževanja programa Predšolska vzgoja, za katere je italijanščina tuj jezik in so tako rekoč popolni začetniki. Med temi je peščica takih, ki so delni začetniki in so se italijanščine učili v zadnji triadi osnovne šole v okviru izbirnega predmeta, in dijaki, ki so obiskovali pouk drugega jezika na narodno mešanem območju Slovenske Istre, vendar imajo slabše predznanje, ker se italijanščine niso učili vseh devet let.

Ključne besede: italijanščina, mladostniki, praktični primeri, učenje skozi gibanje

Abstract: The Slovenian and Italian phonetic and written systems differ, so accepting reading and writing in Italian is a great challenge for first-time students. The article presents examples of students' activities that include elements of movement and play through which they learned to read and write in Italian. The activities were attended by first-year students of the secondary educational program Preschool Education, complete beginners, for whom Italian is a foreign language. Among these are a handful of those who are partial beginners and learned Italian in the last triad of primary school as an optional subject and students who attended second language classes in the national mixed area of Slovenian Istria, but have poorer prior knowledge because they did not learn Italian all nine years.

Key words: Italian, adolescents, practical examples, learning through movement

UVOD

Dijaki se morajo naučiti brati in pisati v italijanskem pisnem sistemu, ki je zahtevnejši od slovenskega. Če v slovenščini vsak zapisan soglasnik ali samoglasnik ustreza točno določenemu glasu, v italijanščini ni vedno tako. Italijanska abeceda ne pozna črk č, ž, š, pozna pa še 5 črk, ki pripadajo tujim jezikom in jih Italijani uporabljajo, kadar citirajo tujke: j, k, w, x in y. Dijakom povzroča največ preglavic branje in zapisovanje besed, v katerih se pojavljata črki g in c. Oglejmo si primer za črko c. Pred samoglasnikoma e in i se izgovarja kot [č], medtem ko se izgovarja kot [k] pred vsemi ostalimi črkami in če je pred zgornjima samoglasnikoma vrinjen h. Za ilustracijo navedenega navajam nekaj primerov:

- cena, cipolla, pulcino, cimice [čena, čipola, pulčino, čimiče],
- capra, comodino, curva, chilo, lumache [kapra, komodino, kurva, kilo, lumake].

Usvojiti pravila italijanskega pravopisa in pravorečja ni mačji kašelj. Želela sem ustvariti učne situacije, ki omogočajo učinkovito učenje in trajnejše znanje, saj so te veščine nekakšna odskočna deska za nadaljnje dejavnosti namenjene razvijanju slušnega in bralnega razumevanja ter govornega in pisnega sporazumevanja in sporočanja oziroma razvijanju celostne sporazumevalne zmožnosti v italijanščini. To je možno doseči le v sproščenem okolju, kjer dijaki med seboj sodelujejo, se spodbujajo, si pomagajo in se učijo drug od drugega. Za dosego tega sem v pouk vključila aktivne metode, in sicer metodo učenja skozi gibanje in igro.

Učenje tujega jezika skozi gibanje

Naše telo potrebuje gibanje. Starši, učitelji in vsa strokovna srenja, ki se ukvarja z mladostniki, ugotavlja, da več svojega časa namenjajo izgradnji svoje podobe in socialnim omrežjem kot gibanju. Večurna prikovanost na šolske klopi, nato pa še v prostem času za zasloni moderne tehnologije, vpliva na njihovo psihofizično počutje, kar se manifestira kot pomanjkanje energije, utrujenost, brezvoljnost … Zaradi vsega navedenega je potrebno tudi v pouk srednjih šol vpletati gibalne aktivnosti.

Z izrazom gibalne aktivnosti označujemo gibanje med poukom, ko s pomočjo gibov pouk popestrimo in se preko teh učimo različnih predmetnih področij. Tovrstno aktivnost je potrebno spodbujati med delom, doma, v šoli in v prostem času, saj je pomembna za usvajanje temeljnih gibalnih znanj, preprečevanje pojava debelosti in bolezni srca ter vzdrževanje zmerne telesne teže. Gibalna aktivnost je širši pojem od športne aktivnosti, saj gre pri slednji za nadzorovano, strukturirano in sestavljeno gibalno aktivnost, s katero želimo ohraniti ali razvijati motorično učinkovitost za doseganje športnega rezultata (Plevnik in Pišot v Šket, 2018, str.7).

Zurc (2008, str. 4) nas spomni, da so že Platon, Locke, Comenius, Rosseau, Pestalozzi, Montessori, Dewey in Piaget verjeli, da je gibalna aktivnost osnova intelektualnemu razvoju in da je zato učenje določenih simbolnih pojmov uspešnejše, če vključuje njene elemente. Sodobne raziskave so pokazale, da gibanje neposredno vpliva tudi na socialni in čustveni razvoj. Zarnik Horvat (2013) navaja, da gibanje izboljšuje koncentracijo, vpliva na nastajanje novih, ustvarjalnih in nenavadnih idej, motivira za nadaljnje delo in projekte in daje občutek izpolnjenosti, uspeha, saj se med gibanjem sproščajo endorfini – hormoni sreče.

Čoh (b. l.) ugotavlja, da otroci pogosto doživljajo akutni stres v šolskem okolju. Od njih se pričakuje pomnjenje in ponavljanje velikega števila podatkov, ki jih morajo na koncu pokazati. Ta reproduktivni način učenja je v popolnem nasprotju s funkcionalnim delovanjem možganov. Možgani delujejo na principu asociacij, primerjav in slikovnega pomnjenja. Slovenska šola je šele v zadnjem času začela uvajati interaktivni pouk in asociativno učenje, ki zagotavlja funkcionalno znanje oziroma funkcionalno pismenost, pomembno za učinkovito razumevanje besedil, za uporabo pridobljenih informacij v vsakdanjem življenju in za prepoznavanje bistvenih zakonitosti. Černe (b. l.) poudarja korelacijo med gibanjem na svežem zraku in učinkovitim učenjem, kar vpliva na sproščanje serotonina, ta pa aktivira motorični korteks, zaradi katerega smo sproščeni. Gibanje med in po učenju deluje na razumevanje in pomnjenje informacij. Za hitrejše učenje in trajnejšo zapomnitev učne snovi predlaga aktivnosti, ki otroka sproščajo in veselijo. Vključevanje zanimivosti v učno snov in uporaba ustreznih preferenčnih zaznavnih kanalov (vid, sluh, kinestetika) po njenem mnenju dvigujejo učno motivacijo in radovednost, vplivajo na lažje sprejemanje, obdelovanje ter pomnjenje učne snovi.

Poznamo različne vrste gibalnih iger, preko katerih otroci urijo svoje gibalne sposobnosti in spretnosti. Kavčičeva (Kavčič v Janežič, 2017, str. 24–25) loči več vrst gibalnih aktivnosti za učenje matematike, za katere pravi, da se prirejene lahko uporabljajo tudi pri ostalih predmetih, kot so slovenščina, spoznavanje okolja in tuj jezik. Prvi sklop predstavljajo gibalne igre z navodili, kjer se prostočasnim otroškim igram prilagodijo pravila in se jih nato postavi v matematični okvir. Drugi sklop predstavljajo gibalno-ustvarjalne igre, pri katerih učenci individualno ali v skupinah z deli telesa ali s celim telesom uprizorijo števila, računske operacije, geometrijske in druge matematične oblike. Tretji sklop so plesno-ritmične igre ob glasbi, kjer prevladuje svobodno gibanje in gibanje po določenih vzorcih, ki se jim doda matematične naloge. Naloge otroci rešujejo med plesom ali premorom med dvema cikloma. Četrti sklop so aritmetične gibalne igre, po kateri učenci skačejo po številčni vrsti, ki jo učitelj predhodno nariše na tla. Za gibalne igre je značilno sodelovanje, saj se morajo učenci stalno dogovarjati o pravilih in izvedbi igre. Učenci se tako znajdejo v situacijah, v katerih se želijo izkazati. Ob igri

spontano pridobivajo znanje, sprejemajo in upoštevajo pravila ter se učijo zmagovati in izgubljati (Videmšek, Drašler, Pišot in Karpljuk v Ržišnik, 2003, str. 20).

Zakaj uporabiti gibanje in igro kot metodo učenja tudi pri mladostnikih? Odgovor na to vprašanje nam poda Timoty Burns (2011), ki pravi, da so najstniki miselno veliko bolj podobni otrokom kot odraslim in da se nekateri deli možganov do konca razvijejo šele sredi dvajsetih let. Dodaja še, da bi morali učitelji pri pouku upoštevati, da možgani nenehno preklapljajo med obdobji koncentracije in budnosti ter obdobji počitka oziroma izklopa. To počno na vsakih 90 do 120 minut. Zaradi te značilnosti v delovanju možganov je pomembno, da učitelj kombinira dejavnosti, ki zahtevajo različno stopnjo koncentracije. Kako naj bi potekal pouk, ponazori s primerom: obdobju spoznavanja nove učne snovi, sledi obdobje, med katerim učenci naučeno narišejo, tiho berejo, se pogovarjajo. Na tak način se informacije v glavah povezujejo in utrjujejo.

Predstavitev praktičnih primerov

Želja vsakega učitelja je motivirati dijake, da bi z veseljem opravili načrtovane aktivnosti in s tem avtomatizirali tehniko branja v tujem jeziku. Posledično bi to pomenilo izboljšanje dijakove bralne učinkovitosti, kar prispeva k dvigu bralne samozavesti in boljšemu bralnem razumevanju, kar je za učenje jezika še kako pomembno. Pouk načrtujem po načelih vzvratnega načrtovanja, kar pomeni, da izhajam iz učnih ciljev in standardov. Na podlagi teh izberem učne vsebine in dejavnosti, ki jih z ustreznimi učnimi pristopi posredujem dijakom. Pri izvajanju gibalnih dejavnosti sem predvsem v vlogi animatorja in moderatorja. V naslednjem delu prispevka bom opisala nekaj praktičnih primerov učenja branja in pisanja v italijanščini skozi gibanje in igro, ki so se izkazali za uspešne. Gibalne aktivnosti vključujejo individualne igre, igre v dvojicah in skupinske igre. Glede na Kavčičevo klasifikacijo gibalnih iger sem izbrala gibalne igre z navodili, kjer sem prostočasnim otroškim igram prilagodila pravila. Prikazane dejavnosti so potekale na šolskem dvorišču, a prilagojeno bi jih lahko izvajali tudi v učilnici.

Povezovanje črk z glasovi

Cilj predstavljene igre je iskanje ustrezne izgovorjave danim soglasniškim sklopom.

Priprava in pripomočki: vsakemu dijaku damo tri plastificirane kartice. Na šolskem dvorišču na tlakovce zapišemo soglasniške sklope (ca, co, cu, ci, ce, chi, che, cia, cio, ciu, ga, go, gu, ge, gi, ghe, ghi, gia, gio, giu), poleg teh pa še izgovorjavo v slovenščini, npr. gia - [dža].

Potek dejavnosti: dijaki se prosto gibajo po prostoru in zapisani besedi na plastificiranem kartončku poiščejo ustrezen zapis. Ko ga najdejo, besedo preberejo na glas.

Slika 1: Povezovanje črk z glasovi
Vir: Lasten

Slika 2: Plastificirani kartončki za branje
Vir: Lasten

Postavi črke v pravilni vrstni red

Cilja igre sta pozorno poslušanje in členjenje besed na črke.

Priprava in pripomočki: vsakemu dijaku damo 2 lista, na katerih je zapisana črka italijanske abecede. Prostovoljec izžreba plastificiran kartonček, na katerem so zapisane besede in jih prebere na glas.

Potek dejavnosti: Sošolci pozorno poslušajo, nato besedo »napišejo«, tako da liste s črkami postavijo v pravilno zaporedje. Ko so vsi listi razvrščeni, bralec preveri, če so se pravilno razvrstili. V primeru, da se pojavi dvom o neki razvrstitvi, si pomagajo z zapisi na tleh.

Slika 3: Postavi črke v pravilni vrstni red
Vir: Lasten

Skačem po abecedi

Cilja igre so pozorno poslušanje in utrjevanje.

Priprava in pripomočki: na tlakovce šolskega dvorišča zapišemo italijansko abecedo. Dijaki se razdelijo v dve skupini. Označimo štartno črto.

Potek dejavnosti: Učitelj prebere besedo na glas, prvi dijak v koloni na znak steče do abecede in s skakanjem po črkah »zapiše« besedo. Dijakom dovolimo, da se v primeru dvoma posvetuje s člani svoje skupine. Ko pravilno »odskačejo«, steče v svojo kolono in z dotikom naslednjemu dijaku omogoči njegov start.

Slika 4: Zapis abecede; Vir: Lasten

Slika 5: Skačem po abecedi; Vir: Lasten

Telefonček

Cilji igre so pozorno poslušanje, hitro reagiranje, urjenje besedišča in utrjevanje.

Priprava in pripomočki: plastificirani kartončki z besedami. Dijaki se postavijo v vrsto.

Potek dejavnosti: Prvi dijak si izbere neko besedo in jo zašepeta desnemu sosedu na uho. Ko pridejo do konca, zadnji na glas pove, katera beseda je prišla do njega in jo zapiše na tla. Dijak, ki je besedo prebral preveri, ali je pravilno zapisana.

Slika 6: Telefonček; Vir: Lasten

Hitrogovorjenke

Cilja igre sta pozorno poslušanje in urjenje izgovorjave besed.

Priprava in pripomočki: plastificirani kartončki z besedili. Krajša besedila so dijaki brali v parih, daljša pa vsak sam.

Potek dejavnosti: Med branjem so se dijaki gibali po prostoru. Krajša besedila je vnaprej na glas prebral dijak, sošolec je besedilo ponovili. Daljša besedila je na glas prebral vsak dijak sam.

Primeri krajših hitrogovorjenk s črko c:

1. Sopra la panca la capra campa, sotto la panca la capra crepa.
2. Caro conte chi ti canta tanto canta che t'incanta.
3. Dietro il palazzo c'è un povero cane pazzo, date un pezzo di pane al povero pazzo cane.
4. Tre stecchi secchi in tre strette tasche stanno.
5. Supercalifragilistichespiralidoso.

Primeri daljših hitrogovorjenk s črko c:

1. Ciò che è, è; ciò che non è, non è; ciò che è, non è ciò che non è; ciò che non è, non è ciò che è.
2. Mi attacchi i tacchi tu che attacchi i tacchi? Io attaccarti i tacchi a te? Attaccati te i tuoi tacchi tu che attacchi i tacchi!
3. Il cuoco cuoce in cucina e dice che la cuoca giace e tace perché sua cugina non dica che le piace cuocere in cucina col cuoco.
4. C'era una volta una cincibiriciaccola che aveva centocinquanta cincibiriciaccolini. Un giorno la cincibiriciaccola disse ai suoi

centocinquanta cincibiriciaccolini: “Smettetela di cincibiriciaccolare sempre, altrimenti un giorno non cincibiriciaccolerete più”.

Primeri krajših hitrogovorjenk s črko g:
1. Dalla doccia una chiocciola sgocciola come una gocciola.
2. Nell’anfratto della grotta trentatré gretti gatti si grattano.
3. Guglielmo coglie ghiaia dagli scogli scagliandola oltre gli scogli tra mille gorgogli.
4. Verso maggio con un paggio vo in viaggio. Non vaneggio, nè motteggio; forse è peggio!
5. Un gioioso raggio di sole, a maggio, incoraggia pure un grigio gatto randagio.

Primeri daljših hitrogovorjenk s črko g:
1. Verso maggio con un paggio vo in viaggio. Non vaneggio, nè motteggio; forse è peggio! Se mi seggo, più non reggo: mangio o leggo. Se non fuggo qui mi struggo, ma se fuggo vado al poggio e un alloggio là mi foggio, sotto un faggio, con coraggio.
2. Se mi seggo, più non reggo: mangio o leggo. Se non fuggo qui mi struggo, ma se fuggo vado al poggio e un alloggio là mi foggio, sotto un faggio, con coraggio.

Katera beseda je to?

Cilji igre so pozorno spremljanje, ugibanje, branje.

Priprava in pripomočki: zapisane besede na večjem listu. Dijaki se razdelijo v pare.

Potek dejavnosti: Dva dijaka stopita pred sošolce. Eden se obrne z obrazom proč, tako da ne vidi zapisane besede. Drugi dijak po tiho prebere besedo, ki mu jo pokaže učitelj. Zapisano besedo vidijo tudi ostali dijaki. Nato dijak s prstom po hrbtu sošolca napiše besedo, ta pa jo mora prebrati. Če je pravilno prebral, sošolci zaploskajo.

Glasno branje

Cilj: izboljšati bralne sposobnosti.

Priprava in pripomočki: knjige in revije (Azzurro, Ciao Italia in Ragazzi) v italijanskem jeziku.

Potek dejavnosti: Ker je za usvojitev italijanskega glasovnega in pisnega sistema zelo pomembna kontinuiteta, so dijaki brali na glas prvih pet minut vsako šolsko uro italijanščine še dva meseca. Med branjem so se prosto gibali po razredu. Dijaki so brali različna gradiva in sami so izbirali med italijanskimi knjigami ali revijami. Pri tej dejavnosti je učiteljeva naloga spremljanje glasnega branja in vpogled na močna in šibka področja dijakovega branja.

Slika 7: Glasno branje
Vir: Lasten

ZAKLJUČEK

Zagotovo je učenje z metodo gibanja in igre zabavno, sproščeno, dinamično, zanimivo in učinkovito v primerjavi s klasičnim poučevanjem, pri katerem prevladuje frontalna učna oblika in kjer je učitelj usmerjen v posredovanje učne snovi. Učenje z gibanjem prispeva tudi k boljši razredni klimi, saj se dijaki medsebojno povežejo in sodelujejo. Učinki takega učenja so se nedvomno pokazali tudi pri predstavljeni učni uri. Poleg tega, da so se dijaki hitreje, lažje in bolj spontano učili, so v eni šolski uri usvojili več pravopisnih in pravorečnih pravil kot pri »klasični uri«, kjer pravila posreduje učitelj.

Zemljak Jontes in Bednjički Rošer (2020, str. 137) menita, da je potrebno v predšolskem in 1. VIO urjenje glasov, razvijanje fonološkega zavedanja in natančnost izgovora prepletati z igro, s petjem, z risanjem, lutkami, gibanjem in s plesom, da se izognemo napornemu in dolgočasnemu urjenju in ponavljanju, ki lahko otrokovo/učenčevo zanimanje za tuji jezik odvrne. Strinjam se z njima in menim, da je zgoraj omenjene dejavnosti potrebno ustrezno prilagoditi starosti in sposobnostim in da bi morale le-te postati dobrodošla praksa tudi v srednjih šolah. Ker pri učenju tujega jezika dijaki tako rekoč berejo vsako uro na glas ali tiho, so te veščine izrednega pomena za boljšo bralno zmožnost dijakov v tujem jeziku. Dosedanje izkušnje so pokazale, da dijaki radi sodelujejo pri dejavnostih z gibanjem, igro, sodelovanjem in tekmovanjem. Na tak način pridobljeno znanje je trajnejše in uporabnejše. Priložnosti za izvajanje gibalnih aktivnosti v učnem procesu je veliko. Od učiteljeve ustvarjalnosti in iznajdljivosti je odvisno, katero gibalno dejavnost bo pripravil in kaj želi z njo doseči. Osebne izkušnje so potrdile, da tovrstno učenje daje boljše učne dosežke, zato gibalne dejavnosti uporabljam v različnih fazah pouka – za aktivacijo predznanja, uvajanje in utrjevanje učne snovi ter preverjanje znanja. Implementacija novih pedagoških pristopov v učni proces dviguje kvaliteto pedagoškega dela in posledično bogati delo in življenje šole. To pa bi moral postati cilj vsake sodobne šole.

Viri in literatura

1. Burns, T., in Ivelja, R. (2011). *Možgani so mišica, ki jo je treba krepiti.* Pridobljeno s https://www.dnevnik.si/1042436769/objektiv-nova/intervjuji/1042436769
2. Černe, T. (b. l.). *Možgani in učinkovito učenje*. Pridobljeno s https://shop.lupinica.si/si/content/29-mozgani-in-ucinkovito-ucenje
3. Čoh, M. (b. l.). *Ali gibanje vpliva na intelektualni razvoj otroka?* Pridobljeno s https://triminute.si/gibanje-vpliva-na-intelektualni-razvoj-otroka/
4. Janežič, T. (2017). *Značilnosti gibanja pri učencih drugega razreda ob integraciji ustvarjalnega giba v učne ure* (magistrsko delo). Pedagoška fakulteta, Ljubljana.
5. Ržišnik, A. (2011). *Ustvarjalni gib pri učenju in poučevanju tujega jezika v osnovni šoli* (diplomsko delo). Pedagoška fakulteta, Ljubljana.
6. Šket, U. (2018). *Vpliv poučevanja z gibanjem na znanje učencev – pedagoški eksperiment v 1.razredu osnovne šole* (magistrsko delo). Pedagoška fakulteta, Maribor.
7. Zarnik Horvat, A. (2013). *Vpliv fizične aktivnosti na psihično zdravje*. Pridobljeno s https://www.aktivni.si/psihologija/fizicna-aktivnost-in-psihicno-zdravje/
8. Zemljak Jontes, M., in Bednjički Rošer, B. (2020). 4. Gradnik*: Glasovno zavedanje.* V D. Haramija, Gradniki bralne pismenosti (str. 107–136). Univerza v Mariboru. Pridobljeno s https://press.um.si/index.php/ump/catalog/book/515
9. Zurc, J. (2008). Vloga otrokove gibalne aktivnosti kot dejavnika šolske uspešnosti. Pridobljeno s file:///D:/Users/Uporabnik/Downloads/zurc_131-157%20(3).pdf

Pravljična joga

TINA MATANOVIĆ, *dipl. vzg.*
tina.matanovic@guest.arnes.si

Povzetek: Članek predstavlja pravljično jogo kot dobro metodo dela v vrtcu. Primerna je za otroke stare od dveh let in pol naprej. S pomočjo pravljice, pesmi, jogijskih položajev in različnih iger pozornosti in dihanja, otroci razvijajo motoriko, moč, gibljivost, natančnost in vztrajnost. Otrok se izraža s kretnjami in gibi telesa, krepi imunski sistem in izboljšuje telesno držo. Ob poslušanju pravljic razvija zmožnost domišljijske rabe jezika in poslušanja. Poistoveti se z junaki, uri nadzor nad čustvi ter krepi samozavest. Razvija ustvarjalnost in bogat domišljijski svet. Spoznava samega sebe in druge ljudi ter se seznanja z varnim in zdravim načinom življenja. Otrok spoznava, da morajo vsi ljudje sodelovati, da bi se počutili dobro. Uči se orientacije v prostoru, se srečuje s števili in še bi lahko naštevala. V drugem delu sem predstavila primer, kako avtorsko pravljico obogatimo z jogijskimi položaji in drugimi elementi joge ter tako ustvarimo pravljično jogo.

