



mala knjižica  
**VELIKIH INFORMACIJ**  
*v predšolskem obdobju*

---

ANDREJA ČREŠNIK  
AJDA BIVIC



# Vsebina



1. Kontaktni podatki pomembnih zdravstvenih in specialističnih ustanov ter različnih društev	4
2. Kako razvijati odnos z otrokom	8
3. Kako komunicirati z otrokom	11
4. Otrokov gibalni razvoj in pomen gibanja	15
5. Pomen branja in pravljič v predšolskem obdobju	22
6. Otrokova igra	26
7. IKT-tehnologija in vpliv risank na otroka	30



## ***Moč vzgoje je v spodbujanju moči, ki so v otroku.***

– PESTALOZZI –

### ***Spoštovani starši!***

*Pred vami je knjižica, ki vam je lahko v pomoč pri obvladovanju izzivov na pomembnih področjih v otrokovem zgodnjem, predšolskem obdobju.*

*Opremljena je z informacijami in vam lahko olajša iskanje številnih pomembnih odgovorov in s tem prihrani marsikatero uro.*

*Združili sva svoje izkušensko znanje s teoretičnimi vidiki, pomembnimi v obdobju, ki je pred vami.*

*Želiva si, da bi vam pojasnila v knjižici pomagala pri razumevanju in prepoznavanju otrokovih potreb. Uglašenosť v družini, ki je pomembna pri tkanju vezi med starši in otroki, je tisto, kar gradi odnose in krepi vzgojo.*

*Ajda in Andreja*

3



VRTEC ČRNUČE

# KONTAKTNI PODATKI POMEMBNIH ZDRAVSTVENIH IN SPECIALISTIČNIH USTANOV TER DRUŠTEV

## ZGN Ljubljana

**Celotno ime:** Zavod za gluhe in naglušne Ljubljana

**Kratko ime:** ZGNL

**Naslov:** Vojkova cesta 74, 1000 Ljubljana

**Hišna centrala:** 01 580 05 00

**Sprejemna ambulanta zdravstvene enote:** 01 580 05 36

**Tajništvo:** 01 580 05 32

**Elektronski naslov:** [info@zgnl.si](mailto:info@zgnl.si)



Je osrednja slovenska ustanova za celotno obravnavo gluhih in naglušnih otrok, oseb z govorno-jezikovno motnjo in oseb z motnjo avtističnega spektra. Poleg vzgoje in izobraževanja otrok, mladostnikov in odraslih oseb izvaja tudi zdravstveno dejavnost v okviru javne službe.

Vzgaja in izobražuje otroke ter mladostnike od obdobja, ko je motnja diagnosticirana, do konca izobraževanja v srednji šoli. Glavna naloga je doseči optimalen razvoj otrokovih sposobnosti na vseh področjih njegove osebnosti, s posebnim poudarkom na razvoju sluha, govora, jezika (slovenskega in slovenskega znakovnega jezika) in na komunikaciji.

Osnovna dejavnost obsega: vzgojo, izobraževanje in rehabilitacijo gluhih in naglušnih otrok ter mladostnikov in oseb s težavami v govorno-jezikovni komunikaciji na predšolski, osnovnošolski in srednješolski stopnji; otrok z avtistično motnjo; izobraževanje odraslih; surdopedagoško, logopedsko, psihološko in specialnopedagoško obravnavo; fizioterapijo in delovno terapijo ter specialistični ambulanti.

Na pregled pri logopedu ali surdopedagogu starši otroka naročite z napotnico, ki jo dobite pri izbranem pediatru.

## Zdravstveni dom Črnuče

Če otrok potrebuje spodbudo za doseganje optimalnega razvoja, imajo v ZD Črnuče Center za zgodnjo obravnavo v okviru Razvojne ambulante, kjer je otrok celostno pregledan pri naslednjih strokovnjakih:

### logopedinja **Patricija Peršolja**

e-naslov: [narocanje.patricija.persolja@zd-lj.si](mailto:narocanje.patricija.persolja@zd-lj.si)  
telefon: 01 620 57 73, 01 530 81 00

### klinična psihologinja **Blanka Zalar**

e-naslov: [narocanje.blanka.zalar@zd-lj.si](mailto:narocanje.blanka.zalar@zd-lj.si)  
telefon: 01 620 57 72

### razvojna pediatrinja **Ana Marija Keršič**

e-naslov: [narocanje.ana-marija.kersic@zd-lj.si](mailto:narocanje.ana-marija.kersic@zd-lj.si)  
telefon: 01 620 57 76

### specialna pedagoginja **Andreja Konda**

e-naslov: [narocanje.andreja.konda@zd-lj.si](mailto:narocanje.andreja.konda@zd-lj.si)  
telefon: 01 620 57 75, 01 530 81 00

### socialna delavka **Tina Mihič**

e-naslov: [narocanje.tina.mihic@zd-lj.si](mailto:narocanje.tina.mihic@zd-lj.si)  
telefon: 041 785 960, 01 530 81 00

### psihologinja **Lara Pennone Šuštar**

e-naslov: [narocanje.lara.pennone-sustar@zd-lj.si](mailto:narocanje.lara.pennone-sustar@zd-lj.si)  
telefon: 01 620 57 70

### fizioterapevtka **Petra Durjava Lajevc**

e-naslov: [narocanje.petra.durjava-lajevc@zd-lj.si](mailto:narocanje.petra.durjava-lajevc@zd-lj.si)  
telefon: 01 530 81 22

### delovna terapevtka **Anita Gorišek**

e-naslov: [narocanje.anita.gorisek@zd-lj.si](mailto:narocanje.anita.gorisek@zd-lj.si)  
telefon: 01 620 57 74



Center za zgodnjo obravnavo vodi in usklajuje **Tina Mihič**. Če v vrtcu opazijo, da otrok potrebuje dodatne spodbude, po dogovoru s starši svetovalna delavka pripravi obvestilo otrokovemu osebnemu zdravniku – pediatru – in starši mu ga posredujejo. Pediatr izda napotnico za Center za zgodnjo obravnavo, starši pa se najprej naročijo v razvojni ambulanti. Razvojna pediatrinja po prvem pregledu presodi, katere nadaljnje preglede bi otrok potreboval (psiholog, logoped, specialni pedagog, delovni terapevt). Če sta potrebni kontinuirana spodbuda in pomoč tudi v vrtcu, vrtec napiše poročilo o otroku (funkcioniranje otroka v vrtcu), nato pa se skliče multidisciplinarni tim; na sestanek so vabljeni starši, zaposleni v ZD, ki obravnavajo otroka, in strokovni delavci vrtca. Skupaj sestavijo program pomoči za otroka in družino. V vrtcu pridobi otrok dodatno strokovno pomoč v obsegu največ dveh šolskih ur na teden, ki jo izvaja vzgojitelj za dodatno strokovno pomoč. Delo vzgojitelja za dodatno strokovno pomoč je usmerjeno predvsem v premagovanje šibkih otrokovih področij ob pomoči njegovih močnih področij skozi različne igre, ki spodbujajo otrokov napredek.

## Svetovalni center za otroke in mladostnike Ljubljana

**Celotno ime:** Svetovalni center za otroke in mladostnike Ljubljana

**Kratko ime:** Svetovalni center, Ljubljana

**Naslov:** Gotska ulica 18, 1000 Ljubljana

**Elektronski naslov:** info@scoms-lj.si

Je javni zavod, strokovna ustanova, usmerjena v varovanje duševnega zdravja otrok in mladostnikov.

Pomaga otrokom, mladostnikom in staršem pri reševanju učnih, čustvenih, vzgojnih, vedenjskih, psihosocialnih in psihiatričnih motenj in težav. V Svetovalnem centru so zaposleni psihologi, pedopsihiatri, specialni pedagogi, pedagogi, logopedi in socialni delavci.



## Center za zdravljenje otrok in mladostnikov Šentvid pri Stični

**Celotno ime:** Center za zdravljenje otrok in mladostnikov

**Kratko ime:** CZBO

**Naslov:** Šentvid pri Stični 44, 1296 Šentvid pri Stični

**Telefon:** 01 788 74 50

**Elektronski naslov:** center.zdravljenje.otrok@siol.net

Naročite se preko napotnice pri izbranem pediatru. Ponujajo različne programe zdravljenja, nekaj jih je pomembnih za predšolske otroke.

### Razvojno-nevrološka obravnava

V strnjeno razvojno-nevrološko obravnavo so vključeni otroci z različnimi nevrološkimi okvarami. Program obsega: nevrofizioterapijo, hidroterapijo, delovno terapijo, logopedsko obravnavo.

