

Družinski pohodi po Gorjancih

Jožica Zec, dipl. vzg.

Povzetek:

V prispevku predstavljam primer dobre prakse sodelovanja s starši in posrednega vplivanja na zdrav življenjski slog družine. Z namenom hoje v naravi ter aktivnega sodelovanja s starši sem vsakoletno organizirala jesenski sobotni družinski pohod po Gorjancih. Druženje je bilo prijetno, poučno in zabavno.

Ključne besede:

gibanje, izlet, pohod, sodelovanje s starši, družine, Zlati sonček, Ciciban Planinec

Uvod:

Kurikulum poudarja pomembnost organizacije zdravega, varnega in prijetnega okolja, ki je prilagojen različnim potrebam, interesom in sposobnostim otrok, tako, da optimalno prispeva k njihovem razvoju in zdravju. V vrtcu otrokom omogočamo in jih spodbujamo, da z različnimi dejavnostmi v prostoru in na prostem spoznavajo in razvijajo gibalne sposobnosti. Gibanje je osnova za ves otrokov razvoj. Z gibanjem si razvijajo tudi intelektualne sposobnosti, pridobivajo na socialnem in emocionalnem področju (Kurikulum, 1999). Pomanjkanje gibanja je lahko vzrok za številne težave v razvoju. Tega, kar zamudi otrok v tej dobi, ne more nadomestiti nikoli več (Trdina 1979). Z izvajanjem dejavnosti na prostem pa se otrok seznanja tudi z lepoto in vrednostjo narave ter naravovarstvenim ravnanjem (ne poškoduje rastja, ne trga cvetic, s sabo nosi vrečke za odpadke itn.) Otrok naj ima vsak dan možnost za gibanje, zlasti na prostem. Tako si pridobiva ustrezne navade in utrjuje potrebo po vsakodnevni gibalni dejavnosti, ki optimalno prispeva k njegovemu razvoju in zdravju (Otrok v vrtcu 2001).

Z vsemi temi nameni in s ciljem še boljšega načrtnega spodbujanja kakovostnega in raznovrstnega sodelovanja med vrtcem, starši in otroci sem načrtovala družinski pohod. Ob načrtovanju dela v starostni skupini od 4-6 let sem razmišljala o oblikah sodelovanja s starši. Glede na pretekle izkušnje sem ugotavljala, da starši radi pridejo in uživajo ob druženjih, kjer so aktivni skupaj z otroki. S skupino smo bili vključeni v akcijo Cicibana

Planinca, otroci pred vstopom v šolo pa tudi v program Zlati sonček. V okviru teh naj bi otroci opravili tudi več daljših izletov oz. pohodov. To je bila pobuda, da poskušam organizirati daljši pohod z otroki in starši. Ker smo doma pod Gorjanci, več staršev in otrok pa še nikoli ni bila peš na vrhu, sem se odločila za to smer.

Organizacija in izvedba pohoda

Pred organizacijo pohoda sem se spomnila pomembnih dejstev: zelo pomembna je psihična priprava – dobra motivacija. Če bo otrokom dolgčas bodo začeli kmalu tarnati, da so utrujeni. Dober izlet mora biti vsebinsko bogat, na njem ne sme biti dolgčas. Ves čas se mora kaj dogajati. Izlet je vsebinsko bogat, če je fiziološko učinkovit, poučen, prijeten in zabaven. Izkoristiti je smiselno dane okoliščine, da se kaj novega naučimo. Priložnostno pobiranje odpadkov, ki so jih drugi odvrkli, je lahko dober opomin, kako ne smemo ravnati. (Kristan 1997)

Vsako leto smo že v septembru izvedli daljši pohod z otroki v dopoldanskem času. Pred tem smo se pogovorili in se seznanili z ustreznimi oblačili in obutvijo. Dogovorili smo se o dodatni opremi »mladega planinca« - nahrbtniku in njegovi vsebini, o tem, kako so označene poti in o osnovnih varnostnih pravilih pri hoji v skupini na različnih terenih.

V mesecu oktobru sem v naši enoti Kekec - vrtcu s tremi oddelki drugega starostnega obdobja- povabila starše in otroke iz vseh oddelkov na sobotni družinski pohod. Z obvestili sem jih seznanila z vsemi potrebnimi informacijami. Tako smo se ob 9. uri zbrali na dogovorjenem mestu na Gorjancih – pri Krvavemu kamnu. Običajno so se nam pridružile cele družine, stari starši in sorodniki, pohodov pa se je udeleževala tudi moja družina.

