

Globji pomen gibanja otrok v predšolskem obdobju

● Piše dr. FRANCI PETEK

Morda bi bilo pričakovati, da bo moje tokratno pisanje osredotočeno na smučarske skoke in morda celo zgolj na vrhunsko raven, torej na zadnjo fazo v celostni pripravi skakalca. Na nek način bo res, ampak vse zgolj zato, da bi razumeli moje razmišljanje glede naslovne teme. Prav zaradi razmišljanj in iskanja poti k celostni pripravi stabilnega, vrhunskega skakalca sem namreč prišel do, vsaj za mene, osupljivega spoznanja. Vse se začne že veliko prej. Danes sem prepričan, da že v predšolski fazi razvoja. Naj že takoj na začetku ovržem ambiciozne misli, ki bi se lahko zrcalile v prejšnji trditvi. Sem nasprotnik tega, da bi se moral že predšolski otrok vključevati v katerokoli prostočasno organizirano vadbo. Sploh pa ne s ciljem postati vrhunski športnik, kaj šele postati vrhunski že v predšolskem obdobju določene športne panoge. Otrokov prosti čas v predšolskem obdobju (čas, ko ni vrtcu ali drugi obliki varstva) mora biti namenjen preživljanju s starši, družino ali ljudmi blizu družine. Čisto preprosto, brez velikih načrtov, posebej zanj. Vse, kar potrebuje, je enakopravno vključevanje v vsakdanje življenje družine. Pravzaprav naravnost hrepeni po tem.

In kaj ima to zadnje z gibanjem? Odgovor je lahko zelo preprost. Veliko, če otroka res enakopravno vključujemo v vsakdanje življenje. Vseeno pa mi za boljše razumevanje odgovora dovolite, da malo širše odstrem podlago za moja razmišljanja.

Pred leti sem dobil edinstveno priložnost, da nekaj prispevam k sistemu organiziranosti in dela v meni tako ljubih smučarskih skokih. Z veliko verjetnostjo sem trdil in še vedno trdim, da smo Slovenci lahko stabilno, poudarjam, stabilno prisotni v vrhu svetovnega smučarskega skakanja. Razlog za tako samozavest je dejstvo, da imamo izjemno skakalno tradicijo, znanje, objekte, kot narod pa veliko skakalno srce. Takrat sem se poglobljeno ubadal z mislijo, kaj je narobe z nami (Slovenci), da doživljamo take vzpone in padce, da ne zmoremo preživeti leta »suhih krav« manj boleče in krvavo. Sicer nam je takrat v štirih letih uspelo potegniti nekaj odločilnih potez, ki so s skrbno izbranimi ljudmi na ključnih mestih dale in še posebej danes dajejo rezultate v duhu moje osnovne trditve. Če preskočim preostale podrobnosti, pa sem mnenja, da za miren spanec tudi v skokih potrebujemo še nadgradnjo sistema. Ta nadgradnja pa se nanaša prav na najširšo populacijo, na značilnosti sodobnega življenja, natančneje sodobnega življenja družin in znotraj njih na razvoj otrok.

Pri mojem raziskovanju stabilno uspešnih profilov smučarskih skakalcev sem namreč spoznal, da so to praviloma trdne osebnosti z dobro razvito samopodobo, z razvito sposobnostjo empatije, imajo spoštovanje do sposobnosti drugih ter na splošno dela drugih, znajo realno ocenjevati svoje trenutne sposobnosti in zmožnosti, so sposobni globoke in dolge koncentracije, imajo vrednote, kjer denar ni cilj, pač pa je to delo in iskanje lastnih zmožnosti do perfekcije (denar je lahko le posledica tega). Kdaj in kje lahko človek razvije te lastnosti? Trdni temelji vseh naštetih osebnostnih lastnosti se gradijo v predšolskem obdobju, v okviru lastne družine oziroma v dokaj ozkem okolju, kateremu je človek takrat izpostavljen.

In kaj ima to zadnje z gibanjem? Privoščil si bom malo papagajskega obnašanja. Odgovor je lahko zelo preprost: veliko, če otroka res enakopravno vključujemo v vsakdanje življenje. Vseeno pa mi za boljše razumevanje odgovora še enkrat dovolite, da to malo širše obrazložim.

Pri iskanju odgovora, kako pripomoči k razvoju zdrave osebnosti, sem namreč spoznal, da je že vse v najboljšem redu, če se v tej smeri trudimo z reprezentanti (torej bolj ali manj z odraslimi ljudmi). Vendar pa dolgoročno zelo, ampak res zelo težko dosežemo zeleno. Največkrat je za velike spremembe na osebnostni ravni športni





motiv premalo. Motiv mora biti veliko bolj ključen za ohranitev življenja. Podobno sem spoznal, če se tega lotimo šele s srednješolci. To zavestno zapisujem, čeprav smo v skokih naredili velik kakovosten preskok, ko smo začeli veliko energije vlagati prav v Državni panožni center in panožne skakalne šole na raznovrstnih področjih. Danes vem, da tudi osnovnošolsko obdobje ni dovolj za razvoj zdrave osebnosti.

