

Uticanje na razvoj dečje ličnosti

FIZIČKO VASPITANJE PREDŠKOLSKE DECE*

RAZVOJ MOTORIKE U RANIM UZRASTIMA

Motorna aktivnost je mišićna radnja kojom se telo kreće u prostoru. Ona podrazumeva refleksne i voljne manipulativne aktivnosti ekstremiteta i tela. Motorika je određena nivoom zrelosti struktura koje je čine i nivoom napetosti mišića (Bojanin, 1979, 13). Značajni periodi razvoja motorike u ranom uzrastu su refleksni, senzomotorni i psihomotorni.

Pokret fetusa u majčinoj utrobi je prvi znak njegovog života, najava prisustva čoveka u svetu, čijim uslovima će se prilagođavati, ali koje će i menjati prema svojim potrebama i mogućnostima. Kada beba položena na stomak podigne glavu nekoliko nedelja posle rođenja, to će biti njena prva pobeda Zemljine teže. Od refleksnih pokreta, kojima ona raspolaže priikom dolaska na svet i koji će iščezavati uporedo sa sazrevanjem odgovarajućih centara u mozgu, postepeno će se odvojiti voljno usmerene radnje, pomoću kojih će beba moći ne samo da reaguje, već i da uđe u pravu interakciju sa sredinom koja je okružuje. Umesto nasumičnih, globalnih pokreta celog tela javiće se sve precizniji, efikasniji i ekonomičniji specijalizovani pokreti koji angažuju samo pojedine grupe mišića ili mišiće, a razviće se i koordinacija među pokretima, kao i između pokreta i čula.

Uočeno je da se prvi pokreti fetusa javljaju kao refleksni odgovor već u dvanaestoj nedelji fetalnog života, a refleksne aktivnosti preovlađuju i posle rođenja deteta. Voljni pokreti sa određenim ciljem javljaju se u petom ili šestom mesecu života. Oni više nisu samo odraz refleksnih radnji, već postaju celishodni i izraz su želje da se promeni položaj tela u prostoru,

* Poglavlje je napisano u saradnji sa mr Danicom Džinović-Kojić i Miodragom Bogosavljevićem.

što izaziva i promenu nadražaja koje primaju čula. Na taj način se povećavaju količina i kvalitet čulnih informacija, što deluje na dalji razvoj i buđenje najviših zona kore velikog mozga. Ovo je senzomotorni period, i on traje tokom cele prve i do sredine druge godine života deteta. Pokreti deteta postaju slobodniji, a manipulacija predmetima omogućuje mu da dobije prve informacije o njihovim svojstvima.

Postizanje kontrole nad sopstvenim mišićnim aparatom i uspešno savladavanje sile teže spadaju u najznačajnija postignuća deteta u ranom uzrastu, presudna ne samo za telesni već i za opšti razvoj njegove ličnosti. Upravo zbog sužene mogućnosti kretanja (uz nedostatak instinkata) novorođeno dete je bespomoćno u poređenju sa tek rođenom životinjom, a jeđan od najvažnijih, egzistencijalnih dometa detinjstva jeste osvajanje ove funkcije, bez koje teško može da opstane i uspešno se uključi u društvenu zajednicu. Razvoj i usavršavanje, a u određenom dobu održavanje nivoa sposobnosti kretanja, predstavlja proces koji traje čitavog života. Skoro sva interakcija sa sredinom koja okružuje dete na raznim razvojnim stupnjevima odvija se kroz pokret, koji je u tom smislu i glavna poluga njegovog opšteg razvoja. Da bi uspostavilo odnos svoga tela i Zemljine teže, dete treba da ovlada stabilnim držanjem, da bi se kretalo kroz prostor, potrebna mu je lokomotorna sposobnost, a da bi došlo u aktivan odnos s predmetima, treba da razvija manipulaciju, osposobi se za dohvatanje i svrsishodno rukovanje predmetima (Gallahue i dr, 1975, 42-43). Navedene operacije su sastavni deo senzomotorne radnje, na čiji je presudan značaj za razvoj ljudskog bića, kako u filogenezi, tako i u ontogenezi, ukazao A. Valon (Wallon, 1959). Po njegovom mišljenju senzomotorna radnja je najpogodnije i najefikasnije sredstvo kojim čovek raspolaže u procesima prilagođavanja sredini i delovanja na nju na svoj način.

Sposobnost za obavljanje samostalnih pokreta razvija se sledećim redosledom. Kontrola položaja glave – u trećem mesecu života, kada dete diže glavu unazad i na gore (tada se javlja i prva cervikalna krivina). U šestom mesecu dete sedi i drži glavu pravo (javlja se lumbalna krivina). Sa pet meseci odupire se prstima o podlogu ako ga stavimo u uspravan položaj. Sa devet do deset meseci stoji sigurno uz podršku, a sa jedanaest-dvanaest meseci balansira nekoliko sekundi i bez pridržavanja rukama. Sa jedanaest meseci deca hodaju ako ih pridržavamo za obe ruke, sa dvanaest meseci hodaju ako ih pridržavamo za jednu ruku, a sa trinaest meseci čine prve samostalne korake uz podignute ruke zbog održavanja ravnoteže. U drugoj polovini druge godine života dete hoda naizmenično pokrećući ruke i noge. Sa osamnaest meseci većina dece se penje uz stepenice – jednu po jednu, dok se sa dvadeset meseci na isti način spušta niz stepenice. Početkom treće godine dete trči sigurno i sve manje pada. Od treće godine penje se uz stepenice korak po korak, dok se u četvrtoj godini na isti način spušta niz stepenice.

Retko u kojem od domena svoga razvoja dete napreduje tako mnogo i tako brzo kao u motorici. Ono za relativno kratko vreme prelazi od faze u kojoj potpuno zavisi od drugih do faze u kojoj je skoro sasvim nezavisno od njih u tom pogledu (Hurlock, 1970, 143). Njegova motorika već oko treće godine dostiže znatan stepen razvoja i dete je pokretljivo, srazmerno spremno i gipko. Međutim, opšti stepen spretnosti njegovog tela i ruku još uvek je nizak. Značajnu novinu na tom uzrastu predstavlja početak usvajanja novog vida pokreta – delovanje na predmet oruđem. To zahteva funkcionisanje ruke na nov način prilagođen oruđu, koji se najbolje savladuje putem učenja po modelu i zahvaljujući praktičnoj delatnosti koju dete obavlja. Primitan je dalji razvoj lokomocije, pa deca ovladavaju i skokovima. Međutim, za pokrete deteta još uvek je karakteristično odsustvo preciznosti i umerja da se savlada otpor, što će usvojiti kasnije – prelaskom na učenje i radne aktivnosti (Lisina i Njeverović, – , 197).

Tokom razvoja naglo se povećava broj pokreta koje dete izvodi, i oni postaju precizniji, sve više koordinirani i bolje prilagođeni spoljnoj sredini, prelazeći put od refleksnog podizanja glave, sedenja, puzanja, uspravnog stajanja do hodanja, koje karakteriše sve veće učesće deđe volje, odnosno pokreti postaju hotimični.

Potreba za raznim vidovima fizičke aktivnosti spada u osnovne ljudske potrebe i naročito je izražena u detinjstvu. Svakom organu, bez obzira na njegovu funkciju, neophodna je određena, pravilno dozirana i redovna aktivnost, čije izostajanje dovodi do atrofije, degeneracije, kao i do stvaranja uslova za pojavu bolesti i razaranje pojedinih organa. Nasuprot tome, pod uticajem fizičke aktivnosti organizam jača, postaje prilagođeniji u funkcionalnom i strukturalnom pogledu, odnosno funkcioniše bolje i ekonomičnije, a njegovi organi menjaju svoju građu i oblik (Leskošek, 1980, 49-50). Tako se razvija i sposobnost deteta da sopstvenim aparatom za kretanje uspešno savlada obavljanje određenih pokreta u skladu sa zahtevima prostora, ispoljavajući pri tom brzinu, snagu, izdržljivost, vitost, okretnost, spretnost i preciznost. Ove komponente fizičke sposobnosti deteta mogu se unapređivati specijalnim dejstvima pod uslovom da nervni mehanizam dostigne određeni stepen zrelosti. Usavršavanje funkcije vežbanja vremenski se poklapa sa uključivanjem korteksa u rad. Započinjanje vežbanja pre nego što je odgovarajuća struktura dostigla minimalni stepen zrelosti jeste čisto gubljenje snage, a može biti i štetno.

