

Prof.dr.sc. Grujo Bjeković, Fakultet za fizičku kulturu Univerziteta u Istočnom Sarajevu
Mr.sc. Vesna Bratovčić, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Univerziteta u Tuzli
Đorđe Arnaut, prof., Fakultet za fizičku kulturu Univerziteta u Istočnom Sarajevu

IGRA I NJEN ZNAČAJ U KOREKTIVNOJ GIMNASTICI KOD DJECE PREDŠKOLSKOG UZRASTA

1. Uvod

U današnjim uslovima života, naročito u urbanim sredinama, djeca imaju vrlo malo uslova za fizičku djelatnost, ali i za kretanje uopšte. To dovodi do različitih promjena u odnosu na ranije važeće forme življenja, tako da dječiji organizam nije u stanju da im se na odgovarajući način suprostavi što dovodi do kvalitativnih i kvantitativnih promjena u organizmu kao i na samom dječijem tijelu. Kod djece najčešće dolazi do pojave posturalnih poremećaja koji često prelaze u fiksirane deformitete te u zreloj dobi uzrokuju različite somatske i psihičke smetnje.

Uslovi u kojima se se radi i sam kvalitet rada u obdaništima i školama, naročito kada se radi o fizičkom vježbanju, imaju određene uticaje na cjelokupan razvoj predškolske i školske djece. Djetinjstvo je idealno doba za korigovanje brojnih deformiteta, bilo da su oni urođeni ili stečeni povredama, nepravilnim držanjem tijela ili lošom ishranom.

Korekcija tjelesnih deformiteta djece predškolskog i osnovnoškolskog uzrasta predstavlja uslov zdravog odrastanja. Naime, ako se deformiteti na vrijeme uoče, ako se djeca nauče da rade na ispravci deformiteta i osposobe da se psihološki i socijalno nose sa tim problemom omogućava im se da odrastaju kao i sva druga djeca. Tjelesni deformiteti koji se ne koriguju u djetinjstvu ostaju kao trajni hendikep osobe i utiču na njen cijeli život.

Vježbanje i igra su izuzetno snažna sredstva za otklanjanje ili ublažavanje poremećaja u tjelesnom razvoju. Igra je moćno sredstvo za usmjeravanje pravilnog razvoja djeteta, pa zato ona mora biti prilagođena uzrastu, mogućnostima, interesovanjima i potrebama djece. Vaspitači u obdaništima i nastavnici u školama, uz neophodnu pomoć zdravstvenih radnika i uz odgovarajuću organizaciju odgojno-obrazovnog rada, mogu spriječiti nastanak deformiteta i time učestvovati u pravilnom formiranju dječijeg organizma. Igra je spontana, slobodno izabrana i prijatna aktivnost čiji je cilj potvrđivanje individualnih kolektivnih sposobnosti.

Posebno je veliki značaj igre za fizički razvoj djeteta (razvoj mišića, uvježbavanje svih dijelova tijela), te služi kao ventil za višak energije, koja ako se akumulira u djetetu, čini ga nervoznim i razdražljivim. U svim vidovima fizičkog vaspitanja igra zauzima značajno mjesto, te zajedno sa korektivnom gimnastikom predstavlja osnov za normalan psihofizički razvoj djece predškolskog i školskog uzrasta. Humana postavka da svaki čovjek treba da ima pravo na život, zaštitu, ljubav, pripadanje, rad i slobodu najbolje se ogleda u odnosu zajednice prema djeci sa poremećajima u rastu i razvoju. Zato je obaveza svake zajednice da ista prava obezbjedi za svu djecu, a time i uslove za zdrav i normalan razvoj.

Društvo ne može biti sretno ako nisu sretni njegovi pojedinci, a sreća se ostvaruje samo na individualnom nivou, samo preko pojedinca. Otuda i važnost korigovanja tjelesnih poremećaja koje ima i moralni i ekonomski značaj. Moralni značaj je u tome što se ostvaruje princip solidarnosti i uzejamne podrške po kome zajednica treba pomoći svakom pojedincu da postigne optimum svojih sposobnosti i na taj način da zauzme adekvatno mjesto u društvu. Ekonomski značaj se ogleda u tome da se svakom pojedincu omogućava da razvije optimum svojih kapaciteta i time podiže ukupnu moć društva.

