

## KOORDINACIJA IN RAZVIJANJE ORIENTACIJE V VRTCU

Sabina Žavski, dipl. vzgojiteljica in mag. managementa znanja,  
Vrtec Tončke Čečeve Celje



V članku je predstavljen pomen koordinacije in orientacije, ki je v Kurikulumu za vrtce opredeljen v ciljih na vseh področjih dejavnosti. Koordinacija je sposobnost za smotrno in harmonično usklajevanje gibov v prostoru in času. Eden od nemotoričnih dejavnikov za razvoj koordinacije, zlasti v začetni fazi učenja gibalnih nalog na tem področju, je tudi orientacija, predvsem prostorska. Dobre prostorske orientacije pa ni brez zavedanja telesa, zavedanja smeri in zavedanja telesa v prostoru. Če se torej otrok ne zaveda svojega telesa v prostoru in se ne zna orientirati, se pri njem koordinacija sploh ne more začeti razvijati. V članku sta predstavljeni tudi uporaba in prilagoditev orientacijskih dejavnosti za predšolske otroke.

### ZA UVOD

V Kurikulumu za vrtce (2007) je zapisano, da sta gibanje in igra primarna otrokova potreba. Gibanje je pogojeno z zaznavanjem okolice, prostora, časa in samega sebe. V vseh posameznih področjih dejavnosti so cilji, ki se nanašajo na koordinacijo in orientacijo (razvijanje koordinacije oziroma skladnosti telesa; otrok se izraža s kretnjami in gibi telesa; razvija prostorske predstave; spoznava, da imata urejanje prostora in lega predmetov določen namen; spoznava prostor, njegove meje, zunanost, notranost; rabi izraze za opisovanje položaja predmeta itd.).

### POMEN KOORDINACIJE ZA OTROKOV RAZVOJ

Koordinacija je odločilna za celosten razvoj otroka. Koordinacija je bolj kot katerakoli druga gibalna sposobnost odvisna od delovanja centralnega živčnega sistema. Odvisna je od treh temeljnih dejavnikov, ki so povezani z delovanjem centralnega živčnega sistema. To so sistem za sprejem in analizo informacij, center za gibalni spomin ter kortikalni in subkortikalni centri za oblikovanje gibanja (Pistotnik 2003). Če ima otrok zmanjšane koordinacijske sposobnosti, potem je nespreten, neroden, vedno išče pomoč, počasi pridobiva nova gibanja, se slabo

znajde v gibalnih situacijah in je negotov v dejavnostih. To tudi zavrno vpliva na njegov razvoj. Otroku lahko v takem primeru pomagamo s pomočjo vloge vodečega v skupini in z vajami, ki mu delajo težave. Pri tem moramo biti pozorni na razvojno stopnjo, stopnjo intenzivnosti in nuditi pozitivno vztrajnost (Cemič 1997).

### Sredstva in metode za razvoj koordinacije

Za razvoj koordinacije se največkrat uporablja metoda večkratnega ponavljanja gibalnih struktur. Merila in metode niso natančno znane za vadbo koordinacije, pri katerih bi določili obremenjenost vadečih. Znana pa so sredstva in načela za razvoj posameznih pojavnih oblik koordinacije (Pistotnik 2003). Poudariti je treba, da se mora vsako izvajanje in doseganje novih znanj na področju koordinacije in orientacije prilagoditi glede na sposobnosti in razvojne značilnosti otrok in vse to dosegati nevsiljivo, skozi igro. Otroke je potrebno spodbujati k reševanju zastavljenih gibalnih in prostorskih problemov.

**Če ima otrok zmanjšane koordinacijske sposobnosti, potem je nespreten, neroden, vedno išče pomoč, se slabo znajde v gibalnih situacijah in je negotov v dejavnostih.**

**Spodbujanje orientacije v vrtcu**  
Orientacija je osnovna človekova sposobnost, ki mu omogoča, da opazuje svojo okolico, v njej ugotavlja svoj položaj ter poišče

ustrezno pot do svojega cilja. S tem pojmom se srečujemo na številnih področjih človekovega delovanja (Praček 2011).

