



REPUBLIKA SLOVENIJA
**MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT**



**Zavod
Republike
Slovenije
za šolstvo**

POSEBNI PROGRAM VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA
Raven UČENJE ZA ŽIVLJENJE IN DELO (VI. stopnja)

UČNI NAČRT
za področje **DEJAVNOSTI PROSTEGA ČASA**

Osnovni program
Število ur: 280

POSEBNI PROGRAM VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA
Raven UČENJE ZA ŽIVLJENJE IN DELO (VI. stopnja)
Učni načrt za področje **DEJAVNOSTI PROSTEGA ČASA**

Avtorici učnega načrta:

mag. **Alenka Golob**, Center Dolfke Boštjančič Draga
Elizabeta Fijavž, spec.ped. DPO, OŠ Glazija Celje

Recenzija: dr. **Erna Žgur**, CIRIUS Vipava

Izdala: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport, Zavod RS za šolstvo
Za ministrstvo: dr. **Jernej Pikalo**
Za zavod: mag. **Gregor Mohorčič**

Uredili: **Sonja Dobravc** in **Tanja Kajfež**
Jezikovni pregled: **Mira Turk Škraba**

Prva izdaja
Ljubljana, 2014

Sprejeto na 162. seji Strokovnega sveta RS za splošno izobraževanje 13. februarja 2014.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

376-056.36(0.034.2)
379.82(0.034.2)

GOLOB, Alenka, 1963-2014

Učni načrt za področje Dejavnosti prostega časa [Elektronski vir] / [avtorici Alenka Golob, Elizabeta Fijavž]. - 1. izd. - El. knjiga. - Ljubljana : Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport : Zavod RS za šolstvo, 2014. - (Posebni program vzgoje in izobraževanja. Raven Učenje za življenje in delo (VI. stopnja))

Način dostopa

(URL): http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/posebne_potrebe/programi/posebni_program/Dejavnosti_prostega_casa.pdf

ISBN 978-961-03-0225-4 (Zavod RS za šolstvo, pdf)
1. Gl. stv. nasl. 2. Fijavž, Elizabeta
272922880

KAZALO

1 OPREDELITEV PODROČJA DEJAVNOSTI PROSTEGA ČASA.....	4
2 SPLOŠNI CILJI.....	4
3 OPERATIVNI CILJI IN VSEBINE	5
4 OPIS USVOJENIH ZNANJ	13
5 PRILOGA.....	13
5.1 Specialnodidaktične posebnosti	13
5.2 Medpodročne povezave.....	13
5.3 Časovni okvir	14
5.4 Kako uporabljamo učni načrt.....	14

1 OPREDELITEV PODROČJA DEJAVNOSTI PROSTEGA ČASA

Cilj učenja aktivnega preživljanja prostega časa je, da se udeleženci naučijo, kako bodo določene aktivnosti izvajali v svojem prostem času. Tako bodo spoznali, da poleg obveznosti in dela vsak dan lahko načrtujejo tudi aktivno preživljanje svojega prostega časa.

Pri učenju aktivnega preživljanja prostega časa bomo izkoristili že usvojena znanja, spretnosti, njihove talente, jih poglobili in razširili z novimi vsebinami s ciljem, da postanejo te aktivnosti njihov hobi. Kot hobi naj postanejo del njihovega vsakdanjega življenja, ki jim bo omogočil razvoj samozavesti, občutek pripadnosti določeni skupini in uspešno vključevanje v socialno okolje. Tako bo lahko vsak udeleženelec razvil čim višjo stopnjo svoje samostojnosti v življenju.

Uspešnost v organiziranju prostega časa bo odvisna od aktivnosti, ki jim bodo dostopne finančno, časovno in lokalno, hkrati pa bodo pozitivno vplivale na njihovo telesno in duševno zdravje ob zagotavljeni pravici do izbire.

Za učenje aktivnega preživljanja prostega časa smo predvideli te vsebine:

- usmerjeni pogovori,
- branje in obiskovanje knjižnice,
- kino, gledališče, opera, koncerti, javne prireditve,
- ravnanje z avdiovizualnimi sredstvi,
- relaksacija,
- izleti,
- hobiji,
- nakupovanje,
- športni klubi in razna društva.

