

Priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimų ugdymo galimybės, pasitelkiant žaidybinės veiklas

Vilija Gerasimovičienė

Mykolo Romerio universitetas / Vilniaus kolegija
gerasivilija@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0004-3236-8122>
<https://ror.org/0052k0e03>
<https://ror.org/004gnah66>

Justina Sakalauskienė

Vilniaus kolegijos
Pedagogikos fakultetas
justinavs@gmail.com
<https://ror.org/004gnah66>

Santrauka. Fizinis aktyvumas pradeda formuotis ankstyvoje vaikystėje (nuo gimimo iki 8 metų) ir laikomas svarbiu pasaulio pažinimo būdu, kuris daro teigiamą poveikį vaiko fizinei, psichinei ir emocinei sveikatai bei skatina naujų įgūdžių vystymąsi. Tinkamas fizinis aktyvumas ne tik stiprina bendrą vaiko fizinę būklę, bet ir prisideda prie jo savireguliacijos gebėjimų ugdymo. Priešingai, fizinio aktyvumo stoka gali lemti ne tik silpnesnę fizinę sveikatą, bet ir didesnius iššūkius emocinėje srityje – vaikams dažniau pasireiškia elgesio problemos, kurios ilgainiui gali išsivystyti į rimtesnius sutrikimus.

Straipsnyje aktualizuojama svarba ugdymo procese skirti atitinkamą dėmesį aktyvioms veikloms, kad formuotųsi judėjimo poreikio įpročiai, kas leistų vaikams patirti judėjimo džiaugsmą. Tačiau ikimokyklinio ugdymo įstaigose neretai nepakankamai ugdomi priešmokyklinio amžiaus vaikų pagrindiniai judėjimo gebėjimai (stambioji, smulkioji motorika, judesių kontrolė, orientavimasis erdvėje), prioritetas skiriamas kalbiniams, matematiniams gebėjimams plėtoti. Tad, sprendžiant probleminius klausimus, atskleidžiama, kokios žaidybinės veiklos labiausiai stiprina priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimus ir kaip žaidybinės veiklos leidžia juos plėtoti. Mokytojams taikant žaidybinės veiklas fiziniam aktyvumui skatinti, išryškėja aspektai, susiję su visapusišku vaiko vystymusi bei jo fizine ir psichikos sveikata. Vaiko judėjimo prigimtiniui poreikiui tenkinti svarbūs mokytojo tikslingai parinkti žaidybinei veiklai judrieji žaidimai, jais skatinamas didesnis jo fizinis aktyvumas, stiprinamas fizinis pajėgumas, intensyviai plėtojami judėjimo gebėjimai. Priešmokyklinio ugdymo mokytojai, suvokdami judėjimo svarbą ir matydami teigiamą aktyvių žaidybinių veiklų poveikį ugdytinių fizinei raidai, stengiasi kuo dažniau įtraukti žaidybinės veiklas jų judėjimo gebėjimams ugdyti, kas labai stiprina ugdytinių judėjimo gebėjimus ir trūkstamus įgūdžius.

Pagrindiniai žodžiai: priešmokyklinis ugdymas, žaidybinė veikla, judrieji žaidimai, fizinis aktyvumas, judėjimo gebėjimai

Received: 23/10/2024. **Accepted:** 10/10/2025

Copyright © Vilija Gerasimovičienė, Justina Sakalauskienė, 2025. Published by Vilnius University Press. This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution Licence](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) (CC BY), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Opportunities For Developing Preschoolers' Motor Skills through Play Activities

Summary. Physical activity begins to develop in an early childhood (from birth to age 8) and is considered an important way of learning about the world, which has a positive effect on a child's physical, mental, and emotional health and promotes the development of new skills. Appropriate physical activity not only strengthens the overall physical condition, but also contributes to the development of self-regulation skills. Conversely, a lack of physical activity can lead not only to poorer physical health, but also to greater emotional challenges as children are more likely to exhibit behavioral problems, which can develop into more serious disorders over time.

The article highlights the importance of paying adequate attention to play-based activities in the education process in order to form habits of physical activity and enable children to experience the joy of movement. However, pre-school educational institutions often fail to sufficiently develop the basic movement skills of pre-school-aged children (specifically, gross and fine motor skills, movement control, spatial orientation), while giving priority to the development of language and mathematical skills. Therefore, in addressing these issues, we reveal which play-based activities are most appropriate in terms of strengthening the movement skills of pre-school-aged children and how play-based activities allow them to develop.

When teachers use play-based activities to promote physical activity, aspects related to the child's overall development, physical and mental health become apparent. Play-based activities are also associated with purposefully selected playful games, effectively satisfying children's natural need for movement, which leads to a greater physical activity, increased physical fitness, and intensive development of motor skills. Pre-school teachers, by virtue of being aware of the importance of movement and the positive impact of play-based activities on the physical development of children, try to include active games as often as possible to develop their movement skills, which significantly enhances children's movement abilities and the skills they lack.

Keywords: preschool education, play-based activities, active games, physical activity, motor skills.

Įvadas

Fizinio aktyvumo pagrindas – prigimtinis vaiko judėjimo poreikis, kuris vysto stambiąją (Skurvydas, 2023) ir smulkiąją motoriką, judesių kontrolę ir savireguliaciją (Howard & Melhuish, 2016) gebant orientuotis erdvėse, stiprinant fizinę bei psichikos sveikatą, stimuliuojant augimą (Skurvydas, 2023). Todėl fizinis aktyvumas, kurio metu plėtojami judėjimo gebėjimai, ypač svarbus normaliai vaiko raidai. Payne ir Isaacs (2016) judėjimo gebėjimus, būdingus ikimokykliniam amžiui, skirsto į tris pagrindines grupes: gebėjimus išlaikyti pusiausvyrą, judėti iš vienos vietos į kitą ir gebėjimus valdyti daiktus. Ši svarba apibrėžiama Priešmokyklinio ugdymo bendrojoje programoje (2022, p. 10) akcentuojant, kad vaikas „aktyviai judėdamas išsiaiškina, kokią įtaką fizinis aktyvumas turi sveikatai ir gerai savijautai“. Šiuolaikinei kartai, augančiai su informacinėmis technologijomis (IT) ir išmaniaisiais įrenginiais bei žaislais, fizinio aktyvumo stokos problema itin aktuali. Tad svarbu ugdymo procese skirti reikiamą dėmesį aktyvioms veikloms, kad vaikai patirtų judėjimo džiaugsmą, formuotųsi judėjimo poreikio įpročiai. Kaip tvirtina Jusienė ir kt. (2019, p. 63), „fizinis aktyvumas jau labai anksti pasireiškia kaip svarbus vaiko emocinės būsenos veiksnys, o vėliau jis svarbus ir bendrai savijautai – tiek fizinei, tiek psichikos sveikatai“. Iki šiol vaikai dažnai susiduria su sėdima veikla, bendravimo trūkumu: praleidžia daug laiko žaisdami kompiuterinius žaidimus, bendraudami socialinėse medijose ar žiūrėdami televizorių, dėl ko nukenčia tiek fizinė, tiek psichikos sveikata (Strazdienė & Burkė, 2019). Hille ir kt. (2015, p. 82) taip pat pabrėžia, jog „dabartiniai vaikai juda vis mažiau. Jie neina pėsčiomis į vaikų darželį, jie ten nuvežami. Savaitgaliais jie nelaksto po kiemus ir parkus, dažniau sėdi prie kompiuterio

ar televizoriaus“. Kaip Jusienė ir kt. (2019, p. 63) išryškina, „vaikai, kuriems nesudaromos sąlygos aktyviai, laisvai, nevaržomai veiklai (bent valandą per dieną), yra nerimastingesni, uždaresni, labiau prislėgti“. Pastebima, kad dėl fizinio aktyvumo trūkumo vaikams kyla daugiau iššūkių su savireguliacija, atsiranda ryškesnių elgesio problemų ir tai ilgainiui lemia elgesio sutrikimus (Jusienė ir kt., 2019). Strazdienė & Burkė (2019, p. 169) taip pat tvirtina, jog „neatsakingai, nesaugiai ir neribotą laiką naudojamos IT gali turėti neigiamų padarinių tiek vaiko fizinei, tiek psichinei sveikatai“. Be to, tėvų skiriamas dėmesys fiziniam aktyvumui šeimoje yra menkas ir neigiamai veikia vaiko sveikatą. Tai savo tyrimuose patvirtino Birontienė (2012), jos teigimu, dėl laiko trūkumo šeimoje neskiriama pakankamai dėmesio aktyvioms veikloms su vaikais. Be to, ateityje gali kilti iššūkių su fiziniu aktyvumu, kuris tiesiogiai veiks vaiko sveikatą. Pasak Žaltauskės (2017, p. 16), „mokslininkai, atliekantys ilgalaikius vaikų fizinio aktyvumo stebėsenos tyrimus, pažymi stebintys laipsnišką tiriamųjų fizinio aktyvumo mažėjimą vaikams augant ir bręstant“. Tad, ikimokyklinio ugdymo įstaiga turėtų būti ta vieta, kur turi augti sveiki, stiprūs, fiziškai aktyvūs vaikai. Šis amžiaus tarpsnis labai palankus tokiems įgūdžiams formuoti, reikšmingas ugdant ir judėjimo gebėjimus. Kryževičienė (2018) atkreipė dėmesį, jog fizinis aktyvumas labiausiai pasireiškia judriųjų žaidimų metu, plėtojant judėjimo gebėjimus, kai vaiko elgesys tampa puikiu įrankiu vaiko stebėsenai ir pasiekimų dokumentavimui, nes išugdyti fiziniai gebėjimai skatina vaikų fizinę raidą.

Gilinantys į fizinių gebėjimų sampratą, Zumeras (2020) juos mano esant fizinėmis ypatybėmis, joms priskiriant ištvermę, jėgą, greitumą, lankstumą, pusiausvyrą, vikrumą ir koordinaciją (Metodinės rekomendacijos. Vaikų fizinio aktyvumo, fizinio pajėgumo ir sveikatos ryšys, 2020). Šios fizinės ypatybės gali būti sėkmingai lavinamos įvairiomis veiklomis, kurias inicijuoja fizinio, meninio, ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo mokytojai, dirbantys ikimokyklinio ugdymo įstaigose. Tačiau atlikti tyrimai rodo, jog dažniausiai ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo mokytojai patys linkę vadovauti žaidimams ir retai leidžia veikti vaikams patiems: pasirenkant žaidimo vietą, improvizuojant kuriamus judesius ir pan. (Kryževičienė (2018). Remiantis priešmokyklinio ugdymo programa (2022), ugdant judėjimo gebėjimus vaikas lavėja žaisdamas savarankiškai ir su kitais, kai bėga, šokinėja, gaudo, kuria judesių derinius, tyrinėja savo kūno galimybes, atlieka interpretacinius judesius, mokosi valdyti laikyseną ir kvėpavimą. Palaipsniui jo gebėjimai auga ir priešmokyklinio amžiaus vaikas jau geba atlikti daugumą pagrindinių judesių – vaikščioti, bėgti, šokinėti, mesti, gaudyti, spirti, atmušti, lipti, išlaikyti pusiausvyrą ir atlikti paprastus koordinacijos pratimus (Priešmokyklinio ugdymo bendroji programa, 2022). Tik tada, kai vaikas žaidžia savarankiškai, stebi kitus, bando ir tyrinėja savo kūno galimybes, patenkinamas prigimtinis jo judėjimo poreikis, nes žaisdamas, stebėdamas, bendradarbiaudamas jis tyrinėja savo paties augimą ir tuo džiaugiasi (Priešmokyklinio ugdymo bendroji programa, 2022).