Motorni razvoj, odnosno sposobnost kontrole sopstvenog tela, značajan je za dete iz više razloga. Pre svega, motorne aktivnosti su detetu izvor zabave i sastavni deo mnogih njegovih igara. U ovim aktivnostima dete stiče i izražava svoju nezavisnost koja stvara kod njega samopouzdanje i čini ga srećnim. Razvijena motorika je bitan uslov detetovog uspešnog prilagođavanja aktivnostima koje se organizuju u vrtiću i kasnije u školi, a u kojima se pridaje velika važnost crtanju, slikanju, korišćenju jednostav-

nog alata, pisanju i dr., što zahteva određen stepen motorne uspešnosti. Budući da dete većinu svojih socijalnih kontakata ostvaruje kroz igru, ko- ja najčešće sadrži motorne aktivnosti, ugled koji stiče u kolektivu takođe je neposredno uslovljen njegovom fizičkom spretnošću. Konačno, pojam koji dete stiče o sebi zavisi od reakcija vršnjaka na sposobnosti ispoljene pred njima, a one su najčešće motorne prirode (Hurlock, 1970, 146-147).

Od prve do sedme godine života igra je osnovni način na koji se kom- ponente motornog razvoja mogu razvijati do optimalnih granica. U odrede- nim periodima razvoja deteta igra ima i odlučujući značaj za motorni raz- razvoj svih funkcionalnih sistema i psihičkog života.

Na uzrastu od prve do treće godine kod deteta se razvijaju predmetne radnje i funkcionalne igre koje iz njih proizilaze, kao što su opipavanje, hvatanje, gužvanje, cepanje, premeštanje, bacanje i sl. Zahvaljujući njima se dalje razvijaju funkcije organizma. Odrasli mogu uticati na razvoj svih vidova motornih aktivnosti tako što će ih podsticati. Tada se već usposta- vlja vizuelno-motorna koordinacija i dete je u stanju da podražava znatanu i najvažniju pokrete. Postepeno, oko treće godine motorika postiže znatan stepen razvoja, tako da su deca gipka i pokretljiva, ali je njihova opšta spretnost prilično niska.

Igra ostaje vodeća aktivnost i tokom treće godine života deteta, a to je period psihomotornih aktivnosti. Kroz igru dete zadovoljava svoju potrebu za kretanjem, tako da se razvoj lokomotornih pokreta nastavlja. Hodanje i trčanje mlade predškolske dece su zbog slabosti antropoloških dimenzija (koštano-mišićnog i zglobnog sistema) nesavršeni. Dužina koraka nije konstantna, razvoj udruženih pokreta ruku tek počinje, pokreti još uvek nisu pravolinijski, a pri trčanju nema sprinta. Sa razvojem centralnog ner- vnog sistema hodanje i trčanje postaju prirodni, deca su u stanju da sa- vladaju određene prepreke (zaobilaze predmete, penju se, silaze), tako da se na kraju predškolskog perioda povećavaju svi kvantitativni i kvalitativ- ni pokazatelji lokomocije. Kod 93 do 94% dece na uzrastu od 6-7 godina zapažaju se udruženi pokreti u toku hodanja i trčanja, trčanje je pravolinijs- ko i ritmično, "galopiranje" se ispoljava kod 84% dece, povećava se brzina trčanja i dužina koraka (Zaporožec i Eljkonin, -, 197).

Na ovom uzrastu deca prvi put ovladavaju i drugim oblicima kretanja: skokovima u vis i u dalj, povezujući zalet sa odrazom, letom i laganim do- skokom; bacanjem predmeta na cilj; bacanjem i hvatanjem lopte; praktič- nim veštinama - vožnjom tricikla, bicikla, koturaljki, klizaljki, uključujući i usvojene elemente sportskih igara. Pred kraj boravka u vrtiću deca nauče mnoge vežbe za opšti razvoj raznih grupa mišića, kako krupnih, tako i sit- nih, za preciznost, izražajnost pokreta i usklađenost sa ritmom, tempom i vrstom muzike. Ovde se već govori o složenom vidu motorike, odnosno o voljnoj i svesnoj motornoj aktivnosti koja podrazumeva prvo stvaranje pla-

na, zamisli radnje, a zatim se ona odvija pod punom kontrolom svesti. Ovako složene aktivnosti najstarije predškolsko dete ne može da savlada samo kroz igru, što je karakteristično za rano detinjstvo, pa se motorne veštine razvijaju i usavršavaju kao samostalni ciljevi kroz specifične forme rada sistematskim vežbanjem i učenjem u predškolskim ustanovama.

Motorne veštine razvijaju se kod dece tokom celog predškolskog de- tinjstva uporedo sa razvojem strukture kao funkcije i mišića kao njenog iz- vršioca. Prateći igru, njene specifičnosti, zadatke i motive, formiranje i funkcionisanje motornih aktivnosti odvija se od jednostavnih pokreta u funkcionalnim igrama, preko pokretnih igroljkih vežbi, tematskih pokret- nih igara, takmičarskih pokretnih igara, sve do posebne vrste pokretnih igara kakvu predstavljaju sportske igre. Na njih se utiče na razne načine - počev od očiglednog pokazivanja do usmenih uputstava a pokreti se i si- stematski uče i uvežbavaju. Tako je moguće govoriti o daljem razvoju i usavršavanju svih pomenutih komponenti fizičke sposobnosti, uzimajući u obzir postupke i aktivnosti koje se primenjuju na različitim nivoima i za različite potrebe.

FAKTORI FIZIČKOG RAZVOJA I RAZVOJA MOTORIKE

Svi procesi koje obuhvata fizički razvoj i razvoj motoričkih sposobno- sti uslovljeni su nizom različitih faktora: unutrašnjih i spoljašnjih, kao i ak- tivnostima deteta. Od unutrašnjih faktora koji utiču na razvoj pokreta (i, uopšte, na rast i razvoj) naročito je važan neurovegetativni sistem u kome hipotalamus reguliše lučenje hormona rasta u hipofizi, kao i sve endokrine žlezde od kojih zavisi pravilno funkcionisanje i razvoj organa i telesnih struktura. Unutrašnji faktori su oni koji se nasleđuju, a nose takođe i obe- ležja telesnog tipa, pola i rase pojedinca. Oni predstavljaju biološku osno- vu od koje zavisi celokupan razvoj deteta, ali ga ne mogu obezbediti bez uticaja spoljašnjih faktora. U spoljašnje faktore ubrajaju se socioekonom- ski, geografsko-klimatski uslovi, uticaj fizičkih aktivnosti, higijensko-dije- tetski postupci, stimulativna sredstva, kao i preventivni, kurativni ili ko- rektivni i kompenzatorski uticaj vaspitanja. Svakako, snagu i smer delova- nja ovih uticaja određuju i karakteristike ličnosti samog deteta, njegove težnje i potrebe koje se ispoljavaju ili stiču, uobličavaju i razvijaju.

Iako sazrevanje ima veoma značajnu ulogu u razvoju sposobnosti kretanja, istraživanja pokazuju da je njihov kvalitet pod odlučujućim uticajem isku- stva koje dete stiče u toj oblasti, odnosno prilika da ih na odgovarajući način upražnjava. Dok će redosled ovladavanja pojedinim kretanjima najviše zavi- siti od sazrevanja, iskustvo će prvenstveno uticati na brzinu kojom dete ovladava njima i na nivo do kojeg će se usavršiti tokom svoga razvoja. I pored toga što je sazrevanje neizostavan faktor razvoja motorike, ono nije

njegov pokretač, već je to učenje. Ovaj razvoj je kod deteta specifičan pre svega s obzirom na to da se ostvaruje pod uticajem vaspitanja i usvajanjem iskustva odraslih, a ne samo gomilanjem sopstvenog individualnog iskustva.

Kad su spoljašnji faktori koji deluju na rast i razvoj nepovoljni, njihov uticaj je vrlo uočljiv budući da usporavaju motorni razvoj. U ove faktore spadaju: slabost organizma (zbog bolesti, nehranjenosti i dr.), telesna veličina (npr. zdepaste, oble ili preferano teške bebe sporije prohodaju), inteligencija (ukoliko je niska, i to naročito prvih godina života kada se zapaža uska povezanost između inteligencije i motornih sposobnosti), odsustvo prilika za razvoj mišićne kontrole (nepostojanje materijalnih i drugih uslova za vežbanje takođe ometa razvoj telesne umešnosti), nedostatak podstreka za razvijanje mišićne kontrole (na primer, uprkos ostalim povoljnim uslovima dete zaostaje u razvoju motorne spretnosti ako je prezaštićeno), nastojanje da se razviju specifični pokreti (ako se u tome preurani, opštešno insistira na njima pre nego što su razvijeni osnovni pokreti ili opšte sposobnosti za kretanje) i, konačno, strah, (koji primorava dete da vrši određene pokrete, indukovana plašljivost od roditelja, grdnje, ismejavanja i sl.) (Hurlock, 1970, 117–118, 174–177).

