

ŠIAULIŲ UNIVERSITETAS
SOCIALINĖS GEROVĖS IR NEGALĖS STUDIJŲ FAKULTETAS
SVEIKATOS STUDIJŲ KATEDRA

Taikomosios kūno kultūros magistro studijų programa

Aušra Kriškovieciene

**7-8 METŲ VAIKŲ, TURINČIŲ KOMPLEKSINĘ NEGALIĄ,
MOTORINIŲ ĮGŪDŽIŲ PLĖTOTĖ TAIKANT „JAUNIEJI ATLETAI“
PROGRAMĄ**

Magistro darbas

*Magistro darbo vadovas –
doc. dr Daiva Mockevičienė*

2015

Patvirtinimas apie atlikto magistro darbo savarankiškumą

Patvirtinu, kad įteikiamas magistro darbas „7-8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią, motorinių įgūdžių plėtotė taikant „Jaunieji atletai“ programą“ yra:

1. Atliktas savarankiškai ir nėra pateiktas kitam kursui šiame ar ankstesniuose semestruose.
2. Nebuvo naudotas kitame institute / universitete Lietuvoje ir užsienyje.
3. Nėra medžiagos iš kitų autorių darbų, jeigu jie nėra nurodyti darbe.
4. Pateiktas visas panaudotos literatūros sąrašas.

.....
Vardas, pavardė

.....
Parašas

Magistro darbo santrauka

Darbe atlikta *teorinė* 7-8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią, pagrindinių motorinių įgūdžių nustatymo ir jų tobulinimo svarba vaikų vystymosi raidai analizė.

Iškelta *hipotezė*, kad 7-8 metų kompleksinę negalią turinčių vaikų pagrindiniai motoriniai įgūdžiai nėra pakankamai išvystyti, tačiau atlikus savalaikį motorinių įgūdžių testavimą ir tikslingai dirbant pagal „Jaunieji atletai“ programą, vaikų pagrindiniai motoriniai įgūdžiai reikšmingai pagerės.

Ugdymo projekto metodu, buvo nustatytas Specialiosios olimpiados programos „Jaunieji atletai“ poveikis 7-8 metų mokinių, turinčių kompleksinę negalią motoriniams gebėjimams. Tyrimo duomenims surinkti buvo taikomas testavimas. Matematinės statistikos metodu buvo skaičiuojami aritmetiniai vidurkiai, dažnių skirstiniai.

Tyrimo dalyvavo 25 septynerių - aštuonerių metų kompleksinę negalią turintys vaikai, lankantys specialiąją ugdymo instituciją.

Svarbiausios empirinio tyrimo *išvados*:

1. Remiantis mokslinės literatūros duomenimis nustatyta, kad svarbu ištirti vaikų pagrindinius motorinius įgūdžius kuo jaunesniame vaiko amžiuje ir taikant fizinę veiklą tobulinti judesius, nes tik įgijus pagrindinius motorinius judesius, galima tobulinti specifinius motorinius įgūdžius, reikalingus konkrečioms sporto šakoms.
2. Įvertinus 7 - 8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią motorinius įgūdžius, nustatyta, kad visi tyrimo dalyvavę vaikai galėjo ridenti kamuolį sėdint kojomis žergtai, mesti kamuolį iš apačios 1 metrą bei spirti kamuolį bet kuria kryptimi. Nė vienas vaikas nesugebėjo peršokti vieno metro ribos šokant į tolį dviem kojomis.
3. Išanalizavus motorinių įgūdžių pokyčius nustatyta, kad programa „Jaunieji atletai“ statistiškai reikšmingą poveikį padarė pagrindinių pusiausvyros, lokomocinių bei objekto manipuliavimo motorinių įgūdžių lavinimui.
4. Nustatyta, kad Specialiosios olimpiados programa „Jaunieji atletai“ didžiausią poveikį motoriniams įgūdžiams padarė žymų ir nežymų intelekto sutrikimą turintiems vaikams.

Esminiai žodžiai: kompleksinė negalia, intelekto sutrikimas, pagrindiniai motoriniai įgūdžiai.

Turinys

Magistro darbo santrauka	3
Įvadas	5
1 skyrius. VAIKŲ MOTORINIO VYSTYMOŠI TEORINIAI ASPEKTAI	10
1.1. Bendrosios (stambiosios) motorikos raida	10
1.2. Vaikų, turinčių kompleksinę negalią, vystymosi ypatumai	17
2 skyrius. VAIKŲ, TURINČIŲ KOMPLEKSINĘ NEGALIĄ, KŪNO KULTŪRA	25
2.1. Kūno kultūros pamokų organizavimo ypatumai	25
2.2. Vaikų, turinčių kompleksinę negalią, fizinių gebėjimų vertinimas kūno kultūros pamokose	28
2.3. Specialioji olimpiada	30
2.4. Specialiosios olimpiados programa „Jaunieji atletai“	32
3 skyrius. 7-8 METŲ VAIKŲ, TURINČIŲ KOMPLEKSINĘ NEGALIĄ, MOTORINIŲ ĮGŪDŽIŲ PLĖTOTĖS, TAIKANT „JAUNIEJI ATLETAI“ PROGRAMA, TYRIMO METODIKA IR JOS ORGANIZAVIMAS	41
3.1. Tyrimo metodika	41
3.2. Tyrimo dalyviai	41
3.3. Tyrimo organizavimas	42
3.4. Kompleksinę negalią turinčių vaikų motorinių įgūdžių pokyčių rezultatai ir jų aptarimas	45
Išvados	55
Literatūra	56
Summary	62
Priedai	63

Ivadas

Temos aktualumas: Judėjimas yra neišsenkanti žmogaus saviraiškos, savirealizacijos ir supančio pasaulio pažinimo priemonė (Mockevičienė, Šimkutė, 2014). Gimus naujai gyvybei atsiranda refleksai ir elementarūs judesių gebėjimai. Pasibaigus kūdikystės periodui vaikams nuo 1 iki 7 metų pradeda formuotis pagrindiniai judėjimo įgūdžiai. Šiame etape vaikai eksperimentuoja, tyrinėja savo kūną ir judėjimo galimybes. Tai laikas, kai mokomasi atlikti pusiausvyros, lokomocinius bei manipuliavimo judesius, iš pradžių atskirai, o po to – jungiant kartu (Gallahue, Ozmun, Goodway, 2012).

Remiantis mokslininkų atliktais darbais (Provost, Heimerl, Lopez, 2007) nustatyta, kad ikimokyklinis laikotarpis yra idealus laikas skatinti vaikų motorinių įgūdžių plėtrą ir dalyvauti fizinėje veikloje, atsižvelgiant į spartų mažų vaikų augimą. Šiuo laikotarpiu įgytus fizinius gebėjimus vėlesniuose gyvenimo etapuose vaikas tik tobulina. Praleidus šį periodą įgyti įgūdžius yra daug sunkiau. Vienerių – septynerių metų vaikai mokosi judėti įvairiais sudėtingais būdais (pvz., šokinėti, laiptoti), kurie reikalauja pusiausvyros, lokomocinių bei manipuliavimo judesių motorinių įgūdžių. Šeštaisiais – septintaisiais metais šie įgūdžiai tampa labiau koordinuoti, vaikai juda atgal ir į šonus, šokinėja didesnius atstumus į tolį ir aukštį, meta kamuolį iš viršaus ir iš apačios.

Naujausi duomenys rodo, kad ikimokyklinio amžiaus vaikai praleidžia nepakankamai laiko žaisdami ir užsiimdami fizine veikla (Mockevičienė, Šimkutė, 2014; Brown ir kt., 2009), kuri yra pirminis motorinių įgūdžių plėtotos pagrindas.

Vaitkevičius, Bakanovienė, Miliūnienė (2005) teigia, kad, pradėjus lankyti mokyklą, keičiasi vaikų dienos režimas, veiklos pobūdis. Vietoj judrių žaidimų vaikai didelę dienos dalį praleidžia mokyklos suole, ženkliai mažėja jų fizinis aktyvumas.

Gallahue, Ozmun, Goodway (2012) pažymi, kad vaikui atėjus į mokyklą, pagrindiniai motorikos įgūdžiai dažnai būna nepakankamai išvystyti. Todėl pradinėse klasėse yra puiki galimybė plėtoti pagrindinius judėjimo įgūdžius iki aukštesnio lygmens. Tie patys pagrindiniai judėjimo įgūdžiai bus sustiprinti ir rafinuotai suformuos spacializuotus judėjimo įgūdžius, reikalingus poilsiui, sportui, varžyboms ir gyvenimui. Specializuoti judėjimo įgūdžiai yra tikslesni nei pagrindiniai judėjimo įgūdžiai. Jie dažniausiai apima keletą įvairių derinių ir reikalauja didesnio judesių tikslumo juos atliekant.

Ikimokykliniame amžiuje ir pradinėse mokyklos klasėse galima stebėti, kaip vystosi vaikų pagrindiniai motorikos įgūdžiai. Šiuo svarbiu periodu, ištyrus pagrindinius motorikos įgūdžius ir

atskleidus jų potencialą įvairiuose motoriniuose gebėjimuose, galima formuoti daug sudėtingesnius motorinius įgūdžius (Spodek, Saracho, 2013).

Tačiau, kalbant apie sutrikusio intelekto vaikų fizinę būklę ir motorikos įgūdžius, įrodyta, kad jie atsilieka, palyginti su įprastos raidos vaikais, o su amžiumi tas skirtumas tik didėja (Westwood, 2007). Todėl labai svarbu laiku nustatyti motorinius gebėjimus, kad galėtume padėti vaikui ugdyti nesusiformavusius pagrindinius motorinius įgūdžius palankiausiu vaiko amžiaus periodu.

Lietuvos švietimo ministerijos parengtoje 2014 metų švietimo būklės apžvalgoje¹ nurodoma, kad Lietuvoje mokosi 39447 specialiųjų ugdymosi poreikių (SUP) turintys vaikai. 3597 mokiniai ugdomi 49 specialiosiose mokyklose, 34884 mokiniai ugdomi bendrųjų mokyklų bendrosiose klasėse ir 966 mokiniai ugdomi bendrųjų mokyklų specialiosiose ar lavinamosiose klasėse. Fizinio ugdymo programos, padedančios įvertinti bei stebėti motorinių įgūdžių kaitą vaikams su kompleksine negalia bei testavimo instrumentų, taikomų tokius sutrikimus turintiems vaikams, Lietuvoje nėra. Apie nepakankamą dėmesį fizinio ugdymo programų rengimui intelekto sutrikimus turintiems vaikams ir nepakankamą dėmesį negalią turinčių žmonių fiziniam aktyvumui rašė mokslininkės Radzevičienė ir Jurevičienė (2008), Gervickienė ir kt., (2008). Daugumai vaikų su intelekto sutrikimais, dideliais bei labai dideliais ugdymosi poreikiais fizinė veikla vykdoma sudarant individualizuotą programą, remiantis pradinio ir pagrindinio ugdymo bendrųjų programų pritaikymo rekomendacijomis (Švietimo ir mokslo ministerija, 2009).

Šiame darbe aptarsime Specialiosios olimpiados „Jaunieji atletai“ programos, kuri buvo sukurta 2006 metais Jungtinėse Amerikos Valstijose, bendradarbiaujant New Jersey Medicinos ir odontologijos universiteto mokslininkams, taikymą Lietuvoje. Ši programa pritaikyta sutrikusio intelekto vaikams su įvairiais specialiaisiais ugdymosi poreikiais, nes sukurta remiantis 2-8 metų vaikų pagrindinių motorinių įgūdžių vystymosi raida ir apima pagrindinių motorinių įgūdžių gebėjimų lavinimą: ėjimą, bėgimą, pusiausvyrą, šokinėjimą, metimą, gaudymą, smūgiavimą ir spyrimą. Labai svarbu, kad programoje pateikiamas motorinių įgūdžių vertinimas, paremtas „Jaunieji atletai“ mokymo programa. Testai sudaryti atsižvelgiant į programoje lavinamus pagrindinius motorinius įgūdžius, kurie atspindi tris motorinių gebėjimų vystymosi sritis: stacionarius, lokomocinius bei objekto manipuliavimo įgūdžius.

Probleminiai klausimai:

1. Kaip Lietuvoje vertinami 7-8 metų kompleksinę negalią turinčių vaikų motoriniai įgūdžiai?

¹ Valstybės žinios (2011), įsakymo Nr. V-1265/V-685/A1-317

2. Ar 7-8 metų vaikams, turintiems kompleksinę negalią, susiformavę pagrindiniai motoriniai įgūdžiai?
3. Koks programos „Jaunieji atletai“ poveikis 7-8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią, motoriniams įgūdžiams?

Probleminių klausimų formulavimas leido iškelti tokią **hipotezę**:

7-8 metų kompleksinę negalią turinčių vaikų pagrindiniai motoriniai įgūdžiai nėra pakankamai išvystyti, tačiau atlikus savalaikį motorinių įgūdžių testavimą ir tikslingai dirbant pagal „Jaunieji atletai“ programą, vaikų pagrindiniai motoriniai įgūdžiai reikšmingai pagerės.

Tyrimo objektas - „Jaunieji atletai“ programos poveikis 7-8 -metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią, motoriniams įgūdžiams.

Tyrimo tikslas - nustatyti „Jaunieji atletai“ programos poveikį 7-8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią, motoriniams įgūdžiams.

Uždaviniai:

1. Atskleisti mokinių, turinčių kompleksinę negalią, motorinių įgūdžių svarbą fizinių gebėjimų vystymuisi, taikant teorinę literatūros analizę.
2. Įvertinti 7-8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią, motorinius įgūdžius taikant motorinių įgūdžių testus.
3. Išanalizuoti motorinių įgūdžių pokyčius, taikant „Jaunieji atletai“ programą.
4. Palyginti „Jaunieji atletai“ programos poveikį, 7-8 metų vaikų, turinčių skirtingus intelekto sutrikimus, motoriniams įgūdžiams.

Tyrimo dalyviai: Vilniaus „Atgajos“ specialiosios mokyklos dvidešimt penki 1-2 klasių, kompleksinę negalią, t.y. intelekto ir įvairiapusių raidos sutrikimus turintys mokiniai.

Tyrimo metodologija ir metodai: Siekdami išsiaiškinti Specialiosios olimpiados programos „Jaunieji atletai“ poveikį 7-8 metų mokinių, turinčių kompleksinę negalią motoriniams gebėjimams, buvo vykdomas ugdymo projektas. Tyrimo duomenims surinkti buvo taikomi šie tyrimo metodai: testavimas, chronometravimas, matematinės statistikos metodas. Šiame tyrime buvo skaičiuojami aritmetiniai vidurkiai, dažnių skirstiniai. Specialiosios programos poveikis motoriniams įgūdžiams nustatytas naudojant neparimetrinį Vilkoksono testą dviejų priklausomų imčių skirtumų įvertinimui. Pasirinktas reikšmingumo lygmuo $p < 0,05$. Skaičiavimai atlikti IBM SPSS Statistics 20 programoje.

Pagrindinės sąvokos:

Fizinis aktyvumas - griaučių raumenų darbas, kuriam atlikti reikia didesnių energijos sąnaudų negu ramybės būsenoje (Sokołowski, Kaiser, Čepulėnas, 2010).

Intelektu sutrikimas – tai sulėtėjusios arba neužbaigtos protinės raidos būseną, kai sutrinka įgūdžiai, pasireiškiantys vystymosi metu ir lemiantys bendrąjį intelekto lygį, t. y. pažintinius, kalbinius, motorinius ir socialinius sugebėjimus. Kartu su intelekto sutrikimu gali būti arba nebūti bet kuris kitas psichikos arba somatinis sutrikimas (Tarptautinė ligų klasifikacija, 2008);

Intelektu sutrikimas pasireiškia pažintinės veiklos, kalbinių, motorinių gebėjimų pažeidimais, taip pat adaptyvaus elgesio sutrikimu. Asmenims būdingas adaptyvaus elgesio sutrikimas bent keliose iš nurodytų sričių: komunikacija, savitvarka, buities, socialiniai, sveikatos ir saugumo įgūdžiai, laisvalaikio leidimas, savireguliacija ir veiklos organizacija, akademinų žinių taikymas kasdieniame gyvenime. (Mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, grupių nustatymo ir jų specialiųjų ugdymosi poreikių skirstymo į lygius tvarkos aprašas, 2011).²

Kompleksinė negalia - tai įvairūs negalių deriniai, kurie aprašomi, kaip raidos, sensorinių, fizinių funkcijų ir kiti įgimti ar įgyti sveikatos sutrikimai (sutrikimo kilmė gali būti biologinė, pedagoginėmis priemonėmis pašalinti priežasčių neįmanoma), kurie trukdo pažinti, tyrinėti aplinką, siekti akademinų žinių, trikdo socialinę, emocinę ir asmenybės raidą (šiam darbe tai intelekto bei judesio ir padėties sutrikimus turintys vaikai).

Motorika - viso kūno ar jo dalių judesiai. Motorikos raida - tai palaipsnis, tęstinis ir nuo amžiaus priklausantis individualus tobulėjimas, kai paprasti judesiai virsta gerai organizuotais motoriniais mokėjimais ir gebėjimais. Šis gebėjimas nesibaigia su fiziniu augimu, jis gali tęstis visą gyvenimą. Aukštesnis motorinių įgūdžių lygis leidžia žmogui geriau pasireikšti, pavyzdžiui, žaidimų metu, orientuotis erdvėje, adekvačiai sureaguoti pavojaus atveju, pasiekti geresnių sportinių rezultatų (Juškelienė, 2003).

Motorinis įgūdis – tai gebėjimas planuoti ir įgyvendinti judėjimo tikslą (užduotį), kuris paprastai išlieka visam gyvenimui (žinoma, jei jis neišsityrė, pvz., dėl ligos) (Skurvydas, 2008).

Judesių mokymasis – tai procesas, kurio metu išmokstama tobuliau valdyti judesius (Skurvydas, 2008). Kiti mokslininkai Wrisberg, Magill, Davids (cit. Skurvydas, 2008) tai įvardija kaip vyksmą, kurio metu išmokstama naujų judėjimo (motorinių) įgūdžių.

² http://www3.lrs.lt/pls/inter3/dokpaieska.showdoc_l?p_id=404013

Magistro darbo struktūra. Šis magistro darbą sudaro: santrauka lietuvių kalba, įvadas, 3 skyriai, išvados, naudotos literatūros sąrašas (72 šaltiniai), santrauka anglų kalba, priedai. Tyrimo duomenis iliustruoja 6 lentelės, 9 paveikslai. Prieduose pateikiamas pavyzdinis testavimo protokolas, Lietuvos Specialiosios olimpiados komiteto pažyma, patvirtinanti įstaigos dalyvavimą programoje. Darbo apimtis - 55 psl.

1 skyrius. VAIKŲ MOTORINIO VYSTYMO SI TEORINIAI ASPEKTAI

1.1. Bendrosios (stambiosios) motorikos raida

Motorika suprantama kaip viso kūno ar jo dalių judesiai. Anot Juškelienės (2003), motorikos raida - tai palaipsnis, tęstinis ir nuo amžiaus priklausantis individualus tobulėjimas, kai paprasti judesiai virsta gerai organizuotais motoriniais mokėjimais ir gebėjimais. Šis gebėjimas nesibaigia su fiziniu augimu, jis gali tęstis visą gyvenimą. Aukštesnis motorinių įgūdžių lygis leidžia žmogui geriau pasireikšti, pavyzdžiui, žaidimų metu, orientuotis erdvėje, adekvačiai sureaguoti pavojaus atveju, pasiekti geresnių sportinių rezultatų.

Skurvydo (2008) teigimu, motorinis įgūdis – tai gebėjimas planuoti ir įgyvendinti judėjimo tikslą (užduotį). Išmokti judesiai vadinami motoriniais įgūdžiais, kurie paprastai išlieka visą gyvenimą. Jiems būdingas kintamumas (variabilumas), padedantis išmoktą judesį atlikti įvairiomis sąlygomis, ir stabilumas, rodantis jų atsparumą tam tikriems jį trukdantiems dirgikliams. Procesas, kurio metu išmokstama tobuliau valdyti judesius yra judesių mokymasis. Kiti mokslininkai Wrisberg, Magill, Davids (cit. Skurvydas) tai įvardija kaip vyksmą, kurio metu išmokstama naujų judėjimo (motorinių) įgūdžių.

Pasak Mockevičienės, Šimkutės (2014), pagrindiniams motoriniams (judėjimo) įgūdžiams priskiriami lokomocijos (persikėlimo erdvėje), manipuliaciniai, pusiausvyros lavinimo ir stabilumo įgūdžiai. Tai kasdieniai judesiai, tokie kaip ėjimas, bėgimas, lipimas, koordinacija, pusiausvyros išlaikymas, spyrimas, vertikalus šuolis, gaudymas, metimas į tolį, kamuolio mušimas į žemę, kamuolio spyrimas, kamuolio atmušimas ir kiti.

Vaikui įgijus pagrindinius judėjimo įgūdžius toliau vystomi bendrieji judėjimo įgūdžiai - judesiai, kuriuos sudaro keletas pagrindinių judėjimo įgūdžių komponentų: įvairūs sportiniai žaidimai, plaukimas, slidinėjimas, važiavimas dviračiu ir t.t.

Mockevičienės, Šimkutės (2014) teigimu, pagrindiniai judėjimo gebėjimai virs bendraisiais judėjimo gebėjimais, jei vaiko fizinis raštingumas bus ugdomas nuosekliai ir tikslingai. Tuomet vaikas sąmoningai pasirinks įvairius judėjimo būdus ir aplinką, pavyzdžiui, išeis pažaisti ir pabėgioti, pašokinėti ir atlikti kitų judesių ne tik į kiemą ant žolės, bet ir ant smėlio paplūdimyje, žiemą ant sniego, ledo ir panašiai.

Žukauskienė (2012), Mockevičienė (2003) pažymi, kad vaiko motorinė sistema vystosi pagal bendruosius raidos principus: jai būdinga cefalokaudalinė kryptis (gr.kephale - galva + lot. cauda - uodega). Kūdikis anksčiausiai išmoksta laikyti galvą, kontroliuoti pečių lanko, liemens, vėliausiai -

kojų raumenis. Judesiai prasideda nuo lenkimo dominavimo ir lavėja tobulėjant kontroliuojamam tiesimui. Paprastai vaikų judesiai lavėja vienodu nuoseklumu, tačiau raidos tempai ir judesių kokybė gali skirtis. Tai priklauso nuo genetikos, lyties, aplinkos, motyvacijos, ugdymo ir kitų veiksnių.

Mockevičienė (2003) nurodo tokius bendruosius motorikos vystymosi dėsniumus:

- Motorikos funkcijų vystymuisi būdingas pereinamumas ir nuoseklumas: viena motorinė funkcija gali vystytis tik tuomet, kai yra susiformavę jos pradmenys. Raidos nukrypimų atveju šie pradmenys vystosi pavėluotai ir skiriasi savo netobulumu. Todėl korekcinio darbo esmė – atkreipti dėmesį į šių pradmenų, būtinų kiekvienai besivystančiai motorikos funkcijai, formavimąsi.

- Nuoseklūs motorinių funkcijų vystymosi etapai tarsi „uždengia“ vienas kitą. Besimokydamas atlikti vieną veiksmą, vaikas tuo pačiu ruošiasi atlikti ir sudėtingesnį.

- Motorikos raida yra cefalokaudalinės krypties, t. y. vaikas pirmiausia išmoksta kontroliuoti galvos padėtį, po to sėdėti, vaikščioti, bėgioti, šokinėti. Ta pačia kryptimi tobulėja ir motorinių įgūdžių koordinacija.

- Motorinės funkcijos tobulėja nuo proksimalinės (vidurio) linijos į distalinę (toliau nuo vidurio). Vaikas pirmiausiai koordinuoja liemenį, o vėliau rankas, pradedant žąstu ir baigiant pirštais.