Vaikas, veikdamas laisvai, nesusikaustydamas, nelaukdamas nurodymų, nebijo suklysti, tyrinėti, pažinti ar atrasti, taip atskleisdamas savo gebėjimus, ko ir reikia vaiko pasiekimų vertinimui (Kryževičienė, 2018). PSO duomenimis, Bendrajame fizinio aktyvumo veiksmų plane 2018–2030 metams (2018, p. 7) pabrėžiama, jog „prastą rodiklį

iš esmės lemia nesveika gyvensena, <...> mažas fizinis aktyvumas“. Vaikas turėtų būti suaugusiųjų skatinamas daugiau judėti. Tačiau ugdymosi įstaigose neretai nepakankamai ugdomi priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimai, prioritetas skiriamas kalbiniams, matematiniams gebėjimams plėtoti. Tad kyla *probleminiai klausimai*, kokios žaidybinės veiklos labiausiai stiprina priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimus ir kaip žaidybinės veiklos leidžia juos plėtoti?

Priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimų ugdymo raiška žaidybinėse veiklose

Vaikai yra nenustygstantys vietoje, aktyvūs, tačiau svarbu ugdyti tikslingą judėjimą, formuoti fizinio aktyvumo poreikį. Judėjimo gebėjimų sampratą pateikia Boyd & Bee (2011, p. 229), jų teigimu, „pagrindiniai judėjimo gebėjimai, kurie būtini norint bėgioti, yra tokie, kaip gebėjimas tinkamu kampu išlenkti liemenį, mosuoti rankomis, sinchronizuoti rankų ir kojų judesius, tinkamu kampu statyti atraminę koją ant žemės, tinkamu kampu sulenkti kelią, kaip atraminę koją paliečia žemę ir t. t.“ Strazdienė ir Burkė (2019, p. 157) teigia, jog „judėjimas yra itin svarbus <...>, nes leidžia vaikui įgyti patirties, normaliai vystytis, augti sveikam, susiformuoti judėjimo ir sveikatos įpročius, kurie dažniausiai išlieka visam gyvenimui“. Šis judėjimo poreikis gali būti patenkintas įvairaus pobūdžio žaidybinėmis veiklomis, kai žaidimas atitinka vaiko galias ir poreikius. Tam prireikia fizinių ir psichinių pastangų, nes žaidybinių veiklų metu ugdoma vaiko savivertė, saviraiška, atsakomybės jausmas (Gedvilienė ir Sabaliauskaitė, 2021). Judriųjų žaidimų, kaip vienos iš labiausiai vaiko mėgstamų veiklos formų, metu mokomasi kopijuojant, pamėgdžiojant bendraamžių ir suaugusiųjų judeseną ar veiksmus. Tai patvirtina Žukauskienė, teigdama, jog „ankstyvojoje vaikystėje vaikas įgyja naujų motorinių sugebėjimų stebėdamas bei kopijuodamas kitų vaikų elgesį“ (2012, p. 283). Ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikams žaidimas yra natūraliausia ir lengviausia prieinama fizinio aktyvumo forma, nes ji atitinka jų mąstymo būdą, emocinį aktyvumą, judrumą ir socialinio bendravimo poreikį (Kryževičienė, 2018, p. 74). Tokio pobūdžio veiklos skatina judėjimą, stiprina ir plėtoja fizinės vaiko savybes bei įgūdžius. Priešmokyklinio ugdymo bendrojoje programoje akcentuojama (2022, p. 21), jog vaikas „žaisdamas, mankštindamasis ugdomi prie fizinių gebėjimų priskiriamas fizinės ypatybės: greitumą, vikrumą, ištvermę, pusiausvyrą, koordinaciją, lankstumą, jėgą“. Aktyvi veikla turi tiesioginę įtaką vaiko bendrai savijautai bei stiprina sveikatą, lemia socialinę bei motorinę raidą.

Judėjimo svarbą pabrėžia ir Kryževičienė (2018, p. 75), jos teigimu, „judėjimas yra pagrindinis biologinis žmogaus raidos veiksnys, skatinantis organizmo augimą ir vystymąsi, gerinantis fizinį pajėgumą ir darbingumą, ugdantis vaiko asmenybę“. Išryškindamas judėjimo svarbą Zumeras (2020, p. 11) tvirtina, jog „fizinis aktyvumas yra viena iš svarbiausių sveiko gyvenimo būdo sudėtinių dalių, daranti teigiamą įtaką ne tik fizinei sveikatai, bet ir psichinei sveikatai bei kognityvinėms funkcijoms, gyvenimo kokybei ir gyvenimo pilnatvės pajautimui, socialiniam asmens aktyvumui ir kt.“ Hille ir kt. (2015, p. 83) akcentuoja tokį judėjimą, kuris stiprina širdies ir kraujagyslių sistemos darbą bei imunitetą, ir dar svarbiau, skatina atkuriamuosius smegenų procesus, spartina jų darbą.

Daug judėdamas aktyvus vaikas teigiamai veikia savo psichologinę ir socialinę gerovę, nes, patekęs į netikėtas situacijas ar į naują aplinką, geba sklandžiau prisitaikyti prie įvairių aplinkybių (Rutkauskaitė ir Bukauskė, 2016). Žaidimų metu plėtojama vaikų vaizduotė ir išradingumas, motorika, savarankiškumo įgūdžiai, patenkinamas labai svarbus poreikis aktyviai judėti. Vaikui pakankamai judant ir plėtojant pažintinius gebėjimus lemiamas naujų nervinių ląstelių susidarymas bei lėtesnis jų žuvimas (Hille ir kt., 2015). Tad, galima teigti, jog vaikas daugiau judėdamas tyrinėja savo kūną. Taip jis tampa sveikesnis, fiziškai pajėgesnis. Ugdymosi proceso pritaikymas pagal vaiko raidos poreikius lemia įvairiapusių vaiko gebėjimų vystymąsi, o tai ateityje nulemia sklandų įgytų gebėjimų įtvirtinimą bei tobulėjimą. Ugdymosi sėkmę dėl pakankamai ištobulėjusių gebėjimų mini Beniušienė ir Kontautienė (2024, p. 73), „kūno, valios ir proto darna (mokymasis turi visapusiškai lavinti kūną, valią ir protą; mokymasis per judėjimą, kaip ir fizinis raštingumas prisideda prie dorovinio ir intelektualinio mokymosi sėkmės)“. Daugelis mokslininkų be išlygų sutaria dėl palankios judėjimo naudos. Stambiosios motorikos gebėjimų ugdymas ypač reikšmingas ikimokykliniame amžiuje, kai intensyviai plėtojasi pagrindiniai judėjimo gebėjimai, kurie ateityje lems sudėtingesnių judesių vystymąsi, fizinio raštingumo konteksto plėtojimą. Tačiau svarbu ir šioms veikloms skirtas laikas. Remdamasis PSO gairėmis, Zumeras (2020, p. 11) pabrėžia, jog „visi vaikai ir paaugliai turi kasdien sukaupti mažiausiai 60 minučių vidutinio ar didelio intensyvumo fizinės veiklos. „Sukaupti 60 minučių fizinės veiklos“ reiškia, kad dienos fizinio aktyvumo norma gali būti pasiekta, pavyzdžiui, per du kartus po 30 minučių ar net per tris kartus po 20 minučių“. Tai yra minimalus rekomenduotinas intensyvumas, tačiau, norint pasiekti didesnę teigiamą poveikį vaiko sveikatai, to nepakanka. Zumeras (2020, p. 11) nurodo, kad „norint pasiekti didesnės naudos sveikatai ir siekiant didesnių teigiamų pakitimų organizme, fizinės veiklos laikas turi būti ilgesnis nei minimalus (60 minučių) ir trukti bent 1,5–2 valandas (apie 120 minučių) kasdien“.

Apibendrinant galima teigti, jog vaiko prigimtinė reikmė judėti itin palankiai veikia stambiosios motorikos gebėjimų (fizinį pajėgumą ir fizines savybes) vystymąsi. Skirtingo pobūdžio judriųjų žaidimų taikymas padeda sėkmingai vystyti vaikų judėjimo galimybes, plėtoti daugelį vaikų motorinių gebėjimų. Tai lemia darnų vaiko augimą ir vystymąsi. Nuolatinis ir pakankamas žaidybinių veiklų taikymas leidžia išplėtoti vaikų judėjimo galimybes, kurios ateityje lems sudėtingesnius, svarbius kasdieninius gyvenimo gebėjimus, fizines savybes. Ši atsakomybė tenka mokytojui, nes didžiąją laiko dalį jo ugdytiniai praleidžia ugdymo įstaigoje, kur įgyja reikiamos patirties ar įgūdžių ir žaidimas – palankiausias būdas to pasiekti.

Žaidybinių veiklų, skatinančių fizinį aktyvumą, samprata ir reikšmė

Žaidimas vaikui – maloni, priimtina veikla ir sėkmingo ugdymo(si) pagrindas visapusiškai jo vystymuisi. Visame pasaulyje pagrindinė ir išskirtinė ugdymo(si) proceso dalis yra žaidimas, nes jo metu intensyviai vystosi vaiko motoriniai, pažintiniai, socialiniai gebėjimai, jis įgyja vertingų patirčių, formuojasi jo vertybinės, priimtinos elgesio nuostatos. Žaidimo terminą Zumeras (2020, p. 5) aiškina taip: „žaidimas apibrėžiamas kaip

savitikslė, savanoriška, smagi jos dalyviams ir įtraukianti vaizduotę veikla. <...> Maži vaikai įgyja ir sustiprina sėkmingai raidai reikiamus įgūdžius per žaidybinį santykį su žmonėmis ir daiktais“. Burbaitė (2019, p. 17) antrina, jog „žaidimas vaiko gyvenimo ir ugdymosi būdas“. Todėl, norint stiprinti judėjimo gebėjimus, itin svarbu skirti daugiau dėmesio aktyviam žaidimui. Jakimavičienė (2017, p. 3) įsitikinusi, kad „įsisavinęs bendravimo su suaugusiuoju taisyklės skirtinguose žaidimuose, vaikas jau geba jas modeliuoti ir perkelti į kitas situacijas. Taip žaidimas tampa paties vaiko išraiškos forma ir vystosi toliau“. Vaikai inicijuoja žaidybines aplinkybes bet kokioje kasdieninėje veikloje, net prausiantis, tvarkantis ar tiesiog vaikstant. Žaisdamas vaikas patenkina savo pažinimo, judėjimo, komunikavimo poreikius.