Ključne besede: otrok, pravljična joga, pravljica, gibanje, sprostitev

Abstract: In the article presents fairytale yoga as a good method of working in kindergarten. It is suitable for children aged two and a half. Through fairy tales, songs, yogic postures and various games of attention and breathing, children develop motor skills, strength, mobility, accuracy and perseverance. The child expresses himself with gestures and body movements, strengthens the immune system and improves posture. While listening to fairy tales, he develops the ability to use language and listen imaginatively. Identify with heroes, train control over emotions, and boost self-confidence. It develops creativity and a rich imaginary world. He gets to know himself and other people and gets acquainted with a safe and healthy lifestyle. The child learns that all people need to work together to feel good. She learns spatial orientation, encounters numbers, and could list more. In the second part, I presented an example of how to enrich an author's fairy tale with yogic positions and other elements of yoga and thus create a fairy-tale yoga.

Key words: child, fairy yoga, fairy tale, movement, relaxation

UVOD

Vzgojiteljice vedno znova iščemo nove in inovativne metode dela. V skupini smo imeli otroka s posebnimi potrebami, pri katerem smo opazili, da se je njegov gibalni razvoj zelo upočasnil. Med raziskavo o razvoju gibanja, o načinih, kako ga pri otrocih spodbujamo in o metodah, ki jih pri tem uporabljamo, me je pot zanesla k jogi. Iskala sem naprej in izvedela, da v tujini jogo izvajajo z otroki, da je prilagojena njihovi razvojni stopnji in ima izjemne učinke na otrokov tako gibalni kot čustveni razvoj. V skupini smo pričeli z izvajanjem preprostih jogijskih položajev, ki sem jih vpletala v preproste zgodbice, si jih izmišljevala, včasih tudi improvizirala. Med iskanjem in učenjem novih položajev na spletu sem našla gospo Urško Božič Križaj, ki bi ji lahko rekli mama pravljične joge v Sloveniji. Ona me je naučila, kaj je joga, kako si z njo lahko pomagamo in vsega o pravljični jogi. Od tega je že kar nekaj let, otrok, ki je bil vzrok, da sem jogo našla je že v šoli, a v skupini še vedno zelo pogosto s pomočjo asan potujemo v pravljični svet živali, morskih deklic, škratov, čarobnih dežel …

Joga

Joga je prastara indijska znanost in umetnost o tem, kako živeti življenje polno, kako izživeti svoj potencial in kako postati boljši človek. Beseda joga pomeni združiti, saj združuje telo, um in duha. Pomeni bolj budno zavest, ki ohranja celotno vesolje v ravnovesju (Božič Križaj, 2017).

Joga je za vsakogar. Ni vam treba biti strokovnjak, atlet ali v vrhunski telesni pripravljenosti, da bi lahko izvajali asane. V današnjem času smo v tekmi za materialni uspeh in svoje telo zanemarjamo. Povzroča nam telesne bolečine in bolezni, lahko pa tudi duševno trpljenje: manjvrednost, samoto, nemoč. Joga je večna in brezčasna. Je odgovor na neskončni stres, ki nam ga povzroča današnji čas. V življenje nam vnaša ravnovesje, pomirja um in nas vodi do popolne spokojnosti. Šele takrat lahko odkrijemo svoj pravi jaz (Iyengar, 2018).

Gradnja hiše joge

Louise Goldberg je jogo opisala s primerom gradnje hiše. Gradnjo začneš s temelji. Materiali za temelj morajo biti trdni in zelo dobri, saj boš vse gradil na njih. Ko boš nadaljeval proti vrhu, ne boš več potreboval tako močnih in zanesljivih materialov. Prvi temelj hiše joge je vaš odnos z ljudmi. Za hišo je potrebno skrbeti in jo vzdrževati. V jogi to predstavlja samozavedanje. Vsi gradbeni materiali morajo biti sestavljeni tako, da se vse ujema, od dna do vrha. Tako je hiša močna in stabilna in kljubuje vsem vremenskim vplivom. Pri jogi skrbimo za naše telo, ga urimo, da postane močno, fleksibilno in stabilno. Ogrevanje in ohlajevanje hiše pri jogi predstavlja dihanje. S procesom dihanja je naše telo napolnjeno in prečiščeno. Večina vidi samo zunanjost naše hiše. Na naše počutje pa bolj vpliva notranjost. Vračanje naše pozornosti na notranjost pri jogi pomeni koncentracijo, preusmerjanje pozornosti na kvalitete, ki so za nas

bistvenega pomena. Z uporabo vseh gradbenih materialov in z zavedanjem, da ste to vse naredili zase, lahko mirno uživate na svoji terasi. Hišo joge, katero ste zgradili z uporabo svojega uma in telesa in je takšna, kot ste si jo sami želeli imeti. To je vaš notranji dom, za katerega skrbite in katero skrbi za vas, skozi celotno življenje (Goldberg, 2017).

Joga za otroke

Otroci so naravni jogiji. Njihova telesa so prožna, dihajo globoko skozi nos, imajo dobro telesno držo in popolnoma odprt odnos do življenja. Zanima jih ta trenutek, tukaj in zdaj. Joga za otroke je prilagojena. Otroci uživajo v raztegovanju vsake, še tako drobne mišice. To uravnoveša mišičevje in ohranja telo zdravo. Jogo lahko vadimo vsi, ne glede na spol, barvo kože, versko prepričanje, prožnost … Joga za otroke je dejavnost, pri kateri se ne primerjamo, ne tekmujemo in ne presojamo.

Kaj je pravljična joga

Pravljična joga je vodena vadba z elementi joge, posebej oblikovana za otroke od približno dveh let in pol naprej. Je igra in vadba, ki upošteva vse jogijske principe. Poudarja nenasilen in spoštljiv odnos do sveta, soljudi in do samega sebe. Poudarja prisotnost v danem trenutku, predvsem pa poudarja pozitivnost. Pri pravljični jogi »zidamo svojo hišo«, kar pomeni, da je ves čas večja, se razvija, postaja vse boljša, popolnejša, bolj trdna (Božič Križaj, 2017). Otroci so nenehno izpostavljeni najsodobnejši tehnologiji, ki se je v zadnjem desetletju razmahnila. Čeprav je medijska tehnologija, kot so računalniki in mobilni telefoni, tudi znanje in vir za vse mogoče, je njihova intenzivna uporaba postala zaskrbljujoča. Zdi se, da se je telesna aktivnost uporabnikov zmanjšala, socialni stiki so okrnjeni in to pomanjkanje mobilnosti je povezano z različnimi vrstami zdravstvenih težav, kot so debelost ter težave s telesnim in duševnim zdravjem (Nanthakumar, 2017). Pravljična joga je sestavljena iz dihanja, asan, pravljice, glasbe in lahko tudi pripomočkov.

Prednosti in koristi pravljične joge

Pravljična joga izboljšuje gibalne sposobnosti. Povečuje telesno moč, prožnost, občutek za ravnotežje in koordinacijske spretnosti (Božič Križaj, 2017). Gibanje je temeljna potreba otroka. Je najpomembnejše področje v otrokovem razvoju. Če otrok to potrebo, poleg ostalih, uspešno zadovoljuje, je vesel in zadovoljen ter se razvija v celovito osebnost (Videmšek, Strah in Stančevič, 2001). Fizični del joge ponuja množico jogijskih položajev (asan), ki temeljito in sistematično poskrbijo, da se vsi deli telesa ogrejejo, okrepijo in postanejo močnejši. Telo in um sta povezana. Med njima obstaja preprosta vez, ki je dihanje. Če izdih zavestno podaljšamo in ga nadzorujemo, sprostimo telesno napetost in odpravimo najhujši stres. Tako pri pravljični jogi urimo boljše obvladovanje čustev. Ko vadimo jogo, skrbimo zase. Otroke večinoma ni potrebno motivirati za gibanje. Imajo stalno potrebo po raziskovanju svojega telesa in

okolice. Z jogo jim večamo zavedanje svojega telesa. Pravljična joga je prostor in čas, ko so otroci lahko osredotočeni na to, kaj zmorejo in ne na to, česa ne. Tako gradijo svojo samozavest. Joga izboljšuje koncentracijo, izboljšuje spanec, optimizira vse telesne procese in tako tudi prebavo.
Pravljična joga draži otroško domišljijo na otroški način. Ker živijo v točno tem trenutku, oni res postanejo drevo ali konj in to jih zelo bogati in jih spodbuja k ustvarjalnosti (Božič Križaj, 2017).

Pravljična joga v vrtcu

Z dejavnostjo pravljične joge dosegamo cilje iz vseh področij Kurikuluma za vrtce. Samo pri eni pravljici se prepletajo cilji iz področij gibanja, jezika, družbe, narave, umetnosti in matematike.
Dejavnost, ki jo izvajamo v vrtcu, je zgrajena iz uvoda, glavnega dela in zaključka. Pravljična joga je s svojimi elementi tudi sestavljena na takšen način. Rutina in rituali so za predšolskega otroka zelo pomembni. Tako dobijo občutek varnosti, saj vedo, kaj se dogaja in kaj temu sledi. Zato se trudimo, da pravljično jogo sestavimo tako, da bo struktura večinoma enaka.

Kako začnemo

Pravljično jogo začnemo v krogu, se pozdravimo, se igramo igro pozornosti in igro dihanja. Pri predšolskem otroku vsakodnevno preko dejavnosti in seveda preko rutine urimo pozornost. Pri doseganju le-tega so nam v veliko pomoč senzorne igre, kjer se otrok uči z vsemi čutili. Igre, ki se jih v tem delu lahko igramo, so npr.: prelivanje (Vsak otrok dobi lonček. V lončku vzgojiteljice je voda. Igro pričnemo tako, da vodo vzgojiteljica prelije v lonček otroku, ki sedi poleg nje. Otrok jo nato prelije sosedu in tako naprej. Vodo lahko tudi pobarvamo ali priložimo še kakšen predmet, bleščice …), luč prijateljstva (Otroci si v krogu podajajo prižgano čajno svečko), detektivi (V škatlico vzgojiteljica pripravi dišavo. To je lahko eterično olje na vati, kos sadja ali kakšne druge hrane, dišavnice, zelišča … Škatlico pokrije z robčkom ali kosom blaga. Otroci si v krogu podajajo škatlo, jo vohajo in so čisto tiho. Na koncu skupaj ugibajo, po čem diši iz škatle.), elektrika (Otroci se držijo za roke. Ko začutijo stisk roke soseda, stisk – elektriko – pošljejo naprej drugemu sosedu).

Prepričanje, da se poslušanje razvije samo od sebe, je zelo zmotno. Otroke je še kako potrebno naučiti omenjene veščine. Za zdrave odnose je dobra komunikacija zelo pomembna. Zato veliko vaj (iger) naredimo ravno za poslušanje: poslušaj (Otroci si v krogu podajajo inštrument, ki dolgo zveni. Vsak otrok zaigra na inštrument. Ko le ta odzvoni in ga otrok ne sliši več, ga poda sosedu.), ne zvoni (Otroci si v krogu podajajo zvonček tako, da ne zazvoni), tihi telefon (v krogu se usedemo po turško, zravnamo hrbet in sosed sosedu na uho zašepeta besedo, ki potuje po celem krogu.), ogledalo (otroci posnemajo ritem, ki jim ga narekuje vzgojiteljica s ploskanjem, trkanjem, … Igro lahko vodi eden izmed otrok.). Pravljično jogo nadaljujemo s pravljičnimi dihalnimi tehnikami. Otroci se dihanja še

ne zavedajo, ne ločijo med vdihom, izdihom, prostori med njima, niti jih ne znajo oziroma ne zmorejo nadzorovati. Želimo, da bi otroci dihanje ozavestili, da bi se naučili dihati globoko, sproščeno, s celim prsnim košem, da bi se naučili nekaj osnovnih dihalnih tehnik in da bi povezali globoko dihanje in sproščenost (Božič Križaj, 2017). Igre, ki se jih igramo, da bi vdih in izdih podaljševali in ju ozaveščali: kača na soncu (Otroci se uležejo na tla, na hrbet tako, da imajo glavo na sosedovem trebuhu. V takšnem položaju jih vzgojiteljica vodi, kako naj dihajo.) čebelji dih (Otroci sedijo v turškem sedu z zravnano hrbtenico. S prsti na rokah si zapremo oči in ušesa. Globoko vdihnemo in z izdihom govorimo glas m.), krog prijateljstva (Otrok eno roko položi na svoj trebuh, drugo pa na hrbet soseda v krogu. Globoko vdihnemo, dih zadržimo in ko preštejem do tri, naredimo dolg izdih.), vulkan (Sedimo v turškem sedu z zravnano hrbtenico. Dlani sklenemo na prsih. Vdihnemo in roke sklenjene dvigujemo nad glavo. Na vrhu dih zadržimo in nato glasno izdihnemo z glasom š. Izbruh vulkana nakažemo tudi z rokami.), potovanje po deželah prstov (Stegnemo dlan ene roke. Kazalec na drugi roki potuje od palca po vseh prstih navzgor, se na vrhu ustavi in nato še navzdol. Ko gremo po prstu navzgor vzdihnemo, na vrhu prsta dih zadržimo, ko potujemo navzdol izdihnemo. Prste seveda tudi poimenujemo, saj ima vsaka dežela svoje ime.). Pri dihalnih vajah si lahko pomagamo tudi s pripomočki, kot so peresa, robčki, baloni, slamice in žogice … Lahko naredimo igrače, v katere je potrebno pihati, da bi se premikale in tako otroke spodbujamo k podaljševanju vdiha in izdiha.

Slika 1: Igra dihanja
Vir: Lasten

Gibalna pravljica

Glavni del je sestavljen iz pravljice, asan – jogijskih položajev, pesmic in tudi tokrat lahko vključimo igre pozornosti in dihanja. Vzgojiteljica v pravljico, ki je že zapisana ali pravljico, ki si jo izmisli sama, vključi asane. Vsako asano posebej oživi, saj nas »začara« v živali in predmete, ki nastopajo v pravljici. Da bi otroci čim dlje ostali v jogijskem položaju, lahko uporabimo več motivacijskih načinov. Največkrat to delamo s pesmijo. To pomeni, da otroci v določenem položaju zdržijo celotno besedilo pesmi, ki jo zapojejo ali recitirajo. Da bi asano podaljšali, lahko tudi štejemo, se oglašamo kot živali, ki asano predstavljajo. Otrokom na trebuh ali hrbet postavimo kakšno igračo ali drug predmet in jih tako motiviramo k vztrajanju. Lahko se igramo, da smo v počasnem posnetku, lahko jih vzgojiteljica ali otrok boža, jim kaj šepeta na uho … Pravljico vzgojiteljica pripoveduje in

vodi tako, da otrokom pokaže položaj, če je potrebno, ga še razloži. Otroci so zelo dobri posnemalci in njihovo učenje je mnogokrat učenje preko zgleda. Vzgojitelj zato mora asane dobro poznati in jih pravilno izvajati. Otroci ga namreč popolnoma posnemajo.

Veveričin prezaposlen dan (Povzeto iz Squirrel's busy day, Bernard, L., 2013)

Nekoč je živela veverica (Postanemo veverice. Jogijski počep do tal, izteg hrbta. Počepnemo tako, da so stopala obrnjena malo na ven in da kolena gledajo v smeri stopal. Komolce naslonimo na notranji del stegen; asano podaljšujemo s pesmijo: J. Bitenc: Veverica)

Bila je jesen in veverica se je odločila, da nabere želode, da pozimi ne bo lačna. Vzela je svoj rdeči voz in se odpravila na pot.

Kmalu sreča miško: »Dobro jutro. Bi se prišla igrat v moje gnezdo?« vpraša miška. (Usedemo se na pete. Kolena so razmaknjena v širini bokov in se uležemo s čelom na tleh. Zadnjica ostane na petah. Pesem, s katero položaj podaljšujemo je: M. Voglar: Teka miška.)

»Danes ne morem, sem prezaposlena,« ji odgovori veverica in odhiti naprej.

Ni prišla daleč, ko je iz grma skočil zajec: »Pozdravljena. Bi se igrala z mano? Lahko se loviva po suhem listju,« jo je bil vesel zajec. (Turški sed, zravnana hrbtenica. Kako zajček miga z nosom? Pokažemo. Ali lahko migamo samo z nosnicama? Pokažemo. Kako pa zajček voha? Naredimo tri dolge vdihe in izdihe samo skozi nos. Zajček ima dolga ušesa. Zmasiramo oboje ušes.)

»Danes ne morem, sem prezaposlena,« mu odgovori veverica in odhiti naprej.

Veverica je nabrala že kar nekaj želodov, ko sreča sovo: »Pozdravljena, veverica, bi se igrala z mano na mojem drevesu?« vpraša sova. (Usedemo se na pete. Roki razširimo v odročenje, nato pa z njimi krilimo gor in dol. Ko imamo roki nad glavo, zadnjico dvignemo od pet, ko imamo roki ob telesu, se usedemo nazaj na pete. Oglašamo se kot sova. Preizkusimo se tudi v skovikanju s pomočjo rok.)

»Danes ne morem, sem prezaposlena« reče veverica in že hiti naprej. Sreča še medveda, ki je jedel med: »Oj, veverica, pridi, se bova skupaj sladkala,« jo je povabil. (Stojimo, sklonimo se in zgrabimo gležnje. Začnemo se premikati, kolena so ves čas iztegnjena. Asano podaljšujemo s pesmijo: J. Bitenc: Medved pleše.)

»Danes ne morem, sem prezaposlena« zavrne povabilo in odhiti naprej.

Končno je veverica z želodi do vrha napolnila svoj rdeči voz. Bil je zelo težak in ga je s težavo vlekla na vrh hriba kjer je bila njena duplina. (Joga v paru: eden izmed otrok se uleže na tla, na trebuh in dvigne celotno telo od tal. Drugi otrok prime prvega za nogi in ju dvigne. Otrok, ki je na tleh, se premika po prostoru tako, da premika roki, hodi po rokah. Otroka zamenjata vlogi.)

Nato pa tresssk. Voz je bil pretežak. Zlomil se mu je ročaj in veverici ostal v rokah, medtem ko se je voz spustil po hribu navzdol, se spotaknil od kamen in traššš, želodi so poleteli po jasi.

Živali so slišale hrup in prihitele na jaso. (Naredimo krog in se primemo za roke. Otroci predstavljajo drevesa okoli jase. Naredimo asano drevo, pri kateri eno nogo pokrčimo in damo stopalo ob stegno/koleni/stopalo tiste noge, ki je iztegnjena. Položaj podaljšamo tako, da pripovedujemo pravljico do konca. Nekje na sredini pripovedovanja nogi zamenjamo.)
»Veverica, kako si? Ali je vse v redu?« so jo vprašale. »Ne, cel dan sem nabirala želode, sedaj pa so povsod!« je bila žalostna veverica. Sova je rekla: »Mi ti bomo pomagali in ena, dva, tri bodo želodki nazaj v vozu.« To so tudi storili. Miš je našla en želod, ki je ležal pod rumenim listom. Zajec je našel dva poleg rjavih gob. Sova je za rumenim grmom našla tri želode. Medved je v visoki, zeleni travi našel štiri želode. Veverica je pobrala pet želodov, ki so se skrivali pod rdečim vozom. Vse so pobrali in veverici pomagali potiskati voz vse do njene dupline. »Oprostite, ker se danes nisem igrala z vami, vi pa ste tako prijazni.« se jim je hitela opravičevati veverica. »Zato pa imamo prijatelje« ji je rekla sova. »Prijatelji so tudi zato, da skupaj pojejo.« In skupaj so zapeli. (V krogu rajamo: Ljudska, Mi se imamo radi.)

Sprostitev

Dejavnost končamo v položaju počivalčka. Uležemo se na hrbet, roki sta na tleh, sproščeno ob telesu, oči so zaprte. Otroke na različne načine spodbujamo k sprostitvi. Lahko jim pojemo pesem na temo pravljice ali uspavanko, odvisno od tega, kako se zgodba konča, hodimo med njimi in jih božamo z roko ali s kakšno gladko tkanino. Občutek, ko te nekdo pokrije z odejo je zelo dober in sproščujoč. Tudi otrokom je zelo všeč, ko vsakega posebej pokrijem v položaju vztrajajo zelo dolgo. Kot sem že omenila, lahko otrokom na prsa položite kakšno plišasto igračo ali svečo (jaz uporabljam čajne sveče na baterije). V primeru pravljice o veveričinem prezaposlenim dnevom sem uporabila kovinski maser za masažo glave. Ko so se otroci ulegli v počivalčka in zaprli oči, sem z mirnim, tihim glasom pravljico nadaljevala, da so živali šle zadovoljne spat, vsako je obiskal pajek, ki jih je masiral. Vsakemu otroku sem z maserjem zmasirala glavo.

Slika 2: Počivalček
Vir: Lasten

ZAKLJUČEK

Jogo v vrtcu lahko uporabljamo na različne načine. Največkrat jo uporabljamo kot celoto, ki sem jo predstavila v članku. Vključimo jo v jutranji krog, in sicer s senzornimi igrami in dihalnimi vajami, tudi masažami. Igramo se igre, ki jim dodamo elemente joge. Tako se na

primer gnilo jajce igramo tako, da smo v turškem sedu in imamo zravnano hrbtenico, vsa ostala pravila ostanejo enaka. Srečanje s starši je lahko ura pravljične joge. Joga kotiček opremimo s karticami z asanami, peščenimi ali vodnimi urami, peresi, gladkim blagom … Vsa potovanja iz igralnice v vesolje, na vrt, v gozd, na morje, lahko obogatimo z jogijskimi položaji in z veliko domišljije otroke popeljemo v čarobni svet gibanja, pravljice in umetnosti.

Viri in literatura

1. Božič Križaj, U. (2017). *Pravljična joga*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
2. Iyengar, B. K. S. (2018). *Joga: Pot do holističnega zdravja*. Radovljica: Didakta.
3. Goldberg, L. (2017). *Classroom yoga breaks*. New York: W. W. Norton & Company.
4. Hagen, I., Nayar US. (2014). *Yoga for children and young people's mental health and well-being: research review and reflections on the mental health potentials of yoga.*
5. Videmšek, M., Strah, N., in Stančevič, B. (2001). *Igrajmo se skupaj.* Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
6. Božič Križaj, U. (b. d.). *Skripta za pomoč učiteljem Pravljične Joge*.
7. Bernard, L. (2013). *Squirrel's busy day*. Stafford: Qed Publishing

Front Psychiatry. Pridobljeno iz Nanthakumar, C. (2017). The benefits of yoga in children.

Tukaj je panj, a kje so čebele?

NIKA MOLK ŠTIKAVAC, *dipl. vzg.*
nika.molk@gmail.com

Povzetek: Čebele so zelo pomembne za naš planet in za ljudi. V tednu, ko poteka Tradicionalni slovenski zajtrk, sem se odločila, da bom otroke seznanila s čebelami in njihovimi pridelki. V članku predstavljam nekaj primerov dejavnosti, ki so primerne za otroke stare od 1 do 2 leti. Otrokom sem poskušala na igriv način predstaviti čebele in Tradicionalni slovenski zajtrk.