Predšolsko obdobje je obdobje temeljnega gibalnega razvoja. Otrokom je treba omogočiti in jih spodbuditi, da z različnimi dejavnostmi v prostoru in na prostem razvijajo gibalne sposobnosti, osvajajo osnovne gibalne koncepte ter neposredno ali posredno razvijajo orientacijo. Predvaje za orientacijo in mobilnost pri malčkih so sestavljene iz urjenja motoričnih spretnosti, namenskega gibanja, senzornih veščin, prostorskih konceptov, sledenja in zaščitnih tehnik. Ena izmed možnih dejavnosti na prostem je lahko orientacija v različnih pojavnih oblikah. Orientacija je

**Orientacija je praktična veščina in zato je treba v poučevanje vključevati veliko mero praktičnega dela, ki naj pri mlajših otrocih poteka na osnovi igre.**

praktična veščina in zato je treba v poučevanje vključevati veliko mero praktičnega dela, saj se tako najhitreje dojemata smisel in namen obvladovanja orientacije. Praktično delo pri mlajših otrocih poteka na osnovi igre.

Pri poznavanju orientacije predšolski otroci spoznavajo mnoge temeljne

življenjske pojme, temelje orientacije, ki so odraslim samoumevni:

- kdaj gremo naprej in kdaj nazaj,
- kje je levo, desno ter spodaj in zgoraj,
- koliko je ura,
- kaj je vzpon in kaj spust (Glavnik idr. 2002).

Hodnik Čadeževa (2002) pravi, da je otroke potrebno spodbujati, da se orientirajo v prostoru tako, da najprej gledajo sebe, nato se orientirajo glede na druge osebe, tudi predmete, kasneje pa ugotavljajo relacije med posameznimi predmeti in osebami. Pri tem se učijo izrazov, kot so: proti, nad, levo, desno, zgoraj, spodaj, skozi, v, ...

Namen orientacijskih iger je nevsiljiva aerobna zaposlitev otrok z zanimivo in prijetno dejavnostjo. Pri teh igrah ne uporabljamo kompasa, topografske karte in podobnih pripomočkov. Lahko pa se uporablja nekatere topografske pojme, kot so strani neba, vrsta dreves, razlika med travnikom in gozdom. S tem navajamo otroke na orientiranje po osnovnih pojmih orientiranja. Najznačilnejše orientacijske igre so po označeni poti, po opisani poti, skrita pisma in lov na zaklade, lisičo. Orientacijske igre so prekratke za športne dneve, zato jih uporabljamo kot samostojno dejavnost ali le kot del športnega dne (Kristan 1994). Tudi prepoznavanje preprostih orientacijskih simbolov, kot so puščice oz. smerokazi, »markacije« in podobni simboli, je za predšolske otroke primerno.

Pišek (2012) poudarja izključitev merjenja časa pri orientacijskih igrah za predšolske otroke. Izključitev argumentira z različno gibalno razvitostjo pri otrocih ter nepomembnostjo zmage. Pomembno je, da slabše gibalno razvite otroke še bolj spodbujamo h gibanju, saj so orientacijske igre dobra spodbuda k

## Orientacijske igre so dobra spodbuda k dobremu gibalnemu razvoju.

dobremu gibalnemu razvoju. Navodila za orientacijske igre naj ne bodo pisna, ker predšolski otroci še niso večji v pisanju in branju. Navodila naj bodo podana na začetku in naj bodo kratka in jasna, ker otroci še nimajo tako dobro razvitega dolgoročnega spomina in si lažje zapomnijo konkretna navodila.