2. Igra i njen značaj u korektivnoj gimnastici

Igra je za dijete najznačajnija aktivnost, često značajnija od samog jela i spavanja. U Enciklopediji fizičke kulture koju je izdao Jugoslovenski leksikografski zavod navedeno je da „... igra kao pojavni oblik fizičke kulture predstavlja spontanu, slobodnu i zabavnu aktivnost kojoj je svrha potvrđivanje individualnih i kolektivnih sposobnosti.“

Igra se može definisati i kao aktivan poduhvat jedne ili više osoba ograničen pravilima date igre, vremenom i manje ili više jasnim ciljem. Za razliku od igara, igrovne aktivnosti nisu ograničene strogim pravilima, stabilnošću i strogom tematskom vezanošću za cilj. To su aktivnosti jedne ili više osoba tematski orjentisane u pogledu nestabilnih pravila i ishoda, koordinisane tematskom usmjerenošću ka cilju koji nije precizno određen.

Preciznije određenje pojmova igra i igrovne aktivnosti prikazano je u tabeli 1.

Tabela 1. Svojstva igara i igrovnih aktivnosti

R.B.	Igre	Igovne aktivnosti
1.	Jasno utvrđen sistem pravila	Nisu ograničen strogim pravilima
2.	Jasan cilj i ishod igranja	Tematska usmjerenost ka cilju koji nije precizno određen
3.	Najčešće vremenski predodređene	Vremenski nedefinisane
4.	Ograničen uticaj mašte i kreativnosti	Neograničen uticaj mašte i kreativnosti
5.	Obnovljive su	Teško su obnovljive
6.	Strah od neuspjeha	Minimum straha od neuspjeha

Iz tabele 1 jasno se vidi prednost igara u smislu mogućnosti kontrolisanja, uvida, efikasnog praćenja, sigurne osnove za primjenu pravila i slično. To ne znači da igrovne aktivnosti treba odbaciti u korektivnoj gimnastici. Naprotiv, igrovne aktivnosti treba podsticati i usmjeravati sve dotle dok su u funkciji ispravljanja poremećaja. Djeca se posvećuju igri svim svojim bićem. Ona upražnjavaju igru na svakom mjestu, bez vremenskih limita. Zato je veoma važno da vaspitači i roditelji budno prate igru i igrovne aktivnosti djeteta da ne bi došlo do preopterećenja određene grupe mišića, do ugrožavanja ligamenta ili nekog drugog fiziološkog problema usljed predugog trajanja igre ili prevelikog intenziteta.

Djeca koja imaju neki tjelesni deformitet su često povučena, izbjegavaju društvo vršnjaka jer oni često ne znaju sakriti podrugljive i uvredljive atribute. Zbog toga je značaj igre još veći, jer ona ne dozvoljava da se osoba povuče u sebe, što predstavlja osnov za interaktivni odnos sa vršnjacima.

Igra je za dijete bitna sa psihološkog i pedagoškog stanovišta. Dijete se u igri osjeća kao član grupe, osjeća pripadnost i socijalnu podršku kolektiva što mu uveliko olakšava ispunjavanje školskih obaveza. Putem korektivne gimnastike, tj. igre, dijete usvaja spontano i kulturu sportskog ponašnja. Dijete se uči kako da koristi sport za svoje zdravlje i oblikovanje vlastitog tijela, uči se da uživa u sportu i da ga doživljava kao ugodnu i korisnu aktivnost.

3. Primjena igre u korektivnoj gimnastici

Da bi adekvatno pripremili igru i igrovne aktivnosti u korektivnoj gimnastici mora se voditi računa o nizu pretpostavki, kao što su: izbor igre, pripremanje djece za igru, osmišljavanje igre, primjena igre uz vježbu, završetak igre.