Ključne besede: čebele, zajtrk, med, tradicija

Abstract: Bees are very important to our planet and to humans. During the week of the Traditional Slovenian Breakfast I decided to introduce the children to bees and their crops. In this article I present some examples of activities that are suitable for children aged 1 to 2 years. I tried to present the bees and the Traditional Slovenian Breakfast to the children in a playful way.

Key words: bees, breakfast, honey, tradition

UVOD

Cilj projekta Tradicionalni slovenski zajtrk je, da se uživa lokalno pridelano hrano, ozaveščanje o zdravem načinu prehranjevanja. Zelo pomembno pa je tudi ozaveščanje o pomenu čebel za ljudi in o njihovih pridelkih. Otroci bi morali že v vrtcu biti seznanjeni z zdravim načinom prehranjevanja in o pomembnosti čebel za vse ljudi. Za opraševanje rastlin so najpomembnejše ravno čebele, z učinkovitim opraševanjem pa se lahko povečuje količina pridelkov, ki jih ljudje potrebujemo. Poznamo veliko različnih vrst čebel in medu, ki ga nabirajo. V oddelku otrok starih od 1 do 2 leti smo v tednu Tradicionalnega zajtrka spoznavali čebele. Z različnimi dejavnostmi smo otrokom poskušali približati čebelo.

Tradicionalni slovenski zajtrk

Tradicionalni slovenski zajtrk se je prvič izvajal leta 2011. Pobudnik projekta je Čebelarska zveza Slovenije. Namen je bil, da se otroke izobrazi o pomenu čebel in čebeljih pridelkov. Tradicionalni slovenski zajtrk vsebuje živila, ki so domačega izvora. Zajtrk je sestavljen iz kruha, medu, mleka in jabolka (Tradicionalni slovenski zajtrk, 2011). Projekt je postal v vseslovenski dogodek, izvaja se vsak tretji petek v novembru. Na dan Tradicionalnega slovenskega zajtrka se spodbuja izobraževalne ustanove, da izvedejo, dejavnosti, ki vključujejo teme o zdravi prehrani, čebelarstvu, kmetiji (Dan slovenske hrane, 2019). S projektom Tradicionalni slovenski zajtrk so želeli podpreti slovenske pridelovalce hrane in spodbujanje samooskrbe s hrano iz lokalnega okolja. Domača hrana je dostopnejša in ima višjo hranilno vrednost, ima dodanih manj aditivov. Z živili, ki jih naročamo pri lokalnih pridelovalcih, spodbujamo lokalno samooskrbo, ohranja se delovna mesta. Zmanjšuje se sproščanje toplogrednih plinov, zaradi krajšega transporta hrane (prav tam, 2019).

Slika 1: Tradicionalni slovenski zajtrk
Vir: Lasten

Čebele in njihov razvoj

Obstaja 30000 vrst čebel, ki so pomembne za opraševanje rastlin in ohranjanje biotske raznovrstnosti. Ljudje za proizvodnjo medu uporabljajo malo čebeljih vrst – mogoče 30. Čebele, ki jih uporabljajo čebelarji, so divje živali, ki pa v naravi nebi preživele (Nicola Brandbear, str. 14). Je žuželka s popolno preobrazbo, iz jajčeca se razvije v ličinko, nato v bubo in na koncu v odraslo žival. Jajčeca, ki so velika do 1, 5 mm matica izleže v celico. Razvoj v jajčecu poteka tri dni. Potem se razvije v

ličinko. Razvoj ličinke poteka pet do šest dni. V tem času ličinka do 500 krat poveča svojo težo. Razvoj se nadaljuje v bubo, ki traja različno dolgo. Pri delavki traja 21 dni, pri trotu 24 in pri matici 16 dni. Ko se razvoj zaključi, odrasla žival prileze iz satne celice (Čebelarska zveza Slovenije, 2021). Čebel, ki se uporabljajo za med, je zelo malo. V starejših učbenikih je napisano, da obstajajo štiri vrste čebel. V zadnjih letih so z raziskavami odkrili še kar nekaj novih vrst (Brandbear, str. 16). Najbolj znane medonosne čebele so: Kranjska čebela – Apis mellifera carnica, Temna ali nemška čebela – Apis mellifera mellifera, Kavkaška čebela – Apis mellifera caucasica, Italijanska čebela – Apis mellifera ligustica (Čebelarska zveza Slovenije, 2021).

Družina čebel

Čebeljo družino sestavlja matica, čebele delavke in troti. Ena sama čebela ni sposobna preživeti sama, zato so se čebele prilagodile življenju v družini, kjer ima vsaka od čebel svojo nalogo. Matica zalega jajčeca in je mama vsem čebelam v panju. Je edina prava samica v panju. Razvije se iz oplojenega jajčeca in ko je v fazi žerke jo morajo hraniti z matičnim mlečkom. Velika je do 30 mm. V 24 urah lahko položi tudi od 2000 jajčec. Čebele delavke se izležejo iz oplojenih jajčec. Telo je dolgo do 14 mm. V družini je lahko do 70000 čebel delavk. Glede na starost imajo delavke različne naloge oziroma delo, ki ga opravljajo. V starosti od 1–3 dni so čistilke, čistijo celice. Od 3 do 11 dni so krmilke, hranijo ličinke. Gradilke so v starosti od 12 do 18 dni, stražarji v starosti do 19 do 21 in na koncu delavke, starost 22–30 dni. Delavke nabirajo vodo, medičino in cvetni prah. Troti so samci, ki so pomembni za selekcijo, prenašajo dedne lastnosti na potomce. Dolgi so do 17 mm. razvijejo se iz neoplojenega jajčeca. V panju jih je lahko do 1000. Čebele jeseni izženejo trote iz panjev, da jih preko zime ni v panju (Čebelarska zveza Slovenije, 2021).

Med

Med je sladek naravni proizvod. Uporabljamo ga zaradi visoke hranljive vrednosti in vpliva na zdravje ljudi. Čebele med proizvajajo iz rastlinskih nektarjev. Sestavljen je iz nasičenih raztopin sladkorjev, prevladujeta fruktoza in glukoza. Sestava medu je precej sprejemljiva, odvisna je od cvetličnega vira. Sezonski in okoljski dejavniki tudi vplivajo na sestavo medu (NCBI, 2014).

Poznamo različne vrste medu:

- cvetlični med, ki je pridobljen iz nekterja cvetov,
- med iz mane, ki je proizveden iz izločkov žuželk,
- monoflorni med, pri katerem se čebele hranijo z eno vrsto in je poimenovan glede na rastlino,
- večcvetni med, ki ima več botaničnih virov in noben ni prevladujoč, na primer travniški med in gozdni med (NCBI, 2014).

Med je sestavljen iz 300 različnih kemijskih spojin. Največ vsebuje sladkorjev, kar od 75 do 80 % in vode od 14 do 20 %. Vsebuje tudi druge sestavine, ki pa jih je veliko manj: organske kisline, različni elementi, beljakovine, proste aminokisline, encimi, vitamini, hormon acetilholin,

barvila, flavonoidi, fenolne spojine in različne organske snovi v sledovih (Čebelarska zveza Slovenije, 2021).

Spoznavanje čebel

V tednu, ko poteka projekt Tradicionalni slovenski zajtrk, smo skupini otrok, starih od 1 do 2 leti spoznavali čebele. Dejavnosti, ki so potekale v tem tednu, so bile načrtovane glede na starost in zmožnost otrok. Čebele smo v skupini izdelovali cel teden. Za izdelavo čebel smo potrebovali papirnate krožnike, prstni barvi (črno in rumeno), bel papir, škarje, črn flomaster, lepilo, valjček in model za odtiskovanje. Dejavnost je potekala individualno, saj so otroci potrebovali pomoč. Najprej so pobarvali krožnike z rumeno barvo. Barvali so z valjčkom. Naslednji dan so otroci odtiskovali črno barvo na rumeno pobarvane krožnike. S sodelavko sva pripravili krila in oči za čebele, ki so jih otroci sami prilepili na pobarvane krožnike. S sodelavko sva izdelala čebelo, da so otroci videli kaj izdelujejo. Izdelke smo obesili v garderobo in pripravili razstavo za starše.

Slika 2: Čebele
Vir: Lasten

Pogovarjali smo se, kje čebele živijo in da nabirajo med. Med, ki ga naberejo, prinesejo v panj, kjer je tudi njihov dom. S sodelavko sva izdelali panj, da so se otroci lahko igrali s čebelami in panjem. Za izdelavo panja potrebujemo: trše tulce, pom pom kroglice (različne velikosti), pištolo za vroče lepilo, škarje, kosmateno žico.

Slika 3: Panj in čebele
Vir: Lasten

Pripravljen panj sva prilepili na steno v igralnici in dodali čebele. Otroci so se z njimi igrali in jih nosili s seboj. Igrali smo se bibarijo Tukaj je panj. Otroci so z veseljem sodelovali in se žgečkali s čebelami med seboj. Plesali in rajali smo na pesmi, na temo čebel. Igrali smo se gibalno igro Čebela in roža. Na tla igralnice smo nalepili izrezane rože, za vsakega otroka eno. Velikost rož je bila primerna, da so se otroci lahko usedli nanjo. Potem smo se spremenili v čebele in letali po travniku in po rožah nabirali med. Prebrali smo kartonko Čebela (Založba: Učila International), ki na vrtu išče cvetlice. Otroci so jo imeli v knjižnem kotičku in so jo lahko gledali kadarkoli so hoteli.

Čebela (Jelena Isak Kres)

Hej, čebela hitrokrila.
Kam, le kam si se mi skrila?

Pridi znova, pridi spet,
na prelepi ajdov cvet!

Hej čebela hitrokrila,
kje si zdaj? Se boš vrnila?

Pridi znova, pridi spet,
na prelepi ajdov cvet!

Spoznali smo novo pesem Čebela (Jelena Isak Kres), ki smo jo otrokom zaigrali na kljunasto flavto. Melodijo pesmi je napisala Tadeja Vulc. Otroci so z zanimanjem poslušali pesem, med igranjem. Po večkratnih ponovitvah so nekateri poskušali zraven zapeti melodijo pesmi tudi sami. Pesem smo vsak dan zjutraj ponovili, da so si jo otroci zapomnili.

Tradicionalni slovenski zajtrk v vrtcu

V petek zjutraj je otrokom v vrtec zajtrk pripeljala pridna čebela Maja. Pribrenčala je oddelek in vsakega otroka pobožala s krilci in pozdravila. Čebela Maja je otrokom pripravila zelo dober in zdrav zajtrk, ki se mu reče Tradicionalni slovenski zajtrk. Otrokom je povedala, da so to včasih

jedli tudi njihovi dedki in babice. Na kruh jim je namazala maslo in sladek med, ki ga je skupaj s sestrami čebelami nabrala za otroke, v skodelico jim je nalila mleko, zraven pa so dobili še slastno jabolko. Čebela Maja je otrokom razdelila zajtrk, potem pa se je morala vrniti nazaj v panj k sestram čebelam, saj so jo že pričakovale.

ZAKLJUČEK

Načrtovane dejavnosti, ki sem jih izvedla, da bi otrokom približala čebelo, mislim, da so bile primerno načrtovane. Otroci v skupini so stari od 1 do 2 leti, nekateri se zdaj uvajajo v vrtec. Pomembno je, da se dejavnosti večkrat ponovijo pri tej starosti otrok. Likovno dejavnost, pri kateri smo izdelovali čebelo, sem z otroki izdelovala individualno, saj so potrebovali pomoč. Vmes smo mogli počakati, da se je barva posušila, zato se je izdelava čebele zavlekla čez cel teden. Panj s čebelami, ki sva jim ga izdelali, sva otrokom pustili v kotičku, da se še lahko igrajo, ker zanimanje za igro z njim še ni pošlo. Otroci so najbolj uživali v rajanju in poslušanju pesmi o čebelah. Vsi smo se veselo vrteli, ploskali in poskakovali. Pesem Čebela, ki smo jo spoznali, je otroke najbolj pritegnila, ko sem jo zaigrala na kljunasto flavto. Vsak dan sem jo tudi prepevala, da bi si jo otroci zapomnili. Gibalna igra Čebela in roža je potekala tako, da so se otroci spremenili v čebele in nabirali med na rožah. Starejši so z veseljem letali po travniku. V petek, ko je bil Tradicionalni slovenski zajtrk, sem se oblekla v kostum čebele in voziček z zajtrkom pripeljala v igralnico. Otrokom je bilo zelo zanimivo, ker je bil zajtrk drugačen kot ponavadi. Otroci so čebeli pomahali v slovo in z veseljem pojedli pripravljen zdrav zajtrk.

Viri in literatura

1. Bradbear, N. (2009). *Bees and their role inforest.* Pridobljeno s https://www.fao.org/3/i0842e/i0842e00.pdf
2. *Čebelarska zveza Slovenije*. (2021). Pridobljeno s https://www.czs.si/content/C15
3. *Dan slovenske hrane*. (2019). Pridobljeno s https://www.gov.si/zbirke/projekti-in-programi/dan-slovenske-hrane-in-tradicionalni-slovenski-zajtrk/
4. NCBI. (2014). *The Composition and Biological Activity of Honey: A Focus on Manuka Honey.* Pridobljeno s https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5302252/
5. *Tradicionalni slovenski zajtrk.* (2011). Pridobljeno s https://www.nasasuperhrana.si/tradicionalni-slovenski-zajtrk/o-projektu/projekt/

Formativno spremljanje in aktivno učenje z roko v roki

ESTER PEČARIČ, *dipl. vzg.*
ester.cernik@gmail.com

Povzetek: V prispevku se osredotočam na pojem formativno spremljanje in predvsem na prenos omenjenega pojma v praktični pedagoški proces. V teoretičnem delu bomo spoznali elemente formativnega spremljanja in pregledali, kako ga opisujejo različni avtorji. V empiričnem delu pa v obliki samoevalvacije predstavljam, kako sem sama doživela spremembo v delovanju znotraj formativnega spremljanja. Preko primera iz prakse dela v najmlajši skupini vrtca poglabljam idejo, da je formativno spremljanje pomemben korak naprej pri izhajanju iz otrok. Želim poudariti, da je tovrstni pristop mogoč in nadvse smiseln v vseh starostnih skupinah.

Ključne besede: opazovanje, aktivno učenje, spodbudno učno okolje, vrtec

Abstract: In article I focus on the concept of formative monitoring and above all on the transfer of this concept into the practical pedagogical process. In the theoretical part we will get to know the elements of formative monitoring and review how it is described by different authors. In the empirical part in the form of self-evaluation I present how I experienced a change in functioning within formative monitoring. Through an example from the practice of working in the youngest group of kindergarten I deepen the idea that formative monitoring is an important step forward in the view out of children. I want to emphasize that this kind of approach is possible and makes a lot of sense in all age groups.

Key words: observation, active learning, stimulating learning environment, kindergarten

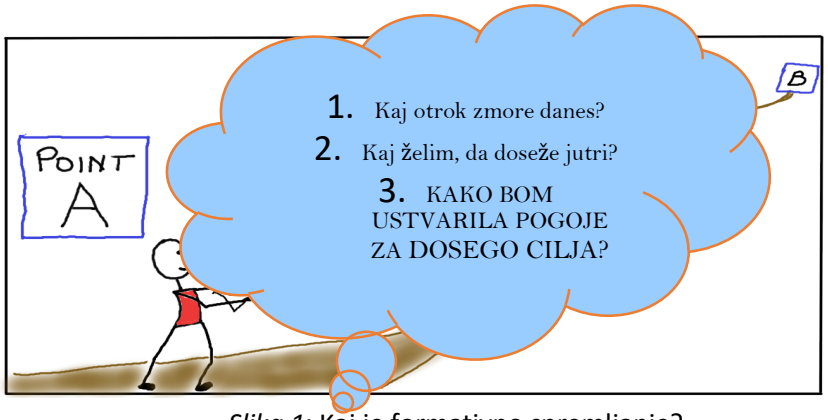
UVOD

Formativno spremljanje se v pedagoškem svetu zadnja leta pogosto uporablja. Odvisno od starosti otrok ter predznanja in izkušenj vzgojitelja pa se le-ta iz teorije prenaša v prakso. Pri delu v vrtcu imamo v primerjavi s šolskim okoljem več manevrskega prostora za opazovanje in izhajanje iz interesa otrok. Formativno spremljanje zahteva od vzgojitelja, da se zelo dobro organizira, zagotovi čas za opazovanje in izbere ustrezne metode za to, potrebno je tudi veliko časa za obdelavo podatkov in za zagotavljanje spodbudnega učnega okolja za posameznega otroka. Nezanemarljiva pa je tudi sposobnost fleksibilnega ravnanja, sledenja otrokovim trenutnim potrebam in ne zgolj okviru, ki si ga v pripravi opredeli pedagoški delavec. Meni osebno se je ta preskok zdel najtežji del. Ideja formativnega spremljanje zame pomeni, da je otrok dejansko glavni igralec, vzgojitelj oziroma učitelj pa stranski.

Kaj je formativno spremljanje in zakaj je pomembno?

Formativno spremljanje je zagotavljanje najbolj ustrezne podpore za otrokov razvoj in učenje v danem trenutku. Opazovanje spodbuja razvoj otrokovih veščin učenja učenja in metakognitivnih strategij. Na ta način se otroci postopoma opremljajo s strategijami lastnih načinov učenja. Posledično je pričakovati, da bo z njihovim odraščanjem dejansko prišlo do prenosa uporabe sposobnosti za samostojno reševanje problemov v vsakdanjem življenju. Le z učinkovitim spremljanjem otroka lahko načrtujemo ustrezno podporo, ki jo potrebuje za svoj razvoj in učenje. Vzgojiteljeva vloga je v izgradnji strategij samonadzora in podpori pri gradnji zaupanja vase. To pa je mogoče le, če vzgojitelj dobro opazuje (Holcar idr., 2016, str. 6).

Tako praksa kot tudi različne ugotovitve raziskav razkrivajo, da je delovanje v okviru formativnega spremljanja, ki v ospredje postavlja aktivnost otroka, vir višje kakovosti in tudi trajnosti pridobljenega znanja (Metljak, 2017, str. 73).



Slika 1: Kaj je formativno spremljanje?
Vir: Lasten

Formativno spremljanje v vrtcu

Pri vključevanju in spremljanju otrok v vrtcu je pomembno, da vzgojitelj (Likar in Sivec, 2017, str. 52):

– zagotavlja pozitivno klimo v skupini in stremi k dobrem počutju vseh otrok,

- uporablja ustrezne didaktične pristope in strategije,
- podpira močna področja vsakega posameznega otroka, da bo ta doživljal uspeh in razvija notranjo motivacijo za učenje,
- spodbuja medvrstniško učenje;
- daje otrokom ustrezno podporo in jih spodbuja k premagovanju ovir ter
- ugotavlja in dokumentira napredek otrok in jim daje kvalitetne povratne informacije.

Pri spremljanju in zagotavljanju spodbudnega učnega okolja v vrtcu se moramo zavedati postopnega razvoja in narave učenja predšolskega otroka. Otroci se najbolj učijo, ko so aktivno vključeni v dejavnost, ko raziskujejo in manipulirajo s predmeti. Pri tem je njihova koncentracija zelo kratka in narašča s starostjo. Zato predšolskega otroka spremljamo v intervalih, ki so kratki in se ponavljajo v daljšem časovnem obdobju. Otroci ob natančnem spremljanju in zagotavljanju vzpodbudnega učnega okolja postanejo enakovredni partnerji v učnem procesu (Holcer Brunauer idr., 2016, str. 8).

Vzgojitelji so tisti, ki z otroki bivajo vsakodnevno več ur hkrati, zato zagotovo v določeni meri poznajo otroka. Vendar pa to zavedanje pogosto daje lažno prepričanje, da otroke poznajo v njegovo bistvo. Nehote namreč v večji skupini otrok opazimo predvsem izstopajoče lastnosti, poleg tega pa se ne poglobimo dovolj v ozadje delovanja otroka. Zato je pomembno načrtno in sistematično opazovanje posameznika (Batistič Zorec idr., 2011, str. 22).

Elementi formativnega spremljanja

Aktivna vključenost otrok v proces

Otrok se najbolje uči, ko je aktivni udeleženec v procesu. Ko je vključen v vse tri faze: načrtovanje, izvedbo in evalvacijo dejavnosti. Pri tem otroci razvijajo občutek nadzora nad okoljem, postajajo vse bolj samostojno in prevzemajo odgovornost za lastno učenje. Vzgojitelj pri tem sledi otrokovim pobudam, se nanje smiselno odziva, jih vodi in spodbuja k razmišljanju. Preko odzivov in odgovorov otrok, razbere koliko otroci razumejo. Vzgojitelj mora pred tem dobro poznati na kateri točki razvoja je posamezni otrok in do kam ga lahko pelje (Jezovšek, 2017, str. 14).

Dokazi

Na dokazih temelječe poučevanje pomeni, da iščemo odgovor na vprašanje: »Pod kakšnimi pogoji določeni pristopi dela v skupini spodbujajo učenje otrok?«. Torej kakšni so dokazi o tem kaj v določeni skupini deluje (Lesničar idr., 2017, str. 12). Dokumentiranje pomeni zapisovanje opaženega v procesu spremljanja, zbiranje in opremljanje izdelkov otrok, fotografiranje in snemanje. Na ta način si vzgojitelj pridobi dokaze, iz katerih je viden napredek, razvoj in učenje otrok. Beleži se spontane in načrtovanje dejavnosti, interakcije med otroki in z vzgojiteljem. Dokaze je smiselno dokumentirati skupaj z otroki in jih skupaj evalvirati. Ključen element dokazov pri formativnem spremljanju

je portfolio otroka, ki omogoča beleženje napredka (Jezovšek, 2017, str. 15).

Povratna informacija

Smiselno je, da vzgojitelj vsakemu otroku poda objektivne in spodbudne povratne informacije, ki usmerjajo njegov razvoj in učenje. Povratna informacija naj bo otroku razumljiva, pravočasna in ustrezna. Vzgojiteljeva naloga je, da pri tem spoštuje otrokov način razmišljanja in individualni razvoj. Pri podajanju informacij se izogibamo sodb in pristranskosti ter trditev: pravilno in napačno. Nasprotno: gre za spodbujanje k nadaljnjem spraševanju, razmišljanju in lastnim načinom reševanja težav (Jezovšek, 2017, str. 14).

Učenje otrok od otrok

Vzgojitelj organizira vzpodbudno učno okolje, ki spodbuja otroke k medsebojni pomoči in učenju drug od drugega. Skozi spremljanje pogovora med otroki lahko evidentira in spozna veliko novega o posamezniku in njegovem razmišljanju. Otroci se s tem učijo pomena medsebojnega sodelovanja, empatije in skupaj dosegajo cilje (Holcer Brunauer idr., 2016, str. 8).

Vrednotenje in samovrednotenje

Vzgojitelj evalvira svojo vlogo pri zagotavljanju spodbudnega učnega okolja. Pomaga pa tudi otrokom, da razmišljajo o tem, kar so spoznali, česa so se naučili in kako so se počutili pri dejavnosti. S tem postopoma vodi otroke k vrednotenju lastnega učenja in vloge v skupini ter tako otroci razvijejo občutek o svojem napredku (Holcar idr., 2016, str. 8).

