

# Interaktivne igre kot oblika preventivnega dela v predšolski dobi

## Interactive games as a preventative method of work at preschool age

*Jovi Čuruvija*

### *Povzetek*

*Jovi Čuruvija, prof. soc. pedagogike, Vrtec Jarše, Rožičeva 10, 1000 Ljubljana* Članek predstavlja interaktivne igre, namenjene predšolskim otrokom. Na področju socialno pedagoških znanosti je pomembno uveljavljanje koncepta preventivnih dejavnikov za razvoj zdravega psihosocialnega razvoja in pozitivne samopodobe še posebej na predšolski stopnji, ko se postavljajo temelji samopodobe, samozaupanja in samozavesti. Interaktivne igre omogočajo tudi lažjo integracijo posameznika – otroka, ki ima porušeno zaupanje v ljudi zaradi travm in stresov (izguba strašev, ločitev, brezposelnost staršev, stigmatizacija otroka, ponavljajoče se težave doma ali v vrstniški skupini, ...). Prav tako omogočajo integracijo otroka, ki je težko vodljiv, močno vzkipljiv, agresiven, ki nenehno izziva. Prav tako lahko pripomorejo k boljši integraciji otroka, ki je plah, se vztrajno izogiba vrstnikom ter se ne vključuje v igre in aktivnosti.

**Ključne besede:** interaktivne igre, predšolski otrok, samopodoba

### **Abstract**

*This article presents some interactive games aimed at preschool kids. In the social and educational sciences, the concept of prevention is seen as very important for a healthy psycho-social development and positive image of oneself, especially in the preschool stage when the foundations of self-image and self-confidence are laid. Interactive games make the integration of an individual child whose confidence has been destroyed by traumatic experience and stress (e.g., loss of parents, divorce, parents' unemployment, stigmatized child, recurring conflicts at home/in their peer-group) easier. They also help integrate a difficult child, a child prone to outbursts, aggression, provocation. On the other hand, they can also help integrate the shy kid who continuously avoids his/her peers and does not participate in their games and activities.*

**Key words:** interactive games, preschool child, self-image

## **1. Uvod**

Za ponazoritev številnih pomenov interakcij, s katerimi se srečujemo v vsakdanjem življenju, so se v praksi razvile posebne ustvarjalne tehnike, ki jih nekateri imenujejo interakcijske vaje, interaktivne igre, strukturirane vaje, simulacijske vaje, socialne igre. Interakcijske vaje ali igre so neke vrste tehnike, ki pomagajo otrokom in odraslim, da se med seboj spoznavajo, se učijo poslušati drug drugega, razumevati in se vživeti v drugega, spreminjati in reševati konfliktne situacije ter graditi odnose sodelovanja in netekmovanja. V razrednem oddelku ali poljubnih drugih skupinah se lahko igrajo otroci, učitelji in svetovalni delavci ter starši (Virk-Rode, 1998).

Interakcijske igre pospešujejo socializacijo in osebnostni razvoj otrok, omogočajo učinkovitejšo realizacijo širokega obsega vzgojnih smotrov na psihosocialnem področju ob upoštevanju spoznavnih (kognitivnih) in čustvenih (afektivnih) dimenzij, kot je to mogoče doseči s konvencionalnimi učnimi metodami. Tako:

- interakcijske ali interaktivne igre motivirajo otroke notranje - doživeto, vzbujajo njihovo radovednost, veselje in jih sprostitjo;
- omogočijo, da tudi manj aktivni otroci sodelujejo v dejavnostih;
- poglabljajo in širijo komunikacijske veščine;
- pomagajo otroku, da sebe in druge vidi celostno;
- vplivajo na razvijanje samozavesti in pozitivne samopodobe;
- spodbujajo otroke, da vadijo v psihosocialnih spretnostih, in sicer: odkrito komunicirati, postavljati zahteve, odločati, sodelovati, iskati pomoč,...
- v ugodnem trenutku spremenijo tudi stališča otrok; tako na primer postanejo strpnejši do mnenj in vrednostnih predstav drugih

## **2. Interaktivne igre v predšolskem obdobju**

Otroku moramo že zgodaj omogočiti spoznavanje jasnega izražanja čustev ter prepoznavanje in spoštovanje čustev drugih. Imeti mora možnosti odkrivanja, improvizacije in lastne domišljije, kajti brez nje bo težko ustvarjalno reševal probleme. Zato naj se seznanj s svojim telesom in duševnostjo. Ustvari naj ljubeč odnos do samega sebe in do drugih in naj na tej podlagi oblikuje svoje življenje (Srebot, Menih, 1996). "Da bi otroci pričeli prevzemati tveganje rasti in razvoja je potrebno, da vedo, kje so sedaj in kakšne so njihove trenutne moči" (Canfield, 1976, po Cvetkovič-Lay, 1994, str.23).

Če sledimo osnovnim načelom skupinsko-terapevtskega dela v razvojno preventivnem smislu, pomagamo otroku (ena od temeljnih nalog vsakega dobrega vzgojno-izobraževalnega programa je še posebej na predšolski stopnji, ko se postavljajo temelji samopodobe, samozavesti in samozaupanja), da skozi niz posebno premišljenih iger, primernih njegovi starosti in razvojni stopnji, vplivamo na

samorecepcijo, samorazumevanje lastne razvojne kompetence.