Įprastos raidos vaikai motorikos vystymosi etapus pasiekia tam tikra seka, tačiau ji gali įvairuoti, priklausomai nuo lyties, genetikos, aplinkos stimuliacijos ir motyvacijos. Pagal amžių motorikos vystymosi pasiekimai gali plačiai įvairuoti, tačiau motorikos vystymosi dėsniumai yra universalūs ir būdingi visiems vaikams (Mockevičienė, 2000).

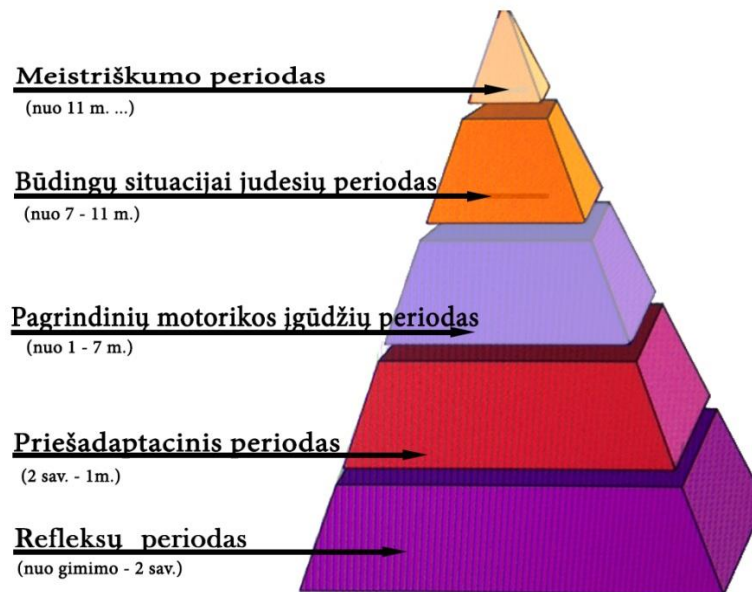
Mokslininkai Clark (2011); Gallahue, Ozmun (2002) pristato jų sukurtus motorikos vystymosi modelius. Visi trys motorikos vystymosi modeliai parodo, kaip svarbu ankstyvoje vaikystėje iki 7 metų plėtoti pagrindinius motorikos įgūdžius ir kaip šie įgūdžiai yra ypatingai svarbūs viso gyvenimo fiziniam aktyvumui.

Įgūdžiai, išmokti pagrindinių judėjimo įgūdžių periode, yra vadinami motorikos judesių pakyla, leidžiančia pereiti iš vieno periodo į kitą (Gabbard, 2000; Payne & Isaacs, 2002). Kai yra suteiktos visos galimybės vystyti motorinius įgūdžius, pradinukai gali judėti daug sudėtingesniais būdais, reikalaujančiais pagrindinių įgūdžių, tokių kaip judėjimo planavimo, sugavimo/paleidimo, akies - rankos koordinacijos, kurie yra svarbūs pusiausvyros, koordinacijos ir laikysenos formavimuisi (Spodek, Saracho, 2013).

Autorė Seefeldt (Spodek, Saracho, 2013) pasiūlė vieną iš anksčiausiai sukurtų „Judesių raidos“ modelių. Ji teigia, kad žemiausiame piramidės lygyje yra „reakcijų ir refleksų“ fazė, kurioje dedami

pamatai vėlesniems motoriniams įgūdžiams. Įtvirtinti įgūdžiai šioje fazėje vaikams padeda vystyti pagrindinius motorikos, t.y lokomocinius (bėgimas, šokinėjimas) ir objekto manipuliavimo įgūdžius (metimas ir gaudymas). Seefeldt teigia, kad gerai išlavėję pagrindiniai judesiai yra tarsi pakyla (tramplinas) ateityje, siekiant užsiimti konkrečia sporto šaka ar žaidimu. Tai yra, jei vaikas negali bėgti ar mesti/gaudyti kamuolį pagrindiniu būdu, mažai tikėtina, kad jis sėkmingai užsiims sportu, kur šie įgūdžiai yra reikalingi. Autorė įsitikinusi, kad pagrindinių motorinių judesių ugdymas yra būtinybė tolesniam vaiko tobulėjimui ir kilimui į aukštesnį piramidės lygmenį.

Motorinių įgūdžių vystymosi skalę sukūrė ir mokslininkai Clark & Metcalfe. 2002 metais jie pristatė motorinių įgūdžių vystymosi modelį, kuris apima 6 vystymosi fazes, kad suprastume, kaip vystosi judesių raida per visą gyvenimą. Jie pasiūlė kylančios progresijos specifinę piramidę „Motorikos vystymosi kalną“, kurioje panašiai kaip Seefeldt, Gallahue, Ozmun ir Goodway teigia, kad trečioje „kalno“ fazėje vaikai įgyja pagrindinius motorinius įgūdžius, kurie yra pagrindinis raktas tolimesnei motorinių judesių raidai, judėjimo tobulinimui. Kuomet vaikai pasiekia pagrindinių motorikos įgūdžių periodą, tuomet judesiai tobulinami ir „kylama aukštyn kalnu“, kad būtų pasiektas specifinių sportinių įgūdžių periodas. Motoriniai įgūdžiai siejami su lokomocija (bėgimas, šokinėjimas), daiktų manipuliavimu (kamuolio, raketės) ir liemens kontrole (galimybė išlaikyti kūno laikyseną ir suteikti kūnui kokią nors padėtį). Tai dažniausiai pastebima ir vystosi „pagrindinių motorinių įgūdžių periodu“ po „refleksų“ ir „priešadaptacinio“ periodų. Modelis aiškiai iliustruoja, jog yra tikimasi, kad visi vaikai pasieks „pagrindinių motorinių įgūdžių periodą“ ir kils aukštyn, pasiekdami „būdingą situacijai“ ir galiausiai „meistriškumo periodą“. Šis periodas - specializuotų judėjimo įgūdžių fazė, kurioje tobulinami specializuoti, sporto šakoms reikalingi judesiai. Judesių išmokymas priklauso nuo pasiryžimo, greičio mokantis, aplinkos kaitos ir net biologinių faktorių.



1 pav. „Motorikos vystymosi kalnas“ (Mountain of Motor Development) sudarytas remiantis Clark, 1994; Clark&Metcalf, 2002.

Pastaba. Gavus autoriaus leidimą perspausdinta iš Clark, J.E (2011). *Motor development*. Department of Kinesiology School of Public Health University of Maryland, College.

Naujausią motorikos vystymosi modelį, pavadintą „Smėlio laikrodžio motorikos vystymosi modelis“, pristatė mokslininkai Gallahue, Ozmun, Goodway (2012).

Visi autoriai akcentuoja didelę svarbą turėti tvirtus pagrindinių judesių pagrindus iki 7 metų.

Lietuvoje autorė Juškelienė (2003) nurodo, jog pagrindiniai motoriniai gebėjimai (ėjimo, bėgimo, šokinėjimo, šuoliavimo, peršokimo per kliūtį, spyrimo, metimo) įgyjami palaipsniui, tam tikra tvarka, tačiau judesius įvaldo kiekvienas vaikas individualiai. Ėjimas - pats paprasčiausias judesys, tačiauėjimo įgūdis tampa panašus į suaugusiojo apie penktus gyvenimo metus. Pradedančiam vaikščioti būdingas trumpas žingsnis, koja lenkiama per klubą ir kelį ir keliama į viršų, o nuleidžiama ant visos plokščios pėdos. Pusiausvyrą padeda išlaikyti žirgluojimas kojomis į šalis bei pakeltos ir per alkūnes sulenktos rankos, į priekį palinkęs liemuo. Penkiamečio vaiko, kaip ir suaugusiojo,ėjimas - tai sudėtinga judesių kombinacija. Ėjimo įgūdis lavėja vaikui augant, tačiau tobulasėjimo įgūdis būdingas ne visiems suaugusiems.

Bėgimo įgūdis panašus įėjimą, tačiau sudėtingesnis. Pagrindinis bėgimo judesio požymis yra „skrydis ore“, kurio metu žemės neliečia nė viena koja. Tokio meistriškumo vaikai pasiekia apie 6-7 gyvenimo metus. Mažų vaikų bėgimas panašus į greitąėjimą. Atsispiriančioji koja neištiesiama, žingsnis trumpas, rankos juda kartu su kūno posūkiu, o ne pirmyn ir atgal, kaip paprastai daro

bėgikai. Mintyse nubrėžus vaiko judėjimo trajektoriją, matyti, kad jis juda ne tik pirmyn, bet ir į šonus. Įvaldžiusio bėgimo techniką vaiko žingsnis gerokai ilgesnis, bėgama didesne jėga. Atsispiriamoji koja visiškai ištiesiama, lenkiamoji- priartėja prie sėdmenų, nusileidžiančioji koja pirmiau žemę paliečia kulnu, paskui - pirštais. Nėra judesio į šonus, kojos statomos siaurai, šalia viena kitos. Platesniam mostui užtikrinti liemuo kartu su atmetamąja ranka pasisuka į šoną, kūnas šiek tiek palinksta į priekį. Rankos juda pirmyn ir atgal. Bėgimo greičio rezultatų rekomenduojama siekti nuo paauglystės, kai organizme intensyviai auga raumenų masė ir kaulėjimo procesai pasiekia tinkamą lygį, anksčiau mokoma bėgimo technikos. Tobulo bėgimo nepasiekama savaime, jis lavinamas treniruotėmis (Juškelienė, 2003).

Priešmokyklinio turinio ugdymo rekomendacijose pateikiami Lietuvoje atlikti Adaškevičienės, Stanislovaitienės tyrimai, kuriais yra nustatyti penkiamečių ir šešiamečių vaikų šuolių į tolį iš vietos, bėgimo greičio ir vikrumo raidos dėsniumai. Šuolis į tolį paprastai rodo raumenų jėgą – gebėjimą per trumpiausią laiką pasiekti maksimalią jėgą. Tyrime dalyvavę šešiamečiai berniukai iš vietos į tolį nušoko 12,2 cm, mergaitės – 11,1 cm. Priešmokyklinio amžiaus vaikas siekia judesių tikslumo, kad kuo kruopščiau atliktų sumanytą darbėlį, pastatytų kuo aukštesnį bokštą, kad veiktų tvarkingiau. Paprašyti ant vienos kojos šokinėti tiesia linija, 95 procentai penkerių metų vaikų ir 98 procentai šešerių metų vaikų sugebėjo atlikti keletą šuoliukų tiesiai.

Juškelienė teigia (2003), kad paprasto šuoliuko techniką vaikai paprastai išmoksta iki 2 metų. Šuolio kokybė apibūdinama trimis rodikliais: koks tai šuolis (į tolį, į aukštį, šokinėjimas, šuoliavimas, liuksėjimas ir pan.), šuolio ilgiu ar aukščiu bei šuolio atlikimo technika. Vertinant techniką žiūrima, viena ar abiem kojomis vaikas atsispiria ir ant vienos ar abiejų kojų nusileidžia. Iš pradžių išmokstama atsispirti viena koja, nusileisti ant kitos, vėliau - abiem kojomis atsispirti ir nusileisti ant abiejų kojų, atlikti šį veiksma įsibėgėjus. Dar vėliau vaikas jau gali peršokti abiem kojom per kliūtį, išmoksta ritmiškai šokinėti viena koja. Mokyklinio amžiaus vaikai turėtų mokėti šiuos judesius. Vertinant judesio tobulėjimą, matuojamas šuolio ilgis ir aukštis .

Bendrajai vaikų judesių koordinacijai udgyti ir tobulinti, orientacijai, vikrumui, greitungui, akies-rankos koordinacijai lavinti labai gera priemonė yra metimo - gaudymo pratimai. 2-3 metų vaikui yra sunku atlikti įvairius mėtymo, gaudymo pratimus su kamuoliu, nes šio amžiaus vaikų judesiai nepakankamai koordinuoti, netikslūs. Jiems yra daug lengviau mesti nei gaudyti. Tačiau mesti į taikinį jiems sudėtinga dėl to, kad vaikai dar nemoka prisitaikyti, jausti metimo krypties, mesti reikiama jėga, iš reikiamo nuotolio. Todėl tikslinga mėtymo į taikinį mokyti mažomis grupėmis, sudarant galimybę karts nuo karto pataikyti į taikinį, kad neprarastų noro mokytis dėl nusivylimo (Rauckis, Drungilienė, 2003). Stebint, pavyzdžiui, kamuoliuko metimo techniką, matyti,

kad pradedantysis tai daro tik rankos judesiu. Ranka pkeliamas, o kamuoliukas išmetamas ištiesiant sulenktą ranką; metimas nestiprus. Vėliau užsimojant išmokstama žengti viena koja atgal ir ant jos pernešti kūno svorį, atmesti ranką atgal, atlikti metimą kartu su liemens posūkiu ir svorio perkėlimu ant priekyje esančios kojos bei peties judesiu (Juškelienė, 2003).

Ankstyvoje vaikystėje 2-6 metų vaikų stambieji motoriniai įgūdžiai susiję su didžiųjų raumenų naudojimu, stipriai pagerėja (Žukauskienė, 2012). Pavyzdžiui, 3-ųjų metų vaikas gali pastovėti ant vienos kojos, vaikšto laisvai, keičia ėjimo ritmą, tikslingai eina ten, kur nori. Gali eiti sumažintu atramos plotu siauru grindų takeliu ar tarp dviejų virvių, eiti atbulomis. 3-4 metų vaikas lipa laiptais kaip suaugęs žmogus ir gali išmokti važiuoti triratuku. Jam nesunku išmokti eiti rateliu, lipti kopetėlėmis, užlipti ir nultipti nuo kelių gimnastikos skersinių (Rauckis, Drungilienė, 2003). Ankstyvoje vaikystėje vaikas įgyja naujų motorinių sugebėjimų lavindamas save ir stebėdamas bei kopijuodamas kitų vaikų elgesį. Galimybė žaisti kartu su kitais vaikais šiame amžiuje yra svarbesnė už formalų vaiko lavinimą ar suaugusiojo vadovavimą (Žukauskienė, 2012).

Priešmokyklinio amžiaus vaikas pradeda sąmoningai valdyti ir derinti kai kuriuos judesius ir veiksmus. Šešiametis geba derinti du arba net keletą judesių: bėgti ir varyti kamuolį, bėgti ir gaudyti kamuolį, šokti su kaspinais. Vaikas geba staigiai sustoti ir greitai pajudėti iš vietos, judėti pagal sutartinį signalą. Pavyzdžiui, sušvilpus švilpuku, judėti įvairiu greičiu. Šeštaisiais metais gerėja vaikų gebėjimas išlaikyti pusiausvyrą judant. Pasak Mockevičienės, Šimkutės (2014) šiuo laikotarpiu vaikų judesiai tampa lankstesni, laisvesni, labiau tikslingi, tinkamai parenkami konkrečiai veiklai. Vyksta kai kurių judesių (žygiavimo, bėgimo, šuolių) automatizacija. Išlavėja pusiausvyra, vaikas laisvai atlieka ritmo pajautos pratimus. Dirbant su ikimokyklinio amžiaus vaikais labai svarbu ne aklas pratimų atkartojimas, o žaidimas atliekant tam tikrus judesius, raumenų stiprinimo, koordinacijos lavinimo ir kitus pratimus. Vaiko motoriką reikia ugdyti žaidybine veikla, o ne profesionaliu pratimų atlikimu.

Vilūnienės (2014) teigimu žaidimai labai svarbūs bendram vaiko vystymuisi. Visų pirma jie tenkina biologinį vaiko poreikį judėti, kartu daro teigiamą įtaką besivystančiam jo organizmui. Žaidžiant pagyvinamos fiziologinės organizmo funkcijos, treniruojamos įvairios raumenų grupės, todėl stiprėja jėga, lavėja vikrumas, koordinacija, greitumas. Judriaisiais žaidimais praturtinama judėjimo patirtis: ugdomi pagrindinių judesių (bėgimo, šuolio, mėtymo ir kt.) įgūdžiai, geriau įvaldoma sportinių žaidimų technika (kamuolio gaudymas, perdavimas, varymas ir kt.).

3-7 metų amžiuje susiformuoja baziniai judesiai, kurių stilius išlieka visą gyvenimą ir pagal kuriuos įvaldomi nauji sudėtingi judesiai, manipuliacijos ir jų kombinacijos. Galima sakyti, kad šis

amžius daugiau skirtas judesiams įvaldyti, o išmokus bazinių judesių vėliau tobulėja judesių kokybė (Mockevičienė Šimkutė, 2014).

1 lentelė

Stambiųjų motorinių įgūdžių raida ankstyvoje vaikystėje (pagal Rathus, cit. Žukauskienė)

2-ieji metai	3-ieji metai	4-ieji metai	5-ieji metai
Gerai bėga tiesiai į priekį	Apibėga kelyje sutiktas kliūtis	Bėgdamas daro staigius posūkius	Bėga ant pirštų galų
Lipa laiptais aukštyn statydamas abi kojas ant vieno laiptelio	Lipa laiptais aukštyn statydamas abi kojas ant vieno laiptelio	Lipa laiptais aukštyn statydamas abi kojas ant vienos pakopos	Laipioja laiptais be jokių sunkumų
Nušoka į tolį 10-35 cm	Nušoka nuo apatinės laiptų pakopos	Nušoka iš 30 cm aukščio	Nušoka į tolį 3 žingsnių atstumą
Meta mažą kamuoliuką neparkrisdamas	Pagauna mestą kamuolį iš liemens ir rankų suformuodamas krepšį	Meta kamuolį užsimodamas ranka atgal	Pagauna kamuolį vien rankomis
Šokinėja ant vienos kojos iki dviejų pašokimų	Šokinėja ant vienos kojos iki trijų pašokimų	Šokinėja ant vienos kojos iki šešių pašokimų	Nušokuoja ant vienos kojos beveik 3 m atstumą
Bando pastovėti ant vienos kojos	Pastovi ant vienos kojos	Pastovi ant vienos kojos 3-8 sek.	Išstovi ant vienos kojos 8-10 sek.
Tarukia paskui save arba stumia prieš save didelius žaislus	Eina aplink kliūtis stumdamas ar traukdamas paskui save žaislus	Daro staigius posūkius stumdamas ar traukdamas paskui save žaislus	
Lipa ant baldų, kad pasižiūrėtų pro langą	Laipioja žaidimų kalneliais	Laipioja kopėčiomis	
Paspiria didelį kamuolį	Lengvai paspiria didelį kamuolį		

		Gerai važiuoja triratuku	Gerai važiuoja dviratuku su pusiausvyrą palaikančiais ratukais
--	--	--------------------------	--

Anot Žukauskienės (2012) vidurinėsios vaikystės metais (7-11 metų) didėja vaikų sugebėjimas atlikti veiklas, kurioms reikalingi stambiosios motorikos judesiai. Mokyklinio amžiaus vaikai noriai dalyvauja grupiniuose žaidimuose, mėgsta mesti ir gaudyti kamuolį.

Radzevičienė, Jurevičienė (2008) teigia, kad taisyklingai susiformavę motoriniai įgūdžiai – svarbi vaiko bendravimo su aplinka, bendraamžiais, ugdytojais sąlyga. Taisyklingi judesiai skatina vaiko pasitikėjimą savo jėgomis, sėkmė atliekant aktyvią fizinę veiklą motyvuoja imtis sudėtingesnės fizinės veiklos. Tam, kad būtų pakankamas organizmo aktyvumas, judesių tikslingumas, fizinės veiklos metu aktyviai dirba centrinė nervų sistema. Mokslininkai Henderson, Henderson, Sveistrup, Burtner, Woolacott (cit. Radzevičienė, Jurevičienė, 2008) nurodo, jog skirtingą intelekto negalią turinčių vaikų motorinė raida formuojasi skirtingu laiku, tačiau pagal bendruosius motorinės raidos formavimosi dėsningumus. Kuo ženklėsnis intelekto sutrikimas, tuo motorinės raidos sutrikimų tikimybė yra didesnė. Intelekto raidos sutrikimas pasireiškia negrįžtamu intelekto ir socialinių įgūdžių pažeidimu, valios, emocijų nevisavertiškumu, dažnomis fizinėmis negaliomis.

1.2. Vaikų, turinčių kompleksinę negalią, vystymosi ypatumai

Pagal mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, grupių nustatymo ir jų specialiųjų ugdymosi poreikių skirstymo į lygius tvarkos aprašą (2011)³, **negalioms** priskiriami raidos, sensorinių, fizinių funkcijų ir kiti įgimti ar įgyti sveikatos sutrikimai (sutrikimo kilmė gali būti biologinė, pedagoginėmis priemonėmis pašalinti priežasčių neįmanoma), kurie trukdo pažinti, tyrinėti aplinką, siekti akademinį žinių, trikdo socialinę, emocinę ir asmenybės raidą. Šiems asmenims gali būti reikalinga kitų žmonių priežiūra, jiems skiriamos socialinės ir medicininės paslaugos, teikiama švietimo pagalba. Mokymosi aplinkos ir Bendrojo ugdymo programų pritaikymas priklauso nuo asmens negalios pobūdžio ir ugdymosi poreikių.

³ Valstybės žinios (2011), įsakymo Nr. V-1265/V-685/A1-317.

Specialieji ugdymosi poreikiai skirstomi į šias grupes: nedideli, vidutiniai, dideli, labai dideli ir yra nustatomi remiantis „Sutrikimų identifikavimo ir ugdymo programų skyrimo atmintine“ ir „Asmenų priskyrimo specialiųjų ugdymosi poreikių grupei kriterijais“. Pedagoginė Psichologinė Tarnyba, nustatydamą priežastį, dėl kurios kyla mokinio specialieji ugdymosi poreikiai, priskiria grupei ir nustato mokinio specialiųjų ugdymosi poreikių lygį, vadovaudamasi „Mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, grupių nustatymo ir jų specialiųjų ugdymosi poreikių skirstymo į lygius tvarkos aprašu“.

Dažniausiai žymiai sutrikusio intelekto mokiniams nustatomi labai dideli specialieji ugdymosi poreikiai, o vidutiniškai – dideli. Dideli specialieji ugdymosi poreikiai nustatomi, kai susumavus rezultatus gaunama nuo 53 iki 82 balų, labai dideli poreikiai – kai gaunama nuo 83 iki 112 balų. Šie mokiniai ugdosi pagal individualizuotą ugdymosi programą.

Kompleksinė negalia – tai gretutinės negalios arba įvairūs negalių deriniai iš nurodytų negalių grupių. Mokinių, turinčių kompleksinių negalių, grupė apibūdinama kaip dažniausiai turinti vieną (ar kelis) iš šių sutrikimų: pažintinių gebėjimų (intelektu), įvairiapusių raidos, judesio ir padėties, regos, klausos sutrikimų. Šie mokiniai dažniausiai priskiriami didelių ir labai didelių specialiųjų ugdymosi poreikių grupei. Pastebima, kad šių mokinių skaičius turi tendenciją didėti (tai siejama su naujagimių mirtingumo mažėjimu, gerėjančia diagnostika). Dauguma šios grupės mokinių turi antrinio pobūdžio specifinių kalbos ir kalbėjimo sutrikimų (Metodinės rekomendacijos mokytojams ir švietimo pagalbos teikėjams, 2011).

Mes apžvelgsime vaikų, turinčių kompleksinę negalią (intelektu ir įvairiapusių raidos sutrikimu), charakteristikas.

Intelektu sutrikimai

Intelektu sutrikimas - pasireiškiantis pažintinės veiklos, kalbinių, motorinių gebėjimų pažeidimais, taip pat adaptyvaus elgesio sutrikimu. Asmenims būdingas adaptyvaus elgesio sutrikimas bent keliose iš nurodytų sričių: komunikacija, savitvarka, buities, socialiniai, sveikatos ir saugumo įgūdžiai, laisvalaikio leidimas, savireguliacija ir veiklos organizacija, akademinų žinių taikymas kasdieniame gyvenime⁴.