Istraživanjima je utvrđeno da postoje morfološke karakteristike na koje nasleđe ima izuzetno jak uticaj, a koje se u različitim uslovima i pri delovanju raznih spoljašnjih faktora uvek isto razvijaju. Telesna visina (ši-genetski određena do 96%, a slično je i sa transverzalnim dimenzijama, ali sa rinom ramena i karlice). *Telesna masa* je, takođe, genetski uslovljena, ali sa 60%, i pod snažnim je uticajem spoljašnjih faktora (Ugarković, 1996, 18).

Kapelmanova istraživanja su pokazala da se visina i težina mogu me-njati pod uticajem sredinskih faktora, ali je teško odrediti do kojeg stepena su te promene moguće i poželjne, jer se ne treba suprotstavljati onome što je prirodno (interpretacija, Mandić i dr., 1998, 86).

Iako je razvoj *koštanog sistema* od svih organskih sistema najviše genetski uslovljen, na njega znatno mogu uticati spoljašnji faktori, pre svega ishrana i mehanički činioci. Slaba i neredovna ishrana – hronično gladovanje u periodima rasta, dovodi do zaostajanja ili poremećaja u rastu kostiju (rahitis i dr.). Od mehaničkih faktora značajno je dejstvo sile istezanja i sile pritiska, od kojeg zavisi izgled i položaj kostiju.

Kad je u pitanju *mišićni sistem*, na njega, pored genetskih, utiču i razni sredinski faktori, a posebno su važni: fizičko vežbanje, specijalna ishrana obogaćena proteinima, anabolici i androgeni.

Na stvaranje *masnog tkiva* mogu uticati razni sredinski faktori, od kojih su naročito važni: nasleđe, prekomerna ishrana bogata mastima i ugljenim hidratima (pozitivan energentski bilans), kao i nedovoljna fizička aktivnost. Kada je gojaznost uslovljena nasleđem, teško se koriguje dijetama i fizičkim vežbanjem. Međutim, ako je uzrokovana prekomernom

ishranom i nedovoljnim kretanjem, masno tkivo se može regulisati pravilnim režimom ishrane i odgovarajućim vežbama.

Nasleđe ima odlučujuću ulogu u razvoju niza telesnih osobina. Na primer, *sposobnost deteta da prohodaja zavisi od sazrevanja*, kao i mnoge druge motorne sposobnosti, naročito u prvoj i drugoj godini života.

Prema Denisovom istraživanju, koji je proučavao prohodavanje dece u dva različita indijanska plemena, ne postoje razlike u uzrastu dece kada prohodaju, uprkos razlikama u načinu na koji su vaspitavana. Naime, dok su u jednom plemenu deca veći deo dana do navršene prve godine provodila u kolevci, što im nije pružalo mogućnost da vežbaju pokrete potrebne za prohodavanje, deca iz drugog plemena nisu bila sputana na taj način. Iz toga proizlazi zaključak da se sposobnost hodanja razvija u određenom uzrastu, pretežno nezavisno od prethodnog vežbanja (interpretacija Borger, 1966, 86).

Motorne sposobnosti, *brzina i snaga*, sa svojim komponentama, pod jakim su uticajem nasleđa, sazrevanja centralnog nervnog sistema, endokrinih žlezda, a takođe i fizičkog vežbanja. Pojedine komponente brzine i snage (npr. brzina neuromišićnog reagovanja, relativna snaga) velikim su delom određene nasleđem, dok su učestalost pokreta i apsolutna snaga pod znatnim uticajem sistematskog vežbanja.

Izdržljivost, kao fizička sposobnost, takođe je pod uticajem nasleđa, jer su u njenoj osnovi biohemijske karakteristike ćelijskih reakcija, kojima se obezbeđuje energija za dugotrajan fizički rad. Određen udeo u nivou izdržljivosti imaju i spoljašnji faktori, ali svega 20–30%.

Fizičke sposobnosti: *vitost, okretnost, spretnost i preciznost* samo su donekle uslovljene genetskim faktorom i sazrevanjem centralnog nervnog sistema, ali su najviše pod uticajem fizičkog vežbanja. Zbog toga se po pristanku sistematskog vežbanja pojedine od njih mogu brzo i u velikom procentu izgubiti. U pogledu ovih sposobnosti postoje, takođe, i razlike među polovima.

Može se zaključiti da su za razvoj jednih telesnih osobina dece veoma značajni ili presudni unutrašnji faktori, dok su za razvoj drugih odlučujući spoljašnji faktori. Kontrola pokreta i sposobnost kretanja zavise kako od sazrevanja, tako i od učenja. S jedne strane, motorni razvoj odvija se uporedo s razvojem centara za motoriku u mozgu, a na njega utiče i sazrevanje neuralnih struktura, kostiju i mišića, kao i promene telesnih proporcija. S druge strane, na motorni razvoj se odražavaju vežbanje i učenje koordiniranog korišćenja raznih grupa mišića. Svakako, zrelost neuromuskularnog sistema uslovljava domete vežbanja koje je, na svoj način, veoma značajno za razvoj motornih sposobnosti (W. Dennis – interpretacija Hurlock, 1970, 144). Prema tome, kao i u mnogim drugim aspektima razvoja, ni kod motornog razvoja nije moguće utvrditi neki slučaj isključivog uticaja sazrevanja i učenja. On se odvija zahvaljujući interakciji pomenutih faktora.

Navedenu zakonitost L. Karmajkl (Carmichael) izrazio je na sledeći način: „Nije moguće napraviti stvarnu razliku između sazrevanja i učenja u dečjem razvoju jer se nasledni činioci razvijaju samo kao odgovor na uticaj sredine, a stečeni činioci mogu da se učvrste samo putem modifikacije već postojećih struktura. U čitavom sazrevanju ima učenja i u učenju tokom čitavog detinjstva ima naslednog sazrevanja“ (navod Gallahue i dr., 1975, 46).

Iako uslovljene delovanjem niza faktora, koji nikada nisu isti kod pojedine dece, u razvoju njihovih telesnih svojstava i karakteristika uočavaju se određene zakonitosti. Na primer, dok su rasteње i povećavanje telesne težine najizrazitiji do treće godine života, oni su nešto usporeniji kod dece koja po- hađaju vrtić. Njihova visina se povećava godišnje za 6–7 cm, a telesna težina na za 2 do 2,5 kg. Istovremeno, ova deca postaju snažnija, usavršavaju se funkcije njihovog nervnog sistema, a proporcije tela postaju sličnije odras- slom čoveku. Karakterističan je i razvoj sposobnosti za kretanje koji se, po- vezan sa razvojem mišića, odvija uporedo s rastom i formiranjem skeleta. Prvo se razvijaju grupe krupnih mišića potrebne za stajanje, hodanje i dru- ge aktivnosti povezane sa životnim potrebama deteta. Na primer, kod če- tvorogodišnjaka ili petogodišnjaka bolje su razvijeni mišići ramenog poja- nego mišići šake koji se, uporedo sa koordinacionom sposobnošću sitnih mišića, ubrzano razvijaju u uzrastu od 6 do 7 godina, kada dete počinje da obavlja lake fizičke poslove i uči da piše (Galjperin, interpretacija Račev, 1984, 7).

U fizičkom razvoju deteta uočava se i smenjivanje faza ubrzanog i usporenog rasteња. Dok se ubrzano rasteње karakteriše, pre svega, for- miranjem novih ćelija, u fazi kada je ono usporeno odvija se diferencijacija ćelija i njihovo prilagođavanje specifičnim funkcijama određenih organa. U fazama ubrzanog rasteња organizam je osetljiv, što znači da je njegova ot- pornost manja, ali i da je u ovim fazama veći uticaj fizičkih vežbi (Lesko- šek, 1980, 156). Ovome treba dodati i činjenicu da čovekovo telo ne raste kao celina, niti odjednom raste u svim pravcima, već svaki organ i svaki deo tela imaju sopstvene zakone razvoja, sopstvene individualne periode naglog rasteња i dospevanja do zrele veličine u sopstveno vreme (Hur- lock, 1970, 118).

