

SPORTASTICUS, obrt za obrazovanje i poučavanje

vl. Bruno Jagarinec

Osijek, Ulica svete Ane 74a

SPORT ZA SVE

Ovim putem htio bi iskazati interes za provedbu izvanškolske aktivnosti pod nazivom „**Sport za sve**“ u sklopu programa B2 u osnovnoj školi August Šenoa u Osijeku. Budući da sam aktivnost provodio i protekle školske godine, nadam se nastavku organizacije i provedbe iste i u nadolazećoj godini. Smisao je ponavljanje, utvrđivanje i nadopuna ostvarenih sadržaja i nastavak uspješne zajedničke suradnje sa školom kako bi postigli zajedničke ciljeve.

OPIS AKTIVNOSTI:

Prvenstveno zadovoljavanje potrebe za kretanjem, igrom i socijalizacijom učenika. Sve to se unutar ovog programa objedinjuje kroz različite programe tjelesnog vježbanja, univerzalne sportske škole i elementarnih igara. Najveći naglasak je na razvoju prirodnih oblika kretanja, koordinacije, te ostalih motoričkih sposobnosti nužnih za razvoj u ovoj dobi djece (1.-4. razreda OŠ). Nastavno na sve navedeno ova aktivnost služi za selekciju i usmjeravanje djece u pojedine sportske grane sukladno njihovoj nadarenosti i talentu.



Škola za razvoj intelektualnih sposobnosti – Malac Genijalac

SINAPSA PLUS, obrt za poduke i savjetovanje

Ulica D. Cesarića 23 b, Osijek

IBAN: HR47 2402 0061 1405 3274 8

E-mail: malacgenijalcosijek@gmail.com

Mobitel: 091 1205238, 098 897 795

Kapucinska 17

31 000 Osijek

☞ **Hikari - mentalna aritmetika:** namijenjena je djeci od 6 do 12 godine jer je to period života u kojem se ljudski mozak najdinamičnije razvija i tijekom kojeg će nastati najveći broj neuronskih veza (sinapsi). Primjenjuje se originalni HIKARI 光 program mentalne aritmetike te se temelji na upotrebi drevne računaljke – abakusa (算盤, jap. Soroban), čijom se vizualizacijom i simulacijom pokreta postiže izvanredno brzo računanje i razvoj kognitivnih vještina i sposobnosti djece u ranom periodu života.

Ciljevi su programa poticanje i razvijanje intelektualnih vještina i kognitivnih sposobnosti polaznika počevši od ranog perioda života uz savladavanje rada na abakusu u četiri osnovne matematičke operacije - zbrajanje, oduzimanje, množenje, dijeljenje - te savladavanje vještine mentalne aritmetike koja predstavlja vizualizaciju abakusa i računanje bez papira i olovke te bilo kojih drugih pomagala.

Aktivnosti:

- upoznavanje osnova rada na abakusu
- tehnike zbrajanja i oduzimanja na abakusu
- poticanje logičkog i analitičkog razmišljanja
- vježbe fokusa
- vježbe koncentracije
- vježbe vizualizacije

UDRUGA ZA SPORTSKU REKREACIJU "SPORTOS"

STJEPANA RADIĆA 58

31 000 Osijek

Dragan Franjković

KRAV MAGA KIDS

Izvanškolska aktivnost Krav Maga Kids obuhvaćat će treninge koji se provode prema međunarodno priznatom programu Kids & Teens organizacije Krav Maga Global. Prilagođeni su djeci i provode se u grupama od oko 15-tak - 20 djece gdje se uz stručno vodstvo radi na motoričkom razvoju i kondicijskoj spremi primjerenoj za dob polaznika. Poseban naglasak u radu s djecom dat će se razvoju motoričkih i funkcionalnih sposobnosti, posebno koordinacije. Djeca kroz igru i trening razvijaju funkcionalne sposobnosti, stječu samopouzdanje, usvajaju zdrave životne navike, te savladavaju tehnike samoobrane za slučaj neugodnih situacija, odnosno napada. Krav Maga je praktična metoda borbe koja obučava kako izbjeci, spriječiti i razriješiti bilo koju vrstu nasilja i napada.