Intelektu sutrikimai skirstomi į grupes:

- Nežymus intelektu sutrikimas, kai intelektu koeficientu (toliau – IQ) intervalas 50–69;
- Vidutinis intelektu sutrikimas, kai IQ intervalas 35–49;
- Žymus intelektu sutrikimas, kai IQ intervalas 20–34;

⁴ Valstybės žinios (2011), įsakymo Nr. V-1265/V-685/A1-317

- Labai žymus intelekto sutrikimas, kai IQ žemesnis nei 20;
- Nepatikslintas intelekto sutrikimas.

Pradinio ir pagrindinio specialiojo ugdymo bendrųjų programų rekomendacijose, skirtose pedagogams, ugdantiems vidutiniškai, žymiai ir labai žymiai sutrikusio intelekto vaikus (2009), teigiama, kad vidutiniškai ir žymiai sutrikusio intelekto mokiniai – tai mokiniai, kurių intelekto koeficientas IQ – 49–20, o adaptyvaus elgesio gebėjimai yra menki. Pagrindinis sutrikusio intelekto požymis – nepakankami abstraktaus mąstymo gebėjimai, kurie apsunkina daugelio gebėjimų ir nuostatų formavimąsi. Šios grupės vaikų apibūdinimą sunkina tai, kad tokia diagnozė dažniausiai reiškia sutrikimų kompleksą, o tą kompleksą sudarančių sutrikimų deriniai gali būti labai skirtingi ir lemti labai įvairias elgesio, emocijų, kognityvinių procesų apraiškas.

Labai žymiai sutrikusio intelekto mokinių aplinkos, savęs aplinkoje ir kitų žmonių pažinimo gebėjimai dar labiau riboti (intelekto koeficientas – žemiau kaip 20). Šie mokiniai laiko sampratos, orientacijos erdvėje, priežasties ir pasekmės ryšių suvokimo, kalbos ir komunikacijos požiūriu atitinka vaiko raidą iki maždaug 3 metų, todėl jų ugdymo pagrindą sudaro sensomotorinis ugdymas. Didelę reikšmę šių vaikų ugdymui, kaip ir raidai apskritai, turi taktilinių (lytėjimo), regėjimo, klausos pojūčių bei kūno padėties ir judesio pajautimo lavinimas. Regėjimu, lytėjimu, kitais pojūčiais, kūno padėtimi ir atliekamu judesiu gaunama informacija sudaro vaikui sąlygas tyrinėti ir geriau pažinti jį supančią aplinką, leidžia nustatyti erdvės ribas, daikto padėtį erdvėje, padeda išlaikyti dėmesį ir gerina gebėjimą mėgdžioti. Gebėjimas mėgdžioti ir išlaikyti dėmesį yra žymų ir labai žymų intelekto sutrikimą turinčio vaiko mokymo pagrindas. Šiai mokinių grupei ugdyti daug dėmesio kreipiamą į dėmesio sutelkimą – tai ne tik būtina tolesnio ugdymosi prielaida, bet ir atskiras svarbus ugdymo tikslas.

Anot Westwood (2007) sutrikusio intelekto vaikų fizinė būklė ir motorikos įgūdžiai atsilieka palyginti su įprastos raidos vaikais, o su amžiumi skirtumas didėja. Praktiniu požiūriu, sutrikusio intelekto vaikai negeba taip greitai mąstyti, prisitaikyti, lengvai įsiminti, suprasti priežastis, kaip įprastos raidos vaikai. Jie atrodo mažiau subrendę ir jų elgesys daugiau panašus į mažų vaikų. Jų elgesio įgūdžiai ir pagrindiniai gebėjimai daugiau atitinka jų vystymosi nei chronologinį amžių. Intelekto sutrikimus turintys mokiniai turi ne tik pažinimo funkcijų, bendravimo sutrikimus, bet ir socialinių bei savitvarkos įgūdžių trūkumus. Šiems vaikams būdingi silpnesni jėgos, išvermės, vikrumo, bėgimo greičio, lankstumo, reakcijos rezultatai, nepakankama statinė pusiausvyra, koordinacija (Radzevičienė, Jurevičienė, 2008).

Autorius Rimmer (1994) lentelėje pateikia kai kuriuos asmenų, kuriems nustatytas intelekto sutrikimas, tikrojo ir protinio amžiaus skirtumus bei aprašytą motorinį elgesį. Kūno kultūros,

taikomosios fizinės veiklos specialistams būtina žinoti kai kuriuos tikrojo (chronologinio) ir protinio amžiaus skirtumus tam, kad galėtų geriau pritaikyti fizinės veiklos programas ir suprastų, ko galima tikėtis iš atitinkamo amžiaus sutrikusio intelekto vaikų ir paauglių.

2 lentelė

Motorinio elgesio per fizinio lavinimo pratybas skirtumai pagal tikrąjį (chronologinį) ir protinį amžių tarp įprastos raidos ir vidutinį intelekto sutrikimą turinčių vaikų ir paauglių.

Tikrasis amžius	Įprastos raidos vaikų fizinė veikla, atitinkanti tikrąjį amžių	Vidutinį intelekto sutrikimą turinčių vaikų fizinė veikla, atitinkanti protinį amžių	Protinis amžius
4 - 8 metai	Bėgimas, šokinėjimas, išitraukimas į žaidimo veiklą, paprasti žaidimai (pvz., lyderio sekimas)	Mokymasis bėgti, išlaikyti pusiausvyrą ant vienos kojos, manipuliacinių judesių išmokimas, veikla, susijusi su viena kryptimi.	2 - 4 metai
8 - 12 metų	Gali žaisti parengiamuosius žaidimus, dalyvauti varžybų žaidimuose, kurių metu sudaromos komandos; išmoksta taisykles ir jų laikosi.	Bendras bėgimas ir lokomotorinių įgūdžių žaidimų veikla, gali žaisti paprastus žaidimus, draugiškai dalyvauti žaidime ar žaisti vienas.	4 - 6 metai
12 - 17 metų	Žaidžia sudėtingus žaidimus; gali papildomai ugdyti sportinius įgūdžius, kurie įtraukti į didelio sportinio meistiškumo sportininkų rengimo programą; dalyvauja komandiniame žaidime ir pasirenka įvairių varžybinės veiklos strategiją.	Gali dalyvauti modifikuotoje sportinėje veikloje; geresnių rezultatų pasiekia individualiose sporto šakose (plaukimas, bėgimas), kur reikia minimaliai bendrauti; gali mesti ir sugauti kamuolį, bet sunkiai sekasi reikšminga varžybinė veikla.	6 - 8 metai
Vyresni kaip 17 metų	Gali nepriklausomai dalyvauti rekreacinėje veikloje, kurią patys visuomenėje pasirenka; dalyvauja įvairiose sporto šakose ir jų varžybose.	Gali dalyvauti visuomenės rekreacinėje veikloje ir specialiosiose fizinės veiklos programose tik kitiems padedant (asistuojant).	Vyresni kaip 10 metų

Pastaba. Parengta pagal Rimmer (1994), *Fitness and rehabilitation programs for special population*.

Mokslininkai Emck, Bosscher, Beek & Doreleijers, 2009; Goodway & Branta, 2003; Provost, Heimerl ir kt., 2007; Provost, Lopez ir kt., 2007; Wuang, Wang, Huang & Su, 2008 (cit. Favazza, 2013) ištyrė, kad lyginant su įprastos raidos bendraamžiais, vaikams su kompleksine negalia dažnai trūksta patirties pusiausvyros ir objekto manipuliavimo srityse. Turėdamas pagrindinius motorinius įgūdžius vaikas geba efektyviai ir paprastai judėti įvairiais būdais. Tuo pat metu vaikas gali būti fiziškai aktyvesnis ir įsijungti į bendrą veiklą su bendraamžiais. Tačiau Murphy & Carbone atlikti tyrimai rodo (Favazza ir kt., 2013), kad vaikai su negalia paprastai mažiau žaidžia su savo bendraamžiais ir yra linkę labiau užsiimti sėdima veikla dėl savo prastesnės sveikatos, to pasekoje sumažėja vaikų savigarba ir socialinis priėmimas, susijęs su neaktyvumu. Todėl labai svarbu suteikti pagrindus motoriniam vystymuisi ir pagrindinių motorinių įgūdžių formavimuisi, kurie svarbūs bendrai vaiko gerovei ir socialinei integracijai. Autoriai Brown ir kt., Iverson, Seymour, Reid & Bloom (cit. Favazza ir kt., 2013) nustatė, kad motoriniai įgūdžiai taip pat susiję su kitų sričių plėtra, pavyzdžiui, kalbos ir socialinių įgūdžių, todėl motorinio vystymosi sutrikimai ankstyvame amžiuje gali sukelti sunkumų kitose įgūdžių srityse.

Mokslininkų Hassan, Dowling, McConkey (2013) teigimu, norint motyvuoti vaikus turinčius intelekto sutrikimą didesniai fiziniui aktyvumui, derėtų išmanyti jų raidos ypatumus, kurie gali būti koreguojami fiziniais pratimais. Vaikai, turintys intelekto sutrikimą, sunkiau atsimena naujus dalykus, jie lėčiau mokosi, yra išsiblaškę. Tačiau jie geba eiti, lipti, bėgti, šokinėti, mesti, gaudyti, spirti. Judesių įgūdžiams formuoti reikia pradėti nuo elementarių, jiems suprantamų judėjimo būdų, laipsniškai pereinant prie sudėtingesnių. Nedera jų skubinti mokytis kažko naujo, reikėtų prisitaikyti prie jų mokymosi tempo, pateikiant logišką mokymosi seką. Sutrikusio intelekto vaikai pažangą daro lėtai, jiems sunkiau atlikti smulkius rankų judesius, dažnai neapskaičiuoja jėgos vienam ar kitam veiksmui atlikti, todėl svarbu tiksliai įvertinti teigiamus pokyčius bei neskubinti jų tobulėjimo proceso. Ugdymo procesas turi būti griežtos struktūros, tikslus ir vertinamas (Rėklaitienė, Navardauskienė, 2008).

Vaikai, turintys intelekto sutrikimą turi mažiau žinių, daro daugiau klaidų, nervinasi, todėl su jais reikia daug dirbti individualiai. Šie vaikai sunkiai supranta abstrakčią medžiagą, greitai pavargsta, o susidūrę su kliūtimis reiškia neigiamas emocijas. Kadangi jiems sunku sukaupti dėmesį klausyti ilgų užduoties aiškinimų, suvokti daugiau informacijos, yra tikslinga užduotis išskaidyti atskirais komponentais ir laipsniškai pereiti nuo žinomos prie nežinomos užduoties, kad ją suprastų ir įsimintų (Adaškevičienė, 2008).

Anot Winnick (2010) kai planuojamos fizinės veiklos vaikams su intelekto sutrikimu, mokytojas turi suprasti apie veiklas, sportą ir žaidimus, tinkančius šiems vaikams. Užsiėmimai turi būti įdomūs ir sudėtingėjantys. Jie bus neįdomūs, jei mokiniai nesupras nurodymų ir užduočių.

Reklaitienė (2012), remdamasi autoriais (Mazzoni ir kt., 2009; Harada & Siperstein, 2009; Wu ir kt., 2010; Lloyd ir kt., 2010) teigia, kad nieko nesugebančių sutrikusio intelekto vaikų nėra, tik reikia kryptingai organizuoti ugdomąją veiklą. Todėl būtinas sutrikusio intelekto moksleivių fizinės veiklos skatinimas. Mokytojai, eilę metų dirbę su sutrikusio intelekto moksleiviais, pastebi moksleivių teigiamą savęs vertinimą, gerėjančią nuotaiką, gerėjančią bendravimą.

Kartais galima išgirsti terminų ar apibūdinimų apie specialiųjų poreikių turinčius (Specialiosios olimpiados) sportininkus. Šie terminai apibūdina bruožus ar sąlygas, tačiau neapibūdina asmenybės. Lentelėje pateikiame kelias negalią turinčių asmenų charakteristikas ir rekomendacijas, kaip geriausia juos mokyti motorinių įgūdžių.

3 lentelė

Efektyvaus fizinio ugdymo strategijos

Sutrikimas	Charakteristikos	3 geriausios strategijos efektyviam fiziniam ugdymui
Negalia dėl intelekto sutrikimo	Informacijos suvokimas, mokymasis lėtesnis. Trumpai koncentruoja dėmesį. <input type="checkbox"/> Buvo nustatyta anksčiau, nei asmeniui sukako 18 metų.	Treniruoti trumpais intervalais <input type="checkbox"/> Dažnai kartoti (padeda įgauti įgūdį kaip įprotį) <input type="checkbox"/> Treniruojant kalbėti aiškiai, nes jis supranta viską pažodžiui.
Autizmas	Bendravimo sutrikimai <input type="checkbox"/> „savame pasaulyje“, bet dažniausiai viską suvokia aiškiai	Reikalauja rutinos <input type="checkbox"/> Pereinant nuo vienos veiklos prie kitos naudojant garsus, muziką. <input type="checkbox"/> Aplinka turi būti labai struktūrizuota, mažai blaškanti.
Dauno sindromas	Nuo vidutinio iki žymaus intelekto sutrikimo <input type="checkbox"/> Gaunamas genetiškai <input type="checkbox"/> Įsitikinti, ar žinote apie Atlanto axial sindromą prieš darant spaudimą kaklui ar galvai.	Nusistatyti aiškius tikslus <input type="checkbox"/> Naudoti akių kontaktą kalbant. Dirbti su vienu vaiku, pademonstruoti naują pratimą sukonzentruojant visą vaiko dėmesį. <input type="checkbox"/> Kartoti ir apžvelgti.

Pastaba: lentelė sudaryta remiantis Special Olympics Sports Sciences: Sport Psychology for Coaches.

Įvairiapusiai raidos sutrikimai

Šiai sutrikimų grupei priklauso: vaikystės autizmas; atipiškas (netipiškas) autizmas; Rett'o sindromas; Asperger'io sindromas; kitų įvairiapusių raidos sutrikimų.

Autizmas – vienas sunkiausiųjų vaikų raidos sutrikimų, pasireiškiantis būdingais kokybiniais, socialinio bendravimo, komunikacijos ir elgesio sutrikimais. Daugumos autizmui būdingų sutrikimų negalima išgydyti ar pakeisti (Mikulėnaitė, 2005).

Metodinėse rekomendacijose mokytojams ir švietimo pagalbos teikėjams (2011) teigiama, kad tokiems vaikams būdingas pasikartojantis stereotipinis elgesys (dažnai kartoja tuos pačius veiksmus), keistas kalbėjimas, jiems sunku mokytis kalbos bei tinkamai ją vartoti. Būtent negebėjimas tinkamai komunikuoti ir kelia daugiausia problemų šiems vaikams. Jų kalba kokybiškai skiriasi nuo normalios: negeba tinkamai perteikti jausmų, ji daugiau automatizuota, nelanksti. Kartais šiems vaikams būdinga echolalija – nevalingas, mechaniškas kito žmogaus žodžių ar garsų kartojimas, beprasmiškas žodžių ar frazių kartojimas. Įvairūs atlikti tyrimai rodo, kad vaikai autistai sunkiai supranta socialinę ir emocinę bendravimo prasmę. Jie negeba teisingai išsiaiškinti žmonių psichinės būsenos, jausmų, nesupranta pokštų, anekdotų, perkeltinės žodžių ar frazių prasmės, neperpranta melo, veidmainiavimo ir kt. Jie neadekvačiai reaguoja į jiems rodomą dėmesį bei jausmus, bendraudami su kitais nežiūri į akis, beveik nesinaudoja mimika ir pan. Dažnai autizmo paveikti vaikai turi ir kitų sutrikimų, tokių kaip plojimas rankomis, šokinėjimas ar sukimasis, jautrumas garsams, kvapams, skoniui, prisilietimams ar vizualiniams stimulams, save žalojantis elgesys, agresyvus elgesys, keista eisena ar poza – dažnai vaikšto pirštų galais.

Autizmo paveiktų vaikų mokymas (taip pat ir fizinė veikla) turi būti struktūrizuotas, nes vaikai teigiamai reaguoja į struktūrą. Taikomosios fizinės veiklos specialistai privalo struktūrinti ir organizuoti pratybas, kad autizmo paveiktiems vaikams būtų sudarytos galimybės lengviau orientuotis erdvėje, susikoncentruoti į fizinės veiklos užduotį, atskleisti visas savo stipriąsias puses, stiprinti silpnąsias (Wallace, 2008).

Autorių Auxter ir kt., (cit. Narvydė, 2012) teigimu, kūno kultūros pamokos ar fizinė veikla šiems vaikams turi būti sisteminės. Kiekvienas vaikas turėtų turėti atitinkamą pratimo atlikimo vietą pradėdamas veiklą, atlikdamas pratimus ir tuo pačiu principu dirbdamas namuose. Turėtų būti apibrėžta kiekvienų pratybų veiklos tvarka ir pratybos prasidėti tuo pačiu laiku. Jeigu fizinė veikla

pradedama grojant muzikai, tai kiekvienos pratybos turėtų prasidėti ta pačia daina ir, tik ją išmokus, gali būti keičiama kita. Jeigu mokomasi praktinių motorinių įgūdžių, klasės ar salės išdėstymas turi būti toks pats ir naudojamos tos pačios priemonės.

Kūno kultūros pamokų ar užsiėmimų tvarkaraštis turėtų būti sudaromas rūpestingai, tariantis su kitais pedagogais, dirbančiais su šiais vaikais, nes perėjimas nuo vienos veiklos prie kitos, ugdomosios aplinkos pasikeitimas vaikams yra labai svarbus. Metodinėse rekomendacijose (2011) akcentuojama, kad be galo svarbu užtikrinti galimybę mokytis jiems priimtinu komunikavimo būdu. Bendraujant turėtų būti taikoma ženklų, simbolių, piktogramų kalba, kurią jau yra įvaldę mokiniai.

2 skyrius. VAIKŲ, TURINČIŲ KOMPLEKSINĘ NEGALIĄ, KŪNO KULTŪRA

2.1. Kūno kultūros pamokų organizavimo ypatumai

Harmoningas fizinių ypatybių lavinimas padeda atskleisti vaiko gebėjimus, ugdyti dorovines vaiko savybes, stiprinti sveikatą, formuoti asmeninės kūno kultūros motyvus ir tikslus. Kadangi kiekvienas žmogus yra labai savita ir sudėtinga asmenybė, o fizinės ypatybės yra artimai tarpusavyje susijusios, sporto pedagogui būtina numatyti kiekvieno vaiko fizinio ugdymo perspektyvas, tikslą bei priemones tam tikslui įgyvendinti, pamokoje individualizuoti fizinio krūvio apimtį ir intensyvumą, tinkamai parinkti fizinius pratimus ir juos metodiškai suderinti tarpusavyje (Ivaškienė, 2002).

Vidutiniškai, žymiai ir labai žymiai sutrikusio intelekto vaikai mokosi lėtai, nedideliais žingsneliais (etapais), būtina daug kartų kartoti tą pačią informaciją, gebėjimą. Įtvirtinant gebėjimą būtina keisti priemonę, aplinką, kontekstą. Tai reiškia, kad jei vidutiniškai ar žymiai sutrikusio intelekto mokinys išmoko eiti gimnastikos suoleliu ir išlaikyti pusiausvyrą be prilaikymo, įgūdį galima laikyti tik tada visiškai išsiugdytu, jei mokinys gebės išlaikyti pusiausvyrą einant ir sumažintu atramos plotu arba einant gamtoje siauru taku. Toks aplinkos ir priemonių įvairinimo principas reikalauja iš pedagogo, planuojančio pamoką, išanalizuoti visas aplinkos galimybes. Dėl labai skirtingos vidutiniškai, žymiai ir labai žymiai sutrikusio intelekto vaikų ugdymosi charakteristikos, individualių ugdymo programų, šių mokinių ugdymosi pasiekimai *vertinami* ideografiniu principu, t. y. įvertinamas mokinio raidos pokytis, išsiugdytų gebėjimų lygis, bet vaiko pažanga nelyginama su kitų tos pačios ugdymosi pakopos mokinių gebėjimų plėtra. Pagrindiniai sėkmės kriterijai – žinių ir gebėjimų, numatytų individualioje programoje, įgijimas, didesnis savarankiškumas, pasitikėjimas savimi ir gebėjimas dalyvauti bendruomenės gyvenime.

Sutrikusio intelekto vaikai geriausiai atlieka jiems suprantamas, konkrečias nesudėtingas veiklas. Anot Rėklaitienės, Navardauskienės (2008) formuojant įgūdį, sutelkti vaiko dėmesį gali padėti įvairios pagalbinės priemonės. Taip veiksmingesnis tampa ir pats mokymosi procesas. Vienas iš veiksmingų vidutiniškai sutrikusio intelekto vaikų elgesio ir judėjimo įgūdžių mokymosi gerinimo metodų - paskatinimai, padrašinimai, atliekant stambiosios motorikos judesius bei formuojant elgsenos įgūdžius, neakcentuojant padaromų smulkių klaidų.

Lietuvos ugdymo institucijose pradinukų fizinis ugdymas vykdomas remiantis Pradinio ugdymo bendrųjų kūno kultūros programų (2008) nuostatomis. Vidutinį, žymų ir labai žymų intelekto sutrikimą turintiems vaikams fizinė veikla organizuojama remiantis pradinio ir pagrindinio ugdymo bendrųjų programų pritaikymo rekomendacijomis (2009) bei sudarant individualias

ugdymosi programas. Dirbdami su kompleksinę negalią turinčiais vaikais pedagogai atsižvelgia į šias rekomendacijas, tačiau jos ne visada gali būti pritaikomos, nes dažnai bendravimas su šiais vaikais yra sunkesnis, motyvacija sumažėjusi. Jie ne visuomet suvokia paliepiamus ir į juos reaguoja, todėl reikia ieškoti būdų, kaip sudaryti kūno kultūros dalyko programą, kad ji būtų kuo veiksmingesnė.

Pradinio ugdymo programoje (2008) teigiama, kad kūno kultūros paskirtis pradinėse klasėse - diegti sveikos gyvensenos įpročius, sudaryti sąlygas vaiko prigimčiai artima fizine veikla išreikšti savo individualumą, skatinti kūrybiškumą, ugdyti bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius, puoselėti olimpinės sporto vertybes. Kūno kultūra pradinėse klasėse turi sudaryti galimybę suprasti išlavinto, stipraus, sveiko, dailaus kūno ir grakščių judesių vertę, ugdyti fizinę ir dvasinę ištvermę, stiprinti valią, ryžtą, patirti judėjimo džiaugsmą.

Mokytojui keliamas uždavinys ne tik tinkamai parinkti ir konstruoti ugdymo turinį, bet ir ieškoti tokių jo pateikimo metodų ir būdų, kad turinys būtų prasmingas mokiniui ir, patiriant judėjimo džiaugsmą, formuotųsi fizinio aktyvumo poreikis.

Bendrosiose nuostatose fizinis aktyvumas aprašomas, kaip svarbiausias veiksnys, skatinantis organizmą augti ir tobulėti. Kiekviena judėjimo forma optimizuoja žmogaus ne tik motorikos, bet ir jo psichinės bei socialinės brandos vyksmą. Pradinių klasių mokiniai labai imlūs, judrūs, norintys pažinti pasaulį ir save, todėl šiuo amžiaus tarpsniu svarbu sudaryti sąlygas mokiniui patirti judėjimo džiaugsmą, skatinti jį būti fiziškai aktyvų.

