

GIBALNI RAZVOJ OTROKA NAM ODKRIVA MARSIKAJ

Avtor: Ajda Bivic, svetovalna delavka Vrtca Jarše

Povzetek: v članku pojasnujem osnovno preventivno dejavnost, ki se nanaša na opazovanje motorike pri otroku skozi različne projekte in dejavnosti, v katere smo vključili tako starše kot strokovne delavce. Na kratko opišem razvoj motorike pri predšolskem otroku, zakaj je poznavanje motorike osnova za prepoznavanje in odkrivanje otrok s posebnimi potrebami ter različne preventivne dejavnosti za osveščanje tako staršev kot zaposlenih.

Ključne besede: gibanje, otroci s posebnimi potrebami, razvoj motorike, preventiva

UVOD

Peto leto delam kot svetovalna delavka v vrtcu. Pri svojem delu sledim programskim smernicam za svetovalno službo v predšolskem obdobju, kjer je primarno delo svetovalne službe preventivno in poteka preko sodelovanja in posvetovanja z vsemi udeleženi (Programske smernice 2008, str. 17).

Gibanje je osnova za ves nadaljnji razvoj človeka in ker poteka po točno določenem zaporedju, je toliko bolj predvidljivo in merljivo. Prav zaradi tega je dobro poznavanje razvoja motorike osnova za prepoznavanje težav v otrokovem razvoju. To pa je bistvo preventivnega dela. Rogič - Ožekova (2010) ugotavlja, da je vloga gibalnega razvoja pri posameznikovem celostnem razvoju zelo pomembna in je sestavni del človeškega razvoja. Gibalni razvoj definira kot proces, v katerem otrok pridobiva gibalne spretnosti in vzorce ter razvija gibalne sposobnosti. Če je gibalni razvoj moten, lahko to bistveno pripomore k motnjam »na drugih področjih razvoja in pri razvoju psihične strukture« (prav tam, str. 327).

V Vrtcu Jarše smo v šolskem letu 2015/2016 preventivno delo celostno zastavili na prepoznavanju in sledenju gibalnega razvoja od vstopa otroka v vrtec. Zakaj? Kljub individualnim razlikam v hitrosti razvoja ni povsem zanemarljivo, kako otrok v razvoju napreduje. Vedeti namreč moramo, »kdaj naj bi otrok kaj zmožel in v kakšnem zaporedju« (Pighin in Bernd 2006, str. 82). Različne dejavnosti in projekti, ki spodbujajo gibalni razvoj, nam to omogočajo in z njimi so seznanjeni starši in strokovni delavci.

RAZVOJ MOTORIKE PREDŠOLSKEGA OTROKA

Gibalni razvoj dojenčka do pokončne hoje in razvoj zavestnih gibov poteka v več fazah (https://www.zd-lj.si/zdlj/images/stories/Normalen_razvoj_otroka.pdf, pridobljeno 4. 11. 2016):

1. faza: razvoj obvladovanja telesa na hrbtu,
2. faza: razvoj sedenja,
3. faza: razvoj obvladovanja telesa na trebuhu,
4. faza: obvladovanje telesa v pokončnem položaju,
5. faza: razvoj roke,
6. faza: razvoj prvinskega plazenja.

V gibalnem razvoju so mejniki v razvoju, ki so pomembni za posamezno razvojno obdobje in se pojavljajo po točno določenem zaporedju in služijo bolj ali manj natančnemu napredovanju otrokovega razvoja« (Marjanovič, Umek idr., 2004, str. 172). Razvoj gibanja se s starostjo otrok odraža v večji moči, hitrosti, ravnotežju, gibi pa so vse bolj usklajeni. Večina dojenčkov hodi nekje med 9. in 12. mesecem, do konca drugega leta večina malčkov usklajeno teče in skoči z obema nogama, v tretjem letu so otrokovi koraki med tekom vse daljši in enakomernejši in tek postaja vse bolj dovršen in usklajen. Z razvojem grobe motorike se izpopolnjuje tudi fina motorika. Razvoj drobnih gibov v obdobju malčka se odraža vse večji nadzor in natančnost ter napredek v razvoju usklajenega gibanja oko - roka. V prvi polovici drugega leta večina malčkov zgradi stolp iz dveh kock, v drugem letu se malček že sam hrani z žlico, v tretjem letu si otroci sami natočijo pijačo v skodelico in do treh let že zmorejo sami prerisati nekaj osnovnih geometrijskih likov (najprej krog), v četrtem letu zmorejo po črti striči s škarjami in v petem letu že zapišejo svoje ime in nekaj števil (Marjanovič Umek, Zupančič idr., 2004, str. 174-177).