Upoštevač razvojne značilnosti v predšolskem obdobju, imajo interaktivne igre za predšolske otroke naslednje značilnosti oziroma lastnosti:

- so enostavne, zabavne, nezastrašujoče;
- pomagajo otrokom, da se zavedajo sebe v različnih dimenzijah - od prvega srečanja s svojim likom v ogledalu, prek spoznanja, da imajo uspehe, da obstajajo stvari, na katere so lahko ponosni, do spoznanj in zavesti o svojih notranjih občutkih in vrednotah. Naraščajoča samozavest o lastnem telesu, željah, možnostih in notranjih procesih je povezana z izkušnjami lastne identitete ter zadovoljstvom s seboj - takimi, kot smo (Cvetkovič-Lay 1994);
- niso navadne družabne igre, čeprav bi nekdo, ki jih da natančno pod drobnogled, opazil tudi ta element;
- ne gre za izpadanje ali kaznovanje napak;
- niso tekmovalne narave ter jih ne izvajamo na storilnostni način;
- poskušajo zagotavljati občutek varnosti;
- vključevanje je prostovoljno;
- v njih se prepletajo sprostitveni elementi.

### **3. Razvojna izhodišča za načrtovanje interaktivnega dela s predšolskimi otroki**

Predstavljene igre in aktivnosti so razdeljene v kategorije ali sklope, ki ustrezajo oblikovanju samopodobe pri otroku od 3 do 7 let. Delitev zajema vse štiri komponente samopodobe, telesni, aktivni, socialni in psihološki jaz, ki se v posameznih igrah opredelijo jasno, v določenih pa se komponente samopodobe med seboj prepletajo.

Pomemben dogodek v razvoju pojmovanja sebe nastopi med drugim in tretjim letom, ko začne otrok v govoru uporabljati lastna imena. Pričenja se krepiti otrokov jaz in lastna volja. Pojavi se povečana želja po samostojnosti, avtonomnosti, kar povzroča različna ravnanja in odzivanja okolice. Vzgoja, sodba staršev in drugih, za

otroka pomembnih ljudi, odločilno vplivajo na oblikovanje pojmovanja samega sebe.

Nekako med tretjim in četrtem letom pričanja otrok pojmovanje sebe razširjati na jaz in stvari, ki mu pripadajo. Kazati prične veliko posesivnost, npr. to je moja knjiga, to je moja žoga...

Šele pri petih in šestih letih prične otrok občutja o sebi, doživljanje sebe verbalizirati in izražati na glas. Pri svojem delu v vrtcu opažam, da ta stopnja nastopi pri večini otrok nekako že med četrtem in petim letom. Horvat in Magajna pravita, da ima otrok pri petih letih že neko sliko o sebi, ki vključuje tako pozitivne kot negativne sodbe o sebi. Na primer: "Jaz pa ne znam risati. Jaz sem pa najboljši v skupini, vse prehitim" (Horvat, Magajna, 1987).

Vsi avtorji, ki se ukvarjajo z razvojem pozitivne samopodobe, poudarjajo pomembnost okolja, polnega podpore, ki bo spodbujalo rast in razvoj otrokove osebnosti. Vzgojne situacije sledijo načelom skupinsko-terapevtskega dela v preventivno-razvojnem smislu. Otrokom, ki imajo porušeno zaupanje v svet in ljudi zaradi travm in stresov, je pomembno ustvariti okolje, ki jim bo dajalo občutek gotovosti in jih bo opogumljalo med bivanjem v skupini.

Vzgojitelj se v skupini velikokrat sreča z otroki, ki so izredno vzkipljivi, razdražljivi, napadalni, neprestano nagajajo, motijo, nenehno izzivajo, zasvojijo celega človeka, kažejo nepredvidljive spremembe v svojem vedenju, odrasle hitro spravijo "ob živce". Mednje sodijo tudi zelo plahi otroci, nesamostojni, nesamozavestni, ki jih vrstniki trpinčijo, otroci, ki se ne vključujejo v igre in aktivnosti, otroci, ki imajo opazne psihosomatske težave - posebnosti, in tudi otroci, ki prihajajo v vrtec z buškami, modricami. Zaradi takšnih posebnosti je otrok težje vodljiv, staršem, vzgojiteljem in vrstnikom pa povzroča težave, probleme, nezadovoljstva. Nastane začaran krog, okolje je do takšnih otrok nestrpno, ni jim naklonjeno, kar lahko, po mojem mnenju, vedenjsko posebnost usmeri v negativno smer, jo poglobi in razširi.