Obučava samoobranu, borilačke i borbene vještine, kao i vještine zaštite drugih, a sve to na jedinstven i jednostavan način učenja. Cilj treninga je, prije svega: izgraditi osjećaj za timski rad, jačati zdrave životne navike, poboljšati samopouzdanje u ključnim godinama za razvoj djece te kroz igru i bez opterećenja naučiti tehnike samoobrane. Izgrađivanjem timskog okruženja, učenjem tehnika i zabavom kroz taktičke igre djeci je osigurana pozitivna atmosfera.

Osim tehnika samoobrane praktičnih za zaštitu sebe ili drugih, polaznici će razviti fleksibilnost, kondiciju, motoriku tijela te uz razne vježbe poboljšati i koncentraciju koja ima bitnu ulogu u razvoju i školovanju. Treninge Krav Maga Kids % Teens Dragan je provodio u sklopu rada Udruge u Osijeku, Vinkovcima, Suhopolju i Virovitici te posjeduje plan i program rada kao i potrebna znanja i iskustva za njegovu uspješnu provedbu. Dragan Franjković je član GLOBAL TEAM-a za provođenje edukacija iz područja Krav Mage te je Udruga dio čelne federacije Krav Maga Hrvatska stoga kao takva posjeduje sve potrebne licence i nadasve vrhunska potrebna znanja i iskustva za provedbu izvanškolskih aktivnosti u Vašoj školi.

Dječji kreativni centar DOKKICA

KAKO UČITI

Kratak opis aktivnosti:

Ciljevi su programa Kako učiti stjecanje učinkovitih tehnika učenja, razvijanje radnih navika i samopouzdanja djece u vezi s učenjem. Aktivnosti će pomoći djeci da nauče kako organizirati svoje vrijeme, kako bolje razumjeti gradivo i kako se uspješno nositi sa školskim obvezama. Svrha je aktivnosti djeci pružiti alate i strategije za uspješno učenje te ih potaknuti na stvaranje pozitivnih navika koje će im koristiti tijekom cijelog školovanja.

Očekivani ishodi:

Razvijene vještine organizacije vremena i učenja kod djece.

Povećano samopouzdanje u učenju i rješavanju školskih zadataka.

Usvojene tehnike za poboljšanje pamćenja, koncentracije i razumijevanja gradiva.

Kreirani konkretni planovi učenja i projekti koji reflektiraju napredak djece u vještinama učenja.

Osnovne cjeline:

Uvod u tehnike učenja

Razvijanje vještina učenja

Primjena naučenog i završni projekt

Osijek Volley

ŠKOLA ODBOJKE

Škola odbojke Osijek Volley bavi se sportskim razvojem djece sa naglaskom na elementarnu tehniku odbojke, te razvoj motoričkih i funkcionalnih kretanja sa i bez lopte. Kod djece razvijamo agilnost, motoriku i koordinaciju kroz igre s loptom, te kretanja uz poligone.

Treninge vodi licencirani trener odbojke sa završenom VSS smjer trener odbojke. Trener ima višegodišnje iskustvo u radu s djecom svih dobnih kategorija.

STEAMos, obrt za obrazovanje i poučavanje

STEAM program

Cilj ovog programa je razvijanje STEAM vještina, poticanje i razvoj kreativnosti te umjetničkih kompetencija, kritičkog mišljenja, timskog rada te kompetencije učiti kako učiti. Program su razvile učiteljica matematike I informatike i učiteljica razredne nastave, koje imaju višegodišnje iskustvo rada u nastavi te u provođenju STEAM izvannastavnih aktivnosti.

