

Igra u funkciji razvoja motoričkih sposobnosti djece predškolske dobi

Gašpar, Magdalena

Undergraduate thesis / Završni rad

2018

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:732452>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-26**

Repository / Repozitorij:

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ**

**MAGDALENA GAŠPAR
ZAVRŠNI RAD**

**IGRA U FUNKCIJI RAZVOJA
MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI DJECE
PREDŠKOLSKE DOBI**

Zagreb, lipanj 2018.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ
Zagreb

ZAVRŠNI RAD

Ime i prezime pristupnika: Magdalena Gašpar

TEMA ZAVRŠNOG RADA: IGRA U FUNKCIJI RAZVOJA MOTORIČKIH
SPOSOBNOSTI DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

MENTOR: dr.sc. Marijana Hraski

Zagreb, lipanj 2018.

SADRŽAJ

SADRŽAJ	3
Sažetak	4
Summary	5
1. UVOD	6
2. ŠTO JE IGRA?	7
2.1. Podjela igara.....	8
2.2. Utjecaj igre na život predškolskog djeteta	9
3. MOTORIČKE SPOSOBNOSTI.....	11
3.1. Vrste motoričkih sposobnosti.....	11
3.2. Motorički razvoj predškolskog djeteta.....	13
4. IGRA U KINEZILOGIJI	16
4.1. Vrste kinezioloških igara	18
4.2. Uloga odgajatelja u kineziološkim igrama.....	21
5. IGRA U FUNKCIJI RAZVOJA MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI DJECE PREDŠKOLSKE DOBI.....	23
5.1. Igre za razvoj snage	23
5.2. Igre za razvoj brzine.....	24
5.3. Igre za razvoj gibljivosti	26
5.4. Igre za razvoj koordinacije.....	28
5.5. Igre za razvoj preciznosti	29
5.6. Igre za razvoj ravnoteže	31
5.7. Igre za razvoj izdržljivosti.....	33
5.8. Igre za razvoj agilnosti.....	33
6. ZAKLJUČAK.....	34
LITERATURA	36
Knjige.....	36
Članci i publikacije	36
Izjava o samostalnoj izradi rada.....	37

Sažetak

Igra je najvažnija aktivnost u životu svakog djeteta, zbog toga što je to najprirodniji način na koji ono uči i upija informacije iz svoje okoline. U ovom radu sažete su sve vrste igara i njihova uloga kod djece predškolske dobi. Osim igre, u djetetovom životu postoji i prirodna potreba za kretanjem, a kada se te dvije aktivnosti spoje dobijemo pojam kineziološke igre. Ovaj završni rad proučava sadržaje, svrhu i ciljeve tih igara, koje se provode s predškolskom djecom na satu kineziološke kulture u odgojno-obrazovnoj ustanovi. Glavna svrha završnog rada je utvrditi povezanost između kinezioloških igara i njihove funkcije u razvoju motoričkih sposobnosti kod djece predškolske dobi. Stoga se, osim igara, nalazi i temeljit i cjelovit prikaz svih motoričkih sposobnosti i njihov razvoj kod djece do 7.godine života. Proučene su sve vrste i oblici kinezioloških igara koje se navode u literaturi, te prema njihovom sadržaju, organizaciji i cilju smještene su u onu vrstu motoričke sposobnosti na koju utječemo prilikom njihovog izvođenja. Objašnjene su metode provedbe igara s djecom na satu kineziološke kulture te na koji način one utječu na razvoj određene motoričke sposobnosti. Da bi se svaka od tih igara ostvarila na pravilan način potrebna je uloga odgajatelja, koja se također navodi u radu i opisuje na koji način je potrebno sudjelovanje odgajatelja u pojedinoj igri.

Ključne riječi: igra, motoričke sposobnosti, kineziološke igre, motorički razvoj

Summary

Play is the most important activity in every child's life, because it is the most natural way to learn and absorb information from their environment. This paper summarizes all kind of games and their role in life of a preschool child. Apart from the game, there is a natural need for movement in the child's life, and when these two activities are combined, we get the term kinesiological game. This final paper explores the contents, purpose and goals of games that are being implemented in the lesson of physical education in educational institutions. The main purpose of the final work is to establish connection between kinesiological games and their functions in the development of motor skills in preschool children. Therefore, except the games, there is a closely and completed overview of all motor skills and their development in children up to 7 years old. All kinds and forms of kinesiological games that are cited in the literature have been studied, and according to their content, organization and purpose, they are sorted into specific kind of motor skills which we impacting by its performance. There are explanation for the method of implementation certain games with children in the lesson of physical education and how they affect on the development of certain motor skills. In order to proceed each of these games in a proper way, it is important the role of educator, which is also mentioned in this paper, and describes how important is the participation of the educator in each game.

Key words: game, motor skills, kinesiological games, motor development

1. UVOD

Dijete istražuje od dolaska na svijet i otkriva svoje vlastite mogućnosti. Najbolji način na koji djeca uče i upijaju znanje jest kroz igru, koja se može definirati kao primarni oblik učenja. Igra je svoj djeci poznata, univerzalna i veoma bitan dio odrastanja i formiranja vlastite ličnosti i osobnosti. Djeca danas većinu vremena u odgojno-obrazovnoj ustanovi provode u igri s vršnjacima ili samostalno, zato je veoma važno definirati i kreirati igru na smislen i učinkovit način (Duran, 2003).

Odgajatelj postoji u djetetovom životu kako bi ga pravilno usmjerio i potaknuo na aktivnosti. Osim što odlučuje i planira raspored dnevnih aktivnosti, odgajatelj svjesno i sustavno utječe na antropološki status djeteta. Kako bi u tome bio uspješan, potrebno je djetetu dati slobodu i prostor da se samo kreće i razvija na njemu najprihvatljiviji način, jer jedino tako ćemo doći do razvijanja djetetovih mogućnosti i sposobnosti do optimalne razine (Findak, 1995).

Osim kroz igru, djeca mogu učiti i pokretom, odnosno tjelovježbom koja je u današnje vrijeme sastavni dio odgojno-obrazovnog procesa i veoma bitna odrednica odgoja djece. Tjelesna aktivnost ima veliki utjecaj na djetetov razvoj na psihološkom, kognitivnom i socijalnom aspektu. "Tjelesnom i zdravstvenom kulturom u odgojno-obrazovnoj ustanovi maksimalno utječemo na transformaciju cjelokupnog antropološkog statusa djece predškolske dobi" (Findak, 1995., str.10).

Kada spojimo igru i kineziologiju u jedno dobijemo učinkovitu vrstu igre koja pomaže djetetu da se razvija na mnogim razvojnim područjima, a osobito na razvoj motorike, te da se od najranije dobi dijete uči kako pravilno vježbati i održavati tjelesnu formu. U kineziološkim igrama odgajatelj služi da usmjerava dijete kako poštivati pravila, te kako na ispravan način izvoditi elemente koje ona zahtjeva. Kroz sat kineziološke kulture u vrtiću, a posebice kroz igru djeca se opuštaju i zabavljaju, a istovremeno uče, vježbaju i razvijaju svoje sposobnosti. Zato ću u ovom završnom radu govoriti o tome koja je uloga kineziološke igre u razvoju djece predškolske dobi, stavljajući naglasak na motorički razvoj i sposobnosti koje ono obuhvaća (Findak, 1995).

2. ŠTO JE IGRA?

Brojni stručnjaci poput psihologa, pedagoga, kineziologa i mnogih drugih proučavali su igru, njezin značaj i primjenu. Međutim, iako danas postoji mnogo teorija i definicija igre, većina autora slaže se u tome da je igra ipak djetetova najučestalija aktivnost (Findak, 1995).

Vladimir Anić u *Rječniku hrvatskog jezika* navodi da je igra intelektualna i tjelesna aktivnost koja ima kao jedini cilj da se osoba koja joj se predaje zabavi.

Marina Lazar u svojoj knjizi *Igra i njezin utjecaj na tjelesni razvoj* smatra da je igra u početku više mentalni nego tjelesni proces. Također navodi da su dijete i igra dva nerazdvojiva pojma jer igra postoji zbog djeteta, a dijete ne zna bez igre.

Od mnogih definicija i teorija koje stoje u literaturi ja bih istaknula onu od autorica Rajić i Petrović-Sočo koja kaže da je igra dječja praksa, odnosno slobodno djelovanje koje je izvan običnog realnog života, ali usprkos tome može igrača potpuno zaokupiti. Također tvrde da je igra fenomen djetinjstva koji obilježava dječju kulturu i prikazuje ono što je djetetu zaista važno. Svako dijete raste s igrama, pa tako i igre rastu s njim. Dijete samo sebi odabire igru kako bi zadovoljilo vlastitu potrebu za znatiželjom, jačalo samopouzdanje, prebrodilo vlastite probleme i frustracije (Rajić, Petrović-Sočo, 2015).

Karakteristike svake igre su sloboda i spontana aktivnost djeteta. Osim toga karakterizira ju divergentnost, odnosno ponašanje organizirano na nov i neobičan način. Specifičnost divergentnosti je što ne postoji nešto što ne valja, jer je svaka komponenta igre prihvatljiva i sebi svojstvena (Duran, 2003).

Igra je biološki, socijalno i psihološki nužna, a njezin utjecaj na djetetov razvoj je neupitan. Ona pomaže djetetu da upozna značenje raznih moralnih formi, a u kontaktu s ostalom djecom razvija se svijest o značenju poštenja, razumijevanja i hrabrosti. Igra se može razlikovati po sadržaju, po broju učesnika, po načinu organizacije, po mjestu izvođenja i po raznim drugim karakteristikama (Duran, 2003).

2.1. Podjela igara

Cjelokupna igrovna raznolikost djetinjstva u literaturi se najčešće svrstava u sljedeće tri kategorije: funkcionalna igra, simbolička igra i igra s pravilima (Duran, 2003).

Funkcionalna igra obično se određuje kao igra novim funkcijama koje kod djeteta sazrijevaju motoričkim, osjetilnim ili perceptivnim sposobnostima. Dijete započinje igru uglavnom vlastitim dijelovima tijela i tako istražuje njihove mogućnosti i funkcije, a kasnije se koristi raznim predmetima iz svoje okoline. Funkcionalna igra u vidu dodirivanja vlastitih stopala i igre prstićima kod djeteta se javlja već oko 3. mjeseca života (Mahmutović, 2013).

