

VIDEOVADNICE TRIMINUTE

Mesečna naročnina za 1 uporabnika, vezana za celo leto.

Prejmete enoletni neomejeni dostop do zbirke videovadnic za dve starostni obdobji. Zbirka se bo dopolnjevala z novimi videovadnicami.

Posebne ugodnosti za več dostopov (več uporabnikov):

- 6–10 dostopov: 10 % popusta
- 11–15 dostopov: 20 % popusta
- 16–20 dostopov: 25 % popusta
- 21–25 dostopov: 30 % popusta
- nad 26 dostopov: 35 % popusta

OPIS

VIDEOVADNICE za kratke gibalno-kognitivne premore med poukom, ki olajšajo poučevanje in krepijo učne sposobnosti otrok

Učinkovito orodje za učitelje in učence

Videovadnice so namenjene:

- **Sproščanju, motivaciji, zmanjševanju stresa**
  Uporabite jih pred pretirano stresnimi situacijami, pred in med dolgotrajnim sedenjem, za umiritev »nemirnih« rok, za sprostitev, za vzpostavljanje pozitivnega odnosa, veselja ...
- **Krepitvi oz. spodbujanju različnih področij**
  Koristijo razvoju sposobnosti učenja, orientacije, pozornosti, koncentracije, koordinacije, fine in grobe motorike, ravnotežja, govornih sposobnosti, vztrajnosti idr.
- **Preusmeritvi miselnega toka oz. preprečevanju miselne prenasičenosti**
  Aktivirajo možgane in telo pred in med učenjem, pripomorejo k vzpostavljanju koncentracije pred in med poukom.
- **Krepitvi samozavesti z usvajanjem izzivov (zahtevnejših vaj)**
  Vsaka nova usvojena veščina je za otroka in mladostnika pomembna, saj tako krepi samozavest in verjame v svoje sposobnosti

Naročite testni dostop

Naročite predstavitev na vaši šoli

KONCEPT VIDEOVADNIC

Sistem (splet) vaj za aktivne premore med poukom je nov, inovativen, sodoben koncept, ki sledi trendom na področju nevroznanosti ter nacionalnim in globalnim strategijam o vnašanju gibanja v učni proces. Vaje spodbujajo gibalne spretnosti in aktivirajo možgane za lahkotnejše učenje. So ciljno in strokovno izbrane tako, da vplivajo na številne funkcije, ki so pri opisu vsake vaje natančno opredeljene.

Od drugih podobnih konceptov se ta razlikuje v enostavnosti in priročnosti dostopa in uporabe s strani učitelja, saj **priprave**

niso potrebne, vaj se ni treba učiti ali učitelju vplivati nanje. Videovadnice so primerne **za cel razred** ne glede na sposobnosti in zmožnosti posameznika (vsak lahko nekaj od tega odnese – tudi učitelj, če dela vajo ali pa sam predahne). Vaje se lahko uporabljajo **ob različnih situacijah** po presoji učitelja **in za različne cilje**, en- do večkrat na dan skozi vse šolsko leto. Pri izvajanju vaj niso potrebne nobene prilagoditve prostora, saj se izvajajo v mikro prostoru posameznega učenca (za, ob mizi in stolu, sede, stoje v razredu).

Videovadnice TRIMinute predstavljajo **učinkovit in atraktiven didaktičen, pedagoški in vzgojni pripomoček, podprt s strokovnimi dognanji**.

Avtorici: Jasna Markuš, Mihaela Škrlj Brglez
Strokovna podpora: Jasna Trapečar Pavšič, prof. spec. in reh. ped.

KORISTI

Enostavno, vsakodnevno uporabno in učinkovito orodje za učitelje in učence, za katerega niso potrebne posebne priprave.

