Sportski program u predškolskim ustanovama

Bosnić, Vanja

Undergraduate thesis / Završni rad

2015

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Pula / Sveučilište Jurja Dobrile u Puli**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:137:227151

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-04-20**

Repository / Repozitorij:

Digital Repository Juraj Dobrila University of Pula

SVEUČILIŠTE JURJA DOBRILE U PULI

FAKULTET ZA ODGOJNE I OBRAZOVNE ZNANOSTI

VANJA BOSNIĆ

SPORTSKI PROGRAM U PREDŠKOLSKOJ USTANOVI

Završni rad

Pula, 2015.

SVEUČILIŠTE JURJA DOBRILE U PULI

FAKULTET ZA ODGOJNE I OBRAZOVNE ZNANOSTI

VANJA BOSNIĆ

SPORTSKI PROGRAM U PREDŠKOLSKOJ USTANOVI

Završni rad

JMBAG: 0303027394, izvanredni student

Studijski smjer: Preddiplomski stručni studij predškolski odgoj

Predmet: Kineziološka metodika

Mentor: Doc. dr. sc. Iva Blažević

Pula, 2015.

IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisana Vanja Bosnić, kandidatkinja za prvostupnicu predškolskog odgoja ovime izjavljujem da je ovaj Završni rad rezultat isključivo mojeg vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima, te da se oslanja na objavljenu literaturu, kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio Završnog rada nije napisan na nedozvoljen način, odnosno da je prepisan iz kojega necitiranog rada, te da ikoji dio rada krši bilo čija autorska prava. Izjavljujem, također, da nijedan dio rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Studentica:

U Puli, studeni 2015.godine Vanja Bosnić

IZJAVA

o korištenju autorskog djela

Ja, Vanja Bosnić, dajem odobrenje Sveučilištu Jurja Dobrile u Puli, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj završni rad pod nazivom „Sportski program u predškolskoj ustanovi“ koristi na način da gore navedeno autorsko djelo, kao cjeloviti tekst trajno objavi u javnoj internetskoj bazi Sveučilišne knjižnice Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te kopira u javnu internetsku bazu završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice (stavljanje na raspolaganje javnosti), sve u skladu s Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima i dobrom akademskom praksom, a radi promicanja otvorenoga, slobodnoga pristupa znanstvenim informacijama.

Za korištenje autorskog djela na gore navedeni način ne potražujem naknadu.

U Puli, 01.11.2015.godine

Potpis

_____

ZAHVALA

Upućujem jedno veliko hvala mojoj mentorici, doc. dr. sc. Ivi Blažević za stručne savjete i pomoć koju mi je pružila prilikom izrade ovog rada, kao i na beskrajnom strpljenju i razumijevanju.

Također najljepša hvala svim profesorima koji su mi omogućili da se nakon dugo vremena ponovo vratim u školske klupe i koji su mi svojim stručnim radom omogućili da na vrijeme savladam i položim sve ispite.

Zahvaljujem se i svim kolegicama s kojima sam provela tri plodonosne godine studija, uz puno rada, podrške i suradnje.

Najveća zahvala mojoj obitelji koja je uvijek imala razumijevanja i podržavala me kroz sve godine studiranja.

SADRŽAJ

1. UVOD……..……..7
2. RAZVOJ DJECE PREDŠKOSKE DOBI……..…8
3. METODIČKI ORGANIZACIJSKI OBLICI
RADA...……14
3.1. Frontalni oblik rada…….……...14
3.2.Individualni oblik rada……15
3.3. Grupni rad…….…….15
3.3.1. Rad u parovima……...15
3.3.2. Rad u trojkama……..…. 15
3.3.3. Rad u četvorkama……..… 16
3.3.4. Paralelni oblik rada…….... 16
3.3.5. Paralelno odjeljenski oblik rada……..16
3.3.6.Poligon…….17
4. METODE RADA…. ……18
5. ORGANIZACIJA I PROVOĐENJE SPORTSKOG PROGRAMA U DJEČJEM VRTIĆU
KUĆICA OD LICITRA U PULI……..……21
5.1. Uvod…….21
5.2. Ustrojstvo programa…….23
5.3. Materijalni uvjeti……..25
5.4. Odgojno-obrazovni rad……26
5.5. Njega i skrb za tjelesni rast i razvoj djece……29
5.6. Naobrazba i usavršavanje odgojnih djelatnika……..…31
5.7. Suradnja s roditeljima……..31
5.8. Suradnja s vanjskim ustanovama…….32
5.9. Financiranje programa…….34
6. ZAKLJUČAK……...35
7. LITERATURA…….36
8. SAŽETAK……38

1. UVOD

Zdravlje je najvažnije u čovjekovu životu i u uskoj je vezi sa kretanjem. Posljednjih desetljeća broj pretilih osoba, mladeži i djece je u značajnom porastu. Suvremenim načinom života nedostaje više kretanja i igre na otvorenom, a prevladava sedentarni način života (TV. Internet, Play station..), što se vrlo nepovoljno odražava na razvoj sposobnosti i znanja djece, kao i na njihov zdravstveni status.

Osim obitelji, veliku ulogu imaju dječji vrtići koji bi trebali ponuditi mogućnosti za otklanjanje posljedica nezdravog suvremenog načina života. Svako dijete ima svoj genetski potencijal kojeg bi trebalo razviti ili će se razviti prije ili kasnije, no zasigurno je istina da ako se potencijal na vrijeme ne razvije, već od predškolske dobi, manja je mogućnost taj potencijal kvalitetno razviti i u kasnijoj dobi kada bi nam razvijena osnovna motorička znanja i sposobnosti trebale služiti u provođenju što kvalitetnijeg života. Želimo li da dijete dostigne svoj genetski potencijal, okolina u kojoj živi i odrasta mora biti bogata, raznolika i stimulativna. Sposobnost koju dijete na vrijeme ne razvije, kasnije je sve teže razvija ili ju uopće ne razvija.

Predškolsko razdoblje je najpovoljnije vrijeme za stimuliranje razvoja morfoloških karakteristika, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te stjecanja zdravih životnih navika.

Kineziološki programi namijenjeni djeci predškolske dobi trebaju omogućiti pravilan rast, razvoj i zdravlje svakog djeteta. Naime, dobro organizirani programi sportskih aktivnosti višestruko će koristiti djeci predškolske dobi. Razvojem motoričkih vještina i sposobnosti nepobitno će se doprinijeti kognitivnom, socijalnom i emotivnom razvoju djece te dobi.

2. RAZVOJ DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

Svako razvojno razdoblje ima svoje karakteristike po kojima se razlikuje od svih razvojnih razdoblja u čovjekovu životu, zbog čega se ne može ni jedno razvojno razdoblje preskakati. Naprotiv, jedno razdoblje slijedi poslije drugoga, a na stručnjaku je da poznaje svako od njih, kako bi u tijeku rada mogao reagirati na promjene koje proistječu iz specifičnosti svakoga pojedinog razvojnog razdoblja. Osim toga, treba znati i to da uz razlike koje postoje među pojedincima i koje proistječu iz karakteristika pojedinih razvojnih razdoblja, treba uvažavati i razlike u spolu. Iako se rast i razvoj djece odvija kontinuirano, i unatoč tome što je to neprekidan lanac i što se ne mogu povući stroge granice između pojedinih razvojnih razdoblja, ipak se može na temelju razvojnih obilježja, govoriti o karakteristikama određenog razvojnog doba, tj. podjeli na razvojna doba (Findak, 1995):

1. **Rano djetinjstvo** – od rođenja do tri godine:
    a) od 1. do 4. tjedna – doba novorođenčeta
    b) od 5. tjedna do 10. mjeseca – faza dojenja
    c) od 10. do 15. mjeseca – faza puzanja i početnog hodanja
    d) od 15. do 24. mjeseca – srednje doba ranog djetinjstva
    e) od 2. do 3. godine – starije doba ranog djetinjstva

2. **Predškolsko doba** – od 3. do 6. ili 7. godine

    a) od 3. do 4. godine – mlađe predškolsko doba
    b) od 4. do 5. godine – srednje predškolsko doba
    c) od 5. do 6. ili 7. godine – starije predškolsko doba

Rast i razvoj djeteta predškolske dobi ne odvija se jednakomjerno. Razlike u rastu i razvoju, gledajući od rođenja pa dalje prema pojedinim razvojnim razdobljima, nazočne su ne samo između dječaka i djevojčica nego i kod svakog pojedinog djeteta.
Na rast i razvoj djece predškolske dobi utječu pojedine žlijezde s unutarnjim izlučivanjem. U mlađoj predškolskoj dobi osobito prsna žlijezda (thymus), u srednjoj i starijoj predškolskoj dobi hipofiza, štitna žlijezda i spolne žlijezde (Findak, 1995).