### Program lulanja in kakanja

V program Šole lulanja so vključeni otroci z enurezo, ki pri dopoljenem petem letu starosti še niso vzpostavili nadzora nad močenjem ali pa so ta nadzor izgubili, potem ko so v preteklosti že vzpostavili suhost.

V program Šole kakanja so vključeni otroci z motnjo odvajanja, ki pri dopoljenem četrtem letu starosti še niso vzpostavili nadzora nad odvajanjem oziroma so ta nadzor izgubili, potem ko so ga v preteklosti že vzpostavili (z obstipacijo ali brez), ali pa odvajajo blato na družbeno neprimernem mestu.

## Program Neverjetna leta

---

### Spletna stran:

<https://neverjetna-leta.si/programi/treningi-za-starse-3-8/>

**Elektronski naslov:** [info@neverjetna-leta.si](mailto:info@neverjetna-leta.si)

---

Programi starševstva Neverjetna leta so namenjeni staršem otrok, starih od tri do osem let, ki pri svojih otrocih opažajo težavno vedenje.

Programi staršem preprosto, razumljivo in prijazno predstavljajo veščine pozitivnega starševstva, kar spodbuja otrokov kognitivni, socialni in čustveni razvoj, izboljšuje učne dosežke ter omogoča varnejše in bolj zdravo odraščanje. Pozitivno starševstvo krepi vez med otrokom in starši, deluje zaščitno in izboljša že nastalo težavno vedenje otrok.

V programu starševstva se starši srečujejo v skupini z dvema usposobljenima moderatorjema. V skupini imajo priložnost, da v prijetnem, sodelovalnem ozračju razvijajo nove strategije za uravnavanje vedenja svojih otrok. Delo v skupini vključuje postavljanje individualnih ciljev, igre vlog, samo-refleksijo, povratne informacije moderatorjev in domače aktivnosti. Moderatorja predvajata učne posnetke, ki v skupini spodbujajo razpravo, izmenjavo zamisli in reševanje težav. Starši na vsakem srečanju dobijo povzetek obravnavane teme, navodila za aktivnosti, ki jih z otrokom vadijo doma, in kratke zapiske z najpomembnejšimi točkami.

Programi starševstva potekajo v skupini desetih staršev enkrat na teden po dve uri, 12–16 srečanj, in so za starše brezplačni.

## DRUŠTVA

---

**Društvo Sonček – zveza društev za cerebralno paralizo**

**Spletni naslov:** <https://www.soncek.org/domov/>

---

**Društvo Bravo – društvo za pomoč otrokom in mladostnikom s specifičnimi učnimi težavami**

**Naslov:** Gotska 18 (Svetovalni center Ljubljana),  
1000 Ljubljana

**Spletni naslov:** [www.drustvo-bravo.si](http://www.drustvo-bravo.si)

**Elektronski naslov:** [drustvo.bravo@guest.arnes.si](mailto:drustvo.bravo@guest.arnes.si)

---

**Društvo gluhih in naglušnih**

**Spletni naslov:** <http://www.dgnl.si/>

---

**Društvo slepih in slabovidnih**

**Spletni naslov:** <http://www.zveza-slepih.si/en/>

---

**Familylab – Inštitut za sodobno družino MANAMI**

**Spletni naslov:** <https://familylab.si/>

---

**Regratova lučka – Kotiček za visoko občutljive otroke in odrasle**

**Spletni naslov:** <http://regratovalucka.si/>

---

**Skupna rast – Center za psihoterapijo, svetovanje in izobraževanje**

**Spletni naslov:** <https://skupna-rast.si/>

---

7



# KAKO VZPOSTAVITI DOBER ODNOS Z OTROKOM



- Preživljajte čas z otrokom.
- Z njim se veliko pogovarjajte.
- Pozorno ga poslušajte, četudi ste zgodbo slišali že neštetokrat in se vam zdi dolgočasna. Če se otroku zdi pomembno, da vam jo pove, je pomembno, da ji prisluhnete.
- Zavedajte se svojih odzivov v posameznih položajih.
- Otroku povejte, kdaj ste z njim srečni, vedno se mu zahvalite ali pohvalite, če stori kaj, kot ste mu naročili. Bodite konkretni: »Hvala, ker si počakal, da sem končala pogovor po telefonu.«
- Pohvalite in nagradite primerno obnašanje. Nagrada ni nujno materialna stvar, naj bo v obliki skupnega časa z otrokom: skupen ogled slikanice, igre z žogo, igranje družabne igre. Objem in poljub sta vredna več kot igrača, ki jo kupite.
- Pokažite otroku pozornost in ustvarite nepozabne trenutke. Otroci si zapomnijo občutja in ne igrača.
- Ko se otrok neprimerno obnaša, se odzovite s pozitivno pozornostjo. Posvečajte se pozitivnemu obnašanju.
- Otroku pokažite različne dejavnosti, s katerimi se lahko zaposli.
- Bodite zgled, pozorni bodite na svoje odzive, ko ste sami preveč vznemirjeni. Ozavestite jih in spreminjajte v takšne, kot jih želite privzgojiti otroku.
- Spodbujajte spontano učenje: ko otrok vpraša, čemu je namenjen neki predmet, ga spodbodite k razmišljanju: Kaj meniš ti, čemu je namenjen, in kako se uporablja?
- Eden od vsakodnevnih obrokov naj bo vsak dan skupen, naj bo dogodek, kjer se pogovarjate o doživetjih posameznega dne.
- Televizija naj ne bo glavni akter, ugasnite televizor in pojdite ven na sprehod.





## Napotki, ko zaradi otrokovega obnašanja pridejo nelagodni dnevi

- Ostanite mirni, dihajte!
- Ne menite se za neprimerno vedenje, le preverite, ali otrok ni nevaren sebi ali okolici.
- Odstranite oviro, zaradi katere je otrok vznemirjen: npr. če se prepira zaradi igrače, jo umaknite in povejte, da jo bo spet dobil, ko se umiri.
- Dajte jasna, kratka navodila, podkrepite jih s posledicami: Oblecite ga, ker je zunaj hladno. Prehladil se boš. Omogočite mu tudi izkušnjo, da gre ven in občuti mrz.
- Pohvalite ga, ko upošteva vaša navodila. Če jih ne, ga seznanite s posledicami.
- Bodite dosledni in vztrajni, le tako so vaša dejanja predvidljiva in otrok ve, kaj sledi nekemu vedenju.
- Omogočite otroku umik, ko se obnaša neprimerno, a bodite ob njem.

## Kako razvijati primerno vedenje?

- Pri otroku razvijte realistična pričakovanja, ki ustrezajo njegovi zrelosti in starosti (dobro preglejte razvojne mejnike, ki jih strokovni delavci pripravijo za posamezen oddelek na začetku šolskega leta).
- Doma imejte stalne obrede, vezane na obroke, umivanje in spanje.
- Otroku razložite, kakšne bodo posledice, če se ne bo obnašal primerno.
- Pred odhodom v trgovino se dogovorite, da si izbere eno stvar, naredite skupen seznam za nabavo stvari, otrok naj vam jih na podlagi slikovnega prikaza poskuša poiskati v trgovini. Slikovni prikaz lahko ustvarite iz tiskanih reklamnih letakov.
- Bodite pozorni na otrokovo počutje in se ne odpravljajte v trgovino z otrokom, kadar je lačen ali ko je čas za spanje.

## Kako pri otroku spodbujati dobro razpoloženje?

- Otroku ponudite narezano sadje in zdrave, polnovredne prigrizke.
- Pojdite na sprehod ali na bližnje igrišče.
- Povabite vrstnika na obisk ali se sami odpravite k prijateljem.
- Otroka povabite k igri z vodo, pripravite mu vodno kopel, pojdite do bližnjega potoka, ribnika ali jezera (igre z vodo pomirjajo).
- Skupaj počivajte, se ulezite in pogledjte slikanico.
- Z otrokom si oglejte kratko risanko.
- Ko otroka učite primerne vedenja, se osredotočite na vedenje in ne na osebnost. Neprimerno vedenje spremenimo v pozitivno vedenje in se osredotočimo na dejanja in ne na osebnost. Primer: Otrok udari mačko. Ne smemo reči: Grd si, ker tepeš mačko. Primerno je: Mačko božamo. Je žival in jo boli, če jo udariš.
- Bodite pozorni na svoje občutke. Če vas otrok vznemiri, se morate najprej pomiriti vi, da se primerno odzovete na otrokovo vedenje.