Sąveika su bendraamžiais žaidybinėse veiklose tenkina prigimtinių judėjimo poreikį, plėtojant ir judėjimo gebėjimus. Šešiametiai, septynmetiai vaikai geba gan sklandžiai karstyti, šokinėti, tačiau dar nevysiškai išlavę jų koordinuotų judesių gebėjimai (Žukauskienė, 2012). Vaiko aktyvi veikseną pažymima ir Priešmokyklinio ugdymo bendrojoje programoje (2022): „žaisdamas, sportuodamas, dalyvaudamas kitose aktyviose veiklose orientuojasi erdvėje keisdamas judėjimo tempą, kryptį, kūno padėtį, stengiasi bendrauti ir bendradarbiauti, laikytis taisyklių, saugoti save ir kitus“. Fizinis aktyvumas Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatyme (2018, 2 str.) įvardijama kaip „asmens fizinė veikla, kuria siekiama stiprinti sveikatą, tobulinti fizines ir psichines savybes bei įgūdžius“. Vaikai nuo ankstyvos vaikystės nusiteikę aktyviai veikti, judėti. Šis vaikui kylantis spontaniškas noras žaisti laikomas „vaikų pomėgiu atlikti vieną ar kelias veiklas, susijusias su augančiais jų motoriniais sugebėjimais“ (Žukauskienė, 2012, p. 380). Kalbėdama apie pirmuosius aktyvius žaidimus, Žukauskienė (2012, p. 283) mini ankstyvosios vaikystės metais vaikų dažnai žaidžiamas veltynes, kurių metu jie bėga, vienas kitą gauda, susikimba išbandydami jėgą, kas kurį nugriau, juokiasi, daro grimasas ir t. t. Žaidimas padeda vaikui sužinoti nauja, apgalvoti tai, ką jis jau žino, ką teko patirti, ir išreiškia savo nuomonę apie tai, ką jis žaidžia (Jakimavičienė, 2017, p. 5). Tik žaidimo metu vaikas gali išjausti, išgyventi jam tekusias patirtis, nes žaidimas tarsi sušvelnina klaidų ir nesėkmių padarinius (Burvytė 2019, p. 39), „kai vaikas stengiasi būti savarankiškas ir aktyviai dalyvauja suaugusiųjų veikloje, kuri tikrovėje jam dar nepasiekiamą“. Tik žaidime jis gali veikti laisvai, nevaržomai, savarankiškai reikšti savo norus ir jausmus (Jakimavičienė, 2017, p. 5). Be to, žaidimas, kaip ugdymo proceso dalis, inspiruoja smagiau ir įtraukiau pasiekti užsibrėžtų ugdymo(si) tikslų (Lucas, 2017). Tai suaugusiųjų neveikiama veika, vaikas gali visapusiškai ir laisvai reikštis, išbandyti savo jėgas, galiausiai džiaugtis savo pasiekimais. Pastangomis grįstus pasiekimus išskiria ir Beniušienė su Kontautiene (2024, p. 72)., laikydamos tai „pastangomis pelnytu džiaugsmu (kai jauni žmonės įgyja ir pritaiko fizinius, elgesio ir intelektinius įgūdžius, mesdami iššūkį sau ir kitiems fizinės veiklos, judėjimo, žaidimų ir sporto srityse)“. Akivaizdu, jog žaidimas – tinkamiausias ir ypatingas būdas pažinti jį pasaulį, išbandyti savo jėgas ir kūno galimybes. Tai garantuoja visapusišką vaiko raidos vystymąsi bei sėkmingą ugdymą(si) ateityje.

Ugdymo procese ramaus pobūdžio žaidimai svarbūs visapusei vaiko raidai, o aktyviems žaidimams reikia ir fizinių pastangų. Fizinius gebėjimus stiprina aktyvūs, judrieji

žaidimai, kurie padeda formuoti fizinius gebėjimus, lavinti koordinaciją (Burvytė, 2019, p. 7.) ir kitas fizines ypatybes. Jakimavičienė (2017, p. 6) judesius, atliekamus judriųjų žaidimu metu, mano esant viena iš sėkmingo vystymosi sąlygų, kurių metu vaikas itin aktyviai juda. Kryževičienė (2018, p. 78) atskleidė, kad „judrieji žaidimai yra svarbūs, kaip vienas iš pagrindinių ir vaikams patraukliausių aktyvaus judėjimo būdų, kurių metu lavinama vaiko stambioji motorika, tobulinami esminiai judesių įgūdžiai, ugdomos svarbios fizinės ypatybės“. Hille ir kt. (2015, p. 82) teigimu, „judėjimas yra svarbus judriųjų žaidimų ir kasdieninio gyvenimo elementas“. Taigi, judrieji žaidimai – palankiausias fizinio pajėgumo bei fizinio aktyvumo skatinimo būdas, labiausiai atliepiantis vaiko fizinę, socioemocinę ir kognityvinę raidos plėtotę (Kryževičienė, 2018), vaiko motorinius įgūdžius jo aplinkoje (Strazdienė ir Burkė, 2019), kaip vieną svarbiausių judriųjų žaidimų ir kasdieninio gyvenimo elementų (Hille et al. (2015), p. 82). Pastebėta, kad fizinis aktyvumas skatina vaiko fizinių savybių, tokių kaip lankstumas, judrumas, ištvermė, greitis ir judesių koordinacija, vystymąsi, nes fizinių gebėjimų plėtotė bei fizinių ypatybių stiprinimas užtikrina pagrindinių motorinių įgūdžių, tokių kaip vaikščiojimas, bėgimas, šokinėjimas, judesių balansavimas, laipiojimas aukštyne ir žemyn, važiavimas dviračiu, ugdymą (Vizbariene, Gerasimoviciene ir Emeljanovas, 2019, p. 360). Strazdienės ir Burkės (2019, p. 160) tyrime atskleista, jog pagerėjo tų vaikų, kurie aktyviai žaidė vienerius metus gamtoje, pusiausvyra, judrumas, bendra motorinė būklė. Tad svarbu teikti daugiau dėmesio fiziškai aktyvioms veikloms, skatinti pačių vaikų iniciatyvą, spontaniškumą ir nuolatinį norą judėti, patiriant judėjimo teikiamą džiaugsmą. Siekiant įvairiapusiškai ugdyti vaikų fizinius gebėjimus bei įvaldyti įvairius judėjimo įgūdžius, žaidžiami judrieji žaidimai, kuriuose dominuoja visi pagrindiniai judėjimo įgūdžiai: ėjimas, bėgimas, šuoliai, mėtymai, laipiojimas, pusiausvyros pratimai (Kryževičienė, 2018, p. 75). Artėjant šeštiesiems metams, itin svarbią įtaką raumenynui stiprėti turi stambioji motorika, tinkamas fizinis vystymasis, atsiranda poreikis varžytis ar lenktyniauti, parodyti savo pranašumą (Burvytė, 2019). Remiantis minėtais mokslininkais, tinkamiausia žaidimo rūšis yra judrieji žaidimai, kurie skatina didesnę fizinę aktyvumą, padeda stiprinti fizinį pajėgumą, plėtoti judėjimo gebėjimus. Todėl aktyvios žaidybinės veiklos itin svarbus kasdieninės veiklos elementas. „Gali mybė žaisti su kitais vaikais šiame amžiuje yra svarbesnė už formalų vaiko ugdymą ar suaugusiojo vadovavimą“ (Žukauskienė, 2012, p. 283). Vaikai aktyviai įsiveiklindami teigiamai veikia savo fizinę sveikatą. Tai iliustruoja Kryževičienė (2018, p. 75), „žaisdamas judriuosius žaidimus vaikas ugdo(si) fizines ypatybes: ištvermę, jėgą, vikrumą, greitumą. Vaikui augant stiprėja jo raumenynas, gerėja judesių koordinacija, judesiai tampa grakštesni, laisvesni. <...> judrieji žaidimai teigiamai veikia vaiko gyvybinius organizmo procesus“, stambiosios motorikos raida sudaro pagrindą smulkiosios motorikos vystymuisi (Žukauskienė, 2012). Tą tvirtina ir Zumeras (2020, p. 8), „mažų vaikų fizinis aktyvumas greičiausiai pasireiškė judriu žaidimu, o ne organizuota mankšta, fiziniu ugdymu ar sportu“. Judriųjų žaidimų metu naudojamas inventorių, fizinio aktyvumo įvairovę skatinantys vaiko judesiai ir jų deriniai leidžia sklandžiai plėtoti bei ugdyti skirtingus judėjimo gebėjimus.

Deja, pastaruoju metu pastebima, kad vaikų sveikatos būklės tyrimų duomenys atskleidžia vyraujančią jos prastėjimą, kurį lemia menkas vaikų fizinis aktyvumas tiek šeimoje, tiek ugdymo įstaigoje (Strazdienė Burkė, 2019). Ir priešingai, vyraujančiai visuomenės nuomonei apie fizinio aktyvumo poreikį bei svarbą, vis dėlto šeimose bei ugdymo įstaigose tam skiriama mažai laiko bei pastangų. Tai lemia fizinio aktyvumo trūkumą, stambiosios motorikos gebėjimų nepakankamą vystymąsi bei fizinės raidos sutrikimus (Brockman ir kt., 2011). Emeljanovas ir kt. (2022, p. 45) išskiria „per retą įsiklausymą į mokslininkų išvadas, kai kalbama apie mokinių fizinio aktyvumo skatinimą“. Tad svarbu ugdymo įstaigose skirti dėmesio ne tik akademiniams: kalbiniams, matematiniams gebėjimams ugdyti, bet sudaryti daugiau sąlygų plėtoti priešmokyklinio amžiaus vaikų pagrindiniams judėjimo gebėjimams.

Apibendrinant tai, kas buvo pasakyta, reikia pažymėti, jog, pasirenkant žaidimą, kaip priimtinausią bei veiksmingiausią metodą ugdymo procese, išskiriamas judriųjų žaidimų taikymas visapusiškam judėjimui užtikrinti. Judrieji žaidimai naudingi, skatina vaikus aktyviai veikti, kritiškai mąstyti, ne tik stengtis dėl sėkmės, bet gebėti patirti nesėkmę. Žaisdami šiuos žaidimus priešmokyklinukai išmoka atkaklumo, ištvermės, kantrybės, reakcijos, gebėjimo derinti su kitais sumanymus, atsiranda motyvacija, kuri labai svarbi vaiko visapusiškai fizinei raidai ir tolesnei ugdymosi kokybei.

Priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimų ugdymo galimybės, pasitelkiant žaidybines veiklas

Priešmokyklinuko kasdieninėje rutinoje svarbūs žaidimai. Žaidimų metu kylančios žaidybinės veiklos yra patrauklios daugeliui vaikų, nes motyvuoja įsitraukimą, kelia susidomėjimą, skatina kūrybiškumą. Priešmokyklinio amžiaus vaikų prigimtinis smalsumas, guvumas visada inspiruoja žaidybines veiklas bet kokioje kasdieninėje veikloje. Priešmokyklinio ugdymo bendrojoje programoje (2022, p. 21) išskiriama, jog „žaisdamas, mankštindamasis <...>, dalyvaudamas įvairiose veiklose vienas ir kartu su kitais atlieka nesudėtingus judesius ir judesių junginius: mostus, pritūpimus, pasilenkimus, įtūpstus, siūlo savo judesius ar judesių junginius“. Šių gebėjimų tobulėjimo būtinybę pažymi ir Žukauskienė (2012, p. 283), ji teigia, jog „ankstyvojoje vaikystėje vaikas įgyja vis naujų motorinių sugebėjimų stebėdamas bei kopijuodamas kitų vaikų elgesį“. Tokiu būdu intensyviai ir „svarbiausia, nejučia tobulėja judėjimo gebėjimai, pagrindinės fizinės savybės. Tad labai svarbu, kad kasdieninėje priešmokyklinuko veikloje netrūktų žaidybinių, aktyvių veiklų. Įvairi žaidybinė veikla skatina vaiko judėjimo gebėjimų tobulėjimą, gebėjimą valdyti savo kūno judesius, ugdo asmenybę. Tačiau kad ši veikla teiktų fizinę ir apskritai visokeriopą naudą, svarbu, kad mokytojai gebėtų ją tinkamai pasinaudoti: išmanytų vaiko fizinės bei judėjimo raidos pagrindus pagal amžiaus tarpsnius, pastebėtų individualias jo fizines galias, išmanytų, kaip parinkti judėjimą skatinančias veiklas bei žaidybinių veiklų organizavimo galimybes.