Kako spremljati otrokov razvoj in učenje?

Pri opazovanju lahko izbiramo med načrtnim in spontanim opazovanjem. Sledi beleženje opažanj, saj obdelava pridobljenih podatkov doprinese k še bolj poglobljenim spoznanjem. Pri formativnem spremljanju govorimo predvsem o načrtnem spremljanju otrokovega razvoja, pri čimer lahko ustvarimo umetne okoliščine za pridobivanje specifičnih informacij o otroku. Pred opazovanjem presodimo, kateri od zapisov nam bo podal najbolj objektivne informacije, kateri bo najbolj ustrezen glede časovnih omejitev ter kaj je tisto, kar želimo izvedeti o otroku. V nadaljevanju so naštete tehnike opazovanja (Batistič Zorec idr., 2011, str. 24):

- priložnostno opazovanje,
- vzorčni zapis,
- časovni vzorec,
- ček liste,
- anekdotski zapis,
- dnevniško zapisovanje,
- zbiranje fotografij,
- snemanje posnetkov (video ali avdio),
- vodenje intervjujev in
- opremljanje izdelkov otrok …

Pri obdelavi podatkov je potrebno biti pazljiv, da ne pride do napačne interpretacije rezultatov. Te se lahko zgodijo zaradi (Batistič Zorec idr., 2011, str. 26):

- halo efekta, kar pomeni, da se na podlagi prvega vtisa ali pričakovanj osredotočimo na določeno lastnost in jo v otroku tudi prepoznamo,
- tendence k centru ali ekstremu, ki je lastnost ocenjevalca, da v otroku prepoznava predvsem ekstremne lastnosti, oziroma da ljudi raje razvršča bližje povprečju, kakor ekstremom,
- logične napake, kadar opazovalec poveže dejstva, ki med seboj niso resnično povezana.

Interpretacija novih spoznanj je pot k razumevanju otrokove osebnosti in konteksta, ki je v ozadju za določenim ravnanjem. Pomembno je tudi spoznavanje življenjskih situacij in vsakodnevne realnosti otrokovega sveta. Cilj formativnega spremljanja je namreč spoznavanje, razumevanje in spoštovanje otroka, ne pa diagnosticiranje. Ko to dosežemo, smo otroku sposobni ponuditi ustrezne dejavnosti, izzive in ga podkrepiti v njegovem razvoju (Batistič Zorec idr., 2011, str. 30).

Formativno spremljanje v praksi

V nadaljevanju sledi praktičen primer formativnega spremljanja v skupini otrok starih od enajst mesecev do dveh let. Skupina je od septembra do marca polovična z vključenimi petimi otroki, nato se nam do konca šolskega leta pridruži še 9 otrok in pomočnica vzgojiteljice. Specifika skupine je tako nenehno uvajanje, kar močno vpliva na dinamiko dela. Globalni cilj skupine je poskrbeti za emocionalno stabilnost, občutek sprejetosti in varne navezanosti otrok ter vzpostavitev partnerskega odnosa s starši. Formativno pa spremljamo napredek na področju samostojnosti posameznega otroka.

Predstavljam dejavnost, s katero smo povezali oba zastavljena cilja. Izhodišče zanjo je bilo opazovanje otrok, njihovih stisk ob ločitvi od staršev, torej predvsem želja po premagovanju separacijske anksioznosti in po boljšem počutju otrok v vrtcu. Starše sva vzgojiteljici prosili naj v vrtec prinesejo fotografijo družine. Na različna mesta v igralnici sva s samolepilno folijo prilepili hiške s fiksno prilepljeno fotografijo posameznega otroka. Dodali sva še ježke, na katere so otroci kasneje prirejali pripadajočo fotografijo svoje družine. Tako opremljeno igralnico sva pustili nekaj dni in opazovali vedenje otrok: kdaj so opazili lastne fotografije in fotografije prijateljev ter kako so to izkazali in komunicirali med seboj. Opažanja sem beležila v obliki anekdotskih zapisov in fotografij. Na podlagi le-teh sva spremljali otrokov govorni in spoznavni razvoj ter bili bolj pozorni na tiste, ki so potrebovali spodbude pri dejavnosti. Skupinsko, največkrat pa posamično, sva si z otroki ogledovali fotografije družine in jih vabili, da poimenujejo člane družine. Otroci so pri tem zelo različno reagirali. Nekateri so takoj prepoznali svojo družino in ob tem izkazali veliko veselje, spet drugi so svojo našli po pobudi vrstnikov. Nekateri so jo zaščitniško skrivali in se niso ločili od nje. Otrokove izjave sva dobesedno zapisovali, prav tako odzive, pri čimer sva si pomagali s snemanjem za lažjo obdelavo podatkov.

Spodbujali sva otroke naj v svojo »hiško« nesejo fotografijo svoje družine. V naslednjih dneh so samoiniciativno nosili fotografije po igralnici in jih postavljali v hiške. Občasno je kakšen od otrok fotografijo drugega nesel v napačno hišico, a so drugi to kmalu popravili. Pogosto smo si individualno ogledovali fotografije, se pogovarjali o domačih opravilih, kuhali juho za mamico in podobno.

Slika 2: Prepoznavanje fotografij
Vir: Lasten

Slika 3: Prirejanje družinske fotografije v ustrezno hišico
Vir: Lasten

Osrednja dejavnost: kognitivno-motorična delavnica: igralnica z mnogimi motoričnimi izzivi in spodbudami za reševanje sebi lastnih načinov mišljenja, uresničevanje potrebe po sodelovanju z vrstniki in spodbuda k samostojnosti. Igralnico sva opremili z različnimi ovirami (vrvice prevezane med mizami v stilu pajkove mreže, lepilni trak nalepili po tleh igralnice, postavili tunel, nekatere fotografije sva prilepili z lepilnim trakom na tla in steno igralnice, spet druge skrili pod mizo ali na police). Otroke sva spodbudili k iskanju oziroma jim po potrebi pokazali pot k rešitvi težave, na katero so naleteli. Dejavnost sva formativno

opazovali. Opazili sva, da so otroci večinoma sprva sledili dani vzpodbudi, naj svojo fotografijo prilepijo na ustrezno mesto – v svojo hiško. Nekateri so potrebovali pomoč ob ovirah ali vzpodbude na poti k cilju. Starejši otroci so z jasnim ciljem prečakal ovire, vendar pa jim je pozornost preusmerila najbolj interesanten izziv zanje – hoja po lepilnem traku. Najstarejše otroke so pri tej dejavnosti mlajši sprva le opazovali, nato pa se jim pridružili. Poleg izraza presenečenja in vznemirjenja so se kmalu risali nasmeški ob prehojeni poti. Znova in znova so se vračali k tem izzivu. Ker sva opazili, da je pozornost otrok usmerjena v to dejavnost bolj od tiste, ki je bila načrtovana, sva sledili otrokom. Otrokom sva dali nov izziv. Na lepilni trak sva dodali velike mehke kocke, ki so se prilepile nanj. Tako je bilo potrebnega veliko truda, da so jih odlepili in pospravili v zaboj. Pri tem je stekla tudi medsebojna interakcija med otroki, saj so trije otroci vedno znova poskušali odstraniti eno izmed kock, ki se je najmočneje zalepila na trak. Po vnovičnem poskusu je vendarle uspelo enemu od dečkov. Ob tem je bilo vidno zadovoljstvo vseh vpletenih v izziv.

Slika 4: Izzivi pri osrednji dejavnosti
Vir: Lasten

Slika 5: Uspeh ob doseženem cilju
Vir: Lasten

Slika 7: Premagovanje ovir v igralnici
Vir: Lasten

Slika 6: Hoja po lepilnem traku
Vir: Lasten

Pri konkretni dejavnosti sem napredek na področju fizične, socialno-čustvene in miselne samostojnosti otrok spremljala preko anekdotskega

zapisa. Sicer pa skozi celo leto otroke spremljam tudi preko »check liste«, kjer beležim napredek pri samostojnosti. Pri tem sem sledila desetim akcijskim točkam za večjo vključenost otrok v vrtcu. Tekom celotne dejavnosti sem skupaj s pomočnico vzgojiteljice otroke usmerjala k dejavnostim, jih spodbujala, da se odzivajo v komunikaciji, k reševanju miselnih izzivov in jim nudila povratne informacije.

Vloga vzgojitelja z vključujočim samovrednotenjem

Vloga vzgojitelja je bila predvsem v tem, da sem bila pripravljavec okolja in opazovalec. Na podlagi opažanj je sledila nadgradnja dejavnosti, ki je izhajala izključno iz otrok in ne iz predhodno zastavljenega cilja, naloge. Zdi se mi izjemno pomembno, da zna vzgojitelj dobro opazovati in si upati spremeniti svoje načrte ter slediti otrokovim interesom, saj le tako notranje motivirani napredujejo in se učijo. Pri svojem delu sem poglobila pomen opazovanja otroka kot posameznika. Svojo vlogo sem poskušala postaviti pri mnogih dejavnostih v ozadje. Tako sem bila poleg opazovalca predvsem podpora in vzpodbuda pri nastalih ovirah, dilemah. Na podlagi opazovanja otrok in poznavanja njihovih razvojnih potreb ob ločitvi od primarnega okolja, sem otrokom ponudila dejavnosti, ki so zanje pomenile uteho in povezavo z družino, po kateri so v tem obdobju najbolj hrepeneli. Razvojno so otroci skupine na nivoju igre, ki je funkcijska in temelji na preizkušanju, manipuliranju z materiali in spoznavanju njihovih lastnosti. Tako sva jim s pomočnico vzgojiteljice ponudili veliko različnih materialov, s katerimi so uresničevali potrebo po učenju, hkrati pa spodbujali medvrstniško pomoč in samostojnost pri reševanju težav. Preko opazovanja, sva spoznali, katere izzive je smiselno ponavljati, katere nadgraditi in kako jih v območju bližnjega razvoja usmeriti v nadaljnji razvoj. Na podlagi opazovanj sva pogosto spremenili načrtovane dejavnosti za dan ali obdobje. Opazili sva namreč, da otroci pogosto potrebujejo veliko crkljanja, individualne igre, ogledov slikanici in igre ob podpori vzgojiteljic. Tako sva jih s svojim udejstvovanjem pri igri vodili od funkcijske igre proti igri vlog in nadgradili njihovo mišljenje, kar je bilo opazno tudi skozi nadaljnjo prosto igro otrok. Veliko poudarka pa sva dali na spodbujanje medsebojne pomoči med otroki, predvsem trud in izkaz sočutja, empatije tako v uvajalnem obdobju novih prijateljev, kakor tudi pri reševanju vsakdanjih izzivov. Po vzpodbudi preko prebrane literature, med drugim posebno članek dr. Sonje Rutar (2012, str. 88–92), sem otroka poskušala postaviti in opazovati preko sociokulturnega pristopa. Spraševala sem se, kaj otroka vzpodbuja k posamezni reakciji, kakšen je širši kontekst njegovih dajanj. V skupini na primer pogosto opažam, da je utrujenost otrok tista, ki botruje k manj aktivnem udejstvovanju in tako večino individualnih dejavnosti izvajamo že v zgodnjem dopoldanskem času, saj se s poznejšo uro počutje otrok slabša, zaradi potrebe po spanju.

ZAKLJUČEK

Formativno spremljanje nas uči osredotočanja na otroka kot individuum, ki je hkrati del skupnosti. Vodi nas v razmišljanje ali resnično naše načrtovanje izhaja iz otrok ter odgovarja na vprašanje, kaj otrok

dejansko potrebuje v danem trenutku. Neobremenjeni z lastnimi interesi in osredotočeni na otrokove, le-ta zares izstopi iz subjektivnih teorij pedagoga in zasije v luči svoje unikatnosti. Vzgojitelj s pomočjo opazovanja in obdelave podatkov bolj pozorno spozna in uresničuje posameznika in njegove potrebe. Pedagoški delavci in otroci skupaj tvorimo učečo se skupnost in prav je, da se drug od drugega učimo in postajamo boljši. V tem vidim širši smisel formativnega spremljanja.

Viri in literatura

1. Batistič Zorec, M., in Prosen, S. (2011). *Priročnik za razvojno psihologijo v programu predšolska vzgoja.* Pridobljeno s http://pefprints.pef.uni-lj.si/553/1/Skripta_RP-2011.pdf
2. Holcar Brunauer, A., in drugi avtorji. (2016). *Formativno spremljanje v podporo učenju.* Ljubljana, Zavod za šolstvo.
3. Jezovšek, M. (2017). *Vloga in pomen formativnega spremljanja otrok v predšolskem obdobju*. Velenje: Pedagoško društvo Vzgojiteljica.
4. Lesničar, B. in drugi avtorji. (2017). *Učitelji, raziskovalci lastne prakse.* Pridobljeno s Pridobljeno s https://www.zrss.si/pdf/linpilcare-ucitelj-raziskovalec-lastne-prakse.pdf
5. Likar, N., in Sivec, M. (2017). *Strategije formativnega spremljanja kot podpora pri dejavnem vključevanju v vrtcu in pri spodbujanju otrokovih potencialov*. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo. Pridobljeno s https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-Q497BODQ/?euapi=1&query=%27keywords%3dformativno+spremljanje+v+vrtcu%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25
6. Metljak, M. (2017). *Zbornik prispevkov, predstavljenih na Mednarodnem posvetu Partnerstvo Pedagoške fakultete Univerze v Ljubljani in vzgojno-izobraževalnih inštitucij.* Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
7. Rutar, S. (2012). Kako razumeti in uresničevati participacijo otrok v vrtcu. *Sodobna pedagogika 2012*/3. Ljubljana: Zveza društev pedagoških delavcev Slovenije.

Od besede do pravljice

TANJA PETROVČIČ, *dipl. vzg.*
Vrtec Vrhnika
tanja.petrovcic@gmail.com

Povzetek: Predšolsko obdobje je najpomembnejše obdobje za razvoj govora. V prvem letu življenja otrok večinoma komunicira neverbalno in z glasovi, ob vstopu v vrtec pa se že pojavijo prve, prave besede. Pravimo, da je otrok iz predjezikovnega obdobja napredoval v jezikovno obdobje. Naloga strokovnih delavcev v vrtcu je, da otrokom nudimo kar najbolj možno spodbudno učno okolje, ki bo otrokom omogočal napredek v govornem razvoju. Vsekakor ne smemo pozabiti na branje pravljic, ki otroke pomirijo, v njih prebudijo radovednost ter bogatijo otrokovo domišljijo. V prispevku sem opisala le nekaj dejavnosti, ki jih kot vzgojiteljica izvajam v oddelku, saj se zavedam, da je govorni razvoj otroka najbolj intenziven vse do vstopa v šolsko obdobje.

Ključne besede: govorni razvoj, pravljice, jezik, predšolsko obdobje

Abstract: The preschool period is the most important period for speech development. In the first year of life, children mostly communicate non-verbally and with voices, and when they enter kindergarten, the first, right words already appear. We say that the child has progressed from the prelinguistic period to the linguistic period. The task of professional staff in kindergarten is to provide children with the most stimulating learning environment possible, which will enable children to progress in speech development. We should definitely not forget to read fairy tales that calm children, arouse curiosity and enrich the child's imagination. In this article, I have described only a few activities that I carry out in the department as an educator, as I am aware that a child's speech development is most intense until the child enters school.

Key words: speech development, fairytales, language, preschool period

UVOD

Govor nam večkrat predstavlja nekaj povsem samoumevnega. Vsi ga poznamo. Vendar se res znamo pogovarjati? Znamo vedno ubesediti svoje misli in čustva? Znamo pripovedovati svoje pretekle izkušnje na način, da nas bodo poslušalci popolnoma razumeli? Govor je zelo zahteven že za odrasle, kaj šele za otroke. Otroci se morajo najprej naučiti jezika in nato govora. Grilc (2014, str. 11) opiše govor kot eno izmed načinov sporazumevanja z drugimi ljudmi oziroma z okolico. Služi nam pri razumevanju stvari oziroma ljudi okoli sebe. Ker nam jezik in govor nista naravno dana, se ju moramo skozi vse življenje učiti in dopolnjevati. Z govorom si lahko predajamo nova znanja in izkušnje. Za govorni razvoj otroka je zelo pomembna zgodnja interakcija med otrokom in njegovimi starši in nenazadnje tudi z vrstniki. Predvsem je pomembna spontana komunikacija med vsakodnevnimi dejavnostmi ter komunikacija med igro. Govorni razvoj otroka ni pogojen le s starostjo, ampak tudi s spodbudnim okoljem. Otroci, ki so podvrženi stalnim komunikacijskim izzivom, odprtim vprašanjem, skupnim družinskim branjem ter spodbudnim učnim okoljem, bodo v govornem razvoju hitreje napredovali.

Govorni razvoj otroka

»Govorni razvoj je zapleten, dinamičen in zlasti v obdobju dojenčka, malčka in zgodnjega otroštva zelo intenziven proces« (Marjanovič Umek, Kranjc in Fekonja, 2006, str. 7). Kot pravi Levčeva (2014), si faze govornega razvoja sledijo v določenem in enakem zaporedju. Pomembno pa je poudariti, da se hitrost razvoja govora med otroki zelo razlikuje. Hitrost razvoja govora je odvisna od različnih dejavnikov, kot so razvitost senzorike, sluha, delovanje centralnega živčnega sistema, razvitost in gibljivost govornih organov in okolje. Grginič (2009, str. 11) pravi, da je optimalno obdobje za razvoj govora in komunikacijskih spretnosti v prvih treh letih otrokovega življenja. Če to obdobje zamudimo, pa je potreben zelo velik napor, da na področju govora nadoknadimo primanjkljaje. Naslednje pomembno obdobje za razvoj govora je med otrokovim tretjim in sedmim letom, saj je v tem obdobju otrok izjemno občutljiv in dovzeten za jezikovne zmožnosti, saj je v tem času povečana njegova potreba po komunikaciji. Govorni razvoj predšolskega otroka lahko razdelimo na predjezikovno in jezikovno obdobje. Za predjezikovno obdobje je značilna raba glasov, ki niso besede. To obdobje zajema zgodnje zaznavanje in razumevanje govora, jok, vokalizacijo, bebljanje ter naključna posnemanja glasov brez razumevanja njihovega pomena. Predjezikovna faza poteka v času otrokovega prvega leta in se konča ob pojavu prve besede. V tem prvem letu otrokovega življenja se otrok nauči mnogo neverbalnih spretnosti komuniciranja (gibi, zvoki, kazanje s prstom, odkimavanje itd.) (Levc, 2014).

Jezikovno obdobje se začne z izgovorjavo prve besede, običajno med dvanajstim in osemnajstim mesecem starosti. Otrokova prva beseda, ki ima pomen, je največkrat vezana na predmet ali osebo iz njegovega neposrednega okolja (Marjanovič Umek, Fekonja in Kranjc, 2006). V tem

obdobju se otrok začne zavedati, da imajo besede svoj pomen, da predstavljajo stvari, osebe, misli, zato se prvi besedi hitro pridružujejo nove. Ko otrok poveže v smiselno celoto dve ali več besed, rečemo da tvori stavek. Kot pravi Levčeva (2014), ima triletnik že usvojeno osnovo maternega jezika, saj usvojeno število besed kombinira v stavke, skladno s skladenjskimi pravili. Pravilna izgovorjava glasov pa se v tem obdobju še razvija. Pri letu oziroma letu in pol otroci že pripovedujejo prve zgodbe, ki so sestavljene iz dvobesednih izjav, in običajno izhajajo iz njegovega neposrednega okolja. Po tretjem letu starosti pa so otroci že zmožni kohezivnega pripovedovanja zgodb, zgodb ki predstavljajo neko zaključeno celoto. Govor se zelo intenzivno razvija vse do petega, šestega leta, ko otroci razumejo večino sporočil, ki jim jih posredujejo odrasli in tudi sami pripovedujejo na način, da jih tako odrasli kot tudi sovrstniki razumejo. Nato se razvoj govora upočasni do devetega leta, izpopolnjevanje govora pa poteka vse življenje (Marjanovič Umek in drugi, 2006).

V družinah, kjer imajo starši več interakcij s svojimi otroki, jih spodbujajo k pripovedovanju, jim zastavljajo odprta vprašanja, otroci praviloma usvojijo več besed, hitreje in z manj napora, kot v družinah kjer je komunikacije manj (Schneider, Keesler in Morlock, 2013, str. 239). Pomemben dejavnik, ki poleg družinskega okolja, vpliva na govorni razvoj otroka, je tudi vrtec. Preko različnih dejavnosti, načrtovanih in nenačrtovanih, se otroci v vrtcu naučijo govornega izražanja ter komunikacije v različnih govornih položajih (Marjanovič Umek, Kranjc in Fekonja, 2006). Otroci svoje govorne kompetence v vrtcu razvijajo preko vzgojiteljevega govora, pripovedovanja, sporazumevanja, pojasnjevanja in opisovanja. Poleg govora vzgojitelja ima zelo pomembno vlogo tudi kakovosten vrtčevski program. Tu so pomembne predvsem govorne spodbude, zastavljanje odprtih vprašanj, spodbujanje k samostojnemu pripovedovanju ter opisovanju (Marjanovič Umek in Fekonja Peklaj, 2012).

Jezik, eno izmed 6 področij kurikuluma za vrtce

V Kurikulumu za vrtce (1999, str. 18–19) je zapisano, da »jezikovna dejavnost v predšolskem obdobju, ki je najpomembnejše obdobje za razvoj govora, vključuje široko polje sodelovanja in komunikacije z odraslimi, otroki, seznanjanje s pisnim jezikom in spoznavanje nacionalne in svetovne književnosti – lastne in tuje kulture. Otroci se v tem obdobju učijo izražati izkušnje, čustva, misli in razumeti sporočila drugih. Jezikovne dejavnosti so povezane z vsemi jezikovnimi ravnmi: s fonološko, morfološko, skladenjsko, razvoj jezika pa je naravno vpleten v vsa področja dejavnosti. Zlasti od tretjega leta starosti dalje je pomemben tudi razvoj predpisalnih in predbralnih sposobnosti.« Otroci se v vrtcu učijo jezika preko poslušanja vsakdanjih pogovorov in pripovedovanja različnih literarnih besedil, ob poslušanju odraslega, ki glasno prebira, s prostim pripovedovanjem in opisovanjem, ob dramatizacijah, pripovedovanju izmišljenih rim in izštevank, šaljivk izmišljanju zgodbic, ob igranju različnih socialnih in besednih igrah itn. (prav tam).