Vsak otrok se v nekem obdobju obnaša bolj ali manj uporniško. Pomembno je, da smo odrasli mirni in se primerno odzovemo. Če potrebujete nasvet, se lahko obrnete na svetovalno delavko v vrtcu, Andrejo Črešnik.



# KAKO KOMUNICIRATI Z OTROKOM

Komunikacija z otroki postaja vse pomembnejši vidik pozornosti staršev, saj IKT-tehnologija prinaša nekatere pomanjkljivosti, ki vplivajo na ključne elemente ustrezne komunikacije z otrokom. Razvoj komunikacije, jezika in govora poteka vse od rojstva, otrok pa usvaja različna področja govorno-jezikovne komunikacije iz svojega okolja in prek oseb, s katerimi preživi največ časa. Čeprav govorno-jezikovni razvoj poteka po nekem zaporedju in upošteva posamezna pravila, je izjemno pomembno, da v interakciji z mlajšim predšolskim otrokom prilagodite komunikacijo njegovi trenutni stopnji govorno-jezikovnega razvoja, saj mu tako ponudite ustrezen govorni model, prav tako pa tudi spodbujate razvoj različnih področij govora, jezika in komunikacije.

## NEKAJ KONKRETNIH NAPOTKOV:

### Prilagodite hitrost govora

Kadar se pogovarjate z otrokom, prilagodite hitrost govora. Govor nekoliko upočasnite, prav tako pa otroku dajte dovolj časa, da vaše sporočilo razume in se nanj ustrezno odzove.

### Spustite se na otrokovo telesno raven in vzpostavite očesni stik

Preden otroku kaj poveste, se najprej spustite na njegovo telesno raven. Lahko počepnete, se usedete oziroma uležete na tla nasproti otroka. Pri tem je prav tako pomembno, da vzpostavite očesni stik. S tem se prepričate, da je otrok pozoren in vas posluša.

### Opazujte otrokovo nebesedno komunikacijo

Otrok vam marsikaj »pove«, čeprav še ne govori oziroma ne govori veliko. Malček vas lahko pogleda, se vam nasmehne, najprej pogleda kak predmet, nato pogleda vas in ponovno ta predmet (vzpostavi t. i. skupno vezano pozornost), sega po želenem predmetu, se obrne stran od nečesa, uporabi različne gibe telesa, kaže s prstom in uporablja različne kretnje. Tudi cviljenje, smeh in spremembe v načinu bebljanja vam lahko zagotovijo informacije o otrokovem zanimanju in počutju. V aktivnost, ki je otroku všeč, se vključite tako, da se spustite na njegovo telesno raven, nato pa tiho opazujte in bodite pozorni na njegovo komunikacijo, ki ne vključuje govora. Opazujte, s čim se otrok igra, kaj ga zanima in kaj ne, prav tako pa bodite pozorni na govorico njegovega telesa in očesni stik.



## Sledite otrokovemu zanimanju

Otroka opazujte pri različnih njemu ljubih aktivnostih, pa tudi pri vsakodnevni dejavnosti in obredih ter bodite pozorni na to, kaj ga zanima. Kadar v interakciji z otrokom, bodisi v pogovoru bodisi v igri, upoštevate njegovo zanimanje, je bolj motiviran za komunikacijo z vami. Prav tako obstaja večja verjetnost, da si bo malček, kadar sledite njemu in njegovemu zanimanju, zapomnil nove besede in informacije o stvareh, ki ga tisti trenutek zanimajo in je nanje takrat pozoren.

Ne hitite med vsakodnevnimi obredi – pri teh se otroci učijo o svetu okoli sebe, prav tako jim ti obredi poleg priložnosti za razvoj govorno-jezikovne komunikacije ponujajo številne priložnosti za vodenje interakcije in komunikacije z drugimi osebami.

Pretirana raba vprašanj v interakciji z otrokom pogosto prekine komunikacijo, namesto da bi jo spodbujala.

Otroku ne dajajte navodil, s čim in kako naj se igra, temveč pustite, da sam vodi igro, ki je lahko včasih drugačna od pričakovane.

Ne prezrite otrokovih interesov in ne preusmerjajte njegove pozornosti (na primer, če z njim gledate knjigo in je pozoren na narisano rožo, komentirajte to in ne narisanega slona).

Ne delajte stvari namesto otroka, temveč počakajte in mu pustite, da prosi za pomoč oziroma da se uči iz lastnih izkušenj in napak.

## Interpretirajte otrokovo sporočilo

Da bi lahko pravilno razumeli otrokovo celotno sporočilo, pozorno opazujte njegova dejanja, prav tako poslušajte njegovo oglašanje in govor, če se že sporazumeva besedno. Na podlagi vseh teh informacij boste otrokovo sporočilo bolje in pravilneje razumeli.

## Na otrokovo sporočilo se ustrezno odzovite

Potem ko interpretirate otrokovo celotno sporočilo, se nanj ustrezno odzovite. Pri svojem odzivu oziroma odgovoru upoštevajte trenutno stopnjo otrokovega razvoja govorno-jezikovne komunikacije in mu ponudite model, ki je stopnjo višje (na primer, če otrok komunicira predvsem nebesedno, se na njegove poskuse komunikacije odzovite z enobesednimi izjavami; če otrok tvori kratke, dvobesedne stavke, mu ponudite model izjav s tremi besedami itd.).

Odzovete se lahko tako, da:

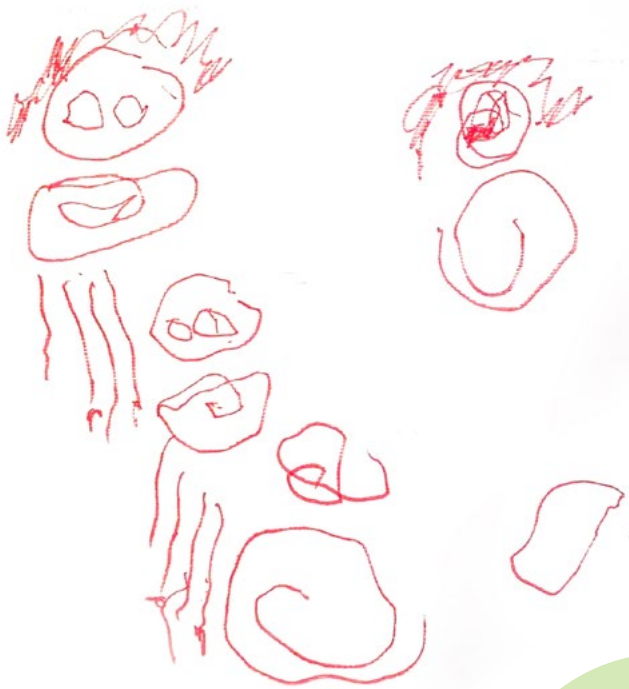
- IMITIRATE oziroma posnemate otrokova dejanja, oglašanje ali besede,
- KOMENTIRATE njegova dejanja ali besede,
- PONOVI, DOPOLNITE IN RAZŠIRITE OTROKOVO IZJAVO,
- POSTAVITE VPRAŠANJE, ki se nanaša na njegova dejanja ali besede,
- ODGOVORITE na njegovo vprašanje in
- OPISUJETE IN KOMENTIRATE.



## Ponovite, dopolnite in razširite otrokovo izjavo

Ko mlajši predšolski otroci začnejo govoriti, se sprva pogosto izražajo s posameznimi besedami, ki jih kasneje zmorejo povezati v krajše stavke. Ti slovnično večinoma še niso pravilni, saj malčki še ne poznajo oziroma ne upoštevajo vseh jezikovnih pravil (na primer, uporabijo nepravilen besedni red, izpustijo nekatere besede itd.). Kadar ponovite otrokovo izjavo in jo dopolnite, mu ponudite slovnično pravilen jezikovni model njegove izjave, ne da bi ga neposredno popravili.

Na primer, če otrok reče: »Avto!«, lahko rečete: »Ja, avto vozi!« Če otrok vidi veliko žogo in reče: »Velik!«, lahko rečete: »Ja, to je velika žoga.«



## Sprašujte (vendar ne preveč)

Šele ko ima otrok dovolj bogato besedišče in je izpostavljen zadostni količini jezika, je zmožen ustrezno odgovarjati na vprašanja različnega tipa. Pri spraševanju je izjemno pomembno, da vprašanj ne postavljate prepogosto. Kadar mu postavljate vprašanje za vprašanjem, ne da bi mu dali dovolj časa, da pripravi odgovor, lahko občuti dodaten pritisk, zaradi katerega težje izgovori besede v svoji izjavi. Če je vprašanj preveč, nekateri otroci nanje preprosto ne odgovarjajo, prav tako lahko neradi odgovarjajo na vprašanja, ki preverjajo njihovo znanje ali pa so zanje trenutno prezahtevna.

