

Sveikatai palanki ugdymo aplinka. Kaip tai užkoduota Bendrojoje programoje?

PASITARKIME, KOLEGA.

5 Nuotolinis susitikimas



2021-02-04

Tarėsi ir siūlymus teikė: mokytojai – praktikai

Lolita Barzdaitienė

Pavel Binusov

Simona Žalytė-Linkuvienė

Meilė Platūkienė

Vladas Izdūnis

Bendrujų programų atnaujintojai, NŠA projektų darbuotojai

dr. Olegas Batutis

Vaiva Baltramiejūnaitė – Čepaitė

dr. Natalja Fatkulina

Juozas Savickas

dr. Laima Trinkūnienė

Audra Vilūnienė

dr. Kristina Viršulienė

Susitikimą iniciavo ir moderavo: *dr. Loreta Statauskienė*

Sveikatai palanki ugdymo aplinka. Kaip tai užkoduota Bendrojoje programoje?

Kuris žodis Jums yra **reikšminis** šiame sakinyje?

Kurį žodį pabrauktumėte kaip svarbiausią šios dienos diskusijoje?

- Sveikata, ugdymosi aplinka
- Užkoduota sveikata
- Sveikata
- Aplinka
- Palanki / nepalanki nei ugdymuisi, nei sveikatai, to nėra BP
- Kodavimas. Tai apsprendžia BP vertę
- Palanki sveikatai, užkoduota.
- Svarbūs visi trys dėmenys: fizinis, psichinis, socialinis

Palanki aplinka: kas tai?

1. Jeigu į vaiką žiūrime kaip į augalą.. Reikia derlingo dirvožemio, saulės, lietaus. Kas jam tinka, kas „pamaitina“ tą augantį vaiką visapusiškai leidžia sutvirtėti kūnui, tapti lankstesniu, atskleisti savo prigimtinius gebėjimus, išmokti neužspausti emocijų, išmokti gerų technikų, leidžiančių darniai augti su aplinka, kas leidžia skleisti vaiko prigimčiai. Baziniai poreikiai – pavalgyti, pamiegoti... o kiti – individualumo sklaidos poreikiai kyla jau po to.
2. Su dalyviais peržiūrėtas [trumpas filmukas, iliustruojantis, kaip vyksta pamoka Suomijos mokykloje.](#)
3. **Suomijos švietimo sistemos pavyzdys** - koncepcija – palanki aplinka vaiko asmenybei, individualumui skleisti ir kai vaikas jaučiasi sociumo dalimi.

4. Labai svarbu, kad vaikai neauga, t.y. ne taip auga, kaip pomidorai ar tulpės... **Vaikai auga savo individualiu greičiu!** Vaikas pas mus ugdomas pagal standartus, kas traumuoja mūsų vaikus. **Dėl Suomijos pavyzdžio filosofijos: svarbu patys principai.** Kad smegenys dirbtų, reikia kraujo ir gliukozės, o mes min norime ją išlaikyti suole.. **Jeigu sumažiname vaiko judėjimą o tuo pačiu ir kognityvinius gebėjimus...** Ypač vyresnėse klasėse matome, jei mokiniai neįpratę judėti, tai ir linkę sėdėti. **Judėjimas – didelė prevencija psichiniam sutrikimui.** Iš socialinės pusės – žmogus sociali būtybė. Ir saviraiška ir judėjimas, ir ritmiškumas. Galima tai padaryti įvairiomis priemonėmis, kuo mažiau sėdint savo suole.

5. **Mokytojas – kaip fasilitatorius, kuris padeda vaikams įgyti tų žinių, kurias jie pasirenka. Procesas paremtas žinių noru ir noru įgyti tas žinias.**
6. Mano patirtis paremta mokymosi patirtimi Suomijoje. **Kiekvienas mokinys pasiekia savo tam tikrą lygį. Kiekvienas žino, kad gali siekti ir vėliau pasiekti savo lygį. Mokiniai mokosi bendradarbiavimo ir individualiai, ir kartu. Kuriama kultūra, paremta palaikymu. Nėra konkurencijos. Mokiniai vienas kitam užleidžia vietą. Mūsųose ne visų pamokų metu vaikai gali laisvai judėti.. Pamenu, kad net atsistoti tu negali... neleidžiama. Būna, kad ir kvalifikacijos kursuose Suomijoje dėstytojai diskutuoja ir gali tuo pačiu metu atsistoti, padaryti pritūpimus... ar kt. judesį. **Asmens judėjimas netrukdo kitiems...** Mūsųose gal baimė kyla?**
7. Kas būtų, jeigu pacientai ligoninėje pasakytų, kada nori pusryčių, pietų ar vakarienės.. **Suomijos patirtis – kitokia.** Ir pacientai **gali rinktis.**