Anot Poteliūnienės (2012), nors Pradinio ugdymo bendrųjų kūno kultūros programų uždaviniuose nėra akcentuojamas vaikų fizinių gebėjimų ugdymas, bet tikslinga fizinė veikla visuomet nukreipta ir į fizinių gebėjimų ugdymą - kartojant judesius, formuojami mokėjimai, atsiranda judėjimo įgūdis, kartu ugdomi ir fiziniai gebėjimai. Priklausomai nuo kartojimų skaičiaus, atlikimo laiko, darbo intensyvumo, poilsio pertraukų tarp atliekamų pratimų, ugdomi skirtingi fiziniai gebėjimai. Todėl mokytojas, siekdamas harmoningos vaiko raidos ir optimalaus vaiko organizmo funkcionavimo, užtikrinančio gerą vaiko sveikatą, turi išsiaiškinti, kokios yra vaiko fizinės galios, ir parinkti tam tinkamas fizinio ugdymo priemones. Todėl jis turi žinoti, kaip galima ugdyti tam tikrus vaiko fizinius gebėjimus, kas vyksta organizme, kai tam pačiam pratimui atlikti naudojami skirtingi metodai.

Specialiosios olimpiados treneriams skirtoje literatūroje yra pateikiamos instrukcijos, kaip geriausia sutrikusio intelekto asmenis mokyti judėjimo, sporto šakų įgūdžių. Nepriklausomai nuo įgūdžių tipo, pagrindiniai lygiai instrukcijoje yra: žodinė instrukcija, demonstravimas, fizinis paskatinimas ir fizinė pagalba. Svarbu nustatyti metodus, kurie geriausiai tinka sportuojančiajam.

Pavyzdžiui, vienam sportininkui gali užtekti tik žodinio nurodymo mokantis įgūdžių, o kitam reikės pademonstruoti judesį ir fiziškai padėti jį atlikti.

Žodinė instrukcija - yra labiausiai paplitusi mokymo forma ir turėtų būti naudojama pirmiausia pristatant naują judesį. Visą laiką kalbėkite aiškiai ir nuosekliai, užduotį pateikite trumpais, esminiais žodžiais. Pavyzdžiui, jei sakome „mesk į krepšį“, visuomet kartojame tą patį „mesk į krepšį“, o ne „šauk į krepšį“ ar „sviesk į krepšį“. Kalbėkite aiškiai, glaustai, nuosekliai.

Demonstravimas - šis lygis yra universalus ir naudojamas tuomet, kai sportuojančiajam yra per sunku suprasti žodinę instrukciją. Tuomet judesys yra pademonstruojamas. Naujam judesiui mokytis efektyviausia yra susieti žodinę instrukciją su demonstravimu.

Fizinį paskatinimą (paragininimą) geriausia naudoti tuomet, kai neveikia žodinė instrukcija ir demonstravimas. Patariama paliesti sportuojantįjį, kad jį padrąsintume atlikti teisingą judesį. Paraginant yra gerai kartu naudoti žodinę instrukciją ir demonstravimą.

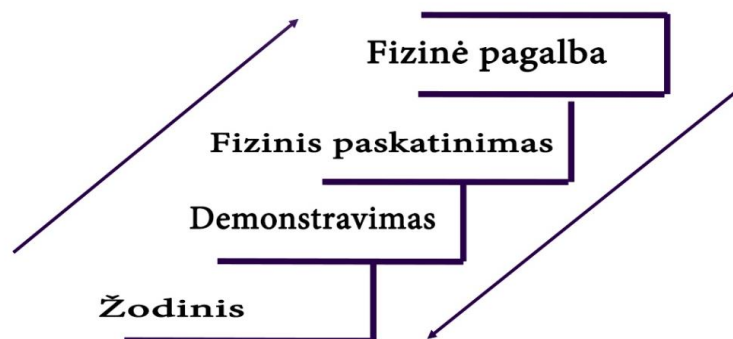
Fizinė pagalba yra naudojama tuomet, kai visi kiti instrukcijų lygiai buvo panaudoti. Šis lygis reikalauja fiziškai judėti kartu su sportininku, pastatant jį į pradinę padėtį, kartu su juo atliekant judesį ir užbaigiant jį iki galo. Šis metodas turėtų būti naudojamas atsargiai, ypač, jei sportuojantysis yra žemesniame įgūdžių lygyje arba jis nemėgsta būti liečiamas.

Bendrosios gairės, siekiant efektyvaus sporto įgūdžių mokymo:

1. Trumpai paaiškinti naują judesį.
2. Suskaidyti judesį į mažesnius, paprastesnius veiksmus, kad vaikas patirtų sėkmę.
3. Trumpai pademonstruoti judesį.
4. Leisti vaikui kartoti paprastesnius judesius.
5. Palaipsniui sujungti paprastus judesius į vientisą judesio kombinaciją.

Atidžiai stebėkite sportininką visą judesio atlikimo laiką, kad galėtumėte laiku suteikti grįžtamąjį ryšį ir pastiprinimą. Leiskite jam toliau tobulinti judesius, jeigu jis ištaisė klaidas ir judesius atlieka tinkamai. Svarbu, kad atletas jaustųsi pasitikintis savimi ir galintis tai atlikti.

Instrukcijų lygiai



2 pav. Pagrindinių judėjimo įgūdžių mokymo instrukcijų lygiai, remiantis „Special Olympics Coaching Guide“ (2007).

Fizinė veikla pradinėse klasėse skirta padėti vidutinę ir žymią intelekto negalią turintiems vaikams tausoti bei stiprinti jų sveikatą, formuoti motorikos įgūdžius, ugdyti gebėjimą juos taikyti įvairiomis sąlygomis, palaikyti ir žadinti mokinių norą imtis aktyvios fizinės veiklos, suteikti žinių apie asmens ir fizinės veiklos higieną, fizinių pratimų reikšmę žmogaus sveikatai, sveikos gyvensenos pagrindus, teikti korekcinę pagalbą siekiant pašalinti ar sušvelninti psichofizinio vystymosi spragas ar sutrikimus, puoselėti mokinių bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius⁵.

Atlikus 10.000 buvusių Specialiosios olimpiados atletų apklausą mokslininkai Ewing & Seefeldt; Seefeldt, Ewing & Walk (cit. Special Olympics sports sciences, 2014) nustatė, kad pagrindinė priežastis, kodėl atletai sportavo, buvo smagūs ir linksmi žaidimai tobulinant įgūdžius, kurie buvo svarbiau nei pats laimėjimas. Sportas yra daug malonesnis, kai sportininkų veikla skatinanti, besikeičianti ir įdomi. Žaidimai geriau negu bet kokie pratimai mobilizuoja vaikų fizinę jėgą, valią, emocijas, mažina nuovargį, stimuliuoja organizmo darbingumą.

2.2. Vaikų, turinčių kompleksinę negalią, fizinių gebėjimų vertinimas kūno kultūros pamokose

Mokytojo tikslas - ne tik mokyti judesių, skatinti judėjimo poreikį, bet, ir kaitaliojant fizinių krūvį, siekti, kad gerėtų vaiko fizinis parengtumas ir sveikata. Pradinio ir pagrindinio ugdymo bendrųjų programų nuostatose (2009) teigiama, kad prigimtinių fizinių galių vertinti nereikėtų, bet, ugdydamasis judėjimo, fizinio parengtumo ir suvokimo gebėjimus, mokinys gali padaryti pažangą, patobulėti, todėl vertinamas ne pasiektas rezultatas, o padaryta pažanga. Norint nustatyti, kaip

⁵ Pradinio ir pagrindinio ugdymo bendrųjų programų pritaikymo rekomendacijos specialiųjų poreikių mokinių, turinčių vidutinį, žymų ir labai žymų intelekto sutrikimą, ugdymui. 2009.
http://portalas.emokykla.lt/Documents/Metodiniai%20leidiniai/SPPC/prad_pagrBP_spec.p

mokiniais sekasi siekti asmeninės pažangos, siūloma **rudenį ir pavasarį** atlikti **fizinio parengtumo testus**, kurie parodytų asmeninius ugdytinio fizinio parengtumo pokyčius, padėtų mokiniui geriau pažinti savo pranašumus ir trūkumus.

Aptariant kūno kultūros pamokų vertinimą, teigiama, kad kiekvienam žmogui būdingas savitas brandos tempas. Dažnai to paties amžiaus vaikai skiriasi savo fiziniu išsivystymu, sveikata, fiziniu pajėgumu ir fiziniu parengtumu. Mokinys turi žinoti kodėl, kaip ir už ką jis yra vertinamas. Kūno kultūros pamokų metu pradinėse klasėse taikomas kriterinis žinių ir gebėjimų vertinimas, grindžiamas individualios pažangos (idiografiniu) principu. Vertinant fizinius mokinių gebėjimus, būtina atsižvelgti į individualias kiekvieno mokinio galimybes, todėl vertinant būtina remtis individualia kiekvieno mokinio pasiekta pažanga.

Vyresniems nei 8 metai pradinėse klasių mokiniams Lietuvoje taikomas bene vienintelis fizinių ypatybių testas, kurį sudaro penki fizinių ypatybių ir funkcinio pajėgumo komponentai. Tai Lietuvos kūno kultūros ženklo programa „Augti ir stiprėti“⁶.

Lietuvoje, kompleksinę negalią turintys mokiniai kūno kultūros pamokose yra vertinami individualiai, remiantis jiems sudarytų individualizuotų programų tikslais ir uždaviniais.

Mokslininkai Skowroński, Michael Horvat, Joe Nocera, Glenn Roswal (2009) pateikia išvadas apie atliktą tyrimą, kurio metu buvo taikomas Specialusis eurofito testo taikymas sutrikusio intelekto vaikams nuo 7-17 metų Lenkijoje. Šis testas - dešimt metų vykusio Sporto tyrimų ekspertų komiteto (Committee of Experts for Sports Research) organizuoto projekto, tyrusio jėgą, greitį, lankstumą ir pusiausvyrą, rezultatas. Eurofito testas buvo modifikuotas ir atlikti pakeitimai įvertinus pilotinio tyrimo rezultatus. Į testavimą nebuvo įtraukti išvermės testai dėl ribotų dalyvių fizinių galimybių, nepakankamos motyvacijos atlikti testus, nesugebant suprasti užduoties svarbos. Tai ankstesniuose tyrimuose aprašė Croce & Horvat, Montgomery (cit. Skowronski, 2009). Tyrėjai Skowronski ir kt. teigia, kad Specialusis EUROFITO testas yra gerai sukonstruotas psichomotorinis testas, kuris pakankamai objektyviai išaiškina fizinio pajėgumo skirtumus tarp asmenų, kuriems nustatytas lengvas, vidutinio sunkumo ir sunkus intelekto sutrikimas. Tyrimo rezultatai parodė, kad neįgalumo lygis paveikia tyrimo rezultatus. Specialusis EUROFITAS galėtų išskirti atlikimo lygmenis, todėl rekomenduojamas naudoti įvertinant žmonių su intelekto negalia motorinius įgūdžius, jėgos, pusiausvyros, raumenų išvermės, greičio ir lankstumo srityse. Tačiau šio testo metodikos ir jo pritaikymo praktikoje rasti nepavyko.

⁶ Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerijos ir Kūno kultūros ir sporto departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2003 m. gruodžio 24 d. įsakymu Nr. ISAK-1882/445

Anot Winnick (2010), vaikams su intelekto sutrikimais motorinės būklės įvertinimas yra būtinas. Gali būti naudojami standartizuoti testai, taikomi įprastos raidos vaikams, arba šie testai gali būti modifikuoti ir pritaikyti intelekto negalią turintiems vaikams.

Vaikams, kuriems reikalinga didelė pagalba atliekant testus, dažnai sekasi atlikti fizinės būklės, motorikos, motyvacijos ir supratimo standartizuotus testus. Winnick rekomenduoja vaikams su dideliais specialiaisiais ugdymo poreikiais taikyti fizinės veiklos užduočių analizę ar kitas priemones, kaip alternatyvą standartizuotiems testams fizinio parengimo, motorinių gebėjimų ištyrimui. Galimi alternatyvūs matavimai, susiję su mokytojų sukurtomis analitinėmis vertinimo skalėmis. Kad išmatuotume šios grupės fizinius gebėjimus galima panaudoti vertinimo lapus.

Apibendrinant galima teigti, jog yra svarbu vienokiu ar kitokiu būdu įvertinti vaikų su kompleksine negalia motorinius gebėjimus.

2.3. Specialioji olimpiada

Specialiosios olimpiados tarptautinis komitetas yra ne pelno siekianti organizacija, kuri nuo 1968 metų iki šių dienų yra didžiausia pasaulyje organizacija, skirta sutrikusio intelekto asmenims. Eichstaedt & Lavay (1992) pažymi, kad Specialiosios olimpiados (SO) judėjimas yra pagrįstas tikėjimu, kad sutrikusio intelekto žmonės gali, atitinkamai juos instruktavus ir paskatinus, mokytis, džiaugtis ir gauti naudos iš dalyvavimo individualiame ir komandiniame sporte. SO sąjūdžio idėja teigia, kad reguliari sportinė veikla yra sportinių įgūdžių raidos pagrindas, o varžybos tarp sutrikusio intelekto asmenų lygių gebėjimų pagrindu labiausiai atitinka šių sportinių įgūdžių testavimo reikšmę, vertinimo vyksmą ir suteikia tikslą asmeninei raidai.

Susidomėjimas Specialiosios olimpiados renginiais kasmet auga, todėl 2013 metais dalyvių skaičius visame pasaulyje buvo 4 milijonai 427 tūkstančiai iš 170 šalių, kuriuos varžyboms parengė 360 tūkstančių trenerių. Kasdien pasaulyje vyksta 222 Specialiosios olimpiados sporto renginiai (Special Olympics Reach Report 2013 Summary). Lietuvos specialiosios olimpiados komiteto ataskaitoje (2013) nurodoma, kad Lietuvoje 2012 metais sporto veiklose dalyvavo 2516 atletai, iš kurių 617 moterys. Juos varžyboms rengė 42 treneriai.

Specialiosios olimpiados programos yra sudarytos norint sukurti sąlygas sportuoti asmenims su intelekto sutrikimais. Tokio pobūdžio programos dažnai yra individualios, kadangi sutrikusio intelekto žmogus paprastai negali dalyvauti visose fizinio aktyvumo programose. Tai sąlygoja jų silpnesnę širdies ir kraujagyslių sistema bei didelis nutukusių asmenų skaičius. SO daro teigiamą poveikį, kadangi SO programų dalyviai pasižymi aukštesniu savigarbos, pasitikėjimo savimi, bendrų

socialinių įgūdžių ir savęs suvokimo lygiu. Ekspertai ir tėvai tiki, jog sportininkų, dalyvaujančių Specialiojoje olimpiadoje, prisitaikymas prie visuomenės ir gyvenimo kokybė gerėja, taip pat vystosi socialiniai ryšiai su įtrauktais į SO šeimos nariais. Be to, yra ugdomas ir teigiamas visuomenės požiūris apie asmenis su intelekto sutrikimais (Farrell ir kt., 2004).

Lietuvos specialiojo olimpinio komiteto internetiniame puslapyje teigiama, kad Specialiosios olimpiados žaidynėse gali dalyvauti visi asmenys, kuriems iki 18 metų yra nustatytas intelekto sutrikimas. Specialiosios olimpiados sportininkai gali dalyvauti keliose organizuojamose sporto programose ir yra skatinami dalyvauti reguliariose sportinėse veiklose. Tarptautinis Specialiosios olimpiados komitetas rekomenduoja, kad sportininkai dalyvautų ir varžytųsi tik vienoje sporto šakoje vieno sezono metu, nors jie skatinami dalyvauti ir daugelyje rekreacinės veiklos rūšių. Tarptautinis Specialiosios olimpiados komitetas, remdamasis Amerikos SI asociacija, yra parengęs vadinamojo tinkamumo specialiajam olimpiniam sąjūdžiui apibrėžimą: specialiame judėjime gali dalyvauti asmuo, kurio intelekto sutrikimas yra protinis atsilikimas, esant IQ žemiau 70 – 75, esant ribotiems sugebėjimams dvejose ar daugiau veiklų (jų yra 10: bendravimas, socialiniai įgūdžiai, apsitarnavimas kasdieniniame gyvenime sveikatos sferoje, darbas buityje, laisvalaikio sferoje – nedaras, sprendimų, sveikatos ir saugumo sferoje, veiklos kryptingumas, mokslas, visuomeninė veikla, darbas) ir tai pasireiškiant iki 18 metų.

Specialiojoje olimpiadoje vykdomos 45 sporto šakų programos.

Oficialiame Lietuvos specialiosios olimpiados komiteto puslapyje skelbiama, kad Specialioji olimpiada pradėjo kurtis tada, kai Josefo (*Joseph*) ir Rozos (*Rose*) Kenedžių šeimoje gimė mergaitė su intelekto negalia. Seseriai Eunice Kennedy Shriver atrodė labai svarbu, kad tokiems vaikams būtų suteikiama galimybė užsiimti fizine veikla, pagal galimybes sportuoti ir žaisti įvairius aktyvius žaidimus. Ji tikėjo, kad, jei yra sukuriama atitinkama aplinka ir sudaromos tinkamos galimybės, šie asmenys gali daug pasiekti. Nuo 1963 iki 1968 metų įkurtas Joseph P. Kennedy fondas drauge su Amerikos sveikatos, fizinio lavinimo ir rekreacijos aljansu (*American Alliance for Health, Physical Education and Recreation*) suteikė finansinę paramą žmonių, susidomėjusių sutrikusio intelekto asmenų ugdymu, veiklai. Taip pat buvo finansuojami universitetų, bendruomenių ir privačių organizacijų projektai sutrikusio intelekto asmenų ugdymui, atliekami tyrimai ir kuriamos fizinio, sveikatingumo bei specialios sporto programos. 1968 metais, Brace (cit. Lietuvos Specialiosios olimpiados komitetas) įvertinus pradines mokyklas lankančių sutrikusio intelekto vaikų galimybes dalyvauti kūno kultūros pratybose, paaiškėjo, kad trečdaliui šių vaikų nevyksta jokios organizuotos kūno kultūros pamokos. Atlikus tyrimus 335 mokyklose 21 JAV valstijoje, duomenų analizė parodė, kad 45 % mokinių, turinčių lengvą protinio sutrikimo laipsnį, visai nevyko kūno kultūros lavinimo

pamokos, t. y. jie buvo išbraukti iš bet kokios fizinės veiklos ir tik 25% tokių mokinių vyko kūno kultūros pamoka vieną valandą per savaitę. 1968 metais Joseph P. Kennedy fondas iš Čikagos gavo pasiūlymą suorganizuoti sutrikusio intelekto asmenų lengvosios atletikos varžybas. Varžybų organizavimui fondas skyrė 20000 JAV dolerių, tačiau pareikalavo, kad šalia lengvosios atletikos varžybų vyktų ir plaukimo varžybos, būtų laikomasi graikų olimpiados principų. Taigi, 1968 metų liepos 19–20 dienomis Čikagoje įvykusios varžybos yra laikomos pirmosiomis tarptautinėmis vasaros Specialiosios olimpiados žaidynėmis. Jose dalyvavo daugiau kaip 1000 jaunuolių iš 26 JAV valstijų, Kolumbijos ir Kanados, kurių amžius svyravo nuo 8 iki 17 metų. Per dvi dienas įvyko 200 varžybų ir buvo surengti keli seminarai. 1968 metais buvo sukurtas Specialiosios olimpiados tarptautinis komitetas (ne pelno siekianti organizacija), kurio funkcijos buvo ne tik surengti Specialiosios olimpiados žaidynes, bet ir skatinti sutrikusio intelekto fizinio pajėgumo, sveikatingumo ir treniravimo programų kūrimą.

Specialioji olimpiada skatina sutrikusio intelekto asmenis dalyvauti sportinėje veikloje ir siekti gerų rezultatų. Tai gerina ne tik jų fizinę būklę, motorinių įgūdžių formavimąsi, didesnį pasitikėjimą savimi, bet ir socialinę jų integraciją. Didelį susidomėjimą sportu rodo augantis Specialiosios olimpiados dalyvių skaičius, kuris 2008 metais buvo 3 mln. dalyvių iš 180 šalių, o 2014 metais dalyvių skaičius išaugo iki 4,4 mln⁷.

Atlikus literatūros analizę pastebima, kad kompleksinę negalią turintiems vaikams fizinė veikla, sportas ar bet koks kitas fizinis aktyvumas yra labai svarbus. Laiku pastebėjus raidos sutrikimus ir taikant tinkamas fizinio ugdymo, reabilitacijos programas, sutrikusios raidos vaikai greičiau sustiprina savo fizinius gebėjimus ir gali tikslingai lavinti pagrindinius judesius bei ruoštis sudėtingesniau bendrųjų judėjimo įgūdžių tobulinimui. Vienintelė sporto organizacija, vienijanti sutrikusio intelekto asmenis ir suteikianti jiems galimybes varžytis sportinėse rungtyse, yra Specialioji olimpiada.

2.4. Specialiosios olimpiados programa „Jaunieji atletai”

Programa Specialiajai olimpiadai sukurta Jungtinėse Amerikos Valstijose 2006 metais, bendradarbiaujant su New Jersey Medicinos ir odontologijos universiteto mokslininkais. Lietuva, kaip programos dalyvė prisijungė 2013 metais. Specialiosios olimpiados ataskaitos duomenimis 2012 metais visame pasaulyje šios programos dalyviais buvo 65.806 specialiųjų poreikių vaikai, o

⁷ <http://www.specialolympics.org/history.aspx>

2013 metais dalyvių skaičius ūgtelėjo iki 86.330. Tai tik įrodo šios programos populiarumą visame pasaulyje. SO programa „Jaunieji atletai“ yra skirta 2 iki 8 metų sutrikusios raidos vaikams ugdyti.

Tai nauja sportinė – žaidiminė programa, kuri supažindina vaikus su sporto pasauliu. Kadangi Specialiojoje olimpiadoje vaikai gali dalyvauti tik nuo 8 metų, ši programa buvo sukurta sutrikusios raidos vaikus auginančių tėvelių, kurie ieškojo įvairių būdų prisijungti prie SO judėjimo, prašymu.

Favazza, Zeisel, Parker & Leboeuf (2011) pažymi, jog mokymo programa „Jaunieji atletai“ apima sporto užsiėmimus ir žaidimus vaikams septyniose skirtingose motorinėse srityse: pagrindinių gebėjimų, tokių kaip - vizualinio stebėjimo ir motorinės imitacijos, taip pat - ėjimo/bėgimo, pusiausvyros/šokinėjimo, sulaikymo/sugavimo, metimo, smogimo ir spyrimo. Šie įgūdžiai atspindi 3 motorinių gebėjimų vystymosi sritis: pagrindiniai įgūdžiai, lokomocijos ir objekto manipuliavimo įgūdžiai. Motoriniai įgūdžiai, reikalaujantys liemens valdymo ir pusiausvyros palaikymo, yra sėdėjimas, klūpojimas ir stovėjimas ant vienos kojos. Lokomocijos įgūdžiai apima judėjimą įvairiais būdais, t. y. ėjimas, bėgimas, šuoliavimas ir šokinėjimas. Objekto manipuliavimo įgūdžiai yra susiję su rankų ir kojų panaudojimu manipuliuojant objektą ir apima tokius įgūdžius kaip kamuolio ridenimas, kamuolio pagavimas, kamuolio išmetimas ir kamuolio spyrimas.

Vaikai turi daug galimybių panaudoti visus šiuos įgūdžius per užsiėmimus „Jaunieji atletai“ mokymo programoje, kuri yra suskirstyta į 7 motorinių įgūdžių dalis. Be to, paskutinė dalis apima visų motorinių įgūdžių patikrinimą ir sujungia juos su tradiciniais sporto įgūdžiais, reikalingais pradedant žaisti mažąjį futbolą, krepšinį ar tinklinį. Pedagogai skatinami naudotis šia programa bent 3 kartus per savaitę, 30 minučių per užsiėmimą, skiriant 1-2 savaites kiekvienai motorinių įgūdžių daliai. Kiekvienas užsiėmimas/pamoka sudarytas iš apšilimo dainelės (4-5 min) ar žaidimo parašytu, judriųjų žaidimų ir judėjimo įgūdžių mokymo (20 min) ir užbaigimo žaidimo ar dainelės, skirtos sportininkų atvėsimui (4-5 min).