V pogovoru z otrokom uporabite različne tipe vprašanj (vprašalnice kaj, kje, kdo, kdaj, kako, zakaj in vprašanja, na katera se odgovarja z da/ne), prav tako pa upoštevajte pravilo, da za vsako postavljeno vprašanje nato uporabite od dve do štiri trditve (na primer komentar, opis itd.). Priporočljiva je uporaba vprašanj odprtega tipa (na primer: »Kaj misliš o ...« ali: »Kako naredimo ...« itd.), na katera je treba odgovoriti z odgovorom, ki je daljši od ene ali dveh besed, prav tako pa omogočajo oblikovanje več različnih odgovorov.

Ko otrok odgovori na postavljeno vprašanje, mu s ponavljanjem, dopolnjevanjem in širjenjem odgovora pomagajte pri nadaljnjem bogatenju besedišča ter razvoju jezikovnih spretnosti.





## OTROKOV GIBALNI RAZVOJ IN POMEN GIBANJA

### Pomen gibanja v zgodnjem obdobju

Gibalni razvoj otroku omogoča, da raziskuje svet okoli sebe in komunicira z njim. Nanj vplivajo genetski dejavniki, prav tako je odvisen od okolja. Pri dojenčku se gibalni razvoj začne s pridobivanjem **mišične moči in nadzora ter razvojem koordinacije**. Razvija se hkrati in vzporedno z njegovimi kognitivnimi zmožnostmi in se pomembno povezuje tudi z drugimi področji razvoja. Kaže se v dojenčkovem napredku v ravnotežju, moči, hitrosti in usklajenosti gibanja. Delimo ga lahko na grobo (nadzor glavnice, sedenje, kotaljenje, plazenje, hoja ...) in fino motoriko (koordinacija oči in rok, stegovanje in prijemanje, manipuliranje s predmeti ...).

Primarni ali primitivni refleksi so pomembni za celoten razvoj dojenčkove motorike, namernih gibov, kognitivnih sposobnosti, sensorike ipd. So nevrofiziološka podlaga in se integrirajo z nadzorovanimi in višjimi kognitivnimi funkcijami. Najbolj znani so:

- **Refleks Babinskega** – če po dojenčkovem stopalu potegnemo od pete po zunanjem stopalnem loku proti prstom, potegne palec navzgor (proti nartu), vsi drugi prsti pa se razprejo (izgine približno do drugega leta).
- **Morojev refleks** oz. reakcija zdrznjenja – pri glasnih zvokih in nenadnih gibih (občutek padanja) dojenček roke odroči, iztegne prste in razpre dlani, roke nato priroči, pokrči, prstke stisne v pest in začne jokati (izgine približno do šestega meseca).
- **Prijemalni refleksi** – če novorojenčku ponudimo prst, ga bo prijel, prijem pa bo zadržal tudi, če mu roko dvignemo. Prijem je lahko tako močen, da otrok, če ga potegnete še više, za nekaj sekund celo zadrži svojo težo (izgine približno do petega meseca).
- **Refleks hoje** – če novorojenčka dvignete, s stopali postavite na trdno podlago in nagnete naprej, bo naredil nekaj gibov, podobnih korakom (izgine približno do četrtega meseca).
- **Sesalni refleksi** – sproži ga predmet, ki ga novorojenček dobi v usta (npr. bradavica ali dudu). Je ključnega pomena za preživetje (izgine približno do 12. meseca).
- **Iskalni refleksi** – povezuje se s sesalnim refleksom, sproži ga dotik ust ali kože lic. Dojenček obrne glavo v smer, iz katere se ga dotaknemo, skuša vtakniti naš prst v usta, da bi ga sesal (izgine približno do četrtega meseca).
- **Tonični vratni refleksi** – ko dojenček leži na hrbtu in glavo obrne na eno stran, se okončine na tej strani telesa iztegnejo, na drugi strani pa pokrčijo (izgine približno do šestega meseca).



## Kaj moramo vedeti o otrokovem gibalnem razvoju?

Gibalni razvoj je tisti, ki je pri dojenčku na prvi pogled najočitnejši, in tisti, po katerem starši najpogosteje primerjajo otroke, zaradi česar jim navadno povzroča največ skrbi. A ne skrbite. Če se vaš šestmesečni dojenček še ne obrača, kot je zapisano v prispevkih o mejnikih gibalnega razvoja, in če vaš 12-mesečnik še ne hodi, prijateljčin 11-mesečnik pa že samostojno koraka v svet, ne skrbite. Lahko se zgodi, da bo vaš dojenček kako spretnost osvojil veliko pred vrstniki, kaj drugega pa bo obvladal nekaj tednov za časom, navedenim v vseh razpredelnicah, ki jih boste našli na spletu. Morda se vam bo zdelo tudi, da otrok na kakem področju kar nekaj časa stagnira, potem pa bo v enem tednu nadomestil vse za nazaj.

Če se je otrok rodil prezgodaj, bo v gibalnem razvoju najverjetneje zamujal. Prav tako se lahko zakasnitev gibalnega razvoja pojavi, če je dojenček pogosto bolan. Veliko bodite z njim na tleh, na trdni podlagi. Razvoju sledite in ga ne poskušajte preskočiti. Dojenčka ne posedajte, če ni sposoben sedeti, in ne vodite ga za roke, da bi shodil. Vse bo prišlo ob času, natanko pravem za otroka, ko bo za to pripravljen.

Če se vam zdi, da je gibalni razvoj vašega otroka kljub vsemu prepočasen, **zaupajte svojemu nagonu**. Posvetujte se s pediatrom, ta pa bo presodil, ali obstajajo tveganja za otrokov normalni razvoj.



## Mejniki dojenčkovega gibalnega razvoja: 8–12 mesecev – pomembno je, da smo nanje pozorni pred vstopom v vrtec

Vaš dojenček se približuje pomembnemu mejniku – kmalu bo vstal in naredil **prve korake**. Preden bo shodil, bo postal mojster plazenja in kobacanja. Vedno bolj bosta razviti tudi fina motorika in koordinacija. Trkanje s predmeti, držanje majhnih koščkov hrane med palcem in kazalcem, pitje iz skodelice ... Vse to so stvari, ki jih bo otrok v tem obdobju začel trenirati in obvladovati. Prav zaradi tega boste morali poskrbeti za varnost doma, saj bo dojenček, ki je bil še pred nekaj meseci popolnoma neobgljen, postal mobilan.

### V tem obdobju večina otrok:

- začne kobacati,
- samostojno sedi brez podpore,
- brez težav prenaša stvari iz roke v roko,
- trka s predmeti,
- zgrabi manjši predmet med palec in kazalec (pazite na predmete, pri katerih obstaja nevarnost zadušitve),
- drži kozarček in iz njega samostojno pije,
- se hrani brez pribora, z rokami,
- se potegne v stoječi položaj ob mizi ali stolu.

### V tem obdobju lahko nekateri otroci:

- hodijo, opirajoč se na pohištvo,
- sedejo iz stanja.

### Le nekaj otrok v tem obdobju:

- začne hoditi brez opore,
- začne samostojno jesti z vilicami ali žlico,
- predmete nežno odloži (namesto spusti),
- da "petko".



Ljudje smo si različni in tudi otroci so različni med seboj. Tako kot odrasli nismo najboljši na vseh področjih, se tudi otroci razvijajo s svojim tempom in ne po vnaprej zapisanih urnikih in merilih. Navedeni mejniki so okvirni in naj vam pomagajo pri spodbujanju otrokovega naravnega razvoja.

Otrokov gibalni razvoj bo v prihodnjih nekaj mesecih potekal izredno hitro. Zdelo se vam bo, da se vsak dan nauči kaj novega. Ko bo otrok dopolnil 15 mesecev, se spomnite, kaj je znal, ko je dopolnil eno leto. Če katere od navedenih stvari ne zmore narediti, počakajte nekaj tednov in videli boste, kaj se bo zgodilo. Otrok bo začel hoditi ob opori, spretno prijemati tudi zelo majhne predmete, se igrati preproste igre, dal petko, se igral skrivalnice, pomahal v slovo, začel hoditi, plezati po stopnicah, stolih in pohištvu, čakati in risati.