Ugdymo procesui taikomi žaidimai klasifikuojami į žaidimus su taisyklėmis ir kūrybinius žaidimus (Jakimavičienė, 2017). Kūrybiniai žaidimai labiau veikia smulkiąją motoriką, o žaidimai su taisyklėmis (statybiniai, muzikiniai, didaktiniai bei judrieji) padeda

stiprinti ir stambiają motoriką. Judrieji žaidimai skatina judėjimo aktyvumą, jiems reikia naudoti papildomą inventorių (kamuoliais, lankais, virve ir pan.) (Jakimavičienė, 2017). Piaget (2013) žaidimus klasifikuoja į sensomotorinius, vaizduotės, kurių tipas atspindi tam tikrą vaiko raidos etapą. Taip pat yra žaidimai su taisyklėmis, kai žaidybinei veiklai reikia tiek fizinių, tiek psichologinių pastangų, aktyvumo, ištvermės ir noro (Burbaitė, 2019, p. 38), veikti laikantis susitarimų ir konkretaus žaidimo sąlygų. Remiantis Burbaitė (2019), fiziniam aktyvumui skatinti priskirtini:

- Pažintiniai arba didaktiniai žaidimai (aktyvioms veikloms: slėpti, ieškoti, ridenti, lenktyniauti ir kt., su suaugusiojo parama);
- Muzikiniai (aktyvioms veikloms: šokti, groti, ritmuoti, su didesne suaugusiojo parama);
- Judrieji žaidimai (lavėja judėjimo gebėjimai, įgūdžiai tikslingai išnaudoti savo kūno judesių galimybes bet kokiomis aplinkybėmis, su nedidele, bet reikalinga suaugusiojo parama).

Šias aktyvias žaidybines veiklas išskiria ir Jakimavičienė (2017, p. 11), žaidimų su taisyklėmis grupei priskirdama muzikinius, judriuosius ir didaktinius žaidimus. Taip pat papildomai išskiriami siužetiniai žaidimai, siužetą laikant realybės sritimi, kurią atvaizduoja vaikas, ekspresyviai veikdamas ir judėdamas, išreikšdamas save (Jakimavičienė, 2017, p. 14), pajaučia laisvo žaidimo svarbą, nors ir ne visi supranta, kad naujų žinių ir gebėjimų galima įgyti kitaip – laisvai, spontaniškai žaidžiant (Jakimavičienė, 2017, p. 2). Laisvo žaidimo metu neretai vaikas aktyviai juda, spontaniškai išbando savo judėjimo galimybes, atskleidžia savo gebėjimus, įtvirtina juos ar atranda naujų. Hakkarainen ir kt. (2015, p. 129) teigia, kad „stebint laisvai žaidžiančius vaikus, galima pamatyti, kaip jie pritaiko įgytas žinias, kokius susiformavo įgūdžius, kokį poveikį jiems daro mokytojų intervencijos“. Tačiau tuo pačiu įžvelgia ir riziką, kad „laisvas žaidimas beveik visada gali tapti nevaldomas, nes vaikai tiesiog per daug susijaudina <...>. Jie pradeda griauti tai, kas yra pastatyta, mėtyti daiktus ir kt.“ (Hakkarainen ir kt., 2015, p. 170), tad svarbu stebėti įvykių eigą, padėti išspręsti kylančius sunkumus. Pabrėžtina (Karabon ir kt., 2020), kad ikimokyklinio ugdymo įstaigose ugdomų vaikų polinkis į rizikingus žaidimus dažnai kyla iš natūralaus smalsumo, noro tyrinėti aplinką, patirti naujų išbandymų ir stiprinti savarankiškumą. Tokie žaidimai dažniausiai apima fizinius iššūkius, tokius kaip greitas bėgimas, laipiojimas, pusiausvyros išlaikymas ar veiksmai, kuriems reikia drąsos (Sandseter, 2009).

Kylanti rizika šių žaidimų eigoje suteikia vaikams ne tik fizinių sunkumų, bet ir tampa svarbia ugdymosi erdve, kurioje jie ugdo gebėjimą vertinti situacijas ir prisiimti atsakomybę už savo veiksmus. Išitraukdami į laipiojimą medžiais, vaikai intuityviai analizuoja aplinką, vertina šakų tvirtumą, ieško saugių atramos taškų, koreguoja savo judesius, kad išvengtų galimo pavojaus. Tokie veiksmai jiems padeda atpažinti riziką, numatyti galimas pasekmes ir sąmoningai jų išvengti. Šis natūralus procesas ne tik stiprina jų savikontrolę ir savireguliaciją, bet ir ugdo gebėjimą savarankiškai spręsti problemas, prisitaikyti prie kintamų aplinkybių (Turgut-Kurt ir kt., 2026). Suteikiant vaikams savarankiškumo, ugdoma ne tik socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos kompetencija, bet

ir komunikavimo, kūrybiškumo, pažinimo kompetencijos, kurios glaudžiai susijusios.

Tačiau siekiant spartesnio vaikų judėjimo gebėjimų vystymosi, reikia dažnesnės ir tikslingesnės aktyvios žaidybinės veiklos. Kryževičienė (2018, p. 75) pabrėžia, kad ikimokyklinio / priešmokyklinio amžiaus vaikų fizinio ugdymo pagrindas yra visapusiškas fizinis parengimas, kompleksinis fizinių ypatybių lavinimas, kurį geriausiai atliepia judrusis žaidimas. Zumero (2020, p. 3) teigimu, judrusis žaidimas – tai aktyvus žaidimas, atitinkantis vidutinio ir didelio intensyvumo fizinę veiklą, kai vaikai sukaista, pradeda prakaituoti, parausta oda ir padažnėja kvėpavimas. Jis gali vykti įvairia forma, su priemonėmis arba be jų, įtraukti kitus vaikus, pedagogus, tėvus ir globėjus. Aktyvus žaidimas suteikia galimybę patenkinti tokius svarbius vaiko poreikius:

- bendravimo, kai gali tartis, dalintis, ieškoti bendrų sutarimų ar kompromisų;
- judėjimo, kai aktyviai veikia, stiprina motoriką;
- savarankiškumo, kai gali išbandyti savo galimybių ribas (Jakimavičienė, 2017)

Judrieji žaidimai suteikia galimybę nevaržomai ugdytis, perimant palankius bendravimo ir elgesio modelius, įgalina pritaikyti ir plėtoti turimus įgūdžius. Pasak Burbaitės (2019, p. 5), „žaisdami vaikai mokosi bendrauti, savo veiksmus derinti su kito veiksmams, mokosi suprasti vienas kitą ir padėti vienas kitam“. Priešmokyklinukai gali žaidimo metu natūraliai kurti situacijas, ne tik jas bandyti bei valdyti patys, stiprinant judėjimo gebėjimus, bet ugdytis kantrybę, pakantumą vienas kitam, interesų ir konfliktų sprendimo paieškos įgūdžius ir supratimą apie taisyklių laikymosi poreikį bei emocijų raiškos pasekmes.

Planuojant įtraukti judriuosius žaidimus, pasirenkant juos svarbu nusimatyti, kokius gebėjimus ketinama stiprinti, atsižvelgti į grupės ir individualius fizinius gebėjimus, atitinkamo amžiaus tarpsnio raidos ypatumus ir atliepti vaikų poreikius bei lūkesčius ar mėgstamas veiklas. Kryževičienė (2018, p. 78) tvirtina, kad „šiuolaikinis ugdymo procesas leidžia mokytojui laisvai rinktis ugdymo turinį, todėl jis gali jį lanksčiai keisti palengvindamas žaidimo judesius ar net taisykles, reguliuodamas fizinį krūvį, kuris negali viršyti vaiko amžiui ir sveikatos būklei leistinos normos“. Judriųjų žaidimų metu svarbu stebėti tolygesnį komandų pasiskirstymą, apsvarstyti taisyklių laikymąsi, tačiau leisti patiems vaikams spręsti kylančius iššūkius, padėti varijuoti žaidimo pasunkinimu ar tempu. Pastebėjus nusilpusį susidomėjimą ar nuovargį, nukreipti tinkama linkme. Mokytojas pagal poreikį supažindina su žaidimu, trumpai pateikia jo eigą, suteikia vaikams laisvę veikti pagal sutartus sutarimus. Todėl svarbu vaikams suteikti tyrinėjimų ir bandymų laisvę, leisti vaikams išbandyti savo jėgas, turimus motorinius įgūdžius, pajauti ir valdyti savo judesius, atrasti naujus.

Apibendrinant galima teigti, jog žaidimas – pagrindinė vaikų veikla pažįstant save ir pasaulį. Judrios žaidybinės veiklos padeda skatinti priešmokyklinio amžiaus vaikų fizinį aktyvumą. Tam palankiausi judrieji žaidimai. Žaisdamas, tikslingai judėdamas vaikas išbando savo pagrindinius judėjimo gebėjimus, tyrinėja savo fizines galimybes, tokiu būdu vystosi jo fizinės ypatybės, jis mokosi bendradarbiauti, laikytis taisyklių ir susitarimų. Siekiant stiprinti vaikų judėjimo gebėjimus, svarbu į veiklas įtraukti įvairų inventorių, sudaryti sąlygas modeliuoti judėjimo kryptį bei greitį, keisti žaidimo reika-

lavimus palengvinant ar pasunkinant pagal vaikų gebėjimus ar poreikius. Reikalinga dažna, tikslinga, įtrauki, aktyvi veikla, kad būtų pasiekta ženklaus poveikio vaiko fizinių gebėjimų plėtotei bei sveikatai ir nepalikti to savieigai. Svarbiausia, kad mokytojas parinktų tai, kas geriausiai tinka jo ugdytinių gebėjimams, atsižvelgtų į atitinkamo vaikų amžiaus tarpsnio raidos ypatumus, suvoktų judriųjų žaidimų svarbą bei reikšmę ir tikslingai taikytų juos kasdienėje veikloje, taip stiprindamas priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimus.

Tyrimo metodika

Siekiant nustatyti priešmokyklinio ugdymo mokytojų požiūrį į priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimų stiprinimo galimybes, žaidybinių veiklų (judriųjų žaidimų) metu, empiriniam tyrimui pasirinktas kokybinio tyrimo metodas. Kokybinio tyrimu (Kardelis, 2017, p. 330) siekiama suprasti, kaip individai suvokia bei aiškina pasaulį ir kaip individualiai kuriamos prasmės lemia jų elgesį. Šio tyrimo tikslas – atskleisti žaidybinių veiklų taikymo ypatumus, ugdant priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimus. Tikslui pasiekti išskirti šie uždaviniai: aptarti žaidybinių veiklų taikymo aspektus bei reikšmę, skatinant fizinį aktyvumą ir ištirti priešmokyklinio ugdymo mokytojų požiūrį į žaidybinių veiklų (judriųjų žaidimų) naudojimą, ugdant ugdytinių judėjimo gebėjimus.