Udeleženosť, učenje in socialna izmenjava v različnih skupinah so najpomembnejši dejavniki v razvoju človekove osebnosti. V stikih z drugimi se učimo prevzemati različne vloge, odziv drugih nam

pomaga razviti čim bolj jasno in točno predstavo o samem sebi, ustvariti svojo identiteto. "Še najbolj pa potrebujemo, da nas drugi potrdijo kot osebo na način, ki kaže, da smo normalni, zdravi, vredni spoštovanja. Vsi odzivi drugih, ki kažejo, da smo neumni, nevedni, nerodni, nesposobni, nepomembni, nenormalni ali celo, da ne obstajamo, pomenijo invalidizacijo. Potrebo po tem, da bi nas drugi potrdili kot osebnost, poskušamo zadovoljiti v vseh medsebojnih odnosih, kar nam včasih uspe bolj, drugič manj" (Lamovec, 1991, str. 7).

Otrok zelo hitro začuti neskladje med tem, kar o sebi ve (kdo sem, kako izgledam,...) in kako se doživlja (doživljanje lastne aktivnosti, samopercepcije), kajti otrok dobiva iz neposrednega okolja različna sporočila o sebi. Strinjam se z M. Skalar, ki pravi, da kadar prevladujejo negativna sporočila, razvijejo pri otroku nizko samospoštovanje in negativno samopodobo (M. Skalar, 1985). Bern pravi: "Negativi se običajno izgovarjajo glasno in jasno, pozitivni pa se izgube kot kaplje v reki življenja" (1966, po Cvetkovič-Lay, 1994, str. 23).

Doživljanje samega sebe, pojmovanje sebe ali samopodoba ima pomemben vpliv na otrokovo ravnanje in odnose z drugimi ljudmi. Otrokova samopodoba bo vplivala na to, česa se bo lotil in kako dolgo bo vztrajal (M. Skalar, 1985).

Cvetkovič-Lay(eva) (1994) meni, da je treba upoštevati naslednje:

- samopodobo pri otroku je mogoče spremeniti oz. vzgojitelj lahko nanjo vpliva tako v pozitivni kot v negativni smeri
- spremembe potekajo počasi in na daljši rok ter vodijo otroka k občutku "Jaz sem v redu". Samopodoba se gradi in raste na podoben način kot mišice, počasi in v začetku neopazno.

Vzdušje v skupini bo vzgojitelj ohranjal tudi tako, da bo:

- sprejemal otrokove odgovore brez presojanja in vrednotenja,
- ohranjal TI TO ZMOREŠ stališče v smislu hrabrenja sposobnosti,
- pazljivo poslušal in bil na vse načine otroku prijatelj (Cvetkovič-Lay, 1994, str. 24)

Občutek varnosti, ki je za predšolskega otroka izredno pomemben,

bo doživel v zelo ugodnem čustvenem vzdušju, kjer je med otrokom in odraslim ter med otrokom in otrokom pozitiven čustveni odnos (Uranjek, 1995).

Pomembno je upoštevati lastnosti in potrebe otrok v predšolski dobi.

Ena od takih lastnosti je **pozornost**, ki je drugačna kot v kasnejšem obdobju. V tem obdobju prevladuje impulzivno vedenje, ki je odvisno od danega trenutka. Hotena in usmerjena pozornost nastaja postopoma, javlja se lahko šele tedaj, ko je otrok sposoben določenega selektivnega zaznavanja, ta se razvije v odnosu z odraslimi, posebno pod vplivom govora. Šele po 3. letu je otrok sposoben slediti nekemu besednemu navodilu in izključiti druge dražljaje. Tedaj se lahko usmeri na eno stvar, na primer na neko besedno sporočilo - drugi dražljaji ga ne zmotijo takoj in ne pritegnejo njegove pozornosti. Drug pomemben element je **otrokova motivacija**. V tem obdobju je otrok motiviran za tisto, kar ga zanima in/ali do česa ima nek pozitiven čustveni odnos. Sledil bo stvari, ki jo ima rad, ki mu je všeč in nad katero se navdušuje. V tej starosti je otrokova prevladujoča igra "**igra vlog**". Tako si pridobiva izkušnje in razširja svoje doživljanje. V taki igri si izpolnjuje želje, premaguje ovire in se odziva na napetosti. V igri vlog otrok sodeluje z vsem svojim bitjem, z vsem svojim telesom in z vsemi svojimi mišicami (Uranjek, 1995). Da bo otrok med igro resnično sodeloval po svoji želji in potrebi, mora biti zanjo motiviran, doživeti jo mora kot nekaj prijetnega, hkrati pa se mora počutiti varno in sprejeto.

#### 4. Osnovni koraki pri uporabi interaktivnih iger pri predšolskih otrocih

Pri uporabi interaktivnih iger mora imeti svetovalni delavec ali vzgojitelj pred očmi dejstvo, da so interaktivne igre ciljno in metodično učenje v sproščeni skupinski situaciji, ki mora za vse udeležence (za otroke, vzgojiteljico in pomočnico vzgojiteljice) zagotoviti prostovoljnost, varnost in občutje sprejetosti.