## Pomen gibanja v predšolskem obdobju

Gibanje je izjemno pomembno za pravičen otrokov razvoj. Otrokov razvoj pojmuje kot pojavljanje in razvijanje sposobnosti na gibalnem, spoznavnem in čustvenem področju. Ta področja se prepletajo in nenehno vplivajo drugo na drugega. Ustrezno in zadostno gibanje otrok je izjemnega pomena za miselni in čustveni razvoj. Številne raziskave kažejo, da sta prav preživljanje časa v naravi in gibanje na prostem izjemno koristna za otrokov razvoj. Otroci, ki so veliko v naravi, se lažje spoprimejo s stresom, imajo redkeje težave s pozornostjo, depresijo in anksioznostjo, so bolj ustvarjalni, bolj telesno dejavni in imajo zato redkeje težave z debelostjo, hkrati pa s preživljanjem časa v naravi razvijajo večje spoštovanje do okolja in odgovornost za varovanje narave.

Otroška igrala na prostem so lahko odlična rešitev za popestritev sprehodov v okolici vrtca, kjer se otroci igrajo z vrstniki in krepijo gibalne sposobnosti ob pomoči razno-

vrstnih elementov. Primerna zunanja igrala in gibanje na svežem zraku poleg urjenja otrokovih gibalnih spretnosti in sposobnosti pripomorejo tudi k zdravju in dobremu počutju.

Sodobni otroci so zelo »hiperstimulirani« (dobivajo preveč dražljajev iz okolja – nakupovalna središča, notranja igrišča, življenjski tempo, ponudba igrač ...) in se zanje uporablja vse preveč različnih potrošniških igrač, pripomočkov (ležalniki, mehke podlage, pretirana uporaba vozičkov ...), s tem pa so prikrajšani predvsem pri motoričnem razvoju, kar je ključno za razvoj hranjenja in kasneje za razvoj govora.

Tudi mi sami zaznavamo spremembe, zato je treba sodobnim trendom slediti, da bomo lažje odpravljali anomalije že v zgodnjem obdobju ter tako preventivno in brez večjega truda pripomogli k odpravljanju težav, ki se pokažejo kasneje v predšolskem obdobju.

## Nekaj napotkov v malčkovem zgodnjem obdobju

(Navodila pediatrov, fizioterapevtov, logopedov, delovnih terapevtov)

- Otroci morajo imeti mehka obuvala in **mehke copate. Bosa noga razvija vse čute, poskušajmo se ji približati z mehкими copati.**
- Sedenje na tleh v obliki »črke w« ali »žabji sed«. Težava je, kadar otrok neprestano sedi v tem položaju, je statičen in se iz tega položaja ne premakne (20 do 30 sekund je še sprejemljivo). Takšnemu otroku ponudimo trdo podlago pod ritko, da ne more sedeti tako.
- **Ekstenzija – hoja po prstih.** To je najmočnejši vzorec, ki nas spremlja vse od rojstva. Zato moramo biti previdni, da ga ne spodbujamo preveč.
- **Posedanje otrok** (otrok sedi, ko to zmore sam – se posede).
- **Vodenje otroka za roke** (to je predvsem pomembno v jaslih, ko zaradi kulture »učenja hoje« iz preteklosti kar pričakujemo, da okrog 12. meseca otroci morajo hoditi). Takšen pristop smo imeli, ko je bilo sprejemljivo, da nas naučijo hoditi odrasli. Dolgoletne raziskave kažejo, da takšno ravnanje z otrokom, ki je pomemben izvor krive drže, krivega sedenja in težav s hrbtenico ... izhaja iz obdobja »hoje na silo«. Skratka, vodenje otroka za roke povzroča hojo po prstih in pomeni za otroke, ki še niso zreli, hud neustrezen napor ter možnost kasnejših težav (otrok ne zadovolji vseh kriterijev, ki ga vodijo do hoje – govor, grafomotorika, gibanje ...). KOBACANJE je zelo pomembno in zelo zdravo, če traja malo dlje. Z vodenjem za roke pa prav tako podaljšamo čas do samostojne hoje.
- **Kadar otrok mišično ni zrel** – govorimo o hipotoniji (zmanjšanim mišičnem tonusu – mlahavi otroci) ali hipertoniji (povečanim mišičnem tonusu – zategnjeni otroci) – **mu s prehitvevanjem razvoja povzročamo veliko škodo. Naša naloga je, da spodbujamo gibalni razvoj z različnimi gibalnimi igrami, vajami ter gibanjem na prostem.**



**Pomembno je gibanje, ki omogoča spontano igro v naravi – GOZDU – in opravljanje domačih opravil!** Tukaj ne smemo pozabiti niti na otroke, ki imajo težave z nemirnostjo, ADHD, motnje avti-stičnega spektra, in na otroke, katerih življenje je prenatrpano z različnimi IKT-tehnologijami, saj z gibanjem v naravi sproščajo možgane in se tako umirijo.



V predšolskem obdobju ima zelo velik pomen **SENZORNA INTEGRACIJA**; gre za čutni sistem, ki vpliva na gibanje in se kaže ne le pri kakovosti gibanja, temveč tudi pri razvoju govora, vedenja in učenja. Možgani smiselno organizirajo čutne vtise, gre za posameznikovo interakcijo s fizičnim in družbenim okoljem. Pomembna je za motorično načrtovanje, koordinacijo oko-roka (kasneje pisanje), razvoj govora, ciljno usmerjenost, pozornost, orientacijo v prostoru in času, čustveno stabilnost in notranjo zbuječnost. Vsak posameznik ima več senzornih sistemov. Ti so: **vestibularni sistem** (odgovoren je za motorično načrtovanje in ravnotežje), **proprioceptivni sistem** (odgovoren je za pozornost), **taktilni sistem** (pomemben je za čustveni razvoj in socialne stike), **vizualni sistem** (pomembno vpliva na motorično aktivnost), **avditivni sistem** (vpliva na slušno zaznavanje – pozornost), **limbični sistem** (vpliva na otrokovo čustveno stanje) in **praksija** (vpliva na načrtovanje, zaporedja, samoorganizacijo in govor).

## Aktivnosti, ki spodbujajo senzorno integracijo:

### Vestibularni sistem:

- valjanje in zavijanje v rjuho,
- drsanje po toboganu,
- guganje,
- vožnja z vozički v legi na trebuhu,
- stoja na deski za ravnotežje,
- hoja po ozki ali neravni podlagi,
- igra z vibrirajočimi igračkami,
- potiskanje stola, vozička po neravnih tleh.

### Proprioceptivni sistem:

- hoja po klančini,
- vlečenje vrvi,
- visenje na rokah,
- obtežitev z utežmi ali vrečkami s koruzo, fižolom,
- gradnja zidu, predora, hiše z velikimi penastimi kockami,
- plezanje na lestev,
- masaža z vibracijami,
- pritisk na sklepe, z dlanmi na hrbet,
- gnetenje plastelina,
- zaletavanje v debelo blazino,
- skakanje na trampolinu,
- prijemanje predmetov z veliko pinceto,
- različno obtežene blazine.

**Taktilni sistem:**

- igra s sipkim materialom,
- ožemanje mokre gobice,
- vreča z različnimi igračkami ali materialom,
- masaža z vibracijami,
- božanje s čopiči,
- prstne igre,
- risanje na hrbet,
- bosa hoja po podstavkih različnih struktur ali po koruzi, fižolu, soji,
- lepljenje filca ali vate,
- risanje po brivski peni,
- dotikanje s krtačo, plišastimi igračkami, blazinami med guganjem,
- uporaba električne zobne ščetke,
- žvečenje suhega sadja,
- brisanje z grobo brisačo,
- krtača za umivanje rok.

**Vizualni sistem:**

- očesni stik med guganjem,
- iskanje enakosti in razlik,
- pri otrocih, ki težko selekcionirajo, dražljaje omejimo,
- otroke, ki niso dovzetni za vidne dražljaje, spodbujamo,
- sestavljanke, vstavljanke.

**Avditivni sistem:**

- poslušanje zvokov iz okolice,
- razločevanje zvokov in povezovanje z izvorom,
- poslušanje zgodbe z zaprtimi očmi (vizualizacija),
- šepetanje,
- spraševanje,
- reševanje ugank.

**Praksija:**

- priprava mize,
- oblačenje,
- izvajanje motorične naloge po postajah,
- načrt poteka dejavnosti (struktura), opisovanje med dejavnostjo,
- med guganjem v legi na trebuhu pobiranje igračk in metanje ali zlaganje na določeno mesto, v košaro, škatlo,
- vizualna opora.