Rast i razvoj ne odvijaju se samo po biološkim zakonima, nego i pod utjecajem okoline, svega što dijete prati i okružuje: od organizacije i provođenja dana, preko prehrane, sna, do kretanja, odnosno tjelesne aktivnosti. Pravilna, raznolika i redovita prehrana uvjet je ne samo za izgradnju, rad i usavršavanje tkiva, nego je osnova i za čitav tjelesni razvitak. I san je važan za rast i razvoj djece predškolske dobi. Djeca bi morala spavati od 10 do 12 sati noću i jedan do dva sata danju. Kod djece predškolske dobi naglašena je biološka potreba i za kretanjem. Veoma korisno je s djecom te dobi provoditi tjelesne aktivnosti na otvorenome, i to od tri do četiri sata, s prekidima (Findak, 1995).

Gledajući s aspekta tjelesne i zdravstvene kulture, odnosno tjelesnog vježbanja, ne smije se ni jednog trenutka zanemariti činjenica da se u djetetovu rastu pojavljuju i izmjenjuju faze ubrzanja rasta i usporenja rasta.

U razdobljima bržeg rasta kod djece nastaju izrazite promjene u organizmu koje dovode do usavršavanja građe i funkcije pojedinih organa. Usavršavaju se organi za kretanje, disanje, krvotok, što sasvim pouzdano utječe na motoričke i funkcionalne sposobnosti.
S obzirom na razdoblja ubrzanog i usporenog rasta razlikujemo ove faze (Findak, 1995):

1. od rođenja do 6. godine – I. faza ubrzanog rasta
2. od 6. do 10. godine – djevojčice
   od 6. do 11. godine – dječaci - I. faza usporenog rasta
3. od 10. do 14/15. godine – djevojčice
   od 11. do 17. godine – dječaci - II. faza ubrzanog rasta
4. od 14/15. do 20. godine - djevojčice
   od 17. do 25. godine – mladići - II. faza usporenog rasta

Plastičnost je jedna od karakterističnih svojstava dječjeg organizma, koju možemo definirati kao sposobnost lakog mijenjanja pod utjecajem promjenljivih povoljnih i nepovoljnih uvjeta. Činjenicu da se dječji organizam mijenja pod utjecajem okoline treba prihvatiti kao realnost i istodobno je iskoristiti u radu s djecom predškolske dobi radi poticanja njihova rasta i razvoja.

Usporedo s brzim rastom okoštavaju se duge kosti i kralježnica. Kosti su mekane, elastične i plastične (lako mijenjaju oblik). Kostur je mekan jer su kosti bogate hrskavičnim tkivom, zbog čega su podložne deformacijama. Koštano tkivo kod male djece sadrži više vode nego tvrdih tvari. Proces okoštavanja se ne odvija ravnomjerno. Kosti donjih ekstremiteta rastu odozdo prema gore, najprije kosti stopala, zatim potkoljenice i potom kosti natkoljenice.

Proces okoštavanja prisutan je i veoma napreduje od četvrte do pete godine, što se uvelike reflektira i na rast kostiju. Potkraj predškolskog doba djetetov je kostur čvršći i otporniji, a čitav organizam spremniji za napore koji ga čekaju s polaskom u osnovnu školu.

Kralješnica je do četvrtog mjeseca gotovo ravna. Kada dijete nauči držati glavu uspravno, u vratnom dijelu kralješnice pojavljuje se prva krivulja. Druga krivulja se pojavljuje u slabinskom dijelu kralješnice kada dijete počinje sjediti i ustajati. Podložna je promjenama, pa je potreban oprez pri opterećenjima za vrijeme tjelesnog vježbanja.

Prsni koš u predškolskoj dobi karakterizira plastičnost.

Rast i razvoj kostiju usko je vezan za rad mišića koji ga stimuliraju. Mišićje djeteta slabo se zavija. Mišićno tkivo sadrži dosta vode, a malo bjelančevina. Mišićna vlakna su tanja. Ukupna mišićna masa, u usporedbi s težinom tijela i dalje ostaje relativno mala. Ne razvijaju se svi mišići ravnomjerno. Najprije se razvijaju veće mišićne skupine, a potom manje. Rad mišića izražen je stezanjem i rastezanjem te pogoduje optoku krvi. Dinamički rad manje umara dijete i stimulativno utječe na rast kostiju u dužinu. Dijete potroši manje energije za rad nego odrasla osoba.

Od četvrte godine muskulatura se povećava na račun masnih stanica i oko šeste godine skok mišićne snage je značajan.

Djecu predškolske dobi karakterizira intenzivniji proces rasta i razvoja. Elastičnost je glavna osobina dječjeg kostura. Kosti su gipke i meke, stalno jača proces okoštavanja. Zglobovi još nemaju dovoljno čvrstine sa svojim vezama, usklađuju se proporcije tijela, mišići dobivaju na težini, pojačavaju se mišićna vlakna, a to dovodi do određenog povećanja djetetove snage. Kod sedmogodišnjaka, mišićni oblici su izraženiji, a kod djevojčica su skriveni po slojem masnih stanica. U tom razvojnom razdoblju osobitu pozornost treba posvetiti jačanju leđnih i trbušnih mišića, posebno velikim mišićnim skupinama, koje su vrlo važne za pravilno držanje tijela i sprječavanje tjelesnih deformiteta.

Djetetovi dišni organi još nisu razvijeni. Primarni dišni putovi i bronhije kod djece predškolske dobi su uži nego kod odraslih osoba. Nerazvijene su plućne alveole, bronhije, nosni otvori su uski, položaj rebara je u odnosu prema kralježnici vodoravan, visok je položaj dijafragme, što sve zajedno djetetu otežava disanje. Zbog plastičnosti prsnog koša i velike elastičnosti plućnog tkiva, u tom razdoblju se uz pomoć tjelesnog vježbanja može vrlo uspješno utjecati ne samo na povećanje vitalnog kapaciteta nego i na ukupno povoljniji rad dišnog sustava.

Rad krvožilnog sustava djece predškolske dobi dobro je prilagođen zahtjevima organizma u radu. Srce je mnogo veće, krvne žile u djece su mnogo šire nego u odraslih, krv u

njima teče slobodno čime se povećana potreba tkiva za krvlju lako zadovoljava. S godinama se mijenja i količina i volumen krvi. Kako se pri promjeni aktivnosti dječje srce dosta brzo smiruje i oporavlja svoje snage, treba pri tjelesnom vježbanju s djecom predškolske dobi mijenjati sadržaj, ali i izmjenjivati rad i odmor.