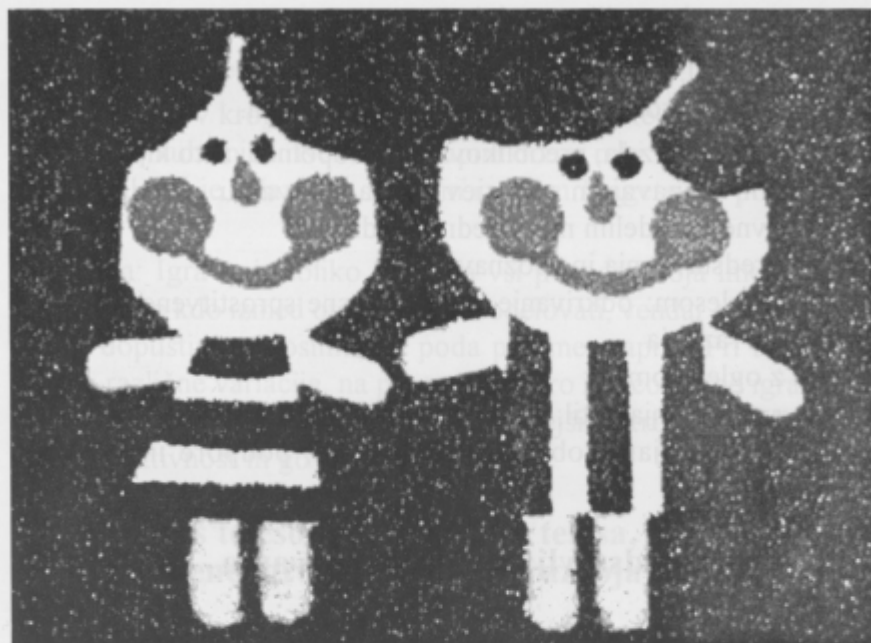
● Pred realizacijo interaktivnih iger pri predšolskem otroku je

pomembno, da :

- se seznanimo z odnosi v oddelku - spoznamo otroke. Zato je možnih več oblik - pogovor z vzgojiteljico in pomočnico vzgojiteljice, spontana igra v oddelku, spremstvo na izletih in prireditvah, pomoč pri delu, nadomeščanje odsotne vzgojiteljice ali pomočnice vzgojiteljice;
- seznanimo vzgojiteljico in pomočnico vzgojiteljice z vsebinami in cilji interaktivne igre;
- upoštevamo velikost skupine ali oddelka - posamezne igre dovolijo večje število otrok, na primer igre predstavljanja, nekatere igre s telesom, medtem ko je druge moč izvajati v skupini z 10 do 12 otroki ali največ 18 otroki;
- upoštevamo ustrezen izbor iger glede na starost, poznavanje otrok - če imamo npr. otroka z opaznimi govornimi težavami v skupini 5-do 6-letnikov, bomo igre izbrali tako, da bomo usmerjali otroke na spoštovanje medsebojnih razlik in sprejemanje medsebojnih potez posameznika ter poudarjali pozitivne lastnosti;
- upoštevamo individualne razlike glede stopnje spontanosti, svobode, zaupanja, s katerim se otroci vključujejo v take dejavnosti: pri prijateljskem pozdravu si npr. deklica ni želela seči v roko fantu zraven sebe. Tako je potrebna velika občutljivost vodje oziroma usmerjevalca dejavnosti, da na nevsiljiv način upošteva otrokove odločitve ali želje in jim omogoči vključitev v skupino (brez moraliziranja). Glede na skupino in njeno dinamiko poskuša sramežljivim in vase zaprtim ter preplašenim otrokom vrniti samozaupanje in omogočiti bolj sproščeno soočenje s samim seboj;

Izvajanje iger lahko vodijo predvsem tisti strokovnjaki, ki jim je metoda poznana, tako teoretsko kot praktično. To so lahko svetovalni delavci, vzgojitelji/ce, lahko pa pri izvajanju sodeluje več odraslih, ki po aktivnosti reflektirajo dogajanje in pomen iger za udeležene otroke. Izmenjava opažanj in refleksij naj bo sprotna, kar vodjem omogoča, da sproti razrešujejo nejasnosti, ozavestijo reakcije ter osebno in strokovno napredujejo.





## 5. Interaktivne igre za otroke

Igre so povzete iz različnih virov in prilagojene predšolskemu otroku. Za osnovo in oporo so mi služila spoznanja Jasne Cvetkovič Lay in njenih sodelavcev o razvijanju pozitivne samopodobe pri otrocih v vrtcih.

Kot udeleženka sem sodelovala na dveh seminarjih Tempusa - kreativna umetnostna terapija in gibno-plesna terapija, ki sta potekala na Pedagoški fakulteti v Ljubljani (100 pedagoških ur), kjer sem prav tako spoznala vrsto iger in jih smiselno prilagodila otrokovi starosti. Kot vzgojiteljica sem v oddelku izvajala sprostitvene igre za predšolske otroke. Sama sem ob petletnem delu, odkrivanju, razvijanju in analiziranju tega področja ugotovila, da ne gre zgolj za elemente sproščanja, ampak mnogo več, ugotovila sem, da so te igre usmerjene k:

- spoznavanju samega sebe

- spoznavanju svojih potreb in čustev
- spoštovanju individualnosti in posebnosti
- izboljšanju komunikacije s seboj in z drugimi.