# POMEN BRANJA IN PRAVLJIC V PREDŠOLSKEM OBDOBJU



Pomen pravljic za otrokov razvoj je mogoče utemeljiti na dveh teoretičnih in znanstvenih okvirih, ki dokazujeta dragocenost branja otrokom že od rojstva. Vsak malček prej ali slej naleti na različne ovire, odzivi staršev in skrbno izbrane besede podpre v trenutkih, ko so otroci vznemirjeni, pomembno soodločajo o uspešnosti pri reševanju težav in o otrokovem nadaljnjem razvoju.

Nova dognanja nevroznanosti, torej znanstveni dokazi, pričajo, da prav vse, kar se otroku zgodi, vpliva na razvoj možganov in s tem na razvoj identitete, občutka jaza in sistema njegovih prepričanj o življenju. To, kar otroci pogosto najbolj potrebujejo – sploh v času intenzivnih čustev, ki se pojavljajo v najzgodnejšem obdobju, je primerna razlaga tega, kaj se pravzaprav dogaja. Prek povezovalne leve možganske poloble, kjer prevladuje logika, z desno, kjer prevladujejo čustva, pomagamo ubesediti močna čustva in razložiti dogodke. To pa dosežemo prav s pripovedovanjem pravljic. Učinek pravljic je dvoplasten. Leva polovica možganov poskrbi za razumevanje besed in zaporedja dogodkov, desna polovica prispeva telesne občutke (otroci poslušajo pravljice z vsem telesom), surova čustva, spomine in izkušnje. Zato se s poslušanjem pravljic otrok lahko notranje umiri.



Pomembno je, da pravljico, ki jo izberete, otroku preberete od začetka do konca. Pravljice berite POČASI IN DOŽIVETO, vzemite si čas in ga pospremite v svet junakov, ki težave, s kakršnimi se spoprijema tudi vaš najmlajši, premagujejo pogumno in samostojno. Pokažite malčku, da to zmore. Če berete pred spanjem in otrok med branjem zaspi, vseeno berite naprej, saj so njegovi možgani aktivni tudi med spanjem.

Pri pravljicah je še pomembnejše, da jih berete doživeto, spreminjajte glas in intonacijo za različne osebe v pravljici, glavnim likom spremenite spol in ime, da se bolj približajo vašemu otroku (če je glavni lik deček Juno in če imate deklico, to spremenite v deklico Juno).

Pomembno je, da prej sami preberete pravljico, da jo za otroka bolje priredite. Če otrok med branjem česa ne bo razumel, si vzemite čas, da mu to razložite. Otroci se bodo s pravljico še bolj poistovetili, če boste vključili njihovega najljubšega junaka ali barvo, pomembno je le, da poteka zgodbe in pomena ne spreminjate.

Otroku preberite pravljico večkrat, tolikokrat, kot želi, in v različnih okoliščinah krepite sporočilnost zgodbe (npr. vprašajte ga, kako je sovica Oka začela spati, takrat ko sove zares spijo).

Poslušanje pravljic krepi komunikacijo, otrok se uči jezika, strukture, bogati si besedišče ... A ne le to. S poslušanjem pravljic razvija pozornost, spomin in zbranost, motorično koordinacijo. Skupen čas prebiranja pravljic krepi vezi med vsemi družinskimi člani (interno gradivo).

Z otrokom se odpravite v knjižnico, privzgojite mu ljubezen do slikanic, tiskane besede in prijetnih občutkov ob odpiranju novih strani v slikanici.

---

### **Priporočilni seznamei slikanic**

<https://www.bralnaznacka.si/assets/Uploads/knjige-za-PBZ-do-2015-.pdf>

<https://www.mklj.si/zlata-hruska>

---



## Nasveti za uspešno branje pravljic

- Ko berete, naj knjigo drži otrok. Dovolite mu tudi, da obrača liste.
- Povabite ga, naj z vami bere.
- Ko berete, ga spodbujajte, naj končuje stavke namesto vas. Tako spodbujate tudi domišljijo in krepite slušno pozornost.
- Naj vas otrok vidi, da berete knjigo, revije. Bodite zgled in čim manj uporabljajte mobilni telefon.
- Berite isto knjigo toliko časa, dokler to otrok želi. Šele nato zamenjajte slikanico. Otroci imajo radi predvidljivost, pomeni jim okvir varnosti in vsebino morajo slišati večkrat, da jo miselno predelajo.
- Vsak dan berite pravljice, npr. pred spanjem, ko pridejo iz vrtca, ko sami prinesejo slikanico k vam in vas prosijo ...
- Naj bo del dneva tudi čas, ko vsa družina bere.
- Odidite z otrokom v knjižnico, tam naj si izbere slikanice po lastnem okusu.
- Pogovarjajte se o knjigah, ki jih berete skupaj z otrokom. Pogovori in vprašanja ob slikanicah so izredno pomembni! Otroka spodbujajte, da vas povpraša po besedah, ki jih ne razume, ali jih razložite sami (Pinterest).
- Kažite navdušenje nad slikanicami, otroci se navdušenja nalezejo!

## Kakšna vprašanja postaviti po branju slikanice in med branjem:

- Kdo je glavni junak slikanice?
- Kakšen je bil problem v slikanici in kako se je rešil?
- Kateri junaki v slikanici so ti bili všeč?
- Si predvidel, da se bo v slikanici nekaj zgodilo? Kaj?
- Zakaj misliš, da je avtor slikanice izbral tak naslov zanjo?
- Ti je všeč naslov slikanice? Zakaj ti je ali ni?
- Kateri lik iz slikanice/pravljice bi izbral za svojega prijatelja? Zakaj?
- Kateri del pravljice ti je bil najbolj všeč? Zakaj?
- Ti je bil konec pravljice všeč? Zakaj ti je bil in zakaj ne?
- Kateri del pravljice se lahko res zgodi in kateri ne (Pinterest)?





## Katere knjige, slikanice, kartonke izbrati glede na otrokovo starost?

Že **dojenčki od približno šestega meseca** radi posegajo po tipnih knjigah brez besedila in tipnih knjigah iz blaga. S skupnim odpiranjem teh knjižic spodbujamo skupno vezano pozornost, preživljamo prijeten, intimen čas s svojim dojenčkom in tako nevede spodbujamo govorni jezikovni razvoj. Še bolje je, da pojemo kratke pesmi ali izvajamo bibarije. Klasika med knjigami za dojenčke je še vedno knjiga Mire Voglar Biba buba baja.

**Otroci, stari od leta do dveh let,** zelo radi posegajo po slikanicah s privlačnimi fotografijami ali slikami z malo besedila, še najbolj pa se obnesejo slikanice z različnimi zavihki, zvočnimi učinki ... Otrok odkriva, vleče, pritiska, raziskuje in tako razvija pozitiven odnos do knjige. Nauči se pravičnega listanja in razvija pozornost. Odlične so tudi slikanice, ki jim je priložena lutka. Z njo pritegnemo pozornost in vsebino povežemo s slikanico.



**Otroci, stari od dve do tri leta,** lahko sledijo pripovedovanju odraslega ob slikanici od pet do deset minut. To je tudi primerna starost, da se z otrokom namerno odpravite v knjižnico, se pogovorite o primernem obnašanju v njej, otrok pa naj si po lastnem okusu izbere slikanico. Zelo priročne so slikanice s priloženimi magnetki, ki jih otrok postavlja na strani slikanice po vašem pripovedovanju ali lastnem navdihu. Ob sestavljanju pripoveduje in razvija domišljijo in ustvarjalnost.

**Otroci, stari od tri do štiri leta,** sledijo daljši slikanici. Berite jim čez dan, pred spanjem oz. ko sami pokažejo zanimanje. Ob knjigi se z otrokom pogovarjajte, izbirajte slikanice, ki izražajo neko njegovo izkušnjo, vprašanje (interno gradivo). Zelo priporočamo priporočilne sezname učiteljice slovenskega jezika. Najdete jih v njenem spletnem dnevniku GOSPODIČNA KNJIGA (<https://gospodicnknjiga.si/7>).



# OTROKOVA IGRA



## Oblikovanje dobrih navad pri igri:

- Ne prekinjate otroka, ki je pri igri zbran.
- Ko se hoče z vami igrati najmlajši otrok, začnite z dejavnostjo, ki jo izbere sam. Ko se vanjo zatopi in vas ne potrebuje več, se umaknite.
- Pri starejšem otroku ne imejte občutka, da ga morate zabavati vsakič, ko ne ve, kaj bi počel. Ko je otroku dolgčas, se zanesite nanj, da se bo spomnil česa zabavnega, in mu to tudi povejte. Dolgčas je nujna komponenta ustvarjalnosti.
- Vsekakor v urniku pustite nekaj časa za to, da uživate z otroki v skupnih dejavnostih, ki so jim všeč – naj bodo to družabne igre, kartanje, šport, petje ali kaj drugega, kar jim je všeč.
- Otroci se sijajno razvijajo s soigralci vseh mogočih starosti (Perry, 2020, str. 183).