Kurikulum za vrtce (poleg številnih drugih dejavnosti) poudarja naslednje:

- Z otroki se je potrebno pogovarjati v »neotroškem jeziku.
- Vzgojitelji in pomočniki vzgojiteljev morajo otrokom pokazati zanimanje za verbalno komunikacijo.
- Teme, katero uvedejo otroci sami, mora vzgojitelj razširiti in poglobiti.
- Odrasli morajo izkoristiti vsako priložnost za poglobljen pogovor z otrokom.
- Otrokom je treba nuditi možnost poslušanja različnih oblik sporočanja med odraslimi, npr. pogajanje, razpravljanje, načrtovanje.
- Otrokom je treba dati možnost sodelovanja v dialogu.
- Otroke je treba spodbujati, da sami predlagajo teme aktivnosti in govorjene komunikacije.
- Otrokom je treba pripovedovati in brati pravljice, uganke, zgodbe, pesmi in uprizarjati lutkovne igre.
- Otrokom je treba omogočiti igro s knjigami in gledanje risank.
- Otroke je treba spodbujati k razpravljanju in pripovedovanju o prebranem.
- Otrokom je treba dati možnost, da ustvarjajo lastne knjige, stripe itn. (prav tam, str. 19–22).

Vrtec je okolje, v katerem je poudarjena kvalitetna komunikacija. To pa pomeni, da morajo imeti otroci zagotovljene možnosti izražanja (tako verbalnega kot neverbalnega), da jih k temu spodbujamo in da je komunikacija med otroki ter med otroki in vzgojitelji zaželena (Dolar Bahovec in Bregar Golobič, 2004, str. 152). Govor je vsekakor zelo pomembno orodje pri delu z vrtčevskimi otroki. Otroci se tudi največ naučijo preko igre, preko samostojnega raziskovanja, aktivne vključenosti v različne socialne procese in spodbudnem učnem okolju.

Pomen pravljic v predšolskem obdobju

»Če hočete, da bodo vaši otroci inteligentni, jim berite pravljice. Če želite, da bodo še bolj inteligentni, jim berite še več pravljic« (Albert Einstein). Slovar slovenskega knjižnega jezika opredeljuje pravljico kot »pripoved, v kateri se dogajajo neverjetne, samo v domišljiji mogoče stvari in v kateri navadno zmaga dobro«. Pogačnik – Tolišič in Milčinski (1992 v Zalokar Divjak, 2002) ugotavljata, da so pravljice življenjskega pomena, ker se otrok ob poslušanju pravljice zaljubi v življenje. Nadaljujeta še, da vsak otrok v vsakem razvojnem obdobju potrebuje ustrezno pravljico, saj pravljica odslikava njegov svet.

Pisateljica otroških pravljic, Anja Štefan (2003) pravi, da pravljica predstavlja most med otrokom in odraslim. To je most med svetom realnosti, v katerem živimo odrasli, in svetom domišljije, v katerem živi otrok. V vrtcu, ko strokovni delavci uresničujemo predpisani kurikulum, pripovedovanje pravljic postane didaktična metoda. Branje pravljic je skorajda dnevna jutranja rutina in prav tako skoraj obvezna (iz vidika

otrok) pred počitkom. S samim načinom pripovedovanja ali branja prebudimo otrokovo radovednost in pritegnemo otrokovo zanimanje. Navsezadnje, če želimo obogatiti otrokovo življenje, moramo spodbujati njegovo domišljijo.

Dejavnosti v oddelku 4–6 let, ki spodbujajo govorni razvoj

V letošnjem šolskem letu imam v skupini 21 otrok, v starosti 4–6 let. Večina otrok je pri meni prvo leto. Z izjemo peščice otrok, so bili v začetku šolskega leta zelo tihi, redkobesedni in sramežljivi. Z vsakdanjimi pogovori, najinim aktivnim vključevanjem v njihovo igro, s spodbujanjem pripovedovanja, branja in aktivnega vključevanja otrok v samo načrtovanje dela v oddelku so postali otroci veliko bolj odprti, sproščeni tako pri individualnem pogovoru kot tudi izpostavljenosti pred celo skupino. V nadaljevanju predstavljam le nekaj dejavnosti, katere so in še pripomorejo k spodbujanju govornega razvoja otrok.

Sodelovanje v projektu Ciciuhec

Projekt Ciciuhec je bralni projekt Mestne knjižnice Ljubljana, ki je namenjen predšolskim otrokom ter njihovim staršem in tako skupaj razvijajo bralne navade. Ciciuhci so otroci, ki svoji skupini v vrtcu predstavijo slikanico, ki so jim jo prebrali starši. Otroci morajo za opravljeno predšolsko bralno značko sovrstnikom predstaviti vsebino štirih slikanic. Otrok vsebino prosto pripoveduje ob pomoči ilustracij v slikanici. Otroci se vsebine ne naučijo na pamet, temveč jo obnovijo s svojimi besedami. Kot spodbudo za povedano pravljico otrok dobi nalepko, ki jo nalepi k svojemu imenu na plakat Ciciuhec. Vsekakor so nalepke otrokom velika motivacija, saj jih preštevajo, med seboj primerjajo število dobljenih nalepk ter se ob tem med seboj tudi spodbujajo. Ob zaključku projekta, ob koncu šolskega leta, pa seveda vsak Ciciuhec, ki je uspešno opravil vse naloge, dobi medaljo ter pohvalo za družinsko branje. V času pred Covid-19 smo z otroki obiskali tudi knjižnico, kjer nam je knjižničarka predstavila knjižnico in postopek izposoje knjig ter nam predstavila različne dejavnosti za otroke, kot so pravljične urice, pripovedovanje ugank, ustvarjalne delavnice ipd.

Jutranji krog

V naši skupini je jutranja rutina pogovor v jutranjem krogu. Z otroki sedimo na tleh, v krogu in si pripovedujemo, kaj smo počeli pretekli dan. Ob tej rutini so otroci usvojili kar nekaj veščin same komunikacije, kot npr. da se med seboj ne prekinjajo, da se med seboj poslušajo, da dvignejo roko če želijo kaj vprašati ali povedati, da se trudijo govoriti čim bolj razločno in glasno ter da skušajo z vsemi vzpostaviti očesni stik. Običajno želijo pripovedovati eni in isti otroci, drugi pa so tiho. Tu pa je naloga vzgojitelja, da na nevsiljiv način povabi k pripovedovanju tudi tiste, bolj tihe otroke. Običajno so začetki pripovedovanja bolj besede, ki pa se sčasoma tvorijo v vedno daljše stavke. Jaz, kot vzgojiteljica, se trudim da otrokom postavljam odprta vprašanja, tudi razne miselne izzive ter jih izzovem da uporabljajo tudi domišljijo. V jutranjem krogu se dnevno tudi dogovorimo kaj bomo počeli čez dan. Tudi tu otroci aktivno sodelujejo s svojimi idejami in predlogi, tehtajo različne možnosti in

rešitve, pri tem pa skušajo ubesediti svoje misli, predstave in tudi občutke.

Karte pripovedovalke

V skupini se večkrat igramo igro »Karte pripovedovalke«. Pri tej igri posamezen otrok izbere karte, vsako iz drugega barvnega kompleta (od dva do šest) in nato s pomočjo kart pove kratko zgodbo. Vsaka karta izhaja iz drugega področja. Imamo karte, ki predstavljajo dogajanje, osebe, živali, predmete, okolje itd. Pri tej igri se mi zdi ključnega pomena to, da se igro igramo večkrat in v manjših skupinah. Tako so otroci bolj sproščeni, lažje se prepustijo svoji domišljiji in navsezadnje tudi vzgojitelj lažje pomaga otroku, ki je naletel na težave. V naši skupini se je pokazal zelo velik napredek od začetka šolskega leta do danes. Sprva so bile otroške zgodbe zelo kratke, šlo je bolj za besedno opisovanje posameznih sličic. Z večkratno ponovitvijo in najinim pripovedovanjem ter izmišljanju zgodb pa so tudi otroci postali bolj zgovorni, začeli so uporabljati svojo domišljijo in tudi stavki so precej daljši. Kot nadgradnja igre, so morali otroci sodelovati najprej v paru in nato v manjši skupini. Tako so morali zgodbo sestaviti skupaj, se med seboj dogovarjati, prilagajati in se med seboj tudi poslušati. Vsekakor je tu izrednega pomena tudi vzgojiteljeva vloga, saj nekateri otroci takoj stopijo v ozadje, bolj dominantni otroci pa želijo takoj rešiti nalogo. Pomembno je tudi kako so dvojice oziroma skupine sestavljene. Najbolj se je obneslo, ko so bili bolj »tihi otroci« skupaj in »glasni« skupaj.

Slika 1: Primer igre »Karte pripovedovalke«
Vir: Lasten

Slikanice brez besedila

To so slikanice, kjer ni zapisanih nobenih besed. Omenjene slikanice so zanimive predvsem zato, ker je vsebina vedno drugačna. Ilustracije so enake, vsebina pa ne. Vsebina je pravzaprav odvisna od pripovedovalca, njegove domišljije, mentalne zrelosti in nenazadnje tudi od njegovega govornega razvoja. Lahko rečemo da slikanica raste z otrokom. Slikanice brez besedila so tudi odlična priložnost, da je več pozornosti namenjena samim ilustracijam. Lahko se osredotočimo npr. na obraze in njihova trenutna čustva, na položaj posameznih predmetov, na velikostne odnose posameznih živali in s tem bogatimo otrokov besedni zaklad. Le malokateri otrok pa je ob prvem srečanju s takšno slikanico zmožen pripovedovati zgodbo. Tu je zopet zelo pomembna vloga vzgojitelja, ki otroku pomaga s postavljanje odprtih in razmišljajočih vprašanj. Z

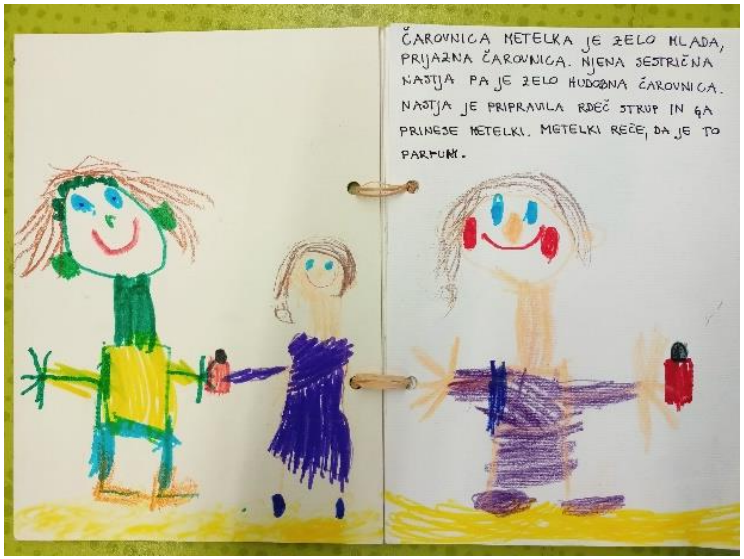
vsakim »branjem« slikanic brez besedila tudi zgodbe postanejo daljše, polne presenečenj in dogajanj ter zanimive za poslušalce.

Ustvari svojo pravljico

Ideja se je porodila čisto naključno, ko je deklica samoiniciativno zlepila nekaj praznih listov in jih porisala. S porisanimi listi je prišla do naju s pomočnico in prosila da ji napiševa njeno zgodbo. Tako smo se začeli pogovarjati, kdo je avtor, ilustrator, pesnik, kako nastane knjiga, kje jih lahko kupimo … Vsak otrok v skupini je najprej naredil načrt, o čem bo njegova slikanica pripovedovala, to narisal in predstavil ostalim otrokom. Nato je sledilo pretežno individualno delo. Otroci so nama povedali del zgodbe, katero sva zapisali, jo ilustrirali in tako nadaljevali stran za stranjo. Nastajanje knjig je bilo kar zahtevno predvsem za naju s pomočnico, vendar zelo zanimivo. Tu sva pravzaprav videli, kako bujna je lahko otroška domišljija. Tematski sklop smo zaključili s predstavitvijo vseh nastalih knjig, kjer je vsak otrok s pomočjo svojih ilustracij ostalim otrokom pripovedoval svojo prvo, avtorsko slikanico.

Slika 2: Naslovnice otroških avtorskih pravljic
Vir: Lasten

.



Slika 3: Primer pravljice
Vir: Lasten

ZAKLJUČEK

Kot vzgojiteljica predšolskih otrok opažam, da je iz leta v leto več otrok z različnimi primanjkljaji na govornem področju. Na sam govorni razvoj ima poleg družinskega in socialnega okolja, starosti otroka izjemen vpliv tudi vrtec. Otroku mora biti v vrtcu ponujeno bogato učno okolje, kjer bo dobil veliko možnosti in priložnosti za komunikacijo tako z vrstniki kot tudi z odraslimi osebami. Poleg načrtovanih dejavnosti je zelo pomembna tudi igra otrok. Opazila sem, da otroci ravno preko različne simbolne igre najhitreje usvojijo nove izraze in jih v nadaljevanju igre tudi uporabijo. Kot zelo uspešen projekt se je v zadnjih letih izkazal tudi projekt družinskega branja Ciciuhec. Pozitivne povratne informacije s strani staršev, govorijo o večji motiviranosti otrok za branje pravljic. Zaključim lahko, da otroci v vrtcu, poleg načrtovanih dejavnosti, potrebujejo tudi čas za pogovor, za poslušanje, dogovarjanje in tudi čas za reševanje konfliktov. Otroci, ki so izzvani z različnimi odprtimi vprašanji, so miselno aktivni, s tem pa bogatijo svoj besedni zaklad in nenazadnje tudi svojo domišljijo.

Viri in literatura

1. Dolar Bahovec, E., in Bregar Golobič, K. (2004). *Šola in vrtec skozi ogledalo*. Ljubljana: DZS.
2. Grginič, M. (2006). *Družinska pismenost*. Domžale: Založba Izolit.
3. Grilc, N. (2014). *Govorno-jezikovne motnje: priročnik z vajami*. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
4. Kurikulum za vrtce (1999). ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport. Zavod RS za šolstvo.
5. Levc, S. (2014). *Liba laca lak: Kako pomagamo otroku do boljšega govora.* Ljubljana: samozaložba.
6. Marjanovič Umek, L., in Fekonja Peklaj, U. (2012). *Lista naslovov in avtorjev otroških knjig.* Priročnik. Ljubljana: znanstvena založba Filozofske fakultete.
7. Marjanovič Umek, L., Kranjc, S., in Fekonja U. (2006). *Otroški govor: razvoj in učenje*. Domžale: Izolit.
8. Schneider, B., Keesler, V., in Morlock, L. (2013). *Vplivi družine na učenje in socializacijo otrok*. Pridobljeno s https://www.zrss.si/projektiess/skladisce/pkp/podprojekt3/Strokovna%20gradiva/Projektni%20timi%20za%20KP%20in%20TP/Gradiva%202012-2013/3_o%20naravi%20ucenja%20e-oblika.pdf

Zdrava prehrana v vrtcu

ŠPELA PODNAR, *dipl. vzg.*
spela.podnar@gmail.com

Povzetek: Zdrava prehrana izredno vpliva na naše zdravje in počutje. Zelo pomembno je, da že v zgodnjem otroštvu spodbujamo zdravi življenjski slog, ki vključuje pravilno prehranjevanje ter redno telesno aktivnost. Pomembno je, da v vrtcu spodbujamo razvijanje otrokove občutljivosti in zavesti o problemih, povezanih z življenjskim slogom. Znano je, da pravilna, torej zdrava prehrana zagotavlja optimalen razvoj otroka, zato nam mora biti še posebej pomembno, da to tudi razvijamo. Pomembno je, da pri otroku krepimo zdravi življenjski slog, saj tako otrok pridobiva in razvija zdrave prehranjevalne navade. To pa ni samo pomembno v obdobju otroštva, ampak se prehranjevalne navade manifestirajo tekom celega življenja.

Ključne besede: zdravje, pomen prehrane, prehranjevalne navade, vloga vrtca in vzgojitelja, igre na temo prehrane

Abstract: A healthy diet has a tremendous impact on our health and well-being. It is very important to promote a healthy lifestyle from an early age, which includes proper nutrition and regular physical activity. It is important to encourage the development of children's sensitivity and awareness of lifestyle-related problems in kindergarden. It is known that a proper, i.e. healthy diet ensures the optimal development of the child, so it must be especially important for us to develop this as well. It is important to strengthen a child's healthy lifestyle and for the child to acquire and develop healthy eating habits. This, however, is not only important in childhood, but eating habits manifest throughout life.

Key words: health, the importance of nutrition, eating habits, the role of kindergarten and educator, games on the topic of nutrition

UVOD

Na podlagi teh dejstev menim, da je ta tema izredno pomembna pri predšolskem otroku. Otrokom sem to temo predstavila skozi zgodbe, igre, dejavnosti v vrtcu ter izven njega. V nadaljevanju članka bom natančneje razložila tudi potek le-teh, ki so namenjene predvsem vzgojiteljem ter strokovnim delavcem v vrtcu. Oboji, starši in vzgojitelji, morajo biti otrokom vzgled in jih navajati na zdrave prehranjevalne navade, saj igrajo v otroštvu razvite prehranjevalne navade pomembno vlogo skozi vse življenje.

Zdravje

Zdravje omogoča in zagotavlja kakovostno življenje in je temeljni vir razvoja vsake družbe. Pravica do zdravja je osnovna človekova pravica in globalni socialni cilj. Za zdravje je najprej odgovoren vsak posameznik, država pa je v sodelovanju z različnimi strokami in znanostmi pristojna in odgovorna za ustvarjanje pogojev, v katerih lahko ljudje skrbimo za zdrav življenjski slog (Republika Slovenija, Ministrstvo za zdravje, 2007). Zdravje nastaja v kontekstu vsakdanjega življenja tam, kjer ljudje živijo, se imajo radi, se igrajo in delajo. Med najpomembnejše elemente življenjskega sloga uvrščamo prehrano, telesno dejavnost, uporabo tobaka, alkohola in prepovedanih drog ter obvladovanje stresa. Vsi ti elementi imajo močan vpliv na naše zdravje, od nas samih pa je odvisno, kakšen način življenja si bomo izbrali (Brdnik, 2011).

Pomen prehrane

Glavni namen prehranjevanja je zadovoljevanje telesnih potreb po energiji in gradbenih snoveh, te nam namreč omogočajo preživetje. Kakovost življenja je v veliki meri odvisna od skrbno izbrane in uravnotežene prehrane, ki je pomembna za pravilno rast in razvoj, da bo iz otroka zrastel zdrav odrasel človek. Z vsakim grižljajem, ki ga pogoltnemo, oskrbimo z energijo najbolj dovršeno kemijsko napravo, kar jih poznamo – človeško telo. Hrana in voda tvorita energetsko mešanico življenjsko pomembnih hranilnih snovi, ki omogočajo, da človeško telo deluje. Zato je pomembno spoznati svoje telo, kakšno hrano potrebuje za normalno delovanje in kje to hrano najdemo. Kakovost našega življenja in življenja naših otrok je povezana z zdravo prehrano, ki vpliva na našo življenjsko dobo in na naše zdravje (Polunin, 1999). Naš organizem potrebuje snovi za rast, obnovo in delovanje, ki jih zajamčimo s hrano. Vsaka hrana ni primerna. Še zlasti pazljivi moramo biti, ko izbiramo hrano za otroke, kajti le pravilna in zdrava prehrana zagotavlja primerno rast, razvoj telesnega in psihičnega potenciala, preprečuje pojav deficitarnih stanj in omogoča nastajanje rezerv, ki jih organizem izkoristi v stresnih situacijah. Prehranjevalne navade se od rojstva naprej zelo spreminjajo in otrok, ki ima urejeno prehrano, je načeloma bolj zdrav in manj dovzeten za določene bolezni, kot otrok, ki se ne prehranjuje primerno svojim potrebam (Bosnič, 2001).

Prehranjevalne navade

Skrbno načrtovana in pripravljena hrana je izrednega pomena za ohranjanje in krepitev zdravja vsakogar izmed nas. Posebno pozornost pri načrtovanju obrokov je potrebno nameniti otrokom, ki imajo zaradi procesa intenzivne rasti večje potrebe po energiji in hranilih. Zdrave prehranjevalne navade, ki jih otroci pridobijo v tem obdobju, pomembno vplivajo na prehranjevalne navade v kasnejšem obdobju (Hlastan Ribič idr., 2008, str. 7). Za predšolskega otroka so značilna obdobja rastnih zagonov, med katerimi potrebuje še posebej veliko energije in hranil. Ker imajo majhni otroci majhne želodčke, pri enem obroku ne morejo pojesti veliko. Zato jim obroke pripravimo večkrat na dan, in sicer tako, da vsebujejo zadostno količino hranil in kalorij« (Zdrav dojenček in otrok, 2004, str. 112). V predšolskem obdobju se otrokom prehranjevalne navade šele oblikujejo, po drugi strani pa otroci dobro vedo, česa prav gotovo ne bodo jedli, ker jim ni všeč. Tu lahko s primernim pristopom odločilno vplivamo, da jim bomo privzgojili zdrave prehranjevalne navade (Gabrijelčič Blenkuš idr., 2005, str. 29).

Čim bolj zgodaj moramo poskrbeti, da bo otrokova hrana pestra, saj to vpliva na oblikovanje prehranjevalnih navad, ki se v kasnejših letih le še utrdijo. Otrok, ki mu že v predšolskem obdobju ponudimo ob obroku korenček, paradižnik ali svežo papriko, bo tudi kasneje rad jedel zelenjavo« (Mrzlikar, 1997, str. 7). »Skrbno načrtovana in pripravljena hrana je izrednega pomena za ohranjanje in krepitev zdravja vsakogar izmed nas. Posebno pozornost pri načrtovanju obrokov je potrebno nameniti otrokom, ki imajo zaradi procesa intenzivne rasti večje potrebe po energiji in hranilih. Zdrave prehranjevalne navade, ki jih otroci pridobijo v tem obdobju, pomembno vplivajo na prehranjevalne navade v kasnejšem obdobju (Hlastan Ribič idr., 2008, str. 7).

Vloga vrtca in vzgojitelja

Otroci večji del dneva preživijo v vrtcu, kjer se tudi prehranjujejo. Zato jim moramo zagotoviti zdravo prehranjevanje, ki je primerno otrokovi starosti. Kakor pri vseh dejavnostih je potrebno tudi pri hranjenju upoštevati želje in potrebe posameznega otroka. Vsakega otroka je potrebno spoštovati kot individualno osebo, s sebi lastnim okusom in mu dati pravico do izbire. Vsak vrtec mora imeti strokovno osebo, ki kontrolira ustreznost živil in jedilnike, prilagojene starosti otrok. Vrtci naj glede na čas izvajanja varstva ponudijo zajtrk, dopoldansko malico, kosilo ter popoldansko malico. Vrtci, ki otrokom v svoji ponudbi omogočajo tudi zajtrk, naj ne združujejo zajtrka in malice v en obrok. Okusov je verjetno toliko, kolikor je tistih, za katere pripravljamo hrano. Zato vsem vedno ne moremo ustreči. Pri sestavi jedilnikov morajo strokovne osebe, ki sestavljajo jedilnike, upoštevati:

– priporočila glede energijskih in hranilnih vnosov, prilagojenih starostni skupini, za katero načrtujemo prehrano,
– želje otrok, seveda do te mere, da je prehrana zdravstveno ustrezna ter sestavljena po strokovnih smernicah (Gabrijelčič Blenkuš idr., 2005, str. 27–28).