2 SPLOŠNI CILJI

- Spoznavanje različnih vsebin za preživljanje prostega časa
- Razvijanje interesov za vsebine
- Zadovoljevanje potreb po aktivnem preživljanju prostega časa
- Razvijanje sposobnosti komuniciranja
- Zavedanje delov telesa in sproščanje napetosti
- Sproščanje čustvene napetosti
- Spodbujanje intelektualnega, čustvenega in socialnega razvoja
- Učenje novih socialnih veščin
- Oblikovanje osebnosti
- Krepitev pozitivne samopodobe
- Razvijanje samostojnosti
- Zadovoljevanje potreb po zabavi in druženju
- Spoznavanje dogajanj v kulturnih ustanovah
- Spodbujanje sodelovanja v različnih društvih
- Vključevanje v okolje
- Uporabljanje pridobljenega znanja v vsakdanjem življenju

3 OPERATIVNI CILJI IN VSEBINE

V tem učnem načrtu izraz učenec velja enakovredno za učenca in učenko. Enako izraz učitelj velja enakovredno za učitelja in učiteljico.

OPERATIVNI CILJI	PRIMERI DEJAVNOSTI	PREDLAGANE VSEBINE	SPECIALNODIDAKTIČNA PRIPOROČILA
USMERJENI POGOVORI			
<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pasivno sodeluje v pogovoru, • razvija neverbalno in verbalno komunikacijo, bogati besedišče, • tekoče in vljudno komunicira z osebami iz najbližjega okolja, • tekoče in vljudno komunicira z osebami iz širšega okolja, • razvije sposobnost vživljanja in domišljanja, • zna izraziti misli, odločitve in želje, • reši konflikte in osebne stiske, • spodbudi lastne odločitve. 	<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • posluša usmerjen pogovor, • opravi različne obiske in se pripravi na komunikacijo, • povabi gosta in se pripravi na njegov obisk, • predlaga temo pogovora, • se pogovarja po telefonu, • izraža čustva, • izrazi želje in odločitve, • izrazi svoje mnenje. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pogovori v skupini • Obisk znancev, sorodnikov • Gost • Telefonski pogovor 	<ul style="list-style-type: none"> • Učenci naj pri pogovoru spoznajo bonton. • Naučijo naj se vljudnostnih fraz. • Sami naj izberejo gosta za pogovor.

BRANJE, OBISKOVANJE KNJIŽNICE			
<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • razvija zbrano poslušanje, • umiri se in sprosti ob poslušanju brane besede, • razvija pomnjenje in razumevanje slišanege, • loči knjige od revij, časopisa, spleta, • razvije bralne sposobnosti in bogati besedni zaklad, • samostojno pripoveduje o vsebini prebranega besedila, • pozna šolsko knjižnico in se zna orientirati v njej , • spozna postopek izposoje in zamenjave knjige, • spozna način urejanja šolske knjižnice, • spozna javno knjižnico v mestu, • si načrtuje čas za branje in ga prilagaja odprtosti knjižnice. 	<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • posluša brano besedo, razume prebrano, • bere knjige, časopis, revije, članke na spletu, • bere sošolcem, • pripoveduje o vsebini prebranega, izraža mnenje, • sam izbere knjigo v šolski knjižnici, • sam vrne prebrano knjigo, • pomaga urejati šolsko knjižnico, • obiskuje javno knjižnico v spremstvu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Bere učitelj. • Učenci poslušajo. • Bere učenec. • Obisk šolske knjižnice • Obisk javne knjižnice 	<ul style="list-style-type: none"> • Odgovorno in skrbno naj ravnajo s knjigo. • Pred odhodom v knjižnico naj spoznajo bonton obnašanja v knjižnici. • Dojame naj, da mora vrniti knjigo v določenem roku in da knjiga ni njegova last.

KINO, GLEDALIŠČE, KONCERTI, JAVNE PRIREDITVE			
<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • spozna kino, gledališče, opero in jih razlikuje, • razume vsebino in pripoveduje o vsebini filma, gledališke predstave, opere, • spozna koncerte, javne prireditve in jih razlikuje, • spremlja dogajanja do konca, se vživlja in primerno izraža čustva, • samostojno izbere prireditev, • spodbuja posnemanje in izražanje, • spozna bonton v vseh omenjenih ustanovah, • spozna način oblačenja za omenjene prireditve. 	<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obišče kino, • si ogleda kinopredstavo, • obišče gledališče, • si ogleda gledališko predstavo, • obišče opero, • si ogleda operno predstavo in koncert, • obišče javno prireditev, • si ogleda prireditev, • sodeluje na javni prireditvi, • upošteva bonton in se primerno vede, • se primerno obleče. 	<ul style="list-style-type: none"> • Kino • Gledališče • Opera • Koncertna dvorana, koncert • Kulturni dom 	<ul style="list-style-type: none"> • Učenje za omenjene aktivnosti traja dlje časa in se izvaja postopoma. • Učenci naj najprej obiščejo kulturno ustanovo, ki jo imajo v domačem kraju. • Naučijo naj se izbrati primerno obleko za določeno prireditev. • Preden obiščejo katero od ustanov, naj se naučijo bontona. • Spodbujamo jih k temu, da bi posamezne kulturne ustanove obiskali tudi samostojno. • Vključimo tudi starše.