Simbolička igra u praksi se još naziva imaginativna igra, igra fikcije, igra uloga, imitativna igra, igra pretvaranja, dramska igra itd. Većina stručnjaka promatra ju kao razvojni fenomen u kontekstu općeg psihičkog razvoja. U simboličkoj igri dijete se koristi simbolima koji zamjenjuju stvarni predmeti, ljudi i djelatnosti, a najčešće se javlja oko 18. mjeseca djetetovog života. Oslanjaju se na slobodnu volju djeteta, te da dijete uz pomoć mašte kreira stvarnost na sebi svojstven način (Mahmutović, 2013).

Igra s pravilima je igra koja ima već postojeća pravila kojima se dijete prilagođava i ovladava njima kao elementom kulture, ali također sudjeluje i u kreiranju novih pravila. Obzirom na prirodu ove igre dijete u velikoj mjeri razvija svoju socijalnu kompetenciju jer uspostavlja interakciju s ostalim sudionicima. Vrlo često se igre koje nemaju određena pravila tijekom aktivnosti pretvaraju u igre s pravilima (Mahmutović, 2013).

2.2. Utjecaj igre na život predškolskog djeteta

Predškolsko dijete većinu svojeg vremena provodi u igri, a razvoj učenje i rad bit će jednostavniji i lakši uz igru. Utjecaj igre na djetetov život i razvoj vidljiv je i cjelokupan na mnogim razvojnim područjima, a to su: tjelesni i motorički razvoj, kognitivni razvoj, koji uključuje razvoj mišljenja i govora, te socijalni i emocionalni razvoj koji uključuje razvoj ličnosti. Kroz igru dijete prvenstveno uči i upoznaje svijet oko sebe. Kao što je već navedeno ona pomaže djetetu da jača samopouzdanje, prevladava prepreke i probleme, razvija osjećaj sigurnosti i usmjerava se na razvoj kompetencija. Pri odabiru aktivnosti dijete samo bira ono što u njemu pobuđuje najveći interes, te ono što mu predstavlja najveći izazov, tada dijete istražuje načine na koje se određeni predmet može koristiti, te tako ujedno i razvija svoju kreativnost i maštu. Kvaliteta dječjeg razvoj ovisi o raznovrsnosti dječje igre, odnosno što je ona raznovrsnija to će više pridonositi razvoju djeteta (Mahmutović, 2013).

Igra uvelike utječe na djetetov tjelesni razvoj i razvoj motorike jer dok se dijete igra ono se pokreće u različite koordinacije i tada postaje svjesno svojih mogućnosti. Ako se kroz određene tjelesne aktivnosti dodaju i neka pomagala onda dijete uči kako na smislen i funkcionalan način upotrijebiti svoje ruke, noge i prste, a na taj način će razvijati i sitnu i krupnu motoriku. U kontekstu tjelesnog razvoja naglasak se stavlja na niz fizioloških i anatomskih promjena kroz koje dijete prolazi od rođenja do zrelosti. U igri dijete koristi svoje tijelo kao sredstvo za kretanje i manipulaciju predmetima i tako spontano razvija i utječe na motoričke sposobnosti i vještine (Lazar, 2007).

Motorički razvoj je usko vezan s intelektualnim odnosno kognitivnim razvojem. Slabo razvijene motoričke sposobnosti koje se manifestiraju kroz nespretnost, nesigurnost i sporost, mogu usporiti intelektualni razvoj. Dijete će biti sretnije, aktivnije, snalažljivije i pažljivije ako je motorički spretno (Vučinić, 2001).

U području kognitivnog razvoja utjecaj igre je najviše vidljiv kroz razvijanje kritičkog razmišljanja, povezivanja uzroka i posljedice, zaključivanje na temelju iskustva, poticanje mašte i kreativnosti i rješavanje problema. Kroz kognitivni razvoj uz pomoć igre ubrajamo i razvoj mišljenja i svijesti o svijetu oko sebe, te verbaliziranju odnosno razvoju govora kod djece. U ranom djetinjstvu kroz čitanje

slikovnica, pričanje priča, pjevanja pjesmica i brojlica potičemo djetetov govor i proširujemo njegov rječnik. Kasnije dijete stječe iskustvo komunikacije i shvaća da je to preduvjet za nove spoznaje i stjecanje socijalnih i drugih vještina (Vučinić, 2001).

Spoznavom i stjecanjem socijalnih vještina dijete se kroz igru razvija i na području socijalizacije odnosno stupanju u nove odnose s djecom i odraslima koji se nalaze u njegovoj blizini. Razvijanje socijalnih kompetencija u igri manifestira se tako što dijete suzbija strah od nepoznatih osoba kako bi uspostavio komunikaciju i interakciju sa svojim vršnjacima. Socijalne vještine kroz igru stječu se i tako što dijete igrom uči kako pratiti slijed igre, poštivati pravila, dijeliti, razvijati odnose najprije sa članovima obitelji, a kasnije i ostalom djecom, što sve upućuje na lakše ostvarivanje novih prijateljstava i komunikaciju u društvu u zrelijoj dobi. Razvijanjem socijalizacije dolazi i do emocionalnog razvoja i razvoja ličnosti. Dječje emocije su različite od odraslih po pitanju intenziteta i trajanja (Vučinić, 2001).

Kroz igru dijete stječe prvenstveno osjećaj ugode i zadovoljstva koju ona pruža. Dijete se povezuje s drugim osobama iz svoje okoline te uči graditi vlastite osjećaje i kako ih izraziti uz pomoć igranja različitih uloga. Osim vlastitih osjećaja dijete spoznaje i da druga djeca također razvijaju svoje osjećaje koje je potrebno uvažavati i razumjeti, a to ćemo razvijati tako što učimo dijete kako dijeliti, pomoći i dopustiti drugima da ravnopravno sudjeluju u igri i interakciji (Duran, 2003).

3. MOTORIČKE SPOSOBNOSTI

U kineziologiji se motoričke sposobnosti ubrajaju pod antropološka obilježja. Osim motoričkih sposobnosti ovdje spadaju i antropometrijske karakteristike, motorička znanja, kognitivne sposobnosti, konativne karakteristike i sociološki status (Findak, 1995).

“Motoričke sposobnosti definiraju se kao latentne motoričke strukture koje su odgovorne za praktički beskonačan broj manifestnih reakcija i mogu se izmjeriti i opisati “ (Findak, Prskalo, 2004., str.54). Pojam motorike s kineziološkog stajališta se odnosi na sposobnost djeteta da svrhovito koristi svoje tijelo za kretanje i upravljanje predmetima (Neljak, 2009).

Motoričke sposobnosti su same po sebi jako važne za pravilno funkcioniranje našeg tijela, ali važne su i za razvoj ostalih vještina i sposobnosti. Razlikujemo sljedeće motoričke sposobnosti: snaga, brzina, gibljivost, koordinacija, preciznost, ravnoteža, izdržljivost i agilnost. Određene motoričke sposobnosti je potrebno više razvijati procesom vježbanja, a neke manje, ovisno o njihovom koeficijentu urođenosti. Brzina, koordinacija i eksplozivna snaga su sposobnosti koje su nešto više urođene nego što su repetitivna i statička snaga i fleksibilnost (Dienstmann, 2015).

3.1. Vrste motoričkih sposobnosti

Snaga je sposobnost svladavanja različitih otpora. Postoje dvije glavne podjele snage, jedna od njih je topološka snaga, a druga je akciona snaga. Topološka snaga dijeli se u odnosu na dijelove tijela, a tu spadaju snaga ruku i ramenog pojasa (Fr), snaga trupa (Ft) i snaga nogu (Fn). Akciona snaga dijeli se na eksplozivnu snagu (FE), repetitivnu snagu (FR) i statičku snagu (FS). Eksplozivna snaga označava sposobnost da se vlastitom tijelu ili određenom predmetu daje maksimalno ubrzanje, kao npr. dizanje utega. Ova vrsta snage u velikoj je mjeri urođena, odnosno genetski je uvjetovana. Maksimum eksplozivne snage u svojem tijelu čovjek doseže između 20.-22. godine života, nakon čega postepeno počinje padati. Najveći utjecaj na razvoj eksplozivne snage možemo postići između 5.-7.godine djetetovog života.

Repetitivna snaga označava dugotrajan rad kojim je potrebno svladavati vanjski otpor. Ovdje razlikujemo dvije podvrste s obzirom na predmet svladavanja, postoji apsolutna repetitivna snaga u kojoj svladavamo neko vanjsko opterećenje, te relativna repetitivna snaga u kojoj svladavamo vlastitu težinu. U kineziologiji još razlikujemo statičku snagu koja označava zadržavanje određenog položaja u produženim uvjetima rada (Findak, Metikoš, Mraković, Neljak, Prot, 1999).

Brzina je sposobnost brzog reagiranja i izvođenja jednog ili više pokreta koji se očituje u svladavanju nekog puta u što kraćem vremenu. Razlikujemo tri vrste brzine, a to su: brzina reakcije, brzina pojedinačnog pokreta i frekvencija pokreta. Brzina je također jedna od motoričkih sposobnosti koja ima velik koeficijent urođenosti, ali bez obzira na to možemo utjecati na njezin razvoj, osobito između 5. i 6. godine djetetovog života (Findak, Metikoš, Mraković, Neljak, Prot, 1999).

Gibljivost označava sposobnost izvođenja nekog pokreta s velikim amplitudama. Razlikujemo dvije vrste gibljivosti, a to su aktivna gibljivost koja označava amplitude pokreta sa snagom vlastitih mišića, te pasivna gibljivost koja se odvija uz pomoć neke vanjske sile. Ona uvelike ovisi o anatomske-fiziološkim značajkama mišićnog tkiva i veza, a na nju je moguće utjecati putem raznih kinezioloških operatora (Findak, Metikoš, Mraković, Neljak, Prot, 1999).

Koordinacija je sposobnost upravljanja pokretima cijelog tijela ili dijelova tijela, a očituje se brzo i preciznom izvođenju složenih motoričkih zadataka odnosno brzo rješavanju motoričkih zadataka. Razvija se učenjem što većeg broja motoričkih zadataka, sa što češćim izmjenama načina i uvjeta provedbe zadataka (Findak, Metikoš, Mraković, Neljak, Prot, 1999).