ZNAČAJ I CILJEVI FIZIČKOG VASPITANJA PREDŠKOLSKE DECE

Sa sve većim razlikama u materijalnom i društvenom pogledu između „prirodnog“ ambijenta i urbane sredine u kojoj živi današnji čovek, pove- ćava se značaj dobro organizovanih i svakodnevno primenjivanih postupa- ka u fizičkom vaspitanju. Urbana sredina, s jedne strane, nameće mnoštvo ograničenja (posebno velikih za decu), a, s druge strane, udobnostima ko- je pruža, smanjuje potrebu za kretanjem i otpornost organizma. Osim to- ga, uticaj prirodnih faktora (vazduha, vode i Sunca) po pravilu je manji u

takvoj sredini zbog njene zagađenosti i ometajućih faktora. Zbog toga je potrebno decu u posebno osetljivom periodu njihovog života koliko je mo- guće zaštititi od nepovoljnih uticaja i obezbediti im povoljne uslove za nor- malan fizički rast i razvoj i unapređivanje telesnog i mentalnog zdravlja.

Očekuje se da će se navedeni kvaliteti odraziti na opšti razvoj dece, naroči- to u četiri glavne oblasti. Pre svega, uporedo s razvojem *nervnog sistema* povećava se i inteligencija, a s njom je povezano i emocionalno ponašanje deteta i socijalizacija. Rast mišića izaziva promene u motornom kapacitetu i jačini, što neposredno utiče na aktivnosti kojima se dete bavi, za šta su naj- bolji primer igre na raznim uzrastima. Promene u radu *endokrinih žlezda* izazivaju promene u opštoj fizičkoj strukturi deteta (visini, težini, telesnim proporcijama i opštoj fizičkoj pojavi) koje se, takođe, odražavaju na ponaša- nje. Konačno, *fizički status* deteta bitno određuje i njegovo ponašanje u so- cijalnoj grupi (na primer, malo dete se može osećati inferiorno i sl.) (Hur- lock, 1970, 113–114).

Fizičko vaspitanje predškolske dece treba posmatrati u kontinuitetu s fizičkim vaspitanjem na ostalim stupnjevima sistema vaspitanja i obrazo- vanja, jer su njegovi elementi prisutni do kraja čovekovog života. Istovre- meno, ovo vaspitanje je sastavni i nedeljivi deo vaspitanja uopšte. To zna- či da se njime deluje na čoveka preko tela, a ne samo na njegovo telo (Bogosavljev, 1982, 7).

Budući da je fizičko vaspitanje najuže povezano sa čitavim razvojem ličnosti, ono ima brojne i složene ciljeve koji se povezuju sa svim razvoj- nim aspektima na koje se deluje u vaspitno-obrazovnom procesu. Pre sve- ga, jedan od osnovnih ciljeva fizičkog vaspitanja jeste *polovino uticanje na opšti razvoj organizma*. Vežbanje i kretanje podstiču rast i razvoj, predu- predujući posledice fizičke neaktivnosti kojoj su deca često izložena. Fizič- kim vaspitanjem *obezbeđuje se i normalno stanje aparata za kretanje*, po- sebno zglobova, veza i mišića, što se odražava u njihovoj pokretljivosti i snazi. Potrebno je, takođe, *formirati pravilno držanje tela*, a ako ima nekih poremećaja, treba ih otkloniti. Osim toga, treba stvarati i učvršćivati higi- jenske navike, kako u vezi sa ličnom higijenom, tako i sa higijenom okoli- ne. Fizičko vežbanje pruža velike mogućnosti i za *svestrano obrazovanje motorike*, razvijanje koordinacionih elemenata kretanja, formiranje i učvr- šćivanje motornih veština i sposobnosti. Povećavaju se i postignuća u po- gledu snage, brzine, okretnosti, izdržljivosti, i estetski se uobličavaju po- kreti, naročito kroz ples, čemu se mora posvetiti posebna pažnja u proce- su fizičkog vaspitanja. S obzirom na to da je dokazano da se raznovrsnim fizičkim aktivnostima *usavršavaju funkcije čulnih organa i doprinosi razvo- ju intelektualnih sposobnosti*, fizičko vaspitanje treba organizovati tako da se i ovi uticaji što potpunije ostvare. Telesno vaspitanje pruža velike mo- gućnosti i za razvoj mnogih pozitivnih voljno-karakternih osobina (stvara pozitivan odnos prema radu, prema kolektivu i društvenoj svojini, kulturno

ponašanje i sl.), a njime se može znatno uticati i na *formiranje interesa i smisla za lepa*, zbog čega i ostvarivanju ovih zadataka u procesu fizičkog vaspitanja treba posvetiti odgovarajuću pažnju (Leskošek, 1980, 52-73).

Fizičko vaspitanje se najčešće povezuje sa zdravstvenim vaspitanjem, što je ispravno pod uslovom da se tu ne podrazumeva razdvajanje telesnog od duševnog zdravlja. Zato je jedan od opštijih ciljeva vaspitanja *doprinos psihosomatskom zdravlju*. U svakom slučaju, doprinos jačanju dečjeg zdravlja nije posao samo dečjeg lekara, nego i vaspitača u predškolskoj ustanovi, koji ~~takođe može da doprinese ostvarivanju tog važnog cilja~~, posebno u pogledu „čeličenja organizma“ – stvaranja otpornosti prema promenljivim klimatskim uslovima (toploti, hladnoći, vetru i vlazi). Postupci kojima se ovaj cilj ostvaruje u predškolskoj ustanovi obuhvataju dosledno pridržavanje predviđenog ritma života i rada u vrtiću, mere za povećavanje otpornosti organizma i korišćenje prirodnih faktora za jačanje zdravlja, zatim telesno vežbanje, igre i druge telesne aktivnosti koje utiču na fizički i opšti razvoj deteta. Veoma je važno i negovanje nervnog sistema, što zahteva odgovarajuću organizaciju raznih vrsta aktivnosti, posebno zdravstvenohigijenskih i telesnih. Tu spada i zaštita deteta od premaranja, narušavanja sna, zatim pravilna ishrana i dr. Posebna pažnja posvećuje se bolesljivoj deci (koja boluju četiri i više puta godišnje), a takođe i deci kod koje se javljaju funkcionalni poremećaji zdravlja. Deca sa prevelikom telesnom težinom takođe spadaju u rizičnu grupu jer su sklonija obolevanju i teže podnose fizičke i umne napore. Za svu ovu decu treba pripremiti poseban režim odmerenog naprezanja i odmora, koji obuhvata svakodnevnih boravak na svežem vazduhu, dovoljno prilika za relaksaciju i rekreaciju, spokojan san pored otvorenog prozora i blagovremeno ustajanje radi bavljenja odgovarajućim aktivnostima. Za njih je, takođe, potrebno, u saradnji sa lekarom i nutricionistom, obezbediti uravnoteženu ishranu i odgovarajuće telesne vežbe (Venger i Kravcov, 1988, 48-49).

Navedeni ciljevi fizičkog vaspitanja ostvaruju se na specifičan način s decom predškolskog uzrasta, uzimajući u obzir karakteristike njihovog telesnog rasta i razvoja.

S obzirom na specifičnosti rasta i razvoja najveća se pažnja u fizičkom vaspitanju ove dece posvećuje globalnim pokretima, pre svega krupnih mišića, što je osnov za kasniji razvoj specijalizovanih pokreta i radnji koje zahtevaju uvećanost sitnih mišića. Osim toga, iako je kod deteta posle treće godine povećana sposobnost za kretanje, uticaj na njegov telesni razvoj ima specifičnosti s obzirom na ostale razvojne karakteristike. Njegov koštano-vezivni sistem je još uvek srazmerno nerazvijen, kao i organi koji regulišu krvotok i disanje, a u formiranju su i nervni i mišićni sistem. Zbog toga detetu ne odgovaraju jednolične, jednostrane dugotrajnije aktivnosti i položaji tela, kao ni aktivnosti koje zahtevaju velika mišićna naprezanja, izrazite vežbe snage ili vežbe koje duže traju. Deci ovog uzrasta više pogoduju krat-

kotrajne aktivnosti, koje mogu biti i većeg intenziteta, s obzirom na to da se brzo zamaraju, ali i brzo odmaraju. Zato je potrebno smenjivati aktivnosti s odmorom, kao i aktivnosti većeg intenziteta s aktivnostima manjeg intenziteta ili izmenjenog karaktera (Bogosavljev, 1982, 37).

