

ЗНАЧЕНИЕ НА КОНЦЕПЦИЯТА BEWEGUNGSKINDERGARTEN ЗА ФИЗИЧЕСКАТА АКТИВНОСТ И ЗДРАВЕТО НА ДЕЦАТА

Доц. д-р Боряна Иванова

Пловдивски университет „Паисий Хилендарски“

Резюме. В статията се акцентира върху значението на детските градини за физическа активност, известни в много европейски страни, предимно немскоговорящи, като Bewegungskindergarten. Цел на проучването е да се разкрият същността и значението на детските градини за физическа активност в контекста на необходимостта от здравословен начин на живот и ранно развитие на ключови компетентности. Подчертава се приоритетното значение на здравето на децата, което неминуемо се свързва с тяхната двигателна активност и здравословно хранене. Тези умения се възпитават както в семейството, така и в детската градина. В този контекст се акцентира върху ролята на родители и педагози, които трябва да поощрят желанието на децата за двигателна активност чрез различни форми, методи и средства, радостта им и удовлетворението от тези дейности. Посочени са изискванията към Bewegungskindergarten, основните моменти в дневния престой и образователните направления. В единство с физическото развитие в детските градини се осъществяват интелектуалното, социално-нравственото и емоционалното развитие на децата.

Ключови думи: деца; педагози; детска градина; физическа активност; здраве; личностно и социално развитие

Редица научни изследвания в различните страни подчертават значението на движенията и възприятията като абсолютно необходими за детското развитие и за осъществяването на всяка дейност. Уменията и подкрепата на устойчиво развитие, здравословен начин на живот и спорт са формулирани като ключови компетентности наред с останалите: общуване на роден, а и на чужд език; основни умения в областта на математиката, природните науки и технологии; дигиталните компетентности; умения за учене; обществени и граждански компетентности; инициативност и предприемачество; културна осъзнатост, творчество и културни компетентности. В последните години се увеличава и процентът на деца, които в предучилищна възраст чрез допълнителните дейности

активно се занимават със спорт, изкуства, с обучение по чужд език. Въпреки че динамичното ежедневие в съвременния свят изисква дигитални, чуждоезикови и др. компетентности, акцентът трябва да се поставя предимно върху здравето на децата и осигуряване на двигателна активност, и то предимно на свеж въздух, което влияе позитивно върху цялостното им личностно развитие.

Много детски градини в различни страни фокусират върху двигателната активност на децата. Един от ярките примери е „японската детска градина „Фуджи“, чиято концепция представлява прозорец, през който децата могат да виждат, докосват, мислят и действат извън стандартните детски градини. Свободата на избор в дейностите, игрите на открито и опитът, който децата придобиват в естествена природна среда, са в основа на идеята за тяхното израстване“ (Kamenova, 2021, p. 284).

Цел на проучването, отразено в статията, е да се разкрият същността и значението на европейските детски градини за физическа активност – *Bewegungskindergarten*, в контекста на необходимостта от здравословен начин на живот и ранно развитие на ключови компетентности. Запознаването на учители, педагози и специалисти в областта на предучилищното образование в България с доказали се на практика европейски педагогически концепции би съдействало за прилагане на определени техни елементи в ежедневието на българските предучилищни институции.

Задачи на изследването

1. Изтъкване на позитивните страни на детските градини за физическа активност.

2. Анализ на резултати от анкетирането на педагози за значението на физическата активност в живота на децата.

Методи на изследването

1. Анализ на педагогическата литература по въпроса за детските градини за физическа активност в чужбина.

2. Педагогическо наблюдение и проучване на документи в *Bewegungskindergarten* в Германия.

3. Анкета с педагози от български детски градини.

Детските градини за физическа активност в редица европейски страни, като Германия, Швейцария, Австрия и др., поставят във фокуса на своята работа развитието на движенията на децата, двигателната им активност и психомоторното им развитие, което се отразява позитивно върху здравето и настроението им.