Tyrimo duomenų rinkimo ir analizės metodai

Empiriniam tyrimui buvo pasirinktas pusiau struktūruotas interviu metodas. Kokybinio tyrimo metu surinkti atsakymai atskleidė išsamią empirinę medžiagą apie informantų patirtį, požiūrį į esamą situaciją. Šis tyrimo metodas leido tyrėjui valdyti situaciją interviu metu, nors situacija liko atvira ir galėjo kisti. Interviu metu buvo pateikta 12 išplėstinių klausimų.

Pagrindiniai interviu klausimai atspindi esminius tyrimo aspektus ir yra susiję su žaidybinių veiklų taikymo ypatumais bei priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimų stiprinimu, žaidybinių veiklų metu

(Ką Jūs laikote judėjimo gebėjimais? Kokį ugdymo procese vaidmenį žaidimai atlieka, stiprinant vaikų judėjimo gebėjimus? Ar Jūsų sukaupta pedagoginė patirtis suteikia pasitikėjimo įgyvendinant žaidybines veiklas? Kaip skatinate priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimus? Ar vaikai noriai įsitraukia? Kokios žaidybinės veiklos labiausiai skatina judėjimo gebėjimus? Kokią judriųjų žaidimų naudą išvelgiate judėjimo gebėjimų stiprinimui?). Taip pat buvo siekiama išsiaiškinti judėjimo gebėjimų stiprinimo galimybes, žaidybinių veiklų (judriųjų žaidimų) metu ugdymo įstaigoje (Kokie judrieji žaidimai dažniausiai taikomi? Ar reikia skatinti vaikus žaisti šiuos žaidimus? Kaip dažnai priešmokyklinio amžiaus vaikams turėtų būti taikomi judrieji žaidimai? Kiek laiko tam skiriate? Kur ieškote informacijos judriųjų žaidimų įvairovei ugdymo procese? Ar visada pavyksta įgyvendinti suplanuotas aktyvias veiklas? Ar tenka ir, jei tenka, su kokiais susidūriate iššūkiais judriųjų žaidimų metu, skatinant fizinį aktyvumą? Kaip juos išsprendžiate?).

Empirinis tyrimas pradėtas 2024 m. kovo 4 d. ir tęstas iki 2024 m. balandžio 12 dienos. Pokalbiai vyko tiriamųjų pasirinktoje darbo vietoje (arba *Microsoft Teams* platformoje) apie 30 minučių ir ilgiau. Informantai buvo apklausti žodžiu, naudojant mobiliojo telefono įrašo funkciją, vėliau tekstas transkribuotas, laikantis kokybinio tyrimo metodologijos reikalavimų. Tyrimo analizei interviu informacija buvo užkoduota pagal tiriamųjų interviu eiliškumą I1–I8. Po interviu kiekvienas tiriamasis sutiko dėl atsakymo citavimo. Buvo palikta galimybė klausimus tikslinti, duoti papildomų klausimų. Interviu metu buvo aptariamas mokytojų požiūris bei galimybės stiprinti vaikų judėjimo gebėjimus pasitelkiant žaidybines veiklas (judriuosius žaidimus) ikimokyklinėje įstaigoje. Pasirinktas toks tyrimo imties sudarymo būdas padeda surinkti kokybiškus duomenis iš informantų, kurie bus atrenkami pagal du kriterijus: priešmokyklinio ugdymo mokytojai, dirbantys su priešmokyklinio amžiaus vaikais, turintys didesnę nei trejų metų pedagoginio darbo patirtį; ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo mokytojai (fiziniam lavinimui), dirbantys su priešmokyklinio amžiaus vaikais, skatinantys fizinio aktyvumą ugdymo procese. Tyrimui atlikti buvo pasirinktos penkios Vilniaus miesto ikimokyklinio ugdymo įstaigos, tačiau, siekiant duomenų informatyvumo, tyrimo imtis iš anksto nenumatyta. Duomenų rinkimas interviu metu buvo tęsiamas tol, kol pasiektas informacijos prisotinimo principas, mokytojų atsakymams ėmus kartotis ir akivaizdžiai sumažėjus jų informatyvumui.

Tyrimo duomenų analizei pasirinktas aprašomosios duomenų analizės metodas, kad būtų galima lanksčiau ir objektyviau išskirti informaciją. Remiantis tuo, surinkti tyrimo duomenys buvo analizuojami, vėliau apklaustųjų atsakymai skirstyti į kategorijas, išryškinant esminius duomenis, juos grupuojant į subkategorijas ir interpretuojant.

Tyrimo ribotumas. Kokybiniame tyrime dalyvavo 8 mokytojai iš penkių skirtingų įstaigų, tad gauti tyrimo duomenys gali nereprezentuoti kitų įstaigų rezultatų.

Tyrimo rezultatai

Tyrime dalyviai 8 mokytojai iš penkių skirtingų įstaigų, t. y. 5 priešmokyklinio ir 3 ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo mokytojai (fiziniam ugdymui). Atrankos kriterijus: darbo patirtis su priešmokyklinio amžiaus vaikais ugdymo įstaigoje bei žaidybinių veiklų metu fizinį aktyvumą skatinantys mokytojai. Dėl skirtingos patirties ir darbo stažo šie informantai suteikė pakankamai informacijos apie mokytojų požiūrį ir galimybes stiprinti priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimus žaidybinių veiklų (judriųjų žaidimų) metu. Buvo siekiama išskirti labiausiai naudojamas žaidybines veiklas vaikų judėjimo gebėjimams stiprinti. Apžvelgti mokytojų požiūrį į fizinių veiklų naudą bei svarbą vaikų fiziniam pajėgumui. Išsiaiškinti, kiek skiriama laiko aktyvioms veikloms ir su kokiais sunkumais susiduriama.

Pusiaus struktūruotu interviu siekta atskleisti informantų požiūrį į priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimų stiprinimą žaidybinių veiklų metu. Pirmiausia buvo teiraujamasi apie žaidybinių veiklų taikymo svarbą ugdymo procese. Šių veiklų svarbą pabrėžė Jakimavičienė (2017, p. 2), ji pažymėjo, kad „priešmokykliniui siūlomos veiklos turi turėti žaidybinį atspalvį, būti patrauklios vaikui, atliepti jo individualumą, patirtį, polinkius“. Tyrimo metu informantai vieningai tvirtino, kad ši veikla yra labai

svarbi ir naudinga, be to, visi žaidimą išskyrė kaip pagrindinę vaiko veiklą ugdymo procese. Vieni informantai pabrėžė vaikų poreikį žaisti: (I1) „*labai būtina tokio amžiaus vaikam žaist, vaikai labai mėgsta žaisti.*“, „*net su malonumu vaikai žaidžia kartu*“; (I3) „*svarbios todėl, kad vaikas turi judėti*“; (I7) „*vaikas judėdamas su savo visapusiškai vystosi, ir protiška, ir fiziškai, vystosi emociškai*“; (I8) „*jiems nu maloniau ateiti, sportuoti, kai yra veikla kažkokia žaidimo formoje*“. Kiti apklausos dalyviai siekia šias veiklas taikyti, nusimatant tam tikrus tikslus (ugdant judėjimo gebėjimus; geresniam informacijos pasisavinimui; augimo skatinimui; užsimiršti ir padrąsinti veikti žaidimo metu). (I2) „*labai svarbios žaidybinės veiklos ugdymo procese. <...> ėjimas bėgimas, šuoliai yra pagrindiniai judėjimo gebėjimai, kurie priešmokyklinio amžiaus vaikams ypatingai svarbūs ugdyti*“; (I4) „*yra labai svarbios <...> kuo daugiau yra tos aktyvios veiklos, tai tuo mano vaikams bet kokia informacija, bet kas yra labiau suprantama ir priimtina*“; (I5) „*Tai žinoma, čia vaikų augimas priklauso nuo judėjimo <...> vaikams reikia judėti bendrauti judant <...> kolektyviškumas, judrumas, orientacija*“; (I6) „*tikrai labai svarbios <...> priešmokyklinukas viską įsijaučia daryti, pagrinde, tiktais per žaidimus*“. Visi apklaustieji mato reikšmingą prasmę taikyti žaidybines veiklas. Trys informantai priešmokyklinio ugdymo atstovai pažymi, kad žaidybinės veiklos t naudingos ne tik fiziniam aktyvumui skatinti, bet ir orientavimosi, bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžiams formuotis.

Buvo aiškinamasi, kokį poveikį žaidimai suteikia stiprinant vaikų judėjimo gebėjimus. Šis vaidmuo išryškinamas atnaujintoje Priešmokyklinio ugdymo bendrojoje programoje (2023, p. 10): „žaisdamas, bendradarbiaudamas, spontaniškai ar tikslingai judėdamas, plėtoja pagrindinius judėjimo gebėjimus (bėga, šokinėja, gauda ir kt.), atkar-toja, kuria judesių derinius, išbando, tyrinėja kūno galimybes, stengiasi kontroliuoti savo laikyseną ir kvėpavimą“. Apklaustųjų pasisakymai pateikiami 1 lentelėje.

1 lentelė. Žaidimų poveikis judėjimo gebėjimams

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai
Žaidimų poveikio aspektai	Fizinis pajėgumas	I1: „Ištvermės ugdymas“. I3: „Viskas turėtų vykti aplamai per žaidimą“, „Ėjimo, bėgimo, judėjimo erdvėje pavyzdžiui, gebėjimus“. I5: „per žaidimą, nes kitaip vaikų nepriversi judėti“. I7: „Fizinei veiklai įtraukti vaikus daug lengviau taip“. I8: „Nu kiek vaikas sugeba pajudėti, judėti. <...> dirba daug kūno dalių, visos dirba dalys“.
	Atsipalaidavimas	I1: „Gera emocinė būsena, atsipalaidavimas“. I2: „pavargo nuo piešimo ar kažkokios kitos, skatinant atsistot, padaryt mini mankštelę“.
	Susikaupimas	I1: „Susikaupimas. Atsakingumas“. I2: „žymiai kitaip sugeria tą informaciją, įsisavina žymiai geriau“. I7: „labiau susikaupia“.

Remiantis informantų atsakymais galima įžvelgti, kad dauguma (7 informantai) pabrėžė fizinio pajėgumo stiprinimą: lavėja pagrindiniai judėjimo gebėjimai, tokie kaip ėjimas, bėgimas, vaikas stiprėja fiziškai, plėtojama ištvermė, orientavimasis erdvėje. Tik vienas informantas pažymėjo atsipalaidavimą kaip pagrindinį būdą po įtemptos veiklos. Trys iš jų – papildė, kad vaikams padeda susikaupti ar net geriau įsisavinti veiklų metu mokytojo pateikiamą informaciją apie žaidimo taisykles, pratimus, judėjimo būdus. Tačiau visi mokytojai patvirtino, jog žaidimo poveikis ugdymosi procesui yra svarbus. Paprašyti pasisakyti apie savo turimą pedagoginio darbo patirtį, visi informantai teigė, kad sukaupta pedagoginė patirtis yra svarbus rodiklis, suteikiantis pasitikėjimo, įgyvendinant žaidybines veiklas, skatinančias priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimų plėtotę (žr. 2 lentelę).