Osnovno znanje o orientiranju v naravi prištevamo k delu splošne izobrazbe, zato je prav, da so o tem seznanjeni že predšolski otroci. Veliko je orientacijskih iger za osnovnošolske otroke, vendar če le te spremenimo in prilagodimo starosti skupini, se lahko izvajajo tudi v vrtcih (Kristan 1994).

### ORIENTACIJSKE DEJAVNOSTI V VRTCU

Z orientiranjem v prostoru se otrok srečuje skozi celotno dnevno rutino. Te dejavnosti se pojavljajo v različnih oblikah. Otrok se z orientiranjem v prostoru velikokrat seznanja spontano. Otrokova orientacija se začne že ob samem prihodu v vrtec, še preden stopi v igralnico. Ko si obuva copate, mora najprej pomisliti, na katero nogo bo obul copat. V igralnici igrače otroci pospravijo v zabojce in le-te položijo

na njihova mesta. Otrok se z orientiranjem seznanja tudi na sprehodu. Na sprehodu se pogovarjamo, kam bomo zavili. Orientacije tudi ne manjka pri pripravi na počitek, ko poiščejo svoj ležalnik, pri tem se lahko pogovarjajo, kdo je na njegovi levi in kdo na desni (Marjanovič Umek 2001). Možnosti je ogromno, dejavnosti s področja orientacije lahko vključimo in prepletamo na vseh drugih področjih dejavnosti: gibanje, matematika, umetnost, narava, družba in jezik.



Ena izmed načrtovanih dejavnosti, ki je vezana na področje orientacije, je tudi oblikovanje zemljevida in orientiranje z njegovo pomočjo. Orientacije se otroci učijo postopno, torej se tako tudi razvijajo. Najprej se orientirajo na telesu, nato v prostoru in nazadnje še na papirju. Z opismenjevanjem lahko začnemo že pri mlajših otrocih, saj ti nimajo težav pri razumevanju dejstva, da je na zemljevidu vse pomanjšano. Razumejo, da velikostna razmerja na zemljevidu ustrezajo velikostnim razmerjem v naravi. V pomoč pri branju zemljevida pa ti otroci vsekakor potrebujejo legendo. Pri risanju zemljevida se mlajši otroci razlikujejo od starejših v tem, da po navadi površja in objekte ne rišejo v tlorisu, ampak v prerezu oziroma od strani, še pogosteje pa ga kar preprosto opišejo z besedami (Glavnik idr. 2002). Otroci imajo zelo radi risanje zemljevidov, labirintov in podobnih shem, kot je npr. risanje poti do zaklada ali skritega predmeta. Na podlagi njih se kasneje skupaj s prijatelji igrajo igre orientiranja.

Za zelo primerno dejavnost s področja orientacije se je izkazala tudi dejavnost, kjer naredimo fotografije posameznih delov igralnice ali vrtca, otroci pa s pomočjo fotografij

**Lahko naredimo  
fotografije  
posameznih delov  
igralnice ali vrtca,  
otroci pa s pomočjo  
fotografij poiščejo (se  
orientirajo), kje je del  
vrtca na fotografiji.**

poiščejo (se orientirajo), kje je del vrtca na fotografiji.

Otroci se lahko igrajo igre za orientiranje v prostoru v različnih delih dnevne rutine v vrtcu:

- na sprehodu: otroci se postavijo pred drevo, za hišo, v kolono pred vzgojitelja; skrijemo lahko kak predmet, ki ga poiščejo in s predlogi ugotovijo, kje se nahaja (npr. pred, pod, na itd.),
- v parku: z otroki opazujemo situacijo v parku: na klopi sedita gospod in gospa, nad klopjo leti metulj, pod klopjo spi muca, ...
- v igralnici:
  - z otroki se pogovarjamo, kje je kdo v igralnici, npr. pri umivalniku, za koticom,
  - postavljanje igrač na določena mesta v igralnici po vzgojiteljevih navodilih ali po navodilu enega izmed otrok,
  - otroci se postavijo v kolono, ki predstavlja vlak, ta pa se giblje po prostoru po vzgojiteljevih navodilih,
- na igrišču: otroci na pesek ali asfaltno površino narišejo labirint in skušajo najti pot do izhoda, to pot kasneje opišejo: grem naravnost, zavijem desno, spet naravnost (Hodnik Čadež 2002).