Preciznost je sposobnost pogađanja određenog cilja, koji može biti statičan ili dinamičan, na nekoj udaljenosti. Razlikujemo dvije vrste preciznosti, to su gađanje cilja (davanje predmetu početnog impulsa i više se na njega ne djeluje) i ciljanje cilja (projektil se vodi do samog cilja i na njega se može djelovati čitavo vrijeme). Ova motorička sposobnost je u velikoj mjeri genetski uvjetovana, a može se razvijati dugotrajnim vježbanjem i velikim brojem ponavljanja (Findak, Metikoš, Mraković, Neljak, Prot, 1999).

Ravnoteža je sposobnost zadržavanja tijela što duže u ravnotežnom položaju. Postoji statička ravnoteža, a očituje se u zadržavanju tijela u ravnotežnom položaju, te dinamička ravnoteža koja podrazumijeva zadržavanje ravnotežnog položaja u kretanju. Sposobnost ravnoteže se najbolje razvija tako što se vježba zadržavanje tijela u statičkim i dinamičkim položajima (Findak, Metikoš, Mraković, Neljak, Prot, 1999).

Izdržljivost označava sposobnost što dužeg svladavanja zadanog opterećenja odnosno sposobnost odupiranja umoru. Razlikujemo lokalnu izdržljivost koja je ograničena na pojedine skupine mišića, te opća izdržljivost koja se odnosi na cijeli ljudski organizam (Findak, Metikoš, Mraković, Neljak, Prot, 1999).

Agilnost se očituje u sposobnosti brzine u promjeni pravca kretanja tijela. Značajno ovisi o brzini, brzini frekvencije pokreta i eksplozivnoj snazi. Možemo ju razvijati maksimalno intenzivnim kretanjem i brzim mijenjanjem pravca u ograničenom prostoru (Findak, Metikoš, Mraković, Neljak, Prot, 1999).

3.2. Motorički razvoj predškolskog djeteta

Djetinjstvo možemo podijeliti na dva veća razdoblja. Prvo razdoblje podrazumijeva jasličku dob djece, odnosno od rođenja pa do 3.godine života. Drugo razdoblje naziva se predškolsko doba, a odnosi se na razdoblje od 3.godine života, pa sve do polaska u školu, a to je u većini slučajeva između 6. i 7. godine života (Findak, 1995).

Provedba kineziološke kulture u ranim i predškolskim odgojno-obrazovnim ustanovama započinje u predškolskom razdoblju, a organizacija i provedba aktivnosti razlikuje se tijekom čitave predškolske dobi zbog velikih razvojnih promjena tijekom svake godine djetetovog života. U ovome radu bazirat ću se na obilježjima motoričkog razvoja djece predškolske dobi, koja se dijeli na još tri manja razdoblja (slika 1.) (Findak, 1995).



Slika 1. Podjela predškolskog doba (Findak, 1995).

Prethodno navedene granice između pojedinih razdoblja nisu točno određene jer se svako dijete razvija različitom dinamikom. Neki stručnjaci tvrde da navedeni redoslijed jest jednak kod sve djece, ali ono što se zapravo razlikuje je vremensko pojavljivanje i trajanje. Kao dokaz da se djetetov organizam u mnogočemu razlikuje od organizma odraslog čovjeka jest činjenica da se u djetetu predškolske dobi događa više promjena tijekom šest mjeseci, nego kod odraslog čovjeka tijekom 10 godina. Taj veliki broj promjena u malim vremenskim razdobljima zasnivaju se na povezanosti sustava antropološkog statusa djeteta. Odnosno jedan antropološki sustav prilikom razvijanja utječe na razvojne promjene u drugim sustavima. Upravo iz tog i drugih sličnih razloga se djetetov razvoj smatra toliko jedinstvenim i nerazlučivim (Neljak, 2009).

Kod djece koja spadaju u mlađu predškolsku skupinu, dob 3.-4.godine, na planu motoričkog razvoja bitno je da dijete nauči ovladati osnovnim oblicima kretanja. U osnovne oblike kretanja spadaju: hodanje, trčanje, puzanje, skakanje i slično. Koncentracija i pažnja kod djece ove dobi je vrlo kratkotrajna, stoga je u ovoj dobnoj skupini važno odrediti kraće trajanje tjelesnog vježbanja, ali samim time i efektivnije. Zato je bitno da su vježbe jednostavne, ali funkcionalne u razvijanju određenih motoričkih sposobnosti (Findak, 1995).

Nakon 3.godine života, a osobito nakon 5. i 6. djeca su sve sposobnija za učenje i usvajanje neurođenih motoričkih gibanja. Takva motorička gibanja nazivaju

se još i ontogenetska gibanja, a ona uvelike pridonose motoričkom razvoju predškolskog djeteta. Navedena ontogenetska motorička gibanja su kineziološki prilagođena biotička i jednostavna kineziološka znanja (Findak, 1995).

Srednje predškolsko doba uključuje dob djece od 4.-5.godine života kada su s djeca već sposobnija i spremnija na samostalan rad uz upute i pravilno vođenje odgajatelja. Dijete te dobi je spretnije i točnije u izvođenju motoričkih zadaća, a u tome nam pomaže to što ono razumije osnovne prostorne upute poput naprijed-nazad, te se općenito bolje snalaze u prostoru (Findak, 1995).

Djeca u dobi od 5.-6./7.godine spadaju u starije predškolsko doba i u toj dobi puno su spremnija za složenije oblike kretanja i imaju bolje razvijenu izdržljivost i snagu. Djeca u toj dobi sposobna su održati svoju pažnju i koncentraciju na tjelesno vježbanje do 30 minuta što nam omogućuje kvalitetniji i efektivniji rad (Findak, 1995).

Tablica 1. Razvoj motorike i senzomotorike u predškolskoj dobi

3.-4.godine	4.-5.godina	5.-6./7.godina
<ul style="list-style-type: none"> • Baca i hvata loptu • Gradi toranj od kocaka • Samostalno se odijeva i obuva • Koristi obje ruke za jednostavne aktivnosti • Crta krug i jednostavne oblike • Koristi škare • Oblikuje predmete od gline i gradi pješčane kule 	<ul style="list-style-type: none"> • Trči mijenjajući smjer • Skače u vis i u dalj • Usavršava penjanje i silaženje • Reže po ravnoj liniji • Crta prepoznatljive slike i piše nekoliko slova • Gradi građevine od kocaka • Razlikuje teške i lake predmete 	<ul style="list-style-type: none"> • Uspostavljena ravnoteža • Usavršava penjanje i skakanje • Vozi bicikl • Povezuje hod, trčanje i bacanje predmeta • Izrezuje jednostavne oblike • Poznaje brojeve i slova • Određuje se kao ljevak ili dešnjak

Izvor: Neljak, (2009.)

Navedene karakteristike za pojedina razdoblja života nisu strogo definirana za svako dijete, jer se svako od njih razlikuje po svojim vlastitim

motoričkim, tjelesnim i kognitivnim sposobnostima. Ono što je zajedničko svoj djeci je da tjelesna aktivnost izlučuje veliku količinu zadovoljstva i sreće, stoga je bitno da mi kao odgajatelji izbalansiramo vrijeme koje će biti efektivno za rad i ono koje će biti za relaksaciju i igru. Vrlo je bitno i mijenjati sadržaje dovoljno često kako djeci ne bi došlo do zasićenja zbog izvođenja konstantno istih motoričkih zadataka, što lako ometa njihovu pozornost te ujedno demotivira djecu za daljnji rad, ako su već prethodno savladali određene motoričke zadatke (Findak, 1995).

4. IGRA U KINEZIOLOGIJI

Kao što je prethodno navedeno igra je osnovni oblik aktivnosti djeteta predškolske dobi jer zauzima najveći dio vremena u njegovom životu. U životu predškolskog djeteta igra je nezamjenjiv sadržaj, stoga ona ne smije služiti kao sredstvo pozitivnog ili negativnog potkrepljenja već isključivo kao neophodna potreba svakog djeteta (Lazar, 2007).

Prilikom igre, a posebice kineziološke igre, dijete je aktivno cijelim svojim bićem, te na taj način utječe na rad svih organa i organskih funkcija, pa je njezina uloga u rastu i razvoju utoliko veća. Uz pokret, u kineziološkim igrama, nerijetko se integriraju i govor, glazba, pjevanje i slično. Zaključujemo da su u mnogim igrama spojeni kineziološki sadržaji i nekineziološki sadržaji, ali sve igre koje uključuju pokret i općenito pokretljivost organizma spadaju u kineziološke igre (Neljak, 2009).

„Kineziološka igra je kao najstariji oblik tjelesne i zdravstvene kulture i najautonomnija ljudska aktivnost, spontana je i slobodno izabrana, a karakterizira je raznovrsnost kretanja i prati snažan osjećaj ugone i zadovoljstva“ (Findak, Prskalo, 2004, 34.str). Kineziološke igre stapaju razvoj više segmenata, poput osjetila, motoričkih sposobnosti, funkcionalnih sposobnosti, razvoja govora, mišljenja, različitih znanja i moralnih kvaliteta. Svaka igra je drugačija i ima svoje specifičnosti, ali bitno je istaknuti to da što je ona raznovrsnija, to će više doprinijeti razvoju djece.

Provođenje sata kineziološke kulture u vrtiću dijelimo na nekoliko manjih dijelova sata, koji se međusobno razlikuju prema trajanju, intenzitetu vježbanja i vrsti kinezioloških zadataka. Sat kineziološke kulture sastoji se od: uvodnog sata, pripremnog dijela sata (OPV-opće pripreme vježbe), glavnog dijela sata, koji se dijeli na glavni A i glavni B dio, te od završnog dijela sata. Svi dijelovi sata su osmišljeni tako da zajedno čine nedjeljivu cjelinu, odnosno da su prijelazi iz jednog u drugi dio smisleni (Findak, Delija, 2001).

S obzirom na strukturu sata kineziološke kulture igra se najčešće odvija u glavnom B dijelu sata i završnom dijelu sata, ali moguće ju je integrirati u bilo koji dio sata. Kada se igra odvija u glavnom B dijelu sata, onda su njezina obilježja takva da se djetetove funkcije dovedu do maksimuma. Igre u završnom dijelu sata imaju za cilj dovesti sve fiziološke i emocionalne funkcije na razinu prije početka sata, što je zapravo i cilj završnog dijela sata (Ivanković, 1973).