Programa suskirstyta į 7 motorinių įgūdžių dalis:

1 savaitė: pagrindiniai judėjimo įgūdžiai (dainelė judant su skarelėmis; žaidimas su skarelėmis; triušiuo šuoliukai; kirmėliuko judesys; „tiltai ir tuneliai“; kliūčių ruožas; sporto užsiėmimo pabaigos daina „jei patinka ši dainelė - daryk taip“).

2 savaitė: ėjimas ir bėgimas („sek paskui lyderį“; eik pristatomu žingsneliu; bėgimo stiliai: lėtai, greitai, atbulomis; bėk ir nešk).

3 savaitė: pusiausvyros lavinimas ir šokinėjimas (žaidimas „mokytojas sako“; pusiausvyros suoliukas; ėjimas kliūčių ruožu žeme; lipimas, užšokimas ant pažymėtos vietos; „varlės“ šuoliukai; pašokimas aukštyn per lazdelę, virvelę).

4 savaitė: stabdymas ir gaudymas (futbolo kamuolio sustabdymas koja, didelio kamuolio gaudymas; pupų maišelio metimas ir gaudymas; pagavimas kamuolio iš aukštai).

5 savaitė: metimas (kamuolio ridenimas vienas kitam; gaudymas dviem rankomis, metimas iš apačios ir iš viršaus; metimas atstumui; metimas tikslumui).

6 savaitė: atmušimas, smūgiavimas (kamuoliuko smūgiavimas ranka, mušinėjimas į žemę, smūgiavimas iš šono rakete, teniso pradžiamokslis).

7 savaitė: spyrimas (spyrimas atstumui, mokymasis spirti į vartus, spyris tikslumui).

8 savaitė: visų įgūdžių kartojimas ir tobulinimas (kamuolio mušimas į žemę ir pagavimas; driblingas; magiškų skarelių gaudymas ranka, koja, galva; šuoliavimas, strikinėjimas).

Aramavičiūtė, Jasiūnaitė (2011) apibūdina žaidimo vaikystėje svarbą ir teigia, kad žaidimas yra daugiareikšmis fenomenas, turintis įvairiopus įtakos vaiko asmenybei. Žaidimas ikimokykliniame amžiuje – reikšmingas malonumų, džiaugsmo, linksmybių šaltinis, teikiantis kūno ir dvasios pasitenkinimą: asmeninį, tarpasmeninį, vaidybinį, estetinį, moralinį, kūrybinį, vidinį. Išplėsdamas vaiko džiaugsmingos patirties lauką žaidimas tampa didele vertybe, lemiančia tiek vaiko socialinę, tiek individualią raidą. Žukauskienės teigimu (2012), žaisdami vaikai įgyja naujų sugebėjimų, įgūdžių, socialinės patirties, vertybių, o, sprenddami sudėtingas užduotis, ugdo savo motorinius sugebėjimus.

SO „Jaunieji atletai“ programoje žaidimai užima ypatingą vietą. Joje pateikiami keletas žaidimų, tinkančių sutrikusio intelekto vaikų ugdymui. Pateikiame jų aprašymus:

- **Skarelių žaidimas**

Skatinkite vaiką sekti skarelės judesius galva/akimis. Pametėkite skarelę ir skatinkite vaiką paliesti ją ranka, galva, koja, alkūne ir t.t.

- **Sporto daina** (naudoti mėgstamos dainos melodiją)

Skatinkite vaiką atlikti dainoje minimus veiksmus. Naudokite judesius, kuriuos vaikas atliko spontaniškai. Stebėkite, ar kartojami dainoje minimi judesiai.

- **Jei laimingas tu esi, taip daryk...**

Padainuokite gerai žinomą ritmingą dainą ir skatinkite vaiką kartoti judesius. Bandykite plojimą pakeisti trepsėjimu, pilvo glostymu, kūno judesiu, plekšnojimu per galvą ir pan.

- **Aš stebiu mažomis akimis**

Žaidėjas pasako daikto, kurį mato, pavadinimą, ir kiekvienas varžosi (juda) daikto link eidamas, bėgdamas, ropodamas. Žaidimas pajvairinamas įvardijant daikto požymius (spalvą, formą ir pan).

Jei daikto spalva mėlyna, kiekvienas dalyvis gali pasirinkti kitą mėlyną daiktą. Dalyviai gali rungtyniauti poromis.

- **Kliūčių ruožas**

Skatinkite verbalinių įgūdžių lavinimą atpažįstant bei įvardijant spalvas, skaičiuojant veikloje naudojamus objektus. Paprašykite vaiko įvardinti daiktą, pasakant daikto pavadinimą, spalvą ir skaičių. Pastatykite kūgį, lanką ar kt. priemonę ir žaiskite sekimo žaidimą. Dainuokite ir skanduokite judesius, kuriuos darote, pvz.: ant/po, aplink/tarp, greičiau/lėčiau.

- **Sek paskui lyderį**

Žaisdami sekimo žaidimą skatinkite vaiką kartoti judesius, atlikti rodomus veiksmus, vaikščioti įvairiais būdais (lėtai, greitai ir t.t.) ir kelti įvairias savo kūno dalis (rankas aukštyn/žemyn, į priekį ir pan.).

- **Varlės šokinėjimas/šokinėjantys driežai**

Kad vaikas išmoktų šokinėti kaip varlę, paprašykite jo, kad jis šokinėtų nuo vienos pažymėtos vietos ant kitos. Kad vaikas atliktų šokinėjančių driežų pratimą, paprašykite jo, kad išibėgėjęs pašoktų į orą ar užšoktų ant pažymėtos vietos.

- **Magiškas važinėjimas antklode (paklode, kilimu)**

Patieskite antklodę (paklodę, kilimą ar kitą medžiagos gabalą) ant žemės.

Vaiką pasodinkite gale antklodės ir duokite jam įsikibti į jos kraštus. Paimkite kitą antklodės galą, esantį priešais vaiką ir švelniai bei lėtai tempkite antklodę su vaiku. Kai vaikas išmoks laikyti pusiausvyrą, nebijos ir pasijus patogiai, tempkite didesniu greičiu.

4 lentelė

Specialiosios olimpiados programos „Jaunieji atletai” fizinės veiklos

Pratimas	Atlikimas
	Pirma savaitė: pagrindiniai įgūdžiai
Tunelis	Vienas žaidėjas suformuoja tunelį liesdamas kojomis ir rankomis žemę arba klupėdamas ant kelių. Kitas žaidėjas šliaužia, šoka, vaikšto ar bėga per tunelį.
Tiltai	Vienas žaidėjas suformuoja tiltą (kojos ir rankos atremtos į žemę, kūnas pakeltas į viršų). Kitas žaidėjas šliaužia, šoka, vaikšto ar bėga po tiltu.
	Antra savaitė: ėjimas ir bėgimas
Sekti pėdsakais	Skatinkite vaiką eiti takeliu, kuris pažymėtas figūromis, lankais.

Žingsniavimas į šonus	Skatinkite vaiką šokinėti į dešinę ir į kairę skirtingomis figūromis. Figūros gali būti išdėliotos kelių pėdų atstumu, kad judesius būtų galima atlikti į skirtingas puses.
Bėk ir nešk	Skatinkite vaiką nubėgti atstumą ir paimti daiktą nuo žemės bei grįžti atgal. Kartokite kelis kartus išvermei lavinti.
Kliūčių ruožas	Padėkite kūgius, žymeklius, lankus, lazdeles ir kitas priemones ant grindų ir leiskite vaikui eiti, ropoti, lipti, šokti ar bėgti per/aplink šias kliūtis. Pradėkite skirdami paprastas užduotis ties kiekviena kliūtimi. Vėliau užduotis keiskite ir sunkinkite.
Įvairūs bėgimai	Parodykite įvairius bėgimo stilius (bėgti lėtai, bėgti greitai, bėgti atbulomis ir kt.) Pasirinkite komandą, kuri patinka vaikui (pvz.: švilpimas, rankų suplojimas, žodžiai „Dabar“ ar „Keičiam“). Kiekvieną kartą, kai duodate komandą, vaikui reikia pakeisti bėgimo stilių.
Trečia savaitė: pusiausvyra ir šokinėjimas	
„Treneris“ sako	Paprašykite vaiko, kad kartotų jūsų judesius ir skirtingas kūno pozicijas. Paraginkite vaiką atlikti užduotis, kurioms atlikti reikalinga pusiausvyra, pvz.: stovėti ant pirštų galų ar ant kulnų, stovėti, kai viena koja prieš kitą koją, stovėti ant vienos kojos.
Pusiausvyros suoliukas	Paprašykite vaiko eiti tiesia linija šalia virvės ar suoliuko. Kai vaikas nebesvyruos eidamas tiesia linija, leiskite jam eiti per virvę ar suoliuką.
Lėtas kamuolio sustabdymas koja	Paprašykite vaiko padėti vieną koją ant kamuolio ir išlaikyti pusiausvyrą prieš jį spiriant. Kai vaikas sugebės tai atlikti, paprašykite koja sustabdyti lėtai atriedantį kamuolį.
Lipimas ir šokinėjimas	Paprašykite vaiko užlipti ant pusiausvyros suoliuko ir nušokti nuo jo. Kai vaikui pavyks atlikti šią užduotį, paprašykite: užšokti ant pažymėtos vietos; nušokti nuo aukščiau esančių paviršių.
Šokinėjimas aukštyn	Paprašykite vaiko peršokti per lazdelę, virvę ar pažymėtą vietą. Jei vaikas nesugeba pašokti į viršų, pirmiausia treniruokite jį nušokti nuo paviršių žemyn.
Ketvirta savaitė: stabdymas ir gaudymas	
Lėtas įvartis	Paprašykite vaiko, kad jis atsistotų tarp dviejų pastatytų kūgių, kurie suformuoja vartus. Pratimo tikslas, kad vaikas išmokytų rankomis

	sustabdyti kamuolį, kol jis dar neįriedėjo į vartus.
Lėtas ridenimas ir stabdymas	Atsisėskite priešais vaiką išžergtomis kojomis, kad jūsų pėdos liestųsi ir susiformuotų rombo forma. Ridenkite kamuolį vienas kitam, gaudykite/stabdykite jį rankomis. Pabandykite pakartoti šį pratimą atsiklaupus ar stovint.
Didelio kamuolio gaudymas	Atsistokite priešais vaiką ir perduokite jam kamuolį. Pakartokite kelis kartus, perduodami kamuolį vis greičiau. Vėliau vaiko paprašykite, kad jis kamuolį atimtų iš jūsų rankų. Tada paprašykite, kad jis/ji atmuštų kamuolį, kai jis pasieks jo/jos rankas. Kartokite šį pratimą tol, kol vaikas išmoks mesti kamuolį aukštyn.
Pupų maišelio gaudymas	Stovėkite veidu į vaiką ir kartokite „didelio kamuolio“ sugavimo veiksmą naudodami pupų maišelį. Padrąsinkite vaiką, kad gaudytų maišelį viena ranka.
Kamuolio sugavimas iš aukštai	Klūpokite veidu į vaiką, esantį maždaug už 3 pėdų. Atsargiai meskite paplūdimio ar didesnį kamuolį vaikui ir padrąsinkite jį gaudyti iškeltais (ištiestais) pirštais. Būkite tikri, kad metimas atliktas pradedant nuo krūtinės lygio ir ištiesus pirštus. Tęskite atsitraukiant vis toliau ir kaitaliojant metimus aukštai ir žemai.
Atšokančio kamuolio gaudymas	Atsisukite veidu į vaiką ir meskite paplūdimio ar kitokį kamuolį taip, kad vaikas galėtų atšokantį kamuolį pagauti nejudėdamas. Tęskite atsitraukiant ir didinant atstumus bei naudojant mažesnius kamuolius.
	Penkta savaitė: metimas
Lėtas ridenimas	Sėdėkite ant žemės ištiestomis kojomis ir ridenkite kamuolį pirmyn-atgal. Tęskite šią veiklą pusiau sulenktais keliais ar stovint. Padrąsinkite vaiką, kad ridentų kamuolį stovėdamas ir įridentų kamuolį į vartus (pastatyti 2 kūgelius).
Metimas iš apačios dviem rankomis	Padrąsinkite vaiką, kad stovėtų sulenktais keliais (pritūpęs) ir laikytų pripučiamą ar didesnį kamuolį dviem rankomis. Prašykite vaiko, kad žiūrėtų į jūsų rankas ir mestų kamuolį jums iš apačios.
Metimas iš apačios viena ranka	Padrąsinkite vaiką atsistoti sulenktais keliais laikant mažą kamuoliuką ar pupų maišelį viena ranka. Vaikas turi žiūrėti į jūsų rankas ir mesti kamuolį į jūsų rankas. Tęskite metant kamuolį ar kt. daiktą per lanko

	vidurį ar pataikant tiksliai į taikinį.
Kamuolio metimas dviem rankomis	Pratimas atliekamas stovint šonu. Padrąsinkite vaiką stovėti plačiai (kojos pečių plotyje). Paprašykite vaiko pernešti svorį ant vienos kojos, pakelti rankas virš galvos ir mesti kamuolį pirmyn.
Mažo kamuolio metimas	Pratimas atliekamas stovint šonu ir naudojant tik vieną ranką. Paprašykite vaiko pernešti svorį ant vienos kojos. Lenkiant ranką atgal ir ištiesiant ją į priekį padrąsinkite mesti kamuolį tiesiai į jus.
Mėtymas tiksliai ir iš toli	Padrąsinkite vaiką, kad mestų kamuoliuką tiek aukštai ar taip toli, kiek tik jis gali. Markeriais pažymėkite skirtingus atstumus, kad vaikas galėtų susikoncentruoti į tam tikrą taikinį ar tikslą.
	Šešta savaitė: atmušimas
Rankinis	Padėkite kamuolį ant kūgio ar ratelio ir paprašykite vaiko numušti kamuolį kumščiu ar delnu.
Kamuolio ridenimas	Padėkite kamuolį priešais vaiką ir paprašykite ridenti jį pirmyn ir atgal ištiesta plaštaka.
Šoninis atmušimas	Stovint šonu prie kamuolio, pastatyto ant kūgio, paprašykite vaiko numušti kamuolį vaikiška rakete, lazdele ar kitu prietaisu.
Ledo ritulio, grindų riedulio pradžiamokslis	Padėkite didesnę kamuolį ant žemės. Padrąsinkite vaiką stovėti priešais kamuolį. Dviem rankomis laikyti ledo ritulio ar golfo lazda ir smūgiuoti į kamuolį.
Pereinamasis tenisas/softball	Stovint šonu paprašykite atmušti šokinėjantį paplūdimio ar kitą kamuoliuką vaikiška rakete.
	Septinta savaitė: spyrimas
Spyrimas	Priešais stovintį vaiką padėkite ant žemės kamuolį. Vaikas turi spirti jums kamuolį ta koja, kuria jūs prašote.
Baudinys įsibėgėjus	Pastatykite kamuolį ant žemės priešais vaiką. Vaikas turi įsibėgėjęs spirti kamuolį.
Spyris iš atstumo	Padrąsinkite vaiką bėgti prie kamuolio ir spirti jį tolyn nuo nubrėžtos žymos į iš kūgių padarytus vartus.
Tikslus spyris	Padėkite kamuolį ant žemės. Padrąsinkite vaiką pribėgti prie kamuolio ir spirti jį į vartus arba tarp dviejų specialiai tam padėtų kūgių.
Kamuolio spyrimas	Paridenkite arba paspirkite vaikui kamuolį. Padrąsinkite vaiką spirti

	riedantį kamuolį jums ar į kitą skirtą taikinį.
Spyris einant	Paridenkite arba paspirkite vaikui kamuolį. Padrąsinkite vaiką spirti riedantį kamuolį į iš kūgių padarytus vartus ar kitą skirtą taikinį.
	Aštunta savaitė: pažengusiųjų įgūdžiai
Metimas ir gaudymas	Atsistokite vaikui už nugaros ir padėkite jo rankomis mesti kamuolį į žemę ir jį pagauti. Vėliau atsistokite priešais vaiką ir meskite kamuolį į žemę, kad vaikas galėtų pagauti kamuolį, atsimušusį į žemę, nepajudėjęs iš vietos. Padrąsinkite vaiką mesti jums pagautą kamuolį. Didindami atstumą, kaskart naudokite vis mažesnius kamuolius.
Kamuolio mušinėjimas	Atsistokite vaikui už nugaros ir padėkite abejomis rankomis mušinėti kamuolį į žemę, nepagaudami jo. Palaiptiesniui mažinkite pagalbą, kad vaikas galėtų tai padaryti savarankiškai. Įtvirtinkite įgūdį su skirtingo dydžio kamuoliais. Vėliau mokykite vaiką mušinėti kamuolį į žemę viena ranka.
Kamuolio išspyrimas iš rankų	Mokykite vaiką stovint ant vienos kojos išlaikyti pusiausvyrą ištiesus rankas į priekį. Mokykite vaiką sūpuoti koją pirmyn ir atgal, stovint ant kitos kojos ir laikant rankas ištiestas į priekį. Mokykite vaiką laikyti kamuolį abejomis rankomis, mesti ir spirti jį.
Šuoliukai pristatomuoju žingsniu	Nupieškite apskritimus vieną už kito ilga eile arba išdėliokite žymeklius ant žemės ilga eile. Prašykite vaiko atsistoti ant žymeklių jūsų nurodyta koja, tuomet kitą koją prašykite pakelti ir užšokti ant žymeklio. Vėliau veiksmus kartoti pradėdant kita koja.
Šuoliukai ant vienos kojos	Sudėkite žymeklius į tiesią ilgą liniją. Prašykite vaiko užlipti ant žymeklio viena koja ir aukštai ant jos pašokti. Kai koja, ant kurios vaikas pašoka nusileidžia ant žemės, padėti pakeltą koją ant kito žymeklio.

Kiekvienos naujos savaitės treniruotė prasideda praeitos savaitės įgūdžių kartojimu, po to įjungiant naujos savaitės motorinių įgūdžių mokymo elementus. Pvz: jei antrą savaitę vaikai mokėsi eiti ir bėgti įvairiais būdais, tai trečios savaitės pirmąją treniruotę kartosis šiuos jau išmokusį ėjimo ir bėgimo būdus, o treniruotės pabaigoje susipažins su pusiausvyros suoliuku ir eis juo tiesiai ar kitu būdu.

Programos „Jaunieji atletai“ pamokos pavyzdys:

3 pamoka: Pagrindiniai pusiausvyros įgūdžiai

4 min. Žaidimo pradžia, daina su kiškučio šuoliais.

Groja muzika :

Atletai mūsų klasėje liečia savo kojų pirštus..

Atletai šokinėja aukštyn ir žemyn...

Atletas komandoje meta skarelę...

3 min. Aš stebiu mažomis akimis.

4 min. Tiltai ir tuneliai.

5 min. Sek paskui lyderį : Šoniniai žingsneliai. Eik takeliu.

5 min. Bėgimo stiliai.

7 min. Kliūčių ruožas.

3 min. Sporto užsiėmimo baigimo daina „Jei patinka ši dainelė - taip daryk“.

Ši programa skirta ne tik darbui institucijoje (vaikų darželyje, pradinių klasių mokiniams mokykloje, dienos centruose, sanatorijose), bet ir vaikų tėveliams, kad jie sportuotų su vaikais namuose, laisvalaikio metu. Programa rekomenduoja įtraukti vaikų su negalia šeimas į treniruočių procesą ir mokyti juos žaisti bei sportuoti kartu.

Baigus Specialiosios olimpiados programą „Jaunieji atletai“, t.y 24 sporto užsiėmimus, vaikams surengiama sporto šventė, kurioje pakviečiamos dalyvauti vaikų šeimos, o vaikai pademonstruoja jau išmokus įgūdžius, džiaugiasi ir būna apdovanoti (medaliais, dovanėlėmis).

Programoje naudojamas numatytas sporto priemonių rinkinys, kurį sudaro: pusiausvyros juostelė, lengvas kamuolys, pupų maišeliai, kūgiai, blokai - kaladės, lazdos, lankai, grindų žymekliai, raketės, skarelės, mažas lengvas kamuoliukas.

Dalyvaudami šiame veiklos tyrime mes naudojome programos „Jaunieji atletai“ rekomenduotas priemones bei įtraukėme į programą žaidimą su parašiotu.

3 skyrius. 7-8 METŲ VAIKŲ, TURINČIŲ KOMPLEKSINĘ NEGALIĄ, MOTORINIŲ ĮGŪDŽIŲ PLĖTOTĖS, TAIKANT „JAUNIEJI ATLETAI" PROGRAMĄ, TYRIMO METODIKA IR JOS ORGANIZAVIMAS

3.1. Tyrimo metodika

Siekiant patvirtinti arba paneigti iškeltą hipotezę, jog 7-8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią pagrindiniai motoriniai įgūdžiai yra nepakankamai išvystyti, tačiau, atlikus savalaikį motorinių įgūdžių testavimą ir tikslingai dirbant pagal Specialiosios olimpiados „Jaunieji atletai" fizinio ugdymo programą, vaikų pagrindiniai motoriniai įgūdžiai reikšmingai pagerės, buvo atliekamas ugdymo projektas. Ugdymo projektas, anot Bitino (2013), yra kokybinio tyrimo forma.

Ugdymo tyrimų metodologinėje literatūroje anglų kalba šis metodas įvardinamas kaip veiklos tyrimas (action research). Pasak Bitino, veiklos tyrimą siūloma priskirti ugdymo projektų metodui, kadangi tyrimo objektas yra ugdomoji veikla, o ne atskiri ugdomieji veiksmai.

Ugdymo projekto metu motoriniams įgūdžiams ir jų poslinkui nustatyti, buvo atliekamas testavimas - motorinių įgūdžių vertinimas, paremtas „Jaunieji atletai" mokymo programa, kurį 2012 metais sukūrė mokslininkai Favazza, Zeisel, Ghio (2015).

Bėgimo greičiui išmatuoti naudotas chronometravimas – sportinės veiklos tyrimo metodas, kuriuo nustatomas sugaištas laikas tam tikrai užduočiai (pratimui) atlikti per pamokas, pratybas (Stonkus, 2002).

Šiame baigiamajame darbe buvo skaičiuojami aritmetiniai vidurkiai, dažnių skirstiniai. Specialiosios olimpiados programos poveikis motoriniams įgūdžiams nustatytas naudojant neparametrinį Vilkoksono testą dviejų priklausomų imčių skirtumų įvertinimui. Pasirinktas reikšmingumo lygmuo $p < 0,05$. Skaičiavimai atlikti IBM SPSS Statistics 20 programoje.

3.2. Tyrimo dalyviai

Tiriant SO „Jaunieji atletai" testavimo metodika tyrime dalyvavo 25 kompleksinę negalią turintys 7-8 metų (sutrikusio intelekto) vaikai, kuriems nustatyti dideli ir labai dideli specialieji ugdymosi poreikiai. 7 mokiniai lankė pirmąją klasę, 18 mokinių - antrąją klasę. 18 mokinių buvo su dideliais ir 7 su labai dideliais specialiaisiais poreikiais. 12 vaikų buvo 7 metų amžiaus, o 13 - aštuonerių metų. Septyniems vaikams diagnozuotas žymus intelekto sutrikimas, keturiems -

vidutinis intelekto sutrikimas, trims - nepatikslintas intelekto sutrikimas, vienuolikai - nežymus intelekto sutrikimas. Iš 25 programoje dalyvavusių vaikų trims nustatytas elgesio ir emocijų sutrikimas, trims - aktyvumo ir dėmesio sutrikimas, keturiems - lėtiniai neurologiniai sutrikimai, dvylikai - įvairiapusiai raidos sutrikimai.