Аналогично на спортните училища, някои родители в чужбина наричат тези детски градини спортни, но в действителност целта на тези институции е не да се упражняват отделни видове спорт, а да се създаде желание у децата да се занимават с физическата активност, да се развиват двигателните им умения и те да са удовлетворени от тези дейности.

1. Възникване

През 1972 г. се създава първата детска градина за физическа активност Bewegungskindergarten към Спортната асоциация във Фрайбург, Германия. В следващите години в различни градове на страната непрекъснато се увеличава броят на детските институции, които се основават към спортните асоциации.

Интересът на родителите да запишат децата си в тези детски институции, се основава на информираността им за многобройните негативни последиствия от обездвижването, свързано предимно с дигитализацията, която с бързи темпове навлиза във всички сфери на общественото развитие. Възрастните са тези, които могат да използват различни форми и методи, за да се противопоставят на хиподинамията, която завладява всички – и деца, и възрастни. Развитието на движенията и двигателната активност в Bewegungskindergarten се интерпретират не като специална форма на тренировка за определен вид спорт, а като необходимост за личностно развитие, добро здравословно състояние и силен имунитет на децата.

Чрез възприятия и движения в различните дейности в ранна и предучилищна възраст децата натрупват своя първи опит от съприкосновението с околния свят, който е от съществено значение за детското развитие, възпитание и образование.

Учителите, които притежават необходимата квалификация, за да работят в предучилищните институции за физическа активност, са устремени непрекъснато да включват в дневния престой на децата дейности, които развиват двигателната им активност. Това означава да ценят значението на здравословния начин на живот и да дават ежедневно своя принос в тази насока.

Представа за детето

Всяка концепция включва и представа на педагозите за развитие на децата. В детските градини за физическа активност тази представа включва следните основни насоки:

- децата се нуждаят от движения, защото те изследват света с всичките си сетива и с цялото си тяло;
- по същността си те са много активни;
- физическата активност е необходима за здравословното им състояние, но често се пренебрегва в някои семейства;
- развитието на мисленето, чувствата и движенията са взаимосвързани;
- физическите движения изпълняват много функции: опознаване възможностите на тялото, изразяване на усещания и чувства чрез тялото, опознаване на света, сравняване на себе си с другите, опознаване на собствените граници. Детето има нужда от всичко това и трябва да го преживява всеки ден в детската градина;
- децата се нуждаят от стимулираща личностното им развитие среда и от възрастни, които ги уважават и им помагат (Der Bewegungskindergarten, Herder 2022, p. 3).

2. Оформяне на средата

Ролята на педагозите в детските градини за физическа активност е предимно да стимулират двигателната активност на децата чрез различни форми, методи и средства. Те не са пасивни наблюдатели на физическите активности на децата, а са отговорни за оформянето на помещенията, в които децата проявяват активност. Целта, от която се ръководят учителите в работата си в детските градини, е хармонично, цялостно развитие на децата и разгръщане на тяхната личност. Основните задачи са насочени не само към физическа активност от страна на децата, но и да им се даде шанс да преживеят различни социални ситуации и проблеми и всяко от тях да има възможност да осъзнае собствената си социална роля в детската група, да се научи на равнопоставеност и да уважава другите деца.

Задачи на педагогическата работа

1. Осигуряване на двигателна активност чрез различни дейности.
2. Цялостно стимулиране на детската личност и на ученето чрез движения.
3. Засилване на доверието на децата в себе си. Осигуряване на възможност да опознаят собствената си личност и да оценят своите възможности.
4. Запознаване със заобикалящия ги свят и материалите.
5. Усъвършенстване на когнитивни и социални компетентности.
6. Развитие на възприятията и натрупване на опит от двигателна активност.
7. Единство между двигателни умения и развитие на психиката на децата.
8. Развитие на детската самостоятелност и активност.
9. Креативно и емоционално развитие съобразно индивидуалните интереси.
10. Интеграция на децата със СОП.
11. Разбиране и толерантност по отношение на други култури и други мнения.
12. Създаване на атмосфера на доверие и радостни преживявания, в която децата чрез различни дейности могат да развият личността си.
13. Всички деца – без или със дефицити в развитието си, трябва да познават позитивните възможности за въздействие и да се възпитават, съобразно възрастта си, в дух на демокрация¹.