Igre, sem prevzela, preoblikovala ter dopolnila, zato kljub enakim naslovom ne navajam avtorjev. V nadaljevanju predstavljene interaktivne igre delim na naslednja področja:

1. igre predstavljanja in spoznavanja
2. igre s telesom: odkrivanje telesa, telesne sprostitvene vaje, igre rasti in razvoja
3. igre z ogledalom
4. igre spodbujanja čutil, izražanja občutkov in misli
5. igre za razvijanje občutka pripadnosti, podpore in socialnih spretnosti

## 5.1 Igre predstavljanja in spoznavanja

Značilno za te igre je, da so uvodne, da omogočajo vzpostavitev stika med sodelujočimi, omogočajo vključitev vseh otrok v skupino in postopoma razvijajo občutek pripadnosti. Sem sodijo verbalne in neverbalne predstavitve.

### Dober dan

Cilj: Otrok se predstavi s svojim imenom.

Potek: Sedijo v krogu, vodja drži v roki prijetno plišasto igračo. Nekdo (vodja) v skupini se obrne k sosedu, pove svoje ime in mu izroči igračo. "Dober dan, jaz sem Tina."

Pripomba: Igra traja toliko časa, da vsi povedo svoja imena, če kdo izmed otrok ne želi povedati svojega imena, mu to dopustimo, ne silimo vanj, prosimo, da poda igračo naprej. Otroci, stari 5 do 7 let, se lahko predstavijo z imenom in priimkom, kje stanujejo, koliko so stari. Na primer: "Dober dan, jaz sem Miha, star sem 6 let." ali "Dober dan, jaz sem Žan, stanujem na Ul.bratov Učakar."

## **Jaz sem**

**Cilj:** Otrok se predstavi z imenom in pove, kaj rad je, dela, riše,...

**Potek:** Sedijo v krogu, vodja drži v roki za otroke zanimiv predmet npr. lonec, kuhalnico. Nekdo v skupini drži v roki lonec, pove svoje ime in kaj rad je. "Jaz sem Miha in rad jem špagete" in poda lonec naprej.

**Pripomba:** Igra traja toliko časa, da vsi povedo svoja imena in kaj radi jedo, če kdo izmed otrok ne želi sodelovati, vendar sedi v krogu, mu to dopustimo, prosimo, da poda predmet naprej. Pri tej igri so možne različne variacije, na primer, s katero igračo se rad igram, kaj rad rišem, s kom se rad igram. Pri starejših otrocih spodbujamo miselno aktivnost in govor.

## **5.2 Igre s telesom (odkrivanja telesa, telesne sprostitvene igre, igre rasti in razvoja)**

V ta sklop interaktivnih iger za predšolske otroke sodijo igre, ki so, kot pove sam naslov, povezane z lastno podobo, s poznavanjem telesa - njegovih delov, z njegovimi funkcijami, ki so dostopne razumevanju otroka in njegovemu odnosu do telesa. Ko otroci usmerjajo pozornost na posamezne dele telesa, se jih bolj zavejo in jih intenzivneje doživljajo. Spoznajo in naučijo se doživljati lastne telesne občutke.

V pogovoru, ki sledijo nekaterim igram, se otroci soočijo s svojimi občutki in čustvi. Spodbujamo jih in pomagamo jim, da izražajo občutke in čustva. S tem jim omogočimo, da svoja čustva tudi sprejmejo. Ta proces sprejemanja lastnih čustev se razširi še na ostala področja, kot so strah, veselje, žalost, jeza (Uranjek, 1995).

### **Potovanje po telesu**

**Cilj:** Dotikamo se vseh delov telesa in jih poimenujemo.

**Potek:** Vodja skupin jih povabi na potovanje po telesu. Otroci sedijo ali stojijo ter se po vrsti dotikajo imenovanih delov telesa in nato enkrat zaploskajo. Na primer vodja reče: "Roke potujejo po glavi",

nato sledi plosk.

Pripomba: Dotikamo se delov telesa in jih poimenujemo. Čimbolj natančni smo pri tem, bolje bo, kar je seveda odvisno od starosti otrok. Nikakor ne pozabimo na spolne organe - spolovila, ki pri nekaterih otrocih povzročajo stisko, nerodnost, sram. Vodja skupine ohrani miren glas in samo poudari, da so spolovila tudi del našega telesa. Vodja, ki razbere radovednost in nemirnost otrok zaradi "spolnih organov" lahko razvije pogovor o tem s pomočjo ustrezne knjižne literature za otroke. Pogovor naj bo oblikovan po različnih temah:

Kako prepoznamo dečka in deklico – po (v) čem se razlikujemo, po (v) čem smo si podobni? Kako sem prišel na svet? Otrokova intimnost– spolovilo. Kdo lahko pogleda (nekaj smernic za pogovor): otrok sam, starši ali odrasli, ki skrbijo zate, da umijejo spolovilo, zdravnik, medicinska sestra pregledata, če je potrebno zdravita. Dotikanje, ne sme biti vsiljivo, neprijetno in boleče.

### **Drevesni list poboža**

Cilj: Ugotoviti občutljivost posameznega dela telesa.