8. Pradėsiu nuo anksčiau, nuo patirties Suomijoje mokykloje, kur suvažiuoja fizinio ugdymo mokytojai, dalijasi patirtimi. Kas įdomu, kad **dar prieš 10 metų prioritetine sritimi suomiai kaip tikslą iškėlė – sveikata.**
9. **Sveikata turi atsirasti kaip rezultatas (žr. paveiksle apibrėžta raudonai).** Ir tik tada suomiai pradėjo aprašyti sveikata kaip rezultatą... Dėjo dideles pastangas ir padidino sveikatos ugdymo pamokų skaičių iki 4 per savaitę. Mokytojas kalba kiekvieną dieną su mokiniais. Suomijos mokinys turi kiekvieną dieną galimybę „prisiliesti“ teoriškai prie fizinio aktyvumo supratimo, plus dar praktinės pamokos. O kokia situacija Lietuvoje? O kaip per karantiną suprastėjo ir sumažėjo mokinių fizinis aktyvumas ir suprastėjo mokinių fizinis pajėgumas? Kodėl apie tai nekalbama? Jeigu kaip Suomijoje būtų prioritetas sveikata Lietuvoje būtų prioritetu, būtų kitaip.

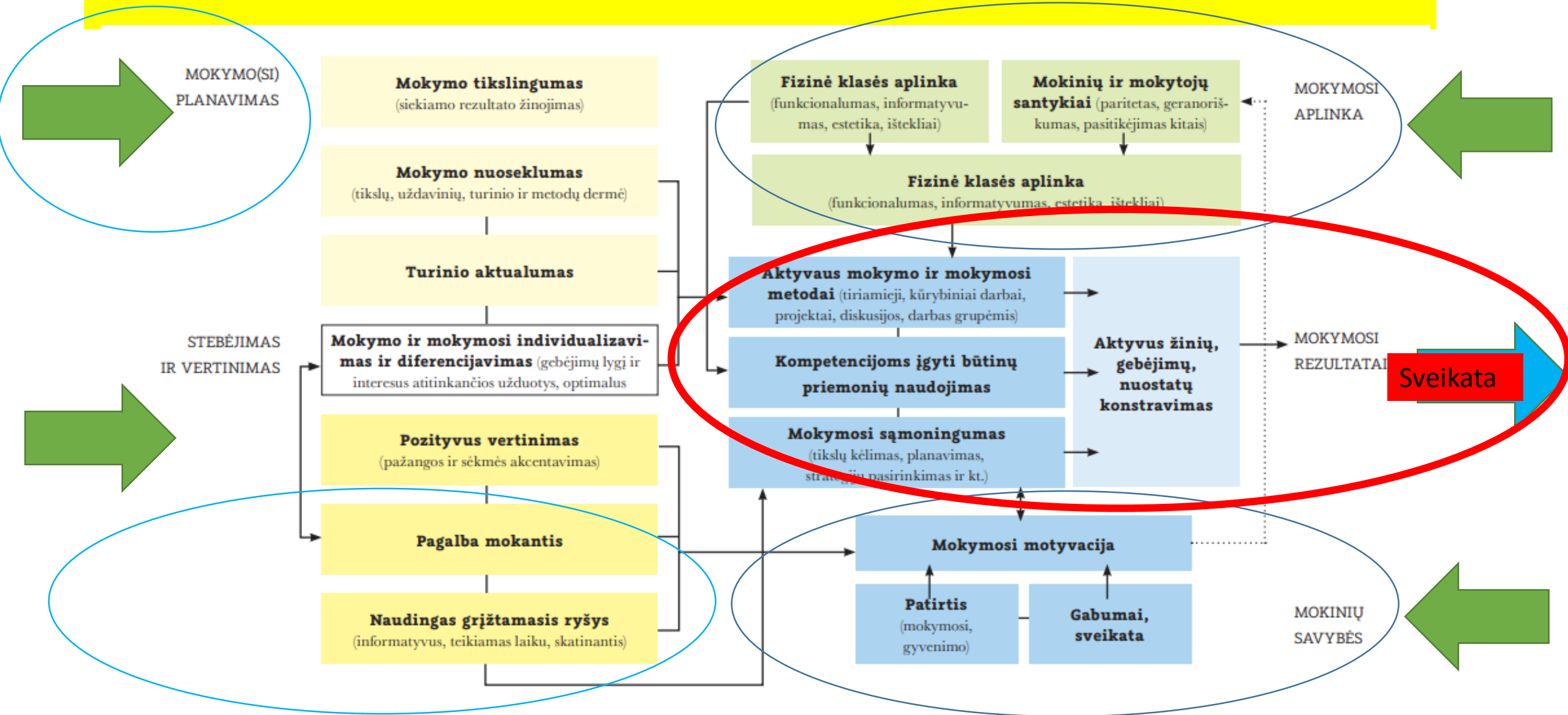
10.