3.3. Tyrimo organizavimas

Tyrimas buvo atliekamas šiais etapais:

I etapas: 2014 m. rugsėjis. Teorinė dokumentų analizė (medicininių ir psichologinių dokumentų analizė, atskleidžianti vaikų, turinčių kompleksinę negalią, motorikos, koordinacijos, bendravimo, emocijų, dėmesio įgūdžius).

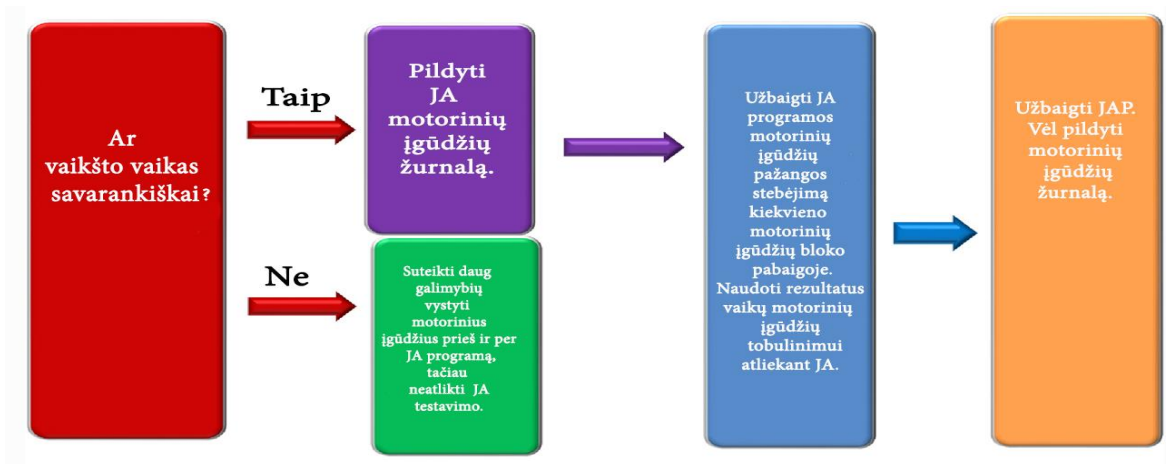
II etapas: 2014 m. spalio. Šiame etape pirmą kartą buvo testuojami 7-8 metų kompleksinę negalią turinčių vaikų motoriniai įgūdžiai.

III etapas: 2014 spalio - gruodis. Mokiniam, kurie buvo testuoti I kartą, buvo vedami 24 užsiėmimai remiantis SO programos „Jaunieji atletai“ metodiniais nurodymais. Atkreiptas dėmesys į motorinių įgūdžių spragas, nustatytas testuojant pirmą kartą ir dedamos didesnės pastangos jiems ugdyti.

IV etapas: 2014 m. gruodis. Šiame etape, po įvykdytos programos, buvo testuojami mokinių motoriniai įgūdžiai antrą kartą.

Tyrimas buvo vykdomas Vilniaus „Atgajos“ specialiojoje mokykloje 2014 m. spalio - gruodžio mėnesiais. Mokiniai lankė kūno kultūros pamokas, kurių metu atliko rekomenduotas veiklas pagal „Jaunieji atletai“ programos metodiką. Tirtos „Jaunieji atletai“ programos pritaikymo galimybės vaikų bendrosios motorikos įgūdžiams ugdyti dirbant su kompleksinę negalią turinčiais 7-8 metų vaikais.

„Jaunieji atletai“ programos motorinių įgūdžių vertinimo metodika (Favazza, Zeisel, Ghio, 2012) yra sukurta būtent šiai Specialiosios olimpiados programai ir skirta testuoti sutrikusios raidos vaikus nuo 2 iki 8 metų. Pagrindinė sąlyga šio testo atlikimui yra savarankiškas vaiko judėjimas. Jeigu vaikas negali eiti savarankiškai, jis negali būti ir testuojamas.



3 pav. Programos „Jaunieji atletai“ motorinių įgūdžių testavimo žingsniai

Pastaba. Gavus autoriaus Favazza, P.C leidimą, parengta pagal Favazza, P.C., Zeisel, S., Ghio, K. (2015). *Young Athlete Motor Checklist (YAMC)*. Special Olympics International, Washington, DC with Center for Social Development and Education, University of Massachusetts Boston.

Kiekvienas tiriamasis buvo testuojamas individualiai, siekiant sumažinti nerimą, blaškymąsi ir užtikrinti rezultatų tikslumą. Testai buvo atliekami toje pat sporto patalpoje, kurioje vyko užsiėmimai, nes šiems vaikams labai svarbi pažįstama aplinka. Visi vaikai testuoti spalio ir gruodžio mėnesį. Buvo vertinami bendrosios motorikos įgūdžiai pagal „Jaunieji atletai“ programos testavimo metodiką. Įvertinus visus tiriamuosius pradėti sporto užsiėmimai pagal Specialiosios olimpiados „Jaunieji atletai“ sporto programos metodiką. 45 minutes 3 kartus per savaitę 8 savaites buvo atliekami pratimai, žaidžiami žaidimai, remiantis „Jaunieji atletai“ programa. Po 24 užsiėmimų visų tiriamųjų bendrosios motorikos įgūdžiai buvo pakartotinai vertinami ir stebima, kokia padaryta pažanga.

Kiekvieno mokinio testavimas truko nuo 20-45 minučių. Testavimo laikas priklausė nuo testuojamojo užduočių suvokimo lygio, nuotaikos, motyvacijos atlikti užduotį. Testas pradedamas nuo 1 punkto. Vaikui garsiai paaiškinama ir pademonstruojama kiekviena užduotis. Jei vaikas nesupranta, paaiškinamas veiksmas ir parodomas dar kartą. Testuotojas suteikia vaikui **dvi** progas atlikti užduotį.

Testai buvo atliekami trijose motorinių įgūdžių srityse:

- Pagrindiniai pusiausvyros, liemens kontrolės įgūdžių (atliekami klūpojimo, stovėjimo ant vienos kojos nuo 1-5 s/ 6-10 s; stovėjimo ant pirštų galų testai nuo 1-5 s/ 6-12 s);
- Lokomocinių įgūdžių (ėjimas linija statant vieną koją ant linijos, trumpas atstumas- 1 metras;ėjimas linija statant abi kojas ant linijos, trumpas atstumas - 1 metras;ėjimas

linija statant vieną koją ant linijos, ilgas atstumas – 2,5 metro; ėjimas linija statant abi kojas ant linijos, ilgas atstumas – 2,5 metro; ėjimas atbulomis 5 žingsnius; ėjimas atbulomis ant linijos 2 metrai; žingsnis į šoną, pristatant kojas 2 metrai; bėgimo greitis: trumpas atstumas (5 m per 4 s); bėgimo greitis: ilgas atstumas (9 m per 6 s); šuoliai (2 metrai pradėdant ta pačia koja); šuoliavimas (2 metrai pradėdant skirtingomis kojomis); šuolis į priekį trumpas atstumas: 0,6 metro (šuolis abiem kojom); šuolis į priekį vidutinis atstumas: 0,75 metro (šuolis abiem kojom); šuolis į priekį ilgas atstumas: 1 metras (šuolis abiem kojom); šuolis į viršų 5 cm nuo grindų; žemas šuolis per barjerą 5cm; aukštas šuolis per barjerą 25 cm; šuoliukai ant vienos kojos (4 šuoliukai); šuoliukai ant vienos kojos (5 šuoliukai ar daugiau).

- Objekto manipuliavimo (kamuolio ridenimas sėdint – 1 m; didelio kamuolio gaudymas: pradėdantiesiems (1,5 m atstumu pagauna naudodamasis rankomis ir krūtine); didelio kamuolio gaudymas: pažengusiems (gaudo plaštakomis ir delnais); metimas iš apačios: trumpas atstumas – 1 metras; metimas iš apačios: ilgas atstumas – 3 metrai; metimas iš viršaus: trumpas atstumas – 1 metras; metimas iš viršaus: ilgas atstumas – 3 metrai; spyris į kamuolį – spyris bet kur; spyris į kamuolį: trumpas atstumas – kamuolys rieda tiesia linija 2 metrus; spyris į kamuolį: ilgas atstumas – kamuolys rieda tiesia linija 3,5 metro.

Vaikų motoriniai įgūdžiai buvo registruojami motorinių įgūdžių kontroliniame žurnale, kuris skirtas įvertinti vaikų gebėjimą atlikti motorinius įgūdžius, naudojamus jaunųjų atletų programoje. Kadangi motorinių įgūdžių kontroliniame žurnale numatyti įgūdžiai tiesiogiai įvertina įgūdžius ugdomus jaunų sportininkų mokymo programoje, ši priemonė yra laikoma mokymo programa paremtu vertinimu. Sąvoka „mokymo programa paremtas vertinimas“ reiškia priemonę, kurioje taikomas „tiesioginis mokinio rezultatų stebėjimas ir registravimas vietos mokymo programoje“ (Deno, 1987).

Vertinimas. Pažymime tik **TAIP arba NE** ties kiekvienu punktu. Jei nurodyta, įrašome atstumą ir laiką. Žymėdami vertinimą tiriamojo motorinių įgūdžių kortelėje, kiekvienas TAIP įvertinimas = 1 taškas, kiekvienas NE įvertinimas = 0 taškų. Tiriamųjų motoriniai įgūdžiai yra vertinami taip:

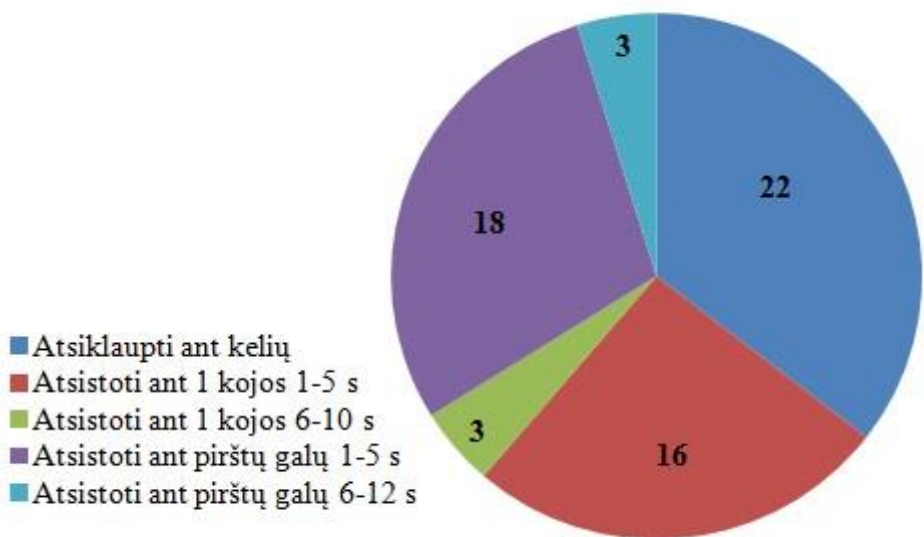
NE = 0 = Vaikas negeba atlikti užduoties arba atlieka jos dalį.

TAIP = 1 = Vaikas atliko užduotį bent vieną kartą iš dviejų bandymų.

3.4. Kompleksinę negalią turinčių vaikų motorinių įgūdžių pokyčių rezultatai ir jų aptarimas

Atlikus tyrimą buvo nustatyti 7-8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią, motoriniai įgūdžiai. Motorinius įgūdžius apibūdina pagrindiniai pusiausvyros, lokomociniai bei objekto manipuliavimo įgūdžiai.

Pagrindiniams pusiausvyros įgūdžiams priklauso vaikų gebėjimai atsiklaupti, atsistoti ant vienos kojos, atsistoti ant pirštų galų ir tokiose padėtyse išstovėti iki penkių sekundžių arba daugiau nei šešias sekundes. Šių testų metu buvo registruojama, ar vaikas, turintis kompleksinę negalią, gali atlikti testą, ar negali. 4 paveiksle pateikti rezultatai, kiek vaikų sugebėjo atlikti šiuos testus.



4 pav. Vaikų, turinčių kompleksinę negalią, pagrindiniai motoriniai įgūdžiai

Nustatyta, kad trys žymų intelekto sutrikimą turintys vaikai nesugebėjo atsiklaupti arba klaupti atrėmę sėdmenis į kulnus. Jiems prireikė daugiau laiko užduoties aiškinimui, suvokimui, kad sugebėtų testą atlikti pagal reikalavimus. Gebėdami atsiklaupti ant kelių ir išlaikyti pusiausvyrą vaikai gali žaisti ir atlikti pratimą "tiltai ir tuneliai", kuris reikalauja, kad vaikas atsiklauptų ant kelių, ištiestomis rankomis atsiremtų į žemę ir išlaikytų šią poziciją, kol kiti vaikai pralįs tuneliu (sudarytu iš kelių vaikų, klūpinčių tokioje pat pozicijoje). Be šių motorinių judesių gebėjimas sėkmingai užbaigti šį veiksmą yra susijęs su vaiko pažinimo suvokimu suprasti sąvokas: keliai, klūpoti, atsiremti rankomis į žemę. Ugdomas gebėjimas toleruoti vaikus arti savęs, lavinamas pojūtis, kad kiliminės dangos ar kilimėlio paviršius yra minkštas (Favazza ir kt., 2013).

Iš 25-ųjų tyrime dalyvavusių tiriamųjų mažiau nei pusė (9) negalėjo atsistoti ant vienos kojos, laikydami rankas ant klubų ir taip pastovėti iki penkių sekundžių. Ilgiau nei šešias sekundes ant

vienos kojos nesugebėjo pastovėti 22 kompleksinę negalią turintys vaikai. Tiek pat 7-8 metų vaikų negalėjo atsistoti ant pirštų galų ir tokioje padėtyje, nenuleidžiant kulnų, išstovėti ilgiau nei šešias sekundes. Tuo tarpu, iki penkių sekundžių pasistiebę galėjo išstovėti daugiau nei du trečdaliai kompleksinę negalią turintys vaikai.

Rėklaitienės ir Navardauskienės (2008) teigimu, vidutinį intelekto sutrikimą turinčių vaikų statinė bei dinaminė pusiausvyra, kūno suvokimas yra prastesni nei esant nežymiam intelekto sutrikimui. Tai patvirtina ir mūsų tyrimo rezultatai, nes prastesnius stovėjimo ant vienos kojos ir pasistiebus rezultatus pademonstravo vidutinį bei žymų intelekto sutrikimą turintys vaikai.

Lokomociniams įgūdžiams priklauso vaikų gebėjimai eiti bei šuoliuoti įvairiais būdais. Testų rezultatai pateikti 5 lentelėje.

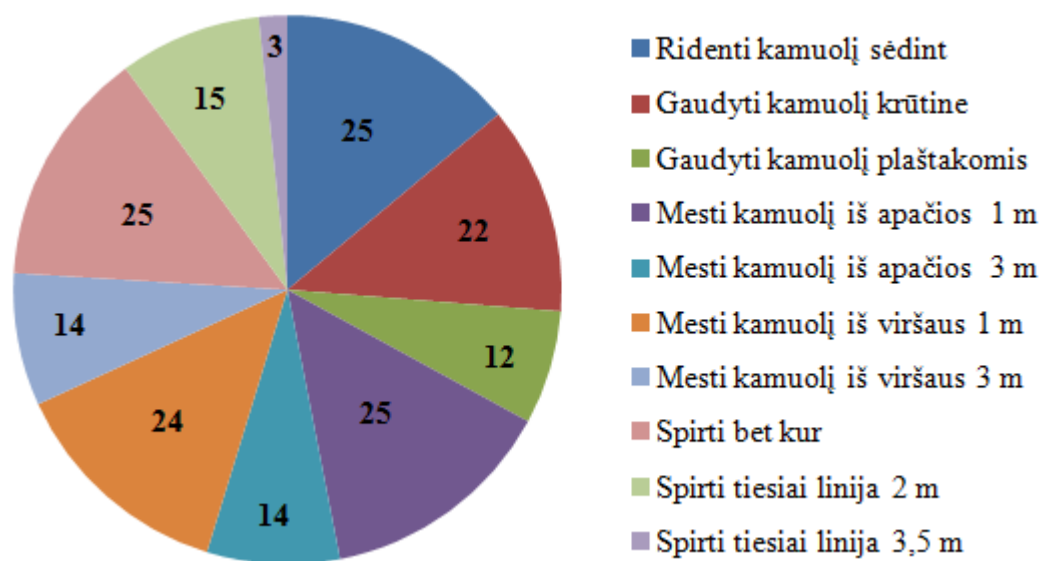
5 lentelė

Lokomociniai įgūdžiai

Testai		Tiriamieji
Ėjimas linija statant vieną koją ant linijos	1 m	23
	2,5 m	18
Ėjimas linija statant abi kojas ant linijos	1 m	18
	2,5 m	13
Ėjimas atbulomis 5 žingsnius		22
Ėjimas atbulomis ant linijos 2 metrai		11
Žingsnis į šoną 2 metrai		24
Šuoliai (2 metrai pradėdant ta pačia koja)		15
Šuoliavimas (2 metrai pradėdant skirtingomis kojomis)		5
Šuolis į priekį trumpas atstumas: 0,6 metro (šuolis abiem kojom)		11
Šuolis į priekį vidutinis atstumas: 0,75 metro (šuolis abiem kojom)		5
Šuolis į priekį ilgas atstumas: 1 metro (šuolis abiem kojom)		0
Šuolis į viršų 5 cm nuo grindų		19
Šuolis per barjerą	5 cm	21
	25 cm	7
Šuoliukai ant vienos kojos	4 šuoliukai	16
	5 ir >	8

Atlikus lokomocinių įgūdžių vertinimą, nustatyta, kad lengviausi testai, kuriuos sugebėjo atlikti dauguma tiriamųjų, buvo ėjimas šonu, ėjimas 1 m linija, statant vieną koją ant linijos, ėjimas atbulomis bei šuolis per barjerą, kurio aukštis buvo 5 cm. Sunkiausias testas, kurio neatliko nė vienas tiriamasis, buvo šuolis abiem kojom metro atstumu, kiti testai, kurių neatliko dauguma 7-8 m. kompleksinę negalią turinčių vaikų, buvo šuoliavimas (pradedant skirtingomis kojomis), šuolis abiem kojom į priekį bei šuolis per barjerą, kurio aukštis buvo 25 cm. Likusius testus sugebėjo atlikti vidutiniškai pusė tiriamųjų grupės.

Trečioji motorinių įgūdžių grupė yra objekto manipuliavimo įgūdžiai, kuriuos apibūdina vaiko gebėjimai atlikti įvairius judesius su kamuoliu. 5 paveiksle pateikti rezultatai, kiek vaikų sugebėjo atlikti testus su kamuoliu.



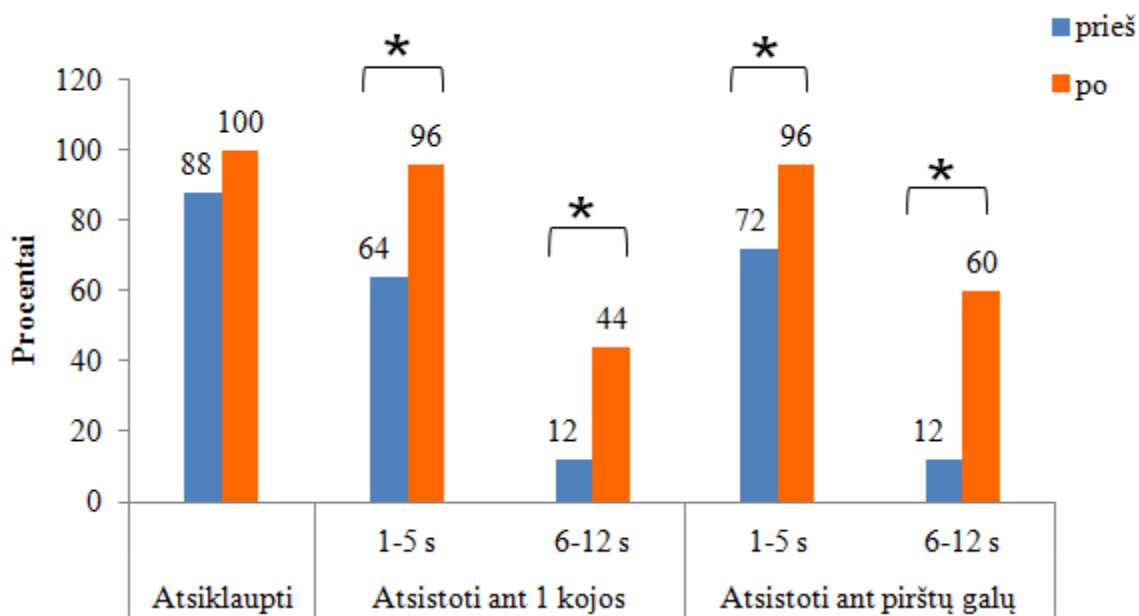
5 pav. Vaikų, turinčių kompleksinę negalią, objekto manipuliavimo įgūdžiai

Visi tyrime dalyvaujantys 7-8 metų vaikai sugebėjo ridenti kamuolį atsėdus, mesti kamuolį iš apačios metro atstumu bei spirti kamuolį bet kuria kryptimi. Vienas vaikas nesugebėjo numesti kamuolio iš viršaus metro atstumu. Daugumai vaikų, turinčių kompleksinę negalią, nepavyko spirti kamuolio, kad jis riedėtų tiesia linija 3,5 m. Kamuolio negaudė trys vaikai, turintys labai didelius specialiuosius poreikius ir žymų intelekto sutrikimą. Šiems vaikams buvo sunku sukaupti dėmesį ir išklausti pratimo atlikimo instrukciją, todėl atliekant šį testą, jie tiesiog nosisukdavo ir bėgdavo į kitą pusę. Šio tyrimo rezultatus patvirtina Westendorp ir kt. (2011) atlikti tyrimai su Australijoje besimokančiais 10-18 metų sutrikusio intelekto vaikais, kurie parodė, kad objekto manipuliavimo įgūdžių išmokimas priklauso nuo vaikų intelekto sutrikimo laipsnio sunkumo. Vaikų amžius šių

įgūdžių rezultatams neturėjo jokios reikšmės, o tai reiškia, jog sutrikusio intelekto vaikus reikia mokyti atlikti pagrindinius motorinius įgūdžius nuo mažens, kol įgūdis bus išmoktas iki automatizmo. Mokslininkai teigia, kad jei intelekto sutrikimo laipsnis turi įtakos objekto manipuliavimo įgūdžiams, iškyla būtinybė mokyti šiuos vaikus pagal individualizuotą fizinio ugdymo programą.

Savo darbe taikėme Specialiosios olimpiados programą „Jaunieji atletai“, kuri sukurta sutrikusio intelekto vaikams su įvairiais specialiaisiais ugdymosi poreikiais.

Norėdami nustatyti taikytos programos poveikį 7-8 metų vaikų motoriniams įgūdžiams, atlikome duomenų lyginimą bei įvertinome dviejų priklausomų imčių skirtumus. Pagrindinių įgūdžių lyginimas prieš ir po SOP taikymo pateiktas 6 paveiksle.



