



Ekošola

SPODBUJANJE GIBANJA PRI OTROCIH S POSEBNIMI POTREBAMI

VANJA HERIC, prof. def.
VRTEC MURSKA SOBOTA



Radenci, 10. maj 2018

GIBANJE PRI OTROCIH S POSEBNIMI POTREBAMI

- ▶ UČITI PRAVILNE OBLIKE GIBNANJA
- ▶ UPORABA PRIPOMOČKOV
- ▶ SPREMINJANJE POLOŽAJEV
- ▶ GIBANJE OB FIZIČNI POMOČI

- ▶ SKRB ZA VARNOST

PROGRAM MLADI ŠPORTNIK

- ▶ PRILAGOJEN ŠPORTNI PROGRAM ZA OTROKE Z MOTNJAMI V RAZVOJU V STAROSTI 2 DO 7 LET



- ▶ Program se lahko prilagodi vsakemu posamezniku glede na njegova močna in šibka področja
- ▶ Primeren za vse otroke, ki potrebujejo prilagojeno športno vadbo oz. učenje temeljnih gibalnih spretnosti.

CILJI PROGRAMA

- ❑ Vključiti otroke z motnjo v duševnem razvoju v primerne športne aktivnosti, ki pospešujejo fizični, kognitivni in socialni razvoj.
- ❑ V program vključiti tudi družinske člane ter jim ponuditi nove izzive, znanja in možnost povezovanja v okviru specialne olimpiade.
- ❑ Spodbujati integracijo in inkluzijo z vključevanjem otrok s posebnimi potrebami v širše okolje ter v sodelovanje z drugimi otroki in starši na različnih srečanjih, tekmovanjih.

TRENING VEŠČIN MLADEGA ŠPORTNIKA

- ▶ 1. Osnovne motorične spretnosti
- ▶ 2. Hoja in tek
- ▶ 3. Ravnotežje in skoki
- ▶ 4. Odbijanje in lovljenje
- ▶ 5. Metanje
- ▶ 6. Udarjanje
- ▶ 7. Brcanje
- ▶ 8. Sestavljene spretnosti

PRIPOMOČKI

- ▶ 1. ravnotežnostna deska ali vrv, lepilni trak,
- 2. mehka žoga ali kakršnakoli žoga,
- 3. vreče s peskom ali različne majhne igrače, figure, naravni materiali,
- 4. stožci ali plastične posode, obtežene plastenke,
- 5. kocke iz plastike ali kocke iz pene, lesa,
- 6. palice ali tulci od papirja,
- 7. talni označevalci ali različni označevalci, lepilni trakovi,
- 8. obroči ali škatle različnih velikosti, obroči za hulahop,
- 9. lopar ali palica,
- 10. rutice ali plastične vrečke, vrečke za smeti, lahki materiali,
- 11. počasnejša žoga ali katerakoli žoga,
- 12. majhna penasta žoga ali katerakoli žoga.

PRED IZVEDBO GIBALNIH DEJAVNOSTI ORAMO BITI POZORNI NA:

- ▶ Otroci morajo biti pred izvajanjem spočiti, siti, motivirani.
- ▶ Seznanimo se z vsemi opisanimi vajami v priročniku.
- ▶ Vaje večkrat preizkusimo sami oz. opazujemo izkušenega trenerja.
- ▶ Vaje po potrebi preoblikujemo, se posvetujemo s starši, drugimi strokovnjaki.
- ▶ Pred izvajanjem vedno nazorno razložimo navodilo in izvedemo demonstracijo.

IZVAJANJE PROGRAMA V VRTCU MURSKA SOBOTA

- ▶ 10 otrok s posebnimi potrebami iz predšolskih oddelkov s prilagojenim programom
- ▶ 22 otrok skupine starosti 5-6 let večinskega vrtca
- ▶ Otroci s posebnimi potrebami 1 tedensko
- ▶ Skupni treningi 1x mesečno



PRIPRAVA IN IZVAJANJE TRENINGOV

- ▶ Izbira vaje glede na fazo treninga
- ▶ Priprava prostora, pripomočkov
- ▶ „himna“
- ▶ Predstavitev vaje
- ▶ Spodbujanje
- ▶ Pomoč
- ▶ Sproščanje po treningu

PRIMER VAJE:

- ▶ PRENESI ŽOGICO

OBČUTJA OB IZVAJANJU PROGRAMA V VRTCU MURSKA SOBOTA

- ▶ Otroci s posebnimi potrebami se treningov in vaj izredno radi udeležujejo. Pri aktivnostih so uspešni, doživljajo zadovoljstvo ob končani vaji. Vzpodbude ostalih otrok, predvsem otrok rednega oddelka pripomorejo k veliki motiviranosti za delo.
- ▶ Otroci rednega oddelka so doživljali gibanje malo drugače, zelo pozitivno so sprejeli nekoliko drugačen pristop k gibanju.
- ▶ Program Mladi športnik je pripomogel k spontani integraciji otrok s posebnimi potrebami ter otrok večinskega vrtca

MINI SPECIALNA OLIMPIADA

- ▶ V MESECU MAJU
- ▶ POLIGON VAJ VSEH FAZ TRENINGA NA PROSTEM
- ▶ SODELOVANJE DRUŽIN OTROK
- ▶ ENOTNE MAJICE, ZBIRNI KARTONČEK, MEDALJE
- ▶ POZITIVNO, ZABAVNO VZDUŠJE

NEKAJ UTRINKOV















HVALA ZA POZORNOST!