Nedovoljno razvijen živčani sustav odražava se na izvođenje pokreta i kretanje djece te dobi. Zapravo, već od mlađe predškolske dobi u živčanom sustavu se zapažaju velike promjene. Usavršava se konstrukcija velikog mozga, stvaraju se novi živčani putovi, a povećava se neprestano i utjecaj kore velikog mozga. Osnovni prirodni oblici kretanja oslobađaju se suvišnih elemenata, npr. pretjeranog mahanja rukama, klaćenja tijela, skretanja s određenog pravca za vrijeme hodanja i slično, pa dijete sigurnije hoda, trči, skače itd.

Djeca predškolske dobi uglavnom vladaju svim vrstama osnovnih prirodnih kretanja, ali nisu sposobna za izvođenje preciznih pokreta ni spremna za dugotrajne aktivnosti.

Slika 1. Gađanje u koš

Motoričke sposobnosti su odgovorne za rješavanje i izvođenje motoričkih zadataka i uvjetuju uspješno kretanje bez obzira na to jesu li stečene treningom ili su urođene. Svaka motorička sposobnost regulirana je odgovarajućim mehanizmom središnjeg živčanog sustava koji njime upravljaju, a sve su povezane s drugim ljudskim sposobnostima, morfološkim karakteristikama, kognitivnim sposobnostima te socijalnim statusom (Findak, 1995).

Sedam osnovnih motoričkih sposobnosti, čiji razvoj možemo pratiti već u predškolskoj dobi su:

1.) Ravnoteža je sposobnost održavanja tijela u izbalansiranom položaju. Razlikujemo održanje ravnoteže tijela u mirovanju (statička) i u kretanju (dinamička), te balansiranje predmetima.
Sposobnost održavanja ravnoteže ovisi o genetskom nasljeđu i o razvijenosti neuroloških struktura te je samo djelomično moguće na nju utjecati vježbanjem.
2.) Koordinacija ili okretnost odnosi se na spretnost i usklađenost pokretanja cijeloga tijela, na pokrete ruku, na brzinu učenja i izvođenja složenih motoričkih zadataka, kao i na skladno izvođenje određenih pokreta u ritmu. Ta sposobnost ovisna je u velikoj mjeri o neurološkim strukturama i nasljednim faktorima.
3.) Snaga se odnosi na mišićne sile koje pokreću tijelo ili neki teret. Snaga se dijeli obzirom na topološke regije tijela pa razlikujemo snagu ruku i ramenog pojasa, snagu trupa i snagu nogu. Snaga je jedna od onih motoričkih sposobnosti koja se može u većoj mjeri razvijati vježbanjem. Povezana je s većinom ostalih motoričkih sposobnosti.
4.) Brzina je sposobnost brzog izvođenja jednostavnih motoričkih zadataka, kao i npr. brzog kretanja s promjenama pravca, brzog trčanja, brzog lupkanja rukom. U velikoj mjeri ovisi o nasljednim faktorima.
5.) Fleksibilnost ili gibljivost je sposobnost izvođenja pokreta s velikom amplitudom. Ovisi o elastičnosti mišića i ligamenata kao i o pokretljivosti zglobova, a povezana je sa snagom i brzinom.
6.) Preciznost je sposobnost izvođenja točno usmjerenih i odmjerenih (doziranih) pokreta. Očituje se npr. u neposrednom usmjeravanju nekog predmeta ili dijela tijela u cilj (mačevanje, boks, umetanje sitnih predmeta u rupice) ili bacanju predmeta, gađanju u cilj (lopta, strjelica). Preciznost je osjetljiva sposobnost koja ovisi o perceptivnoj kontroli mišićne aktivnosti, procjeni vremena i udaljenosti. Od svih motoričkih sposobnosti najviše ovisi i o emocionalnom stanju.
7.) Izdržljivost je sposobnost dužeg izvođenja neke aktivnosti nesmanjenim intenzitetom, a neposredno je vezana za stanje krvožilnog i respiratornog sustava. Jako ovisi o motivaciji. Na tu sposobnost u većoj se mjeri može utjecati vježbanjem. (Čudina Obradović, M. i sur.,2004.).

Slika 2. Vođenje lopte nogom

3. METODIČKI ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA

U tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi razlikujemo tri metodička organizacijska oblika rada, a to su *frontalni, individualni* i *grupni,* koji dijelimo na: rad u parovima, rad u trojkama, rad u četvorkama, paralelni oblik rada, paralelno odjeljenski oblik rada.
Za koji ćemo se oblik rada odlučiti u pripremi za sat tjelesne i zdravstvene kulture, ovisi o cilju koji na satu tjelesnog vježbanja želimo postići.

3.1. Frontalni oblik rada

Frontalni oblik rada je takav metodički organizacijski rad u kojem sva djeca izvode isti zadatak pod izravnim vođenjem i nadzorom odgojitelja. Neposredno prije izvođenja zadatka odgojitelj najprije opisuje određenu vježbu, zatim je demonstrira, a potom je sva djeca izvode. Može se primijeniti u gotovo svim organizacijskim oblicima rada i u svim dijelovima sata. Zavisno od karakteristika motoričkog gibanja, broja djece, prostornih i drugih materijalnih uvjeta rada, djeca mogu biti u slobodnoj formaciji, u formaciji polukruga, kruga, vrsta i kolona. Najčešće se primjenjuje u uvodnom, pripremnom i završnom dijelu sata, a može i u glavnom dijelu sata TZK. Organizacija i provođenje rada: u slobodnoj formaciji, u formaciji polukruga, kruga, vrste, kolone (Findak, 1995).

Slika 3. Frontalni oblik rada

3.2. Individualni oblik rada

Individualni oblik rada podrazumijeva izvršenje zadatka, zadane vježbe ili motoričkoga gibanja pojedinca uz pomoć i pod nadzorom stručnjaka. U našem je slučaju to pojedinačna komunikacija, odnosno rad odgojitelja s djetetom. Rješenja za provođenje individualiziranog oblika rada proistječu iz individualnog pristupa djeci u grupnim oblicima rada te iz spoznaje da među djecom postoje razlike i da ih treba maksimalno uvažavati. Individualizirani rad u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi može se postići na razne načine:

- uvažavanjem aktualnog stanja antropološkog statusa djece pri izradi programa
- postavljanjem diferenciranih zadataka u sklopu istog programa, a zatim u sklopu posebnog programa
- izborom adekvatnih sadržaja u svakom dijelu sata
- izborom adekvatnih odgojnih postupaka, koji bi trebali biti sukladni s individualnim karakteristikama i potrebama djece
- primjenom različitih sredstava, sprava, pomagala i rekvizita koja po težini, obliku, visini i drugome, najbolje odgovaraju svakom djetetu
- individualnim pristupom odgojitelja pojedinom djetetu u situaciji kad ono ima poteškoće u radu
- izborom adekvatnog metodičkog postupka pri izvođenju tzv. težih motoričkih gibanja
- izbor primjerene ili primjerenih metoda vježbanja i metoda učenja
- nazočnošću odgojitelja uvijek kad procjeni da je djeci ili djetetu pomoć najpotrebnija (Findak, 1995).

3.3 Grupni rad

Grupni rad je takav metodički organizacijski oblik rada u kojem se tjelesno vježbanje odvija tako da su djeca raspoređena na grupe. Ovisno o tome kako su sudionici podijeljeni i kako se odvija organizacija određenog oblika rada, postoje različiti oblici grupnog rada. To su: rad u parovima, rad u trojkama, rad u četvorkama, paralelan oblik rada i paralelno odjeljenski oblik rada.

3.3.1.Rad u parovima

Rad u paru podrazumijeva podjelu mlađe, srednje ili starije skupine djece na „grupe“ od dva djeteta. Svaki par radi isti zadatak u skladu s prethodnim odgojiteljevim opisom i

demonstracijom. Ovaj metodički organizacijski oblik rada može se provoditi u svim dijelovima sata. Neovisno o obliku rada u parovima, potrebno je brinuti o tome da:

– partneri budu podjednake visine i težine
– partneri u paru imaju podjednake motoričke sposobnosti, motorička znanja i dostignuća
– se pri formiranju parova poštuju i želje djece, kada je to moguće i opravdano (Findak, 1995).