Kad je u pitanju telesno vaspitanje predškolske dece, imajući u vidu plastičnost dečjeg organizma treba istaći i njegove izvanredne mogućnosti za korektivan rad u oblasti fizičkog razvoja, pre svega radi sprečavanja nepravilnosti u držanju tela, a ako su se one već pojavile – radi njihovog otklanjanja pre nego što se ustale u obliku deformiteta. Budući da decu u školi očekuju dugi časovi sedenja i mirovanja, njihove štetne posledice moguće je preduprediti ako organizam deteta dovoljno očvrstne i pripremi se za njih, što je moguće postići odgovarajućim telesnim vaspitanjem u predškolskom uzrastu.

SPECIFIČNE METODE I SREDSTVA FIZIČKOG VASPITANJA

Za ovladavanje motorikom i postizanje motorne spretnosti potrebno je specifično iskustvo koje dete stiče u odnosu s predmetnim svetom, u čijem mu je uspostavljanju neophodna pomoć drugih ljudi. Prepušteno sebi ono ne bi moglo da sazna namenu predmeta niti da usvoji odgovarajući način njihove upotrebe (Lisina i Njeverović, -, 182). Motorna spretnost koja bi se sticala samo u dodiru sa stvarima, putem pokušaja i grešaka, predstavljala bi suviše neekonomičan način učenja u pogledu utroška vremena i energije, koji bi dao i slabije konačne rezultate (Hurlock, 1970, 156). Zbog toga se radi sistematskog delovanja na fizički razvoj u dečjim vrtićima organizuju aktivnosti kojima treba planski i sistematski da se doprinese ostvarivanju svih navedenih ciljeva vaspitanja.

Aktivnosti kojima se unapređuju fizički razvoj i čula dece, neguje njihovo zdravlje i higijena mogle bi se razvrstati na aktivnosti kojima ona stiču sliku o svojoj telesnoj šemi i telesnim mogućnostima, aktivnosti višeg intenziteta i manje složenosti, kojima se pretežno podstiče razvoj telesnih sposobnosti, aktivnosti veće složenosti i manjeg intenziteta, kojima se podstiče razvoj sposobnosti za kretanje, koordinacija pokreta i spretnost, aktivnosti kojima se podstiče razvoj fine motorike, preventivno-zdravstvene aktivnosti, kao i aktivnosti koje predstavljaju nadgradnju prethodno pomenutih tipova aktivnosti (razne vrste pokretnih igara i igara koje uključuju motoriku, perceptivno-motorne, psihomotorne i druge aktivnosti kojima se razvija sklad pokreta, orijentacija u prostoru i ovladavanje njime, te uočava položaj sopstvenog tela u prostoru, kao i pokreti pojedinih delova tela i njihov međusobni odnos, tj. stiče se motorno iskustvo itd.), u kojima se telesne prožimaju sa svim drugim vrstama aktivnosti.

U predškolskom uzrastu jedna od osnovnih metoda usvajanja pokreta jeste učenje po modelu, imitacijom, koja se često javlja u toku igre uloga. Imitacija postaje sve uspešnije zahvaljujući usavršavanju posmatračke sposobnosti i preciznijoj vizuelno-motornoj koordinaciji deteta. Dok mlada predškolska deca mehanički podražavaju pokrete vaspitača, direktno podražavanje opada s uzrastom i biva zamenjeno uopštenom imitacijom kojom se od uzora preuzima samo opšta šema i ispoljava veća samostalnost u njenoj primeni. Osim toga, na predškolskom uzrastu prvi put se javlja i mogućnost da se pokreti usvajaju ne samo kao sporedni rezultat praktične delatnosti već svesno, zahvaljujući obučavanju koje sistematski sprovode odrasli (Lisina i Njeverović, -, 192-193, 203).

Da bi predškolsko dete moglo svesno da usvoji pokrete od kojih se sa- stoje složenije motorne radnje, njemu su potrebna specijalno organizovana vežbanja s bitnom ulogom imitacije, uz čiju se pomoć dete osposobljava za izvođenje novih radnji. Karakteristično je da kod dece pri kraju predškolskog uzrasta opada uloga imitacije u učenju pokreta jer se ona samo- stalnije orijentišu u nekoj situaciji, zahvaljujući čemu uspešnije prilagođavaju i svoje pokrete uslovima aktivnosti. Tako očigledno pokazivanje pokreta počinje da ustupa mesto verbalnom upućivanju. Osim toga, verbalna objašnjenja ubrzavaju usvajanje motorne radnje putem imitacije, pa se tako povećava i efikasnost motornog obučavanja, formirane radnje postaju svesnije i generalizovnije, a njihov transfer postaje lakši (Lisina i Njeverović, -, 198-204).

Dok podražavanje pokreta podrazumeva očigledno pokazivanje, razvijeni oblici učenja su uže povezani s razvojem govora kod deteta i, uopšte, s povećavanjem regulativne uloge govora u njegovom ponašanju. Postepeno se prelazi s neposrednih radnji na radnje posredovane iskustvom deteta i iskustvom drugih ljudi, koje mu se prenosi uz pomoć reči. Istraživanja pokazuju da radnje usvojene na taj način postaju svesne i uopštene, dovodeći do razumevanja opšteg principa njihovog izvođenja u konkretnim uslovima. Zahvaljujući upotrebi reči sposobnost za vršenje određenih pokreta se uspešnije izgrađuje i postaje elastičnija, odnosno primenljivija na druge situacije. Ove karakteristike usvojenih radnji više nisu neposredno povezane s uzrastom, već zavise i od složenosti zadataka koji se rešavaju i specifičnosti dečjeg životnog iskustva (Lisina i Njeverović, -, 205, 213-214).

Da bi napredovalo u svom fizičkom rastu i razvoju, detetu su, osim primene određenih metoda, potrebni odgovarajući uslovi i podsticaji. Od uslova koji predstavljaju obezbeđivanje specifičnih sredstava fizičkog vaspitanja pominju se: vežba (kao smišljena telesna aktivnost za jačanje zdravlja, telesni razvoj i unapređivanje snage, izdržljivosti, brzine i okretnosti), prirodni faktori (vazduh, voda, Sunce) i higijenski uslovi (lična i opšta higijena, pravilna ishrana i uredan život). Sprave i rekviziti su pomoćna

sredstva kojima se dopunjuju telesne vežbe da bi uticaj na organizam bio veći i potpuniji (Bogosavljev, 1982, 9-13), a potrebni su i odgovarajući tereni i igrališta.

U uslove potrebne za telesni razvoj deteta može se svrstati i prigodna motivacija za fizičku aktivnost uz podsticanje, upućivanje i usmeravanje za njeno izvođenje na što višem nivou, kao i pomoć kada dete naiđe na prepreke koje ne može samostalno da prevaziđe. Herlok ukazuje da dete obično raspolaze znatno većim motornim sposobnostima nego što se to primećuje, a to dolazi do izražaja tek kada mu se obezbede odgovarajući uslovi i podsticaji koji kod njega izazivaju sklonost da „pravi podvige“ (1970, 158-159). Prema tome, vežbanje dece u okviru fizičkog vaspitanja mora da bude motivisano, što znači povezano s postupcima i sadržajima koji bude njihovu maštu, želju za stvaralačkim izražavanjem, za samopovrhivanjem i upoznavanjem sopstvenih mogućnosti u kontekstu fizičke i socijalne sredine. Zbog toga organizovanost i sistematičnost postupaka u okviru fizičkog vaspitanja ne smeju nikako da idu na štetu spontanosti dečjeg ponašanja i zadovoljavanja prirodnih potreba koje dete ispoljava u toku svoga razvoja, koji nije isti kod sve dece. Da bi se ovaj zahtev zadovoljio, naročito je važno omogućavati i podsticati igru u kojoj se najbolje ispoljavaju sklonosti, želje i potrebe svakog deteta, i ogleda aktuelni stupanj kako telesnog, tako i opšteg razvoja.

Za fizičko vaspitanje predškolskog deteta karakterističan je naglasak na pokretnim igrama koje se, po pravilu, izvode u grupi. Njihov uticaj se dopunjuje i sistematskim vežbama u kojima se na stilizovan način predstavljaju kretanje iz svakodnevnog života ili drammatizuju bajke i priče, a organizuju se i posebne aktivnosti koje sadrže ove kretanje. Često se koriste i kraće šetnje i izleti u prirodu, koji se kombinuju s igrama, izvođenjem spontanijih kretanja i razvojem stvaralaštva u pokretima (Leskošek, 1980, 164-165).