Gibanje pomembno vpliva na razvoj govora in mišljenja, sposobnost učenja in socialno-čustveni razvoj. Gibanje je temelj harmoničnega osebostnega razvoja (Kremžar Petelin 2001) in je »tesno povezan z drugimi področji razvoja: zaznavnim, spoznavnim in čustveno socialnim« (Marjanovič Umek, Zupančič in drugi, 2004, str. 170).

Tu bi poseben poudarek namenila refleksom, s katerimi se rodi novorojenček in do določenega meseca izginejo ali se integrirajo (najbolj poznan je Morojev refleks – objemalni refleks).

Prisotnost in moč refleksov ob rojstvu ter njihovo izginjanje z razvojem so pomembni pokazatelji ustreznega nevrološkega in gibalnega razvoja (Marjanovič Umek in Zupančič ter drugi, 2004, str. 171). Integracija primarnih otrokovih refleksov je pomembna za normalno delovanje otroka in odraslega, saj neintegrirani refleksi negativno vplivajo na motoriko, mišični tonus, govor, učne sposobnosti (kot so branje, pisanje, računanje), organizacijo, socialno integracijo, samopodobo, čustvovanje, razumevanje, vedenje ... <http://www.avevita.si/integracija-refleksov>, pridobljeno 4. 11. 2016).

Za otroka, ki vstopa v vrtec z 11 meseci je dobro vedeti, kako je potekal njegov gibalni razvoj. Zelo pomemben je pogovor s starši ob prehodu v vrtec. Da je otrok morda imel težave z gibanjem že od rojstva dalje, lahko ugotovimo tudi v primeru, če so starši imeli podaljšan starševski dopust in so poskrbeli za zgodnjo vključitev otroka v razvojno ambulanto (delovna terapija in nefrofizioterapija). S starši se pogovorimo o poteku razvoja gibanja, vprašamo jih po razvojnih mejnikih v prvem letu otrokovega življenja (sedenje, plazenje, rokovanje s predmeti). Pozorni smo, če starši omenijo, da je otrok določene razvojne mejnike prešel (ni bilo plazenja) ali da v razvoju vidno zaostaja (na primer, neobičajno kobaca). Gibalni razvoj, ki kakorkoli odstopa od normalnega razvoja (preskoki v fazah, počasnejši razvoj) ni nujno pogoj za nastanek razvojnih težav. Vsekakor pa smo pri opazovanju teh otrok bolj pozorni.

PREVENTIVNE DEJAVNOSTI V VRTCU JARŠE NA PODROČJU SPOZNAVANJA GIBALNEGA RAZVOJA OTROKA

V Vrtcu Jarše smo v šolskem letu 2015/2016 izvedli **izobraževalne aktivne**, na katerih so vsi strokovni delavci dobili gradivo in se seznanili s podrobnim **razvojem motorike**. Dobro poznavanje gibalnega razvoja otroka je temelj za opazovanje otrok in odkrivanje morebitnih odstopanj že pri prehodu otroka v vrtec. Razvoj gibalnih funkcij je rezultat otrokovega zorenja in učenja in ker se otrok celostno najbolj razvija v predšolskem obdobju, je potrebno dobro poznati določene značilnosti njegovega razvoja. V prvih treh letih se psihomotorični razvoj kaže v vedno bolj nadzorovanem gibanju in učinkovitem ravnanju pri tem (Žnidaršič 2011). S strokovnim znanjem uspešneje pristopimo do staršev in jih usmerimo na ustrezne zunanje strokovne institucije in tako pravočasno ukrepamo. Povabili smo tudi delovno terapevtko z dolgoletno prakso v pomoči otrokom s posebnimi potrebami z odstopanji v gibalnem razvoju, **Petro Šmid Seljak**. Staršem in strokovnim delavcem je predstavila **napotke za spodbujanje pravih gibalnih vzorcev in preprečevanje nezaželenih** (kako vpliva dudu na razvoj ust in

govora, razvoj stopal in nošenje primernih copat, grizenje trde hrane od pridobivanja prvega zobka dalje).