## 1–2 leti

Igrajte se skrivalnice, skrivajte igrače v rokah, pod predmeti in spodbudite otroka, da išče sam, ali iščite skupaj z njim.

Otrok naj se igra z različnimi gradniki. Naj sestavlja, vleče ... Igrače naj bodo različnih barv. Pri igri z njim ponavljajte posamezne barve in štejte.

Naredite, kupite lutke: prstne, ročne ipd., ter se z lutkami igrajte in pogovarjajte z otrokom.

## 2-3 leta

Otrok naj ima na razpolago velike kartonaste škatle, različno blago, odeje, rjuhe ... S temi materiali razvija ustvarjalnost in igro.

Zunaj naj ima na voljo tricikel, da se uči poganjati pedale.

Omogočite mu čim več vsakodnevnih materialov, ki jih uporabljamo odrasli: otroška kuhinja, metla, lopatke, stari telefoni, tipkovnice, obleke ... Otrok rad posnema odrasle in razvija simbolno igro.

Omogočite mu čim več različnih likovnih pripomočkov: vodene barvice, prstne barve, tempere, krede ... Riše naj na čim večje površine, naj se umaže in uživa.

Otrok naj igrače razvršča v različne škatle: živali v eno škatlo, kocke v drugo ipd.

Z lutkami poustvarite izkušnje, ki jih je doživel, otrok naj pri pripovedovanju sodeluje.

Igrajte se besedne igre, pri katerih naj otrok ugiba in našteva. Tako razvija besedišče. Na primer, v kuhinji je pečica. Kaj še najdemo tam?

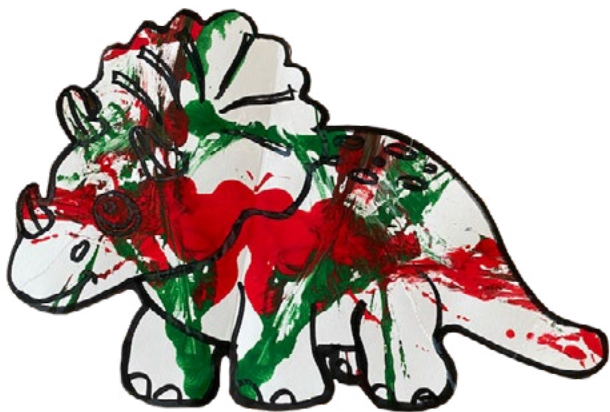
Skupaj z otrokom kuhajte, naj pomaga trebiti solato, umiti sadje in zelenjavo ipd., spodbujajte igro z vrstniki.



### Aktivnosti za razvoj sinaps (dr. Rajović)

Zelo koristne vaje za razvijanje fleksibilnosti dlani in prstov so:

- držanje kocke in/ali premeščanje kocke iz roke v roko,
- vlečenje igrače na vrvici, metanje ploščic v prazno škatlo,
- listanje slikanic,
- vpeljevanje vezalke v čevelj,
- navijanje igrač,
- pobiranje drobnih predmetov ali raztrganih papirčkov,
- odpiranje pokrova na škatli,
- risanje, barvanje, rezanje, lepljenje, mečkanje ali gubanje papirja (izdelovanje letala, šotor, kap), rezanje papirja s škarjami z zaobljenim vrhom,
- oblačenje majhnih lutk,
- mešanje testa, plastelina in gline, ustvarjanje različnih figuric,
- ustvarjanje različnih slik z žeblički in tablico.



### 3–4 leta

Z vami naj ustvarja na gredah in vrtu: naj okopava, grabi listje, sadi, seje in puli plevel.

Naj se igra z vodo in umiva različne predmete: lutke, avtomobile, plastične predmete ...

Naj natika/niza majhne predmete na različne vrvice.

Naj ustvarja s plastelinom, kinetičnim peskom, magičnim plastelinom in pripomočki, ki pomagajo pri oblikovanju plastelina: za stiskanje, gnetenje, trganje, odtiskovanje, z modelčki za plastelin ... Doma lahko naredite slano testo.

Naj ustvarja z različnimi likovnimi materiali zunaj na večjih površinah.

Igre z maskami in delo z lesom: naj tolče, zabija različne žeblice ipd.



#### Vaje, ki jih priporoča dr. Rajović:

- vaje za vrtenje in gibanje
- vaje za razvijanje predbralnih sposobnosti.

## 4–5 let

Otroku omogočite igro in ustvarjanje z različnimi likovnimi pripomočki in materiali: barve, svinčniki, barvice, krede, škarje, lepilo, blago ... Naj sam naredi svojo likovno umetnino.

Čim več časa naj preživi na prostem, kjer naj se plazi, skače, vrtili, pleza ...

Naj ima na razpolago čim več iger z žogo: metanje žoge v cilj, lovljenje žog različnih velikosti ipd. Tako se razvijajo mišice, pomembne za pisanje.

Plešite in pojte z otrokom.

Pomagajte mu pri ustvarjalnem razmišljanju. Ko ga kaj zanima, ga z odprtimi vprašanji spodbudite, da sam poišče odgovor. Če vpraša, kako cvetlica raste, mu odgovorite z vprašanjem: Kako meniš ti, da zraste?

Z otrokom berite, obiščite knjižnico, kjer naj si izbere knjige po lastnem okusu v otroškem kotičku.

Pohvalite ga, saj pohval ni nikoli preveč. Pogosto mu povejte, da je najpomembnejša oseba za vas in da ga imate radi.

Naj ima svoj mirni kotiček z izbranimi igračkami v svoji sobi, še posebej, če ima mlajšega sorojenca.



### Aktivnosti, ki spodbujajo razvoj sinaps (dr. Rajović):

- vaje za vrtenje + gibanje, grafomotorika
- vaje za akomodacijo (branje kartic in žoga)
- vaje za branje abstraktnih pojmov (besede, simboli, logotipi avtomobilskih znamk, zastave),
- začetne vaje funkcionalnega razmišljanja (na kateri zastavi je ptica, na kateri zastavi je kača, na kateri zastavi je lev).



# IKT TEHNOLOGIJA IN VPLIV RISANK NA OTROKA

## IKT tehnologija

Zanimanje za različne medije, predvsem televizijo, začnejo otroci kazati že od 4. do 5. meseca, ko se odzivajo na spreminjanje barve na zaslonu in na nekatere zvoke. Že dojenčki razvijejo naklonjenost do različnih televizijskih vsebin. Od 6. do 10. meseca se usmerijo na podobe in zvoke, ki jim kaj pomenijo, od 10. do 11. meseca pa začnejo komunicirati z liki na zaslonu. V obdobju malčka so že sposobno usvojiti posamezne posnetke (Peštaj, 2010).

Ko se otrokova pozornost za gibljive slike začne podaljševati, moramo starši že izbirati primerne vsebine in dobre risanke. Dobre risanke spodbujajo otrokov čustveni, miselni, govorni, socialni razvoj in učenje. Merili za dobro risanko sta zanimiva, privlačna, zabavna in poučna zgodba ter kakovostna ilustracija. H gledanju risanke otroka pritegnejo zabavnost, napetost in pozitivni junaki. Zanje je pomemben humor z nepričakovanimi obrati in smešnimi zapleti. Dobra risanka je dobro sinhronizirana, pri čemer je pomembno, da risani junaki govorijo razločno, počasi in jezikovno pravilno, da jih otroci razumejo. Izbrati moramo risane filme, primerne otrokovi starosti, in like, s katerimi se lahko poistoveti (Peštaj, 2009).



Ker risanke močno vplivajo na otrokovo doživljanje in razumevanje resničnosti ter njegova čustva in čutila, bi morali risanke ponujati šele od četrtega do petega leta starosti, ko otroci že lahko ločijo stvarnost od domišljjskega sveta (Marjanovič Umek, Zupančič, 2004).