Takrat je usoda očitno hotela tako, da sem se preko vseh mojih vrtanj za ustreznim odgovorom najprej bežno srečal s pedagogiko montessori. Sam se do leta 2011 neposredno nisem prav nič ukvarjal s področjem pedagogike, niti si nisem mislil, da bom o tem kdajkoli poglobljeno razmišljal. Dve leti študija pedagogike montessori in prav toliko opazovanj in dela v vrtcu montessori mi je dodobra odprlo vrata v izjemno pomembno obdobje človekovega razvoja, v njegova prva leta življenja. Že v času študija pedagogike montessori smo bili deležni trikotnika, ki opredeljuje neločljivo povezan in uravnotežen model delovanja človekovega (otrokovega) zdravega razvoja. Po Marii Montessori človeka sestavljajo tri komponente: telo, duša (sem spadajo um, zaznave, čustva) in duh. Če katera od komponent v pravem času nima možnosti razvoja, človek enostavno ne more biti izpopolnjen v smislu osebnostnega potenciala. Še več. V nekem trenutku se lahko pokaže kot kritičen primanjkljaj. Za pravilno razumevanje razmišljanj na podlagi pedagogike montessori bo v pomoč zelo pomenljiv citat: »Otrok gradi človeka!«

Sistem roka-oko-možgani je nazoren model preživetvenega mehanizma višje razvitih bitij. Ljudje imamo izjemno razvito fino motoriko roke. In prav to lastnost je tudi Montessorijeva navedla kot razlog, zakaj imamo

ljudje razvite možgane v taki meri, da smo sposobnih uporabljati in razvijati domišljijo (ne fantazijo) v korist napredka. In prav v sposobnosti hitrosti abstraktnega mišljenja se razlikujemo od drugih živih bitij. Torej, delo roke je gibalo misli. Od konkretnega zaznavanja z vsemi čutili k abstraktnemu mišljenju. Samo na tak način lahko poteka učenje in razvoj otroka od rojstva naprej.

Pri pedagogiki montessori je velik podarek na učenju samostojnosti, bolje rečeno na pomoči k čim prejšnji samostojnosti na različnih področjih. Le samostojen otrok je lahko oseba z dobro samopodobo, oseba, ki se čuti koristnega in sprejetelega, oseba, ki ji je omogočeno dostojanstvo. In prav gibanje in obvladanje lastnega telesa sta v prvih letih življenja pomembnejši dejavnosti. Otrok ima v sebi dobesedno notranjo silo, ki mu narekuje gibanje. Okolje je tisto, ki otroku omogoča nahraniti to silo, ki pa je lahko bolj ali manj posrečeno pripravljeno. Omogoča ali pa onemogoča gibanje. Če se osredotočimo na vzgojni proces (bodisi v vrtcu ali doma), smo del okolja tudi odrasli (vzgojitelji ali starši) in drugi otroci. Če otroku omogočimo, mu pustimo, delujemo na način, da ga spodbujamo k gibanju, se bo otrok zagotovo gibal in s tem nehote pilil že znane gibe oziroma nehote osvajal nova gibanja.

S tem namenom je v pripravljenem okolju montessori veliko dejavnosti organiziranih tako, da si otrok izbira didaktične pripomočke (materiale) v enem delu prostora, dejavnost samo pa izvaja drugje. Kaj vse otrok nehote razvija, vadi pri takem početju? Otrok mora vedno znova previdno nositi materiale preko sobe (ravnotežje, koordinacija, natančnost gibov); hoditi na način, da ne moti dela drugih otrok, da pri tem ne strese, polije ali izgubi materiala, ki ga ima v roki; položiti material na mesto, kjer bo

izvajal dejavnost in si pripraviti material za uspešno izvajanje dejavnosti; če delo izvaja na tleh, si išče najbolj ustrezno sedenje, klečanje ali polležanje, največkrat pa položaje med delom stalno menjuje. To vse ponovi, ko delo zaključi. Stalno gibanje, ki obenem uri spomin (kaj sem se že namenil delati, kje sem to našel), »drži« miselni del možganov »na visokih obratih«.

V okolju montessori pa je za predšolske otroke ena od osnovnih gibalnih »vaj« tudi hoja po črti. Vsakodnevno otroci hodijo po ovalni črti ter pri tem skušajo čim bolj natančno s stopali slediti črti v različnem tempu in na različne načine. Čeprav se dejavnost na prvi pogled zdi dokaj preprosta, pa je za malčka, nemalokrat pa tudi za predšolskega otroka, velik izziv. Težko si zamislimo, da bi na videz tako preprosto gibanje otroka prevzelo v taki meri, da ne opazi drugih, ko tiho zapustijo sobo, on pa se še kar začarano trudi slediti črti. Ali pa bolj ponosnega obraza, ko uspe popolnoma slediti črti, ne da bi enkrat samkrat stopil v stran. Tak obraz sporoča: »Sedaj pa znam. Ti pokažem, te naučim?« Pri tem je pomembno, da se od otroka ne pričakuje, da mora vajo obvladati v določenem času, pač pa, da ima otrok čas usvojiti in doumeti način gibanja, ki je za uspešno hojo potreben.

