

Rīgas pirmsskolas izglītības iestādes “Laismiņa”

īstenotās programmas “Āra kustību aktivitātes nozīme un ietekme uz izglītojamā labizjūtu” norises gaita

RIIMC projekta “Atbalsts kompetenču pieejas īstenošanai pirmsskolā” ietvaros

Pateicoties RIIMC atbalstam, mūsu izglītības iestādei laika posmā no 2021. gada 10.novembra līdz 2022. gada 30. maijam ir iespēja realizēt projektu “Āra kustību aktivitātes nozīme un ietekme uz izglītojamā labizjūtu”.

Projekta mērķis - pilnveidot pedagogu profesionālo kompetenci āra kustību aktivitātes plānošanā, īstenošanā un daudzveidīgas materiālās bāzes papildināšanai veselības un fizisko aktivitāšu mācību jomas īstenošanai.

Projekta uzdevums - rosināt pedagogus ikdienas āra rotaļnodarbībās organiski iekļaut sporta elementus, tā rosinot bērnus iesaistīties daudzveidīgās fiziskajās aktivitātēs atbilstoši savām spējām.

Balstoties uz iestādes vadības, pedagogu vērojumiem un vecāku aptauju rezultātiem, konstatējām, ka tehnoloģijas aizņem lielu daļu no cilvēku ikdienas, daudzu bērnu dzīve jau no mazotnes aizrit pie ekrāniem bez kustībām. Brīvdienas tiek pavadītas mājās vai lielveikalos, nevis svaigā gaisā. Tāpēc pedagogam ir jābūt iedvesmas avotam, kurš ar savām profesionālajām zināšanām, vēlmi un aizrautību ikvienam bērnam iemācīs mīlestību pret kustību.

Projekta īstenošanu sākām ar mācību un metodiskā līdzekļa “Veselības un fiziskās aktivitātes mācību joma” individuālajiem lasījumiem un analīzi. Pirmsskolas pedagogi tikās, domāja un sprieda, kas, viņuprāt, ir labizjūta, cik tā ir nozīmīga mūsu ikdienā un kas to nodrošina. Vai, runājot par labizjūtu, mēs domājam tikai par bērniem? Vai nozīmīga arī skolotāju, tehnisko darbinieku, vecāku un vadības komandas labizjūta? Spriedām, ka tam, ko sagaidām no bērna, vispirms ir jāparādās viņa skolotājā. Bērna labizjūta ir cieši saistīta ar vecāku un skolotāju labizjūtu.

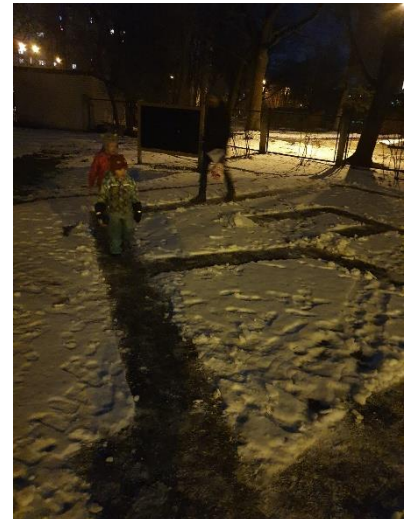
Lektore Anita Vītoliņa (ārsts – pediatrs, sertificēts fizikālās un rehabilitācijas medicīnas ārsts) pilnveidoja pedagogu zināšanas par bērna fizisko attīstību un pievērsa uzmanību tam, ka labas fiziskās veselības un spēcīgas imunitātes pamats ir kustības, samērīga un pareiza fiziskā slodze, aktivitātes svaigā gaisā un laika apstākļiem piemērots apģērbs. Laikā, kad daudzus bērnus no viena punkta uz otru pārvieto ar automašīnu, īpaša vērība jāpievērš tam, lai viņi pietiekami daudz staigātu kājām. Īpaša vērība šajā vecumā jāvelta pareizām kustībām, rotaļām, kas ir ne tikai jautras, bet arī noderīgas fiziskajai attīstībai, jo šis ir laiks, kad vēl samērā vienkārši var izlabot sīkas fiziskas nepilnības, piemēram, plakano pēdu vai sakumpušu muguru. Semināra laikā pedagogi praktiski apguva dažādus vingrinājumus un saņēma ieteikumus gan veselības nostiprināšanai, gan ķermeņa relaksācijai.

Lektore Una Mārtiņšone (korigējošās vingrošanas skolotāja - Aizputes PII “Pasaciņa”, sporta metodikas pasniedzēja LPMC) pilnveidoja pedagogu zināšanas par savlaicīgas un sistemātiskas pamatkustību mācīšanās un pilnveides nozīmi. Lielu uzmanību pievērsa kustību un kustēšanās priekam. Lektore dalījās pieredzē par āra

aktivitāšu organizēšanas tradicionālajām un netradicionālajām metodēm, veidoja atgriezenisko saiti par redzēto un dzirdēto seminārā. Ieteiktās aktivitātes ar prieku tika īstenotas pastaigu un sporta rotaļnodarbību laikā iestādes teritorijā.



Iestādes teritorijas izzināšana pēcpusdienas cēlienā aktīvi darbojoties-izspēlējot ēnu teātri, izskrienot labirintu, meklējot un šķirojot dažādus priekšmetus pēc dažādām pazīmēm, kā arī spēlējot tumsas- gaismas spēles ar lukturīšiem.



Informācija pārvietojas uz un no smadzeņu smadzeņu motora kontroles centra un citām smadzeņu daļām, kas iesaistītas mācībās, bet lielākā daļa nervu ķēžu ir izejošas.

Cerebellum

Information travels to and from the cerebellum, the brain's center of motor control, and other parts of the brain involved in learning, but most of the neural circuits are outbound.

Rīgas Izglītības un Informācijai metodiskais centrs

Datums 1

Noklikšķiniet, lai pievienotu piezīmes

Participants in the video call: Dina Balode, Ura Martiņš, Uga Ziedina, Ize Hāra, Agnese, Dina G.

Dina Balode,
projekta vadītājs