За да се осъществят всички тези задачи, педагозите се стремят да създадат подходяща, развиваща, образователна среда, която включва: стимули за развитие на децата; предизвикателства, които те да преодоляват; импулси за нови идеи; допускане на възможност децата да правят грешки; доверие в детските умения; признание; взаимно уважение; съвместно участие в различни дейности; свобода при вземане на решения; поемане на отговорност; възможност за избор от различни алтернативи; осигуряване на интересни дейности; създаване на условия за развитие на сетивни възприятия; стимулиране на двигателната активност на децата; оформяне на зони за успокояване; създаване на

условия за правилна ориентация; осигуряване на подкрепа и помощ, когато е необходимо; създаване на доброжелателни взаимоотношения.

В своята работа учителите поставят акцент както върху различни игри, свързани с двигателна активност, така и върху ученето чрез движения, което включва и развитие на възприятията на децата. Чрез разнообразни подвижни игри пред децата се открива възможност за цялостно личностно развитие. Концепцията стимулира не само двигателното развитие на децата, но и тяхното интелектуално, когнитивно, емоционално-волево и социално-нравствено развитие. Речевото, музикалното и креативно развитие също намират място в ежедневието на децата и се осъществяват чрез различни дейности.

Дневен престой

В дневния престой на децата се очертават следните основни моменти.

От 7 ч. до 8 ч. децата идват в детската градина. До 10 ч. се провеждат: закуска и свободни игри, занимания за развитие на движенията и креативността, работа по проекти. Децата ежедневно излизат и на откритите площи навън. Между 10 ч. и 12 ч. се осъществяват дейности по групи за физическа активност. От 12 ч. до 12,30 ч. родителите взимат децата, след като са заявили присъствие до обяд. В 12,30 ч. – обяд за децата, които остават в детската градина. От 12,30 ч. до 14 ч. – обяд, сън, игри, физическа активност в детската градината или навън. От 14 ч. до 16,30 ч. – игри и дейности по групи. В петък обикновено учителите планират разходка с децата в природата. За всички дейности в следобедните моменти е необходимо предварително записване на децата. В някои детските градини ежеседмично се провежда и обучение по футбол и по плуване.

В по-голям процент в детските градини за физическа активност се предлагат 3 вида дейности за двигателна активност:

- свободна двигателна активност (не е регламентирана, доминира свободен избор от страна на децата), приоритет заемат емоциите, радостното настрояние;

- планирани дейности за двигателна активност;

- проекти, свързани с двигателна активност (с различна продължителност в зависимост от интересите и възрастта на децата).

Към детските градини за физическа активност се предявяват следните изисквания: подходящо обзавеждане на помещенията съобразно идеята за развитие на двигателната активност на децата; добре оформена външна площ; осигуряване на време за релакс за децата; разнообразни дейности за двигателна активност; ежедневни занимания за развитие на двигателната активност на децата; празници, свързани с физическа активност; осъществяване на проекти, посветени на здравето на децата; работа с обществеността; партньорство с родителите; контакти с други институции; квалификационни курсове за персонала в детската градина и др.

Образователни направления

В повечето детски градини за физическа активност се поставя акцент върху следните образователни направления:

- игровата дейност и медии;
- развитие на речта;
- запознаване с природата и културния свят;
- развитие на движенията и възприятията;
- музикално възпитание;
- културно и интеркултурно възпитание¹.

Игрова дейност

Значението на играта се разглежда в следните основни насоки:

- тя съдейства за развитие на детската личност;
- формира основа за осъществяване на процесите на учене;
- помага на децата от предучилищна възраст да се ориентират в заобикалящия ги свят, да се изразят преживяванията си и да се формират у тях умения да действат практически.