V Vrtnu Jarše vsako leto izvajamo tudi **projekt Porajajoča se pismenost**. Projekt smo v šolskem letu 2015/2016 zastavili na krepitvi finomotoričnih dejavnosti oz. ročnih spretnosti za vse starosti. Fina oz. drobna motorika vključuje manipulacijske veščine, kot so hranjenje, oblačenje, igranje. Obstaja neposredna povezava centrov za govor in ročno motoriko. To pomeni, da je motorika prstov povezana z motoriko ust, slednja pa uspešno vpliva na pridobivanje glasov, ustrezno artikulacijo in izgovarjavo besed (Montessori 2011). Torej, bolj ko bomo pri otroku urili motoriko rok, dlani in prstov, bolj se bodo razvijale govorno – jezikovne zmožnosti. Finomotorične spretnosti smo prilagodili glede na starost otroka in razvojne zmožnosti. Po koncu projekta so se strokovne delavke odločile, da bodo dejavnosti nadaljevale, saj so pri otrocih poleg izboljšanja finomotoričnih spretnosti zaznale tudi druge pozitivne spremembe: veselje, pozitivna samopodoba, vztrajnost in večja koncentracija pri uspešno izpeljani dejavnosti (npr. zapenjanje kljukic na vrstico ipd.).

NABOR FINO MOTORIČNIH DEJAVNOSTI GLEDE NA STAROSTNA OBDOBJA V VRTCU JARŠE (povzeto po Jurišić, 1991)

<i>1-2 LETI</i>	<i>2-3 LETI</i>	<i>3-4 LET</i>	<i>4-5 LET</i>	<i>5-6 LET</i>
Pobiranje drobnih materialov (rozine, rezine sadja)	Povezovanje od pike do pike	Risanje s prsti v naravne materiale na večji površini (pšenični zdrob, polenta, riž, manjše testenine)	Pretakanje tekočin	Prenašanje tekočine s pipeto in kapalko
Trganje, mečkanje različnih materialov	Obešanje perila s ščipalkami	Uporaba škarij	Rezanje sadja in zelenjave pri sadni malici	Prerisovanje osnovnih oblik na papir

Brisanje površin	Gnetenje plastelina in slanega testa	Presipavanje naravnih materialov in prelivanje tekočin	Nizanje materialov na vrvico	Striženje po črti
Vstavljanje različnih materialov v posode	Vstavljanje drobnih materialov v manjše odprtine/luknjice	Trganje papirja na manjše koščke	Zapenjanje gumbov	Izdelovanje origamov

Fotografija 1: Obešanje perila s ščipalkami



Fotografija 2: Nizanje materialov na vrvico



V letošnjem šolskem letu se v našem vrtcu seznanjamo s **Playness pedagogiko**, ki temelji na gibanju. Gibanje je sredstvo za spoznavanje sveta. Radovednost pri otrocih se najprej kaže na gibalnem področju. To pa spodbuja razvoj mreženja nevronov v možganih in močno vpliva na **razvoj intelektualnih potencialov otroka** (Hosta 2016). Tu govorimo o osnovnih gibalnih vzorcih, ki jih mora skozi razvojne stopnje osvojiti vsak otrok: plazenje, lazenje, plezanje, hoja, tek, skoki, manipulacije s predmeti itd. Zato je pomembno, da že v predšolski dobi delujemo preventivno in korektivno in veliko pozornosti, poudarkov in časa namenimo dejavnostim, ki vključujejo gibanje. Telesno gibanje pri Playness pedagogiki razumemo kot temeljno spoznavno metodo in univerzalno komunikacijsko metodo. Taktilno-kinestetični aparat je namreč ustvarjen tako, da nam daje informacije, s katerimi osmišljamo gibanje. Strokovni delavci z različnimi sredstvi in metodami omogočajo uspešnost vsakega otroka, s poudarkom

na pozitivnih izkušnjah. Ni tekmovanja, vsak gibalno vajo izvede po lastnih trenutnih zmožnostih. Vsaka motorična dejavnost je poenostavljena na raven, ki otroku omogoča izziv (s pomočjo rekvizitov, spremembo položaja telesa ipd.), z vajami se vrnemo k osnovnim, naravnim elementom gibanja in preko njih zapolnimo motorično neznanje otroka ter v gibanje vključimo igro, skozi katero se otroci učijo.