S pripravo uravnoteženih kombinacij živil v ponujenih obrokih lahko vrtčevske kuhinje pri otrocih pomembno prispevajo k vzgoji za zdravo prehranjevanje (Gabrijelčič Blenkuš idr., 2005, str. 18). Velika motivacija in spodbuda, da otroci poskusijo določeno jed, je, da pri obrokih sedijo za isto mizo s svojimi najboljšimi prijatelji ali z vzgojiteljico, ki »kritično« jed z veseljem jedo. Še posebej zanimiva in spodbudna za otroke so obedovanja na prostem. Pri tem, da otrok poskusi in je določeno hrano, nam lahko tudi zelo pomaga lutka. Za vsak organiziran obrok je treba zagotoviti ustrezen čas, da otroci ne hitijo pri jedi, in okolje, ki spodbuja pozitiven odnos do prehranjevanja. Vzgojitelji so otrokom vzor pri prehranjevanju. Priporočljivo je, da vzgojitelj zaužije obrok skupaj z otroki v skupini. Otroke poučimo o kulturi lepega vedenja pri mizi (Gabrijelčič Blenkuš idr., 2005, str. 36).

Igre in zdrava prehrana

V zadnjem desetletju beležimo pomembne premike v teoriji in praksi institucionalne predšolske vzgoje pri nas. V ospredje se postavlja potreba po zagotavljanju kakovosti na vseh področjih. Zdravstveni vidik v vrtcu vključuje po mnenju Seher Zupančičeve (2006) več vidikov, med katerimi je tudi zagotavljanje kakovostne prehrane in pravilnega odnosa do prehranjevanja v vrtcih in spodbujanje telesnih dejavnosti. Splošno znano je, da je kakovostna prehrana nujna za zagotavljanje optimalnega razvoja vsakega otroka. Zgolj kakovostna prehrana pa še ne zagotavlja zdravega življenjskega sloga, če otrok nima možnosti pridobivanja in razvijanja zdravih prehranjevalnih navad. Le te si otrok pridobiva z aktivnim učenjem že v zgodnjem otroštvu, učinki pridobljenih prehranjevalnih navad pa se manifestirajo tekom celega življenja, saj vplivajo na izbiro živil in na način prehranjevanja (Lepičnik Vodopivec, Hus, 2007). Z uveljavitvijo Kurikuluma za vrtce (1999), ki daje strokovno oporo za delo v vrtcih, je bila sprejeta zavestna odločitev, da je aktivno učenje in zagotavljanje možnosti za izražanje predšolskih otrok pomembno načelo kurikula. Z aktivnim učenjem otrok pridobiva ključne izkušnje, ki zaznamujejo njegov kasnejši razvoj. V zgodnjem obdobju otrokovega življenja ima ključno vlogo igra, ki nastaja kot otrokova notranja potreba po gibanju, dejavnosti in delovanju (Lepičnik Vodopivec, Hus, 2007). Pogledi mnogih strokovnjakov, ki se ukvarjajo z vprašanji otroka in njegovega razvoja, čedalje bolj poudarjajo pomen aktivnega učenja otrok, ki otrokom omogoča pridobivanje neposrednih izkušenj, njihovo sprotno preverjanje in kreiranje novih znanj, ki so otroku v pomoč pri razumevanju sebe in okolja. Za majhnega otroka je takšno učenje igra, ki je seštevek različnih aktivnosti (Lepičnik Vodopivec, Hus, 2007).

Dejavnosti v vrtcu: Pravljice za pogovor

Za uvodno motivacijo otrok smo prebrali nekaj pravljic na temo zdrave prehrane:

<u>Škrat Brokolinko in Pametne glave so zdrave</u>

Cilji:

– Otrok se seznani z zdravo in nezdravo prehrano,

– otrok se seznani, da obstajajo vitamini v nekateri hrani, ki so pomembni in potrebni za naše telo,
– otrok se seznani, da moramo vsak dan jesti sadje in zelenjavo ter drugo zdravo hrano.

Gogi in melonin sok

Cilji:

– Otrok se seznani, da je melona zelo zdravo sadje,
– otrok se seznani, da potrebujemo veliko vitaminske hrane, ko smo bolni oz. da hrana z veliko vitaminov tudi zdravi,
– otrok se seznani z načinom priprave hrane (stisnjena melona, melonin sok).

Gogijev rojstni dan ter Špargljeva zabava

Cilji:

– Otrok se seznani s špargli (kje rastejo, kako se jim še reče, so zdravi ...),
– otrok spoznava, da torta ni primerna hrana, ko se ne počutimo zdravi,
– otrok spoznava, da špargli lahko zelo blagodejno vplivajo na naše počutje,
– otrok spoznava, da tudi v naravi raste zdrava hrana, ne samo kot vzgojena rastlina.

Igre na temo zdrave prehrane

Z otroki smo izdelali plakat in didaktične igre na temo zdrave prehrane, katerih cilji so predvsem:

– spodbujanje razvoja zdravih prehranjevalnih navad,
– seznanjenje s prehransko piramido in zdravo hrano,
– spodbujanje razvoja grobe in fine motorike ter sposobnosti zaznavanja,
– spodbujanje kognitivnega, socialnega in emocionalnega razvoja.

Plakat z zdravo in nezdravo hrano: V drevesni diagram (ena krošnja je namenjena zdravi, druga nezdravi hrani) so otroci slike živil razvrščali med zdravo in nezdravo hrano. Ob tem so argumentirali svojo odločitev.

Labirint: V labirintu so otroci poiskali pot, ki jih je pripeljala do zdrave hrane. Ob tem so poimenovali in opisovali posamezna živila, ki so jih srečali v labirintu.

Spomin: Pri igri spomin so otroci odkrivali slike živil, jih opisali in iskali pare. Ugotavljali so, katera živila sodijo med zdravo hrano in katera ne.

Sestavljanka: Otroci so iz delov sestavljanke sestavili celoto, poimenovali in opisali posamezna živila. Živila so uvrščali med zdravo hrano.

Obisk sadjarja

V vrtcu nas je obiskal sadjar in s seboj je prinesel nekaj vrst sadja in zelenjave. Sadjar je otrokom predstavil svoj poklic ter jim povedal, kaj vse lahko kupijo pri njem. Podrobno jim je predstavil sadje in zelenjavo, ki jo je prinesel s seboj. Imeli so ga možnost otipati in poskusiti. Otroci

so v sodelovali pogovoru in mu postavljali vprašanja, ki so jih zanimali. Po pogovoru so otroci skupaj s sadjarjem postavili kotiček tržnica, kjer so prodajali sadje in zelenjavo. Iz papirja so imeli narejen denar, s katerim so lahko plačevali. Sprva je bil prodajalec sadja in zelenjave sadjar, otroci pa so bili kupci. Nato so vloge zamenjali. Po sadjarjevem odhodu je v kotičku ostala tržnica, kjer so se lahko otroci tudi kasneje igrali. Otroci so spoznali poklic sadjarja in zdravo hrano, ki jo lahko kupijo pri njem. Sodelovali so pri pogovoru z upoštevanjem drug drugega. Otroci so usvajali osnovna pravila vedenja in komuniciranja pri nakupovanju in prodaji ter se učili uporabljati vljudnostne izraze. Otroci so spoznali poklic sadjarja.

Obisk kuhinje

Z otroki smo obiskali kuhinjo v našem vrtcu. Pričakala jih kuharica, ki jih je seznanila z načinom priprave zdrave prehrane v vrtcu. Predstavila jim je pripomočke in sestavine za kuhanje. Otroci so ji postavljali vprašanja in sodelovali pri pogovoru. S kuharico se dogovorili za pripravo juhe, ki jo bodo otroci pripravili v igralnici, kuharica jo bo skuhala. Otrokom je dala nože in lonec za pripravo zelenjavne juhe. V igralnici smo skupaj pripravili vse potrebno za kuho zelenjavne juhe. Otroci so z jedilnimi noži rezali zelenjavo, ki je bila že v naprej pripravila. Zelenjavno juho smo kuhali po receptu, ki je bil obogaten s slikami in so ga lahko otroci brali sami. Ker so otroci sami pripravili zelenjavno juho, so jo z užitkom pojedli. Otroci so spoznajo kuhinjo kot del vrtca. Spoznajo so delo v kuhinji in delo kuharjev in kuharic. Spoznajo so pripomočke in sestavine za kuhanje. Otroci so se sami preizkušali kot kuharji in pripravili zelenjavno juho. Upoštevali so medsebojno sodelovanje in ohranjali dobre medsebojne odnose. Nudili pomoč drug drugemu.

Obisk čebelarja

Z otroki smo se odpravili na obisk k čebelarju, ki nas je popeljal v svet čebel, čebelarstva in pomena čebele za človeka. Čebelar je otrokom predstavil svoj poklic ter jim povedal naloge, ki jih opravlja. Otroci so v pogovoru sodelovali in mu postavljali vprašanja, ki so jih zanimali. Čebelar jim je podrobno predstavil vrste medu, čebelarsko orodje in pripomočke. Otroci so različne vrste medu preizkušali, opazovali in ugotovili, da se med razlikuje po barvi, vonju in okusu. Čebelar je otrokom predstavil čebelo, nato jih opozoril na nevarnost pikov. Pokazal jim je obvezno zaščitno čebelarsko obleko. Veliko je povedal o opraševanju in pomenu čebele v kmetijstvu. Otroci so spoznali poklic čebelarja in pomen čebel v našem okolju kjer živimo. Sodelovali so pri pogovoru in upoštevali drug drugega. Otroci so usvajali osnovna pravila vedenja in komuniciranja na obisku. Otroci so spoznali kako je zgrajena družba in se seznanili z različnimi funkcijami bližnjega okolja.

Obisk eko kmetije

Z otroki smo se odpravili na obisk kmetije, kjer smo spoznali pomen EKO kmetije. Ob prihodu smo ugotovili, da je na kmetiji nekaj drugače kot na drugih kmetijah. Otroci so ugotovili, da živali niso v hlevu, čeprav ga imajo, ampak se prosto gibljejo po kmetiji skozi vse leto. Gospodar nam

je povedal, da ima postavljenih veliko pravil in da ima tudi kontrole dela. Ne smejo uporabljati umetnih gnojil, živina se mora gibati prosto, pogosto pa krave telijo kar na travniku. Vsak dan morajo pregledati pašnike, da so živali varne in da kam ne zaidejo. Otroci so z zanimanjem opazovali živali. Po ogledu eko kmetije smo pa se veliko pogovarjali o zdravem načinu življenja. Otroci so spoznali Ekološko kmetijo, njihove živali ter kmetovanje na ekološki način. Spoznali so bistveno razliko kmetovanjem na tradicionalni in ekološki način. Upoštevali so medsebojno sodelovanje in ohranjali dobre medsebojne odnose.

Obisk zeliščarke

V vrtec smo povabili zeliščarko. Pripravila nam je peharje z različnimi zelišči. Otroci so zelišča aktivno preizkušali z različnimi čutili. Z dotikom, vonjem in okusom so tako spoznali citronko, meto, meliso, timijan ter mnoga druga zelišča. Zeliščarka je otroke povabila, da so odtrgali drobne vejice, ki so jih gnetli med prsti. S tem so prišli do spoznanja, da zelišča oddajajo še večji vonj, če so pregnetena. Na koncu nam je zeliščarka pripravila različne čaje iz kamilice, mete in melise. Otroci so tako spoznavali različne okuse čajev in razliko v barvi čajev (nekateri so bili svetlejši, nekateri temnejši). Otroci so spoznali zeliščarko in zdravilne rastline ter njihov učinek, gojenje rastlin in nabiranje. Usvajali so postopke priprave različnih vrst čajev.

ZAKLJUČEK

Velikokrat je potrebno poudarjati, kako pomembno je sodelovanje vseh (starši, vzgojitelji, organizatorji prehrane), ki so povezani s prehrano. Vloga vzgojitelja pa je ključnega pomena, saj se prehranjevalne navade oblikujejo že v vrtcu, v zgodnjem otroštvu. Naloga vseh nas v vrtcu pa je skrb za dobro počutje otrok in ohranjanje njihovega zdravja. Pomembno je tudi povedati, da se lahko pojavijo težave, kako postopiti in s kakšnimi metodami otrokom približati hrano, kako ga motivirati da bo oblikoval zdrave prehranjevalne navade. Težave rešujemo z dostopnostjo in raznolikostjo hrane, ki jo želimo približati otroku. Vzgojitelji si najlažje pomagamo z didaktičnimi strategijami in pripomočki: likovno in gibalno izražanje, lutka, pesem, pravljica in pogovori z otroci med uživanjem hrane. Poleg tega, da otroka spodbujamo k zdravemu načinu življenja, ne smemo pozabiti, da je za zdrav razvoj pomembno tudi uživanje kakovostne, raznolike in zdrave hrane.

Viri in literatura

1. Bosnič, R. (2001). *Pomen prehrane*. Idrija, ABC Merkur, d. o. o.
2. Brdnik, S. (2011). *Bodi kul, bodi fit – mala šola zdrave prehrane in gibanja za otroke in*
3. Gabrijelčič Blenkuš, M., Pograjc, L., Gregorič, M., Adamič, M., in Čampa A. (2005). *Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (od prvega leta starosti naprej).* Ljubljana: Ministrstvo za zdravje.
4. Hlastan Ribič, C. (2008).*Praktikum jedilnikov zdravega prehranjevanja.*
5. Klopčič, A. (2012). *Gogi in melonin sok*. Lukovica: Eko knjiga.
6. Klopčič, A. (2012). *Gogijev rojstni dan in špargljeva zabava*. Lukovica: Eko knjiga.

7. *Kurikulum za vrtce: predšolska vzgoja v vrtcih.* (2004). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod RS za šolstvo.
8. Lepičnik Vodopivec, J., in Hus, V. (2007). *Z igro spodbujamo zdravo prehranjevanje pred šolskih otrok v vrtcu*. Maribor: Pedagoška fakulteta.
9. Mrzlikar, H. (1997). *Prehrana zdravega in bolnega otroka*. Ljubljana: Kmečki glas.
10. Polunin, M. (1999). *Zdravilna hrana.* Ljubljana: Domus.
11. Republika Slovenija, Ministrstvo za zdravje. (2007). *Strategija Vlade Republike Slovenije na področju telesne (gibalne) dejavnosti za krepitev zdravja od 2007 do 2012.*
12. Volmert, J., in Szesny, S. (2004*). Škrat Brokolino ali Pametne glave so zdrave*. Ljubljana: Založba Kres.
13. *Zdrav dojenček in otrok*. (2004). Ljubljana: Slovenska knjiga.
14. Zupančič Seher, M. (2006). Zdravstveni vidik kakovosti. V*: Kakovost v vrtcu*. Supra, Ljubljana.

Delo z učenci s čustvenimi in vedenjskimi težavami

MONIKA RAVNIKAR BOBNAR, *prof. razrednega pouka*
mrbobnar@gmail.com

Povzetek: V šoli se učitelji vse pogosteje srečujemo z učenci, ki imajo posebne potrebe. Sem spada več kategorij otrok s posebnimi potrebami. Osredotočila se bom na učence, ki imajo čustveno-vedenjske motnje. Učenci s čustvenimi in vedenjskimi motnjami se v šoli, pri pouku, hitro opazijo, saj nase opozorijo z neustreznim vedenjem. Največkrat se o njih govori na pedagoških sestankih. Predstavljajo velik izziv vsem učiteljem, ki jih poučujejo, saj hočejo pridobiti pozornost na način, ki učiteljem ni ustrezen. Opisala bom nekaj primerov, kako sem v razredu te težave skušala reševati, včasih bolj, drugič manj uspešno. Pomemben je primeren pristop, s katerim lahko dosežemo, da pouk v razredu lahko vzdržno poteka. Najboljše je vedno preprečiti, da do težav sploh ne pride. Potrebne so različne metode in različni pristopi.

Ključne besede: posebne potrebe, otroci, čustveno-vedenjske motnje

Abstract: At school teachers are increasingly meeting children with special needs. This includes several categories of children with special needs. I will focus on children with emotional and behavioral disorders are quickly noticed at school in class as they draw attention to themselves with inappropriate behavior. They are most often discussed at pedagogical meetings. They pose a major challenge to all teachers who teach them, as they want to gain attention in a way that is not appropriate for teachers. I will describe some examples of how I tried to solve these problems in class, sometimes more other times less successfully. An appropriate approach is important to ensure that classroom teaching can be sustainable. It is best to always prevent problems from occurring at all. Different methods and different approaches are needed.

Key words: special needs, children, emotional-behavioral disorders

UVOD

Pomen izraza »posebne potrebe« se je spreminjal glede na čas in okolje, saj je bilo od tega odvisno, kako bodo v družbi delali z osebami, ki imajo posebne potrebe. Stroka si je prizadevala, da bi bile osebe, ki so imele posebne potrebe, čim manj stigmatizirane. V skupino otrok s posebnimi potrebami, kot jih opredeljuje zakon (ZUOPP-1), spadajo tudi otroci s čustvenimi in vedenjskimi motnjami.

Kdo so otroci s posebnimi potrebami?

Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (2007, 2. člen) določa, da so otroci s posebnimi potrebami otroci z motnjami v duševnem razvoju, slepi in slabovidni otroci oziroma otroci z okvaro vidne funkcije, gluhi in naglušni otroci, otroci z govorno-jezikovnimi motnjami, gibalno ovirani otroci, dolgotrajno bolni otroci, otroci s primanjkljaji na posameznih področjih učenja, otroci z avtističnimi motnjami in otroci s čustvenimi in vedenjskimi motnjami.

V Zakonu o osnovni šoli (ZOsn-F 2007, 5. člen) sta dodatni dve kategoriji otrok s posebnimi potrebami. Po tem zakonu so otroci s posebnimi potrebami tudi učenci z učnimi težavami in nadarjeni učenci (Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami, ZUOPP-1).

Učenci s čustvenimi in vedenjskimi težavami

Opredelitve otrok s posebnimi potrebami so različne. Učenci, ki imajo čustvene in vedenjske težave, prav tako spadajo med otroke, ki imajo posebne potrebe. Otroci s čustvenimi in vedenjskimi težavami so otroci z disocialnim vedenjem, ki je intenzivno, ponavljajoče in trajnejše ter se kaže z neuspešno socialno integracijo. Do motečega vedenja pride zaradi:

- genetske predispozicije (biološki, organski),
- psiholoških dejavnikov (nižje sposobnosti, emocionalna nestabilnost …),
- socialnih dejavnikov (razvojno neugodne družinske razmere: avtoritativna vzgoja, popustljiva vzgoja, kaotična vzgoja, vzgojna zanemarjenost. Otrok, se na svoj način brani, da bi lažje prišel do zastavljenega cilja (se upira, laže, izmika, obtožuje druge …) (Kobolt, 2011).

Motnje se izražajo kot moteče vedenje ali čustvene motnje. Največkrat pa je kombinacija obojega, pri tem velja pomniti, da lahko prevladujejo čustvene ali vedenjske motnje. Pretežno čustvene in vedenjske težave so:

- klepetanje, nesledenje pouku,
- neredno učenje, občasno neizpolnjevanje dolžnosti,
- občasno zamujanje, izostajanje od pouka, površnost, »pozabljanje«, »zgubljanje«, neurejenost šolskih potrebščin,
- igranje med poukom (Kobolt, 2011).

Pretežno čustvene in vedenjske motnje:

- klovnsko, pavlihasto vedenje,
- prepiranje, zafrkavanje, žalitve, ustrahovanje,
- zvračanje krivde na druge,

- nastopaštvo, hvalisanje,
- agresivno odzivanje, vedenje (ali užaljen umik),
- pogosto, trajno izmikanje šolskim dolžnostim,
- odkrito odklanjanje učenja, učiteljev, šole,
- pogosto izostajanje od pouka,
- splošna nezainteresiranost, apatičnost,
- delna ali splošna učna neuspešnost (Kobolt, 2011).

Hude čustvene in vedenjske motnje:
- agresivno vedenje (pretepanje, mučenje, ustrahovanje, obračunavanje brez neposrednih spodbud, brez izzivanja),
- povzročanje škode, uničevanje, vandalizem,
- tatvine (sošolcem, učiteljem, staršem, v trgovinah itd.),
- druženje z disocialnimi nameni (enako problematični),
- uživanje alkohola, dilerstvo,
- prestopniško vedenje (delinkvenca), prekrški, izvrševanje kaznivih dejanj (Kobolt, 2011).

K otroku s čustveno-vedenjskimi težavami moramo pristopiti premišljeno. Pri tem moramo opazovati, kakšno je izstopajoče vedenje, kako pogosto in intenzivno se pojavlja, pri tem smo pozorni, če ovirajo otrok razvoj. Treba je pripraviti individualiziran program. Pri tem sodelujejo starši otroka s posebnimi potrebami, otrok s posebnimi potrebami, učitelj razrednik, učitelj DSP, svetovalna delavka ter zunanji sodelavci: zdravnik, pedopsihiater, psiholog, člani komisije za usmerjanje, CSD. Za oceno, da gre pri otroku za težavo, morajo biti prisotni naslednji kriteriji (Kobolt, 2009, str. 9):
- da se čustvena in vedenjska slika pojavlja skozi daljše časovno obdobje,
- da je vedenjski ali čustveni problem resen,
- da gre za ogrožanje posameznikovega razvoja,
- da z običajnimi ter razpoložljivimi spremembami okolja ravnanja nismo uspeli ublažiti.

Vsako leto je več učencev s čustveno-vedenjskimi motnjami. Če nam uspe pravočasno nuditi pomoč, ki mora biti primerna, se le-te motnje ne spremenijo v dolgotrajne. Večkrat opazimo posamezne učence, ki imajo tekom šolanja občasne oblike čustveno-vedenjskih motenj. Ob primerni in zgodnji pomoči se le-te ne spremenijo v dolgotrajno motnjo.

Pomoč otrokom z vedenjskimi in čustvenimi težavami v osnovni šoli

Otrokom z vedenjskimi in čustvenimi težavami lahko pomagamo, če poznamo dejavnike, ki vplivajo na njegove težave. Prva opora otroku so družina in starši. Če se starši z otrokom veliko ukvarjajo že od malih nog, bodo vedeli, kako bo otrok odreagiral ob problemih in kako se otrok počuti ob težavah. Več, ko se ukvarjajo z njim, lažje mu bodo znali pomagati rešiti težave, ki jih sam ni sposoben (Brus, 2010). Poleg družine je zelo pomemben dejavnik šola, ki zelo vpliva na otrokovo življenje in njegov razvoj. Učenci z vedenjsko-čustvenimi težavami potrebujejo timski pristop, največ pa lahko naredi učitelj sam, vsi drugi mu le

pomagajo. Velik del vzgojno-izobraževalnega procesa je namenjen reševanju neustreznega vedenja. Najbolje je preprečiti nastanek motečega vedenja, kjer je potrebno veliko različnih metod in različnih pristopov, za kar je težko reči, da so vse uspešne za vse učence s čustveno vedenjskimi motnjami (Brus, 2010).