2 lentelė. Vaiko pasitikėjimą skatinančios patirtys

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai
Pasitikėjimą skatinančios asmeninės ir tarpasmeninės patirtys	Asmeninė	I2: „tikrai labai įtakoja, nes kuo daugiau patirties, tuo lengviau yra pritaikyti vaikams pagal jų specifiką“. I4: „paskui jau ilgaiui <...> atsiranda to pasitikėjimo ir pakankamai gerai sekasi kažkaip tuos žaidimus organizuoti“. I5: „labai daug reiškia, nes anksčiau tų vaikų suvaldyt nemokėdavau“. I7: „jau tos patirties atsiranda, tada ir yra lengviau su pačiais vaikais bendrauti per tuos žaidimus“.
	Pagalba paremta	I3: „turėjau labai geras kolegas, iš kurių mokiausi ir sėmiau viską“. I6: „taip, bei dalyvavimai seminaruose, pasidalinimai su kitais kolegomis žaidimais, kuriuos žaidžiam, tikrai suteikia pasitikėjimo“. I8: „ta patirtis, gal daugiau <...> metai iš metų, visi seminarai, visos konferencijos, kur lankau“.

Lentelės duomenys rodo, jog ne visi informantai (6 iš jų) pasikliauja tik asmenine patirtimi. Vaiką supantiems suaugusiesiems, aktyviai bendradarbiaujant, dalijantis patirtimi, žaidybinėse sąveikose suteikiamos platesnės galimybės jam įgyti įvairesnės patirties, išgyvenimų bei įgūdžių (Burvytė, 2019). Nors ilgaiui įgyjami gebėjimai atsiranda dėl sąveikos su vaikais, sprendžiant įvairius sunkumus, konfliktus ar nesėkmes, tačiau trys informantai pažymėjo, jog tai patirčiai labai svarbus dalijimasis gerąja patirtimi su kolegomis, su kuriais galima pasidalyti žaidimų įvairove, tai, kas vaikus labiau įtraukia į veiklas. Mokytojų įgyjamą patirtį taip pat praturtina seminarai, konferencijos, kurių metu gali pagilinti savo žinias bei patirtį įvairesniems žaidimams taikyti. Tačiau atsakymai rodo, jog priklausomai nuo patirties trukmės dirbant su vaikais tenka rečiau konsultotis su kolegomis ar ieškoti informacijos, nes per ilgesnį laiką išsibūlėja pasirinkimo galimybės, yra pasiektas pakankamas kompetencijų lygmuo, žaidimai pasirenkami ne spontaniškai, bet tikslingai. Norint motyvuoti ugdytinius įsitraukti į žaidybines veiklas,

reikia rasti skatinimo būdų. Tad informantų buvo teiraujamasi, kaip jie skatina priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimų plėtotę. Nors tvirtinama, kad vaikai iki 7 metų turi prigimtinį poreikį aktyviai judėti, todėl neretai motyvuotai ir noriai įsitraukia į judrias veiklas (Emeljanovas ir kt., 2022). Tačiau Burvytė (2019, p. 66) akcentuoja, jog „ugdytojai <...> turi siekti, kad jo žaidybinė patirtis plėstųsi, vaikas išbandytų kuo daugiau įvairių žaidimų ir turėtų galimybę rinktis“. Interviu metu išskirti judėjimo gebėjimų plėtotės skatinimo būdai pateikiami 3 lentelėje.

3 lentelė. *Vaikų judėjimo gebėjimų plėtotės skatinimo būdai*

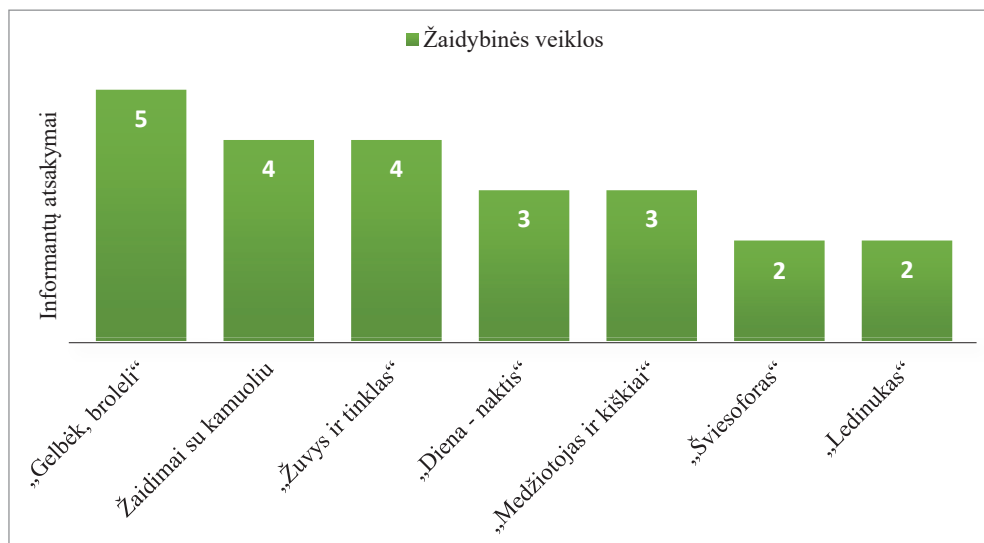
Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai
Būdai, skatinantys judėjimo gebėjimus	Žaidimų įvairovė	I2: „skatinam tiesiog per žaidimą“. I8: „pagyrimai labai padeda, vaikams padaro kažką, sakai, koks tu šaunuolis“. I7: „stengiuosi, kad nesikartotų tie žaidimai“.
	Apdovanojimas	I5: „kai pažadi prizus, bus koks nors lipdukas“. I8: „paskatinimai gal kažkuriam ir laimi ten – kai gaunamas medalis“.
	Mokytojo motyvacija	I1: „Skatinu aktyviai judėti, taip, kadangi aš pati mėgstanti sportuoti“. I5: „Kūrybiškas turi būt, kad motyvuoti veikti“.

Išanalizavus informantų atsakymus pastebima, jog ugdytinius dažniausiai skatina veikti mokytojų siūlomas žaidimų įvairovės pasirinkimas. Tai padeda vaikus lengviau įtraukti į veiklas, nes priešmokyklinukai linkę varžytis tarpusavyje, pademonstruoti ar išbandyti savo jėgas. Nauji žaidimai iškelia naujus sunkumus, kas tikėtina motyvuoja lengviau įsitraukti į veiklas. Du informantai kaip skatinimo būdą taiko apdovanojimus po žaidimo, tokius kaip lipdukai, medaliai. Kiti du mokytojai ugdytinius skatina veikti savo aktyvumu: ar pats aktyviai veikdamas savo pavyzdžiu, ar kūrybiškai pateikdamas žaidimus, taip motyvuodami vaikų norą žaisti. Tik vienas informantų pasisakė, jog apskritai skatinti nereikia, nes vaikai mielai žaidžia, įsitraukia į žaidimus. Įvairių fizinę veiklą nėra sunku skatinti žaidybinėmis veiklomis. Tyrimo metu norėta išsiaiškinti, kokios žaidybinės veiklos labiausiai skatina judėjimo gebėjimus. Beniušienė & Kontautienė (2024, p. 196) kalba apie tai, jog „tradiciniai žaidimai skatina kūrybiškumą ir fizinę veiklą. Jie gali suteikti alternatyvą moderniems technologijų žaidimams ir skatinti mokinius judėti, stiprinti raumenis ir kitus fizinės veiklos įgūdžius“. Išanalizavus apklaustųjų atsakymus, kiekvienas (8 informantai) jų tvirtino, kad pagrindinė žaidybinė veikla, motyvuojanti vaikus veikti, skatinanti fizinį aktyvumą, yra judrieji žaidimai, į kuriuos vaikai noriai įsitraukia ir stiprina savuosius judėjimo gebėjimus. Iš žaidybinių veiklų dažniau pasirenkamos estafetės (6 informantai) ir siužetiniai-imitaciniai (3 informantai) žaidimai, skatinantys fizinį aktyvumą. Du iš apklaustųjų mini mankštą ir vaidybinius žaidimus. Vienas ugdytojas renkasi ir kliūčių ruožų organizavimą. Tai rodo, kad dalis mokytojų ugdymo procese taiko judriuosius žaidimus skatinti vaikų fizinį aktyvumą, plėtoti pagrindinius judėjimo gebėjimus. Tačiau žaidybinių veiklų pasirinkimo įvairovė

lemia pedagogų asmeninės patirtys ir nuostatos, kiek kiekviena žaidybinė veikla gali būti veiksminga, ugdant pagrindinius judėjimo gebėjimus bei trūkstamus įgūdžius.

Tyrimo metu buvo teiraujamasi apklaustųjų išvalgų apie judriųjų žaidimų naudą, stiprinant pagrindinius judėjimo gebėjimus. Du informantai išskyrė judriųjų žaidimų taikymo naudą kaip emocinę, vaikams džiugiai leidžiant laiką, bei socialinę (3 informantai), kuri pasireiškia vaikų sąveikų metu ieškant būdų susikalbėti ar bendradarbiaujant judriųjų žaidimų metu. Tačiau neabejotinai visi dalyviai mini fizinę šių žaidimų naudą, kai stiprinami pagrindiniai judėjimo gebėjimai, plėtojamos vaikų fizinės ypatybės, fizinis pajėgumas, koordinacija, pusiausvyra.

Trečioji pusiau struktūruoto interviu dalis numatyta išryškinti judėjimo gebėjimų stiprinimo galimybes žaidybinių veiklų (judriųjų žaidimų) metu ugdymo įstaigoje. Tyrimo metu informantų buvo teiraujamasi, kokie dažniausiai taikomi judrieji žaidimai šiems poreikiams patenkinti. Judrieji žaidimai buvo susisteminti, siekiant nustatyti taikymo panašumus ir skirtumus (1 pav.).



1 pav. Populiariausi mokytojų taikomi judrieji žaidimai

Šis paveikslas atspindi taikomų judriųjų žaidimų įvairovę. Matyti, kad dominuojantis (5 informantai), vienas žymesnių, judrusis žaidimas „Gelbėk, broleli“, kuris vaikų tikrai mėgstamas, taip pat neatsilieka populiarumu „Žuvis ir tinklas“ bei žaidimų su kamuoliu pasirinkimas (4 informantai). Pagal populiarumą dar išskiriami „Diena – naktis“ bei „Medžiotojas ir kiškiai“ (3 informantai). Du kartus pasirinkti žaidimai „Šviesoforas“ ir „Ledinukas“.

Mokytojų po vieną kartą paminėti judrieji žaidimai: „Važiuojam ir stop“, „Vėliavos“, „Uodegos“, „Ieškok lobio“, „Šuniukai“, „Burtininkas“, „Aukščiau žemės“, „Lizdeliai“, „Duona, sūris ir dešra“, „Šluotų riedulys“, „Laikrodukas“, „Ragana“, „Koks tai

gyvūnas“, „Antis, antis, antis, žąsis“, „Išmuštukas“. Apklausos metu praktiškai neišaiškėjo rečiau taikomų judriųjų žaidimų, dauguma paprastai pasitelkia tuos pačius, beveik kiekvienam žinomus, kuriuos mokytojai taiko ugdymo procese.