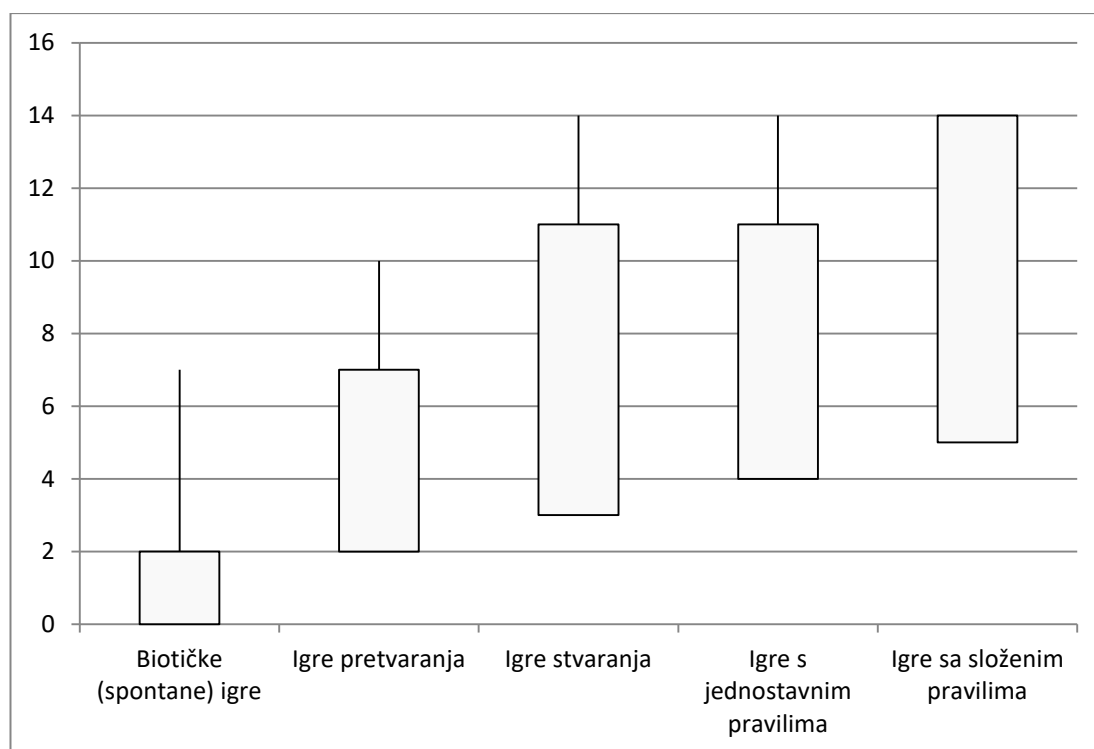
Kod integriranja igre u sat kineziološke kulture ističe se još i „sat igre“, koji spada pod složene vrste tjelesnog vježbanja jer nema obilježja uobičajenog sata kineziološke kulture. „Sat igre je organizacijska vrsta vježbanja koji se sastavlja od 2-4 kratke tematske igre ili nekoliko elementarnih igara“ (Neljak, 2009, 71.str.) Ovaj oblik sata provodi se obično s mlađom djecom, dok je kod predškolskih grupa sat igre nešto rjeđi. Njegovo trajanje, intenzitet i vrste igara definira odgovajatelj sukladno dobi djece i njihovim mogućnostima. Potrebno je samo voditi računa o tome da je prva igra dinamična i služi tome da pripremi dijete na daljnje tjelesne napore, dok je posljednja igra mirnijeg karaktera s ciljem opuštanja organizma.

Djeca predškolske dobi najlakše pamte razne brojalice, pjesmice, recitacije, pjesme, bajke i priče, stoga kada je pripovijedanje voditelja u funkciji igre tada nastaje pokretna igra. Ova vrsta tjelesnog vježbanja pojavljuje se češće u mlađoj i srednjoj skupini, a isto kao i sat igre nešto rjeđe u starijoj skupini djece. Riječ „pokretna“ označava da se te igre zasnivaju na pokretima, poput hodanja, skakanja, puzanja, penjanja, bacanja i sličnog. Osim fizičkog odgoja, u toj vrsti tjelesnog vježbanja djeca ostvaruju i zadatke umnog odgoja jer se uz pomoć priče ili bajke uživljavaju u njezin sadržaj i ulaze u određene likove koji mogu biti stvarni ili izmišljeni. Pokretne mogu biti kraće ili duže, kraće pokretne igre su uglavnom

praćene brojalicom, pitalicom ili pjevanjem pjesmice, dok su dulje pokretne igre integrirane u pričanje neke priče ili bajke (Ivanković, 1973).

4.1. Vrste kinezioloških igara

S obzirom na kompleksnost i raznolikost kinezioloških igara postoji podjela s obzirom na dob djeteta i obzirom na pojavljivanje određenih igara u predškolskom uzrastu. Vrste kinezioloških igara su: biotičke igre, igre pretvaranja, igre stvaranja, igre s jednostavnim pravilima i igre sa složenim pravilima. Navedene vrste igara se pojavljuju postepeno obzirom na dob djece (Neljak, 2009).



Slika 2. Vrste igara i njihovo pojavljivanje kod djece predškolske dobi (Neljak, 2009).

Biotičke igre se još nazivaju i spontane igre i javljaju se već u dojenačkoj dobi. Ovu vrstu igre dijete samo izmišlja i provodi obzirom na ono što ima i vidi u svojoj okolini, baca predmete iz ruku, igra se zvečkama, hoda ili skače u svim smjerovima i trese zvučne igračke. Sve navedeno spada pod spontane igre, a da bi do

njih došlo u toj fazi djetetova razvoja potrebno je osigurati mu dovoljno poticaja i zanimljivih sadržaja kako bi ga potaknuli na istraživanje i igru (Neljak, 2009).

Igre pretvaranja podrazumijevaju korištenje nekih predmeta ili osoba kao simbola za nešto što oni zapravo nisu, točnije pomažu djeci u realizaciji njihovih misli i organizaciji igre po njihovoj želji. Takva vrsta igre posebice je bitna jer djeci omogućuje razvijanje kreativnosti, mašte i sposobnost pretvaranja u neku drugu ulogu. Pomaže djeci da se suoče sa svojim strahovima i problemima, jer se uz pomoć igre uloga mogu suprotstaviti nekim imaginarnim likovima od kojih imaju određeni strah i pobijediti ih, te na taj način otkloniti strah u stvarnom životu. Ova vrsta igre javlja se već oko 2.godine, a najviše je zastupljena između 4. i 5. godine djetetova života (Neljak, 2009).

Igre stvaranja su karakteristične za predškolsku dob, počinju se odvijati od 3.godine pa sve do polaska u školu. Kao što sam naziv kaže ova vrsta igre podrazumijeva stvaranje nekih novih građevina, skulptura i drugih proizvoda dječje mašte iz nečega što im je već ponuđeno, poput kocaka, papira, snijega, pijeska i slično. Ova vrsta igara u početku se odvija samostalno, ali kako djeca odrastaju tako se i povećava njihov stupanj socijalizacije te se ove igre onda najčešće igraju u paru, trojkama ili manjoj grupi djece (Neljak, 2009).

Igre s jednostavnim pravilima počinju se igrati oko 5.godine djetetova života kada je ono spremno na razumijevanje i poštivanje određenih pravila neke igre. Ova vrsta igre već posjeduje unaprijed dogovorena pravila, manje kompleksna u odnosu na neke druge igre kako bi djeca određene dobi mogla pratiti njezin tijek. Takve igre najčešće su natjecateljskog tipa, ali one mogu biti i suradničke, gdje se djecu poučava timskom načinu igre, suočavanju s uspjehom ili neuspjehom i načinima suradnje i pomaganja u skupini (Neljak, 2009).

Igre sa složenim pravilima su igre s unaprijed definiranim pravilima, ali su po svojem sadržaju kompleksnije od prethodno navedene vrste igara. Ova vrsta igre se najčešće javlja neposredno prije polaska u školu i traje skroz tijekom osnovnoškolskog obrazovanja. Neke od igara sa složenim pravilima su: graničar, tko se boji vuka još, te razni oblici štafete i natjecateljske igre. Općenita svrha i cilj igara s pravilima bila ona jednostavna ili složena jest da djecu uče kako biti pošten i

pravedan u poštivanju zadanih pravila te kako prihvatiti poraz ili pobjedu. Stoga takve igre posebno pridonose moralnom razvoju djece (Neljak, 2009).

U raznim izvorima literature postoji više naziva za određene vrste igara koje su prethodno navedene, stoga se za igre pretvaranja često još upotrebljava naziv stvaralačke igre, a za igre s pravilima se koristi naziv pedagoške igre. Bez obzira na to o kojoj je vrsti igre riječ bitno je da dijete kroz cijeli tijek igre svoju aktivnost spozna i doživljava kao igru. S obzirom na to, pri odabiru igre potrebno je i paziti na dob djece i na to što će djeca biti sposobna shvatiti i savladati (Findak, Delija, 2001).

Kod djece mlađe dobne skupine bitno je da ne zahtijevamo veliki socijalni kontakt s ostalom djecom jer to dolazi spontano i samoinicijativno od strane djece. Kod ove dobne skupine dovoljno je da se dijete igra s bilo kakvim materijalom, bez određenog plana i bez jasno definiranih pravila, jer djeca u toj dobi ionako ne vide smisao igre, i rijetko se zadržavaju na istom sadržaju. Često se biraju elementarne igre koje će dijete razumjeti i koje će moći pratiti obzirom na njihov sadržaj, ali one mogu služiti kao sredstvo odgoja na način da dijete gradi organizirane oblike ponašanja, poput čekanja na red, poštivanja određenih pravila i uvažavanje potreba ostale djece u skupini (Ivanković, 1973).

U srednjoj dobnoj skupini djeca se počinju sve više igrati zajedno, ali ne mogu se još potpuno ujediniti u igri i timskom radu. Djeca srednje dobne skupine sposobna su igrati se u paru ili trojkama i sve više sami osmišljavaju tijekom i pravila igre. Također usmjereni su na organizaciju i temu igara što predstavlja temelj za kasnije razvijanje stvaralačkih igara (Findak, 1995).

