



„Kolut naprijed“

Projekat za više kretanja u dječijem obdaništu

Kretanje čini spretnim.

Kroz redovno kretanje treniraju se i razvijaju motorične sposobnosti i opažanje čulima. Na taj način tijelo može da reaguje na mnogobrojne izazove svakodnevnice.

Kretanje jača.

Tako što se mišići, tetive i zglobovi pravilno opterećavaju, stabilizuje se aparat za kretanje, što smanjuje rizik za oštećenja od nepravilnog držanja i hronične smetnje.

Kretanje stvara prijatelje i zadovoljstvo.

Kroz kretanje, u igri i kod skakanja djeca mogu stupiti u kontakt sa drugom djecom i učiti kako da se ponašaju jedni s drugima. To je važan osnov za zdrav socijalni i emocionalni razvitak.

Kretanje čini zdravim.

Kroz kretanje se sprečavaju bolesti srca, krvotoka i metabolizma.

Kretanje čini pametnim.

Kroz kretanje djeca upoznaju svoju fizičku okolinu. Ta iskustva su od centralnog značaja za razvitak kognitivnih (umnih) sposobnosti. Naročito je djelotvorno ako djeca sama osvajaju i stvaraju slobodan prostor.

Kretanje čini i odrasle aktivnim.

Ko otkrije zadovoljstvo u kretanju još kao dijete, ima manju opasnost da će kao odrasla osoba postati pasivan. Osim toga roditeljima se nudi šansa, da zajedno sa djecom (opet) otkriju zadovoljstvo u kretanju.

Ciljevi

- U obdaništu se djeca češće kreću i kroz to bolje upoznaju svoje tijelo.
- Osoblje dječijeg vrtića/obdaništa, razumije značaj, forme i dejstvo kretanja i zato može djeci posredovati zadovoljstvo u kretanju.
- Roditelji su uključeni u projekat. Na roditeljskom sastanku saznaju kako mogu ideju o „Kolutu naprijed“ i kod kuće i u slobodnom vremenu praktikovati.
- Kretanje se u suštini obavlja svuda i na svakom mjestu, kao u, ili oko obdaništa, a ne samo na posebnim časovima vježbanja.

Elementi

- Dalje obrazovanje nastavnog osoblja
- Kretanju prilagodjeno opremanje obdaništa
- Dnevno ciljane ponude kretanja
- Saradnja sa roditeljima
- Ocjenjivanje- evoluiranje projekta

U saradnji sa partnerima:

- Bundesamt für Sport BASPO (Savezna služba za sport)
- Panathlonclub Bern
- Abteilung für Sport POM (Odjeljenje za sport POM)

Kontakt sa upravom projekta

PHBern, Institut für Weiterbildung
Regula Nyffeler
regula.nyffeler.phbern.ch, T 031 309 27 57
Alexandra Stuber
Alexandra.stuber.phbern.ch

www.phbern.ch/purzelbaum-bern