čia, rezultatuose reikia dėti prioritetą SVEIKATAI



Sveikatai palanki ugdymo aplinka pamokoje



11. **Fizinis aktyvumas reikalingas** ir jį svarbu **plėtoti kiekvienoje pamokoje**. Ir vakar, 4-PASITARKIME, KOLEGOS susitikime buvo aptartas matematikos mokytojo pavyzdys, kuris suglumo, kad mokytojas nežino, kada tą aktyvumą įveiklinti su vaikais matematikos pamokoje.
12. Prieš kiekvieną matematikos pamoką Suomijoje, mokytojas organizuodavo fizinio ugdymo/ pulso ar krūvio stebėsenos pamoką, o po to eksperimento per metus padidėjo visi mokinių matematiniai pasiekimai. Jeigu siūlau savo gimnazijai „padarome tą patį“! Sunku „atimti“ valandas iš matematikų... Dar yra ir daugiau problemų, vietoj to, dar pridėjo papildomą matematikos, o ne fizinio ugdymo pamoką. **Jeigu SVEIKATA ir FIZINIS aktyvumas taps prioritetu**, tai ir socialinę-emocinę mokinių būseną vertinsime per visą švietimo sistemą. **Tada bus rezultatas.**
13. Bet jeigu mokytojas turi užtikrinti pirmoje vietoje TIK egzaminų pasiekimus, tai sveikatos nebus. Jeigu pagal reikšminius žodžius žiūrėti, **turime galvoti, KIEK IR kaip UŽKODUOTOS KIEKVIENO DALYKO MOKYTOJŲ UGDYTIS SOCIALINĘ-FIZINĘ-PSICHINĘ SVEIKATĄ.** Jeigu norime rezultato, turime matyti, **kaip BP užkoduotas tas sveiko vaiko rezultatas, kiek sveiki jie baigė mokyklą.** Turėtume didžiulius poslinkius, kaip ir suomiai. Priešingai vargu ar galime tikėtis, kad pagerės sveikata.
14. 100 proc. pritariu. Problema – pagal ką mokyklos reitinguojamos ir tai joms tampa, deja, prioritetu.