AVDIOVIZUALNA SREDSTVA – TV, RADIO, DVD, VIDEOREKORDER, RAČUNALNIK			
<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • spozna različne medije, • spozna različna avdiovizualna sredstva, • se uči varnega rokovanja s temi aparati, • se uči, da je neprimerno rokovanje s temi aparati zaradi električne napetosti smrtno nevarno, • se uči planirati čas uporabe avdiovizualnih sredstev, • spozna, da je poslušanje določenega avdiovizualnega sredstva za koga drugega lahko moteče. 	<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ogleda si vsa avdiovizualna sredstva, • rokuje z razpoložljivimi avdiovizualnimi aparati, • upošteva varno rokovanje, • bere televizijski spored, • si sam določi čas uporabe določenega avdiovizualnega sredstva, • lahko posluša radio tudi ob različnih drugih dejavnostih med delom. 	<ul style="list-style-type: none"> • Obisk trgovine z avdiovizualnimi aparati • Vadba rokovanja z avdiovizualnimi aparati v skupini • Vadba rokovanja z avdiovizualnimi aparati doma 	<ul style="list-style-type: none"> • Učence opozorimo, da pretirana uporaba računalnika ali gledanja TV ni primerna in je zdravju škodljiva. • Spodbujamo učence, da si v TV-sporedu preberejo, katero oddajo ali film bodo pogledali. • Sami naj načrtujejo čas uporabe računalnika. • Najprej naj spoznajo tiste avdiovizualne aparate, ki jih imajo doma.

RELAKSACIJA, SNOEZELLEN			
<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • se uči zavedanja svojega telesa, • razvije pozitiven odnos do lastnega telesa, • se uči sproščanja telesa, • spozna razne oblike sprostitve: masaža, snoezelen, telesna vadba z elementi joge, umirjanje, počitek, plavanje idr., • sprosti napete mišice, • spodbudi prebavo, delovanje živčnega sistema in limfnega pretoka, • sprejema stimulacijo iz okolja prek čutnih zaznav in se odziva nanje, • spodbudi sprejemanje različnih dražljajev, • se uči izbrati najugodnejšo obliko sprostitve glede na svoje potrebe. 	<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • izvaja razne praktične vaje o zavedanju svojega telesa, • opazuje sebe v ogledalu in na slikah, • izvaja različne oblike sproščanja, • samostojno uporablja snoezelen za sprostitvev in umirjanje, • izbere obliko sproščanja, ki mu najbolj ustreza. 	<ul style="list-style-type: none"> • Razne vaje in igre za zavedanje svojega telesa • Telesna vadba z elementi joge v manjšem prijetnem prostoru • Masaža • Soba snoezelen • Bazen 	<ul style="list-style-type: none"> • Če učenec ne mara telesnega stika, ga ne silimo v sproščanje z masažo, ker ga to ne bo sprostito. • Učence navajamo na mir in tišino ob izvajanju določenih vaj, saj že tišina sprošča. • Učencem predstavimo različne oblike sproščanja, nikoli pa jih ne silimo v obliko, ki jim ni všeč.

IZLETI			
<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • spozna različna prevozna sredstva in prometne predpise, • spozna izlete z različnimi prometnimi sredstvi (vlak, kolo, osebni avtomobil, avtobus idr.), • uporablja javna prevozna sredstva, • spozna pohodniške izlete, • spozna, kako načrtovati izlete glede na letni čas, • spozna opremo, ki jo potrebujejo za izvedbo določenega izleta, • spozna in upošteva pravila varne hoje in pohodništva, • spoznava nova okolja, se časovno in prostorsko orientira, • primerja različne kraje in pojave, • doživi različna okolja in spozna nove ljudi, • opiše izvedbo izleta, počutje. 	<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obišče železniško in avtobusno postajo, • si ogleda slike in filme o prometu ter prometnih predpisih, • obišče turistično agencijo, • obišče trgovino s pohodniško opremo, • sodeluje pri pripravi izleta, • vzame vse potrebno za izlet, • upošteva navodila za osebno varnost na izletu, • organizirano in samostojno se sprehaja, • se pogovarja o izletu, • opiše slike z izleta, • primerja okolja na slikah. 	<ul style="list-style-type: none"> • Turistična agencija • Izleti z vlakom, avtobusom, kolesom • Trgovine s pohodniško opremo • Pohodi v naravo, v razne parke, v hribe 	<ul style="list-style-type: none"> • Pred odhodom v naravo morajo učenci nujno vedeti vse o zaščiti pred soncem, dežjem in klopi. • Vedeti morajo, kako postopati, če se izgubijo. • Upoštevati morajo pravila varne hoje na izletih. • Vedeti morajo, kako pomembno je pitje tekočine na pohodih v naravo v poletnih dneh.