Izbor igre vezan je prvenstveno za cilj koji je postavljen u korektivnoj gimnastici – ispravljanje ili ublažavanje deformiteta. Prilikom izbora igre moraju se imati u vidu slijedeće pretpostavke:

a) Psihofizičke osobine djeteta koje predodređuju izbor igre po više osnova. Za mlađu djecu potrebno je predodrediti vrijeme i pravila igre. Igre ne mogu trajati dugo, a pravila moraju biti što jednostavnija i djeci potpuno jasna. Poznato je da se mlađa djeca igraju „za sebe“ da su egocenična, a da pravila igre poštuju samo zato što izvlače ličnu korist, što lično uživaju u igri. Žan Pijaže smatra da se djeca igraju „na bazi obostranosti“ tek poslije desete godine života, što znači da će djeca tek poslije desete godine moći shvatiti socijalni karakter pravila igre.

b) Materijalni uslovi u kojima će se igra odvijati bitna su pretpostavka za izbor igara. Zahtjevi igre i uslovi za odvijanje iste moraju biti usklađeni. Tako se igre na travi ne mogu obavljati u januaru ili februaru, vježbe na vratilu ne mogu se planirati ako na raspolaganju nema vratila i sl. Osim vremenskih i prostornih, treba voditi računa o psihološkim i socijalnim uslovima za odvijanje igre.

c) Adekvatnost igre ili kompatibilnost sa datom vježbom. Za neke vježbe mora se koristiti igra koja ima više radnji od one koja donosi korektivnu korist za dijete. Zato nastavnik mora pratiti kako se igra odvija i kako se ostvaruje upravo dio radnje koji se odnosi na korektivnu vježbu. Najbolje je napraviti kombinaciju u kojoj se cijela igra podudara sa korektivnom vježbom, što je veoma rijedak slučaj.

d) Igru treba birati u skladu sa ostalim aktivnostima djeteta. Konkretno, ako dijete trenira tenis, jasno je da će se njegovo iskustvo iz tenisa ugraditi u igru koja se kombinuje sa korektivnim vježbama. Nastavnik treba voditi računa šta je dijete radilo prije igre i šta će raditi poslije nje. Ako se dijete prije igre bavilo nekim fizički intenzivnim aktivnostima potrebno je odabrati neku mirniju korektivnu gimnastiku i igru.

Pripremanje djece za igru ima više aspekata. Prvo djetetu treba da bude potpuno jasno kako igra teče, zatim treba da bude psihološki pripremljeno na eventualni napor koji igra donosi sa sobom. U pogledu fizičke pripreme djeteta potrebno je da se ono adekvatno obuče i obuje, da adekvatno zagrije organizam, a naročito one dijelove tijela koji će biti podvrgnuti korektivnom tretmanu.

Osmišljavanje igre nije lak niti jednostavan posao. Djeca ponekad ne mogu shvatiti da se igra odvija u svrhu korekcije deformiteta. Zato, prilikom osmišljavanja igre, djeci treba pružiti sljedeće: sadržaj igre, pravila igre i zadatak igre. Sadržaj se odnosi na osnovnu aktivnost, kao suštinu radnje koja će se odvijati. Pravila igre su uvijek hijerarhijski poredana i djeca ih moraju usvojiti da bi se pridržavala toka igre.

Primjena igre uz vježbu mora teći tako da se ostvari pozitivan uticaj koji je planiran primjenom korektivne vježbe. Djeca vrlo brzo zaboravljaju da je osnovni cilj igre korekcija deformiteta. Oni će se opredjeliti za igru kao zabavu. Nastavnik treba kontrolisati intenzitet i trajanje igre, kao i estetsku komponentu ovih aktivnosti. Prilikom izvođenja igre nastavnik je ponekad primoran primjenjivati sankcije ukoliko djeca ne poštuju pravila igre. Da ne bi došlo do primjene sankcija, prije početka igre može se koristiti ubjeđivanje i uvjeravanje, podsticanje, vježbanje i navikavanje, pa tek na kraju sprečavanje. Jedna od drastičnih sankcija je isključivanje iz igre koje treba biti kratkotrajno, samo privremeno, da dijete shvati da se ne isplati kršiti pravila i kvariti igru.