Čitav sistem rada s predškolskom decom manje se bavi specifičnim produktima kretanja (svrsishodnim i produktivnim radnjama i operacijama), a više podsticanjem kretanja kao procesa, uz obavljanje osnovnih kategorija pokreta koji doprinose njihovom opštem fizičkom razvoju. Istovremeno se norme ne određuju prema vrhunskim postignućima, niti se dečje izvođenje vrednuje prema njima, već svako dete postaje sebi norma, a fizičko vaspitanje podrška njegovim razvojnim mogućnostima. Pored sposobnosti za samostalno vršenje pokreta, ispitivanja sopstvenih telesnih mogućnosti i odlučivanja o svome kretanju, neguje se i kolektivni duh kojim se deca osposobljavaju za skladno delovanje u grupi, za saradnju i zajedničko vršenje raznih pokreta.

Ukoliko se fizičkim vaspitanjem teži doprinosu opštem razvoju ličnosti predškolskog deteta, onda će se prvenstveno usavršavati pokreti potrebni u

svakodnevnom životu i radu, a tek potom specijalne veštine. Ako se postupi drugačije, rizikuje se da se formiraju izolovane, usko specijalizovane navike, koje zbog krutosti, funkcionalne fiksiranosti na radnju radi koje su pokreti uvežbavani, nisu prilagodljive raznovrsnim kretanjima i upotrebljive u raznim prilikama. Naročito je u ranijim uzrastima neophodno omogućiti deci sticanje što raznovrsnijeg iskustva u kretanju, koje će se ugraditi u opštije sposobnosti i delovati na razvoj deteta u celini, dok će se posebne veštine javiti kao njihov nusprodukt.

Upravo zbog većeg naglaska na opštosti nego na specifičnosti u usavršavanju pokreta, na procesu nego na rezultatima, na raznovrsnosti i transferu nego na usmerenosti ka jednom području i funkcionalnoj fiksiranosti, na traganju za sopstvenim mogućnostima i načinima izražavanja potrebe za kretanjem nego na isključivom kopiranju modela, na prihvatanju eksperimentisanja pokretima (koje uključuje greške u njihovom izvođenju i oprobavanje svih telesnih mogućnosti) nego na njihovom stalnom ispravljanju i težnji za savršenstvom, fizičko vaspitanje predškolske dece bitno se razlikuje od ovog vaspitanja na ostalim uzrastima. Iz tog razloga u metodici fizičkog vaspitanja predškolske dece treba da bude više reči o opštim iskustvima u kretanju, veštinama i sposobnostima nego o „kretnim navikama“ koje pretpostavljaju viši stepen uvežbanosti i mehanizovanosti, a on se ne može postići u predškolskom uzrastu bez štete po opšti telesni razvoj. Prerani ili preterani naglasak na podražavanju i navikama može da ugrozi razvoj opštih telesnih sposobnosti, koje bi trebalo da budu osnova za postepeno sticanje usavršenih i specijalizovanih veština i navika za kretanje, ali na kasnijim uzrastima.

Kao što se saznanja o prirodnoj i društvenoj sredini najbolje stiču usmerenim otkrivačkim postupcima, a logičko-matematičko saznanje „izumevanjem“ rešenja problema, tako se sposobnosti kretanja (i sva iskustva povezana sa njima) razvijaju kroz ispitivanje i oprobavanje raznovrsnih pokreta u raznim životnim situacijama, u kojima telesne aktivnosti nisu same sebi svrha, već sredstvo za učestvovanje u njima. Pokret treba posmatrati kao jedinstveno sredstvo kojim dete može da izražava, ispituje, razvija i upoznaje sebe, kao i da uspostavlja aktivne odnose s okolinom u kojoj živi.

Fizičko vaspitanje pruža široke mogućnosti da se pred decu postavljaju problemi i izazovi, čijim će se rešavanjem podstaći kako njihov fizički, tako i opšti razvoj. Ako rešavanje problema u sali za fizičko vaspitanje ili na otvorenom terenu sadrži usmeravanje na neko pitanje, neku neuobičajenu ili nedovišenu situaciju, traganje za odgovorom, odnosno njegovo strukturiranje putem dodavanja nečeg novog, onda se u okviru fizičkog vaspitanja može pronaći bar toliko problema i izazova koliko i u sadržajima koji se obično vezuju za razvoj logičko-matematičkih pojmova.

Prema tome, kretanje deteta nije lišeno smisla, kako to ponekad izgleda, već u sebi redovno sadrži težnju za ispitivanjem, otkrivanjem i izume-

vanjem, što za posledicu ima sticanje iskustva o sopstvenom telu i njegovim mogućnostima u prostoru. Upravo je pribavljanje i uobličavanje ovog iskustva jedan od glavnih ciljeva fizičkog vaspitanja na predškolskom uzrastu, a ne uvežbanost sama po sebi, do koje dovodi svodenje telesnih aktivnosti isključivo na vežbanje. Umesto toga pred decu treba postavljati probleme čije rešavanje zahteva primenu, odnosno unapređivanje određenih fizičkih sposobnosti. Za svaki od ovih problema moguće je naći i više rešenja, na čijoj se tačnosti ne insistira posebno. To znači da je u prvom planu dečje stvaralaštvo u oblasti kretanja, a način njegovog izvođenja je prilagođen mogućnostima i potrebama konkretne dece.

Naravno, istaknuti zahtevi nikako ne znače da plansko usmeravanje vaspitača, koji teži da kretanje dece postane pravilno, treba da izostane. Deci je neophodno da svakodnevno i sistematski vežbaju, prema programu koji prati i podstiče kako telesni, tako i opšti razvoj svakog deteta. Vežbe treba da budu ukomponovane u telesne aktivnosti koje mogu, kao i sve druge, da budu neposrednije usmerene, da predstavljaju učenje po modelu, ali i da ih deca samostalno izaberu unutar mogućnosti koje predlaže vaspitač i sredina u kojoj se kreću. Tako se težište rada prenosi na sticanje iskustva u vršenju najraznovrsnijih pokreta i njihovih kombinacija. U okviru takvog fizičkog vaspitanja osnovni je zadatak vaspitača da pripremi odgovarajuću sredinu (organizuje situacije, materijal, pribor i dr.) i sistematski usmerava dečje aktivnosti ka njihovim višim razvojnim nivoima, vodeći računa i o amplifikaciji onoga za šta je dete u aktuelnom trenutku sposobno. On, takođe, treba da ove aktivnosti organizuje u skladu sa ciljevima fizičkog vaspitanja u predškolskom uzrastu, da motivise, podstakne decu, kao i da ih, po potrebi, koriguje, vodeći pri tom računa o njihovoj bezbednosti, njihovim potrebama, već postignutom nivou razvoja telesnih sposobnosti, željama i interesovanjima.

FIZIČKO VASPITANJE KAO OKOSNICA GLOBALNOG RAZVOJA

Postoji obilje podataka o tome da između fizičkog i mentalnog razvoja postoji korelacija. Oni potkrepljuju tvrdnju da je čovek „jedinstvo tkiva, organa, tečnosti i svesti“ (A. Carrel – navod Hurlock, 1970, 113). Sasvim je izvesno da među funkcijama pojedinih organa postoji zavisnost, što znači da pojačana aktivnost i sposobnost jednog organa unapređuje i funkcionisanje drugog organa. U skladu s tom zakonitošću ni razvoj pokreta ne odvija se izolovano od razvoja čitavog organizma. Kretanje je neophodno za pravilno funkcionisanje mišićnog sistema, moždanih struktura i nervnog sistema (cerebrospinalnog i vegetativnog), digestivnog i respiracionog aparata i cirkulacije, kao i čula (posebno onih koja omogućuju orijentaciju i kretanje u prostoru). Utvrđeno je da „postoji široka povezanost iz-

među aktivnosti ruke i cerebralnog mehanizma. U mozgu postoje određene cerebralne mase (centri) koje upravljaju koordinacijom pokreta. Novi centri se aktiviraju u onoj mjeri u kojoj se isprobavaju novi pokreti. Određeni nervni impulsi postaju više ili manje uobičajeni ukoliko su uspostavljeni i utvrđeni novi nervni putevi, a odnosi između centara različitih delova mozga postali precizni i čvrsti. Napredak u razvoju mozga i njegovo usavršavanje zavise od uspostavljanja veza između centara za motoriku i centara za čula, tako da rad ruke vrlo uspešno pomaže stvaranju ovih složenih i visoko specijalizovanih centara“ (S. Arkrigh – navod Delaunay, 1973, 92).