6 pav. Pagrindiniai (pusiausvyros) įgūdžiai prieš ir po SOP taikymo

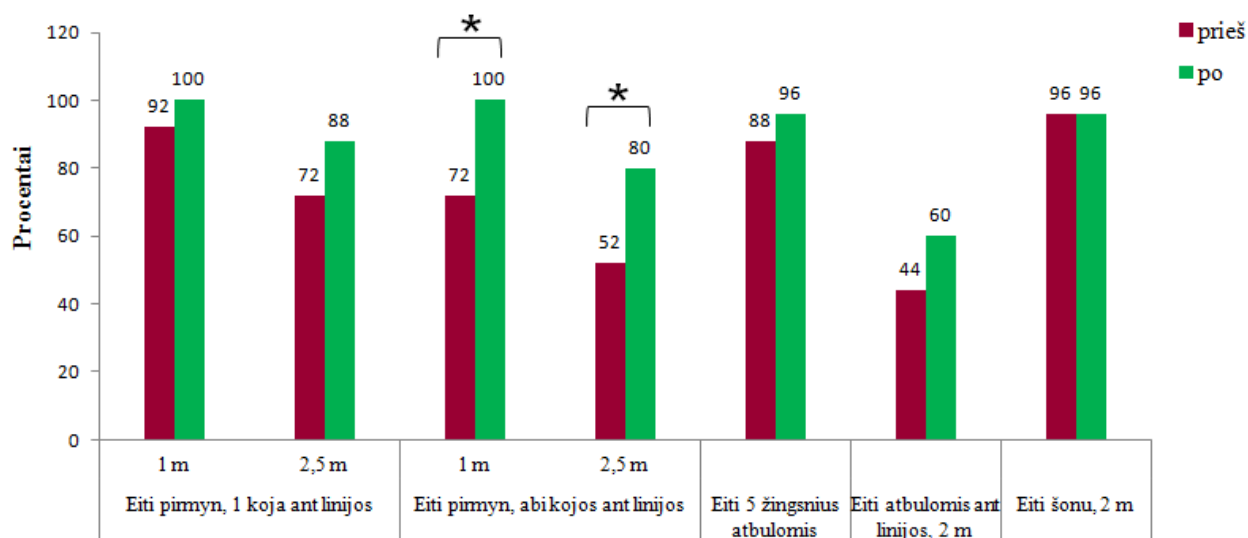
Pastaba: * – pagrindinių įgūdžių reikšmingas skirtumas po SOP taikymo ($p < 0,05$)

Šiame paveiksle matyti, kad visi pagrindinių (pusiausvyros) įgūdžių testų rezultatai po SOP taikymo pagerėjo. Didžiausias poveikis nustatytas vaiko gebėjimui atsistoti ant pirštų galų ir išstovėti šioje padėtyje iki 12 s. Po SOP taikymo šį testą galėjo atlikti penkis kartus daugiau vaikų. Iki penkių sekundžių pastovėti ant pirštų galų po programos taikymo galėjo 24 proc. daugiau tiriamųjų, o atsistoti ant vienos kojos ir pastovėti iki penkių bei nuo šešių iki dvylikos sekundžių galėjo daugiau nei 32 proc. 7-8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią. Nustatyta, kad visi šie

minėti skirtumai yra statistiškai reikšmingi. Tai reiškia, kad programos taikymas padarė patikimą poveikį vaikų pagrindiniams motoriniams įgūdžiams.

Šios išvados atitinka ankstesnio tyrimo, atlikto Apache (2005), rezultatus, kuris nustatė, kad vaikams, turintiems negalią ir dalyvavusiems motorinių įgūdžių programoje, žymiai pagerėjo pusiausvyros ir objekto manipuliavimo įgūdžiai. Įgūdžių vertinimas turi ypatingą reikšmę sutrikusio intelekto vaikams, nes vaikai su autizmo ir kitais raidos sutrikimais dažnai nepakankamai suvokia savo kūną (Redlich, 2005).

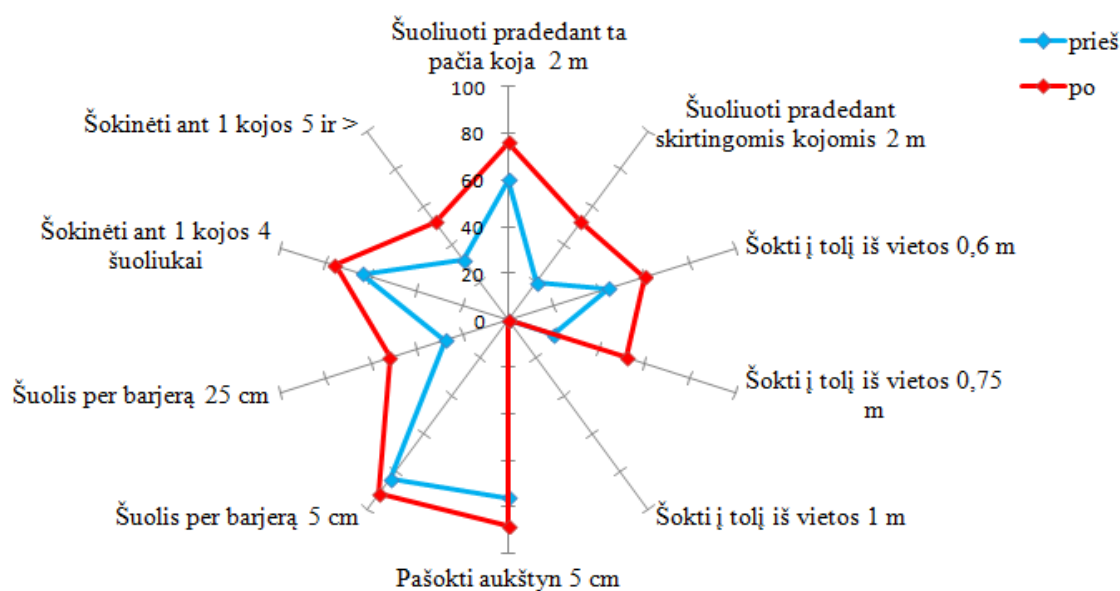
Septintame paveiksle pateikti lokomocinių įgūdžių rezultatai prieš ir po programos taikymo. Šiame paveiksle pateikti testai, susiję su ėjimu skirtingais būdais. Matyti, kad beveik visi rezultatai po „Jaunieji atletai“ programos taikymo pagerėjo, tik ėjimo šonu rezultatai nepakito. Tiek prieš, tiek po programos taikymo eiti šonu sugebėjo 24 vaikai. Nors visų testų rezultatai ir pagerėjo, tačiau statistiškai reikšmingi skirtumai buvo tik tarp ėjimo abiem kojom ant linijos tiek 1 m, tiek 2,5 m atstumu. Vaikams buvo labai sunku eiti abiem kojom ant linijos 2,5 m atstumą, jie prarasdavo pusiausvyrą ir koją nukeldavo ant žemės. Sunkiai sekėsi ir eiti atbulomis 2 metrų linija statant abi kojas ant jos. Prieš programą tai atlikti sekėsi tik 11 vaikų, kuriems nustatytas nežymus intelekto sutrikimas. Tuo tarpu vidutinį ir žymų intelekto sutrikimą turintiems vaikams šis testas tapo sunkiu išbandymu. Kaip teigia Rėklaitienė ir Navardauskienė (2008), dėl jų prastesnės psichomotorikos, kurią lemia išlikę primityvūs refleksai ir kuriuos pirmiausia reikėtų slopinti. Nors po programos rezultatai pagerėjo, tačiau šį įgūdį įtvirtinti pritrūko laiko. Sudėtingesniems pratimams atlikti reikia skirti daugiau laiko ir užsiėmimų, nes šie vaikai net išmoktą pratimą ir jau manomai suformuotą įgūdį greit pamiršta. Suformuotą įgūdį reikia kartoti kitą treniruotę, po savaitės, po mėnesio ir kartoti įgūdį keičiant aplinkybes (užsiėmimų vietą, laiką, muziką, keičiant sporto priemones).



7 pav. Lokomociniai įgūdžiai (ėjimas) prieš ir po SOP taikymo

Pastaba: * – lokomocinių įgūdžių reikšmingas skirtumas po SOP taikymo ($p < 0,05$)

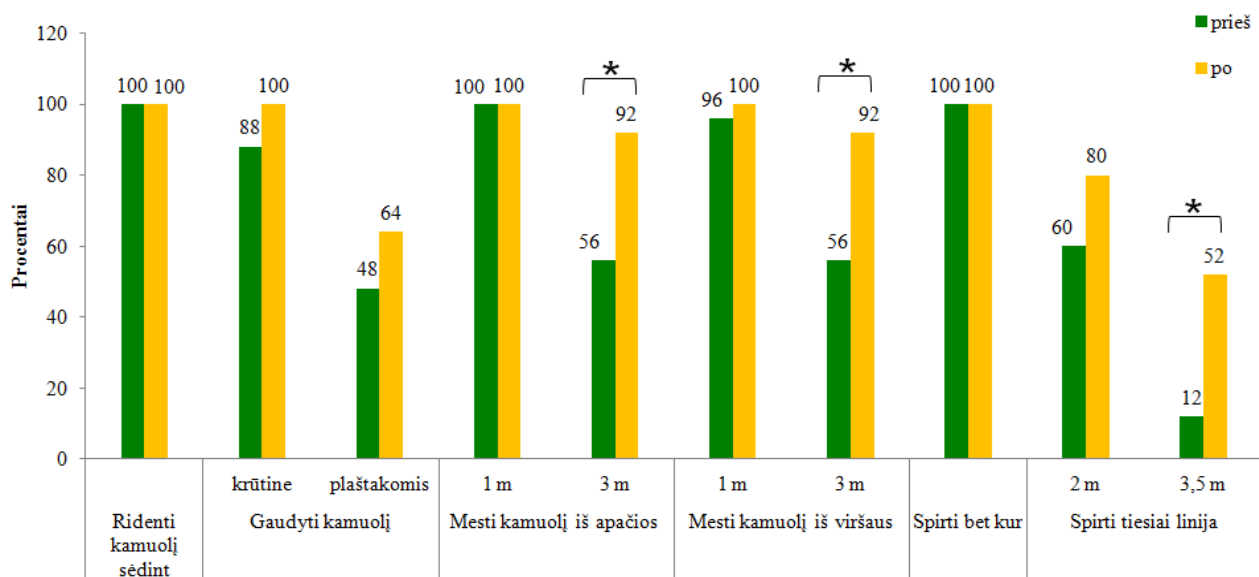
Kiti lokomocinių įgūdžių rezultatai pateikti 8 paveiksle. Nurodyti testai susiję su tiriamųjų gebėjimais šuoliuoti įvairiais būdais. Nustatyta, kad po Specialiosios olimpiados programos taikymo visus testus atliko dviem – penkiais vaikais daugiau. Šis pagerėjimas nėra statistiškai reikšmingas. Patikimas skirtumas nustatytas tik tarp šuoliavimo du metrus keičiant kojas. Prieš programos taikymą, šį testą gebėjo atlikti penki 7-8 metų vaikai, turintys kompleksinę negalią, o po programos taikymo, atliko jau 13 vaikų, t.y. pusė tiriamųjų grupės.



8 pav. Lokomociniai įgūdžiai (šuoliai) prieš ir po programos taikymo, (%)

Prabėgus 5 m bėgimą per 4 s ar mažiau nustatyta, kad prieš programos taikymą, vaikai šį atstumą vidutiniškai įveikė per 2,39 s, o po programos taikymo, vaikai nubėgo per 2,30 s. Bėgdami 9 m atstumą per 6 s ar mažiau, tiriamieji įveikė per 3,71 s, o po Specialiosios olimpiados programos taikymo – per 3,46 s. Nors bėgimo rezultatai pagerėjo, tačiau skirtumas nėra statistiškai patikimas. Įprastos raidos 7-8 metų vaikai šiuos įgūdžius jau būna įvaldę, tačiau kompleksinę negalią turintys vaikai motoriniais gebėjimais atsilieka (Radzevičienė, Jurevičienė, 2008), todėl jiems reikalingas ilgesnis laikotarpis suformuoti ir tobulinti šiuos įgūdžius iki automatizmo. Westendorp ir kt. (2011) taip pat teigia, kad sutrikusio intelekto vaikų motoriniai įgūdžiai reikšmingai žemesni visose motorinių įgūdžių srityse, lyginant su įprastos raidos vaikais. Vidutinį intelekto sutrikimą turinčių vaikų gebėjimai žemesni lokomocinių įgūdžių srityje nei nežymų intelekto sutrikimą turinčių vaikų.

Devintame paveiksle pateikti objekto manipuliavimo įgūdžių rezultatai prieš ir po programos taikymo. Matyti, jog tris testus (kamuolio ridenimą sėdint, kamuolio metimą iš apačios 1 m atstumu bei kamuolio paspirimą bet kuria kryptimi) atliko visi tyrime dalyvavę vaikai. Tad jokio pokyčio prieš ir po programos taikymo nenustatyta. Likusių testų rezultatai po Specialiosios olimpiados „Jaunieji atletai“ programos taikymo pagerėjo, tačiau didžiausias programos poveikis nustatytas metant kamuolį iš apačios tris metrus, metant kamuolį iš viršaus tris metrus bei spiriant kamuolį tiesia linija 3,5 m. Po programos taikymo šiuos testus galėjo atlikti dešimt vaikų daugiau. Šis skirtumas yra statistiškai reikšmingas. Gauti rezultatai patvirtina kitų mokslininkų išvadas (Favazza ir kt., 2013), kad vaikų, dalyvavusių programoje, objekto manipuliavimo įgūdžiai pagerėjo, lyginant su vaikais, kurie dalyvavo įprastose fizinio ugdymo pamokose.



9 pav. Objekto manipuliavimo įgūdžiai prieš ir po programos taikymo

Pastaba: * – objekto manipuliavimo įgūdžių reikšmingas skirtumas po programos taikymo ($p < 0,05$)

Nors Specialiosios olimpiados programos „Jaunieji atletai“ poveikis yra akivaizdus, tačiau manome, kad vaikai galėtų geriau atlikti kamuolio manipuliavimo judesius, tačiau rezultatus lėmė vaikų su intelekto sutrikimais elgesys ir sunkiai jų priimamos naujovės. Šiems vaikams reikalinga rutina, nuoseklumas, nuspėjamumas, jie turi žinoti, ką veiks šiandien ir tikisi, kad taip pat bus kitą pamoką. Tačiau, konkretiems įgūdžiams formuoti ir mokytis šioje programoje buvo skirta tik 3-4 užsiėmimai po kelias minutes. Šio laiko neužteko, o greitai besikeičiančios užduotys vaikus pykdė. Tikslumo reikalaujantis judesys – futbolo kamuolio spyrimas tiesiai 2 ir 3,5 m yra sudėtingas, nes vaikui reikalinga pakelti vieną koją, išlaikyti pusiausvyrą ir spirti tiesiai. Analizuojant šiuos rezultatus, galime teigti, kad programoje skirto laiko naujų įgūdžių mokymui neužtenka.

Atsižvelgiant į ugdomų vaikų specialiuosius poreikius, rekomenduotume „Jaunieji atletai“ programą tęsti tiek, kiek reikalinga konkrečiam motoriniam įgūdžiui įtvirtinti.

Norėdami nustatyti, kuriems vaikams, turintiems skirtingus intelekto sutrikimus, Specialiosios olimpiados „Jaunieji atletai“ programa padarė didžiausią poveikį jų motoriniams įgūdžiams, palyginome pagrindinius pusiausvyros, lokomocinius bei objekto manipuliavimo įgūdžius prieš ir po programos taikymo. Tyrime dalyvavo septyni vaikai, turintys žymų intelekto sutrikimą, keturi – vidutinį, vienuolika vaikų turėjo nežymų intelekto sutrikimą bei trys vaikai buvo nepatikslingo intelekto sutrikimo. 6 lentelėje pateikti tik tie testai, kurių rezultatai po SOP taikymo skyrėsi statistiškai reikšmingai.

6 lentelė

Programos „Jaunieji atletai“ poveikis vaikų, turinčių skirtingą intelekto sutrikimą, motoriniams įgūdžiams

Motoriniai įgūdžiai	Intelekto sutrikimas			
	Žymus	Vidutinis	Nežymus	Nepatikslingas
Pagrindiniai pusiausvyros įgūdžiai	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Stovėjimas ant vienos kojos: laikas 1-5 sekundės ➤ Stovėjimas ant pirštų galų: laikas 1-5 sekundės ➤ Stovėjimas ant pirštų galų: laikas 6-12 sekundžių 		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Stovėjimas ant vienos kojos: laikas 6-10 sekundžių ➤ Stovėjimas ant pirštų galų: laikas 6-12 sekundžių 	
Lokomociniai įgūdžiai	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ėjimas linija statant vieną koją ant linijos, ilgas atstumas: 2.5 metro ➤ Ėjimas linija statant abi kojas ant linijos, trumpas atstumas: 1 metras 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Metimas iš viršaus: ilgas atstumas (3 metrai) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Šuoliavimas (2 metrai, pradedant skirtingomis kojomis) ➤ Šuolis į priekį vidutinis atstumas: 0,75 metro (šuolis abiem kojom) 	
Objekto manipuliavimo įgūdžiai	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Metimas iš viršaus: ilgas atstumas (3 metrai) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Metimas iš apačios: ilgas atstumas (3 metrai) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Spyris į kamuolį: ilgas atstumas (3,5 metro) 	

Gauti tyrimo rezultatai rodo, kad didžiausią poveikį Specialiosios olimpiados „Jaunieji atletai“ programa padarė žymų bei nežymų intelekto sutrikimą turintiems vaikams. Pagerėjo jų pagrindiniai, lokomociniai bei objekto manipuliavimo įgūdžiai. Vidutinio intelekto sutrikimo vaikams pagerėjo tik lokomociniai bei objekto manipuliavimo įgūdžiai, o nepatikslingo intelekto sutrikimo vaikų motoriniams gebėjimams Specialiosios olimpiados programa įtakos neturėjo.

Pasak Vuijk ir kt. (2010), motorinių įgūdžių problemos labiausiai išreikštos žymų intelekto sutrikimą turintiems vaikams, todėl ypatingas dėmesys turėtų būti skiriamas šių vaikų motorinių įgūdžių ugdymui. Mūsų tyrimo rezultatai patvirtina, kad motoriniai gebėjimai labiausiai gerėjo vaikų, turinčių žymų intelekto sutrikimą.

Winnick (2010) teigimu, kompleksinę negalią turintiems vaikams labai svarbūs tokie faktoriai, kaip kamuolio dydis, spalva, svoris, atstumas iki objekto, kurie gali turėti įtakos motorinio įgūdžio formavimuisi. Mūsų atlikto ugdymo projekto metu pastebėjome, kad autistiškiems vaikams svarbios visos detalės, kurios siejasi su spalvomis ir dydžiu – pusiausvyros kalnelius šie vaikai sudėliodavo pagal tam tikrą spalvų gamą nuo šviesesnės iki tamsesnės spalvos, nuo mažesnės formos iki didesnės. Kad gerai ir motyvuotai atliktų pratimą, vaikui patinkančios spalvos priemonę mokytojas leido pasirinkti pačiam.

Geresnių rezultatų pasiekti padėjo ir tai, kad mokytojas, ištyręs kompleksinę negalią turinčio vaiko motorinius gebėjimus, išsiaiškino, kuriai motorinių judesių sričiai reikia skirti didesnę dėmesį. Maksimaliam rezultatui pasiekti pritrūko laiko ir treniruočių. 7 metų vaikų klasę sudarė septyni kompleksinę negalią turintys vaikai, o su jais dirbo tik vienas kūno kultūros mokytojas ir mokytojo padėjėjas. Galime teigti, jog dirbant su tokia didele didelių ir labai didelių specialiųjų poreikių turinčių vaikų grupe, reikalinga didesnė žmogiškųjų išteklių pagalba. Nesant tokiai galimybei, naujų judesių mokymasis užtrunka, nes norint, kad judesys būtų išmoktas teisingai ir iki automatizmo, vaiko judesius reiktų stebėti ir koreguoti nuolat. Judesių mokymas vyktų palaiapsniui, nuo nežinomo link žinomo ir būtų labiau užtvirtintas. Teisingai suformuotas judesys leistų greičiau judėti pirmyn ir mokytis naujų judesių.

Mūsų tyrime gauti duomenys yra reikšmingi, atsižvelgiant ne tik į vaikų motorinę raidą, bet ir į bendrą vaikų vystymąsi. Įrodyta, kad motorinių įgūdžių gerėjimas yra susijęs ir su kitų sričių plėtra, pavyzdžiui, kalbos ir socialinių įgūdžių vystymosi (Brown ir kt., 2009; Iverson, 2010), savigarbos, fizinio aktyvumo (Riethmüller ir kt., 2009), pasitikėjimo srityse (Favazza, Siperstein, Zeisel, Odom & Moskowitz, 2011). Autorių teigimu, vaikai, dalyvavę „Jaunieji atletai“ programoje, patobulino ne tik motorinius įgūdžius, bet ir bendravimo įgūdžius su grupe. Daugeliui iš jų pavyko ilgiau išlaikyti

sukauptą dėmesį užduočiai atlikti, pagerėjo akių kontaktas su pedagogais ir išaugo vaikų savarankiškumas.

Pastebėjome, jog „Jaunieji atletai“ programos pabaigoje kalbantys vaikai sugebėjo paprašyti, įvardyti ir pasirinkti jiems patinkančias sporto priemones. Mokiniai žymiai geriau skyrė spalvas, nes dauguma naudotų sporto priemonių yra spalvingos, o mokytojas nuolatos derina pratimų kompozicijas taip, kad užduotis vaikai atliktų su 4 spalvų priemonėmis (raudona, geltona, žalia, mėlyna). Kūno kultūros pedagogas, dirbdamas komandoje su kitais mokytojais, įtvirtino ne tik žinias apie daiktų spalvas, formas, pavadinimus, bet augino vaikų pasitikėjimą savo jėgomis. Vaikai išmoko kartu džiaugtis draugo atlikta užduotimi – kai pavykdavo atlikti pratimą – paploti, padrąsinti. Tapo labiau organizuoti, padėdavo surinkti ir išdėlioti priemones. Kadangi kiekvienas programos užsiėmimas buvo pradedamas tokia pačia tvarka (dainele su judesiais arba parašiotu), mokiniai į užsiėmimą atvykdavo labiau susikaupę ir nusiteikę, pasiruošę žaisti ir sportuoti. Dėl tos pačios priežasties buvo lengviau užbaigti pamoką, nes užbaigimo dainelė „Jei patinka ši dainelė – daryk taip“ juos paruošdavo pamokos pabaigai.

Mūsų atliktas ugdymo projektas patvirtina ankstesnių autorių padarytas išvadas, kad Specialiosios olimpiados programa „Jaunieji atletai“ yra puiki priemonė, pritaikyta sutrikusio intelekto vaikų motorinių įgūdžių ugdymui, o programos testavimo metodika yra suprantama, aiški ir tinkanti šių vaikų motorinių judesių ištyrimui.

Išvados

1. Remiantis mokslinės literatūros duomenimis nustatyta, kad svarbu ištirti vaikų pagrindinius motorinius įgūdžius kuo jaunesniame vaiko amžiuje ir taikant fizinę veiklą tobulinti judesius, nes tik įgijus pagrindinius motorinius judesius, galima tobulinti specifinius motorinius įgūdžius, reikalingus konkrečioms sporto šakoms.
2. Įvertinus 7 - 8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią motorinius įgūdžius, nustatyta, kad visi tyrime dalyvavę vaikai galėjo ridenti kamuolį sėdint kojomis žergtai, mesti kamuolį iš apačios 1 metrą bei spirti kamuolį bet kuria kryptimi. Nė vienas vaikas nesugebėjo peršokti vieno metro ribos šokant į tolį dviem kojomis.
3. Išanalizavus motorinių įgūdžių pokyčius nustatyta, kad programa „Jaunieji atletai“ statistiškai reikšmingą poveikį padarė pagrindinių pusiausvyros, lokomocinių bei objekto manipuliavimo motorinių įgūdžių lavinimui.
4. Nustatyta, kad Specialiosios olimpiados programa „Jaunieji atletai“ didžiausią poveikį motoriniams įgūdžiams padarė žymų ir nežymų intelekto sutrikimą turintiems vaikams.