U starijoj dobnoj skupini dijete već puno jasnije i složenije određuje cilj i pravila igre. Tada dijete samostalno izražava želju za skupnim načinom igre i stoga se veoma ističe njihova stvaralačka aktivnost. Djeca ove dobne skupine vrlo često sama provode svoje aktivnosti i igre, što ne znači da odgajatelj ovdje nije potreban, već je njegova uloga prenamijenjena za pravilnu provedbu igre i poštivanje svih pravila koja su djeca postavila (Findak, 1995).

4.2. Uloga odgajatelja u kineziološkim igrama

U korištenju i provođenju bilo kojih vrsta kinezioloških igara odgajatelj ima iznimno važnu ulogu. Uz prisutno pedagoško umijeće i znanje, za uspješno vođenje igre potrebno je i razumno i ravnodušno promatranje i djelovanje, odnosno upravljanje igrom. Za pravilno vođenje i organizaciju igre odgajatelj se prije svega treba sustavno i planski pripremiti, što uključuje definiranje cilja i zadaće igre i utvrditi mjesto, vrijeme i način provođenja igre, te pripremiti i osigurati svu potrebnu opremu koja je nužna za provođenje igre. Cilj igre podrazumijeva ono što zapravo želimo postići provođenjem odabrane igre, a zadaće igre predstavljaju ono uz pomoć čega ćemo to ostvariti. Kako bi se igra uspješno i pravilno provela potrebna je maksimalna uključenost i aktivnost odgajatelja, bilo da se radi o glavnoj ulozi odgajatelja kao sudionika igre ili ako je samo u ulozi promatrača. Potrebno je znati odrediti koliko puta će se određena igra ponoviti, koliko će dugo igra trajati i na koji način ćemo ju provesti su neka od glavnih pitanja na koja odgovara odgajatelj i odlučuje kako će tijekom igre izgledati. Nakon provođenja svake igre potrebno je provesti evaluaciju s djecom, odnosno poučiti ih čemu je ova igra služila i kakvu nam ona poruku daje (Findak, 1995).

Osim svega prethodno navedenog, kako bi igra ispunila svoju svrhu i funkciju potrebno je brinuti o mnogo drugih čimbenika koji su bitni u pripremi, organizaciji i provođenju igre. Prije svega prethodno navedenog potrebno je voditi računa o: temeljnim anatomsko-fiziološkim i psihičkim karakteristikama djece, aktualnom stanju njihova antropološkog statusa, karakteristikama svake dobne skupine i specifičnostima svakog djeteta u skupini. Potrebno je i odlučiti gdje ćemo provesti igru, odnosno ako je vrijeme povoljno provoditi igre na otvorenom, ako se igra na zelenoj površini potrebno je jasno naznačiti granice, odnosno omeđiti prostor koji je povoljan za kretanje djece i održavanje igre. Osim toga, potrebno je integrirati igre u program i sadržaj sata kineziološke kulture svaki dan, a igre birati ovisno o zdravstvenom stanju djece, njihovim individualnim mogućnostima i uvjetima u kojima se nalazimo. Vrlo je važno da igre koje su djeci nepoznate i nove provodimo s cijelom skupinom kako bi svi bili prisutni pri usvajanju novih sadržaja, dok se one već unaprijed usvojene i poznate igre provode s manjom skupinom djece. Odgajatelj mora voditi brigu o tome da sva djeca dođu na red, te da svi dobiju priliku za

jačanjem osjećaja odgovornosti i samostalnosti u igri. Tijekom čitave igre potrebno je pružiti djeci primjerenu podršku i motivaciju kako ne bi izgubili poticaj i želju za igrom i aktivnošću, ali isto tako treba znati procijeniti kada dijete nije spremno ili ne želi sudjelovati u nekoj od igara, a u tom slučaju nikako nije dobro prisiljavati djecu na igru (Findak, Delija, 2001).

Posebnu pozornost odgajatelj treba pridodati dobi djece, odnosno karakteristikama i mogućnostima skupine, ali i svakog djeteta pojedinačno. Kod mlađe djece odgajatelj posjeduje najveću količinu odgovornosti i sudjelovanja jer je djeci te dobne skupine izrazito potrebno usmjeravanje i vođenje prilikom igre. On je tada usmjeren na to da uči djecu kako se treba igrati, te paralelno voditi brigu o tome za što je dijete sposobno, ali pri tome ne smije ugroziti djetetov osjećaj slobode i radosti. Kod djece srednje dobne skupine utjecaj i uloga odgajatelja je važna posebice u rukovođenju stvaralačkim igrama. Njegova je zadaća da pobudi interes i želju da djeca sama organiziraju i osmisle igru, te da posjeduju sposobnosti vođenja i dodavanja uloga između sebe i svojih vršnjaka (Lazar, 2007).

Neke od uloga odgajatelja u igri su:

1. Paralelni suigrač- nije u izravnoj interakciji s djecom, već se slobodno igra zbog pokazivanja mogućnosti upotrebe sredstava za igru;
2. Suigrač- igra se i sudjeluje u osmišljavanju igre zajedno s djecom, ali neizravno sugerira pravac igre uz zajedničku provjeru pravca igre;
3. Tutor- vidljiva je dominantnost odgajatelja, izravno usmjerava i određuje tijek i razvoj igre;
4. Predstavnik realnosti- podučava i ukazuje na realnije rekonstruiranje stvarnosti u igri;
5. Promatrač- promatra djecu sa strane i vrednuje igru (Pejčić, 2005).

5. IGRA U FUNKCIJI RAZVOJA MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

Kineziološke igre kao sadržaji programa rada s djecom predškolske dobi su specifične jer uključuju sve kapacitete i utječu na višestruki razvoj djeteta. Igre koje provodimo s djecom na satu kineziološke kulture imaju poseban značaj jer djeluju pozitivno na morfološka, motorička i funkcionalna obilježja. U sljedećim poglavljima stavlja se naglasak na utjecaj kinezioloških igara na razvoj motoričkih sposobnosti kod djece predškolske dobi, točnije za razvitak svake pojedinačne sposobnosti razlikujemo određene vrste kinezioloških igara (Neljak, 2009).

5.1. Igre za razvoj snage

„*Lovac i medvjedići*“ – Medvjedići hodaju četveronoške po igralištu po kojem su postavljeni obruči na stalku, koji predstavljaju medvjede spilje. Na znak trube svi medvjedići se nastoje što prije sakriti u spilju, da ih lovac ne nađe. Onaj kojeg ulovi sljedeći je lovac. Ova igra povoljna je za razvoj snage jer djeca vježbaju hod četveronoške i time osnažuju mišiće ruku i nogu, a namijenjena je djeci mlađe dobne skupine (Neljak, 2009).

„*Potiskivanje iz kruga*“ – Po dva igrača stoje u krugu polumjera dva metra licem okrenuti jedan prema drugom. Lijevu ruku stave na protivnikovo rame, a drugom pridržavaju svoju desnu nogu za gležanj. Na znak, nastoje jedan drugoga istisnuti iz kruga guranjem. Pobjednik je onaj koji to uspije. Ova igra namijenjena je za djecu starije dobne skupine, a osim što potiče razvijanje snage, također razvija i ravnotežu i izdržljivost (Neljak, 2009).

„*Tko će prije gurnuti loptu?*“ – Na sredini igrališta je velika lopta. Uzmemo dugi konopac i zavežemo ga na krajevima da dobijemo veliki krug. Djeca se uhvate za konopac i trkom obilaze loptu. Oni trče tako da što više približe jedan drugoga lopti. Tko nogom gurne loptu, ispada iz igre, a onaj drugi ostaje pobjednik. Provođenjem ove igre razvijamo snagu jer djeca pokušavaju vući konop što više na svoju stranu kako ne bi dospjeli u sredinu kruga i dodirnuli loptu (Ivanković, 1973).

„*Tko je jači?*“ – Konop leži na podu. Jedna skupina djece stoji s jedne strane, a druga skupina djece stoji s druge strane. Parovi se uhvate za ruke i na znak voditelja svaki nastoji povući onog drugog na svoju stranu konopa, a pobjednik je onaj kojemu je to uspjelo. U ovoj igri djeca razvijaju snagu tako što pokušavaju povući dijete koje stoji sa suprotne strane konopa. Za ovu igru potrebno je uključiti mišić ruku i nogu, a uglavnom se provodi u starijoj dobnoj skupini (Neljak, 2009).

„*Tačke*“ – Djeca se podjele u parove, jedan u paru je u položaju za guranje, a drugi u paru drži njegove noge podignute u zrak i tako mu omogućuje da hoda na rukama. Natječu se dva para istovremeno, onaj koji prije dođe do označene linije je pobjednik. Ova igra povoljna je za razvoj snage za oba igrača u paru, prvi razvija snagu mišića ruku, a drugi mišić ruku i nogu pokrećući i noseći noge svojeg suigrača (Dienstmann, 2015).

„*Živo uže*“ – Igrači stanu u dvije kolone, a na sredini između dvije ekipe povuče se crta. Prvi iz svake ekipe pruži ruke, a ostali se postave jedan iza drugoga, držeći prednjega oko struka. Na dogovoren znak počinje navlačenje, a pobjednik je ona ekipa koja je povukla protivnika preko naznačene linije. Ova igra služi za razvoj snage koristeći mišić ruku i nogu u povlačenju skupine djece preko označene linije. Također služi i za razvijanje izdržljivosti jer djeca pokušavaju što duže vući skupinu djece na svoju stranu, te izdržati da pri tome ne padnu na tlo (Neljak, 2009).

5.2. Igre za razvoj brzine

„*Vrapci i sjenice*“ – U prostoru označimo dvije paralelne linije, a djecu podijelimo u dvije skupine; vrapci i sjenice. Djeca se slobodno kreću po prostoru, a na znak pljeskom ruku vrapci i sjenice slijeću na svoju crtu. Ona skupina koja prva sleti je pobjednik. Ova igra služi za razvoj brzine jer se djeca natječu tko će prije stati na unaprijed naznačenu liniju. Obično se provodi u mlađoj dobnoj skupini (Findak, Delija, 2001).