Za otroke sem pripravila ustrezne izzive, ki so jih motivirali pri hoji in jim omogočala, da se dejavnosti udeležujejo sproščeno, brez strahu pred neuspehom ali zavrnitvijo. Tako sem za vse otroke iz vrtca prinesla knjižice Cicibana Planinca in jim jih razdelila pred začetkom hoje. Za vse prisotne otroke pa sem pripravila mini pesmarice s planinskimi pesmicami in prostorom za žige planinskih točk. Pred začetkom hoje smo obnovili obseg poti, zapeli Kekčevo pesem (saj smo iz vrtca Kekec) in se spomnili gorjanskih škratov, ki nas verjetno slišijo. Pred nami je bila enourna hoja do Trdinovega vrha po strmejšem delu gozda. S posameznimi starši smo bili dogovorjeni, da bodo poskrbeli za namestitve »škratovih navodil« na drevje. Tako smo preverili le še vsak svojo opremo in poiskali prve markacije. Kmalu nas je presenetilo prvo škratovo sporočilo. Gorjanski

škratki so nas lepo pozdravili v njihovem kraljestvu in nas pozvali, da se dobro ogrejemo in razgibamo preden se podamo v hrib. Razgibavanje je vodil očka – športni pedagog. Vsi smo aktivno sodelovali in dobre volje nadaljevali pot z iskanjem markacij.

Naslednje škratovo sporočilo nas je povabilo k odmoru, globokemu dihanju svežega zraka in petju pesmic. Po opravljeni nalogi in osvežitvi z vodo smo nadaljevali pot po gozdni stezi, preko drevesnih korenin, pod mogočnimi drevesi gorjanskega pragozda – skratka, narava nam je ponujala številne priložnostne izzive, ki smo jih kar se da izkoristili. Vsakič ko so otroci zagledali naslednjo škratovo sporočilo so bili bolj navdušeni: »Preberi kaj piše!« »Skriti zaklad!« Tudi tisti, ki jim je že manjkalo volje do hoje so se ob tem sporočilu polni energije podali v iskanje. Najditelj sladkega skritega zaklada ga je ponosno razdelil med vse udeležence. Do cilja ni bilo več daleč, med klepetom smo že zagledali jaso in kmalu nato mogočen stolp –TV oddajnik na Trdinovem vrhu. Sledil je zaslužen počitek na lesenih klopeh in malica iz nahrbtnikov. Navdušenje otrok in staršev ob doseg vrha je bilo veliko. Poskrbeli smo za vpis v planinsko knjigo in žig v vse knjižice. Sledilo je skupinsko fotografiranje, nato pa sem otrokom povedala zgodbo o Gospodični (avtorja Janeza Trdine), ki se je sprehajala po Gorjancih in odkrila studenček, kjer se je umila in odžejala. Ta voda jo je pozdravila in pomladila. Zgodba jih je navdušila in dodatno motivirala za spust v dolino do čarobnega studenca in planinskega doma Gospodična. Med potjo navzdol ni bilo potrebne dodatne motivacije, saj je to že storila zgodba. Smo pa opazovali lepote gozda, se pogovarjali in peli poskočne pesmice na željo otrok in staršev. Po uri in pol hoje smo prispeli do studenca, kjer so se vsi odžejala s »čarobno« vodo in si jo še natočili v plastenke za domov. V planinskem domu smo se vpisali v knjigo in poskrbeli za žige v naših knjižicah. Sledil je zaključni sprehod do avtomobilov. Še naša planinska himna za zaključek in planinski pozdrav vsem, ki so uspešno prehodili pot - prav vsi so jo. Zadovoljstvo otrok in odraslih je bilo videti na njihovih obrazih – utrujenih, a nasmejanih.

Zaključek:

Na pohodu smo se družili v drugačnem (ne vrtčevskem), naravnem okolju in neformalno spoznavali drug drugega. Prijetna doživetja na sobotnih pohodih so mi vsako leto znova potrjevali vrednost mojega dela. Poleg doseganja gibalnih in športnih ciljev sem izkoristila številne možnosti, ki jih je ponujala narava. Z različnimi dejavnostmi smo sledili ciljem z vseh področij dejavnosti: narave, družbe, jezika, umetnosti, matematike in gibanja. Z izletom sem omogočila otrokom še boljše pogoje za osebni razvoj, za

razvoj pozitivne samopodobe in povečevanje samozavesti, ter prispevala k pozitivnemu odnosu do ukvarjanja s športom v prostem času. Menim, da sem posredno vplivala tudi na starše oz. ostale udeležence pohoda tako, da jim morda postane hoja v naravo ena izmed pomembnih sestavin kakovosti življenja v vseh starostnih obdobjih.

Bivanje na prostem ponuja številne možnosti izvajanja kurikula in običajno zanje otrok ni potrebno posebno motivirati, ker to stori že narava sama.

Viri in literatura:

1. Kurikulum za vrtce: predšolska vzgoja v vrtcih. (1999) Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport.
2. Otrok v vrtcu: priročnik h kurikulu za vrtce. (2001) Maribor: Obzorja.
3. Stritar, U., Sentočnik, S. (2006) Otrokovo portfolio v vrtcu. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
4. Kristan, S. (1997) Športni program Zlati sonček. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod za šport Slovenije.
5. Trdina, J. (1979) Tudi predšolski otrok telovadi. Ljubljana: Državna založba Slovenije.