

A SZAKDOLGOZAT TARTALMI KIVONATA

Gyermekjoga az óvodában

Gergely Emőke

Óvodapedagógus Szak, alapképzés, levelező tagozat

Belső témavezető: (Dr. Schlichter-Takács Anett adjunktus)

Az óvodai nevelés általános feladata az óvodáskorú gyermek testi és lelki szükségleteinek kielégítése, ezen belül az egészséges életmód alakítása. Leendő óvodapedagógusként fontosnak tartom az új nevelési módszerek megismerését és alkalmazását a hétköznapi gyakorlatban. Ilyen korszerű módszer lehet az egészségre nevelésben a jóga is, amely színesítheti, eredményesebbé teheti a pedagógiai munkánkat. Szakdolgozatom célja az volt, hogy átfogó képet kapjak a gyermekjoga gyermekekre gyakorolt pozitív hatásairól. Kíváncsi voltam arra hogyan építhető be a gyermekjoga az óvodai foglalkozásokba, melyek a jótékony hatásai, milyen területeken fejlesztheti a gyermekeket. Szakdolgozatom kiindulópontja a témához kapcsolódó szakirodalmak tanulmányozása volt. Interjúkat készítettem gyermekjoga oktatókkal. Az interjúkat előzetesen kialakított kérdéssor segítségével végeztem. 2 interjút készítettem kaposvári gyermekjoga oktatókkal (elektronikus interjú formában). További 2 interjú készült óvodapedagógusokkal. Kérdőíves felmérést végeztem szülőkkel, 82 fős mintával. 24 kérdéses online kérdőívet készítettem. A megkérdezések során elsősorban arra kerestem a választ, hogy melyek a gyermekjoga jótékony hatásai, miért érdemes beépíteni az óvodai foglalkozások sorába. Eredményeim nem reprezentatívak. Terepmunkát végeztem a Somogyjádi Mikrotérségi Mesevár Óvoda és Mini Bölcsődében, ahol gyakorlatban is kipróbáltam a jogagyakorlatok beépítését az óvodai foglalkozásokba. Az óvodai kutatómunkám középpontjában a jogagyakorlatok gyerekek szociális kapcsolataira gyakorolt hatása állt, amit a foglalkozások előtt és után is szociometriai vizsgálatokkal mértem. Kutatásaim megerősítettek abban, hogy a jóga egy kiváló eszköze lehet az óvodai egészségnevelésnek. Mint leendő óvodapedagógus, a kutatómunkám során szerzett tapasztalatokat szeretném majd a későbbi pedagógiai munkámba is beépíteni.