Dječji kreativni centar DOKKICA

IGRE PAMĆENJA I KONCENTRACIJE

Kratak opis aktivnosti:

Aktivnosti za cilj imaju razvijati vještine pamćenja, koncentracije i pažnje. Kroz različite igre i aktivnosti, djeca će učiti kako usmjeriti pažnju, zadržati fokus i poboljšati svoje pamćenje, što će im pomoći u svakodnevnom životu i školskim obavezama. Svrha je aktivnosti kroz igru razvijati vještine potrebne za uspješno učenje i svakodnevni život, uz zabavu i poticanje pozitivnih socijalnih interakcija.

Očekivani ishodi:

Razvijene vještine pamćenja i koncentracije kroz igre.

Povećana sposobnost usmjeravanja pažnje i zadržavanja fokusa.

Povećano samopouzdanje u rješavanju zadataka koji zahtijevaju pamćenje i koncentraciju.

Razvijena sposobnost suradnje i timskog rada kroz zajedničke igre.

Osnovne cjeline:

Uvod u igre pamćenja i koncentracije

Razvijanje vještina kroz specifične igre

Organizacija turnira i završni projekt

Robotičko-informatički klub CHAOS

LEGO ROBOTIKA

LEGO robotika je izvannastavna aktivnost koja omogućava učenicima da koriste LEGO kocke i posebne elektronske komponente (senzore, motore i kontrolere) kako bi izgradili i programirali vlastite robote. Aktivnost potiče kreativno razmišljanje, timski rad, te razvija vještine u znanosti, tehnologiji, inženjerstvu i matematici (STEM).

Učenici najčešće rade u malim timovima, rješavajući zadatke poput izrade robota koji može obavljati određene radnje (npr. kretanje po stazi, podizanje objekata, rješavanje prepreka). Programiranje se izvodi pomoću intuitivnih softverskih platformi poput LEGO Spike Prime, gdje učenici uče osnove kodiranja i logičkog razmišljanja.

Dječji kreativni centar DOKKICA

BONTONIONICA

Kratak opis aktivnosti:

Aktivnosti za cilj imaju naučiti djecu pravilima lijepog ponašanja, razviti njihove socijalne vještine, te im pomoći da postanu pažljivi i pristojni članovi društva. Svrha je aktivnosti na zabavan, interaktivan i edukativan način pomoći djeci da usvoje pravila lijepog ponašanja koja će im koristiti kroz cijeli život.

Očekivani ishodi:

Usvojene osnovne socijalne vještine i pravila lijepog ponašanja.

Povećana svijest o važnosti poštovanja, suradnje i pristojnosti.

Razvijena empatija i razumijevanje tuđih osjećaja.

Djeca postaju svjesnija svoje uloge u društvu i okolišu.

Povećana sposobnost djece da se nose s različitim društvenim situacijama na pristojan i pozitivan način.

Osnovne cjeline:

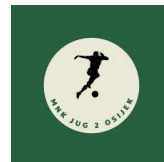
Uvod u bonton

Razvijanje socijalnih vještina

Praktična primjena bontona

Evaluacija i završna prezentacija

MNK JUG 2 OSIJEK
STONSKA 12, OSIJEK
OIB:81828312070
MB:04108574
Kontakt: +385 91 5821843
Odgovorna osoba: Saša Voldin



Plan i Program Rada Izvanškolske Aktivnosti – Futsal

CILJEVI

Sportski i tjelesni razvoj: Unapređenje motoričkih sposobnosti, koordinacije, kondicije i timskog duha kroz redovitu fizičku aktivnost.

Mentalni razvoj: Razvijanje koncentracije, strateškog razmišljanja, samopouzdanja te socijalnih vještina kroz sudjelovanje u sportskim aktivnostima.

TJEDNI RASPORED I GRUPE

Duljina trajanja: 2 školska sata tjedno (45 minuta po satu) – 2 grupe

Dan održavanja: Prilagoditi školskom rasporedu

Dvije grupe: a) 1., 2., 3., 4., razred b) 5., 6., 7., 8. razred

PROGRAM AKTIVNOSTI

1. Uvodni dio (10 minuta)

Zagrijavanje: Lagani trčanje, istezanje i osnovne vježbe za pripremu tijela za fizičku aktivnost.