Potek: Otroci sedijo v krogu, vsak otrok ima posušen drevesni list. Vodja skupine daje navodila. Na primer: "List boža lica, čelo, dlani, poimenuje posamezne dele telesa...". Po končani igri otrok pove, kje mu je bil dotik najbolj prijeten.

Pripomba: Če želimo vsakemu otroku dati možnost, da pove svojo izkušnjo, je najbolje, da "zajček" potuje v krogu - tisti otrok, ki ima zajčka, lahko govori o svojih izkušnjah, ostali mu prisluhnejo. Otrok, ki je povedal svoje izkušnje, poda "zajčka" sosednjemu otroku v krogu. Otrok, ki ne želi verbalno sodelovati, naj poda "zajčka" naprej. Možne so razne ugotovitve, na primer, kje dotika sploh ni čutil, kje ga je "žgečkalo", kje je imel težave, da je dosegel ta del telesa. Predstavljeno igro lahko razvrstimo tudi med igre s spodbujanjem čutil.

### **Masaža telesa**

Cilj: Sprostimo svoje telo s prijetno masažo.

**Potek:** Otroci ležijo na tleh - na blazinah in poslušajo nežno glasbo (3 - 5 minut). Po prenehanju glasbe se dobro pretegnejo. Vodja skupine vodi pretegotvanje. Sledi masaža telesa: masaža glave, roke, trupa..., potujemo po celem telesu in imenujemo dele telesa, ki jih masiramo.

**Pripomba:** Med sproščenim ležanjem na blazinah otroci poslušajo nežno glasbo, vodja pa lahko pri tem uporabi tekst za umirjanje. "Ležiš mirno, sproščeno in udobno. Tvoje dihanje je mirno - globoko vdihneš skozi nos - globoko izdihneš skozi usta. Tvoje telo je toplo, sproščeno, počutiš se prijetno, hrup okoli tebe te ne moti, poslušas glasbo, ko glasba preneha, bom štela do 5, da se bomo lažje prebudili. Dobro se pretegnite, napnite telo in sprostite. Najprej se pretegnite na tleh, sedite na kolenih, vstanite in se dobro pretegnite, napnite svoje telo in sprostite." Lahko uporabimo domišljijško besedilo – "Potovanje na oblaku". Naj nam bo prijetno.

Razložimo pomen in pojem masaže in nadaljujemo z masažo telesa. Poimenujemo dele telesa, ki jih masiramo.

### **Umijmo se**

**Cilj:** Sprostimo svoje telo z masažo in ozavestimo posamezne dele telesa.

**Potek:** Smo poljubno v prostoru. Vodja usmerja in sodeluje pri igri. "Danes se bomo umili na nenavaden način. Najprej umijemo roke z nevidno vodo, tako da dlani dobro odrgnemo". Nato sledi umivanje posameznih delov telesa. (Med umivanjem posameznih delov telesa si roke umijemo z nevidno vodo ali dlani podrgnemo).

**Pripomba:** Ta igra je prijetna tudi za mlajše otroke, za otroke od 2 do 3 let, kakor tudi za starejšo starostno skupino.

## **5.3 Igre spodbujanja čutil**

Čutila nam omogočajo povezanost zunanjega sveta z notranjim. Dandanes so naša čutila nenehno izpostavljena najrazličnejšim dražljajem, kot so hrup, hitro spreminjajoči se vizualni vtisi..., zato je pomembno, da otrok ozavesti svoja čutila, se jih zaveda, prepoznava,

sprejema in izraža. Zato so v prijetnem ozračju izvajane vaje, v katerih se umirjeno posvetimo le določenemu dražljaju (poslušanju, vonjanju, okušanju...), toliko pomembnejše, saj nam vrtoglavi ritem življenja velikokrat ne daje možnosti za to. Z interaktivnimi vajami čutila tudi urimo in ohranjamo njihovo dojemljivost.

### **Kaj slišiš ?**

Cilj: Zavedajo se čutila za sluh, razvijajo odnos do pomoči.

Potek: Otroci sedijo v polkrogu. Vodja pripravi čim več zanimivih predmetov in jih skriva za paravan ter z njim ustvarja zvoke. Vsak otrok ima možnost, da ugotovi, kaj je slišal. Če ni prepoznal, lahko zaprosi za pomoč prijatelja. Primerni predmeti so sušilec za lase, glavnik, po katerem brenkamo, papir, ki ga mečkamo, piškot, ki ga drobimo v dlaneh, prepečenec, ki ga počasi grizljamo, voda, v kateri čofotamo...

Pripomba: Običajno otroci v navdušenju ugotavljanja govorijo eden čez drugega, tako marsikdo nima možnosti izraziti svojega mnenja ali ugotovitve, zato je priporočljivo, da uporabimo plišasto igračo, ki otroku omogoča - daje možnost sodelovanja. Če otrok ni ugotovil, kaj sliši, prosi za pomoč prijatelja. Na primer: "Kdor mu želi pomagati, naj dvigne roko." Otrok sam izbere prijatelja, ki mu pomaga.

### **Kaj vohamo ?**

Cilj: Vaja za spodbujanje čutila za voh, zavedanje čutila in prepoznavanje različnih vonjav.

