

SPORTSKA GIMNASTIKA

**RAD SA DJECOM NA MINI GIMNASTIČKIM
SPRAVAMA**

dr. sc. Muhamed Tabaković, redovni profesor

e-mail: muhamed.tabakovic@gmail.com

OPĆA DIDAKTIČKO-METODIČKA I ORGANIZACIJSKA UPUTSTVA ZA RAD SA DJECOM NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

- Vježbe na mini gimnastičkim spravama su pripremljene upravo za predškolsku djecu i za prve razrede osnovne škole, ali uz to moramo biti svjesni, da je organizacijsko i metodičko područje dosta zahtjevno.
- Časovi sportskog vaspitanja ili treninzi zahtijevaju od pedagoga dovoljnu mjeru tehničko - metodičkog znanja, sposobnost organizovanja i vođenja pedagoškog procesa.

OPĆA DIDAKTIČKO-METODIČKA I ORGANIZACIJSKA UPUTSTVA ZA RAD SA DJECOM NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

**Kod priprema i kod vođenja pedagoškog procesa sa djecom pedagozi
treba da se pridržavaju slijedećih uputa:**

1. Izbor građe treba se prilagodi sposobnostima djece.
2. Kod odabira metoda moramo se pridržavati cilja sportskog odgoja, a ne želje za postizanjem vrhunskih rezultata.
3. Vježbe na mini gimnastičkim spravama se ne počinju kod krugova, na uporima ili sl., odnosno treba početi sa osnovnom motorikom kod prirodnih oblika pokreta.
4. Organizacijski oblici rada bi trebali biti raznoliki, i trebali bi odgovarati uslovima rada i sposobnostima djece.
5. Pedagoški proces bi trebalo izabrati i organizovati tako, da razvija osnovne motoričke sposobnosti.

OPĆA DIDAKTIČKO-METODIČKA I ORGANIZACIJSKA UPUTSTVA ZA RAD SA DJECOM NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

6. Na času pedagoškog procesa moramo obezbjediti sigurnost (dovoljno strunjača, čuvanje) i postupnost, od lakših ka težim vježbama.
7. Pedagoški proces nije moguće voditi uspješno, ako su grupe prevelike (idealno bi bilo kada bi smo imali 10 djece na jednog sportskog pedagoga).
8. Sportski vaspitni program nije moguće izvoditi, ako nema dovoljno prostora, jer u protivnom takva vježba vrlo brzo može biti opasna.

OBLICI RADA SA DJECOM NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

Frontalna vježba: (svi učenici vježbaju sve vježbe po istom modelu). Frontalni oblik nastave bi se trebao koristiti na početku časa, kad učenike zagrijavamo za vježbu, dok obrazlažemo ili demonstriramo novu građu učenja.

Grupna vježba: (homogene grupe, nehomogene grupe, početna vježba, dopunski zadaci, vježba pomoću kartona). Kod sportskog odgoja je nastava često organizovana u grupama, bilo da su to redovi, kolone, manje grupe 3-6 djece. Svaka grupa mora se međusobno pomagati (čuvati), sarađivati i rješavati postavljene zadatke. U tom periodu je primjerena vježba po stanicama.

OBLICI RADA SA DJECOM NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

Poligon: (taj oblik vježbe je primjeren za utvrđivanje obogaćivanje programa vježbi). Poligon koristimo kad su učenici savladali, naučili vježbe, koje sadrži poligon. Kod poligona se djeca takmiče, odnosno određene vježbe izvode u bitno bržem ritmu.

OBLICI RADA SA DJECOM NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

Poligoni za djecu



PROGRAM OSNOVNE MOTORIKE I OSNOVA SPORTSKE GIMNASTIKE NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

Upoznavanje sprava:

Djeca moraju steći predstavu, koliko je visoko vratilo, krugovi, koliko je širok razboj, koliko je meka ili tvrda strunjača, koliko su elastične ljestve, odskočna daska itd.

PROGRAM OSNOVNE MOTORIKE I OSNOVA SPORTSKE GIMNASTIKE NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

Razvijanje motoričkih sposobnosti:

Osnovne motoričke sposobnosti su osnova uspješnom i sigurnom savladavanju novih gimnastičkih vježbi na bilo kojoj spravi, i najjednostavnija gimnastička vježba se neuporedivo lakše savladava, ako su djeca prethodno motorički pripremljena.

PROGRAM OSNOVNE MOTORIKE I OSNOVA SPORTSKE GIMNASTIKE NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

Sticanje iskustava u gibanju:

Sportski pedagog mora nuditi u prvom redu takva iskustva u gibanju, koja će olakšati učenje tehnike novih vježbi.

Veoma značajna je količina i vrsta iskustava u gibanju onda kada se radi o učenju novih, težih i kompleksnijih gimnastičkih vježbi.

PROGRAM OSNOVNE MOTORIKE I OSNOVA SPORTSKE GIMNASTIKE NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

Prednost gimnastičkim početnim iskustvima gibanja dajemo na:

- Upoznavanje osnovnih položaja.
- Veza, upor, različiti stavovi, čučanj, sjedenje, ležanje, pretklon, zaklon, otklon itd...
- Hodanje, trčanje, skokovi itd..
- Savladavanje tijela u jednostavnim zadacima gibanja.
- Penjanje, puzanje, valjanje, savladavanje sprava kao prirodnih prepreka itd...

PROGRAM OSNOVNE MOTORIKE I OSNOVA SPORTSKE GIMNASTIKE NA MINI GIMNASTIČKIM SPRAVAMA

Učinci stečenih iskustava gibanja pomažu:

- Da se lakše i brže usvoje osnovne gimnastičke vježbe.
- Da se djeca više motiviraju za učenje novih gimnastičkih vježbi.
- Da je vježbanje u svakom pogledu sigurnije, zbog bolje tjelesne i psihičke spremnosti.

GIMNASTIČKE SPRAVE ZA DJECU



GIMNASTIČKE SPRAVE ZA DJECU



GIMNASTIČKE SPRAVE ZA DJECU



GIMNASTIČKE SPRAVE ZA DJECU



POMOĆNE GIMNASTIČKE SPRAVE ZA DJECU



POMOĆNE GIMNASTIČKE SPRAVE ZA DJECU