HOBIIJI			
<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • se seznanj s hobiji, • spozna nekaj hobijev: kolesarjenje, rolanje, borilni športi, ples, smučanje, plavanje, taborništvo, veslanje, pohodništvo, jahanje, jadrnanje, igranje na glasbila, fitnes, ročna dela, skrb za živali, zbiranje različnih vsečnih predmetov idr., • s pomočjo drugega ali samostojno si izbere enega od hobijev. 	<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • si ogleda slike, filme in reklamno gradivo, ki predstavljajo značilnosti določenega hobija, • vadi vožnjo s kolesom, z rolerji, • čisti kolo, • si sam pripravi zaščitno opremo, • skrbi za živali, • zbira prtičke, zamaške, značke, znamke, obeske ipd. 	<ul style="list-style-type: none"> • Slike, filmi • Zaščitna oprema • Razne živali • Razni zbirateljski predmeti 	<ul style="list-style-type: none"> • Učenci naj si izberejo tisto dejavnost, katera jim je najbolj všeč in katero zmorejo opravljati varno. • Pri tem jih usmerjamo, še posebno če imajo napačno predstavo o svojih zmožnostih. • Vedeti morajo, da zbiranje določenih predmetov zahteva določen prostor, ki se povečuje z večanjem zbirke.
NAKUPOVANJE			
<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • spodbudi in neguje skrb za osebno urejenost, • spozna namembnosti različnih trgovin, • se uči izbrati trgovino glede na potrebo, • spozna postopek nakupovanja, • se uči uporabe denarja, ga razlikuje in spozna njegovo vrednost, • zna oceniti vrednost izdelkov, • izbere blago glede na denarne zmožnosti, • se uči bontona pri nakupovanju, • se uči nakupovati samostojno. 	<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obišče najbližjo trgovino, • obišče nakupovalno središče, • obišče različne trgovine, • nakupuje v trgovini glede na potrebo in denarne zmožnosti, • pri nakupovanju uporablja vljudnostne izraze, • nakupuje samostojno. 	<ul style="list-style-type: none"> • Razne trgovine • Nakupovalna središča • Nakupovanje • Denar • Bonton 	<ul style="list-style-type: none"> • Učenci potrebujejo svetovanje in pomoč, ko se njihove želje razhajajo z njihovimi denarnimi zmožnostmi. • Učenci morajo vedeti, kaj je poštenost in kaj kraja. • Vedeti morajo, da za krajo kazensko odgovarjajo.

ŠPORTNI KLUBI, RAZNA DRUŠTVA			
<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • spozna razne športne klube in s čim se ukvarjajo, • izbere klub v domačem okolju in se včlani, • razvije občutek pripadnosti, • potrdi lastno vrednost, • včlani se v navijaško skupino, • doživi in občuti ugodje, sprejetost in varnost, • spozna, katera društva delujejo v njegovem okolju, • s pomočjo drugega ali samostojno si izbere enega od društev in sodeluje v njem, • sodeluje v skupini z istimi cilji, • sooblikuje dejavnosti. 	<p>Učenec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • spremlja športno dogajanje in prireditve na TV ali v živo, • pozna različne klube, športnike in dogajanje v njih, • se včlani v športni klub v domačem kraju, • trenira s športniki, • zna na prireditvah primerno navijati za svoj klub, • si ogleda slike, filme in reklamno gradivo o delovanju določenih društev, • obišče posamezna društva in spozna njihove dejavnosti, • sodeluje na prireditvah in pri dejavnostih izbranega društva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Razni športni klubi • Razna društva 	<ul style="list-style-type: none"> • Učenci naj se vključijo v najbližja športna društva, primerna njihovim psihofizičnim sposobnostim. • Če je mogoče, naj se kot navijači udeležijo tudi tekem zunaj domačega kraja. • Izbira društva naj bo odvisna od aktivnosti društva v domačem okolju.

4 OPIS USVOJENIH ZNANJ

Opis usvojenih znanj in veščin služi kot orientacija, ki omogoča načrtno in sistematično spremljanje razvoja učenca. Ocena ni pogoj za napredovanje na višjo stopnjo. Ta ocena zajema opis njegovih znanj in veščin na področju dejavnosti prostega časa in je tudi priporočilo za usmeritev v nadaljnje učenje, življenje in delo.