„*Tko će prvi donijeti loptu?*“ – Djeca stanu uza zid. Svako dijete ima loptu, a na znak odgajateljice sva djeca bace svoje lopte što dalje mogu. Nakon toga odmah trče za njima i trkom se vraćaju, tko prvi stane uza zid, pobjednik je. Provođenjem

ove igre utječemo na razvoj brzine jer djeca pokušavaju što brže stići do lopte i vratiti se uz zid. Njome također utječemo i na razvoj preciznosti, prilikom bacanja lopte (Ivanković, 1973).

„*Osa, vrabac i komarac*“ – Djecu podijelimo u skupinu po troje; jedan je osa, drugi vrabac, a treći komarac. Igra počinje na dogovoreni znak tako što osa lovi i bode vrapca, a vrabac hvata komarca. Čim vrabac uhvati komarca igra se prekida, a djeca mijenjaju uloge. Tijekom ove igre djeca razvijaju brzinu jer pokušavaju što brže uloviti dijete unutar svoje trojke. Ova vrsta igre može se igrati na mnogo sličnih načina, tako da koristimo razne druge životinje ili podijelimo djecu u parove (Findak, Delija, 2001).

„*Lovac i zečevi*“ – U jednom dijelu dvorane označili smo krug, koji služi kao sklonište za zečeve. Na jednoj strani dvorane su djeca koja predstavljaju zečeve, koji slobodno skakuću, a na drugoj je jedno dijete lovac, koji traži zečeve i kreće se prema njima. Čim djeca opaze lovca, bježe prema ucrtanom krugu, gdje se sakrivaju od lovca. Ako lovac uhvati zeca prije nego je stigao u šumu, mijenja s njim ulogu. Ova igra također služi za razvijanje brzine jer djeca pokušavaju pobjeći od lovca, tako što se moraju sakriti u sklonište, ako nisu dovoljno brzi lovac će ih uloviti. Ova igra obično se provodi s djecom mlađe ili srednje dobne skupine (Findak, Delija, 2001).

„*Medo i djeca*“ – Na jednom kraju dvorane postavimo stalke za skok u vis, s konopom visine do 60 cm, a djeca naprave krug, dok u sredini kruga spava medo. Djeca hodaju oko mede u krugu i izgovaraju pjesmicu:

„Stari medo šetao,
malu djecu tražio,
u šumici zaspao.

Mala djeca zapjevala, nožicama zatoptala,
ta-pa, ta-pa, ta-pa-ta.
Medo,medo,hopa haj,
malu djecu potjeraj.

Na riječ „potjeraj“ sva se djeca razbježe i provuku se ispod konopa u sklonište, u koju se medo ne može uvući pa se oni tako spase. Ako medo ulovi neko dijete ono

postaje medo. Ova igra služi za razvoj brzine jer djeca imaju zadatak što prije skloniti se u sklonište da ih medo ne ulovi, a ujedno i idealan primjer kako se u kineziologiju mogu integrirati nekineziološki sadržaji, poput izgovaranja pjesmice (Neljak, 2009).

„*Ples oko stolaca*“ – Djeca hodaju u krug oko stolica koje smo prethodno posložili u krug. Bitno je da je broj stolaca za jedan manje od broj djece u krugu, kako bi jedno dijete ostalo bez svojeg mjesta. Zadatak je da djeca kruže oko stolaca, a kad glazba stane što brže moraju sjesti na mjesto, kako ne bi ostali bez stolice jer u tom slučaju ispadaju iz igre. U ovoj igri brzina se razvija tako što djeca uvježbavaju brzinu reakcije, jer odmah nakon što glazba prestane djeca moraju pronaći svoje mjesto u krugu. Igra se obično provodi u starijoj dobnoj skupini (Neljak, 2009).

„*Namotaj konopac*“ – Na sredini konopca dužine 10-20 metara pričvrsti se zastavica, a djeca se podjele u dvije ekipe. Na znak odgajatelja, djeca počinju s namotavanjem konopca, svaka ekipa s jedne strane, a pobjeđuje ona ekipa koja je prva namotala konopac do zastavice. Provodeći ovu igru razvijamo brzinu jer djeca moraju što prije namotati konopac, a poticaj je taj da njihova ekipa pobijedi. Ova vrsta igre također je namijenjena djeci starije dobne skupine (Neljak, 2009).

„*Lovci na zmijske*“ – Djeca su podijeljeni na lovce i zmijske, lovci love zmijske, a zmijske iza sebe vuku vijače. Zadatak je da lovci stanu na „rep“ zmijskama, odnosno na kraj njihove vijače koju vuku za sobom. Ova igra je povoljna za razvoj brzine, jer djeca koja su u ulozi zmijske moraju što brže trčati i nositi vijaču kako ih lovci ne bi ulovili (Dienstmann, 2015).

5.3. Igre za razvoj gibljivosti

„*Lisica i zečici*“ – Jedno dijete je lisica i ono hvata zečice. Lisica se kreće četveronoške dok se zečici kreću skakući u čučnju. Kada lisica uhvati nekog zeca mijenjaju se uloge. Ova igra namijenjena je djeci srednje ili starije dobne skupine, a osim što razvija gibljivost s obzirom da se djeca kreću u čučnju i četveronoške, služi za razvijanje snage i ravnoteže (Neljak, 2009).

„*Provlačenje kroz kanal*“ – Djeca se u više kolona jedno za drugim postavljaju u raskoračni stav. U kolonama je jednak broj djece. Na dani znak, svi u posljednjim kolonama provlače se ispod nogu prednjih i stanu na čelo kolone. Nakon posljednjeg provlači se idući i tako redom, ne čekajući da onaj pred njim stigne na čelo kolone. Pobjeđuje kolona koja se najprije provuče. Ova igra povoljna je za razvoj gibljivosti jer djeca zadržavaju raskoračni stav i provlače se ispod nogu ostale djece, te tako razvijaju sposobnost gibljivosti (Ivanković, 1973).

„*Trčanje i hodanje s provlačenjem*“ – Djeca su podijeljena u parove i trče po dvorani. Na znak odgajatelja jedno dijete iz para, koje smo unaprijed odredili, stane u raskoračni stav, a drugi se provlači ispod njegovih nogu. Nakon toga nastavljaju trčati do sljedećeg znaka kada mijenjaju uloge. Provođenjem ove igre utječemo na gibljivost jer djeca vježbaju stajanje u raskoračnom stavu i tako utječu na gibljivost mišića nogu, te provlačenje kroz noge gdje razvijaju gibljivost leđa prilikom saginjanja (Neljak, 2009).

„*Krov*“ – Djeca leže na leđima s jedne i druge strane konopa, glavama jedno nasuprot drugog, a rukama drže konop. Na znak odgajatelja istodobno dižu noge i pokušavaju dotaknuti noge svog para, odbiju se te se opet ispruže. U ovoj igri djeca razvijaju gibljivost nogu tako što pokušavaju dotaknuti noge od djeteta nasuprot njemu, ali i gibljivost leđa i ruku jer zadržavaju određenu pozu prilikom doticanja nogu. Osim gibljivosti, razvijaju i preciznost jer pokušavaju što preciznije dotaknuti stopala djeteta koje se nalazi sa suprotne strane konopca (Neljak, 2009).

„*Trčanje ispod mosta*“ – Djeca stoje u parovima licem okrenuti jedan prema drugome, a rukama načine most. Posljednji par se sagne i trči ispod ruku ostale djece dok ne dođu na čelo. Tada se usprave i načine most kao i ostala djeca, a igra traje dok se sva djeca izredaju. Uz pomoć ove igre utječemo na razvoj gibljivosti, jer se djeca saginju i provlače ispod mostova, a tako razvijaju gibljivost trupa. Također u zadržavanju pozicije mosta, razvijaju gibljivost ruku i nogu (Ivanković, 1973).

„*Bicikl*“ – Djeca su podijeljena u parove i leže na leđima jedan nasuprot druge tako da im se stopala dotiču. Na znak odgajatelja nogama imitiraju vožnju bicikla, a pobjednik je onaj par koji najdulje uspije voziti bicikl. Ova igra pospješuje razvoj gibljivosti jer djeca razvijaju mišiće nogu i njihovu gibljivost prilikom

kvrčenja i ispruživanja nogu od i prema sebi. Ova igra namijenjena je djeci srednje i starije dobne skupine (Neljak, 2009).

„*Zajednička slagalica*“ – Djeca su podijeljena u manje skupine od po 4-5 sudionika. Sami odabiru određenu scenu ili predmet koji će prikazati bez pričanja, već samo uz pomoć stavljanja tijela u određene položaje i međudnose, kako bi ostala djeca pokušala pogoditi što prikazuju. Tako utječu na gibljivost svih mišića u tijelu jer tvore pozicije u kojima pokušavaju interpretirati neki događaj ili predmet (Dienstmann, 2015).

5.4. Igre za razvoj koordinacije

„*Štafeta trčanjem natraške*“ – Djeca su podijeljena u nekoliko kolona. Na zadani znak prvi iz svake kolone trči do stalka okrenut leđima, obiđe ga, zatim normalno trčeći hoda nazad na kraj svoje kolone i počinje iduće dijete. Pobjednik je kolona koja prva ispuni zadatak. U ovoj igri djeca razvijaju koordinaciju jer imaju zadatak da trče okrenuti leđima, a za to je potrebno pravilno koordinirati vlastito tijelo u prostoru kako ne bi udarili u nešto ili nekoga oko sebe. Također osim koordinacije, razvija se i agilnost jer djeca nakon što otrče oko stalka moraju brzo promijeniti smjer kako bi se vratili natrag u kolonu. Ova igra namijenjena je djeci starije dobne skupine (Neljak, 2009).

„*Aktivnosti iz priče*“ – Djeci čitamo odabranu priču ovisno o njihovim interesima i svaki put kada u priči čuju neku radnju, moraju glumiti taj dio pokretima ruku i nogu. Nakon što su izveli neku radnju, vraćaju se slušati priču dalje. U ovoj igri vrlo je bitan razvoj opće koordinacije, u smislu slušanja priče i koordiniranja pokreta ovisno o tome što se u priči spominje (Dienstmann, 2015).