Informantų buvo teiraujamasi, kaip dažnai ir koku intensyvumu priešmokyklinio amžiaus vaikams turėtų būti taikomi judrieji žaidimai. Kokybiško ir pakankamo fizinio aktyvumo poreikį akcentuoja Emeljanovas ir kt. (2022, p. 23), „svarbu sumažinti kasdienį sėdimą laiką didinant kasdienio fizinio aktyvumo lygį“. Be to, reikia prisiminti, kad ugdymo įstaiga yra ta vieta, kur ugdytiniai praleidžia didžiąją dalį savo dienos laiko, tad ten turėtų būti suteikta galimybė vaikų pakankamai ir kokybiškai aktyviai veiklai (Emeljanovas ir kt., 2022). Interviu metu apklaustieji minėjo fizinio aktyvumo veikloms skiriantys per mažai laiko. Iš apklaustų mokytojų trys informantai nurodė, kad fizinei veiklai skiria iki 30 minučių per dieną, du – iki 1 valandos, o trys mokytojai teigė skiriantys nuo 1 valandos ir daugiau. Pastarieji pabrėžė, kad siekia kuo ilgesnio fizinio aktyvumo laiko, kad atitiktų Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO, 2020) rekomendacijas, pagal kurias ikimokyklinio amžiaus vaikams kasdien būtina ne mažiau kaip 2 valandos aktyvaus judėjimo, įskaitant vidutinio ir didelio intensyvumo fizinės veiklas. Judriuosius žaidimus kasdien taiko trys apklaustieji, du tiriamieji – 3 kartus per savaitę. Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo mokytojų (fiziniam ugdymui) veikla yra labiau apribota dienotvarkės ir riboto skaičiaus užsiėmimų (2–3) per savaitę, priešingai nei priešmokyklinio ugdymo mokytojų, kurie tam gali atrasti laisvesnio laiko dienos eigoje. Pastarieji siekia aktyvias veiklas taikyti kasdien ir vienas informantas teigė, jog tą stengiasi daryti ir du kartus per dieną. Akivaizdu, kad priešmokyklinio ugdymo mokytojai yra ta ugdymo grandis, kuri gali padėti įgyvendinti PSO rekomendacijas, skatinti judėti ir užtikrinti pakankamą bei kokybišką aktyvią veiklą.

Tyrimo metu buvo siekta išsiaiškinti apklaustųjų patirtis, kokiais ištekliais užtikinama pakankama judriųjų žaidimų įvairovė ugdymo procese. Visi informantai minėjo, kad dažniausiai naudojasi interneto duomenų prieigose teikiamomis galimybėmis bei aktyviai dalijasi savo gerąja patirtimi su kolegomis, taip pat įžvalgomis, patirtimis, kas tiko ir kas pasiteisino. Daugiau nei pusė (6 informantai) tiriamųjų yra sukaupę metodinių leidinių ar knygų, kur pasižvalgo, kai pritrūksta minčių. Pusė apklaustųjų taiko savo vaikystės mėgstamiausius žaidimus arba idėjų pasisemia mokymuose bei seminaruose. Vyresnio amžiaus informantai iš vaikystės daugiau atsineša žaidimų, tai rodo, kad anksčiau vaikai žaisdavo daugiau žaidimų, patys įsiveiklindavo. Tik trys informantai įtraukia į planavimą vaikus ir atsižvelgia į jų siūlymus, kokius dar žaidimus galėtų išbandyti.

Teiraujantis, ar visada pavyksta įgyvendinti planuotas aktyvias veiklas, visi informantai tvirtino, kad pavyksta įgyvendinti, nebent sutrukdo nenumatyti reikalai. Aiškinantis, su kokiais sunkumais susiduriama įgyvendinant žaidybines veiklas ar organizuojant judriuosius žaidimus, interviu metu dauguma mokytojų paminėjo ugdytinių nepakankamą įgūdžių ar fizinių ypatybių turėjimą, kylančius vaikų ginčus ir konfliktus, nesėkmių išgyvenimą arba elgesio, susitarimų nesilaikymą (žr. 4 lentelę).

4 lentelė. Mokytojams kylantys sunkumai vaikų žaidimų metu

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai
Elgesio ir emocijų raiška žaidybinėse situacijose	Vaikų ginčai, konfliktai	I1: „lyderiaujantis <...> jis jau nebenori priimti to lėtesnio“. I5: „Būna, kad ten užgauna, tada atsiprašyti turi“.
	Nesėkmių išgyvenimas	I1: „Jau taip visi nori laimėti <...> vieną kartą laimi vieni, kitą kartą tik kiti“. I2: „sunku nesėkmes išgyventi“. I5: „visi nori laimėti, tai jau čia faktas, jau tada supyksta“. I8: „jei pralaimi – daug ašarų“.
	Taisyklių (nesi) laikymas	I1: „taisyklių laikymąsi, žinoti tas ribas, atsakingam būti, nepavesti draugų, pagal žaidimo taisykles. I6: „taisyklės pačios, bet jų sąžiningas laikymasis“.
Fizinio ugdymo iššūkiai ir rizikos	Vaikų nepakankamas įgūdžių ar fizinių ypatybių turėjimas	I2: „būna sunku žaisti komandinius žaidimus, atsisako, kartais nenori, net tenka įtraukti“, „sunku atlikti fizinės ištvermės reikalaujančias užduoteles“ I6: „su tais vaikais metų pradžioje, kurie bijo žaisti, nenori žaisti, tai vat juos kaip įtraukti“. I7: „mokslo metų pradžioje, būtent trūko tokio noro aktyviai judėti <...> Jėgos ir ištvermės trūksta“.
	Sporto salės, inventoriaus trūkumas	I2: „mes sporto salės, kaip ir neturim“. I4: „pradžioje nebuvo, o paskui atsirado tokia erdvė, kur gali sportuoti“. I5: „tokių, kurie nenori judėti visiškai, tu bandai juos kažkaip motyvuoti“.
	Traumos	I8: „traumų tikimybė“.

Mokytojai kaip dažniausiai pasitaikantį sunkumą išskyrė nesėkmių išgyvenimą (5 informantai). Vaikai sunkiai susitaiko su pralaimėjimu, dėl ko kyla nemažai ginčų ir konfliktų. Vaikų nenoras pralaimėti provokuoja nesilaikyti taisyklių ar jas laužyti ir kelia sunkumų (tą pažymi 2 informantai). Pasiteiravus, kaip sprendžiami tokie sunkumai, visi tiriamieji įvardijo pokalbį, kurio metu pasiekiamas sutarimas, susitaikymas ir nusiramimas. Keturi apklaustieji teigė, kad neretai aktyvias veiklas apsunkina vaikų nepakankamas įgūdžių ar fizinių ypatybių turėjimas. Tai ypač pasireiškia mokslo metų pradžioje, tačiau pamažu, atsiradus ar sustiprėjus tam tikriems gebėjimams ir fizinėms ypatybėms, vaikai lengviau įsitraukia į aktyvias veiklas. Trys apklaustieji įvardijo, kad įstaigoje neturima sporto salės patalpų, trūksta inventoriaus, kas taip pat kelia mokytojui sunkumų, ieškant sąlygų, išnaudojant lauko erdves, kai tenka improvizuoti organizuojant įtraukias veiklas su turimu inventoriu. Tiesa, vienas informantas nurodė galimas traumas žaidimų metu.

Diskusija

Apžvelgus ir apibendrinus gautą tyrimo informaciją, galima teigti, jog net ir skirtingose ugdymo įstaigose dirbantys ir skirtingos patirties turintys mokytojai pateikė labai panašius pastebėjimus. Jų teigimu, priešmokyklinio amžiaus vaikų fizinio aktyvumo skatinimo bei judėjimo gebėjimų stiprinimo žaidybinių veiklų metu nauda yra ta, kad stiprinami pagrindiniai judėjimo gebėjimai, vaikų fizinės ypatybės. Vaikai tampa fiziškai pajėgesni, pagerėja jų koordinacija, pusiausvyros įgūdžiai, jie geba valdyti ir jausti savo kūno galimybes. Mokytojai tvirtino, kad vaikų fizinis pasirengimas ganėtinai menkas dėl sėslesnių veiklų, bendros aktyvios veiklos su tėvais trūkumo bei informacinių technologijų patrauklumo. Tai ypač mokytojai jaučia ikimokyklinio ugdymo įstaigų mokslo metų pradžioje, kai ugdytiniais sunkoka intensyviau judėti įvairios veiklos metu ar eiti ilgesnį atstumą. Matomas vaikų nuovargis ir nenoras dalyvauti ilgiau trunkančiose fiziniai aktyviose veiklose. Visi dalyviai tvirtino, kad fizinio aktyvumo vaikams trūksta ir labai svarbu jį skatinti. Žaidybinės veiklos, ypač judrieji žaidimai, yra svarbūs ugdymo procese, skatinant priešmokyklinio amžiaus vaikų judėjimo gebėjimus ir apskritai fizinį aktyvumą. Judrieji žaidimai skatina vaikų fizinę raidą, t. y. lavėja jų judėjimo įgūdžiai, gebėjimas tiksliai panaudoti savo kūną įvairiomis aplinkybėmis: sėdėti, šliaužti, eiti, bėgti, vartytis, mėtyti daiktus ir t. t. (Burvytė, 2019, p. 31).

Tyrimo analizės duomenys atskleidė, kad judrieji žaidimai taikomi kiek galima dažniau bei tikslingai, siekiant ugdyti trūkstamas galias ar ypatybes. Šešerių septynerių metų vaikai, įgudę sklandžiau ir įvairiai judėti, daugiau skiria dėmesio judriesiems žaidimais, ieško draugų, buriasi į grupes bendriems žaidimams, rodo savo gebėjimus, siekia lenktyniauti, nugalėti (Burvytė, 2019). Apžvelgus interviu dalyvių atsakymus paaiškėjo, kad kylantys sunkumai judriųjų žaidimų metu yra dėl ugdytinių nepakankamo pagrindinių judėjimo gebėjimų ar ypatybių išlavėjimo, menko pasirengimo išgyventi nesėkmes ir pralaimėjimus bei tarpusavio susitarimų, taisyklių nesilaikymo. Tyrimo duomenys atskleidė, kad informantų pedagoginio darbo patirties bagažas, neretai praplečiamas dalijantis gerosiomis patirtimis su kolegomis, labai pajvairina ugdymo procesą žaidybinėmis veiklomis, tai gerina ugdymo(si) kokybę, operatyviau ir sklandžiau sprendžiamos konfliktinės situacijos ar kylantys sunkumai. Didesnė aktyvių veiklų įvairovė palankiai veikia ugdytinių išitraukimą į žaidimus, kur jie gali išbandyti savo jėgas bei judėjimo galimybes. Pasak A. Skurvydo (2025), fizinis aktyvumas labai prisideda prie didesnio pasitikėjimo savimi ir geresnio dėmesio sutelkimo, taip pat skatina atkaklumą ir padeda mažinti patiriamą stresą. Internetu randami resursai, metodiniai leidiniai ar knygos, kvalifikacijos tobulinimą užtikrinantys mokymai, dalijimasis gerąja patirtimi ir įžvalgomis su kolegomis praturtina aktyvių žaidimų pasirinkimą ir mokytojų taikomų metodų įvairovę. Tai sudaro prielaidas užtikrinti aukštesnės kokybės fizinio ugdymo organizavimą jau ikimokyklinio ugdymo įstaigose: ugdytiniai sistemingai stiprina fizines galias, ugdo pagrindinius judėjimo gebėjimus ir gerina individualias fizines ypatybes.