Postopek: Sedimo v krogu, vodja pripravi lončke, v katerih so različne snovi, sestavine. Vodja poda lonček otroku poleg sebe, ta dobro povoha, če želi, lahko to poskusi tudi z zaprtimi očmi, nato poda lonček naslednjemu otroku in tako se zvrstijo vsi lončki. Prepoznamo in poimenujemo vsebine sestavine, ki jih prepoznavamo po vonju. Pripravimo lahko: sadeže, cvetove, pijače (limonado, lipov čaj...), hrano (različno zelenjavo, kruh, salamo ...), različne potrebščine (zobno kremo, milo ...).

Pripomba: Prepoznavanje vonja poskusimo izvajati v prijetnem in

mirnem vzdušju. Izogibajmo se priprave vonjav, ki bi lahko pri globokem vdihu prišla otroku v nos ali oči. Po končani igri omogočimo otrokom, da izrazijo svoja občutja; kateri vonj jim je bil najprijetnejši, kateri vonj jim ni ugajal. Predlagam, da pripravimo za eno igro največ 5 – 10 različnih vonjev, odvisno od starosti otrok.

## **5.4 Igre z ogledalom**

Človekovo dojemanje tega, kako ga vidijo drugi, ni odvisno le od njegovega doživljanja, ampak tudi od predstave, ki jo ima o sebi. Če se nepričakovano zagleda v ogledalu ali nenadoma sreča z odbleskom lastne podobe v izložbenem steklu, se po navadi zdrzne in se včasih v prvem hipu niti ne prepozna; kot da bi bil sam sebi tuj. Preseneti ga razlika med svojo stvarno podobo in svojo ves čas prisotno, a večidel nezavedno predstavo o njej.

“Otrok, ki se prvič zagleda v ogledalu, je osupel in očaran hkrati. Osupel zato, ker je njegova zunanja celotna podoba zanj nekaj povsem novega, na kar ni bil pripravljen, saj brez ogledala vidi le posamezne dele svojega telesa, očaran pa zato, ker lahko hkrati gleda, zaznava in čuti. Gibi in izrazi obraza otroka niso le kinestetične izkušnje, ampak dejanja, katerih ustvarjalec in opazovalec je hkrati. Šele njegova slika v ogledalu mu omogoča, da se v vseh različnostih in podobnostih primerja z drugimi” (Tomori, 1990, str. 16).

Menim, da bi v vsaki igralnici v vrtcu moralo biti ogledalo, ki bi omogočalo, da otrok vidi in zaznava svoje celotno telo.

### **Posnemaj prijatelja v ogledalu**

Cilj: Opazovati gibanje v ogledalu in ga ponoviti.

Potek: Prijatelja stopita pred ogledalo, žreb določi, kdo dela gibe in kdo posnema, vlogi se čez nekaj časa zamenjata.

Pripomba: Ostali otroci sedijo nekoliko odmaknjeno od ogledala, da ju ne ovirajo pri gibanju. Igra je precej zabavna, potrebna je pozornost vodje, da ne preide v razgrajanje.

## **Gledam se na nenavaden način**

Cilj: Opozorimo otroke na možnosti različnega opazovanja.

Potek: Nekdo od otrok stopi k ogledalu in se opazuje na različne načine, vodja lahko spodbuja: "Kako bi pogledal svoja stopala, kako bi pogledal v ogledalu svoj komolec, kako bi v ogledalu pogledal svoje prste, prisloni lice na ogledalo..."

Pripomba: Ostali otroci sedijo v polkrogu nekoliko odmaknjeni od otroka, ki se opazuje v ogledalu. Igro nadaljuje prijatelj, če prijatelj ne želi sodelovati v igri, izbere drugega. Igra traja toliko časa, dokler se ne opiše vsak otrok, ki to želi.

## **5.5 Igre za razvijanje občutka pripadnosti, podpore in socialne spretnosti**

Kot otroci naj bi vsi občutili pomembnost telesnega stika, dajal nam je občutek varnosti in topline, zlasti takrat, ko so nas starši ljubkovali, božali, objeli, nosili ali pestovali. Takrat smo čutili, da nas imajo radi. Kdor v otroštvu ni doživel (dovolj) nežnosti, bo vse življenje občutil pomanjkanje. Morda bo zadržan, ne bo znal sprejemati in dajati, ne bo znal ljubiti (Tomori, 1990). Dotikanje, ljubkovanje in nežno toplino namreč še vedno zelo veliko ljudi povezuje s spolnostjo, sramovanjem in z drugimi neprijetnimi občutki, pa čeprav vemo, da je v drugih kulturah, na primer v arabskem svetu in Aziji, dotikanje naraven izraz želje po človeški bližini in toplini. Masaža, hoja z roko v roki, dotikanje med pogovorom, vse to je pri njih del vsakdanjega stika med ljudmi. Na Zahodu pa na žalost iz dneva v dan poslušamo o vse hujšem nasilju nad otroki. Na žalost, v številnih družinah otrok spozna dotik le kot obliko nasilja - kot vzgojno sredstvo. Tak otrok, ki pozna telesni stik le kot obliko nasilja, se bo tudi sam kot otrok ali kasneje kot odrasel izražal z grobostjo, saj česa drugega ne pozna. Tak se tudi ne more zavedati, da sta sprejemanje in dajanje vir sreče v življenju, vendar sta zato pomembna najmanj dva (jaz in ti).