Приоритет заема творческата игра. Децата имат право на избор на: партньори в играта, теми за игра, място за разгръщане на игровата дейност, играчки и материали. Когато е необходимо, се използват: книжки, касетофони, фотоапарати, ТВ или видеокамера.

Развитие на речта

Ежедневно, в различни ситуации педагозите се стремят съзнателно да развият детската реч. Те създават условия децата да се включват в диалози, да се учат да се изразяват. От значение е те да проявят желание да комуникират помежду си и да изпитват удоволствие от това. Учителите създават ситуации, в които децата да проявят стремеж да изразят своите чувства, да съобщят за преживявания по време на интересни случки, да изкажат своето мнение по определени въпроси.

Речевото развитие се стимулира от педагозите чрез така наречени „речеви кръгчета“, игри с пръсти, с кукли, ролеви игри, театър на маса, песни, изказвания по повод на възникнали конфликти между децата, използване на различни медии.

С разрешение на родителите в последната група в детската градина за речевото развитие се използват тестове с цел ранната диагностика на проблеми в развитието и вземане на необходимите мерки за тяхното отстраняване.

Запознаване с природата и културния свят

Децата възприемат детската градина като място за стимулиране на сетивата им, многообразна и с различни възможности за промяна. Те осъществяват различни дейности в ежедневието, което не делат на запознаване с природа и култура, а и двете разглеждат винаги в единство. Ученето се интерпретира като комплексен процес, в който децата усвояват и усъвършенстват когнитивните и социалните си компетентности.

Социални компетентности

Деца имат възможност да установят социални контакти с други деца и възрастни. Развиват се комуникативните им умения и уменията да работят съвместно в колектив. Учат се да опознават своите умения и граници, да поемат отговорност и да умеят да решават възникнали конфликти при осъществяване на различните дейности.

За развитие на когнитивните компетентности принос имат: уменията им да се ориентират във времето, пространствата и количествата, както и да усвоят определени понятия и символи; развитие на различните видове памет; логическо мислене; усвояване на правилата и тяхното спазване; умения за поддръжане на обекти и различаването им; споделяне на различни идеи; включване в проекти; осъществяване на експериментална дейност и др.

Развитие на движенията и възприятията

Възприятията се приемат за централен момент в детското развитие. Свързани са както с движенията, така също с мисленето и чувствата. Деца възприемат околния свят със своите сетива, с дейностите, които осъществяват, с тялото си. Движенията свързват вътрешния с външния свят на личността. Предпоставка за ориентиране на детето в околния свят е умението да различава важните информации от несъществените. Това умение невинаги е развито у малките деца. Често наблюдаваните дефицити при ученето и концентрацията им се дължат на слабо развитата способност да уточняват впечатленията си от околния свят, да ги интерпретират и преработват.

Важна предпоставка за учене е децата да умеят да свържат опита, придобит от различните сетива. Именно развитието на възприятията (тактилни, визуални, аудитивни, за пространство и време) чрез използване на различни двигателни активности съдейства за формиране на умения, които се явяват основа за развитие на необходими компетентности у децата.

Приобщаващо образование

В детските градини за физическа активност броят на децата в една група е 20, от които около 4 деца могат да имат определени дефицити в развитието. Във всяка група работят две учителки и медицинска сестра, която помага на децата със здравословни проблеми. Използва се и терапия чрез лечебна гимнастика, логопедия и др., които са част от ежедневието в детската градина.

Интериорът и екстериорът в повечето детски градини за физическа активност притежава следните особености².

Помещение за двигателна активност

В това просторно помещение децата могат да осъществят различни движения като: игри, бягане, скачане, люлеене, катерене, търкаляне, балансиране и др. Предоставя им се възможност да използват различни материали като: спортен тепих, шведска стена, картонени тръби, различни топки, люлки, въжета, гуми, и др.

Понякога педагозите се занимават с определени групи деца: само с по-малки или по-големи деца, само с момчета или с момичета.