3.3.2.Rad u trojkama

Rad u trojkama je takav metodički organizacijski oblik rada pri kojemu mlađu, srednju ili stariju skupinu djece dijelimo na grupe po troje djece, a svaka grupa, tj. trojka, istodobno radi na izvršavanju istog zadatka. Može se primijeniti u gotovo svim oblicima tjelesnog vježbanja, u svim dijelovima sata, osim u pripremnom dijelu.

3.3.3.Rad u četvorkama

Rad u četvorkama je metodički organizacijski oblik rada koji podrazumijeva podjelu mlađe, srednje ili starije skupine na grupe po četvero djece, poslije čega svaka četvorka istodobno izvršava isti zadatak, uz njegov opis i demonstraciju. Može se provoditi u gotovo svim organizacijskim oblicima rada u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi.

3.3.4.Paralelni oblik rada

Paralelni oblik rada je metodički organizacijski oblik rada u kojem sva djeca istodobno izvode isto motoričko gibanje, ali na različite načine, uz pomoć različitih sprava i pomagala i na različitim radnim mjestima.

Paralelni oblik rada je kombinacija frontalnog oblika rada i jednostavnijih grupnih oblika rada. Za vrijeme paralelnog oblika rada djeca mogu biti u različitim formacijama: slobodna formacija, u formaciji vrsta, kolona, polukruga i kruga.

3.3.5.Paralelno odjeljenski oblik rada

U ovome obliku rada sve tri dobne skupine djece dijele se na dva ili više odjeljenja koja istodobno ostvaruju iste zadatke. Djeca mogu biti u formaciji kolona ili vrsta, pa razlikujemo:

a) paralelni odjeljenski oblik rada u kolonama
b) paralelni odjeljenski oblik rada u vrstama.

Osim toga, ovaj oblik rada omogućuje da djeca izvode zadatak jedno za drugim, bez mnogo „čekanja“ i svrstavanja, omogućuje dosta velik intenzitet vježbanja na satu. Omogućuje i racionalnu iskorištenost prostora, sredstava i pomagala, djeci da se više osamostaljuju u radu, a odgojitelju češći individualni pristup djeci. Primjenljiv je u svim dijelovima sata TZK, ali i u ostalim organizacijskim oblicima rada (Findak, 1995).

3.3.6. Poligon

Poligon prepreka je takav metodički organizacijski oblik rada koji podrazumijeva izvođenje određenog broja različitih vježbi u nizu na standardnoj ili improviziranoj stazi prepreka. Zadaće u poligonu se izvode bez stanke. Vježbe u poligonu ovise o dobi djeteta, broju prepreka u poligonu, visini i težini prepreka te ciljeva i zadaća koje se žele postići (usavršavanje motoričkih znanja i podizanje razine motoričkih postignuća).

U poligonu prepreka svako dijete mora neprestano prelaziti prepreke, nema „čekanja na red“. Broj ponavljanja poligona ovisi o cilju koji želimo postići.

Prema mjestu izvođenja razlikujemo:

a) Poligon prepreka na otvorenom prostoru
b) Poligon prepreka u zatvorenom prostoru.

S obzirom na sastavljanje i način izrade poligona razlikujemo:

a) prirodni
b) umjetni
c) kombinirani poligon.

Prema broju staza razlikujemo:

a) jednostazni
b) dvostazni
c) višestazni poligon.

Slika 4. Poligon prepreka

4. METODE RADA

Kako bi se određeno motoričko gibanje naučilo, potrebno ga je vježbati i usavršavati. Primjenom sljedećih metoda to je moguće, ali uz pravilno doziranje, distribuciju i kontrolu opterećenja.
Metode rada su sljedeće: metoda imitacije, ilustracije, dramatizacije, usmenog izlaganja, demonstracije, postavljanja i rješavanja motoričkih zadataka, kombinirane metode vježbanja i sintetička metoda učenja.

Metoda imitacije se svodi na to da pri postavljanju motoričkih zadataka djeca oponašaju ljude, životinje, pojave u prirodi i iz svakodnevnog života, pokretima ili kretnjama. Važno je da odgojitelj bude pri opisu ili demonstraciji uvjerljiv kako bi djeca mogla imitirati pokrete koji se od njih traži. Primjena ove metode dolazi u obzir u svim dijelovima sata, a najbliža je djeci mlađe dobne skupine.

Metoda ilustracije podrazumijeva da se motorički zadaci postavljaju i rješavaju ilustriranjem događaja koje su djeca doživjela, i to pokretom ili kretanjem. Dijete svoje doživljaje, pogotovo kada mu ponestane riječi, ilustrira pokretima. Svako dijete izvodi pokret na svoj način. Ova metoda je osobito primjerena u radu s djecom srednje i starije dobne skupine.

Metoda dramatizacije svodi se na dramatizaciju priče. Metoda se provodi tako da odgajatelj pripovijeda priču koju djeca interpretiraju motoričkim izražavanjem. Treba nastojati da sadržaj priče bude dovoljno asocijativan kako bi kod djece najprije pobudio motivaciju, a zatim ih potaknuo na mobilizaciju, odnosno interpretaciju sadržaja pokretima ili kretanjem. Ta metoda potiče na individualno izražavanje, pa čak i stvaralaštvo. Na temelju osobnog doživljaja priče, djeca izvode pokrete potpuno slobodno, prirodno i neusiljeno. Prednost ove metode jest to što su istodobno sva djeca uključena u vježbanje (svi imaju istu ulogu).

Metoda usmenog izlaganja koristi se u svim organizacijskim oblicima rada. Metoda se najčešće koristi u funkciji opisivanja (neposredno prije demonstracije), objašnjavanja (poslije

demonstracije) i korekcije motoričkog gibanja (odnosi se na dio usmenog izlaganja koji je usmjeren na upozoravanje na greške tj. njihovo ispravljanje). Usmeno izlaganje mora biti kratko, jasno i razumljivo. Što su djeca mlađa izlaganje treba biti kraće. Usto što je zadaća metode usmenog izlaganja i to da djeca što bolje ovladaju govorom, treba ih osposobiti i za slušanje. Izlaganje treba biti privlačno za djecu i zato treba voditi brigu o emocionalnosti govora, izražavanja, jer će tako i njegovo usmeno izlaganje biti snažno sredstvo motivacije i stimulacije u radu.

Metoda demonstracije podrazumijeva da za vrijeme demonstracije određenog motoričkog gibanja djeca promatraju onoga koji demonstrira. Promatranje je gledanje s unaprijed postavljenim ciljem. Demonstracija se primjenjuje u početnoj fazi učenja određenoga motoričkoga gibanja, a može se koristiti i kasnije, tj. u tijeku njegova usavršavanja. Prva demonstracija mora biti originalna, što znači da određeni motorički zadatak treba demonstrirati u finalnom obliku, dakle cjelovito bez prekida, tj. u obliku, amplitudi i tempu kako se inače izvodi. Druga demonstracija treba biti polaganija s naglaskom na teže izvedive elemente. U načelu demonstraciju izvodi odgojitelj ili dijete uz odgajateljevo prethodno opisivanje. Djeca moraju biti na mjestu s kojeg najbolje mogu promatrati demonstraciju, treba ukloniti sve što bi djecu moglo dekoncentrirati.

Metoda postavljanja i rješavanja motoričkih zadataka se zasniva na aktivnosti djece u procesu usvajanja ili usavršavanja određenog motoričkog gibanja. Ovisno o tome kakav motorički zadatak odgojitelj postavlja pred djecu, razlikujemo primjenu metode na tzv.

a) nižoj razini
b) višoj razini.