Završetak igre ne smije biti izvan kontrole nastavnika. Umjesto nasilnog prekida igre, nastavniku stoji na raspolaganju zamjena jedne igre drugom. Ukoliko je neka igra prenapregla mišiće, ligamente, kičmu ili stopala, nastavnik treba djeci predložiti drugu igru koja će donijeti relaksaciju, opuštanje mišića i odmor za ligamente i kostur. Kod završetka igre veoma je važno da li su ostvareni ciljevi igre i vježbi u datoj igri. Završetak igre uvijek ima određeni ritualni karakter, a dobro je da se ostvari uz neke nezaobilazne elemente, kao što su: šta smo danas radili, kako smo se osjećali, kako smo saradivali međusobno, da li želimo i drugi put da se ovako igramo, i sl. Emocionalni učinak igre će se pojačati ako se djeca podsjetu kako su uživala u igri i ako se podstaknu da na kraju igre verbalizuju svoje emocije. Kada se djeci postavi pitanje kako su saradivali u toku igre, jačaju se njihove socijalne kompetencije, a postavljanjem pitanja o tome da li žele da se idući put igramo na isti način, ostvaruje se motivacija koja se ostvaruje za ciljeve djeteta, ona se uvode u planiranje budućih aktivnosti.

Na formiranje djeteta i na njegov različite igre imaju različiti uticaj. Tako, na primjer, igre u kojima se forsira trčanje, plivanje, skijanje i slične aktivnosti, razvijaju pluća, mišiće koje drže kostur uspravnim, mišiće udova i sl.

Neke igre namjenjen su razvijanju spretnosti, koordinacije pokreta, ravnoteže sposobnosti snalaženja u prostoru.

Neke igre će u prvom planu imati socijalizaciju i emocionalnu stabilnost djeteta.

Kombinacija igre i korektivne vježbe, u tom smislu, ima za cilj da pospješi korektivni učinak vježbe, da pomogne ublažavanju ili uklanjanju deformiteta kod djeteta, pa tako postoje igre i vježbe za otklanjanje skolioze, kifoze, lordoze, ravnih leđa, ispupčenih grudi, ravnih grudi, korekciju „X“ nogu, „O“ nogu i ravnih stopala.

4. Zaključak

Postoje određene specifičnosti koje čine da se korektivna gimnastika razlikuje od gimnastike koja se odvija na časovima fizičkog vaspitanja. Tu se prvenstveno misli

na izbor vježbi, njihov karakter, početni položaj iz kojeg se izvode ove vježbe, kao i na doziranje.

U savremenoj literaturi postoji mnogo radova posvećenih korektivnoj gimnastici s jedne, te igri s druge strane. Međutim, malo je radova posvećenih vezi i kombinaciji igre i kombinaciji igre i korektivne gimnastike. Poznato je da djeca vole da se igraju više od svega, a iz iskustva je poznato da su vježbe korektivne gimnastike djeci često dosadne i monotone.

Zato spajanjem igre i korektivne gimnastike stvaruje se motivacija koja je važan preduslov za uspjeh korektivnog rada.

5. Literatura

1. Bjeković, G. i Bratovčić, V. (2005) Korektivna gimnastika sa kineziterapijom – praktični dio. Istočno Sarajevo: Fakultet fizičke kulture.
2. Kamenov, E. (1997) Metodika-metodička upustva za model B. Osnova programa predškolskog vaspitanja i obrazovanja djece od tri do sedam godina. Novi Sad: Odsek za pedagogiju Filozofskog fakulteta u Novom Sadu.
3. Kamenov, E. (1996) Predškolska pedagogija – knjiga druga. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
4. Suzić, N. (2006) Osnovepredškolske pedagogije i metodike. Banja Luka: HBS.
5. Suzić, N. i saradnici (2001) Interaktivno učenje III. Banja Luka: TT - centar.
6. Šoljan, N.N. (1976) Obrazovna teorija. Zagreb: Školska knjiga.
7. Suzić, R., Bjeković, G. i Suzić, N. (2007) Metoda korektivne gimnastike za predškolce i razrednu nastavu. Banja Luka: HBS.

SUMMARY

PLAY AND ITS SIGNIFICANCE IN CORECTIVE GYMNASTICS FOR PRE-SCHOOL CHILDREN

In present life conditions, especially in urban environment, children have very poor conditions for physical activities, or for movement in general.

According to the new researches, working conditions and quality of work in nurseries and schools, especially if they are related to physical exercises, have certain influences on overall development of pre-school and school children .

Childhood is ideal time for correction of numerous postural disturbances and deformities, whether they are congenital or acquired by injury, wrong body posture , or by poor nutrition.

Playing is a powerful tool for directing correct development of children, so very often it has to be adapted to age, capabilities, interests and needs of children.