„*Slijepi miš*“ – Djeca stoje u krugu, a jedno dijete unutar kruga ima povez na očima i ima ulogu slijepog miša. Odgajateljica okrene dijete nekoliko puta, a dijete krene prema nekome iz kruga i uz pomoć osjeta dodira pokušava odgonetnuti o kojem se djetetu radi. Ako pogodi ime djeteta iz skupine, ono sljedeće postaje slijepi miš. U ovoj igri utječemo na razvoj sposobnosti koordinacije jer dijete noseći povez na očima hoda koordinirajući tijelo u određenom smjeru i pokušava otkriti koje dijete

je dotaknulo. Ova igra može se implementirati u sat kineziološke kulture bilo koje dobne skupine djece (Neljak, 2009).

„*Ludi vlakić*“ – Djeca stanu u liniju formirajući vlakić tako da se drže na način na koji žele. Vlakić se može kretati na mnogo načina, a zadatak je da djeca smišljaju načine kretanja. Onaj koji smisli način kretanja postaje vlakovođa, te staje na početak kolone. Provođenjem ove igre utječemo na razvoj koordinacije jer se djeca unutar skupine moraju koordinirati prilikom izvođenja raznih oblika kretanja te pri tome paziti da se vlakić ne raspadne (Dienstmann, 2015).

„*Utrka zavezanim nogama*“ – Djeca su podijeljena u parove i stoje jedan pored drugoga iza startne crte držeći se za ruke. „Unutarnje“ noge povezane su vrpcom, a „vanjske“ noge su im slobodne. Na znak odgajatelja skakuću prema cilju koji je udaljen nekoliko metara, a pobjeđuje onaj par koji je najbrži. Tijekom ove igre djeca razvijaju koordinaciju jer je potrebno uskladiti svoje pokrete i skokove s pokretima svojeg suigrača u paru, kako bi što brže došli do cilja. S obzirom na zahtjevnost ove igre, ona se obično provodi u starijoj dobnoj skupini (Neljak, 2009).

„*Valjci na vjetru*“ – Djeca su raspoređena na strunjačama tako da jedno drugom ne smetaju. Odgajatelj imitira puhanje vjetra, a djeca imitirajući kretanje valjaka pokreću svoje tijelo u jednom, te drugom smjeru, ili miruju ovisno o „puhanju vjetra“. U ovoj igri djeca razvijaju koordinaciju čitavog tijela oponašajući kretanje valjaka, jer je potrebno čitavo tijelo kotrljati u jednu, pa zatim u drugu stranu (Neljak, 2009).

„*Pantomima u parovima*“ – Djeca se podjele u parove i međusobno odaberu neku životinju koju moraju zajednički oponašati, dok ostala djeca pokušavaju pogoditi o kojoj je životinji riječ. Pomoću izvođenja pokreta i imitiranja životinja potrebna je koordinacija i organizacija unutar para, stoga je ova igra povoljna za razvoj koordinacije, ali i timskog rada (Dienstmann, 2015)

5.5. Igre za razvoj preciznosti

„*Hvatanje loptom*“ – Djeca se slobodno kreću po prostoru, a jedno dijete ima loptu od spužve, te na znak odgajateljice hvata ostalu djecu tako što ih nastoji

pogoditi loptom. Kad u tome usije, hvatanje nastavlja dijete koje je pogođeno. Provođenjem ove igre utječemo na razvoj preciznosti jer dijete pokušava pogoditi nekog od preostale djece koja se kreću po prostoru (Findak, Delija, 2001).

„*Papir svira*“ – Na udaljenosti od deset koraka na zemlju postavimo nekoliko araka omotnog papira. Djeca stanu u vrstu, na priličnoj udaljenosti jedno od drugoga. Svako dijete ima nekoliko žirova, loptica ili sličnih predmeta kojima pokušava pogoditi papir. Na koji papir predmet padne, on proizvodi šum, pa djeca kažu da papir svira. Ova igra razvija sposobnost preciznosti jer djeca pokušavaju pogoditi omotni papir kako bi proizveli zvuk, tako također razvijaju i osjetilo sluha (Ivanković, 1973).

„*Trčanje među predmetima*“ – Po prostoru za vježbanje razmjestimo, nesimetrično različite predmete između kojih djeca trče s ciljem da ih ne dotaknu. Ovom igrom djeca razvijaju preciznost tako što pokušavaju trčati između predmeta, a da ih ne dotaknu niti jednim dijelom tijela, a uz to razvijaju i agilnost jer su predmeti složeni asimetrično stoga od djeteta zahtjeva brze promjene smjera kretanja (Findak, Delija, 2001).

„*Mini kuglanje*“ – Djeca su podijeljena u nekoliko kolona, a ispred svake kolone, na određenoj udaljenosti nalazi se čunj. Na znak odgajateljice prvi iz kolone gađa loptom čunj, svaki uspješan pogodak u čunj donosi bod toj ekipi. U ovoj igri razvija se preciznost jer je potrebno pogoditi čunj loptom s određene udaljenosti. Ova vrsta igre može se provoditi s djecom svih dobnih skupina uz određene preinake u pravilima igre (Findak, Delija, 2001).

„*Traženje gnijezda*“ – Djeca formiraju vrste na startnoj liniji i čekaju zavezanih očiju. Potom kreću trčeći, hodajući i tapkajući prema postavljenim krugovima na udaljenosti od nekoliko metara. Zadatak je pronaći krug koji predstavlja gnijezdo i sjesti u njega. Dijete koje to prvo uspješno učini je pobjednik. Ovom igrom razvija se preciznost jer dijete treba posebno obratiti pažnju na to gdje se krug nalazi, odnosno dovoljno precizno opipati rukama i zatim sjesti u određeno gnijezdo. Ova igra namijenjena je starijoj dobnj skupini (Neljak, 2009).

„*Tko bolje gađa?*“ – Djeca formiraju veći krug, a u sredini kruga je čunj. Svako dijete u ruci ima obruč koji na znak, svatko pojedinačno pokušava pogoditi na

čunj. Svaki pogodak igraču donosi jedan bod. U ovoj igri utječemo na preciznost jer je potrebno pokušati pogoditi udaljenost čunja kako bi ga što točnije pogodili obručem. Ova igra može se kreirati na razne slične načine i uz pomoć drugih upotrebljivih predmeta, ako ne posjedujemo čunjeve može poslužiti i tuljac od papira učvršćen na tlo, a umjesto obruča možemo izrezati krugove od papirnatih tanjura (Neljak, 2009).

„*Hula-hop vratar*“ – Djeca stoje formirajući krug, a u sredini se nalazi jedno dijete koje vrti obruč. Zadatak ostale djece je da jedan po jedan pokušaju ubaciti loptu u obruč dok ga dijete u sredini vrti oko struka. Ova igra povoljna je za razvoj preciznosti jer djeca pokušavaju ubaciti loptu u obruč dok se ono pokreće, te tako razvijaju sposobnost preciznog ubacivanja lopte u metu (Dienstmann, 2015).

5.6. Igre za razvoj ravnoteže

„*Hodanje s vrećicom na glavi*“ – Djeca uz pratnju glazbe ili udaraljki hodaju po prostoru uz nošenje vrećice s pijeskom na glavi. Onaj tko najdulje hoda, a da mu vrećica ne ispadne na tlo je pobjednik. Ova igra provodi se u svim dobnim skupinama, a pridonosi razvoju ravnoteže jer dijete pokušava što duže hodati i uz to paziti da mu vrećica ne padne s glave (Findak, Delija, 2001).

„*Leptirići*“ – Djeca se slobodno kreću po prostoru imitirajući let leptira. Na znak odgajatelja djeca zauzmu pozu leptira u fazi mirovanja, odnosno stanu na jednu nogu, naprave vagu zanoženjem ili prednoženjem, stoje na jednoj nozi uz neki oslonac i slično. Ova igra idealna je za razvoj ravnoteže jer djeca imaju zadatak da zadrže određenu pozu i tako razvijaju sposobnosti koje su povezane s razvijanjem ravnoteže. Ova igra može se provoditi u svim dobnim skupinama (Findak, Delija, 2001).

„*Kipovi*“ – Jedno je dijete kipar, a ostali su kipovi. Kipar stoji na uzvišenoj površini, a kipovi su ispred njega rašireni. Kada kipar pljesne, kipovi se počinju okretati oko svoje osi. Kada kipar vikne „stoj“, sva djeca načine neku pozu u kojoj drže ravnotežu na jednoj nozi ili izvan ravnoteže. Tada kipar šee među kipovima, onaj koji mu je najljepši on je idući kipar. Provođenjem ove igre utječemo na razvoj

ravnoteže jer djeca pokušavaju što dulje održati određenu poziciju bez padanja (Ivanković, 1973).

„*Prelazimo preko mosta*“ – U prostor postavimo nekoliko malih greda ili klupica. Djeca se slobodno kreću po prostoru, a na znak odgajatelja počnu hod preko mosta, tako da ne upadnu u rijeku. Ovom igrom utječemo na razvoj ravnoteže jer djeca prelaze preko grede ili klupice, što preciznije kako ne bi upali u rijeku, odnosno pazeći da ne padnu s grede odnosno klupice. Ova igra može se igrati s djecom svih dobnih skupina, ali uz asistenciju odgajatelja (Findak, Delija, 2001).

„*Grožđe*“ – Djeca hodaju po krugu, visoko na prstima i prstima čine pokrete kao da beru grožđe i pjevaju pjesmicu: „Berem, berem grožđe, dok čuvar ne dođe, a kad čuvar dođe, obrano je grožđe.“ Nakon što pjesmica završi dolazi čuvar i uhvati jedno dijete. U ovoj igri djeca razvijaju ravnotežu prilikom hoda na prstima, a isto tako utječemo i na brzinu jer djeca moraju što prije pobjeći od čuvara kako ih ne bi ulovio. Ovaj tip igre poseban je po tome što je povezan s nekineziološkim sadržajem odnosno pjevanjem pjesmice (Neljak, 2009).

„*Jednonožni skakači*“ – Djeca su raspoređena u nekoliko kolona, i stoje iza označene startne linije. Prvi u koloni stavi ruke na bokove, a ostali lijevu ruku na rame igraču ispred sebe, a desnom rukom pridržavaju njegovu savijenu desnu nogu za gležanj. Na znak, skakutanjem na jednoj nozi kreću prema cilju, a pobjednik je ona ekipa koja prva izvrši zadatak. Ova igra pomaže djeci da razvijaju sposobnost ravnoteže, jer uz to što drže suigrača za rame, imaju za zadatak da skaču na jednoj nozi. Osim ravnoteže, djeca istovremeno utječu i na koordinaciju i gibljivost (Neljak, 2009).