U metodi postavljanja i rješavanja motoričkih zadataka na nižoj razini djeca izvode zadatak po vlastitom izboru, dakle samostalno i na način koji njima najbolje odgovara. Npr. ako se radi o bacanju lopte, djeci treba reći da je zadatak baciti loptu uvis u određenom intervalu ili do zvučnog signala. Dakle, postavili smo samo motorički zadatak, a djeca odlučuju sama o tome kako će bacati loptu uvis, izabiru način bacanja, visinu, tempo i pravac bacanja i sl. (za djecu mlađe i srednje dobne skupine).

U metodi postavljanja i rješavanja motoričkih zadataka na višoj razini djeci se pri postavljanju motoričkog zadatka najčešće odredi npr. oblik, eventualno trajanje, smjer kretanja i sl. Npr. loptu bacaju i hvataju objema rukama, zatim da je bacaju jednom rukom, a hvataju dvjema rukama i sl. (za djecu starije dobne skupine).

Kombinirane metode vježbanja karakterizira primjena različitih vježbi i sadržaja pri realizaciji kojih treba brinuti o slijedu njihova izvođenja i opterećenju. Da bi se izbjegli negativni efekti vježbanja najprije treba izvoditi manje zahtjevne vježbe, a zatim postupno sve složenije. To vrijedi i za opterećenje koje mora biti sukladno ne samo s dječjom dobi, izabranim sadržajima, načinom njihova izvođenja, nego i s mogućnostima, odnosno aktualnim stanjem sposobnosti svakog djeteta.

Sintetička metoda učenja je optimalna metoda za učenje motoričkih gibanja kod predškolske djece. Metode učenja primjenjuju se u svim organizacijskim oblicima rada, a o konkretnoj situaciji ovisi kojoj ćemo metodi dati prednost. Pri izboru metoda učenja treba brinuti o dobi djece, složenosti motoričkog gibanja koje se uči, prethodnom motoričkom iskustvu i o konkretnim uvjetima rada. Sintetička metoda rada se smatra najprirodnijom jer se pokret uči u cijelosti tj. onako kako se vidi i kako će se primjenjivati. Ona omogućuje izražajnu individualnost djece (analitička metoda - učenje pokreta u dijelovima, kombinirana metoda ili izmjenična metoda - kombinacija analitičke i sintetičke) (Findak, 1995).

Slika 5. Skok u dalj s mjesta

5. ORGANIZACIJA I PROVOĐENJE SPORTSKOG PROGRAMA U DJEČJEM VRTIĆU KUĆICA OD LICITRA U PULI

U nastavku je opisana organizacija i način provođenja sportskog programa u dječjem vrtiću Kućica od licitra u Puli u sljedećim poglavljima:

1. Uvod
2. Ustrojstvo programa
3. Materijalni uvjeti
4. Odgojno-obrazovni rad
5. Njega i skrb za tjelesni rast i razvoj djece
6. Naobrazba i usavršavanje odgojnih djelatnika
7. Suradnja s roditeljima
8. Suradnja s vanjskim ustanovama
9. Financiranje programa
10. Zaključak
11. Prilog (diplome voditelja i ostali prilozi koje želimo priložiti npr. potvrde o stručnom usavršavanju, mjerni instrumenti, popis stručne literature i dr.)
12. Literatura

1. <u>Uvod</u>

Nastojanje dječjeg vrtića je proširiti primjenu programa na vrtić koji svojom infrastrukturom (vanjsko dvorište, blizina sportske dvorane i otvorenih sportskih terena, šumice i mora) zadovoljava potrebne uvjete za realizaciju takvog programa, zaposliti profesora kineziologije te stručno educirati odgojitelje koji direktno sudjeluju u radu u skupinama u kojima bi se sportski programi provodili.

Uloga odgojitelja je od velike važnosti, a za sudjelovanje u realizaciji sportskog programa bi se dodatno educirali, što je potrebno planirati godišnjim planom i programom te vikend seminarima iz područja kineziologije i predškolske pedagogije.

Slika 6. Trčanje sa zadacima

2. Ustrojstvo programa

2.1.Organizacija rada u dječjem vrtiću - Sportski program

Uloga stručnog suradnika – kineziologa očituje se kroz slijedeće zadatke:

- Izrada godišnjeg plana i programa
- Mjesečno planiranje i programiranje
- Koordinacija provođenja unutar vrtića koji su obuhvaćeni sportskim programom
- Mjesečna valorizacija programa
- Suradnja s kineziolozima (koordinatori, sportski voditelji..), društvenom okolinom (Grad Pula, sportski klubovi, udruge, škole, sveučilišta…), te ostalim stručnim suradnicima (pedagog, psiholog)
- Stručni suradnik – kineziolog za svoj je rad odgovoran ravnatelju predškolske ustanove.

Čimbenici sportskog programa su:

a) Sportski voditelj-kineziolog
b) Koordinator sportskog programa (kineziolog- vanjski suradnik)

c) Edukacija odgojitelja
d) Financijsko poslovanje.

a) Sportski voditelj- kineziolog:

- Mjerenje inicijalnih i finalnih stanja antropometrijskih karakteristika i motoričkih sposobnosti djece
- Izrada plana po tjednima u suradnji s odgojiteljima
- Roditeljski sastanci i konzultacije
- Prikazivanje rada i priredbe
- Vođenje dokumentacije – pisanje dnevnih priprema i zapažanja sa svake aktivnosti tjelesnog vježbanja, zapisnici sa tjednih planiranja, izvješća o izletima i ostalim događajima vezanim za program (priredbe, prezentacije, zimovanja, ljetovanja..)
- Koordinacija rada sa stručnim suradnikom kineziologom.

b) Koordinator sportskog programa:

- Kadrovska organizacija
- Odabir sportskih rekvizita i didaktičkih pomagala
- Prikazivanje sportskih dostignuća roditeljima
- Gostovanje vrhunskih sportaša
- Posjet sportskim klubovima
- Organizacija zimovanja i ljetovanja (skijanje, plivanje)
- Medijsko praćenje.

c) Edukacija odgojitelja:

- Stručno usavršavanje
- Vikend seminari iz područja kineziologije i predškolske pedagogije.

d) Financijsko poslovanje:

- Uplate roditelja za sudjelovanje djeteta u sportskom programu
- Financijska pomoć Upravnog odjela za sport Grada Pule (u realizaciji namjenskih sportskih susreta, kupovine sportskih rekvizita i pomagala, participacija putnih troškova i dr.)

3. Materijalni uvjeti

Bitne zadaće:

1. Osigurati uvjete za realizaciju programskih sadržaja
2. Nabaviti potrebnu opremu, sportske rekvizite i pomagala
3. Raditi na uređenju vanjskog i unutarnjeg prostora dječjeg vrtića
4. Stvarati poticajno okruženje djece vrtićkog i jasličkog uzrasta

Djelatnost vrtića za dvije skupine (jaslička i vrtićka) obavlja se u prizemnom stanu obiteljske kuće osnivača vrtića, a smještena je u prigradskom naselju Šijana, Mutvoranska 2, Pula, koje je ujedno i sjedište vrtića.

Unutarnji prostor iznosi oko 200 metara kvadratnih. Unutarnji prostor je odvojen i podijeljen na dva prostora sa dva odvojena ulaza za vrtić i jaslice. U prvom prostoru boravit će djeca jasličke skupine, koji se sastoji od hodnika i garderobnog prostora, jedne sobe dnevnog boravka ,igraonice, spavaonice i prostora za presvlačenje uz adekvatan sanitarni prostor. Drugi prostor namijenjen je djeci vrtićkog uzrasta i čine ga hodnik, garderobni prostor, soba dnevnog boravka sa priručnom kuhinjom i prostor za blagovanje.

