

Modul Montessoriziraj kuću

Lekcija 7

Piklerov trokut, švedske ljestve i balance board

Dokaz ispravnosti našeg odgojnog djelovanja je djetetova sreća. - Maria Montessori



Piklerov trokut u prostoru

Nisu Montessori, a ipak...

Ove sprave nisu Montessori materijali, ali jesu sprave koje čine naš dom okolinom punom razvojnih poticaja.

Ako imate prostora, zašto ne razmislite o zidu za penjanje ili nekim prstenovima za vješanje? Ili o primjerice Piklerovom trokutu, daski za ravnotežu ili švedskim ljestvama? Možda živite u stanu gdje ipak ima koji slobodan zid za tako nešto?

Donosim vam nekoliko korisnih sprava koje potiču i podržavaju razvojne procese i samostalnu igru u kući.

Piklerov trokut

Piklerov trokut je pedagoška sprava koji je izradila mađarska pedijatričarka Emmi Pikler, a osmišljen je za poticanje motoričkog, kognitivnog i emocionalnog razvoja djeteta. Evo nekih njegovih prednosti i kako može pomoći u razvoju vašeg djeteta:

- 1. motorički razvoj:** Piklerov trokut djetetu nudi mogućnost slobodnog penjanja, propinjanja i kretanja. Ove aktivnosti potiču razvoj mišićne snage, koordinacije i ravnoteže.
- 2. autonomija:** pomoću Piklerovog trokuta dijete ima priliku samostalno istraživati svoje tijelo i svoje sposobnosti. To potiče osjećaj samopouzdanja i neovisnosti.
- 3. kognitivni rast:** penjanje po trokutu zahtijeva od djeteta planiranje pokreta, procjenu udaljenosti i rješavanje problema, čime se potiče razvoj kognitivnih vještina.
- 4. kreativnost i mašta:** Piklerov trokut može se koristiti na različite načine, potičući vaše dijete da istražuje i koristi svoju kreativnost. Može postati utočište, planina za penjanje, tunel i još mnogo toga.
- 5. povjerenje:** korištenje Piklerova trokuta zajedno s drugom djecom može pospješiti socijalizaciju i kooperativno učenje.



Naš Piklerov trokut od hrvatskog brenda [llic design](#)

Piklerov trokut u našem je domu u svakodnevnoj upotrebi od najmanjih nogu. Zahvaljujući njemu, Paola je puno ranije od svojih vršnjaka svladala grube motoričke vještine, stekla samostalnost i sposobnosti penjanja, spuštanja, okretanja i problem solvinga upravo zahvaljujući Piklerovom trokutu. Kod ovih i drugih sprava uzmite u obzir prvo razdoblje učenja, prve padove i pogrešna korištenja - to ne znači da vaše dijete “nije za ovo”. Padovi su dio procesa. Imajte povjerenja i iznenadit ćete se kojom spretnošću će se vaše dijete uskoro služiti ovim spravama.

Švedske ljestve

Švedske ljestve nešto su što planiram već duže vrijeme za našu obitelj, ali još uvijek nisam uspjela naći mjesto za njih. Svakako, ako imate mogućnosti, preporučam ih kao dodatak prilagođenoj okolini!



Švedske ljestve moguće je kupiti u Hrvatskoj kod [Ilic design](#).

Švedska prečka ili gimnastičke ljestve je gimnastička sprava sastavljena od okomitih prečki spojenih s 9 prečki. Izumio ga je početkom 19. stoljeća švedski profesor Pehr Henrik Ling za one koji boluju od artritisa. Dokazano je da nudi brojne prednosti u motoričkom razvoju djece. Evo samo nekih njegovih prednosti:

1. **jačanje mišića:** korištenje švedskih ljestvi uključuje nekoliko skupina mišića, uključujući one u rukama, nogama i trupu. To pomaže u razvoju mišićne snage i izdržljivosti.
2. **razvoj koordinacije i ravnoteže:** penjanje na švedske ljestve zahtijeva dobru koordinaciju pokreta i osjećaj za ravnotežu. To pomaže djeci da poboljšaju svoju motoričku koordinaciju i razviju osjećaj ravnoteže i kontrole tijela.
3. **jačanje fleksibilnosti:** korištenje švedskih ljestvi također može potaknuti razvoj fleksibilnosti jer od djeteta zahtijeva niz pokreta koji istežu i opuštaju mišiće.