Открита площ за двигателна активност

Откритият терен в детската градина предлага пространство за откривателска дейност, за натрупване на опит сред природата, а също и много разнообразни възможности за двигателна активност. Децата не само играят навън, но се развива и креативността им чрез естествени материали като камъчета, пръчици, клонки, дървени дъсчици и др. Те с удоволствие се люлеят на люлки, карат детски велосипеди. Пързалка, пясъчник и въртележка допълват външния екстериор. За улеснение на малките има пътека, по която могат да бягат и това им предоставя голямо удоволствие.

Групови помещения

Помещенията, както е известно в Реджо концепцията, се разглеждат от педагозите като „трети учител“. Педагозите се стремят да не претрупват помещението с много столове и маси, тъй като децата предпочитат да седят на килима и на пода, а не да стоят на столчета.

Кът за почивка

Едно кътче в помещението, така нареченото „островче за почивка“, е на разположение на децата по всяко време на деня, за да могат тези, които се чувстват изморени, да си отпочинат и да съберат сили за включване в различни дейности.

3. Здравословен начин на живот в Bewegungskindergarten

В детските градини за физическа активност се акцентува върху: здравословното хранене, разходките, спорта и престоя в природата.

Храненето

На здравословното хранене се отделя значително място в дневния престой на децата. При подготовката на закуска участват съвместно педагози и деца. Закуската предполага разнообразна храна, която включва повече плодове и зеленчуци. Предпочитан хляб е пълнозърнестият или многозърнест. За пиене по време на закуска се предпочитат мляко, неподсладен чай или вода.

Ежеседмични разходки в околностите на детската градина

Разходките, по избор на децата, се провеждат до различни места: спортната площадка, мястото за къмпинг, хижата за барбекю, дървото на групата и др. Осъществяването на различни видове игри, стимулиращи двигателната им активност, се придружава винаги с много емоции.

Спорт

Ежеседмично децата могат да участват в няколко вида спорт. Организацията предвижда разделяне на групите в зависимост от възрастта на децата. Времето за спорт е не по-малко от 2 часа всяка седмица.

Дни сред природата

Те се провеждат всеки месец. Сред природата децата имат възможност да осъществят дейности съобразно собственото си индивидуално развитие и темпо, като например бягане, катерене, бягане назад, скачане назад и др. Чрез движенията всяко дете възприема не само света около себе си, но и опознава своите силни страни.

Разходки до съседна местност

Педагозите определят дни, в които децата от детската градина посещават други деца от съседно селище. Това означава за тях да преминат през поляни, гористи местности на разстояние до 4 км. Тези разходки са много емоционални и сплотяват детската група.

Две седмици в гората

През септември или октомври се провежда първата седмица в гората, а през месец май – втората седмица. Родителите водят децата си директно в гората на определено място, на което всички се събират в 8 ч. и ги взимат в 13 ч. Цялата седмица децата се занимават с различни двигателни активности, играят различни игри.

Резултати от проведена анкета с педагози от детски градини

През есента на 2022 г. е проведена анкета с 50 детски учители от Пловдив и Пловдивска област за физическата активност на децата от предучилищна възраст.

Анкетата включва следните въпроси: „Имате ли информация за съществуването на ДГ за физическа активност в чужбина?“, „Интериорът и екстериорът във Вашата ДГ създават ли условия за стимулиране на физическата активност на децата?“, „Кой вид от дейностите намира приложение в ДГ: свободни, нерегламентирани дейности, планирани дейности или проекти за двигателна активност?“, „Какъв процент от децата се включват активно в дейности за физическа активност в групата Ви?“, „Колко често провеждате разходки сред природата с децата от Вашата група?“, „Какъв процент от децата от Вашата група се занимават със спорт като допълнителна дейност?“.