**Pri igrah s telesnim stikom upoštevamo otrokove sposobnosti za navezavo stika in spoštujemo njegove meje. Nikogar ne silimo, prosimo, da se umakne in omogoči drugim otrokom sodelovanje.**



Pred vsako vajo s prostovoljcem pokažemo, kako se dela. Posvetimo se predvsem sramežljivim, zadržanim in k napadalnosti nagnjenim - usmerjenim otrokom (Srebot, Menih, 1996).

### **Prijateljski pozdrav**

Cilj: Razvijati občutek pripadnosti skupini.

Postopek: Otroci sedijo v krogu. Nekdo v skupini pozdravi soseda zraven sebe, ta prenese pozdrav naslednjemu. Igra traja toliko časa, da pride pozdrav do tistega otroka, ki ga je poslal, ta se zahvali za topel prijateljski pozdrav.

Pripomba: Pomembno je, da v začetku spoznavanja igre vodja "vodi" ali pošlje pozdrav. Nekateri otroci sprva ne želijo sodelovati (kljub temu da so se vključili v krog). Sprejmimo to njihovo odločitev, pozdrav naj se prenese na naslednjega otroka.

Pozdravi so lahko različni: verbalni (dober dan, želim ti lep dan), neverbalni (pozdrav s pomočjo plišaste igrače, dotik po roki, stisk roke, poboža po laseh, objem, namig,...) ali kombinacija verbalnega in neverbalnega pozdrava.

### **Koliko prostora potrebujemo ?**

Cilj: Prepoznati, koliko prostora potrebuje kdo izmed nas.

Potek: Stojimo v krogu in se držimo za roke. Nekdo od otrok stoji na sredini, vsi drugi pa prav počasi ožijo krog, dokler otrok na sredini ne pove ali zakliče: "Dovolj!" Nato vstopi v krog naslednji otrok.

Pripomba: Otrok naj jasno izrazi, ali želi oziroma ne želi sodelovati v igri tako, da je v sredini kroga. Sprejmimo njegovo odločitev. Igro lahko ponovimo v različnih presledkih. Ugotovljamo, ali vedno enako potrebujemo svoj prostor ali se ta spreminja glede na počutja ali sprejetost v skupini.

## **6. Zaključek**

Otrok ni rojen s slabim občutkom o sebi, zato sprva misli, da je dober. Kaj bo otrok kasneje mislil o sebi pa je odvisno od doživljanja samega sebe in od sporočil, ki jih bo sprejel od okolja. Kajti pojmovanje sebe otrok oblikuje v procesu socialne interakcije s starši,

vzgojitelji, vrstniki. Ti otroku posredno in neposredno nenehno sporočajo informacije o njem ter oblikujejo odgovore na vprašanja: kdo sem jaz, kakšen sem, kaj znam, kaj imam.

Tako zasnovane interaktivne igre vplivajo pozitivno na razvijanje otrokove samopodobe, so dopolnilo vzgojno – izobraževalnega procesa, usmerjene so na spoštovanje individualnosti in posebnosti, spoznavanje samega sebe in svojih potreb ter čustev ter vplivajo na razvijanje medsebojne komunikacije. Vsak, ki želi izvajati interaktivne igre, mora imeti lastno spoznavno izkušnjo, ki si jo lahko pridobi predhodno z različnimi oblikami izobraževanja – delavnicami.

## 7. Literatura

Cvetkovič – Lay, J. (1994). *Razvijanje pozitivne samopodobe pri otrocih v vrtcu*. Educa, 8 (1-2), str. 21- 28.

Čuruvija, J. (1998). *Vloga interaktivnih iger pri razvijanju samopodobe predšolskega otroka*. Diplomsko delo. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Horvat, L. in Magajna, L. (1987). *Razvojna psihologija*. Ljubljana: DZS.

Kobolt, A. (1996). Knjigi na pot. V: Mc Grath, H. in Francey, S.(ur.). *Prijazni učenci, prijazni razredi: učenje socialnih veščin in samozaupanja v razredu*. Ljubljana: DZS.

Lamovec, T. (1991). Fenomenološka preučevanja razvoja pojma sebe, *Anthropos*, 29 (1-3), str. 233-245.

Skalar, M. (1985). *Samovrednotenje in učna uspešnost*. Magistrska naloga. Ljubljana: Filozofska fakulteta.

Srebot, R. in Menih, K. (1996). *Potovanje v tišino*. Ljubljana: DZS.

Tomori, M. (1990). *Psihologija telesa*. Ljubljana: DZS.

Uranjek, A. (1995). *Sprostitutvene igre za vrtece in šole*. Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše.

Virk – Rode, J. in Belak – Ožbolt, J. (1998). *Socialne igre v osnovni šoli*. Ljubljana: ZRSŠ.