4. **promicanje svijesti o tijelu:** korištenjem švedskih ljestvi kao naslona za ramena djeca uče bolje upoznati svoje tijelo, otkrivajući njegove granice i fizičke mogućnosti. To može pomoći u promicanju veće svijesti o tijelu i boljem razumijevanju fizikalnosti.
5. **senzorna stimulacija:** penjanje, vješanje i kretanje na švedskoj zidnoj traci pruža razne taktilne i senzorne senzacije, čime se pomaže stimulirati dječji senzorni sustav i promicati veću senzornu svijest.

Ponekad, da bismo uveli ovakve novosti u svoj dom, potrebno je razmišljati izvan okvira. Možda ćete pomisliti: “Što ako se ozlijedi?”. Naravno, postoji mogućnost, ali benefiti su mnogo iznad mogućih ozljeda (kojih dobiju i u parku, prirodi, itd.). Činjenica da smo pružili stimulativnu, motorički razvojnu, igru najljepši je dar za dijete.



Primjer švedskih ljestvi u prostoru.

Daska za ravnotežu ili balance board

Dasku za ravnotežu dobili smo za Paolino krštenje. Djeca su uživala u igri s daskom, ali je

moj suprug, zbog sigurnosnih razloga, “zabranio” korištenje balance boarda u našem domu. Na kraju smo ga prodali.

Ovo sam vam htjela ispričati jer bilo kakvo korištenje ovakvih spravi zahtjeva prvenstveno obiteljski dogovor. Drugim riječima, obiteljski sklad ima prednost 😊

Bez obzira što dasku za ravnotežu više ne koristimo, još uvijek smatram da je više nego koristan suputnik dječje igre!



U Hrvatskoj dasku za ravnotežu možete kupiti kod Ilic Design, kod Didaktičke igračke.hr, u Decathlonu, kod Evitas.hr i u mnogim drugim web shopovima.

Daske za ravnotežu, odnosno balance board, nude niz prednosti za motorički i kognitivni razvoj djece kao što je to:

- **razvoj ravnoteže:** korištenje daske zahtijeva stalnu prilagodbu i kontrolu ravnoteže, što pomaže djeci razviti bolju svijest o tijelu i ojačati stabilizacijske mišiće.
- **jačanje mišića:** stajanje ili kretanje na dasci za ravnotežu angažira nekoliko skupina mišića, uključujući one u nogama, trbuhu i leđima. To može pomoći u poboljšanju ukupne mišićne snage.

- **koordinacija:** korištenje daske zahtijeva pažljivu koordinaciju između očiju, ruku i stopala. To pomaže djeci poboljšati svoje motoričke sposobnosti i sposobnost koordinacije pokreta tijela.
- **koncentracija i pažnja:** održavanje ravnoteže na dasci zahtijeva koncentraciju i pažnju.
- **kognitivni razvoj:** korištenje daske za ravnotežu može potaknuti kognitivni razvoj kroz prostorno razmišljanje, zaključivanje i rješavanje problema. Djeca trebaju razumjeti kako prilagoditi ravnotežu da bi održala stabilnost na dasci.
- **zabavno:** korištenje daske za ravnotežu je zabavno i opuštajuće
- **nestrukturirana igra:** daske za ravnotežu mogu se koristiti za mnoge vrste igara (kao što su skrivača, toranj i mnogo više).



Primjeri korištenja daske za ravnotežu u igri

Kao i u svemu, prije bilo kakve kupovine promislite: treba li vam zaista ova sprava? Možete li je uklopiti u vaš dom? Imate li dovoljno povjerenja u sposobnosti vašeg djeteta?