Резултатите от анкетата показват, че 80% от учителите не са информирани за съществуването на детски градини за физическа активност в другите страни. Сравнително висок е процентът на учителите – 85%, които смятат, че интериорът и екстериорът в детската градина, в която работят, са подходящи за физическа активност на децата, но 15% са на мнение, че е необходимо да се подобрят условията в тази насока. Относно трите вида дейности за физическа активност 80% от анкетираните учители използват нерегламентирани и планирани дейности, а само 20% включват проекти за двигателна активност на децата. Категорично е мнението на учителите, че над 90% от децата в различните възрастови групи се включват активно в дейности с физическа

активност. За съжаление, факт е, че в българските детски градини много рядко се предвиждат разходки сред природата. Времето на открито се ограничава предимно само с игри на детските площадки и понякога в близък парк. Радостен е фактът, че между 30% и 80% от децата се занимават със спорт като допълнителна дейност в детските градини. В Пловдив процентът на тези деца е сравнително по-висок в сравнение с детските градини в по-малките градове и населени места. Децата с интерес се включват в дейности като народни, модерни танци, балет и художествена гимнастика.

Мнението на учителите недвусмислено показва, че създаването на подходящи условия в детските градини за физическа активност на децата и активното включване на децата в тези дейности е от изключителното значение за тяхното здраве, закаляване, и позитивно настроение.

Изводи и обобщения

Детските градини за физическа активност като *Bewegungskindergarten*, разпространени в много европейски страни, са един от образците за здравословно предучилищно образование. Те осъществяват дейността си съвместно с родителите и обществеността. Между всички тях съществуват взаимоотношения на доверие и взаимно сътрудничество в името на здравето, закаляването и бъдещето на децата. Педагогическите наблюдения на *Bewegungskindergarten* в Германия, разговори с педагози и директори на тези детски градини, проучването на педагогическа литература по въпроса, анкетирането на педагози в България доказват, че целта в тези детски градини е насочена не само към физическото, но и към интелектуалното, социално-нравствено, емоционално-волево и позитивно развитие на детската личност. Факт е, че няма нищо по-важно от здравето, хармоничното развитие, оптимизма и щастието на малките деца. В този контекст незаменима е ролята на родителите и учителите.

БЕЛЕЖКИ

1. PÄDAGOGISCHES KONZEPT, BEWEGUNGSKINDERGARTEN TG „HOPS!“ In: www.google.de, [viewed 15.05.2022].
2. DER BEWEGUNGSKINDERGARTEN, PÄDAGOGISCHE ANSÄTZE, HERDER. In: <https://www.herder.de/kindergarten-paedagogik/kita-leitung/handlungskonzepte-und-profile/bewegungskindergarten>, [viewed 25.05.2022].

REFERENCES

- KAMENOVA, E., 2021. *Inovativna detska gradina – “prozorets” za detsata dnes*. Plovdiv: Paisii Hilendarski [In Bulgarian]. ISBN 978-619-7663-02-0.

THE MEANING OF THE BEWEGUNGSKINDERGARTEN CONCEPT FOR CHILDREN'S PHYSICAL AKTIVITY AND HEALTH

Abstract. The article focused on the importance of kindergarten for physical activity, known in many countries as movement kindergartens. The purpose of the study reflected in the article is to reveal the essence and importance of kindergarten for children's physical activity in the context of the need for a healthy lifestyle and early development of key competencies. The priority importance of children's health, which is inevitably connected with their physical activity and healthy nutrition is also outlined. These skills are cultivated both in the family and in kindergarten. In this context, the role of parents and teachers is emphasized. They should encourage children's desire for physical activity through different forms, methods and means, as well as the joy and pleasure of this activity. The requirements for movement kindergartens, the main moments in the day stay, the educational directions are outlined. The physical development of children takes place in unity with their intellectual, socio-moral and emotional development.

Keywords: children; teachers; kindergarten; physical activity; personal and social-emotional development

✉ **Dr. Boryana Ivanova, Assoc. Prof.**

ORCID iD: 0000-0002-0289-6483

University of Plovdiv „Paisii Hilendarski“

Plovdiv, Bulgaria

E-mail: borjana-ivanova@uni-plovdiv.bg