Učenci usvojijo:

- širok nabor različnih dejavnosti prostega časa,
- pomen medosebne komunikacije z različnimi ljudmi, ki jih srečajo v prostem času,
- ločevanje vsebin, ki jih poskušajo izbrati glede na lastne sposobnosti in zmožnosti,
- zavedanje, da so za realizacijo dejavnosti potrebni pogoji (materialni, osebna podpora, mobilnost, možnosti, ki jih ponuja lokalna skupnost ipd.),
- pomen lastnega prispevka v različnih družbenih dejavnostih.

Učenci ozavestijo:

- svoje preference dejavnosti preživljanja prostega časa,
- pomen socialne mreže in povezovanja z drugimi ljudmi v skupnosti.

5 PRILOGA

5.1 Specialnodidaktične posebnosti

Učenci z motnjami v duševnem razvoju potrebujejo usmerjanje tudi pri prostem času. Dejavnosti prostega časa se ne da v celoti učiti kot nekatere druge bolj teoretsko naravnane vsebine. Največkrat že sama udeležba v dejavnostih omogoči pridobivanje izkušenj in povečevanje znanja. Še posebno je pomembno, da učenje dejavnosti prostega časa prilagodimo preferencam učenca in možnostim, ki jih ponuja lokalno okolje. Zato je še posebno pomembno, da učitelj usmerja, spodbuja in podpira učenca pri raziskovanju dejavnosti, ki so mu všeč in si jih želi. Hkrati je pomembno, da učencu pomaga pri dostopu do informacij o možnostih, ki jih ponuja okolje, in obsegu lastnih virov za udeležanje. Tako učenec oblikuje nabor dejavnosti prostega časa, ki ga uporabi v vsakdanjem življenju.

5.2 Medpodročne povezave

Vsebine tega področja se povezujejo z naslednjimi področji:

- razvijanje in ohranjanje samostojnosti,
- šport in rekreacija,
- delovne in zaposlitvene tehnike,
- kreativna znanja.

Prepletanje področij je skoraj pri vsaki učni vsebini eden od osnovnih načinov specialpedagoškega dela, učitelj pa sam presodi, kje se povezujejo vsebine.

Predvsem je pomembno, da učitelj upošteva načelo na učenca naravnane načrtovanja, ki je še posebno izpostavljeno na področju učenja in izobraževanja za prosti čas.

Pri tem je zelo pomembno, da bo poiskal in razvijal močna področja posameznega učenca in s tem prispeval k utrjevanju njegove pozitivne samopodobe, mu zagotavljal pogoje za sprostitev, razbremenjeval stiske, vplival na neprimerne oblike vedenja, spodbujal doživljanje sebe in lastne vrednosti.

5.3 Časovni okvir

ŠESTA STOPNJA – OSNOVNI PROGRAM

Področje/leto šolanja	1. leto	2. leto	3. leto	4. leto	5. leto
Dejavnosti prostega časa	2	2	2	1	1
Skupaj ur tedensko	2	2	2	1	1
Število tednov	35	35	35	35	35

ŠESTA STOPNJA – VZGOJNI PROGRAM (socializacijsko namestitveni)

Področje/leto šolanja	1. leto	2. leto	3. leto	4. leto	5. leto
Dejavnosti prostega časa	5	5	5	6	6
Skupaj ur tedensko	5	5	5	6	6
Število tednov	35	35	35	35	35

5.4 Kako uporabljamo učni načrt

Učni načrt je le okvirjen, učiteljeva naloga pa je, da ga prilagodi glede na:

- učne in izobraževalne potrebe učenca,
- njegove sposobnosti,
- njegove preference,
- možnosti, ki jih ponuja ožje in širše okolje,
- učenčeve vire podpore.

Učitelj naj bo pri izvajanju posebnega programa in pripravi individualiziranih načrtov čim bolj ustvarjalen in naj posega tudi čez okvire predlaganega učnega načrta. Posebno pozoren naj bo na močna področja učenca in njegove preference, ki naj jih čim bolj uspešno vgradi v svoje delo.

Temeljna paradigma izvajanja naj bo na učenca naravnano načrtovanje in na učenca naravnana aktivna podpora. Na podlagi poznavanja učenčeve družine naj v izvajanje vključi tudi to.

Pri sodelavcih in v širšem okolju naj poišče vse relevantne vire, ki so mu na razpolago, in jih ustvarjalno uporabi pri svojem delu.