Išvados

Manoma, kad svarbiausias šio tyrimo rezultatas yra temų ir problemų, kurias reikėtų toliau nagrinėti bendradarbiaujant ugdytojams fizinio aktyvumo srityje, nustatymas.

1. Mokytojams taikant žaidybines veiklas fiziniam aktyvumui skatinti, išryškėjo aspektai, susiję su visapusišku vaiko vystymusi bei jo fizine, psichikos sveikata. Mokytojo tikslingai parinkti judrieji žaidimai padeda tenkinti vaiko judėjimo prigimtinį poreikį, skatina jo didesnę fizinį aktyvumą, stiprina fizinį pajėgumą, intensyviai ir plėtojami judėjimo gebėjimai. Šių veiklų metu ugdytinis patenkina savo pažinimo, judėjimo, komunikavimo poreikius. Nuolatinis ir pakankamas žaidybinių veiklų taikymas, skatinant fizinį aktyvumą, turi didelę reikšmę, leidžiančią plėtoti vaikų judėjimo galimybes, kurios ateityje lems sudėtingesnius, svarbius kasdienius gyvenimo gebėjimus, fizines savybes.
2. Ištirta, kad priešmokyklinio ugdymo mokytojai, suvokdami judėjimo svarbą bei mitydami teigiamą aktyvių žaidybinių veiklų poveikį ugdytinių fizinei raidai, stengiasi kuo dažniau įtraukti žaidybines veiklas (judriuosius žaidimus) jų judėjimo gebėjimams ugdyti. Ugdytojai pastebi, kad nemažai vaikų stokoja judėjimo įgūdžių, pasižymi silpnesnėmis fizinėmis savybėmis, mažesne ištverme. Tikslingas žaidybinių veiklų taikymas fizinio ugdymo procese, kartu su gerosios patirties sklaida tarp ikimokyklinio, priešmokyklinio ir fizinį ugdymą vykdančių mokytojų, sudaro prielaidas plėsti fizinio ugdymo galimybes. Tokios veiklos ne tik stiprina vaikų judėjimo gebėjimus, padeda kompensuoti trūkstamus fizinius įgūdžius, sudaro sąlygas bandyti, klysti, kartoti, mėgdžioti ir mokytis vieniems iš kitų, atveria naujus ugdymo aspektus, įtvirtina turimas patirtis ir skatina naujų patirčių raišką. Pastebima, kad žaidimų metu išryškėjo individualizuoto fizinio aktyvumo poreikis, emocinis vaikų įsitraukimas ir saviraiškos formos, kurios tradicinėse, visos grupės veiklose dažnai lieka nepastebėtos. Šie rezultatai leidžia teigti, kad žaidybinės veiklos gali būti vertinamos ne tik kaip fizinio ugdymo forma, bet ir kaip inovatyvus metodas visuminiam vaikų ugdymui plėtoti.

Autorių indėlis

Vilija Gerasimovičienė: konceptualizavimas, metodologija, formali duomenų analizė, rašymas – peržiūra ir redagavimas, vaizdavimas.

Justina Sakalauskienė: konceptualizavimas, metodologija, formali duomenų analizė, formali analizė, tyrimas, rašymas – originalus tekstas.

Literatūra

- Beniušienė, A., Kontautienė, V. (2024). *Paryžiaus olimpinės žaidynės 2024. Olimpino ugdymo vadovas [mokymosi knyga]*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
- Birontienė, Z. (2012). Priešmokyklinio amžiaus vaikų šeimų fizinio aktyvumo skatinimas ir olimpino ugdymo galimybės ikimokyklinėse įstaigose. *Sporto mokslas*, 4(70), 14–21.
- Boyd, D. R., Bee, H. L. (2011). *Augantis vaikas: vadovėlis*. Vilnius: Vaistų žinios.

- Brockman, R., Jago, R., Fox, K. R. (2011). Children's active play: Self-reported motivators, barriers and facilitators. *BMC Public Health*, 11, Article 461. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-461>
- Burvytė, S. (2019). *Sumanioti edukacija vaikų žaidimuose: metodinė priemonė*. Vilnius: Printmis.
- Emeljanovas, A., Šukys, S., Gruodytė-Račienė, R., Miežienė, B., Rutkauskaitė, R., Trinkūnienė, L., Fatkulina, N., Obcarkas, L., Gerulskienė, I., Šileikis, K. (2022). *Lietuvos vaikų ir jaunimo fizinio aktyvumo ataskaita 2022*. Lietuvos sporto universitetas. <http://dspace.lsu.lt/bitstream/handle/123456789/109/Lietuvos%20vaikų%20ir%20jaunimo%20fizinio%20aktyvumo%20ataskaita%202022.pdf>
- Gedvilienė, G., Sabaliauskaitė, J. (2021). Ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų žaidybinės veiklos – priemonė įveikti kalbėjimo sutrikimus. *Holistinis mokymasis*, 5, 35–41. <https://doi.org/10.7220/2351-7409.5.4>
- Hakkarainen, P., Brėdikytė, M., Brandišauskienė, A., Sujetaitė-Volungevičienė, G. (2015). *Ikimokyklinio amžiaus vaiko raida: žaidimas ir savireguliacija [monografija]*. Kaunas: Lietuvos edukologijos universitetas.
- Hille, K., Evanschitzky, P., & Bauer, A. (2015). *3–6 metų vaiko raida: Psichologijos pagrindai ikimokyklinio amžiaus vaikų ugdymojoams*. Vilnius: Tyto alba.
- Howard, S. J., Melhuish, E. (2016). An Early Years Toolbox for Assessing Early Executive Function, Language, Self-Regulation, and Social Development: Validity, Reliability, and Preliminary Norms. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 35(3), 255–275. <https://doi.org/10.1177/0734282916633009>
- Jakimavičienė, A. (2017). *Žaidimų teorija: metodinė priemonė*. Kaunas: Kauno kolegijos leidybos centras.
- Jusienė, R., Praninskienė, R., Petronytė, L., Breidokienė, R., Laurinaitytė, I., Rakickienė, L., Urbonas, V., Babkovskienė, E., Vitkė, L. (2019). Fizinės ir psichikos sveikatos veiksniai ankstyvojoje vaikystėje: Naujoji informacinė technologijomis vaidmuo. *Visuomenės sveikata*, 1(84), 56–67.
- Karabon, A., Steiner, A. (2020). Risk taking during play: ecological influences and behavioral outcomes of young children's appraisal of risks in outdoor spaces. *International Journal of Play*, 9(3), 318–330. <https://doi.org/10.1080/21594937.2020.1806498>
- Kardelis, K. (2017). *Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai. Edukologija ir kiti socialiniai mokslai: vadovėlis* (6-asis pataisytas ir papildytas leidimas). Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras.
- Kryževičienė, L. (2018). Judrieji žaidimai vaikų lopšelyje-darželyje: realijos ir perspektyvos. *Taikomieji tyrimai studijose ir praktikoje*, 14, 74–79.
- Lietuvos Respublikos Seimas. (2018). *Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatymo Nr. I-1151 pakeitimo įstatymas Nr. XIII-1540* (2018 m. spalio 18 d., Nr. XIII-1540). *Teisės aktų registras*, Nr. 2018-17451. Prieiga per internetą: <https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/a55037d0dcd611e89a31865acf012092>
- Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerija. (2024). *Priešmokyklinio ugdymo bendroji programa*. Prieiga per internetą: <https://smsm.lrv.lt/lt/veiklos-sritys-1/smm-svietimas/svietimas-priesmokyklinis-ugdymas/priesmokyklinio-ugdymo-programa/>
- Lucas, F. M. M. (2017). The game as an early childhood learning resource for intercultural education. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 273, 908–913. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2017.02.127>
- Piaget, J. (1962). *Play, dreams and imitation in childhood*. New York: Norton.
- Rutkauskaitė, R., Bukauskė, J. (2016). Pradinių klasių mokinių fizinis aktyvumas, fizinis pajėgumas, mitybos įpročiai, pasiekimų ir pažangos vertinimas bei jų sąsajos su tėvų fiziniu aktyvumu. *Sporto mokslas*, 1(83), 34–42, 1. <http://dx.doi.org/10.15823/sm.2016.6>
- Sandseter, E. B. H. (2009). Characteristics of risky play. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 9(1), 3–21. <https://doi.org/10.1080/14729670802702762>
- Skurvydas, A., Šukytė, D., Kaukėnas, T., Sabaliauskas, S. (2023). *Metapažinimas: kelionė pažinimo ir ugdymo(si) gelmėse*. Kaunas: Vytauto Didžiojo universitetas.
- Skurvydas, A. (2025). *Sveikatos receptai*. Kaunas: Vitae Litera.
- Strazdienė, N., Burkė, A. (2019). Ikimokyklinio ugdymo įstaigos dinaminės ugdymo(si) aplinkos ir vaikų fizinio aktyvumo sinergija. *Acta Paedagogica Vilnensia*, 43, 156–171. <https://doi.org/10.15388/ActPaed.43.11>

- Turgut-Kurt, R., Sevimli-Celik, S. (2026). Giving children permission for risky play: teacher variables and reported practices. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 26(1), 1–17. <https://doi.org/10.1080/14729679.2024.2416960>
- Vizbarienė, A., Gerasimovičienė, V., Emeljanovas, A. (2019). Physical education of pre-schoolers: A Lithuanian experience. In B. Antala, G. Demirhan, A. Carraro, C. Oktar, H. Oz, A. Kaplánová (Eds.), *Physical Education in Early Childhood Education and Care: Researches – Best Practices – Situation* (pp. 359–366). Slovak Scientific Society for Physical Education and Sport and FIEP.
- World Health Organization. (2018). *Global action plan on physical activity 2018–2030: More active people for a healthier world*. <https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/Global-Action-Plan-PA-2018-2030.pdf>
- Zumeras, R. (2020). *Bendrosios fizinio aktyvumo rekomendacijos visoms amžiaus grupėms*. Sveikatos mokyimo ir ligų prevencijos centras. [https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/BENDROSIOS_FA_REKOMENDACIJOS_pap_%20vaik%C5%B3%20f%C4%80%20rekomendacijomis%20\(1\)\(2\).pdf](https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/BENDROSIOS_FA_REKOMENDACIJOS_pap_%20vaik%C5%B3%20f%C4%80%20rekomendacijomis%20(1)(2).pdf)
- Žaltauskė, V. (2017). *Lietuvos 7–8 metų vaikų fizinis aktyvumas ir jo sąsajos su individualiais, šeimos ir mokyklos aplinkos veiksniais* [Daktaro disertacija, Lietuvos sveikatos mokslų universitetas].
- Žukauskienė, R. (2012). *Raidos psichologija: integruotas požiūris*. Vilnius: Margi raštai.