

ZABORAVLJENO NASTAVNO POMAGALO

1. UVOD

Različitim organizacijskim oblicima, izborom odgovarajućih sadržaja i nastavnih pomagala nastava tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj školi, i ne samo u njoj, mora biti okrenuta stvarnim potrebama, mogućnostima i interesima učenika.

U težnji da djecu naviknemo na redovito i sustavno tjelesno vježbanje ne treba zaboraviti da su motivi i interesi u osnovi cjelokupnog ljudskog ponašanja te da posebice dijete u sebi nosi želju za kretanjem, igrom i isticanjem.

U osnovnoj školi a osobito u nižim razredima, nastavna pomagala ponekad čine velike probleme u realizaciji odgovarajućih sadržaja, plana i programa. Osim toga, određeni broj nastavnih pomagala može također utjecati i na motive i interese učenika da s veseljem i radošću vježbaju. Uz to, mnoga pomagala i nisu uvijek tako nedostižna. Neka se pomagala mogu vrlo lako i bez velikih financijskih izdataka napraviti uz malo veće angažiranje učitelja i učenika. Tako će se, s pomagalom koje su sami napravili, kod učenika još više potaknuti interes za vježbanje.

2. KRUG – ZABORAVLJENO NASTAVNO POMAGALO

Vrlo jednostavno ručno nastavno pomagalo predstavlja krug. Krug je lik blizak djetetu s kojim se susreće u najranijoj dobi i zato ga rado prihvaća u igri ili vježbanju u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture.

Krug je pogodan za razne vježbe u dvorani, na igralištu, u razredu, na školskom hodniku, na izletu, u različitim oblicima nastavnog i izvannastavnog rada.

Na satu tjelesne i zdravstvene kulture može biti primijenjen u svim dijelovima nastavnog sata. Najviše se primjenjuje u uvodnom, pripremnom i završnom dijelu sata. U uvodnom i završnom dijelu sata primjenjuje se kao prepreka ili oznaka kod trčanja ili igara dok se u pripremnom dijelu koristi kao ručno nastavno pomagalo za izvođenje općih pripremnih vježbi.

U glavnom dijelu sata može se krug primjenjivati u metodici pojedinih nastavnih tema u "A" dijelu, ili u igrama, štafetama, poligonima i drugim sadržajima u "B" dijelu sata. Posebno je efektan za sastave u školskim priredbama uz glazbu, a osobito ako je obojen na svakoj strani različitom bojom što još više pridonosi dekoraciji sastava.

Krug je jednostavan za izradu i lagan za prenošenje na svako mjesto gdje se organizira aktivnost s učenicima. Promjer mu je 30 cm, a može se izraditi od tvrdog kartona, no ima ih i već gotovih, izrađenih od razne ambalaže. Što se tiče izrade kruga, mora se voditi briga o dobi učenika. S učenicima mlađe školske dobi učitelj može organizirati izradu krugova na satu u školi. Kod starijih učenika, za izradu kruga, može se uspostaviti suradnja i s drugim nastavnicima, posebice likovnog odgoja i matematike.

Krug treba primjenjivati tako da djeluje na cijeli lokomotorni sustav vježbama jačanja, labavljenja i istezanja. Općenito, kod vježbi u osnovnoj školi posebnu pažnju treba obratiti na leđne i trbušne mišiće kao i na pravilno držanje tijela i sprječavanje deformiteta, što nam upravo ovo nastavno pomagalo na najbolji način omogućuje.

U pripremnom dijelu sata koristi se pretežno metoda usmenog izlaganja i metoda demonstracije. Za ovu učeničku dob usmeno izlaganje treba biti izvedeno usporedno s demonstracijom i mora biti kratko, jasno i slikovito.

U prvom susretu učenika s novim ručnim pomagalom, krugom, pokreti trebaju biti jednostavniji kako bi dijete lakše svladalo pokret i držanje sprave. Izvođenje pokreta i ponavljanje potiče se riječima koje zvukom oživljavaju ili usporavaju kretnju. Pravilno naglašena riječ daje poticaj za pokret. Riječ olakšava i određivanje smjera. Npr.: na – prijed, na – trag, go – re, do – lje. Ako su pokreti polagani, bit će i riječ polagana. Ako izvodimo nježnu kretnju, takva će biti i riječ, a to ćemo postići modulacijom glasa. Ako je glas učitelja monoton, to zamara djecu. Osim riječi, služimo se i pljeskom, udaranjem o tamburin, defom, udaraljka i štapićima. Glazba pomaže održavanju tempa i razvija osjećaj za ritam te unosi više živosti i motivira djecu za rad.

Općenito, uporaba raznih pomagala i naprava od velikog je značenja za poticanje učenika na rad. Djeca su neumorna u nastojanju da pokret kombiniraju s uporabom sprava i pomagala, pa tu njihovu kreativnost treba iskoristiti i usmjeravati te ih u tome bodriti i pohvaliti.

Djeca se, ovisno o dobi i spolu, na različite načine koriste određenim pomagalicama pa je na učitelju da stručno intervenira kako kod vježbanja na satu tako i u (neobveznoj) igri.

3. ZAKLJUČAK

Upotreba različitih nastavnih pomagala omogućuje da se poveća efikasnost nastave tjelesne i zdravstvene kulture. Njima se učenici motiviraju i potiču na savladavanje planom i programom postavljenih ciljeva i zadataka.

Krug kao nastavno pomagalo jednostavan je za izradu, prenošenje i primjenu. U određenim situacijama može biti i efektivno sredstvo razonode. Krug se kao nastavno sredstvo može koristiti u svim oblicima nastavnih i izvannastavnih aktivnosti, a osobito s učenicima nižih razreda osnovne škole.

Potrebno je da bude uključen ravnopravno s drugim nastavnim pomagalicama na satovima tjelesne i zdravstvene kulture. Njegova je primjena u pripremnom dijelu sata neizbježna.

4. LITERATURA

1. Findak, V., Delija, K.: Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju, Edip, Zagreb, 2001.
2. Findak, V.: Tjelesna i zdravstvena kultura u osnovnoj školi, Školska knjiga, Zagreb, 1994.
3. Findak, V.: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture, Školska knjiga, Zagreb, 1989.
4. Ivanković, A. Tjelesne vježbe i igre u predškolskom odgoju, Školska knjiga, Zagreb, 1982.