Teambuilding vježbe: Igre za jačanje timskog duha i međusobnog povjerenja među učenicima.

2. Tehnički dio (15 minuta)

Osnove futsala: Učenje osnovnih pravila igre, pozicioniranje igrača, kontrole lopte i dodavanja.

Vježbe tehnike: Dribling, precizno dodavanje, završnici na gol, kontrola lopte u pokretu.

3. Taktički Dio (10 minuta)

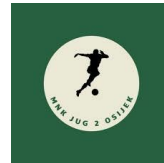
Formacije i strategije: Upoznavanje s osnovnim taktikama igre, postavljanje obrane i napada.

Simulacije Igranja: Prakticiranje naučenih taktika kroz mini utakmice i simulacije različitih scenarija na terenu.

4. Završni dio (5 minuta)

Hlađenje: Lagano trčanje i istezanje kako bi se smanjila napetost mišića.

MNK JUG 2 OSIJEK
STONSKA 12, OSIJEK
OIB:81828312070
MB:04108574
Kontakt: +385 91 5821843
Odgovorna osoba: Saša Voldin



Refleksija i diskusija: Kratko razgovaranje o protekloj aktivnosti, isticanje pozitivnih aspekata i mogućih područja za poboljšanje.

FAKULTATIVNE AKTIVNOSTI

Edukacija o zdravlju i prehrani: Radionice o važnosti pravilne prehrane, hidratacije i oporavka za sportaše.

Psihološka priprema: Tehnike za upravljanje stresom, postavljanje ciljeva i razvoj pozitivnog mentalnog stava.

Organizacija turnira: Sudjelovanje u školskim ili lokalnim futsal turnirima kako bi se učenici dodatno motivirali i primijenili naučeno.

METODOLOGIJA RADA:

- **Postupno povećanje intenziteta** kroz sezonu kako bi se učenici prilagodili fizičkim naporima.
- **Individualni pristup** svakom učeniku, prilagodba vježbi prema sposobnostima.
- **Pozitivan feedback** i motivacija kako bi se razvila ljubav prema sportu i samopouzdanje.
- **Timski rad i suradnja** kroz vježbe koje naglašavaju zajedničke ciljeve i sportski duh.

OPREMA I MATERIJALI:

- Futsal lopte prilagođene dobi učenika
- Čunjevi za vježbe agilnosti
- Dvorana
- Strunjače
- Svu opremu osigurava klub

PROCJENA NAPRETKA:

- Redovito praćenje tehničkog i taktičkog napretka svakog učenika
- Povremene prijateljske utakmice s drugim školama ili grupama
- Evaluacija uspjeha kroz prisustvo, trud i razvoj sportskih i socijalnih vještina

NTC UČENJE

(opis, ciljevi i faze)

NTC je skraćenica za Nikola Tesla Centar. Osnivač tog centra i autor NTC sustava učenja je dr. Ranko Rajović, doktor interne medicine, dugogodišnji predsjednik Odbora za darovite međunarodne udruge Mensa i UNICEF-ov suradnik na projektu ranog poticanja intelektualnog razvoja. Autor je NTC sustava učenja, inovativnog programa koji pomaže djeci da u što većoj mjeri dosegnu svoje biološke potencijale koji je početno bio usmjeren na prepoznavanje i utvrđivanje darovite djece i poticanja njihova biološkog potencijala. Autor programa predaje na Pedagoškom fakultetu u Koprju (Neuroznanost u odgoju i obrazovanju), a po pozivu povremeno predaje na fakultetima u Zagrebu, Novom Sadu, Sarajevu, Zadru, Ljubljani i Osijeku.

