

PRIEŠMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ SVEIKOS MITYBOS UGDYMO(SI) SVARBA

Edita Žukienė

Kauno lopšelis-darželis „Žara“

Edita Dulkinienė

Kauno kolegija



V. Pavardė: E. Dulkinienė

E. paštas: edita.dulkiniene@go.kauko.lt

Institucija: Kauno kolegija, Menų ir ugdymo fakultetas Pedagogikos katedra

Adresas: Pramonės pr. 22, Kaunas

Telefono nr.: +370 64511855

Tyrimų kryptis: Socialiniai mokslai

Tyrimo tikslas. Atskleisti priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikos mitybos ugdymo(si) svarbą pedagogų požiūriu.

Reikšminiai žodžiai: kompetencija, pakartotinio skonio strategija, priešmokyklinis ugdymas, sveika mityba, ugdymas.

Tyrimo metodai. Mokslinės literatūros analizė, siekiant atskleisti priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikos mitybos ugdymo(si) svarbą; apklausa žodžiu, siekiant atskleisti priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikos mitybos ugdymo svarbą, taikomus sveikos mitybos metodus bei sensorinės veiklos ugdymo ypatumus, pedagogų požiūriu; tyrimo duomenų turinio (Content) analizė, siekiant išanalizuoti bei susisteminti tyrimo metu gautus duomenis.

Rezultatai ir (arba) išvados. Priešmokyklinis amžius – tai spartaus augimo laikotarpis ir svarbus mitybos įpročių ugdymo etapas, nes mitybos įpročiai, įgyti ankstyvaisiais gyvenimo metais, gali tęstis iki pilnametystės. Ikimokyklinio ugdymo pedagogai, ugdydami vaikų sveiką mitybą, dažniausiai naudojami priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikos mitybos ugdymo(si) metodais: „gerosios praktikos“ metodu, žaismingomis veiklomis, praktiniais mokymais, teoriniais mokymais bei aprūpinimu sveikatai palankiu maistu. Priešmokyklinio amžiaus vaikų sensorinis sveikos mitybos ugdymas grindžiamas regėjimo, lytėjimo, uodimo bei klausos intervencijomis. Atskleidus priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikos mitybos ugdymo(si) svarbą pedagogų požiūriu, nustatyta, kad sveikos mitybos ugdymo(si) svarba pasireiškia vaikystėje suformuojamais sveikos mitybos įgūdžiais bei teigiamu poveikiu sveikatai. Pedagogai, ugdydami priešmokyklinio amžiaus vaikų sveiką mitybą, taiko praktinių mokymų, žaismingų veiklų, kūrybinių veiklų, diskusijų bei teorinio pagrindimo metodus. Pedagogai taiko pratimus, orientuotus į vaizdo, lietimą, skonio, kvapo jutimus. Tik dalis pedagogų taiko pratimus, orientuotus į garso jutimus.

Originalumas ir (arba) praktinis reikšmingumas. Svarbu pedagogams skatinti tėvų įsitraukimą į vaikų sveikos mitybos ugdymo(si) procesą organizuojant bei įgyvendinant veiklas, kuriose dalyvautų ir tėvai; sistemingai organizuoti ir įgyvendinti veiklas, orientuotus į garso jutimus, skatinant vaikus įsiklausyti į garsus tariant sveikų maisto produktų pavadinimus; sistemingai organizuoti ir įgyvendinti veiklas, orientuotus į vaizdo jutimus, mokant vizualiai suskaidyti maisto produktus į įvairias formas, įsivaizduoti, kaip produktas atrodo pagamintas; organizuojant veiklas, orientuotus į skonio jutimus, sistemingai taikyti pakartotinio skonio strategiją.