Savremena predškolska pedagogija razvija pojam o organskom jedinstvu i međuzavisnosti telesnog i duhovnog, nasleđenog i stečenog, emocionalnog i socijalnog, individualnog i društvenog. Zbog toga se na fizičko vaspitanje ne gleda više isključivo kao na sistem gimnastičkih vežbi za unapređivanje pojedinih vrsta spretnosti potrebnih u određenim sportovima ili za povećanje radne sposobnosti, odnosno na sistem uticaja kojima se samo jačaju mišići i povećava efikasnost pokreta, već se težište prenosi na razvoj ličnosti u totalitetu i na ostale aspekte razvoja kojima se u velikoj mjeri može doprineti, ne samo telesnom nego i opštem razvoju.

Prema A. Delonaj (Delaunay) dve suštinske funkcije pokreta – gesta – su izražavanje i stvaranje. Izražavanje putem pokreta razvija se postepeno, s razvojem mišića i osećaja za ritam. Ono je samo sebi cilj (npr. kao ples) jer ne teži stvaranju određenih predmeta. S druge strane, pokret kojim se nešto izrađuje ima cilj da od raspoloživog materijala stvori neki predmet. Upravo takvim delovanjem u materijalnom svetu, stvarajući predmete, čovek stvara i samoga sebe. Pri tom se ne misli samo na vladanje sopstvenim pokretima i na njihovu koordinaciju radi postizanja cilja već i na suočavanje s elementima spoljašnjeg sveta, njihovom pristupačnošću ili njihovim otporom, što zahteva proučavanje i razumevanje ovih elemenata da bi se njima koristilo i ovladalo. Na tome se zasniva uloga aktivnosti ruke u razvoju inteligencije i formiranju karaktera (1973, 93).

Pokreti deteta nisu vezani samo za motoriku, već imaju višestruku namenu. Osim toga što mogu biti refleksne ili sasvim praktične prirode i izraživati nekom neposrednom cilju, pokretima se može nešto predstaviti i izraziti na simbolički način. Prema tome, pokret je i sredstvo komunikacije koje prethodi govoru, a kasnije ga uspešno dopunjava. Govor tela (koji je doveden do savršenstva i umetnički oplemenjen u pantomimi i baletu) sreće se već kod predškolske dece i u pojedinim fazama on je značajniji nego izražavanje verbalnim simbolima, čije usvajanje delimično zavisi od njega. Deca se uče izražavanju kroz pokret zahvaljujući raznim oblicima stilizovanog oponašanja, naročito u simboličkim igrama koje obavezno uključuju aktivnost manipulacije. Motorno izražavanje sadrži sve radnije počev od onih koje zahtevaju aktivnost krupnih mišića do radnji povezanih

s aktiviranjem sitnijih mišićnih grupa. Sposobnost komuniciranja, izražavanja sopstvenih misli i osećanja, uslovljena je brojem i kvalitetom informacija koje dete dobija zahvaljujući perceptivno-motornim aktivnostima, a opažanje vremena i prostora (odnosno redosleda i rasporeda zbivanja) uslov je povezanog i logičkog pričanja. Mnoge aktivnosti koje sadrže pokrete mogu biti prirodno povezane s razvojem dečjih sposobnosti slušanja i razumevanja govora, verbalnog i gestovnog komuniciranja.

Imitirajući razne pokrete ljudi, njihovo ponašanje u saobraćaju i dr., deca, pored toga što usavršavaju svoju motoriku, stiču određena saznanja o tim pokretima. Isto tako, ona uvežbavaju neke radnje, stiču veštine neophodne za snalaženje u okolini, uče se staranju o svojoj bezbednosti i reagovanju na eventualne opasnosti. Osim toga, stilizujući razne pokrete koje je opažaju oko sebe, deca ih preraduju, apstrahuju, pretvaraju u nosioce značenja – simbole, a to im pomaže da uobliče sopstveno iskustvo, misli i emocije, kao i da ih saopšte drugima.

Pokret je, takođe, i sredstvo sticanja neposrednog iskustva; manipuliranjem se otkrivaju mnoge osobine stvari, a saznanja koja se tako steknu su autentična i upečatljivija jer dolaze „iz prve ruke“. Vršeci pokrete deca dolaze i do raznovrsnih otkrića. Na primer, dugim tekstilnim trakama one mogu da ocrtavaju izuzetno lepe figure u vazduhu, mogu da otkrivaju jednostavne žonglerske veštine (obručem, loptom, frizbijem itd.) i sl. Dete zapaža ove pokrete i radnje povezano s njihovim učinkom, analizira ih, upoređuje, otkriva one koji će mu najbolje poslužiti i isprobava na najraznovrsnije načine, a sve to zahteva i intenzivnu-mentalnu aktivnost. Osim toga, i samo ponavljanje uspešnih kretnji i postupaka predstavlja detetu veliko zadovoljstvo i doprinosi da ono već u najranijem uzrastu stiče pozitivnu sliku o sebi.

Ako je jedno od najvažnijih postignuća predškolskog perioda, kome treba težiti svim postupcima, izgrađivanje pozitivne slike o sebi (koja se, zatim, prenosi na stavove deteta prema društvu i, uopšte, svetu koji ga okružuje), onda je u njemu značajno učešće samopotvrđivanja deteta u fizičkim aktivnostima. Malo toga može toliko privući dete i omogućiti mu da na očigledan način proveri svoje sposobnosti, za koje stiče ugled u svojoj okolini, kao uspešno obavljena kretnja ili manipulacija predmetima. Fizičke sposobnosti se nalaze visoko na lestevici vrednosti dece svih uzrasta. Od njih zavisi slika u svetu, njegova očekivanja, težnje i pokušaji. Ova slika je neposredno povezana s njegovom motivisanošću i spremnošću za interakciju sa svojom prirodnim i društvenom sredinom, koju najčešće osmišljavaju upravo senzorno-motorne aktivnosti zadovoljavajući najvažnije razvojne potrebe deteta.

Sledeća široka oblast iskustva, koje je moguće sticati i strukturirati na najbolji način kroz fizičke aktivnosti, zasniva se na činjenici da je čitavo čovekovo ponašanje moguće posmatrati i kao seriju perceptivnih činova pra-

ćenu serijom motornih radnji, što znači da je opažanje neophodan preduslov svake pravilne kretne. Zato se s mnogo razloga govori o jedinstvenom senzorno-motornom razvoju. Koordinacija očiju i donjih, odnosno gornjih ekstremiteta je najbolji primer koji pokazuje koliko uspešan pokret zavisi od dobrog opažanja, i obrnuto, izvršeni pokret obezbeđuje detetu povratnu informaciju o tome koliko je opažanje bilo uspešno. To znači da se perceptivne i motorne aktivnosti međusobno dopunjuju i usavršavaju.

Senzomotorna iskustva, do kojih dete dolazi u relacijama prostora kroz koje se kreće, vremena u kome vrši pokrete, snage koju za njih koristi i redosleda kojim se oni smenjuju, istovremeno su aspekti na osnovu kojih može da strukturira i shvata svet oko sebe. Uporedo s razvojem opažanja, sa sobnošću primanja utisaka iz vidljivog sveta i usko povezano s njom, razvija se i sposobnost interpretacije ovih utisaka, njihovog tumačenja, srediavanja, uopštavanja i apstrahovanja radi sagledavanja opštijih zakonitosti, što predstavlja Pijažeevo „logičko-matematičko saznanje“ (koje prelazi granice vidljivog, prisutnog i datog, krećući se ka mogućem, ka uviđanju onoga što je suštinsko ili izumevanju novoga). To znači da dete mora naučiti da organizuje i interpretira utiske koje mu pribavljaju čula da bi moglo shvatiti i unositi smisao u svet oko sebe.