Nakon dvogodišnjih istraživanja utvrđeno je da se ovim programom omogućava razvoj sposobnosti i mogućnosti svakog djeteta te njihov napredak. Uvidjevši da se novija i iznimno korisna otkrića iz područja medicine ne primjenjuju u pedagogiji te da se kod sve više djece pokazuju problemi s koncentracijom, teškoće u učenju i da su rezultati PISA testova (pomoću kojih se mjeri funkcionalno znanje) ispodprosječni, autor donosi odluku da sve spoznaje objedini i implementira u NTC sustav učenja za svu djecu. Sva nova saznanja iz područja neurofiziologije (znanost iz medicine koja istražuje odnos između strukture živčanog sustava i njegovih funkcija), neuroanatomije i neuroendokrinologije implementira u ovaj program kako bi ga praktičari s područja pedagogije mogli implementirati u svoj neposredni odgojno-obrazovni rad.

NTC sustav učenja usmjeren je na cjeloviti razvoj djeteta, tj. na senzomotorni i kognitivni razvoj kognitivnih sposobnosti djece. Temeljna postavka ovog programa jest da inteligencija ovisi o broju sinapsi (vezama između živčanih stanica), a ne o broju živčanih stanica (neurona) koji se nasljeđuju od roditelja. Dijete kada se rodi ima sto milijardi neurona i tek kasnije počinje povezivanje tih neurona, a to je povezivanje najveći stimulan za razvoj inteligencije. Iz toga zaključujemo da inteligencija nije u potpunosti nasljedna, nego je nasljedan kapacitet (potencijal) od roditelja, a taj su potencijal neuroni te se na razvoj inteligencije može utjecati. Znanstveno je dokazano da je najvažniji period za formiranje veza unutar mozga (sinaptogeneza) u periodu od rođenja do sedme godine, štoviše istraživanja upozoravaju na činjenicu da mozak uspostavlja 75% svih neuronskih sinapsi do dobi od 7 godina, a od toga 50% nastane već do dobi od 5 godina. U tom periodu djeca lakše usvajaju kompleksne procese (učenje svog jezika, učenje stranog jezika, brzo uče, lako pamte) pa je zbog toga iznimno važno raditi programe koji razvijaju dječje potencijale.

NTC sustav učenja sadržava niz raznolikih i inovativnih aktivnosti i igara za djecu koje su temeljene na suvremenim spoznajama iz područja neuroznanosti neurologije, neuropsihologije i drugih znanosti, posebno pedagoških - obiteljske pedagogije, didaktike i metodike za djecu predškolske dobi. Osmišljene aktivnosti NTC sustava učenja sadržavaju primjerene oblike razvoja sposobnosti i stvaralačkog mišljenja djece, kao temeljnog

preduvjeta razvoja različitih kompetencija djece. NTC aktivnosti usklađene su s individualnim posebnostima djeteta, različitim razvojnim karakteristikama, stilovima učenja i slično. NTC program nastao je kao plod želje da se djeci omogući ostvarenje osobnih potencijala, ali i kao potreba da se prevladaju sve prisutnije poteškoće kao što su poremećaji jezika, govora, čitanja i pisanja. NTC program potiče proces razmišljanja, samostalno rješavanje zadataka, na taj način se razvija samopouzdanje i pozitivna slika o sebi. NTC metode su poput igre i djeca neprimjetno razvijaju misaone procese klasifikacije, serijacije, razvijaju pažnju i kreativnost.

Program NTC se preko deset godina provodi u Europi, a počeo se širiti i izvan granica Europe. Provodi se u 17 država Europe. Program ima suglasnost nadležnih Ministarstava za provedbu u 7 država među kojima je i Hrvatska. Nadležno Ministarstvo znanosti i obrazovanja izdalo je suglasnost za provedbu ovog programa Klasa:602-01/18-01/00413; URBROJ:553-06-18-0004. Uz Hrvatsku, Program ima suglasnost za provedbu u Sloveniji, Češkoj, Crnoj Gori, Makedoniji, Bosni i Hercegovini i Srbiji. U drugim državama, provodi se u suradnji s obrazovnim institucijama (Italija, Grčka, Švedska, Island, Mađarska, Rumunjska, Bugarska, Švicarska, Slovačka i Poljska).

