

Dėmesingumo praktikų taikymas darželyje

2023 metais darželio pedagogai, įgyvendindami išsikelto tikslą „Užtikrinti kokybišką įvairių poreikių vaikams ugdymo(si) įvairovę“, atrinko ir kūrybiškai pritaikė vaikų veikloje nacionalinio projekto „Inovacijos vaiku darželyje“ metodinių rekomendacijų „Žaismė ir atradimai“ bei „Patirčių erdvės“ daugiau kaip 10 dėmesingumo lavinimui tinkamų veiklų, o dalyvaudami Erasmus+ projekte „GATE“ ir siekdami kokybiško ikimokyklinio, priešmokyklinio ugdymo ir sėkmingo mokymosi starto pradinėje mokykloje bei tęstinumo ugdant gabius ir talentingus vaikus, adaptavo, pritaikė ir integravo į ugdymo turinį naujas metodikas, sužinojo, kaip atpažinti gabius ir talentingus vaikus. Šie projektai, veiklos pritaikyti Valdorfo pedagogikai ir yra ugdymo strategijų, padedančių vaikų asmenybinei raidai, emocinio intelekto tobulinimo veiksmingi pavyzdžiai, todėl norisi bent keletą jų išskirti:

Patirčių erdvė: „Linijos kelias“, „Mozaika“, „Aš“ atspindžiai“

Žaismė ir atradimai: „Užburiantis vanduo“, „Ką galiu nuveikti savo sode?“, „Pėdos smėlyje“, „Pasaulis be sienų“, „Lapai krenta“

GATE projektas: Joga priešmokyklinukams, joga ikimokyklinukams, kvėpavimas nusiramimui.

Svarbiausi įgūdžiai pradeda formuotis vaikystėje, šiuo laikotarpiu vaikas būna lankstus ir imlus. Emocinio intelekto reikia mokytis, taip pat kaip ir kitų įgūdžių. Trys pagrindiniai uždaviniai darželyje yra gebėti atpažinti ir apibūdinti savo jausmus, valdyti emocijas bei suprasti ką jaučia kiti. Ikimokyklinėje įstaigoje galima pasirinkti įvairius metodus emociniam intelektui ugdyti(is). Vieni iš inovatyvių metodų taikomų užsienyje tai – dėmesingas įsisąmoninimas. Ši plačiai psichologijoje naudojama technika apima lėtą buvimą čia ir dabar bei dar daug įvairių patyriminių veiklų tokių kaip dėmesingas judėjimas, kvėpavimas, valgymas, klausymas emocijų ir kūno stebėjimas.

Pedagogai apie savo patirtis reflektavo Mokytojų tarybos posėdyje, diskutavo apie dėmesingo įsisąmoninimo ir patirtinio ugdymo metodų taikymo galimybes ikimokykliniame amžiuje, kai yra stebimas emocinių ir socialinių įgūdžių prastėjimas, todėl rekomenduojama skirti dėmesį emocinio intelekto ugdymui, numatė tolimesnes ateities gaires. Direktorė pristatė „Mini -Minde“ programą. „Mini-Minde“ sudaro dvylika 25 minučių trukmės užsiėmimų, kurie vyksta 6 savaites ir juose taikomi trumpi jogos, kvėpavimo ir atjautos pratimai bei ugdoma viena iš šių savybių: skonis, kvapas, rega, garsas, prisilietimas, judesys, emocijos, empatija, gerumas. Kiekviename užsiėmime naudojama interaktyvi ir konkreči veikla, skirta dėmesingam įsisąmoninimui ugdyti. Tėvai taip pat yra įtraukiami į procesą, jie atlieka tam tikras užduotis namuose, kurios yra susijusios su kiekvienos savaitės užsiėmimų temomis.

2024 m. pradedamas įgyvendinti darželio Erasmus+ projektas „Sėkmingos įtraukties link pasitelkiant dėmesingumo praktikas“ taip pat užtikrins gilesnį, nuoseklų žinių tobulinimąsi dėmesingumo lavinimo srityje, šių praktikų kokybiškesnį integravimą į ugdymo turinį.