BP struktūra

Bendrosios nuostatos

Tikslas ir uždaviniai

Kompetencijų raiškos aprašas

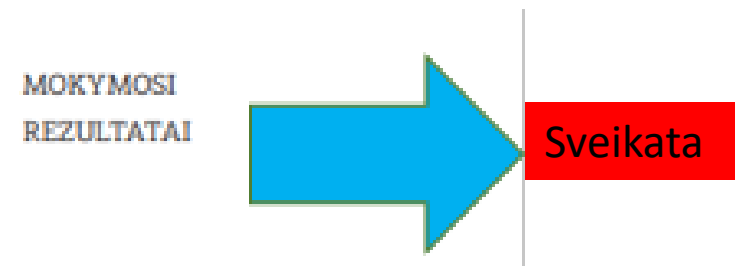
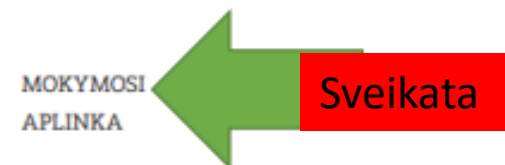
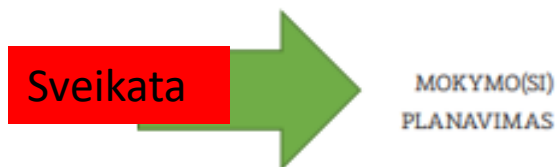
Pasiekimų sritys

Pasiekimų raidos aprašas

Mokymosi turinys

Pasiekimų vertinimas

Pasiekimų lygių požymiai



15. **Kompetencijų raiškos aprašas –SEU kompetencija BP(2020) projektuose yra. Galima paieškoti fizinio aktyvinimo galimybių ir kitose BP!**
16. Suomijos pamokos pavyzdžio filmuke (žr. nuorodą aukščiau) matėme, kad vaikai visi juda, vaikai įsisavina geriau, būtų gražu, kad „raudona gija“ visi šie dalykai susijungtų.
17. Vakar ir psichologė, ir kiti mokytojai sutarė, jog sveikata ir judėjimas būtini visai savirealizacijai ir gyvenimo sėkmei. Per visus pasisakymus tai ir nuskambėjo, jog APLINKA – ir yra vaikų fizinio aktyvumo skatinimas. Problema – LT vaikai daug prasėdi. Suomijos pvz., kad vaikai sėdi ne ilgiau kaip 2 val. apie tai turi būti pagalvota. Kad vaikai gautų pajudėjimo ir po 45 min., kad atsirastų smegenų aktyvinimo pertraukėlės, fizinio aktyvinimo... Atitrūkti nuo protinės veiklos, bet jeigu mokytojai mūsų neįsivaizduoja, kaip vaikas grįš prie susikaupimo reikalaujančios veiklos?
18. **Klausimas: kaip kiti BP ir dalykai mato sąsajas su FIZINIU AKTYVUMU ir SVEIKATA?**

19. Reakcija: Tai aš vakar (2021-02-03) kalbėjau PASITARKIME, KOLEGOS susitikime apie judėjimą pamokų metu.. Bet kodėl tarsi viskas nukrypsta į fizinę sveikatą..? Juk yra ir protinė, ir emocinė, ir etinė, ir aspiracinė... Sveikas vaikas žino, kaip judėjimas kitus paveiks, kitus žmones klasėje... kaip atsilieps tas mano elgesys mano gyvenime, mano pasiekimams... Norint atlikti tokius pratimus... reikia kalbėti ir apie vaikų **BENDRAVIMO SVEIKATĄ.**
20. Įsivaizduokite dabar tokią situaciją Lietuvos mokykloje, kaip matėme Suomijos filmuke.. **Gal reikėtų pirma susitvarkyti su emocine sveikata? Kitos sveikatos taip pat svarbios!**
21. Kalbant apie sveikatą stengiuosi kalbėti apie **BENDRAJĄ SVEIKATĄ**, kaip apibrėžta **PSO: psichikos, dvasinė, socialinė ir fizinė sveikata. Kiekvienas organizmas turi skirtingus fizinius pajėgumus. Fizinio aktyvumo poreikiai – individualūs.** Mokykloje t. b. skiepijamas įgūdis, kad VISKAS YRA SUSIETA. Ir **valdyti emocijas tame tarpe.** Svarbu ne atskirti, bet matyti visumą, taip pat, kaip ir socialinė sveikata, ne vien tik asmeninių pasiekimų, bet, kad ir komandose siektų.
22. Kas pirmiau? „išmokit plaukti, paskui vandens prileisime?“ – ne to juk siekiama. **Svarbus santykis su mokytoju, kiek mokinys jaučiasi saugus,** kai žino, kada kas baigsis, kur eini, visi vertinimo dalykai. Ką gali, tai ir padarai...
23. **Atsakymas vienas – reikalingas visuminis ugdymas.**