

PORTFÓLIÓ

Hornyák Anita

2024.

Gyógytestnevelés alkalmazása az óvodai mozgásban

Hornyák Anita

Gyógytestnevelés az óvodában, iskolában szakterületen pedagógus szakvizsgára felkészítő
képzés, levelező tagozat

Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem Kaposvári Campus, Neveléstudományi Intézet

Belső témavezető: Vönöczky Áron Gábor, Testnevelő tanár, Neveléstudományi Intézet/
Szakdidaktikai Tanszék

Hornyák Anita vagyok, immár ötödik éve dolgozom óvodapedagógusként a szigetvári Napsugár óvodában. Intézményünk pedagógiai programjának alappillére az egészséges életmódra nevelés játékkal, mozgással, egyéni bánásmóddal, differenciált fejlesztéssel. Óvodánk egyéni arculata jól tükrözi legfőbb nevelési célkitűzéseinket. A képzésen megszerzett tudással szeretném támogatni, segíteni meghatározott céljaink elérését.

A képzés anyaga merőben formálta szemléletmódomat. Az anatómiai, élettani ismeretek segítettek, hogy az emberi testet és annak működését egy nagy egységben figyeljem, elemezzem. A mozgásrendszer, különösen az izomrendszer részletesebb megértése új perspektívát nyitott a gyermekek és testük megfigyelése szempontjából. Az ortopédiai és belgyógyászati elváltozások, betegségek ismerete segít megértenem a hozzájuk kapcsolódó mozgásterápia lényegi részeit. Az óvodai mozgásfejlesztés feladatait a megszerzett tudás alapján tervezem, melyhez a tanult módszertan nyújtja a legnagyobb segítséget. Kiemelt figyelmet fordítok a preventív mozgásfejlesztésre, főként a helyes testtartás kialakítására és a megfelelő talpboltozat fejlődésének támogatására, továbbá a természetes mozgásigény kielégítésére. A célom, hogy a gyermekek élvezzék a mozgást és az legyen számukra természetes tevékenységük még a későbbiekben is. Ehhez változatos, játékos tevékenységeket kínálok számukra, amiben átélhetik nem csak a mozgás nyújtotta egészségre gyakorolt pozitív hatásokat, hanem a közös örömet, jókedvet. A kötött foglalkozásaimba minden héten tervezek a helyes testtartás támogatására szolgáló játékokat, gyakorlatokat, melynek célja a tudatos testtartás kialakítása. Csoportom gyermekeinek heti rendszerességgel szervezek „mezítlásos tornát”, melynek legfőbb célja a láb- és lábszár izmainak fejlesztése. A tevékenységek tervezéséhez óvodánk tárgyi feltételei adottak, nagy méretű tornaszoba és változatos eszközök állnak rendelkezésemre célom megvalósítása érdekében.