

„Jó gyakorlat” megnevezése: A Magyar Mozgáskotta módszer komplex mozgás- és személyiségfejlesztő programja az Árnyas Óvodában



Árnyas Óvoda

A „jó gyakorlatunk” célja óvodásainkkal a mozgás megszerettetése, mozgásuk fejlesztése, a mozgásos tapasztalatok bővítése gyakorlási lehetőségek biztosításával.

Az óvodáskorú gyerekek szervezetének, testi képességeinek fejlesztése változatos eszközhasználattal, sokféle mozgáshelyzet megteremtésével.

A mozgásos feladatok, mozgásos játékok tervezésénél figyelembe vesszük a csoportok összetételét, a gyerekek életkori sajátosságait, egyéni fejlettségi szintjét. A mozgást a nap folyamán a gyermekek szükséglete, igénye szerint bármikor és bárhol biztosítjuk.

A testnevelés foglalkozások anyaga az atlétika, talajtorna, szertorna, kézi szer gyakorlatokból és különféle játékokból tevődik össze. A játékot, a játékosságot alapvetőnek tekintjük és alkalmazzuk a testnevelésben. Előnyben részesítjük a kézi szerek gyakori használatát: labda, karika, szalag, kendő, babzsák stb., óvodáskor elején heti 1 alkalommal, majd az utolsó óvodai évben 2 alkalommal.

A Mozgáskotta minden korcsoportban alkalmazott módszer, melyet korosztálynak megfelelően a testnevelés foglalkozásba építünk bele.

A „jó gyakorlat” kiemelten és célzottan szolgálja:

- A gyerekek mozgásigényének kielégítését, ezzel együtt harmonikus, összerendezett mozgásfejlesztést.
- Motoros képességek fejlesztését.

Kondicionális képességek (erő, gyorsaság, állóképesség).

Koordinációs képességek (egyensúlyérzék, téri tájékozódó képesség, reagáló képesség). Kognitív képességek fejlesztése mozgáson keresztül.

- Kreativitás és problémamegoldó gondolkodás fejlesztését az eszközök többféle módon való felhasználhatóságát, mozgáspályák alkotása és bejárása által.
- Eltérő egyéni különbségek figyelembevételével mozgásos élmények, tapasztalási lehetőségek megszervezését csoportos, csoportközi és egyéni fejlesztést, gazdagító program formájában a mozgásos feladatok változatos, differenciált tervezésével.
- Integráltan, komplex módon történő fejlesztést / Mozgáskotta.

A szociokulturálisan eltérő, jellemzően hátrányos helyzetű és etnikai kisebbséghez tartozó gyermekek megsegítése érdekében a szakmai munkánkat az egészséges életmódra nevelés, mozgásfejlesztés módszertanára és eszköztárára alapozzuk.

A 2004-2005-2006-os nevelési évek gyermek fejlettségi mérései azt mutatták, hogy az óvodánkba járó gyermekeink többségének egyensúlyérzéke labilis, gondolkodási és tapasztalati következtetésekben gyengék, szerialitás területén bizonytalanok. Ezért kerestünk számukra egy olyan módszert, amely komplex, mozgás és személyiségfejlesztést szolgál. 2006/2007 évtől fokozatosan ismertük meg ezt az új lehetőséget, amely a nevelőtestület minden tagjának tetszett. Azt tapasztaltuk hospitálásaink során, hogy hatékony segítséget tud nyújtani a MAGYAR MOZGÁSKOTTA módszer az óvodai nevelés folyamatában, mely során a gyermekek meg tudják élni, hogy valamiben értékesek, fontosak, felfedezik a máság értékeit, kibontakoztatják rejtett képességeket. A mozgás sokoldalú tevékenység, jelen van a szervezett foglalkozásokon, a mindennapos szabad mozgáson túl a játékban, a különböző nevelési területeken, valamint a gondozási és önkiszolgáló tevékenységekben. A Mozgáskotta módszer beépülése a mindennapokba alkalmas a prevencióra, illetve hatékony segítséget nyújt a gyermekek célzott (gondolkodás, figyelem, emlékezet, matematikai, zenei képességek) fejlesztésében. A program bevezetése előtt a szülői közösség is megismerhette ezt a fejlesztési formát, a szülők maguk is kipróbálhatták a Mozgáskottát, később videó felvételeken is láthatták a gyermekek fejlődését! (Szülői támogatással folyamatosan bővítettük az alapkészletet.)