Vpliv časa na učence

Poučujem že veliko let na osnovni šoli na razredni stopnji. Srečala sem se že z mnogimi učenci in opažam, da se povečuje število učencev, ki imajo čustveno-vedenjske težave. Hodila sem na različne seminarje, ki so mi pomagali, da sem učence s čustveno-vedenjskimi motnjami bolje razumela. Naučila sem se različnih metod reševanja težav in kmalu spoznala, da učenci, ki imajo čustveno-vedenjske težave, potrebujejo različne pristope. Učenci, ki imajo čustveno-vedenjske motnje, imajo zelo radi znan urnik. Vsako jutro sem pred prvo uro na tablo najprej napisala urnik. Iz razreda sem odmaknila vse ure, saj so le-te negativno vplivale na celoten razred. Učenci so že pet minut pred zvonjenjem šolskega zvonca o naznanitvi konca pouka pospravljali stvari v torbo. Na ta način so zamudili del ure, napoved domače naloge in zmotili učiteljico ter ostale učence v razredu. Z odstranitvijo ure sem dosegla, da so učenci sledili pouku do konca šolske ure. Odstranitev ure pa ni bila rešitev za učence, ki sem jih učila naslednje leto, saj je ves čas en učenec, ki ni imel ure, spraševal sošolce, koliko je ura, kdaj bo konec ure, kdaj bo kosilo … Takrat sem se odločila, da uro postavim nazaj v razred, napišem ure zvonjenja in prosim učence, da sami gledajo na uro, brez dodatnega spraševanja ostalih. Učencem je bilo to všeč, še posebej omenjenemu učencu, ki se je neverjetno umiril. Pri predmetih, ki učenca s čustveno-vedenjsko motnjo niso zanimali, sem naredila na tablo strukturo, kjer sem po točkah napisala, kaj bomo to uro delali pri pouku. Ko smo določeno stvar končali, sem iz table izbrisala del, ki smo ga opravili. Tako so lahko vsi učenci sledili uri, saj sem na tak način dosegla njihovo pozornost, ker so se veselili, da smo del nalog že opravili.

Klepetanje

Večna težava v razredu je tudi neprestano klepetanje. Že odrasli radi klepetamo med raznimi sestanki, seveda niso učenci nič drugače. Kljub temu da je večina klepetanja v zvezi s snovjo, je hkrati moteče za pouk, če se pogovarjajo med seboj in ne sodelujejo v skupini. Poskusila sem učence usmeriti, da bi klepetanje zapisali na list papirja. V večini primerov je to delovala, vendar ravno pri učencih, ki so bili najbolj glasni in hkrati najbolj moteči, se ta metoda ni obnesla. To so učenci s čustveno-vedenjskimi motnjami.

Nekega dne sem v razred prinesla veliko svečo. Pri pouku naravoslovja smo ravno imeli temo o gorenju, zato mi je ta sveča pomagala pri poskusu. Najprej sem povedala, kaj vse vpliva, da sveča gori. Naredili smo nekaj poskusov. Nato pa je ta sveča postala pravljično bitje. Učence sem preko pravljice vodila do sveče, ki je bila kar naenkrat del nas, bila je moja pomočnica. Rekla sem jim, da morajo biti čisto tiho, ko sveča gori, saj ima takrat vso pozornost sveča. Ko bo sveča ugasnila (ugasne jo

učitelj), pa lahko povedo svoje mnenje z dvigom roke. Vendar pa morajo govoriti zmerno glasno, saj je sveča, ko ni gorela, spala. Odziv učencev je bil zelo dober. Učenci, ki imajo čustveno-vedenjsko motnjo, so se v svečo zagledali in jo opazovali. Včasih so z mislimi odtavali, zato sem z zgodbico nadaljevala. Rekla sem, da bi bila sveča res vesela, če dobro poslušajo, kar govori učiteljica in si poskušajo zapomniti vsaj del snovi. Nekateri učenci so me res prijetno presenetili. Sveča je na marsikoga delovala pomirjeno. Svečo sem uporabila tudi, ko je bilo na vrsti tiho delo. Seveda sem vedno dovolila, da učenci med samostojnim delom kaj vprašajo, povedo, če so dvignili roko, tudi če je sveča gorela.

Neprimerne besede

Učenci prihajajo iz različnih okolij in vsak izmed njih prinese s seboj svoje navade in različen besedni zaklad, ki je pri nekaterih bolj, pri drugih pa manj bogat. Vsekakor pa nismo veseli, kadar je v razredu učenec, ki ima namesto primernega besednega zaklada, besede, ki so neprimerne, otrokom rečemo grde besede, velikokrat prav kletvice. Otroci s čustveno vedenjskimi motnjami velikokrat uporabljajo neprimerne besede, saj pravijo, da se s tem hitreje pomirijo. Ob uporabi kletvic jih vprašam, kaj te sočne kletvice pomenijo in skoraj vedno me pogledajo nejeverno, skomignejo z rameni in rečejo, da ne vedo.

Dr. Leonida Zalokar, ki je ravnateljica Vzgojnega zavoda Planina, v intervjuju pravi, da lahko kletvice pri otroku pomenijo marsikaj in da tukaj ni enakega odgovora. Otrok lahko kletvice uporablja zato, ker na tak način izraža stisko, nezadovoljstvo, nejevoljo, kar se je pravzaprav naučil pri njemu pomembni odrasli osebi, npr. pri nezadovoljni, nejevoljni, jezni materi, stari mami, učiteljici, vzgojiteljici, očetu, dedku ... Pravi, da drugega odgovora tu ne more biti. Otrok se je takšne komunikacije naučil in jo v nekaterih primerih lahko uporablja povsem spontano. Seveda pa lahko otroci s kletvicami skušajo tudi pridobiti pozornost npr. preko druženja z vrstniki, ki se mu najpogosteje ob uporabi kletvice smejijo, kar mu ugaja. Otroci se preko medsebojne komunikacije socializirajo in želijo, da jih sovrstniki sprejmejo – kletvica kot sredstvo »pomembnosti«, da si »upa« in da je »frajer« in sredstvo »biti viden«. Nekateri otroci so vidni in opaženi le na ta način, pojasni ravnateljica (Bogastvo zdravja, b. l.).

V šoli se moramo učitelji spopadati s sočnimi kletvicami, ki pridejo iz ust tudi najmlajših. Učenci na razredni stopnji ne uporabljajo kletvic zato, da bi bili opaženi ali da bi se počutili pomembni, niti ne, ker bi si dajali med seboj izzive, da si upajo, oni uporabljajo kletvice spontano, ker so jih slišali od odrasle osebe, ki je otroku pomembna. Mnogo učencev na razredni stopnji je zgroženih, ko slišijo neprimerno besedo in seveda hitro povedo učitelju. Nekaterim učencem pa pod različnimi pritiski neprimerne besede kar zletijo iz ust. Da bi zmanjšali uporabo neprimernih besed, je nujno sporočiti staršem, katere besede njihovi otroci uporabljajo. Za zelo dobro se je izkazalo, da sem v razredu nastavila prazno škatlo, na njo napisala »grde besede« in učencem razložila, da v to škatlo spadajo vse grde besede in kletvice, ki jih želijo

povedati. Namen je bil, da grde besede oz. kletvice ne izgovorijo, ampak jo zapišejo na list. Učenci se tega niso mogli držati, saj so nekaterim sočne kletvice kar same letele iz ust, zato sem jim rekla, da vsako neprimerno besedo, ki jo izrečejo, napišejo na list, se nanj podpišejo, napišejo datum in vržejo v škatlo z »grdimi besedami«. Na govorilnih urah pa sem ta listek, na katerega je učenec sam napisal neprimerne besede, pokazala staršem. Starši so bili vidno pretreseni, ko so videli, kakšne besede izgovarja njihov otrok. Tudi učenci sami so opazili, da teh besed, ki jih izgovarjajo, ni malo, saj so se listki kar kopičili. S časoma pa je bilo teh listkov čedalje manj. Učencu, ki je uspelo zmanjšati število napisanih listkov z neprimernimi besedami, sem izrekla veliko pohvalo.

Dnevnik vedenja in glasba

Vemo, da glasba vpliva na človeka. Različna glasba različno vpliva na ljudi. Deluje lahko pomirjevalno, vpliva na razvoj osebnosti, pomaga ustvariti dobre medsebojne odnose in preusmeri neprimerno obnašanje. Različne starostne skupine sprejmejo različno glasbo. Mladostniki navadno sprejmejo glasbo, ki je trenutno popularna. Pri učencih na razredni stopnji pa velja, da poleg popularne glasbe še vedno radi poslušajo otroške pesmi. Glasba pa ne vpliva le dobro na posameznika, če jo posluša, ampak tudi če jo igra. V razredu sem imela učenca s čustveno-vedenjsko motnjo, ki se sprva ni trudil izboljšati svojega vedenja. S tem učencem sem izvajala tudi dodatno uro pomoči, zato sva se dobivala enkrat na teden preduro. Na tej preduri sva se, poleg učenja, tudi veliko pogovarjala. Pogovarjala sva se tudi, kako bi lahko izboljšal svoje vedenje v razredu. Uvedla sva dnevnik vedenja, pri katerem sem vsako šolsko uro beležila z emotikoni njegovo vedenje.

Ura	Ne motim pouka s petjem in klepetanjem.	Spoštljivo komuniciram.	Se ne gugam na stolu.	Ne kričim.	Opravim domačo nalogo.
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					

Slika 1: Dnevnik vedenja
Vir: Lasten

Slika 2: Poimenovanje emotikonov
Vir: Lasten

Najin dogovor je bil, da si pridobi nagrado, če v celem tednu izbere dovolj Smajlijev in čim manj Žalostnih. Resni so pomenili neko vmesno

obnašanje. Nagrado si je izbral sam. Vedela sem, da je njegova najljubša nagrada, ki jo je dobil od staršev, igranje računalniških igric. Zelo sem bila zaskrbljena, če mu bom v šoli lahko ponudila konkurenčno nagrado. Vendar otroci res vedno presenetijo. Na mojo veliko srečo imam v razredu klavir in učenec si je za nagrado izbral igranje na klavir. Glede na to, da klavirja ni znal nič igrati, želel pa je nanj igrati, sva nekaj minut namenila učenju igranja na klavirju. Učila sem ga preproste otroške pesmi, ki jih je vzljubil. Vadila sva vsak teden in ko je osvojil določeno pesem, sva se naučila novo. Pri tem je užival in večkrat veselo zraven tudi zapel. Zmenila sva se, da bo lahko zaigral pred razredom. Pridno je zbiral Smajlije in pridno vsak teden na preduri vadil klavir. Ko je brez napake odigral tri pesmi, sva se dogovorila, da zaigra pred sošolci. Sošolci so ga poslušali in ga nagradili z bučnim aplavzom, sam pa se jim je ponosno priklonil. Povedal mi je, da je bila to zanj velika nagrada. Z glasbo sva nadaljevala celo leto. Povedal mi je, da si je zbral res najboljše darilo in da je pri tem užival. Doma pa so ga vpisali v glasbeno šolo, kjer se bo učil igranja na bobne.

Čudežna škatla

Učenci, ki motijo pouk, potrebujejo dodatne naloge. Ne gre le za učence s čustveno-vedenjskimi motnjami, ampak za vse učence, ki ne morejo zdržati pri miru do konca ure. Včasih se zgodi, da na hitro in površno naredijo nalogo, ki jim jo dam, le da so prej prosti in lahko delajo nemir v razredu. Zato sem v razred prinesla »čudežno škatlo«, v kateri so različne naloge in pripomočki, ki jih imajo učenci radi, to so Rubikove kocke, križanke, sudoku, stikiji, žogica za sproščanje stresa, vrvica, kvizi, miselne igre, kratke zgodbe, smešnice idr. Učenec, ki nalogo konča prej in je le-ta narejena pravilno, si lahko iz čudežne škatle izbere stvar, ki mu je blizu in jo uporablja do konca šolske ure. Izkazalo se je, da se vsi učenci trudijo narediti najboljše in najlepše, da si lahko izberejo prijetne igre iz »čudežne škatle«. Najbolj pa sem bila vesela, da je »čudežna škatla« vplivala tudi na učenca s čustveno-vedenjsko motnjo, saj se je večinoma zelo trudil, da bi si lahko izbral kakšno stvar v škatli. Da sem spodbudila zanimanje, sem stvari v škatli menjala, tako učenci niso vedeli, kaj bodo v tej škatli našli.

ZAKLJUČEK

Tekom let sem ugotovila, da se je potrebno ves čas prilagajati razredu oziroma učencem v njem. Kar je uspelo v enem razredu, se je v naslednji generaciji pokazalo, da ne poteka po načrtih in kar je uspelo pri enem učencu s čustveno-vedenjsko motnjo, ni nujno pomagalo učencu z isto motnjo. Zato mora imeti učitelj v rokavu kar nekaj načinov, kako pritegniti učence k poslušanju, kako učence s čustveno-vedenjsko motnjo motivirati za delo ali včasih le umiriti, da lahko omogočimo nemoten pouk ostalim učencem. Pomembno je, da se z učencem, ki ima težave, pogovorimo in poiščemo načine motiviranja za delo.

Viri in literatura

1. A., Kobalt (2009). *Razumevanje in odzivanje na čustvene in vedenjske težave*. Pridobljeno s https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:doc-KDMQ0ECI/15544e0c-958c-4f9a-9b7b-58630e18e1eb/PDF

2. A., Kobolt. (2011). Razumevanje in odzivanje na čustvene in vedenjske težave. *Socialna pedagogika. 15*(12).
3. *Revija bogastvo zdravja*. (b. l.). Pridobljeno s https://www.bogastvozdravja.si/odnosi-in-druzina/otroci/1365-grde-besede-iz-otrokovih-ust
4. S., Brus. (2010). *Pomoč učencem z vedenjskimi in čustvenimi težavami v osnovni šoli* (magistrsko delo). Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta. Pridobljeno s - http://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:doc-ZRFQ6NHM/0aa20908-e042-4ca2-8f73-169f2f153f6b/PDF
5. Zakon o usmerjanju otrok posebnimi potrebami (ZUOPP-1). (2011). *Uradni list RS*, št. 58/11, 40/12. Pridobljeno s http://pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO5896

Učenje skozi življenje

ANA VELIČKI, *prof.*
ana.velicki@os-sostanj.si

Povzetek: Vse življenje se učimo. Skupaj z nami rastejo tudi znanje in naše življenjske izkušnje. Ko odraščamo, se naši interesi spreminjajo in zanimati nas začnejo različne stvari. Življenje teče dalje in mnoge želje po izobraževanju lahko ostanejo neizpolnjene. Zato nam lahko učenje v starejših letih odpre nove svetove in spodbuja naš miselni razvoj še naprej. V teoretičnem delu članka so navedene spremembe v učenju skozi različne faze življenja in kakšna je vloga učitelja/mentorja. V praktičnem delu pa je prikazana obravnava enakega gradiva pri učni uri v 9. razredu osnovne šole in na univerzi za tretje življenjsko obdobje.

Ključne besede: mladostniki, odrasli, poučevanje, mentor, motivacija, komunikacija

Abstract: We learn through all our life. Along with us grows our knowledge and also our life experiences. When growing up, our interests change and we become engrossed in different things. Life goes on and many wishes for further education can remain unfulfilled. Therefore, studying later in life can open up new worlds and encourages our mental development. The theoretical part of the article lists changes in learning through different life stages and the role of a teacher / mentor. The practical part presents handling of the same study material in the 9th grade of primary school and at the Third Age University.

Key words: young students, adults, teaching, mentor, motivation, communication

UVOD

»Način učenja se prilagaja razvoju otroka, socialni situaciji in psihološkemu stanju mladostnika, odraslega in pozneje starejšega. Ker se življenje ljudi iz obdobja v obdobje zelo spreminja, se s tem spreminjajo tudi način izobraževanja, učne vsebine in cilji« (Krajnc, 2013).Za kakovostno poučevanje v različnih življenjskih obdobjih je dobro poznati razlike med poučevanjem mladostnikov in poučevanjem starejših, saj se ljudje z leti spreminjamo, imamo drugačne interese in izkušnje, ki nas izoblikujejo skozi življenje. V članku predstavljam bistvene razlike med poučevanjem mladostnikov in starejših odraslih, kako se izobražujemo v različnih obdobjih svojega življenja, in svoja spoznanja orišem na primeru prakse.

Izobraževanje v različnih življenjskih obdobjih

V različnih življenjskih obdobjih se posamezniki izobražujemo na različne načine. Krajnc (2013) deli izobraževanje na tri življenjska obdobja. V prvem obdobju izobraževanje poteka najprej doma, neformalno, s starši. Nato v vrtcu, kjer pa se izobraževanje že začne odvijati po učnem programu. Z vstopom v šolo otroci preidejo na formalno stopno izobraževanja. Skupaj s šolo pridejo tudi omejitve in usmeritve, ki lahko povzročajo upadanje vedoželjnosti in ustvarijo občutke prisile. »Otroštvo in mladost sta težki obdobji, saj sta podrejeni odraslim. Otrok v procesu socializacije doživlja vrsto omejitev, prepovedi in se mora podrejati zapovedim« (Krajnc, 2013). Odnos do izobraževanje se spremeni šele, ko o njem začnemo odločati sami, z izbiro o nadaljnjem izobraževanju. Mladi pridobijo občutek možnosti odločanja, izberejo si svojo smer izobraževanja in ne čutijo več toliko prisile. V drugem življenjskem obdobju postanemo mlajši odrasli. Pojavijo se družbeni in socialni pritiski (starševstvo, zakon, poklic, zdravje idr.), obenem pa je to obdobje največje družbene moči (na primer odločanje o politiki). »Odrasli so za izobraževanje motivirani, ker interes izhaja že iz nekih obstoječih razmer, vedo, kje bi novo znanje potrebovali« (Krajnc, 2013). Zmotno pa je razmišljati o izobraževanju le kot o šoli, saj se lahko izobražujemo marsikje in na različne načine. V odrasli dobi so to večinoma dodatna strokovna izpopolnjevanja, krožki, študij na daljavo, e-izobraževanje idr. Tretje življenjsko obdobje zaznamuje upokojitev, ki s sabo prinese mnoge spremembe. Ljudem se spremeni družbeni položaj, prekine se dolgoletna vsakodnevna rutina odhoda na delo, pretrgajo se socialne vezi z nekaterimi sodelavci oz. se začnejo izgubljati. Marsikdo se zaradi te nove situacije znajde v stiski, postane osamljen in se slabo znajde ter lahko podleže različnim boleznim. Vendar pa je lahko starost, jesen življenja, tudi drugačna. »Starejše čaka veliko sprememb. Vsak si mora na novo najti svoje mesto v družbi, vsebino življenja v zadnjih desetletjih, cilje in strukturirati svoj čas v skladu z osebnimi vzgibi in s skupnostjo, v kateri živi« (Krajnc, 2013).

Kadar se posamezniki odločijo za nadaljnje izobraževanje, naj bo to neformalno ali formalno v različnih študijskih krožkih, jih zaznamujeta močna motivacija in vedoželjnost. Ljudje imajo več časa zase, in če se zavestno odločijo, da želijo v tretjem življenjskem obdobju izkusiti tudi

kaj novega, pridobiti nova znanja, se jim lahko izpolnijo tudi sanje, za katere prej nikoli ni bilo časa. Velikokrat se starejši odrasli odločajo za izobraževanje tudi zaradi medsebojnega povezovanja in ohranjanja stikov z aktivnim življenjem.

Poučevanje starejših odraslih

Starejši odrasli se učijo, ker si to želijo. Findeisen (2013) to opredeli:

> »Učijo se iz želje, učenje jim postane pomembna dejavnost, postane jim način življenja, oziroma tista dejavnost, okrog katere se nemalokrat strukturira njihovo življenje. To je tako zelo res, da se takrat, ko 'ni šole' ne počutijo dobro, da komaj čakajo, da se jeseni spet prične. Starejši se učijo, ker jim je ob učenju prijetno, ker jih dela učenje bolj samozavestne, bolj darežljive, bolj tolerantne, ker se jim povečajo in razširijo zanimanja, ker se počutijo živi, ker jih zaradi učenja in izobraževanja okolje sprejema z zanimanjem, ker so njihovi domači na njih ponosni, ker z izobraževanjem potrdijo svojo avtonomnost.«

Izberejo si izobraževanja, ki jih zanimajo, jih navdušujejo, so jih želeli izkusiti v preteklosti, a za to ni bilo časa oz. niso imeli možnosti. Findeisen (2099) navaja, da se prebivalstvo stara in da je treba razmišljati o izobraževanju vseh skupin starejših za aktivnejše vključevanje v družbo po upokojitvi. Oblika izobraževanja in izobraževalnih programov naj bo odvisna od potreb in motivov udeležencev in tudi družbe. Findeisen (2009) prav tako opozarja, da starejši niso homogena skupina, so različnih let, iz različnih okolij, zato mora biti njihovi življenjski poti prilagojeno tudi nadaljnje izobraževanje (cilji, metode, vsebine dela). Starost morda prevečkrat povezujemo s stereotipi, kot na primer z upadanjem moči in slabšanjem spomina. Lahko pa uberemo lepši vidik s stališča izkušenj, ki so si jih starejši pridobili v obdobju svojega življenja. Pri tematiki, ki jim je domača, so zato suvereni in samozavestni, stisko pa jim lahko predstavljajo področja, ki so jim tuja in z njimi nimajo izkušenj. Izobraževanje ima pomemben in koristen vpliv na življenje v starejših letih, pozitivno vpliva na zdravje ljudi in njihove socialne vezi. Kump (2009) pravi, da

> »izobraževanje vpliva na izrabo in razvoj potencialov starejših odraslih (npr. samouresničevanje, osebnostna rast) in na krepitev njihove družbene moči, s tem pa tudi na zmanjševanje njihove marginalizacije, ki nastaja pod vplivom ekonomskih, socialnih, političnih in kulturnih dejavnikov. Skratka, z izobraževanjem starejših se utrjuje njihov družbeni položaj in integracija v družbo, spodbuja se delovanje starejših v skupnosti, povezovanje mladih in starih ter ustvarjanje družbe vseh starosti.«

Poučevanje mladostnikov

Lynne Cameron v knjigi *Teaching Languages to Young Learners* navaja, da so mlajši učenci pogostokrat bolj navdušeni in živahni učenci, trudijo se zadovoljiti učitelja in se manj ozirajo na sošolce. Pripravljeni so reševati naloge, četudi navodil ne razumejo dovolj dobro, obenem pa

hitreje izgubijo pozornost in motivacijo, ko pridejo do težjih nalog. Cameron (2005) pojasni, da se razlika med mladimi in starejšimi učenci pokaže v njihovem jezikoslovnem, psihološkem in socialnem razvoju, kar nas privede do razmisleka, kaj in kako poučevati v razredu. Dejavnikov, ki vplivajo na učenje mladostnikov, je veliko: predznanje, spoznavni, socialni in čustveni razvoj posameznika, medsebojni odnosi, motivacija, uspešnost pri delu, pričakovanja, zmožnosti in spretnosti, mišljenje, motiviranost idr. Zveza za psihologijo v šolah in izobraževanju (angl. Coalition for Psychology in Schools and Education) je leta 2016 v okviru Ameriške psihološke zveze (angl. APA) izdala publikacijo z naslovom Dvajset najpomembnejših psiholoških načel za poučevanje in učenje od vrtca do srednje šole, ki nazorno oriše koristna načela za poučevanje mladostnikov:

1. NAČELO: Prepričanja ali zaznave učencev o inteligentnosti in sposobnostih vplivajo na njihove spoznavne procese in učenje.
2. NAČELO: Predznanje učencev vpliva na njihovo učenje.
3. NAČELO: Učenčev spoznavni razvoj in učenje nista omejena s splošnimi fazami razvoja.
4. NAČELO: Osnova za učenje je kontekst, zato prenos učenja v nove kontekste ni spontan, ampak ga je treba spodbuditi.
5. NAČELO: Pridobivanje dolgoročnega znanja in spretnosti je pretežno odvisno od prakse.
6. NAČELO: Jasna, pojasnjevalna in pravočasna povratna informacija učencem je pomembna za učenje.
7. NAČELO: Samouravnavanje učencev pomaga pri učenju. Spretnosti samouravnavanja se je mogoče naučiti.
8. NAČELO: Učenčevo ustvarjalnost je mogoče spodbujati.
9. NAČELO: Učenci bolj uživajo pri učenju in so uspešnejši, kadar so bolj motivirani notranje kot zunanje.
10. NAČELO: Učenci dlje vztrajajo pri zahtevnejših nalogah in globinsko procesirajo informacije, takrat ko jih vodijo cilji obvladovanja namesto cilji dosežkov.
11. NAČELO: Pričakovanja učiteljev do učencev vplivajo na priložnosti, ki jih učenci posvečajo učenju, motivacijo učencev in njihove učne dosežke.
12. NAČELO: Kratkoročni cilji, ki so specifični in zmerno zahtevni, krepijo motivacijo bolj kot dolgoročni cilji, ki so splošni in prezahtevni.
13. NAČELO: Učenje poteka znotraj različnih socialnih kontekstov.
14. NAČELO: Medosebni odnosi in sporazumevanje so ključni za proces poučevanja, učenje pa tudi za socialni in čustveni razvoj učencev.
15. NAČELO: Dobro čustveno počutje vpliva na učno uspešnost, učenje in razvoj.
16. NAČELO: Pričakovanja o tem, kakšno naj bo vedenje v razredu, in socialna interakcija so naučeni in jih je mogoče oblikovati z uporabo ustreznih načel vedenja in učinkovitim poučevanjem.
17. NAČELO: Učinkovito vodenje razreda temelji na a) visokih pričakovanjih, b) dosledni skrbi za pozitivne odnose in c) zagotavljanju visoke stopnje podpore učencu.