„*Ne diraj liniju*“ – Djeca se kreću po prostoru prateći upute odgajateljice, poput hodajte uz bijelu liniju, trčite duža linije, a da ne stanete na nju, hodajte po crvenoj liniji na prstima, skočite dva puta na svakoj nozi s bilo koje strane linije i slično. Provodeći ovu igru djeca razvijaju ravnotežu jer kombiniraju razne oblike kretanja uz poštivanje određenih pravila koje im daje odgajateljica (Dienstmann, 2015).

5.7. Igre za razvoj izdržljivosti

„*Mali povjetarac*“ – Odredimo jednu liniju koja će označavati start i jednu koja će označavati cilj. Dva suigrača kleknu na pod, a na znak odgajatelja djeca pušu svoju lopticu tako da prva stigne na cilj. Pobjednik je onaj koji je prvi obavio zadatak. Ova igra potiče razvoj izdržljivosti jer dijete ispuhuje zrak u lopticu tako što ju pokreće, što dulje i više može kako bi loptica došla do cilja. Tako razvija izdržljivost dišnih organa, a s obzirom na njezinu zahtjevnost obično se provodi s djecom starije dobne skupine (Neljak, 2009).

„*Gospodar kuće*“ – Na tlu ucrtamo kuću u koju mogu stati sva djeca u sjedećem položaju. Djeca sjednu u sredinu kuće dodirujući se međusobno leđima. Na zadani znak, svi počnu međusobno gurati jedni druge leđima, a pobjednik je onaj koji najdulje ostane u kući. Provođenjem ove igre utječemo na izdržljivost djece jer je potrebno što dulje izdržati u određenom položaju uz korištenje snage svih mišića kako bi svu djecu izbacili iz igre (Neljak, 2009).

„*Mostovi*“ – Djeca zauzmu položaj daske, odnosno zadržavaju vlastitu težinu na rukama i nogama, dok su im leđa u ravnom položaju, a zadatak je što duže držati tu poziciju tijela. Pobjednik je onaj koji najduže izdrži u zadanom položaju (Dienstmann, 2015).

„*Dvoboj*“ – Dvije vrste igrača stanu na obilježena mjesta, jedna nasuprot druge na udaljenosti dužine njihovih ruku. Na znak, međusobnim odbijanjem dlana o dlan igrači se pokušavaju izbaciti iz ravnoteže, a pobjednik je ona vrsta koja izbacila više igrača s obilježenih mjesta. U ovoj igri djeca razvijaju motoričku sposobnost izdržljivosti jer pokušavaju što duže pružati otpor i snagu mišićima ruku kako bi izbacili suigrača iz ravnoteže (Neljak, 2009).

5.8. Igre za razvoj agilnosti

„*Trčanje s promjenom smjera kretanja*“ – Djeca slobodno trče po prostoru, a na znak pljeskom obavezno mijenjaju smjer kretanja, nakon čega nastavljaju trčati po prostoru. S obzirom da agilnost označava brzinu promjena smjera kretanja, ova igra

svojim obilježjima i pravilima utječe upravo na razvoj te sposobnosti. Može se modificirati i unaprijediti uz pomoć različitih pomagala (Findak, Delija, 2001).

„*Za mnom*“ – Djeca su podijeljena u nekoliko kolona, a nasuprot svake kolone je jedan stalak. Zadatak je da na određeni znak i poziv prvog djeteta u koloni „*Za mnom!*“ sva djeca trče do stalka običu ga i trčeći se vraćaju na svoj mjesto. Pobjednik je kolona koja se prva vrati na svoje mjesto. Osim na agilnost, ovom igrom pospješujemo i razvoj brzine i koordinacije, obzirom na to da cijela kolona treba djelovati kao tim i zajednički se kretati oko stalka i vratiti se na start u što kraćem vremenu (Findak, Delija, 2001).

„*Četveronožni slalom*“ – Djeca su podijeljena u nekoliko kolona, a ispred svake se nalazi nekoliko čunjića. Na znak, djeca se četveronožno kreću između čunjića, i tek kad prethodni prijeđe startnu crtu kreće idući. Pobjednik je ona kolona koja prva stigne do cilja. Ova igra utječe na agilnost, obzirom da je zadatak kretati se između čunjića i mijenjati smjer kretanja. Također utječemo i na snagu i izdržljivost djece jer se kreću četveronoške za što je potrebno upotrijebiti mišiće ruku, nogu i čitavog trupa (Neljak, 2009).

„*Tko se boji zmije još?*“ – Djeca su podijeljena u dvije kolone, a na određenoj udaljenosti postavljeni su čunjići, po jedan ispred svake kolone. Prvi igrač u koloni u ruci ima mlatić, koji predstavlja zmiju. Na znak trči oko čunjića i vraća se nazad, a tek nakon što preda mlatić sljedećem igraču u ruke on može nastaviti s utrkom. Pobjednik je ekipa u kojoj je zmija prije došla do prvog igrača u koloni. Ova igra uobičajeni je primjer štafetne natjecateljske igre koji se provodi u svrhu razvijanja agilnosti i brzine kod djece. Najčešće se provodi s djecom srednje i starije dobne skupine (Neljak, 2009).

6. ZAKLJUČAK

Proučavajući vrste i različite načine organizacije kinezioloških igara, zaključujemo da su za razvoj snage povoljne igre u kojima djeca nastoje upotrijebiti što veću skupinu mišića kojima topološki djeluju na nekoga ili nešto. Za razvoj

brzine, u većini slučajeva navode se igre u kojima je implementirana varijacija utrkivanja, bilo da se djeca međusobno natječu ili pojedinačno trče prema određenom cilju, ali u većini igara način kretanja je trk ili ubrzani hod. Kod razvoja gibljivosti, najčešće se navode igre kojima utječemo na razvoj gibljivosti mišića nogu i ruku, kroz korištenje simboličkih naziva za određene kineziološke zadaće i sprave. Igre za razvoj koordinacije su osmišljene kroz suradnju djece na izvršavanju određene motoričke zadaće te je zato potrebno posjedovati sposobnost koordinacije vlastitog tijela i tijela suigrača kako bi uspješno ostvarili cilj igre. Specifičnost igara za razvoj preciznosti je što se temelje na gađanju ili ciljanju nekog objekta ili osobe, bilo da je meta u pokretu ili miruje. Ovisno o temi igre i načinu organizacije, postoji mnogo različitih načina kojima možemo razvijati sposobnost preciznosti. Razvoj ravnoteže očituje se u različitim načinima kretanja po suženoj, neravnoj ili uzvišenoj površini na kojoj dijete tako ostvaruje i razvija motoričku sposobnost ravnoteže. Kod igara za razvoj izdržljivosti naglasak je na tome da djeca povećavaju vremenski period izvođenja određene motoričke zadaće ili pružanja otpora prema nečemu ili nekome. Posljednja skupina igara je zadužena za razvoj agilnosti, koje se baziraju na igrama štafetnog i natjecateljskog tipa jer su njihova glavna obilježja brza promjena smjera oko nekog predmeta ili sprave uz dodavanje i prenošenje određenih predmeta.

Iz svih navedenih i sažetih činjenica i saznanja o integriranju, ulozi i utjecaju kinezioloških igara na djetetov organizam, zaključujemo da ona uvelike doprinosi razvoju i poboljšanju djetetovih motoričkih sposobnosti. Osim na to, ona se odražava i na funkcionalne sposobnosti i cjelokupni antropološki status djeteta. Svrha i zaključak ovog završnog rada jest da se sa sigurnošću može tvrditi da igra u bilo kojem obliku pozitivno utječe na djecu i dugoročno osigurava njegov zdraviji i uspješniji životni vijek.

LITERATURA

Knjige:

- 1) Anić, V. (1998). *Rječnik hrvatskoga jezika*. Zagreb: Novi Liber.
- 2) Dienstmann, R. (2015). *Igre za motoričko učenje*, Zagreb.
- 3) Duran, M. (2003). *Dijete i igra*. Zagreb: Naklada Slap.
- 4) Findak, V. (1995). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju*. Zagreb: Školska knjiga.
- 5) Findak, V., & Delija, K. (2001). *Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju*. Priručnik za odgojitelje. Zagreb: EDIP d.o.o.
- 6) Findak, V., Metikoš, D., Mraković, M., Neljak, B., Prot, F. (1999). *Motorička znanja*. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
- 7) Findak, V., & Prskalo, I. (2004). *Kineziološki leksikon za odgojitelje*. Petrinja: Visoka učiteljska škola.
- 8) Ivanković, A. (1973). *Fizički odgoj djece predškolske dobi*. Zagreb: Školska knjiga.
- 9) Lazar, M. (2007). *Igra i njezin utjecaj na tjelesni razvoj*. Đakovo: Tempo.
- 10) Neljak, B. (2009). *Kineziološka metodika u predškolskom odgoju*. Zagreb: Kineziološki fakultet.
- 11) Pejčić, A. (2005). *Kineziološke aktivnosti za djecu predškolske i rane školske dobi*. Rijeka: Visoka Učiteljska škola u Rijeci. Sveučilište u Rijeci.
- 12) Vučinić, Ž. (2001). *Kretanje je djetetova radost*. Zagreb: FoMa.

Članci i publikacije:

- 1) Mahmutović, A. (2013). Značaj igre u socijalizaciji djece predškolskog uzrasta. Izvorni znanstveni članak, *Metodički obzori*. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/114289> (7.05.2018.)
- 2) Rajić, V. & Petrović-Sočo, B. (2015). Dječji doživljaj igre u predškolskoj i ranoj školskoj dobi. *Školski vjesnik*: časopis za pedagoškijsku teoriju i praksu. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/153131> (10.05.2018.)

Izjava o samostalnoj izradi rada

Kojom izjavljujem da sam ja, Magdalena Gašpar, studentica Učiteljskog fakulteta u Zagrebu, odsjek Rani i predškolski odgoj i obrazovanje, samostalno provela aktivnosti istraživanja literature i napisala završni rad na temu *Igra u funkciji razvoja motoričkih sposobnosti djece predškolske dobi* pod vodstvom i uz pomoć dr.sc. Marijana Hraski.