- **Sposobnosti** – Pripomorejo pri razvoju različnih sposobnosti učencev
- **Možgani** – Preko gibanja vplivajo na možganske aktivnosti
- **Motivacija** – Sprostijo in motivirajo
- **TRIMinute** – Samo nekaj minut na dan
- **Enostavno** – Ne potrebujete predhodnih priprav ali opravljenega izobraževanja
- **Dostopno** – Hitro dostopno in enostavno uporabno v učnem procesu

---

Koristi uporabe v učnem procesu

ZA UČITELJE:

- gradijo okolje za lažjo izpeljavo učnega procesa
- omogočajo doseganje učnih ciljev
- vplivajo na boljše vzdušje v razredu

ZA UČENCE:

- nudijo priložnost za sprostitev, zmanjšujejo stres ali preprosto preprečujejo miselno prenasičenost
- spodbujajo možganske centre za določene potenciale
- urijo spretnosti in sposobnosti – orientacija, pozornost, koncentracija, koordinacija gibov, fina in groba motorika, ravnotežje, govorne sposobnosti, vztrajnost ...
- krepijo samozavest preko usvajanja novih spretnosti tako, da učenci sprejmejo nove izzive z izvedbo tudi zahtevnejših vaj

V RAZREDU:

- povezujejo učence pri skupnih aktivnostih
- spodbujajo podporo vsem članom razreda

ŠOLA, KI UPORABLJA VIDEOVADNICE V UČNEM PROCESU:

- sledi sodobnim trendom učenja in poučevanja
- uporablja sodobne pristope v korist otrok

Naročite testni dostop

Naročite predstavitev na vaši šoli

KAJ PRAVIJO UČITELJI?

- "*Ponavadi so učenci pred ocenjevanjem napeti, z videovadnico pa se sprostijo in tako neobremenjeno pokažejo svoje znanje.*"
  Anja P., učiteljica naravoslovja
- "*Ko učenci med poukom postanejo nemirni, je ponavadi vzrok prenasičenost informacij, zmanjšana koncentracija, utrujenost ... S samo eno pravo vajo vse te ovire v nekaj minutah izginejo, otroci spet zadihajo in se sprostijo, jaz pa brez težav izpeljem načrtovano učno uro.*"
  Marko S., učitelj matematike

- "*Za uporabo se mi ni treba učiti vaj ali obiskovati dodatnih izobraževanj. Samo odprem spletno stran, izberem pravo videovadnico in jo predvajam. Učenci delajo v miru, jaz pa se umaknem …*"
  Alenka D., učiteljica v prvem triletju
- "*Učenci ne potrebujejo nobenih govornih navodili, samo sledijo sovrstniku v videovadnici. Vsi se trudijo izvajati pravilno, ko jim uspe, so ponosni.*"
  Sonja M., učiteljica slovenščine v tretjem triletju
- "*Izvajanje poteka brez učenja na pamet, medtem se učenci umirijo in v tišini sledijo vaji na posnetku. Na koncu so si vedno zaploskali.*"
  Monika G., učiteljica 5. razreda
- "*Z vajami prvošolčki na prijeten način razvijajo sposobnost orientacije na telesu, ogrejejo prstke kot predpripravo za pisanje, pri tem pa se sprostijo.*"
  Martina K. in Anica Z., učiteljica in vzgojiteljica 1. razreda

---

Kako učenci Osnovne šole Martina Konšaka Maribor izvajajo videovadnice?

Učenci z učiteljicama Nino Tomšič in Sabino Grabar so nas povabili na obisk in pokazali, kako izvajajo vaje s pomočjo videovadnic.

Učenci prve triade izvajajo videovadnico **10 za 5**.

Učenci tretje triade izvajajo videovadnico **Prstopletka**.

Naročite testni dostop

Naročite predstavitev na vaši šoli

SPLOŠNI POGOJI

Pogoji uporabe

S prijavo na spletno stran se zavezujete, da svojega osebnega gesla ne boste posredovali tretjim osebam. Vsi posnetki so avtorsko zaščiteni, njihovo razmnoževanje in/ali kopiranje ni dovoljeno.

Splošni pogoji

Dostopne podatke za videovadnice boste prejeli na vaš elektronski poštni naslov po plačilu predračuna. Za proračunske porabnike veljajo plačilni pogoji v skladu z zakonodajo o javnih plačilih. Naročnina na videovadnice se sklene za obdobje 12 mesecev in se ob poteku samodejno podaljša. Če želite naročnino na portal prekiniti, je o tem treba pisno opozoriti Založbo Forum Media najmanj 30 dni pred pričetkom novega letnega naročniškega obdobja.