

PORTFÓLIÓ

Dudás Eszter
IB3LM9

2024

Az óvodai prevenciós foglalkozások szerepe a gyógytestnevelésben

Dudás Eszter

Gyógytestnevelés az óvodában, iskolában szakterületen pedagógus-szakvizsgára felkészítő szakirányú továbbképzési szak, levelező munkarend
Neveléstudományi Intézet, Szakdidaktikai Tanszék

Vönöczky Áron: testnevelő tanár, Neveléstudományi Intézet, Szakdidaktikai Tanszék

Egy gyógytestnevelő számára elengedhetetlen a belső motiváció és a pedagógusokkal szemben elvárt kompetenciák megléte. Portfólióm első felében a nyolc pedagógus kompetencia mentén mutatom be erősségeimet és fejlesztendő területeimet, amely tanulmányaim során változott. A pedagógusoknak szembe kell nézni a különböző szerepek felé támasztott elvárásokkal, amelyhez a szükséges tudást A pedagógus szerepei és munkatevékenysége c. kurzuson szerezhettük meg. Emellett minden nevelési-oktatási intézményben heterogén csoportok/ osztályok vannak, a nemeket, származást, képességeket, deformitásokat tekintve, így fontos az egyéni bánásmód alkalmazása. Ennek a kompetenciának a fejlődését a Speciális nevelési feladatok , valamint Az integráció- és szegregáció kérdései kurzus segítette.

Ahhoz, hogy egy gyógytestnevelő adekvát, minőségi munkát végezzen, fontos az adott intézmény, a nevelőtestület, a teammunka és a megfelelő feltételek, valamint a jól megírt szakmai dokumentumok. Ezek elemzése, megléte A köznevelési intézmény szervezetének bemutatása, valamint A nevelési, oktatási intézmény hatékonysága c. kurzus keretein belül vált ismertté számomra. Szakmai életutam nagy befolyással volt arra, hogy ezt a képzést választottam, így ennek indoklása, szintén megtalálható portfóliómban. A gyógytestnevelés foglalkozások megtartásához nélkülözhetetlen az emberi test felépítésének ismerete, valamint a különböző betegségtípusok jellemzőinek felismerése, amelyhez az Anatómia, az Élettan, a Belgyógyászat és az Ortopédia kurzusok nyújtottak segítséget.

A gyógytestnevelésben főként két csoportot különíthetünk el a betegségtípusok szempontjából: a belgyógyászati betegséggel küzdő gyermekeket, valamint az ortopédiai elváltozással rendelkező tanulókat. Előbbi kategóriába sorolhatók: az elhízással küzdő gyermekek, az asthma bronchialeval küzdő tanulók, a szív- és keringési problémával küzdő tanulók, valamint a hypertóniás tanulók. Az ortopédiai elváltozások közé soroljuk a lábdeformitásokat, a gerincet és háti szakaszt érintő elváltozásokat és a mellkasi elváltozásokat.

A mozgásfejlődés és a mozgásanyag kiválasztása, illetve a kontraindikált gyakorlatsorok ismerete szintén alappilléret képezik a szakterületnek, így ezek portfóliómban részletesen megtalálhatók, melynek alapját a Funkcionális gimnasztika, a Gyakorlatvezetés-és elemzés, valamint a Sportágak gyógyító adaptációja adta. A gyógytestnevelés összetétele, kialakulása és a mozgásfejlődés szakaszainak ismerete mind fontos része az elméleti ismereteknek. Ehhez számos szerző volt segítségemre. Többek között: Metzsig,2010 ; Pinczés,2017; Gaál,2010; Hidvégi és Müller,2015; Honfi,2011; Király- Szakály,2011. Portfólióm fővonalát az óvodai prevenciós foglalkozások szerepe képezi, hiszen óvodapedagógusi pályám során ezen a területen szereztem a legtöbb tapasztalatot, valamint ez a korosztály áll hozzám a legközelebb.

A kisgyermekkor legfőbb tevékenysége a játék és a mozgás. Az óvodások a mozgáson keresztül szereznek tapasztalatot és tudást környezetükről, így az egészségmegőrzés mellett fontos szerepe van a kognitív folyamatok fejlődésében is. Ezen kívül a gyógytestnevelésben a megelőzés, mint feladat is szükségszerű. Ebben a korosztályban fontos a változatos és sokféle mozgás biztosítása, a mozgás megszerettetése a gyermekekkel.

Napjainkban az elhízás már kisgyermekkorban is megfigyelhető a mozgásszegény életmódnak és helytelen táplálkozásnak köszönhetően, így még inkább szükségessé válik a megfelelően tervezett és szakmailag megalapozott mozgásfejlesztés az óvodában. Emellett a hanyagtartás és lábboltozat kialakulásának prevenciója is kiemelt szerepet kell, hogy kapjon. Előfordul azonban, hogy a 3-7 éves gyermekek esetén is megjelenik egy-egy deformitás, betegítípus, azonban a szűrővizsgálatoknak köszönhetően már a korai életkorban kiderülhet, így a beavatkozás is eredményesebbé válhat.

Jövőbeni céljaim közé tartozik a prevenciós foglalkozások megtartása mellett, a fejlesztések színesítése olyan mozgásos mondókákkal, amelyek a gyógytestnevelésben alkalmazott gyakorlatsorokhoz kapcsolódnak. Emellett az Alapozó Terápia és a tanítóképző elvégzése még tovább fejleszthetné szakmai kompetenciámat.