Pretirano gledanje risank in drugih medijev (telefoni, tablice ipd.), kjer ni nobenega nadzora nad vsebinami, ki se prikazujejo, lahko negativno vpliva na otrokove poglede, misli, vsebine in znanja (Erjavec in Volčič, 1999a). Kot prava avtorici, televizija ni demon, ki bi se mu morali na vse načine izogibati, toda pri nepravilni uporabi televizija negativno vpliva na otroka in odraslega. Enako razmišlja tudi M. Peštaj (2012, str. 9), ki pravi, da *»morajo prve korake v ogled animiranega filma narediti starši. Skupen ogled risank omogoča otroku varnost in s tem tudi možnost pogovora o videnem. Pogovor je ključni element, saj ob otrokovem pripovedovanju dobimo uvid v otrokovo doživljanje, občutke, stiske, želje, strahove in hrepenenje. Odrasli naj bi otrokom pomagali, da bi razvijali kritičnost do gledanega, se z njimi pogovarjali o tistem, česar niso razumeli.«*

Pomembno je, da odrasli spremljajo otroka pri gledanju, saj iz njegovega vedenja in odzivanja razberejo, kako doživlja dogajanje v risankah, kaj ga vznemiri, kdaj mu pozornost popusti. Starši se morajo zavedati svoje vloge in tega, da so za otroke model, ki ga otroci opazujejo in posnemajo. Risanke ne smejo postati nadomestilo za čas, ki ga drugače starši preživljajo z otroki (Peštaj, 2009). Žal pa se dogaja ravno to, saj je odnos do avdiovizualnih vsebin v družini pogosto napačen. Starši se vpliva televizijske vsebine na otroka ne zavedajo dovolj, to pa pripelje do napačnega ravnanja (prav tam). Kako se te vsebine lahko napačno uporabljajo, opisuje Miha Mazzini (2018): *»Par za sosednjo mizo si je želel v miru pojesti in hčerkici sta izročila tablico. Otroški pogled se je prilepil ob risanko in hipnotizirano strmел vanjo. Elektronska varuška je odlično opravila svojo nalogo.«*



Podobno ugotavlja Janis-Norton (2016, str. 21), ki navaja: *»Zelo se je razširila težnja, da se za zabavo in odvratanje pozornosti otrok uporabljajo zasloni ... Res je, da čisto malo časa pred zasloni vašemu dojenčku ne bo škodilo, toda kmalu se tisto 'čisto malo' prevesi v vedno več časa. Zasloni otroka zlahka zasvojijo. Navada, da starši z elektronskimi napravami otroke utišajo, postane nekaj, na kar se vselej zanašajo.«*

Avtorica zagovarja stališče britanskega zdravniškega združenja, da otroci, mlajši od dveh let, sploh ne bi smeli biti izpostavljeni kakršnim koli zaslonom, otroci, stari od dve do pet let, največ uro na dan, stari od pet do osem let dve uri na dan. Sama meni, da do tretjega leta otroci sploh ne bi smeli biti izpostavljeni nobenemu zaslonu. V Sloveniji so otroci izpostavljeni različnim vsebinam povprečno dve uri na dan, štiri- do šestletni otroci pa tri ure. Glede na priporočila zdravniškega združevanja absolutno preveč.





## Vpliv risank na otroka

Različne raziskave kažejo, kako vpliva le devetminutno gledanje risanke s hitro gibljivimi slikami na izvršilne funkcije pri otroku. Izvršilne funkcije so ključnega pomena za učenje. Pomagajo tudi pri ohranjanju osredotočenosti, načrtovanju, organizaciji in nadzorujejo neprimerno vedenje.

Takoj po devetih minutah gledanja risanke ali risanja slike so otroke preizkusili z različnimi testi izvršilnih funkcij: reševanje nalog, upoštevanje pravil, pomnjenje drugih informacij. Pri testu, ki je obravnaval reševanje problemov, so morali otroci predmet prestaviti iz enega kotička v drugega. Eden izmed testov je meril tudi, koliko časa se lahko otroci upirajo okusnemu prigrizku.

Otroci, ki so gledali risanko s hitrim ritmom dogajanja, so se odrezali veliko slabše kot drugi dve skupini otrok. Le 15 % gledalcev risanke Spuži Kvadratnik je rešilo nalogo z reševanjem različnih problemov, tisti, ki so si ogledali

izobraževalno risanko, so bili uspešni v 35 %. Najbolje so se odrezali tisti, ki so v tem času risali – 70 %. Po ogledu risanke s hitrim tempom so otroci tudi manj časa zdržali brez prigrizka in manj so bili pripravljeni upoštevati pravila kot otroci iz preostalih dveh skupin.

Z gledanjem televizije lahko postanejo otroški možgani le pasivni sprejemnik vsega, kar se dogaja na zaslonu. Za doživljanje sveta otroci potrebujejo zunanje dražljaje, od nas pa je odvisno, katere jim ponudimo. Narava, glasba in šport so prijetni in zdravi in ob njih se otroci veliko naučijo. Ob dražljajih, ki pretežno zabavajo, se otroci ne naučijo ničesar, želja po njih pa je vedno večja. Celo nasprotno, s količino takšnih dražljajev nastaja vedno večja potreba po še močnejših dražljajih, sočasno pa se pri otrocih pojavljajo tudi notranja napetost, nemir, vedno manjša sposobnost osredotočanja, ki potem slabo vpliva na šolsko delo (Zalokar Divjak, 2000, str. 86).



Čezmerno gledanje televizije vpliva na zmanjšano sposobnost koncentracije. Za gledanje televizije brez pogo- vora in analize ni potreben miselni napor. Pri risankah s počasnim spreminjanjem prizorov mora otrok uporabiti mišljenje in analizo.

## **VIRI:**

Ayres, J. A. (2005). Sensory Integration and the Child. Los Angeles, CA, United States.

Bijelić, D., spec. klinične logopedije (2011). Kako vzpodbujati komunikacijo z otrokom.

Bivic, A. (2016). Porajajoča se pismenost v vrtcu. Interno gradiva Vrtca Jarše.

Bivic, A. (2018). Risanke v predšolskem obdobju. Revija Vzgojiteljica, str. 6–9 ([http://supra.si/revija\\_vzgojiteljica/Vzgojiteljica\\_Nov\\_Dec\\_2018.pdf](http://supra.si/revija_vzgojiteljica/Vzgojiteljica_Nov_Dec_2018.pdf), pridobljeno 22. 2. 2021).

Dojenčkovi refleksi (<https://mojsvetgibanja.si/dojenckovi-refleksi/>, pridobljeno 15. 1. 2021).

Dojenčkov gibalni razvoj (<https://www.nosecka.net/dojenckov-gibalni-razvoj/>, pridobljeno 20. 1. 2021).

Jurišević, M., Rajović, R., Drgan, L. (2010). NTC učenje: Spodbujanje razvoja učnih potencialov otrok v predšolskem obdobju. Univerza v Ljubljani. Pedagoška fakulteta.

Kako komunicirati z otrokom

(<https://www.logopedskikoticek.si/2018/02/14/kako-komunicirati-z-otrokom/>, pridobljeno 15. 12. 2020).

Narrabri and district community aid service inc. (2007), Watching your child growth, Developmental Milestones for children age 0-12 and other information for families.

Perry, P. (2021). Knjiga, za katero si želite, da bi jo prebrali vaši starši (in za katero bodo vaši otroci veseli, da ste jo). Ljubljana: Mladinska knjiga.

Pinterest (<https://www.pinterest.com/pin/2814818490048471/>, pridobljeno 13. 3. 2021).

Praprotnik, M. (2016). Aktivnosti, ki spodbujajo senzorno integracijo. Vrtec Ciciban.

Zorman, A. (2020). Gibalni razvoj otrok. Interno izobraževanje Vrtca Črnuče.

---

## **Uredili in zbrali:**

Andreja Črešnik, univerzitetna diplomirana pedagoginja, svetovalna delavka v Vrtcu Črnuče

Ajda Bivic, univerzitetna diplomirana pedagoginja in sociologinja kulture, vzgojiteljica za izvajanje zgodnje obravnave v Vrtcu Črnuče

**Likovna oprema:** otroci Vrtca Črnuče pod vodstvom vzgojiteljic

**Oblikovanje:** Sonja Eržen

**Tisk:** Studio Aleja d.o.o.

**Število izvodov:** 600 kos

**Izdal:** Vrtec Črnuče

Ljubljana, maj 2021

**Delo je avtorsko zaščitno in je vpisano v register R-033/21.**





*PRAVILA NAŠE DRUŽINE:*

*Smejimo se – pogosto.*

*Trudimo se po najboljših močeh.*

*Potrpežljivi smo – večino časa.*

*Govorimo resnico.*

*Podpiramo drug drugega.*

*Objemamo se pogosto.*

*Tudi mi delamo napake.*

*Nikoli ne obupamo.*

*Odpuščamo.*

*Držimo svoje obljube.*

*Pogosto se zabavamo.*

*Predvsem pa se imamo radi.*

– VIR: POZITIVNE MISLI –