### Pri orientacijskih igrah za predšolske otroke je potrebno, glede na klasične orientacijske igre, upoštevati nekaj prilagoditev.

Pri orientacijskih igrah za predšolske otroke je potrebno, glede na klasične orientacijske igre, upoštevati

nekaj prilagoditev. Kot je z raziskavo ugotovila Anja Pišek (2012), so prilagoditve za predšolske otroke pomembne zlasti v naslednjem:

- Merjenje časa odpade, saj imajo eni otroci bolj razvite gibalne sposobnosti kot drugi, poleg tega glavni namen orientacijskih iger ni zmaga. S tekmovalnostjo bi slabo vplivali na otrokovo samopodobo. Pri otrocih v predšolskem obdobju se je treba tudi zavedati, da največja mišica v telesu (srce) še ni dobro razvita.
- Prisotna mora biti ena odrasla oseba, ki skrbi za varnost. Njena naloga je tudi spremljanje, spodbujanje in preverjanje rešitev nalog oz. osvojitve določenih orientacijskih pojmov. Če se pojavi težava pri razumevanju nalog na posameznih postajah, lahko tudi priskoči na pomoč.
- Navodila in besedila morajo biti kratka in jedrnata, izrečena morajo biti ustno, saj predšolski otroci še niso večji v pisanju in branju. Kratka morajo biti zato, ker otrokov dolgoročni spomin še ni dovolj razvit. Nekatero nalogo so lahko označene na postajah slikovno.
- Ekipe ne smejo biti majhne, čeprav prvotno orientacijske igre potekajo v manjših skupinah.
- Uporabljeni pojmi v določeni orientacijski igri morajo biti otrokom poznani.
- Dolžina poti mora biti prilagojena starosti otrok.

### ZAKLJUČEK

Koordinacija v povezavi z orientacijo in obratno sta dva pomembna faktorja v razvoju predšolskega otroka.

Predstavila sem pomen razvoja koordinacije in orientacije, na katere morda ne dajemo dovolj pozornosti pri vsakodnevnih dejavnostih v vrtcu. Orientacijske igre v vrtcu sicer dostikrat izvajamo, vendar ne damo dovolj poudarka usvajanju orientacijskih pojmov in spodbujanju orientacije in koordinacije. Možnosti za orientacijske igre je veliko, jaz pa sem skušala najti in predstaviti praktične prilagoditve za izvajanje le-teh v vrtcu, ki bodo predvsem v pomoč vzgojiteljem.

### LITERATURA

- Bahovec, E. D., idr. (2007) *Kurikulum za vrtce*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Cemič, A. (1997) *Motorika predšolskega otroka*. Ljubljana: Narodna in univerzitetna knjižnica.
- Glavnik, A., idr. (2002) *Planinska orientacijska tekmovanja*. Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.
- Hodnik Čadež, T. (2002) *Cicibanova matematika. Priročnik za vzgojitelja*. Ljubljana: DZS.
- Kristan, S. (1994) *Osnove orientiranja v naravi*. Radovljica: Didakta.
- Marjanovič Umek, L. (2001) *Otrok v vrtcu: Priročnik h kurikulu za vrtce*. Maribor: Obzorja.
- Pistotnik, B. (2003) *Osnove gibanja: Gibalne sposobnosti in osnovna sredstva za njihov razvoj v športni praksi*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pišek, A. (2012) *Orientacijske igre v vrtcu*. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani: Pedagoška fakulteta.
- Praček, T. (2011) *Orientacija in matematika v predšolskem obdobju*. Diplomsko delo. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.