Fizičke aktivnosti su, takođe, višestruko povezane sa svim oblicima estetskog izražavanja koje se neguje u vrtiću, kao i sa svim vrstama umetnosti. Muzika predstavlja izražavanje putem ritma, melodije i harmonije. U slikarstvu, vajarstvu i arhitekturi se dvodimenzionalni i trodimenzionalni prostor izražavaju oblicima, linijama i bojama. Ples i balet takođe koriste ove elemente, ali uz pokrete i ritam, povezujući se s muzikom. Izražajne forme pomenutih umetnosti mogu, integrisane u fizičko vaspitanje, oplemeniti dečji pokret, ulepšati ga i usavršiti u svakom pogledu. Istovremeno, umetnosti su i najefikasniji prenosioци ljudske kulture, pristupačni karakterističnom intuitivnom i emocionalnom doživljavanju sveta predškolske dece. Istorija čitave ljudske civilizacije sačuvana je u umetnosti koja predstavlja sastavni deo i savremenog života. Približavajući deci različite oblike umetnosti i načine njihovog izražavanja, omogućavamo im da učestvuju u ovom životu.

Izražavanje putem pokreta, naročito u predškolskom uzrastu, ima katkad veće mogućnosti i značajniju ulogu nego nedovoljno razvijeno verbalno komuniciranje. Osim toga, gestovi više zadržavaju osobine individualnog izražavanja, pružajući mogućnost da se slobodno i stvaralački traga za novim izražajnim oblicima. Deci treba postepeno približavati načela kojima pojedine umetnosti unose sklad i lepotu u ritam, melodiju, boju, pokret i dr., jer se tako utiče na njihov pravilan psihomotorni, čulni i socioemocionalni razvoj, isto kao što i veštine i sposobnosti, stečene kroz odgovarajuće motorne aktivnosti, doprinose celokupnom razvoju dečje ličnosti. Ples uz muziku i kretanje uopšte, predstavljaju nezamenljivo sredstvo za razvoj lokomocije. Li-

kovnim izražavanjem neguju se kako široke ritmične kretne, tako i koordinacija oka i ruke, odnosno razvijaju se sitni mišići šake itd.

Na kraju, ali ne na poslednjem mestu, treba pomenuti učesće fizičkog vaspitanja u socioemocionalnom razvoju predškolske dece. Izašavši iz porodičnog kruga, deca bivaju uključena u srazmerno veliki broj društvenih kontakata s vaspitačima, vršnjacima, susedima i drugim osobama iz svoje uže i šire sredine. Ovi kontakti su veoma značajni za njihovu socijalizaciju i emocionalni razvoj, pod uslovom da su odgovarajućeg intenziteta i kvaliteta. Najprirodniji način njihovog ostvarivanja i unapređivanja je učestvovanje u raznim vrstama zajedničkih aktivnosti, među kojima su jedne od najvažnijih – fizičke aktivnosti.

Kao što je poznato, fizičke aktivnosti u dečjem vrtiću većinom se obavljaju u grupama ili kolektivno, što obezbeđuje deci dragoceno socijalno iskustvo uskladjivanja pojedinačnih s grupnim interesima, odlaganja trenutnog zadovoljavanja individualnih prohteva, uvažavanja prava i potreba drugih, kao i ulaženja u složene spletove odnosa naizmeničnog vođenja i potčinjavanja, aktivne saradnje, zajedničkog planiranja i timskog rešavanja problema. Deca se tako uče ponašanju prema pravilima (naročito u igri), uočavaju njihovu regulativnu funkciju, uče da čekaju na red i ustupaju drugima prvenstvo, da fer postupaju s protivnicima, kao i da u izvesnim situacijama stavljaju kolektivne interese ispred sopstvenih, a to su sve kvalitete svojstveni socijalizovanoj ličnosti.

Poseban značaj za fizičko vaspitanje i, istovremeno, za razumevanje i usvajanje raznih društvenih uloga i negovanje društvenosti predškolske dece imaju razne vrste pokretnih igara koje, pored pravila, sadrže i izvestan siže. Poštovanje pravila u igri doprinosi sticanju samokontrole i discipline, postepeno oslobađa od egocentričnosti i doprinosi negovanju niza konstruktivnih voljnih i karakternih osobina. Tome treba dodati da decu veoma privlači igranje pokretnih i drugih igara i izvođenje plesova raznih naroda, što im proširuje vidike i pruža priliku da saznaju nešto više o njima.

Ako se ima u vidu doprinos fizičkog vaspitanja pojedinim aspektima razvoja, kao i razvoju ličnosti u celini, čini se prihvatljiv predlog Dž. F. Vilijamsa (Williams) da treba radije govoriti o „vaspitanju kroz fizičko“ nego o „fizičkom vaspitanju“, polazeći od pojma o organskom jedinstvu između duha i tela, međusobne zavisnosti organizma i sredine, kao i od doprinosa fizičkih aktivnosti socijalnom, emocionalnom i fiziološkom razvoju. Prema takvom shvatanju telesno vaspitanje se pretvara u bogatu i raznovrsnu aktivnost kojom se ne razvijaju samo mišići i koordinacija pokreta već ličnost kao celina. Pokret koji se tako neguje postaje i način kojim deca izražavaju, ispituju, usavršavaju i interpretiraju sebe i svoj odnos prema svetu u kome žive (interpretacija Gallahue i dr., 1975, 239–241), bez čega nije moguće zamisliti celovit razvoj i učenje, naročito na predškolskom uzrastu.

Pitanja

1. Kroz koje periode prolazi razvoj motorike u ranim uzrastima i šta karakteriše svaki od tih perioda?
2. Koje se komponente fizičke sposobnosti razvijaju i kakvu ulogu u tom pogledu ima igra?
3. Koji su unutrašnji, a koji spoljašnji faktori fizičkog razvoja i razvoja motorike, i kakav je njihov međusobni odnos?
4. Kako se određeni spoljašnji i unutrašnji činioci fizičkog razvoja povoljno ili nepovoljno odražavaju na pojedine pokazatelje i aspekte ovog razvoja?
5. Koje se zakonitosti uočavaju u razvoju telesnih svojstava i karakteristika dece ranih uzrasta?
6. Koji su ciljevi fizičkog vaspitanja i u čemu se ogleda njegov značaj?
7. Koje se specifične metode i sredstva primenjuju u fizičkom vaspitanju dece ranih uzrasta? Koji su uslovi potrebni za njihovu primenu i u čemu se ogleda posebnost fizičkog vaspitanja na ovim uzrastima?
8. Zbog čega se smatra da je fizičko vaspitanje okosnica globalnog razvoja?

MORALNI RAZVOJ KAO ASPEKT CELOVITOG RAZVOJA LIČNOSTI

U najširem smislu, funkcija morala je pravedno regulisanje odnosa među ljudima radi postizanja opšteg dobra kome svako treba da teži usavršavajući sopstveni život i društvene institucije i stvarajući lepotu, kao i radi dobra i sreće svih ostalih ljudi. Humanistička interpretacija osnovnog pojma morala, po I. Kantu (Kant), podrazumeva odnos prema čoveku kao svrsi po sebi, čije ciljeve treba shvatiti iz njegovog ugla, ali mu i pomoći da prihvati ograničenja svoga ponašanja koja proističu iz ciljeva drugih ljudi. Suprotan njemu je pragmatičan odnos koji na čoveka gleda samo kao na sredstvo za ostvarivanje tuđih ciljeva.

Pojam pravde koji Kolberg (Kohlberg) upoređuje s idealnom ravnotežom misaonih operacija (odnosno, prema Pijažeu – sa logikom) „predstavlja idealnu ravnotežu društvenih međunosa s uzvratnošću i reverzibilnošću kao bitnim uslovima za logičku i moralnu ravnotežu. Mada se osećanje pravde ne bi razvilo bez iskustva u društvenim međunosiima, ono nije prosto unutrašnje ogledalo društveno propisanih odnosa ništa više no što je logika unošenje (internalizovanje) lingvističkih oblika kulture“ (Popović i Miočević, 1977, 71).

Moral jednog društva zavisi od mnogih činilaca, imajući svoje korene u veri i tradiciji, ali zavisi i od aktuelne političko-ekonomske situacije, utičući vladajućih grupa, sredstava javnog informisanja, položaja ljudi u određenom sistemu, vaspitanja i obrazovanja i dr. Zato, pored univerzalnih moralnih vrednosti i normi koje, u svom najopštijem vidu, važe za sva vremena i sva civilizovana društva, kao što su to deset Božijih zapovesti,⁷¹

⁷¹ Temelj naše civilizacije su hrišćanski moral i vrline, a prvi zapis o njemu su deset Božijih zapovesti, koje se nalaze u *Starom zavetu*. Na njima se grade društveni odnosi, običaji i zakoni, etičke i estetske vrednosti i kultura uopšte. Pokušaj da se ovaj