CILJEVI NTC PROGRAMA

Ciljevi NTC programa su:

- razvoj intelektualnih sposobnosti i kognitivnih procesa
- razvoj koncentracije
- razvoj motoričkih i misaonih sposobnosti kod djece
- razvoj mašte i kreativnosti
- razvoj funkcionalnog znanja
- poticanje fine motorike
- razvoj duboke pažnje
- pomaganje jedni drugima, empatija i timski duh
- komunikacija, socijalizacija, donošenje odluka
- pozitivne emocije, igra, istraživanje
- Improvizacija, snalaženje (razvoj sposobnosti snalaženja u novim situacijama).

FAZE PROVOĐENJA NTC PROGRAMA

1. FAZA – STIMULACIJA RAZVOJA NEURONSKIH VEZA I PUTEVA

Ova faza naglašava važnost razvoja motoričkih i grafomotoričkih sposobnosti koje potiču fizički i intelektualni razvoj djece. Djeca kroz niz aktivnosti pronalaze najbolja rješenja za svladavanje prepreka te razvijaju svoju koordinaciju, ali i osjećaj za prostor. U našem školskom sustavu igre poput rotacija, skakanja te grafomotorike nepravedno su zapostavljene na štetu djece i njihovoga cjelokupnog razvoja. NTC sustav učenja daje jednostavne, učinkovite i nadasve korisne grafomotoričke vježbe koje stimulatивно djeluju na fizički, a po najnovijim istraživanjima, i mentalni razvoj djeteta. To su evolutivno podražavajuće aktivnosti koje podrazumijevaju kompleksne motoričke aktivnosti uključujući finu motoriku, dinamičku akomodaciju oka, rotaciju, ravnotežu i kretanje.

2. FAZA – STIMULACIJA RAZVOJA MISAONIH PROCESA

Ovu fazu NTC programa karakteriziraju misaone klasifikacije, misaone serijacije i asocijacije. Većina djece spontano prepoznaje apstraktne simbole, ali s vremenom gube interes jer roditelji ne znaju kako da ih povedu na višu razinu koja je izuzetno stimulatívna za razvoj misaonih procesa. Upravo NTC sustava učenja pronalazi prijelaze na složenije forme apstraktnih klasifikacija i serijacija, što je osnova razvoja matematičke/logičke inteligencije.

3. FAZA – STIMULACIJA RAZVOJA FUNKCIONALNOG RAZMIŠLJANJA

Ovu fazu NTC programa karakterizira razvoj divergentnog i konvergentnog mišljenja, kao i funkcionalnog znanja. Razvoj funkcionalnog znanja (razmišljanja) imperativ je hvatanja koraka s obrazovnim sustavom razvijenijih država. NTC potiče razvoj funkcionalnog razmišljanja uz pomoć zagonetnih pitanja i priča koje djeca s radošću rješavaju.

Sve tri faze NTC programa provode se kroz igru, koja kao intrinzična potreba djeteta predstavlja ključni faktor provođenja NTC programa. Ove tri faze sjedinjuju senzo-motorni i kognitivni razvoj djeteta. Djeca aktiviraju komunikaciju, istraživačke i stvaralačke potencijale kroz nelogične priče, igru i aktivaciju misaonih procesa (klasifikacija, serijacija, asocijacija). Efekti se očekuju u jačanju kompetencija djeteta za istraživanje okruženja, da budu odgovorna, razvijaju timski rad i empatiju. Djeca će razvijati kreativne potencijale, uočavati detalje i to povezivati, prihvaćati različite kulture i povezivati znanja iz više oblasti. Efekti nastaju kao rezultat primjene novih metoda baziranih na neuroznanosti i stimulacijom različitih regija kore velikog mozga, što je ključno za razvoj ukupnih sposobnosti djeteta.