Vrtić raspolaže i vanjskim prostorom (oko 1000 metara kvadratnih) koji se koristi prema vremenskim prilikama, godišnjem dobu i planiranim aktivnostima.

Slika 7. Plivanje

Područni vrtić sa dvije skupine (jaslička i vrtićka), otvoren je 2009. godine, nalazi se također u Šijani, sa adrese Japodska 80 preseljen (22.04.2013.) je u novi prostor na adresi

Mutvoranska 2A, sa raspoloživih 140 kvadratnih metara zatvorenog prostora koji je namjenski adaptiran i preuređen za potrebe vrtića.
Raspolaže sa pred ulazom, sanitarni čvor(za vrtićku skupinu, jasličku skupinu, i za odgajatelje), čajna kuhinja, dvije zasebne prostorije dnevnog boravka (svaka oko 55 kvadratnih metara).
Vanjski prostor je djelomično popločan, djelomično travnate površina i upotrebljiv uz popratne sadržaje za boravak i igru djece.

Drugi područni vrtić nalazi se na adresi Gortanova ulica br.2, sa raspoloživih 120 kvadratnih metara, naselje Sisplac, i namjenski je preuređen i adaptiran za dvije skupine (vrtićka i jaslička). Počeli su sa radom 01.09.2013. godine. U blizini se nalazi dječje igralište, sportska dvorana, sportski tereni otvorenog tipa, šumica i more.

Slika 8. Skakanje iz obruča u obruč

4. Odgojno-obrazovni rad

Temeljna svrha programa je zadovoljiti djetetovu potrebu za kretanjem i igrom.

Kretanje je jedna od bitnih pretpostavki u održavanju uravnoteženog stanja organizma i razine zdravlja općenito, a posebno u djece predškolske dobi.
U tom razdoblju oblikuju se i u znatnoj mjeri učvršćuju buduća osobna obilježja motorike.
Da bi predškolsko dijete usvojilo složenije motoričke strukture, potrebno je rukovodstvo odraslih koji organiziraju i usmjeravaju aktivnost djeteta. To je upravo i razlog da se u razdoblju od 3. do 7. godina uvede tjelesno vježbanje u sklopu redovitog programa vrtića.

Kada je riječ o igri, gotovo sve tjelesne aktivnosti odvijaju se kroz igru jer igra pridonosi psihičkom i somatskom razvoju djeteta, povećanju otpornosti organizma i učvršćivanju zdravlja. Igra je, također, jedno od vrlo učinkovitih odgojnih sredstava koja ima znakovit utjecaj u oblikovanje osobina i u socijalizaciji djeteta (Kosinac, 1999).

Osnovne zadaće programa:

- utjecati na cjelokupan i skladan rast i razvoj,
- razvijati bazične motoričke sposobnosti,
- upoznavanje s osnovnim elementima iz pojedinih sportova,
- stvaranje navike za svakodnevno tjelesno vježbanje.

Godišnje i mjesečne programske sadržaje planira kineziolog, a tjedni plan i program u suradnji s odgojiteljima. Za svaku aktivnost tjelesnog vježbanja kineziolog izrađuje dnevnu pripremu glavnog dijela sata, a odgojitelj uvodni i završni dio sata.

Tijekom planiranja i programiranja od velike je važnosti uvažavati slijedeće:

- razvojne karakteristike određenog razvojnog razdoblja (Findak, 1995)
- da okosnicu programskih sadržaja čine biotička motorička znanja, igre i tjelesne aktivnosti na otvorenome (Findak, 1995)
- sadržaje i aktivnosti prilagoditi uzrastu djece predškolske dobi,
- koristiti rekvizite i sprave prilagođene uzrastu djece predškolske dobi.

Važno je napomenuti da je svaki odgojitelj osposobljen za provođenje aktivnosti tjelesnog vježbanja u svakom dječjem vrtiću u okviru redovitog programa. Odgojitelji koji sudjeluju u ostvarivanju sportskog programa dobrovoljno su se u njega uključili, te je za njih provedena dodatna edukacija.
U *tablici 1.* navedeni su elementi godišnjeg programa koji bi se provodili u sklopu sportskog programa Dječjeg vrtića Kućica od licitra svakodnevno, a koji obuhvaća svu djecu polaznike

redovitog programa vrtića (dobne skupine od 3 do 7 godina). Za svaku skupinu posebno se planiraju sadržaji uvažavajući prije navedene specifičnosti.

Treba istaknuti da se u radu s djecom, posebno s mlađom i srednjom predškolskom dobi, prilikom provođenja tjelesnih aktivnosti gdje se usvajaju specifična motorička znanja, ponajviše koristi metoda imitacije određenog elementa izvedenog od strane kineziologa.
Svi elementi sportova koji su predviđeni programom usvajaju se u osnovnoj strukturi jer djeca izvode gibanje po njima prihvatljivom načinu izvođenja, npr. ukoliko se na tjelesnoj aktivnosti pretrčavaju prepone, nakon što se djeci pravilno pokaže zadatak, ona će pretrčavati prepone onako kako je njima sigurnije, pazeći da pritom na neka osnovna pravila kojih se moraju držati (start na znak voditelja, pogled naprijed, jednom nogom prijelaz (uvijek istom nogom), paziti na smjer povratka).

Slika 9. Preskakanje prepona

Tablica 1. Prikaz osnovnih elemenata sportskog programa Dječjeg vrtića

ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA	SADRŽAJ	ZADAĆE	REALIZACIJA
Usmjerena tjelesna aktivnost za mlađu, srednji i stariju dobnu skupinu	**Biotička motorička znanja:** 1. znanja za svladavanje prostora (hodanje i trčanje, puzanje, kolutanje i kotrljanje); 2. znanja za svladavanje prepreka (provlačenje, penjanje, skakanje); 3. znanja za svladavanje otpora (dizanja i nošenja, višenja i upiranja, vučenja, potiskivanja, nadvlačenja i guranja); 4. znanja za manipulaciju objektima (bacanja i hvatanja, gađanja i ciljanja) **Specifična motorička znanja** (elementi iz pojedinih sportova: atletika, sportska gimnastika, plivanje, ritmičko-sportska gimnastika, rukomet, košarka, odbojka, nogomet, hokej, biciklizam, koturaljkanje**)** **Igre:** - elementarne igre - štafetne igre - ekipne igre **Inicijalna i finalna provjeravanja**: - antropometrijskih karakteristika - motoričkih sposobnosti	- stjecanje i usavršavanje bazičnih motoričkih informacija koje imaju visok utilitet u urgentnim i svakodnevnim životnim situacijama -stjecanje novih motoričkih znanja iz različitih kinezioloških aktivnosti te utjecaj na razvijanje bazičnih motoričkih sposobnosti (brzina, gibljivost, koordinacija, preciznost, snaga, ravnoteža) - zadovoljenje osnovne djetetove potrebe za igrom Igrom - praćenje i valorizacija rada	Kontinuirano (10 mjeseci, četiri puta tjedno) Kontinuirano (10 mjeseci, četiri puta tjedno) Tijekom lipnja-plivanje (obuka neplivača) Kontinuirano (10 mjeseci, četiri puta tjedno) Rujan/Lipanj

Izleti / Posjete	Jednodnevni izlet na snijeg Jednodnevni izlet u prirodu Posjete sportskim klubovima Susreti sa sportašima	- boravak na svježem zraku - vizualni doživljaj sportskog terena i primjena motoričkih znanja u stvarnim uvjetima - upoznavanje sa sportovima, sportskim disciplinama i sportašima	Prosinac/Siječanj Listopad/Travanj Tijekom godine Tijekom godine
Priredbe	Prezentacija rada	-informiranje roditelja i javnosti o radu	Tijekom godine

Slika 10. Skijanje

5. Njega i skrb za tjelesni rast i zdravlje djece

5.1. Zdravstvena zaštita

- putem liječničkih pregleda novoprimljene djece u vrtić,
- njega djece, redovno održavanje osobne higijene djeteta,
- podrška djetetu pri stvaranju navika zdravog načina življenja,
- stvarati pozitivan stav prema cijepljenju i povjerenje prema zdravstvenom osoblju,
- vršiti dva puta godišnje antropometrijska mjerenja, praćenje tjelesnog rasta i razvoja djece u skupini,

- vršiti redovito analizu izostanka djece iz zdravstvenih razloga,
- prevencija oboljenja,
- pružanje prve pomoći djetetu kod povreda.