18. NAČELO: Formativno in sumativno ocenjevanje sta pomembna in uporabna načina ocenjevanja, vendar zahtevata različne pristope in razlage.
19. NAČELO: Merjenje spretnosti, znanja in zmožnosti učencev je najbolje izvajati z ocenjevalnimi postopki, ki so psihološko utemeljeni in jih odlikujejo jasno opredeljeni standardi kakovosti ter nepristranost.
20. NAČELO: Razumevanje rezultatov ocenjevanja je odvisno od jasnosti, ustreznosti in od nepristranosti njegove razlage.

Če upoštevamo prej omenjena načela, se lahko poučevanje v vsakem razredu optimalno razvija, izboljšuje in vodi do zadovoljivih rezultatov vsakega mladostnika.

Primer obravnave besedila v 9. razredu OŠ in krožku na univerzi za tretje življenjsko obdobje (UNI3)

Extra reading • Life and culture

Welcome to Liverpool!
Do you know anything about Liverpool?

My name's Danny Gray and I live in Liverpool. It's in northwest England, on the River Mersey, and it's a great place to live. 'Liverpudlians' are warm, friendly people and we're very proud of our city.

In the nineteenth century, it was an important port and people came here from Ireland, the Caribbean and even China. Today, the population is 467,000 and more than 60 different languages are spoken here.

Liverpool is well known for its football, as you probably know. There are two big clubs, Liverpool and Everton, and the fans are passionate about their team. The world-famous horse race, the Grand National, takes place every year at Aintree, on the outskirts of the city.

Liverpool has been called the UK Capital of Pop. That's because a lot of singers and musicians from Liverpool have had number one hits. I expect you've heard of The Beatles. People called them 'the Fab Four' and, in the 1960s, they became the best-known band in pop history.

Visitors can go on a 'Fab Four tour' and see the four Beatles' old homes, their schools, places in their songs and the Cavern Club, where the group first played. I often go to the Cavern on Friday nights to listen to new bands.

At the weekend, my friends and I sometimes go to the Albert Dock – we look round the shops and have a drink at one of the cafés. There are galleries and museums there too. Liverpool's cathedral is the largest cathedral in Britain, and the fifth largest in the world. It's very popular with visitors. A few years ago Liverpool was the 'European Capital of Culture'.

This weekend my aunt and her family are staying with us. Today, we're taking them to the Museum of Liverpool Life, then we're going on a boat trip on the River Mersey. This evening we're having a Chinese meal at a restaurant in Chinatown.

Why don't you come and visit Liverpool one day?

About Liverpool slang
'Scouse' is a slang word for the dialect spoken in Liverpool. Its name comes from a type of stew. People who live in Liverpool are often called 'Scousers'. If you're in Liverpool, a drink is a 'bevvy', and trousers are 'kecks'. And don't say 'goodbye' – say 'ta-ra'!

Tasks

A **Read the text, then match 1–8 with a–h and make eight true sentences about Liverpool.**

1	Liverpool is a city	a	at the Cavern Club.
2	A 'Liverpudlian' is	b	people who live in or come from Liverpool.
3	The Mersey	c	came from Liverpool.
4	The Beatles	d	is one of the biggest in the world.
5	You can hear new bands	e	is a river.
6	Scousers are	f	have their own dialect, called 'Scouse'.
7	Liverpool's cathedral	g	someone from Liverpool.
8	The people of Liverpool	h	in the north of England.

B **Write about another city or town in Europe. Describe its location, population, main geographical features, and main tourist attractions. Find information in the library and on the internet.**

Unit 1 13

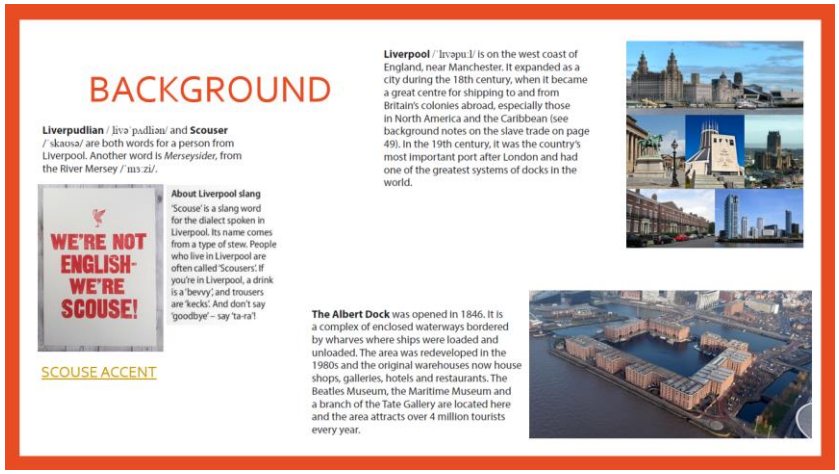
Slika 1: Wellcome to Liverpool! (Besedilo iz učbenika)
Vir: Messages 4

V obeh skupinah (9. razred OŠ in krožek na UNI3) sem izvedla uro bralnega razumevanja. Uporabila sem besedilo iz učbenika Messages 4, ki ga uporabljamo pri pouku angleščine v 9. razredu osnovne šole. V obeh skupinah učencev je vladala različna razredna klima. Zato sem se trudila vzdrževati dinamičnost, spodbujati učence pri delu, spodbujati komunikacijo, spodbujati k razpravi, spoštovati in dovoliti izražanje različnih mnenj in glede na razred/skupino preizkušati nove tehnike ter se trudila za kakovostno poučevanje. Opažam, da se vzdrževanje primerne klime v razredu med mlajšimi in odraslimi učenci razlikuje predvsem v primeru konfliktnih situacij, povezanih z neprimernim vedenjem v učilnici. Pri odraslih učencih disciplinskih težav pri pouku ni, ker so zanje notranje motivirani in se zavedajo primernega obnašanja.

Prepoznavanje slikovnega gradiva

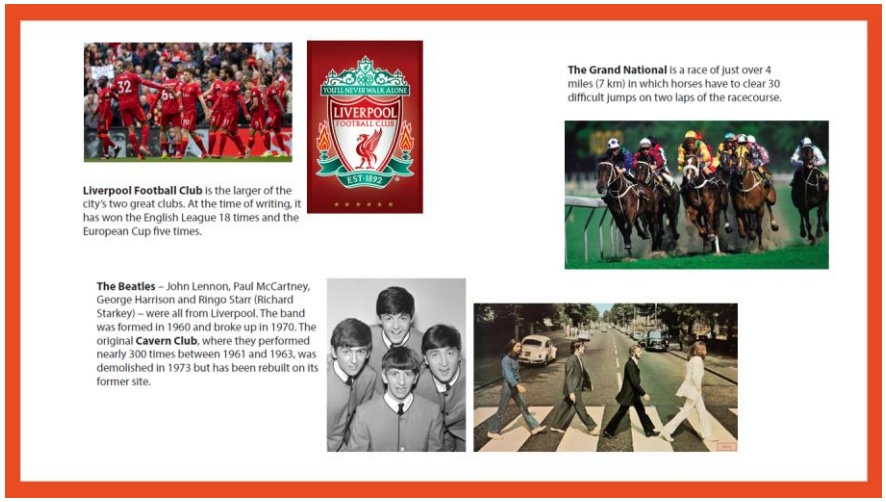
Že kar na začetku se je pokazala velika razlika med mlajšimi in odraslimi učenci. Pred obravnavo snovi sem predvajala pesem »Imagine« skupine The Beatles. Odrasli so pesem takoj prepoznali, ob poslušanju so tudi z velikim veseljem zapeli. Devetošolci pesmi niso poznali, na slikah so prepoznali le nogometne navijače (predvsem fantje so poznali omenjeni nogometni klub). Medtem pa so odrasli najprej opazili črno-belo fotografijo in na njej prepoznali slavno glasbeno skupino. Nemudoma je v skupini stekla živahna razprava in pogovor o njihovih najljubših pesmih, posameznih članih skupine in njihovih življenjih, njihovi zapuščini idr. Gospodje so prepoznali tudi nogometni klub. Dve udeleženki tečaja, ki sta Liverpool tudi obiskali, pa sta prepoznali tudi fotografijo mesta in z vsemi udeleženci podelili nekaj svojih spominov. Odrasli učenci imajo več predznanja in življenjskih izkušenj, s pomočjo katerih je razumevanje lažje. Zato je obravnava lahko tudi podrobnejša. Postavljajo veliko več vprašanj, zanima jih veliko podrobnosti. Z njimi je delo prav tako bistveno hitrejše in lahko tudi obsežnejše.

Po ogledu fotografij sem učencem pripravila PP-predstavitev, kjer smo spoznavali ozadje prikazanih fotografij, za lažje razumevanje sem dodala še nekaj slikovnega gradiva. Spoznali smo naglas, ki je tipičen za to mesto, in ga na spletu tudi poslušali. To je bilo nekaj novega za vse udeležence, tako za devetošolce kot tudi za starejše. Ob poslušanju posnetka je bila vidna razlika v odzivu učencev – odrasli učenci so poslušali zbrano, z zanimanjem in tudi sami poskušali besede izgovarjati na podoben način, medtem ko se je devetošolcem slišano v glavnem zdelo le zabavno. Spoznali smo tudi nekaj novega besedišča in odgovarjali na vsebinska vprašanja.



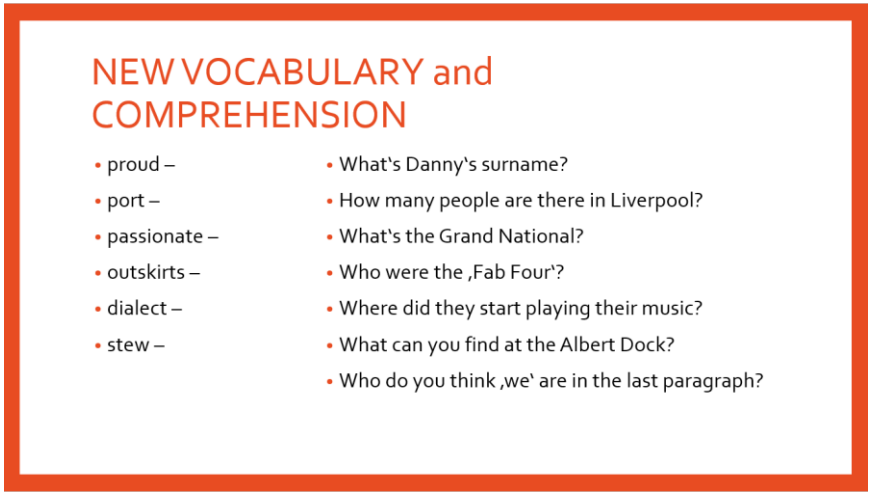
Slika 2: Spoznavanje ozadja in zgodovine (vir besedil: Messages4)

Vir: Lasten



Slika 3: Drsnica PP-predstavitve (vir besedil: Messages4)

Vir: Lasten



Slika 4: Razumevanje besedišča in odgovarjanje na vprašanja (vir besedil: Messages4)

Vir: Lasten

Diskusija

Pogovor o besedilu je lepo tekel v obeh skupinah učencev, le da sem pri devetošolcih razpravo večinoma vodila jaz s postavljanjem vsebinskih vprašanj na podlagi prebranega besedila. Učenci so sodelovali lepo, bila pa je vidna razlika med učenci, ki jih je snov zanimala, in tistimi, ki bi raje počeli kaj drugega. Učence sem se kljub temu trudila vključevati v diskusijo čim bolj enakovredno, jim postavljati jasna vprašanja in podati dovolj časa za oblikovanje odgovorov. V skupini odraslih učencev pa so aktivno v diskusiji sodelovali vsi udeleženci izobraževanja. Če bi imeli čas, bi lahko razprava in pogovor tekel tudi v prihodnjih urah. V nasprotju z nekaterimi mlajšimi učenci želijo biti vsi odrasli učenci enakomerno

vključeni v diskusijo. Tudi tukaj pa je predznanje odigralo veliko vlogo. Kot rezultat učinkovite komunikacije med mano in učenci menim, da vsak udeleženec izobraževanja snov razume. Pri tem sem se trudila upoštevati tudi različne tipe učencev (vidni, slušni idr.), njihove interese, jih aktivno poslušala in spodbujala pri delu ter se trudila dajati kakovostne povratne informacije in preverjati razumevanje med učenci.

Samostojni izdelek

Učenci so si morali nato izbrati neko drugo evropsko mesto, ga po navodilu opisati (lokacija, prebivalstvo, geografske značilnosti, glavne turistične atrakcije) in dodati še eno zanimivost o tem mestu. Učence sem razdelila v skupine po dva. Pri iskanju podatkov so si lahko pomagali z mobilniki in na spletu iskali zahtevane podatke, ki so jih nato uporabili v svojem zapisu. Pri tem delu se je poznala razlika v spretnosti uporabe mobilnikov in brskanju po različnih spletnih straneh. Devetošolci se bili na tem področju hitrejši, vendar pa so bili pri informacijah bolj površni. Starejši učenci so lahko del sestavkov napisali tudi čisto samostojno, saj so o izbranih mestih vedeli veliko, ker so jih v preteklosti obiskali, in so si pri delu pomagali z lastnimi izkušnjami ter iskali le podrobnosti oz. informacije, ki se jih niso spomnili v tistem trenutku. Njihovi zapisi so bili tudi daljši in podrobnejši.

ZAKLJUČEK

Poučevanje mladostnikov in starejših odraslih je izredno zanimiva izkušnja, saj se v marsičem razlikuje. Delo v obeh skupinah je treba prilagajati zmožnostim posameznikov, da bi bili pri delu čim uspešnejši in da bi bile učne ure zanje zanimive in spodbudne. Največjo razliko vidim v predznanju, ki pomembno vpliva na razumevanje, in notranji motivaciji, saj se odrasli izobražujejo po lastni želji. V mlajših letih se izobražujemo, ker se moramo, v kasnejših letih to nadgrajujemo, da se izšolamo za svoj poklic, po upokojitvi pa si lahko z nadaljnjim izobraževanjem izpolnimo neizživete sanje, za katere prej v življenju ni bilo časa.

Viri in literatura

1. Cameron, L. (2005). *Teaching languages to young learners*. Cambridge: Cambridge University Press. Pridobljeno s file:///C:/Users/U%C4%8Ditelj/Downloads/Teaching%20Languages%20to%20Young%20Learners%20by%20Lynne%20Cameron%20(z-lib.org)%20(1).pdf
2. DVAJSET najpomembnejših psiholoških načel za poučevanje in učenje od vrtca do srednje šole. (2016). Zveza za psihologijo v šolah in izobraževanju. Ljubljana: Pedagoška fakulteta, Center za raziskovanje in spodbujanje nadarjenosti (CRSN). Pridobljeno s http://www.apa.org/ed/schools/cpse/top-twenty-principles.aspx
3. Findeisen, D. (2009). Izobraževanje starejših odraslih in pomen njihovega izobraževanja za njih same ter družbo. *Andragoška spoznanja*, letnik 15, številka 3, (str. 12–21). Pridobljeno s https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-FGDOYTXJ
4. Krajnc, A., Findeisen, D., Ličen, N., Ivanuš Grmek, M., in Kunaver, J. (2013). *Posebnosti izobraževanja starejših*. Ljubljana: Društvo za izobraževanje za tretje življenjsko obdobje.
5. Kump, S. (2009). *Vseživljenjsko izobraževanje – izobraževanje starejših odraslih*. Ljubljana: Pedagoški inštitut. Pridobljeno s

https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-H1JCNOOE/0e8b5e3c-07d0-4a80-a3f7-d95257f62ea1/PDF

NAVODILA ZA AVTORJE

Članki za objavo v strokovni reviji Realka naj praviloma obsegajo okoli 18.000 znakov s presledki ali okrog 2800 besed. Vse morebitne krajše ali daljše članke od teh omejitev bo uredništvo vzelo v presojo objave. Članek mora vsebovati povzetek s ključnimi besedami v slovenskem in angleškem jeziku, uvod in osrednjo vsebino, podprto z izsledki strokovne teorije, ki se odraža v praktičnem delu, na koncu zaključek ter viri in literatura.

V članku je lahko največ 5 slik/grafov, ki jih ustrezno označite pod sliko/grafom s podatki vira. Povzetek ima od 100 do 150 besed, ključne besede od 3 do 5 ključnih besed brez pike za ključnimi besedami. Razmik med vrsticami je poljubno 1,2 v celotnem besedilu, med ostavki je prosta vrstica, pisava je Calibri (telo), 12 pt, poravnava besedila obojestranska, literatura in viri so levo poravnani in razvrščeni po abecednem vrstnem redu z oštevilčenim seznamom (najmanj 5 virov).

Že objavljenih prispevkov, ki so v postopku presoje pri drugi reviji, ne sprejemamo v objavo. Ob oddaji članka podpišete tudi **Izjavo o zaščiti in odgovornosti prve objave samostojnega avtorskega strokovnega članka v strokovni reviji Realka**. Podatki o avtorju naj vsebujejo ime in priimek, strokovni naziv, naslov ustanove, domači naslov, telefonsko številko in elektronski naslov. Tematike revije ni določena, je pa osredotočena na vzgojo in izobraževanje. Glede na aktualnost pa bodo določene številke tudi tematsko določene. Revija izhaja enkrat na mesec, lahko tudi dvakrat ali trikrat.

Za objavo v reviji pišite na **realka.izobrazevanje@gmail.com** in posredovali vam bomo podrobnejša navodila glede pisanja.

Kako navajati vire in literaturo?

1. Boeren, E., Nicaise, J., in Baert, H. (2010). Theoretical Models of Participation in Adult Education: the Need for an Integrated Model. *International journal of lifelong Education, 29*(1), 45–61. **(članek v reviji)**
2. Bourdieu, P. (1979). *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste.* London: Routledge.
3. Cherry, K. (2020). *What is motivation?* Pridobljeno s https://www.verywellmind.com/what-is-motivation-2795378
4. Dovžak, K., Beltram, P., Možina, T., in Orešnik Cunja, J. (2014). *Resolucija o Nacionalnem programu izobraževanja odraslih v Republiki Sloveniji za obdobje 2013–2020.* Ljubljana: Andragoški center Slovenije.
5. Eurydice. (2018). *Strategija vseživljenjskega učenja*. Pridobljeno s https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/lifelong-learning-strategy-77_sl
6. Frankl, V. (2020). *Človekovo iskanje najvišjega smisla.* Celje: Mohorjeva družba.
7. Gasser Krisper, M. (2017). *Izobraževanje učiteljev na osnovni šoli v Ljubljani* (diplomsko delo). Fakulteta za organizacijske vede, Maribor. **(enako magistrsko delo in disertacija)**
8. Inštitut Viktorja Frankla v Teksasu. (b. l.). *Viktor Frankl Institute of Logotherapy.* Pridobljeno s http://www.logotherapyinstitute.org/About_Logotherapy.html
9. Jereb, E., in Potokar, F. (2003). *Učna motivacija in ostali dejavniki uspeha na izpitih.* Kranj: Moderna organizacija.
10. Mirčeva, J., in Beltram, P. (2014). Odrasli udeleženci srednješolskega izobraževanja. V P. Beltram, N. Žalec, J. Mirčeva, in A. Turk, *Formalno izobraževanje odraslih v Sloveniji: odrasli v srednješolskem izobraževanju - položaj, kakovost, bodočnost* (str. 63–109*)*. Ljubljana: Andragoški center RS. **(članek v zborniku)**
11. Mirčeva, J. (2018). Slovenski model udeležbe v izobraževanju v kontekstu mednarodne primerjave. V P. Javrh (ur.), *Spretnosti odraslih* (str. 103–116). Ljubljana: Andragoški center Slovenije.
12. Resolucija o nacionalnem programu izobraževanja odraslih v Republiki Sloveniji (ReNPIO). (2013). *Uradni list Republike Slovenije*, št. 70/40.
13. Zakon o izobraževanju odraslih (ZIO-1). (2018). *Uradni list Republike Slovenije*, št. 6/18.

Med tekstom se tudi sklicujete na reference in vso sklicevanje, povzemanje, citiranje naj bo urejeno dosledno tako med tekstom kot tudi potem v bibliografskem opisu na koncu članka. Pri vsem tem smo vam tudi v pomoč in podporo.