



AKTYVIOS GRUPĖS PRINCIPŲ TAIKYMAS SKATINANT IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ FIZINĮ AKTYVUMĄ

Reda Lankauskienė

Kauno kolegija, Menų ir ugdymo fakultetas, Pedagogikos katedra

Adresas: Aerodromo g. 6, Tauragė, 72186 Tauragės r. sav.
E. puslapis: www.kaunokolegija.lt
E. paštas: reda.lan032@go.kauko.lt
Telefono nr.: +370 65474192
Tyrimų kryptis (-ys): Socialiniai mokslai S000, Edukologija S007

Tyrimo tikslas. Atskleisti aktyvios grupės principų taikymo galimybes skatinant ikimokyklinio amžiaus vaikų fizinį aktyvumą.

Tyrimo metodai. Mokslinė tyrimo analizė.

Temos aktualumas. Vis daugiau mokslinių tyrimų rodo, kad visame pasaulyje mažėja vaikų fizinio aktyvumo lygis. Manoma, kad vis didesnis neefektyvus gyvenimo būdas ir ugdymo įstaigos aplinka turi įtaką fiziškai neaktyviam gyvenimo būdui, kai vaikai praleidžia daugiau laiko sėdėdami prie kompiuterių ir kitų šiuolaikinių technologijų negu užsiima fizinio aktyvumo veikla. Per mažas fizinis aktyvumas neigiamai veikia augančio organizmo funkcijas, atsiranda tingumas, abejingumas, gresia didesnis kūno svoris ar nutukimas nesilaiko (World Health Organization, 2010). Todėl itin svarbu siekti įgyvendinti fizinio aktyvumo galimybes, nes tai pagrindinė vieta, kur susirenka daugiausiai vaikų, tačiau pamokos metu mokiniai daug laiko praleidžia sėdėdami savo vietose ir klausantis mokytojo dėstomos medžiagos (E. Holt, E. Barteo, K. Heelan, 2013). Mokykloje nėra praktikuojama aktyvios klasės modelis bei jo principai ir fizinis aktyvumas ugdomas tik per kūno kultūros pamokas, kuriose mokiniams suteikiamos galimybės ugdyti fiziškai aktyvią gyvenseną, savitvardą, bendravimą ir bendradarbiavimą, sąžiningą rungtyniavimą. Todėl aktyvios klasės principų įgyvendinimas ikimokyklinio ugdymo klasės veikloje, pertraukų metu leisti judėti ir didinti fizinį aktyvumą.

Tyrimo išvados. Aktyvi klasė vadovaujasi elgesio pokyčių rato sistema ir remiasi principu, kad tikslinė elgsena turi būti analizuojama, siekiant nustatyti priemones, kurios būtų efektyvesnės pakeičiant vaikų elgesį ir požiūrį. Asmeninės galimybės ir motyvacija turi atspindėti jo elgesyje ir būti siejama su fizinio aktyvumo veikla. Dažnai ugdymo procese nerealizuojamos galimybės, skatinančios vaikų fizinį aktyvumą, o prie to prisideda mokyklos aplinka ir prastas mankštos įpročių propagavimas, nes daugelyje įstaigų vaikams skatinama daug laiko praleisti sėdimuojuose padėtyje bei užsiimti fiziškai neaktyvia klasės veikla, todėl turi būti sutrumpinamas sėdėjimo laikas ir padidinta fizinė veikla, nes tai suteikia daugiau naudos vaikų sveikatai. Fizinė veikla įgyvendinant aktyvios klasės idėją klasėje turėtų būti integruojama į visą mokykloje praleistą laiką, kai vaikai pradeda triukšmauti ar dėmesys nukrypsta nuo mokomųjų dalykų. Moksliniai tyrimai rodo, kad integruota fizinio aktyvumo veikla į kasdienes veiklas, aktyvius pertraukas, aktyvius perėjimus, savarankišką fizinę veiklą ar aktyvumu papildytas akademinės veiklas didina judėjimo, vaikų sveikatos ir mokymosi rezultatų pagerėjimą.

Reikšminiai žodžiai: aktyvus mokymasis; dienos ritmas; laisvas judėjimas; pertraukas; savaiminė veikla; žaidimas