5.2. Zdravstveni odgoj i prosvjećivanje

- edukacija o značaju dobre i zdrave prehrane,
- putem roditeljskih sastanaka upoznati roditelje sa načinom prehrane u vrtiću,
- voditi urednu dokumentaciju o zdravstvenom stanju djeteta,
- provođenje edukativnih mjera u svezi sa zaštitom djeteta s posebnim potrebama u prehrani.

5.3. Prehrana

- osigurati ispunjavanje uvjeta u pogledu prehrane u skladu HACCAP sustavom,
- izrada kvalitetnih jelovnika, uvođenje novih namirnica i novih jela po normativima uz kontrolu kalorijskih vrijednosti u prehrani,
- planiranje pravilne prehrane djece u vrtiću u skladu s preporučenim prehrambenim standardima,
- zadovoljavanje dnevnih potreba djece u prehrani prema dužini boravka u vrtiću i vremenu dolaska i odlaska,
- kontrola kvalitete prehrane i kvalitete namirnica koje se koriste u pripremi obroka,
- laboratorijska kontrola brisova za posuđe i površine koja se koriste za pripremanje hrane.

5.4. Boravci u prirodi

- organizirano provođenje boravka djece u prirodi i drugim otvorenim prostorima.

5.5. Čišćenje i uređenje prostora i okoline

- educirati djelatnike o higijenskim mjerama koje je potrebno provoditi,
- kontinuirano provoditi mjere nužne za siguran boravak djece u prostorima predviđenim za boravak djece,
- kontinuirano provoditi pravovremenu evidenciju tehničkih kvarova i otklanjati.

5.6. Praćenje i kontrola zdravlja zaposlenih djelatnika

- sudjelovati u nabavi sredstava za dezinfekciju, lijekova, sanitetskog materijala, sitnog inventara namijenjenog djeci, te brinuti se za njihovu pravilnu upotrebu.

5.7. Zavod za javno zdravstvo:

- kontrola o kvaliteti i kvantiteti prehrane djece u skladu sa normativima,
- redovito uzimanje brisova i kontrola čistoće te redovita kontrola hrane,
- surađivati u procjeni uhranjenosti djece,
- surađivati i savjetovati se pri sastavljanju jelovnika.

6. Naobrazba i usavršavanje odgojnih djelatnika

Planom i programom predviđa se realizacija svih standardnih oblika stručnog usavršavanja, sadržajno pretežno usklađenih s ciljevima i ponudom ovlaštenih institucija.
Bitni zadaci na unapređenju naobrazbe i usavršavanje odgajatelja i stručnog tima:

- na osnovi ponuda izvršiti nabavu stručne literature iz područja struke: pedagogije, psihologije, defektologije, kineziologije i dr.
- prisustvovanje seminarima i savjetovanjima prema katalogu stručnih skupova,
- održavanje stručnih aktiva i radionica (prenošenje iskustava i saznanja sa seminara),
- održavanje edukacija i seminara na nivou ustanove.

7. Suradnja s roditeljima

Uključivanje roditelja, tj. razvoj suradničkih odnosa s roditeljima osnovni je preduvjet realizacije i uvesti neke nove oblike i sadržaje odgojno-obrazovnog programa.
Cilj nam je organizirati i osmisliti više situacija u kojima će se pružiti veća kvaliteta stručne komunikacije i informacije roditeljima, a to znači podići kvalitetu standardnih oblika komunikacije.
Kako bi ostvarili što kvalitetniju suradnju i partnerstvo s roditeljima primjenjivat ćemo sljedeće oblike suradnje s roditeljima:

- roditeljski sastanci odgojne skupine (tematski, informativni, radionice),
- kutići za roditelje(sadržaji kutića orijentirati će se isključivo na sadržaje vezane za odgojno-obrazovni rad u skupini, informacije i aktualni sadržaji u vrtiću, najave događanja, važne informacije),

- radionice za roditelje (zajedničke aktivnosti roditelja i djece uz stručno vodstvo kao poticaj kvalitetnijem roditeljstvu, povodom blagdana, sportske igre...),
- javni nastupi,
- svakodnevni kontakti,
- individualne informacije (održavanje 1 x mjesečno) ili u dogovoru s roditeljima, priprema uz konzultacije sa stručnim suradnicima),
- sadržaji na web stranici (zanimljive informacije o aktualnim događanjima, kratki tekstovi, mišljenja roditelja, izjave djece, upute za roditelje razne tematike...),
- sudjelovanje roditelja u planiranju zajedničke suradnje,
- letci, plakati, brošure, obavijesti, informativni panoi (kratke informacije kao najava nekih događanja, važne obavijesti, stručne informacije i upute),
- sudjelovanje u priredbama, svečanostima, proslavama, obilježavanju blagdana (interno i javno), druženja u vrtiću i prirodi,
- ispitivanje stavova, mišljenja roditelja (izrada upitnika i anketa za ispitivanje stavova povezane uz sadržaje i kvalitetu rada)
- sudjelovanje u nabavi potrošnog materijala,
- zajedničke akcije na uređenju vanjskog i unutarnjeg prostora.
-

8. Suradnja s vanjskim ustanovama

Dječji vrtić je sastavni dio društvenog okruženja i važan čimbenik funkcioniranja društva.

CILJEVI I ZADAĆE suradnje s društvenim okruženjem vezano za odgojno-obrazovni rad:

- Bogaćenje spoznaje i života djeteta,
- Potpunije zadovoljavanje potreba djece i kvalitetnija briga i rad
- Zaštita zdravlja i osiguravanje optimalnih uvjeta za pravilan rast i razvoj djece u vrtiću
- Dječja kazališta
- Osnovna škola
- drugi vrtići na području grada Pule,
- DND Pula,
- Gradska knjižnica Pula,
- Savez sportova Pula
- Sportski i plesni klubovi i udruge

KVALITETNIJE I POTPUNIJE ZADOVOLJAVANJE POSEBNIH POTREBA DJECE I DJECE S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU

- Škola za djecu s posebnim potrebama,
- Centar za socijalnu skrb,
- Gradskim uredom za obrazovanje, kulturu i šport,
- Dječji dispanzer-pedijatar.

ZAŠTITA ZDRAVLJA I OSIGURAVANJE OPTIMALNIH UVJETA ZA PRAVILAN RAST I RAZVOJ DJETETA U VRTIĆU

- Ministarstvo zdravlja,
- Sanitarna inspekcija,
- pedijatri i liječnici,
- Zavod za javno zdravstvo Pula,
- Poduzeće za deratizaciju i dezinsekciju,
- dobavljači sredstava za čišćenje,
- Crveni križ Pula,,
- Suradnja sa poduzećima koji su sa svojom djelatnošću vezana za stjecanje i proširivanje dječjih znanja i interesa

CILJEVI I ZADAĆE suradnje s društvenim okruženjem u cilju osiguravanja funkcioniranja vrtića kao ustanove

- Osigurati funkcioniranje vrtića u skladu s važećim zakonskim propisima i pravilnicima
- Osigurati uredno financijsko poslovanje vrtića u skladu s propisima i mogućnostima,
- Poticati i organizirati razna uključivanja vrtića u sportske, humanitarne i druge akcije
- Suradnja sa Gradom, sportskim klubovima, udrugama, školama
- Suradnja s medijima u cilju promocije vrtića kao kvalitetne ustanove i predškolskog odgoja,
- Grad Pula- Upravni odjel za društvene djelatnost- Odjel za predškolski odgoj
- Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta,
- Agencija za odgoj i obrazovanje
- Pravnici i savjetodavna tijela.