A gyakorlat alkalmazásától a fejlődés várható eredménye óvodás kor végén:

- a gyermekek szeretnek mozogni, futni, mozgásos játékban kitartóak,
- a gyerekek nagymozgása, egyensúlyérzékelésük stabil, mozgásuk összerendezetté válik,
- szín – alak felismerésük biztosabbá válik,

- emlékezet és figyelem fejlesztés során képességeik fejlődnek,
- növekszik feladattartásuk, együttműködésük, szabálytudatuk,
- ismerik az irányokat, tudnak a térben tájékozódni.

A módszer eredményeként a pozitív transzfer hatása miatt más mozgások kisgyermekkorú megtanulása jelentősen növekszik. A pszichés funkciók és a fizikai képességek egyéni harmóniáján, kompenzációs lehetőségein alapuló, a pozitív érzelmek (sikerélmény) átélésével történő mozgásos aktivitás a jövő garanciáját biztosító szokásrendszer kialakulása szempontjából kulcsfontosságú.

Intézményünkben a „jó gyakorlat” kifejlesztésének fázisai az alábbiak voltak:

- Hospitálás a Magyar Mozgáskotta módszert alkalmazó intézménynél, tapasztalatcsere.
- Kapcsolat felvétel Magyar Gáborral, a módszer kidolgozójával, előadás szervezése.
- Nevelőtestület közös elkötelezettsége a módszer bevezetéséről.
- 1 csoportban kísérleti jelleggel a módszer bevezetése, kipróbálása.
- Szülői és szakmai bemutatók.
- Mozgáskotta program korcsoportokra való anyaggyűjtemény készítése
- A módszer beillesztése a helyi nevelési programunkba.
- Mozgáskotta alapkészlet beszerzése.
- A módszer intézményi szintű alkalmazása.
- Eredményességi mérések.

A jó gyakorlatot bármelyik óvodában lehet alkalmazni, teremben, életkori sajátosságoktól függően, foglalkozásokon, illetve játékidőben is.

A jó gyakorlat a szakirodalomban fellelhető, óvodai közegben jól alkalmazható gyakorlatokat összegyűjtve egy helyen tartalmazza. Kiegészítésként korcsoportokra lebontott mozgásfeladatokat, gyűjteményt tartalmaz, csoportonként alkalmazhatók. Az általunk alkalmazott mozgásfejlesztés komplex és szakszerű. Jól illeszthető bármelyik óvodai nevelési programjához! Nem igényel speciális szakember képzettségét!

Óvodánkban minden korcsoportnál év eleji szűrést, mérést végzünk az óvoda által összeállított mozgásállapot felmérő anyaggal. Évközben videó felvételt készítettünk, melyet szakmai napon közösen értékeltünk.

A bevezetés évében partneri elégedettség mérést végeztünk a gyerekek, szülők, kollégák között, mely során pozitív megerősítést kaptunk a Mozgáskotta módszer eredményességéről. További célunk, hogy ezt a sikert megtartsuk, illetve további fejlesztési lehetőséget szem előtt tartva folyamatosan bővítjük szakmai ismereteinket.

Néhány vélemény a szülői /partneri mérésből: „Mindig izgatottan mentünk oviba, ha Mozgáskotta nap következett”

„Gyermekekem egész nap ugrál és tapsol, számol, mióta ezt a játékot játssza az óvodában”

„Jó, hogy az iskola előtt megismerhettük ezt a mozgást, sokat fejlődött P., tudja melyik a jobb és bal keze!”