Razvojne mejnike gibanja smo vključili tudi v projekt **SAMOEVALVACIJE**, za katerega smo izbrali gibalne dejavnosti, ki jih otroci glede na razvojno sposobnost pri določeni starosti zmorejo. Samoevalvacijo opredeljujemo kot (sprotno) spremljanje in (končno) ovrednotenje doseganja zastavljenih prednostnih ciljev izboljšav v določenem obdobju (npr. enem šolskem letu). Z načrtovano in sistematično samoevalvacijo šole in vrtci tekom šolskega leta spremljajo izvajanje dejavnosti za doseganje zastavljenih ciljev (na ravni izvedbe dejavnosti in na ravni doseganja opredeljenih, pričakovanih rezultatov) in jih ob zaključku šolskega leta ovrednotijo (samoevalvacijsko poročilo). Pri tem na podlagi ugotovitev opredelijo tudi priporočila in ukrepe, ki jih upoštevajo pri načrtovanju za naslednje šolsko leto (<http://kviz.solazaravnatelj.si/samoevalvacija/>, pridobljeno 11. 1. 2017). S pomočjo izbranih gibalnih vaj otrok razvija zavedanje telesa, perceptivne funkcije, govor, višje mentalne funkcije, ustvarjalnost, sposobnosti za komuniciranje in interakcijo (Bertoncelj 2003).

Ker je naša prednostna naloga spodbujanje gibanja, bomo skozi sistematično spremljanje gibalnih sposobnosti otrok v predšolskem obdobju ponotranjili in spodbujali gibanje tudi pri starših in naslednjih generacijah otrok. To bo postavilo dobre temelje za povezovanje znanja v šolskem obdobju ter spodbujali bomo pozitivno samopodobo in zaupanje vase pri vseh otrocih.

ZAKLJUČEK

Z dobro zastavljenimi cilji pri izbiranju zgoraj opisanih preventivnih dejavnosti lahko pravočasno ukrepamo in pomagamo otrokom pri odstopanju v razvoju. S tem krepimo, urimo in spodbujamo gibalne in tudi druge sposobnosti otrok. Tako dosežemo, da nismo usmerjeni le neposredno na posameznika ali skupino, temveč se praviloma usmerjamo tudi na vzpostavljanje ustreznih pogojev v vzgojno-izobraževalnem okolju (Programske smernice 2008, str. 17). Z dobro izobraženim kolektivom, ki je pozoren na otroka že ob vstopu v vrtec, in sodelovanjem s svetovalno službo lahko usmerimo starše in jim svetujemo. Otroku pa pomagamo že v predšolskem obdobju, ko se povezave med sinapsami v možganih še ustvarjajo. Vse sodobne teorije (nevroznanost) nas učijo, kako pomembno je gibanje za vsestranski razvoj otrok in temu sledimo tudi v Vrtcu Jarše. Z ustreznim spodbujanjem gibalnega razvoja vsakega otroka smo

vse bolj uspešni pri krepitvi celostnega razvoja in dobri preventivni ter hitri in predvsem ustrezni pomoči otrokom s posebnimi potrebami v razvoju.

VIRI IN LITERATURA

Bertoncelj, M. (2003). Plesna vzgoja na predšolski stopnji. Diplomsko delo. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Integriranost primarnih refleksov, pridobljeno 4. 11. 2016 z <http://www.avevita.si/integracija-refleksov>.

Jurišić, B. (1991). Razvojni mejniki, interno gradivo

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

Montessori, M. (2011). Srkajoči um. Ljubljana : Uršulinski zavod za vzgojo, izobraževanje, versko dejavnost in kulturo.

Pighin, G. in Bernd, S. (2006). Otrokovo prvo leto: da bo Vaš otrok zdrav in živahen. Ptuj: In obs medicus.

Playness pedagoški kompas, pridobljeno 4. 11. 2016 z http://www.playness.com/sl/prijava-knjiznico/?redirect_to=http%3A%2F%2Fwww.playness.com%2Fsl%2Fknjiznica%2F

PROGRAMSKE smernice. Svetovalna služba v vrtcu (2008) ur: Gabi Čačinovič Vogrinčič idr. Ljubljana : Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

Marjanovič Umek, Zupančič idr. (2004). Gibalni razvoj po rojstvu. V: Razvojna psihologija – zbornik ur: Marjanovič Umek, Zupančič idr. Ljubljana. Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.

Rogič Ožek, S. (2010). Vpliv obravnave otrok s posebnimi potrebami na gibalni razvoj. V Sodobni pogledi na gibalni razvoj otroka (str. 326–329). Portorož: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče Koper.

SAMOEVALVACIJA, <http://kviz.solazaravnatelje.si/samoevalvacija/>, pridobljeno 11. 1. 2017

Žnidaršič, M. (2011). Povezanost gibalne/športne aktivnosti s socialnim in čustvenim razvojem predšolskega otroka. V: Socialni in čustveni razvoj predšolskega otroka: zbornik IV. Mednarodne strokovne konference vzg. v vrtcu. ur: Željeznov Seničar, M. in Šelih, E., Ljubljana, MiB