9. Financiranje programa

- prostor, sredstva za rad, opremu osigurava vrtić
- potrošni materijal osigurava vrtić
- vrtić se financira od strane Grada Pule, uplata roditelja i osnivača vrtića.

Na Odgajateljskom vijeću održanom mjesec 2015. godine razmatran je i prihvaćen Sportski program u Dječjem vrtiću Kućica od licitra, Pula.

Nakon verifikacije Sportskog programa od Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta isti će biti prihvaćen od Upravnog vijeća Dječjeg vrtića Kućica od licitra, Pula.

Na kraju pedagoške godine Odgajateljsko i Upravno vijeće procijenit će ostvarene ciljeve, zadaće i sadržaje integriranog Sportskog programa.

Slika 11. Plivanje

10. ZAKLJUČAK

Predškolski odgoj je prvi dio odgojno-obrazovnog sustava koji se ostvaruje putem različitih programa. Djetetov prirodni rast i razvoj odvija se prema biološkim zakonitostima, a na njegov razvoj utječu nasljedni čimbenici i mnogi egzogeni faktori. Zapažene su velike individualne razlike fizičkog i psihičkog razvoja djece iste kronološke dobi.

Opće poznata je važnost zadovoljavanja osnovnih biotičkih potreba djece predškolske dobi za kretanjem i igrom. Sve tjelesne aktivnosti sa djecom predškolskog uzrasta je najprimjerenije provoditi kroz igru jer je djeci to primarna i prirodna potreba. Djeca kroz igru upoznaju svijet oko sebe, uče nove pokrete, maštaju, stvaraju, stječu prijateljstva i socijalne odnose, igra dijete ispunjava velikim zadovoljstvom, kroz igru se dijete ostvaruje. Stoga je izrazito bitno od ranog djetinjstva djetetu omogućiti prostor i vrijeme kako bi se dijete što više kretalo i igralo, ujedno i steklo pozitivan odnos prema vježbanju i sportu općenito kako bi te pozitivne navike i ljubav prema sportu ostale za cijeli život.

Prije svega, bavljenje sportom je za djecu igra kroz koju pospješuju svoja motorička znanja i sposobnosti. Motorička znanja su bitna za ispunjenje egzistencijalnih i esencijalnih potreba, za zadovoljenje raznovrsnih biotičkih i civilizacijskih potreba, ali su istodobno presudan čimbenik rasta, razvoja svih osobina i sposobnosti, osobito onih na koje se u djetinjstvu jedino ili najviše može utjecati (Findak, 2001).

Dobro organizirani programi sportskih aktivnosti višestruko će koristiti djeci predškolske dobi. Razvojem motoričkih vještina i sposobnosti nepobitno će se doprinijeti kognitivnom, socijalnom i emotivnom razvoju djece te dobi.

Važno je proširiti ovakve programe u što više dječjih vrtića, jer za to postoje mnogi na argumenti. To su:

- višestruki pozitivan utjecaj tjelesnog (svakodnevnog) vježbanja na dijete
- djeca predškolske dobi s radošću i lakoćom prihvaćaju nove sadržaje prilagođene njihovu uzrastu
- stvaranje pozitivnih stavova o vježbi i sportu, te doživotne navike za vježbanje,
- pomoć roditeljima i djeci pri odabiru sporta u koji bi se dijete najlakše uključilo
- omogućiti pristup kineziolozima u predškolske ustanove kako bi rad bio što kvalitetniji
- razvijati pozitivan i aktivan stav prema sportskom načinu života.

12. **LITERATURA**

1. FINDAK, V. (1995.*) Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju.* Zagreb:
Školska knjiga.

2. FINDAK, V. (2001.) *Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju*. Zagreb: Edip.

3. KOSINAC, Z. (1999.) *Morfološko-motorički i funkcionalni razvoj djece predškolske dobi.* Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja u Splitu. Sveučilište u Splitu.

4. STARC, B., ČUDINA OBRADOVIĆ, M. ,PLEŠA, A., PROFACA, B., LETICA, M. (2004.) *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi*. Zagreb: Golden marketing- Tehnička knjiga.

5. AGENCIJA ZA ODGOJ I OBRAZOVANJE, Zagreb, *Upute za pisanje programa u svrhu provođenja*
postupka verifikacije. Narodne novine, (63/08 i 90/10), *Državni pedagoški standard predškolskog odgoja i naobrazbe.*

6. NARODNE NOVINE, (10/97), *Zakon o predškolskom odgoju i naobrazbi*.

7. PRIMORAC, D., VICAN, D., RAKIĆ, V., JANJIĆ, Ž., MILANOVIĆ LITRE, I. (2008.) *Državni pedagoški standardi.* Zagreb: Gipa d.o.o. Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta.

8. PRIVITELLIO, S. I MARIĆ, Ž. (2005.) *Prikaz organizacije rada i provođenja sportskog programa u Dječjim vrtićima Rijeka*.

9. IVANKOVIĆ, A. (1988.) *Tjelesne vježbe i igre u predškolskom odgoju uz primjenu gimnastičkih pomagala i sprava* - priručnik za odgajatelje. Drugo izdanje. Zagreb: Školska knjiga.

10. NELJAK, B. (2011.) *Opća kineziološka metodika*. Zagreb: Kineziološki fakultet.

11. NELJAK, B. (2009.) *Kineziološka metodika u predškolskom odgoju.* Zagreb: Kineziološki fakultet.

12. FINDAK, V., DELIJA, K. (2001.) *Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju.* Zagreb: Edip.

13. IVANKOVIĆ, A. (1980.) *Tjelesni odgoj djece predškolske dobi.* Zagreb: Školska knjiga.

14. IVANKOVIĆ, A. (1982.) *Tjelesne vježbe i igre u predškolskom odgoju*. Zagreb: Školska knjiga.

15. PEJČIĆ, A. (2005.) *Kineziološke aktivnosti za djecu predškolske i rane školske dobi.* Rijeka: Visoka Učiteljska škola u Rijeci Sveučilišta u Rijeci.

Internet stranice:

http://www.minici.hr (preuzete slike)

SAŽETAK

Vježbanje djece predškolske dobi uvelike se razlikuje od vježbanja odraslih, a vježbanje mora biti prilagođeno dječjem uzrastu. Provodi se sustavno, planski i kroz igru. Tjelesno vježbanje utječe na razvoj cjelokupne motorike, ali isto tako uči djecu disciplini, samopouzdanju te zdravim životnim navikama. U radu su opisane razvojne karakteristike djece predškolske dobi, metodički organizacijski oblici rada, metode rada te organizacija i provođenje sportskog programa u dječjem vrtiću Kućica od licitra u Puli.

ABSTRACT

Doing exercise with preschool children is different from doing exercise with adults. What is more, exercise programmes must be adapted to children's age. It should be carried out systematically, be thoroughly planned and presented as a game. Physical exercise influences on the development of motor skills; it also teaches children discipline, self-esteem and healthy habits. In this final project work described the development characteristics of preschool children, methodical and organizational forms of work, methods of work, the organisation and the implementation of sports programmes in “Kućica od licitra” kindergarten in Pula.