Testavimo rezultatai patvirtino išsikeltą **hipotezę**, kad 7-8 metų vaikų, turinčių kompleksinę negalią, pagrindiniai motoriniai įgūdžiai yra nepakankamai išvystyti ir kad atlikus savalaikį motorinių įgūdžių testavimą ir tikslingai dirbant pagal Specialiosios olimpiados „Jaunieji atletai“ fizinio ugdymo programą, vaikų pagrindiniai motoriniai įgūdžiai reikšmingai pagerės. Reikšmingai pagerėjo pagrindinių pusiausvyros, lokomocinių bei objekto manipuliavimo motoriniai įgūdžiai, o didžiausią poveikį motoriniams įgūdžiams padarė žymų ir nežymų intelekto sutrikimą turintiems vaikams.

Literatūra

1. Adaškevičienė, E. (2008). Silpnos sveikatos vaikų fizinis ugdymas. Klaipėda: KU leidykla.
Adaškevičienė, E. (2004). Vaikų fizinės sveikatos ir kūno kultūros ugdymas: monografija. Klaipėda : Klaipėdos Universitetas.
2. Adaškevičienė, E. (1999). *Vaikų sveikatos ugdymas*. Klaipėda, 9–11, 89–90, 99–101.
3. ADAPT. Europos Taikomosios fizinės veiklos studijų programa <http://www.kuleuven.be/thenapa/pdfs/adapt1/lithuania.pdf> (žiūrėta 2015-01-09).
4. Ališauskienė, S., Gudonis, V., Mikulėnaitė, L., Petrulytė, J., Radzevičienė, L. (2003). Ankstyvasis ugdymas: dabartis ir perspektyvos. VŠĮ Šiaulių universiteto leidykla.
5. Apache, R.R. (2005). Activity-based intervention in motor skill development. *Perceptual and Motor Skills*, 1011–1020.
6. Aramavičiūtė, V., Jasiūnaitė, P. (2011). Žaidimas kaip vaiko socializacijos veiksnys ikimokykliniame amžiuje. *Acta paedagogica vilnensia*, 70-81.
7. *Bendrosios ugdymo programos* (2011).
http://portalas.emokykla.lt/bup/Puslapiai/pradinis_ugdymas_kuno_kultura_bendros_nuostato_s.aspx (žiūrėta 2014 11 16).
8. Bitinas, B. (2013). *Rinktiniai edukologiniai raštai*. II tomas. Edukologinis tyrimas: sistema ir procesas ugdymo tyrimų idėjos ir problemos. Vilnius.
9. Brown, W.H., Pfeiffer, K., McIver, K., Dowda, M., Addy, C., & Pate, R. (2009). Social and environmental factors associated with preschoolers' nonsedentary physical activity. *Child Development*, 80(1), 45–58.
10. Clark, J.E. (2011). *Motor development*. Department of Kinesiology School of Public Health University of Maryland, College.
<http://www.iom.edu/~media/8B247AE96A7440C1B24C6264FAE41D47.ashx>
11. Dadelienė, R. (2008). *Kineziologija*. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
12. Deno, S.L. (1987). Curriculum - based measurement. *Teaching Exceptional Children*, 41.
13. Eichstaedt, C.B., & Lavay, B.W. (1992). *Physical activity for individuals with intellectual retardation*. Champaign, IL: Human Kinetics.
14. European Commission/EACEA/Eurydice (2013). *Physical Education and Sport at school in Europe Eurydice Report*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
http://eacea.ec.europa.eu/education/eurydice/documents/thematic_reports/150EN.pdf (žiūrėta 2015-04-15).

15. Favazza, P.C., Zeisel, S., Ghio, K. (2015). *Young Athlete Motor Checklist (YAMC)*. Special Olympics International, Washington, DC with Center for Social Development and Education, University of Massachusetts Boston.
16. Favazza, P.C., Siperstein, G.N., Zeisel, S.A., Odom, S.L., Sideris, J.H., Moskowitz, A.L. (2013). Young Athletes Program: Impact on Motor Development. *Adapted Physical Activity Quarterly*, (30), 235-253.
17. Favazza, P.C., Zeisel, S., Parker, R., & Leboeuf, L. (2011). *Young Athletes Intervention*. Special Olympics International, Washington, DC.
18. Frey G. C. & Chow B. (2006) Relationship between BMI, physical fitness, and motor skills in youth with mild intellectual disabilities. *International Journal of Obesity*, (30), 861- 867.
19. Gallahue D, Ozmun J. (2002). *Understanding motor development. infants, children, adolescents, adults*. 5th ed. New York, NY: McGraw-Hill
http://www.google.lt/books?hl=lt&lr=&id=6_aYHejIEgC&oi=fnd&pg=PP2&dq=test+of+children+with+disabilities+in+physical+education&ots=Mdvlw09PZO&sig=tGvJCjreL_GFzrxy1PNCLwhgMr8&redir_esc=y#v=onepage&q=test%20of%20children%20with%20disabilities%20in%20physical%20education&f=false. (žiūrėta 2015-04-05).
20. Gabbard, C.P. (2000). *Lifelong motor development* (3rd ed.). Madison Dubuque, IA: Brown & Benchmark.
21. Farrell, R. J., Crocker, P. R. E., McDonough, M. H., Sedgwick, W. A. (2004). The driving force: motivation in Special Olympics. *Adapted Physical Activity Quarterly*, (21), 153-166.
22. Gervickienė, L., Stasiulevičienė, L., Aleksandravičienė, R., Rėklaitienė, D. (2008). Kineziterapijos poveikis Dauno sindromą turinčių vaikų fiziniam išsivystymui ir motoriniams įgūdžiams. *Sporto mokslas*, 3 (53), 68-73.
23. Hassan, D., Dowling, S., McConkey, R. (2013). *Sport, coaching and intellectual disability*.
24. Ivaškienė, V. (2002). *Fizinių ypatybių lavinimas per kūno kultūros pamokas*. Mokomoji knyga. Kaunas. LKKA.
25. Juškelienė, V. (2003). *Sveikata ir fizinis aktyvumas*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas, 17-19, 24-29.
26. Iverson, J. (2010). Developing language in a developing body: The relationship between motor development and language development. *Journal of Child Language*, 229-261.
27. Kaffemanienė, I. (2006). *Negalės ir socialinės gerovės tyrimų metodologiniai aspektai*. Metodinė priemonė bakalaurantams ir magistrantams. VŠĮ Šiaulių universiteto leidykla.

28. LT Švietimo būklės apžvalga 2014 m.
https://www.smm.lt/uploads/lawacts/docs/579_c915f0e2c4513e8271a45716bb37142d.pdf
(žiūrėta 2015-03-20).
29. Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministro 2011 m. liepos 13 d. įsakymas Nr. V-1265/V-685/A1-317 (Žin., 2011, Nr. 93-4428).
30. Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2010 m. kovo 17 d. nutarimas Nr. 291, Kūno kultūros ir sporto departamento prie Lietuvos Respublikos vyriausybės, nuostatai.
http://www.lrvk.lt/bylos/Teises_aktai/2010/03/14914.doc (žiūrėta 2014-12-12).
31. Lietuvos kūno kultūros ženklo programa „Augti ir stiprėti“, patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerijos ir Kūno kultūros ir sporto departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2003 m. gruodžio 24 d. įsakymu Nr. ISAK-1882/445.
<http://www.kksd.lt/index.php?2434650091> (žiūrėta 2015-01-10).
32. Lietuvos Specialiosios olimpiados komitetas.
<http://lsok.init.lt/index.php?module=content&action=static&id=history>(žiūrėta 2014-11-20).
33. Lee, Y.C. (2012). Fundamental movement skill level of students disability in special school. *J Korean Phys Edu Girls Women*;(26), 201–209.
34. Mikulėnaitė, L. (2005). Pagrindiniai raidos sutrikimo gydymo ir reabilitacijos aspektai. *Viltis*, Nr. 2.
35. Mockevičienė, D., Šimkutė, I. (2014). *Ikimokyklinio amžiaus vaikų fizinis raštingumas*. Vilnius: BMK.
36. Mockevičienė, D. (2000). Ankstyvojo amžiaus vaikų motorinė raida Miuncheno funkcinės raidos diagnostikos požiūriu. *Pedagogika*, 45, 74 – 82.
37. Mockevičienė, D. (2003). *Kūdikių sutrikusios judesių raidos kaita taikant korekcinį ugdymą: daktaro disertacija*. Kaunas: LKKA.
38. *Mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, mokymosi pasiekimų vertinimas*.
<http://www.smm.lt/uploads/documents/ugdymoplanai/Pradinio%20%20BUP%202013%20m%20%20geguzes%209%20d.pdf> (žiūrėta 2015-01-09).
39. *Mokinių, turinčių specialiųjų poreikių, grupių nustatymo ir jų specialiųjų ugdymosi poreikių skirstymo į lygius tvarkos aprašas*.
<http://www.spf.su.lt/lla/dokumentai/negaliu%20ir%20sutrikimu%20apibudinimas%20priedas%201.doc> (žiūrėta 2015-01-10).

40. Narvydė, A. (2012). *Taikomosios fizinės veiklos poveikis autistų savarankiškumo įgūdžių ugdymui*. Magistro darbas, Lietuvos Kūno kultūros akademija.
41. Ostasevičienė V. ir kt. (2008). *Specialiųjų poreikių vaikų elgesio ir emocijų sutrikimų įvertinimas ir jų ugdymas per taikomąją fizinę veiklą*. LKKA. Kaunas.
42. Payne, V.G., & Isaacs, L.D. (2002). *Human motor development: A lifespan approach* (5th ed.). Boston: McGraw Hill.
43. Poteliūnienė S. (2012). *Vaikų fizinių gebėjimų ugdymas pradinėse klasėse*. Vilnius. Lietuvos edukologijos universitetas.
44. Priešmokyklinio amžiaus vaikų šeimų fizinio aktyvumo skatinimas ir olimpinio ugdymo galimybės ikimokyklinėse įstaigose Doc. dr. Zina Birontienė .Klaipėdos universitetas http://sportinfo.lt/dokumentai/periodiniai_leidiniai/sp_mokslas/SM_2012_4.pd (žiūrėta 2015-04-22).
45. Pradinio ir pagrindinio ugdymo bendrųjų programų pritaikymo rekomendacijos specialiųjų poreikių mokinių, turinčių vidutinį, žymų ir labai žymų intelekto sutrikimą, ugdymui. 2009. Vilnius. Sapnų sala.
http://portalas.emokykla.lt/Documents/Methodiniai%20leidiniai/SPPC/prad_pagrBP_spec.p (žiūrėta 2014-12-20).
46. Pradinis ugdymas, Bendroji ugdymo programa Kūno kultūra (2008).
http://www.upc.smm.lt/suzinokime/bp/failai/pradinio_u_2008-09-29.pdf (žiūrėta 2014-12-20).
47. Račė, L. (2008). *Terapinių kamuolių pratybų įtaka 6 metų vaikų, turinčių kalbos sutrikimų, psichomotorikai*. Magistro baigiamasis darbas, Šiauliai: Šiaulių universitetas.
48. Radzevičienė, L. Jurevičienė, M. (2008). *Lavinamųjų klasių mokinių fizinės veiklos modeliavimas*. Šiaulių Universitetas.
49. Rauckis, J., Drungilienė, D. (2003). *Ankstyvojo amžiaus vaikų kūno kultūros programa ir metodinės rekomendacijos*. Vilnius: Fotoreporterių gildija.
50. Rėklaitienė, D., Požėrienė, J. (2012). Futbolo treniruočių poveikis berniukų, turinčių vidutinį intelekto sutrikimą, fizinių ypatybių ugdymui. Sportinį darbingumą lemiantys veiksniai (V). *Mokslinių straipsnių rinkinys*. Lietuvos Sporto Universitetas, 106-109.
51. Rimmer, J. H. (1994). *Fitness and rehabilitation programs for social population*. WCB Brownt Benchmark.
52. Riethmuller, A.M., Jones, R., & Okely, A. (2009). Efficacy of interventions to improve motor development in young children: A systematic review. *Pediatrics*, 124(4), e782–e792.

53. Skurvydas, A. (2008). *Judesių mokslas: raumenys, valdymas, mokymas, reabilitavimas, sveikatinimas, treniravimas, metodologija*. Kaunas: LKKA.
54. Skowronski, W., Horvat, M., Nocera, N. (2009). Eurofit Special: European Fitness Battery Score Variation Among Individuals With Intellectual Disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2009, (26), 54-67. Žiūrėta (2015-02-10).
<http://www.humankinetics.com/acucustom/sitename/Documents/DocumentItem/16605.pdf>
55. Specialiosios pedagogikos ir psichologijos centras (2011). *Metodinės rekomendacijos ir švietimo pagalbos teikėjams „Mokykimės kartu“*.
56. *Special Olympics Coaching Guide*. (2007). Prieiga per internetą:
[http://media.specialolympics.org/soi/files/resources/Sports-Rules Competitions/Sport Psychology.pdf](http://media.specialolympics.org/soi/files/resources/Sports-Rules%20Competitions/Sport%20Psychology.pdf) (žiūrėta 2015-04-18).
57. Specialiosios olimpiados „Jaunieji atletai“ programa.
http://www.specialolympics.org/young_athletes.aspx (žiūrėta 2014-05-14).
58. Sherrill, C. (1998). *Adapted physical activity, recreation and sport: Cross disciplinary and lifespan*. Dubuque. IA: Brown and Benchmark.
59. *Special Olympics Reach Report 2013 Summary*.
http://media.specialolympics.org/soi/files/resources/Communications/Annual-Report/2013_Special-Olympics-Reach-Report.pdf žiūrėta (2015-03-21)
60. Spodek, B; Saracho, N. (2013). *Handbook of Research on the Education of Young Children*. New York.
61. Stankūnienė, J. (2011). *Fizinis aktyvumas – nauda sveikatai ir smagi pramoga*.
<http://www.ikimokyklinis.lt/index.php/straipsniai/tevams/fizinis-aktyvumas-nauda-sveikatai-ir-smagi-pramoga/11133> (žiūrėta 2015-04-25).
62. Stonkus, S. (2002). *Sporto terminų žodynas*. Kaunas: LKKA
63. Švietimo ir mokslo ministerija . (2002). *Priešmokyklinio ugdymo turinio įgyvendinimo rekomendacijos*. Švietimo aprūpinimo centras.
64. Vilūnienė A, Trinkūnienė L. (2014). *Šiuolaikinė kūno kultūros pamoka*. Kaunas. Lietuvos sporto universitetas, 59-60.
65. Zumeras, R., Gurskas, V. (2012). *Mokinių fizinis aktyvumas ir sveikata: metodinė informacinė medžiaga skirta visuomenės sveikatos priežiūros specialistams bei pedagogams*. Vilnius. Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras.

66. Žilionytė, V., Poteliūnienė, S. (2012). Olimpinio ugdymo programos realizavimą Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklose skatinantys ir apsunkinantys veiksniai. *Sporto mokslas*, 1(67), 45–51.
67. Žukauskienė, R. (2012). *Raidos psichologija: integruotas požiūris..* Margi raštai. Vilnius, 186-190, 283-287, 380-382.
68. Vaitkevičius, J.V., Bakanovienė, T., Miliūnienė, L. (2005). Šiaulių miesto bendrojo lavinimo mokyklų ugdytinių popamokinės veiklos, laisvalaikio ir savijautos tyrimas. *Visuomenės sveikata*. 2005; 4(31), 44–47.
69. Vuijk, P. J., Hartman, E., Scherder, E. & Visscher, C. (2010). Motor performance of children with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, volume 54 part 11, 955–965.
70. Westwood, P. (2007). *Commonsense methods for children with special educational needs*. Fifth edition, 17-24.
71. Westendorp M, Houwen S, Hartman E, Visscher C. (2011). Are gross motor skills and sports participation related in children with intellectual disabilities? *Research in Developmental Disabilities*, Volume 32, Issue 3, 2011, 1147-1153.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21310587> (žiūrėta 2015-03-20).
72. Winnick J. (2010). *Adapted physical education and sport*. Fifth edition.

**THE EFFECT OF „THE YOUNG ATHLETES” PROGRAM ON THE DEVELOPMENT OF
MOTOR SKILLS OF 7-8 YEAR OLD CHILDREN WITH COMPLEX DISABILITIES**

The Master's Degree Thesis

Summary

The research carried out the analysis of 7-8 year old children with complex disabilities as well as the importance of the identification of basic motor skills and their improvement in the development of children.

The hypothesis has been raised that basic motor skills among 7-8 year olds with complex disabilities are not sufficiently developed; however, after testing their motor skills and purposively working according to Young Athletes program the children's basic motor skills will improve significantly.

Applying Educational project the effect of Special Olympics called Young Athletes was established to the 7-8 year old children with complex disabilities. In order to collect data testing was used. Applying mathematical statistical method arithmetical averages and frequency distributions were calculated. The study involved twenty five 7-8 year old children with complex disabilities and attending a special institution.

The main conclusions of the research:

- In accordance with scientific literature we found out that it is important to analyze the basic children's motor skills in the early ages of life and with the help of physical activities to develop movements because only acquisition of basic motor movements allows the development of specific motor skills which are needed for particular sports.
- The evaluation of motor skills among the 7-8 year old children with complex disabilities showed that all children in the study were able to roll a ball sitting with legs spread apart, to throw a ball 1 meter underhand and kick a ball in any direction. None of the children was able to perform more than 1 meter two footed long jump.
- The analysis of changes in motor skills showed that the program of „Young Athletes“ had a statistically significant effect on the development of basic balance, locomotion and object manipulation motor skills.
- It was found out that the program of Special Olympic „Young Athletes“ had the biggest effect on motor skills for children with mild and severe intellectual disability.

Key words: multiple disabilities, intellectual disability, basic motor skills

PRIEDAI

Aplinkos / vaiko charakteristika

Pagrindiniai (pusiausvyros) įgūdžiai

Reikalinga įranga: chronometras, kilimėlis atsistėti arba atsigulti.

Pastaba: Kiekvieną įgūdį pakartokite su vaiku 2 kartus. Vaikas turi sėkmingai atlikti įgūdį vieną kartą, kad būtų įvertintas „TAIP“.

	Įgūdis	Atlikimo metodika	Vertinimas	Prieš YA	Po YA
PUSIAUSVYROS LAIKYMAS IR LIEMENS VALDYMAS	1. Klūpojimas:	<p>Reikalinga: kilimėlis</p> <p>Parodykite: atsiklaupkite sėdmenų neatremdami į kulnus.</p> <p>Pasakykite: „Atsiklaupk taip, kaip aš“.</p> <p>Stebėkite vaiką klaupiantis.</p>	<p>NE - Vaikas negali atsiklaupiti arba vaikas klaupiasi atrėmęs sėdmenis į kulnus.</p> <p>TAIP - Vaikas atsiklaupia pakėlęs sėdmenis, neatremdamas jų į kulnus.</p>		
	2. Stovėjimas ant vienos kojos: laikas 1-5 sekundės	<p>Reikalinga: chronometras</p> <p>Parodykite: atsistokite ant vienos kojos, kitą koją sulenkdami ties keliu, rankas laikydami ant klubų.</p> <p>Pasakykite: „Padaryk taip, kaip aš. Uždėk rankas ant klubų ir atsistok ant vienos kojos“.</p> <p>Stebėkite, kiek laiko vaikas gali stovėti ant vienos kojos.</p>	<p>NE - Vaikui reikia pagalbos stovėti ant vienos kojos arba jis stovi ant vienos kojos mažiau nei 1 sekundę.</p> <p>TAIP - Vaikas stovi ant vienos kojos laikydamas rankas ant klubų 1-5 sekundes ar ilgiau.</p>	Laikas: _____	Laikas: _____
	3. Stovėjimas ant vienos kojos: laikas 6-10 sekundžių	<p>Reikalinga: chronometras</p> <p>Parodykite: atsistokite ant vienos kojos, kitą koją sulenkdami ties keliu, rankas laikydami ant klubų.</p> <p>Pasakykite: „Uždėk rankas ant klubų ir atsistok</p>	<p>NE - Vaikui reikia pagalbos stovėti ant vienos kojos arba jis stovi ant vienos kojos mažiau nei 6 sekundes.</p>	Laikas: _____	Laikas: _____

	<p>taip, kaip aš“.</p> <p>Stebėkite, kiek laiko vaikas gali stovėti ant vienos kojos.</p>	<p>TAIP - Vaikas stovi ant vienos kojos laikydamas rankas ant klubų 6-10 sekundžių ar ilgiau.</p>		
--	---	--	--	--

	<p>4. Stovėjimas ant pirštų galų: laikas 1-5 sekundės</p> <p>Reikalinga: chronometras</p> <p>Parodykite: atsitokite ant pirštų galų laikydami rankas virš galvos.</p> <p>Pasakykite: „Iškelk rankas virš galvos ir atsistok ant pirštų galų taip, kaip aš“.</p> <p>Matuokite, kiek laiko vaikas gali stovėti ant pirštų galų.</p> <p>Patarimai testavimui: Parodykite vaikui, kur yra jo pirštų galai. Pratimą gali būti lengviau atlikti be batų. Galite pirmiau parodyti jam savo kojų pirštus.</p>	<p>NE - Vaiko kulnai lieka ant grindų arba vaikas kilnoja pėdas stovėdamas ant pirštų galų arba vaikas stovi ant pirštų galų laikydamas rankas virš galvos mažiau nei 1 sekundę.</p> <p>TAIP - Vaikas stovi ant pirštų galų laikydamas rankas virš galvos, nekilnodamas pėdų 1-5 sekundes ar ilgiau.</p>	Laikas:	Laikas:
	<p>5. Stovėjimas ant pirštų galų: laikas 6-12 sekundžių</p> <p>Reikalinga: chronometras</p> <p>Parodykite: atsitokite ant pirštų galų laikydami rankas virš galvos.</p> <p>Pasakykite: „Iškelk rankas virš galvos ir atsistok ant pirštų galų taip, kaip aš“.</p> <p>Matuokite, kiek laiko vaikas gali stovėti ant pirštų galų.</p> <p>Patarimai testavimui: Parodykite vaikui, kur yra jo pirštų galai. Pratimą gali būti lengviau atlikti be batų. Galite pirmiau parodyti jam savo kojų pirštus.</p>	<p>NE - Vaiko kulnai lieka ant grindų arba vaikas kilnoja pėdas stovėdamas ant pirštų galų arba vaikas stovi ant pirštų galų laikydamas rankas virš galvos mažiau nei 6 sekundes.</p> <p>TAIP - Vaikas stovi ant pirštų galų laikydamas rankas virš galvos, nekilnodamas pėdų 6-12 sekundžių ar ilgiau.</p>	Laikas:	Laikas:

Stacionarūs įgūdžiai: bendras TAIP įvertinimų skaičius		
---	--	--

Lokomociniai įgūdžiai

Reikalinga įranga: ant grindų pažymėta linija (įvairių ilgių), laiptai su turėklais ir trimis pakopomis, YA barjeras (arba 2 kėdės ir lynas / virvė), nedidelis žaislas, chronometras, grindų žymekliai.

Pastaba: Kiekvieną įgūdį pakartokite du kartus su vaiku. Vaikas turi sėkmingai atlikti įgūdį vieną kartą, kad būtų įvertintas „TAIP“.

	Įgūdis	Atlikimo metodika	Vertinimas	Prieš YA	Po YA
EJMAS (Lokomociniai įgūdžiai)	1. Ėjimas linija statant vieną koją ant linijos, trumpas atstumas: 1 metras	Reikalinga: 1 metro ilgio linija ant grindų Parodykite: eikite per liniją viena koja priekyje, <i>laikykite vieną koją ant linijos.</i> Pasakykite: „Eik per liniją taip, kaip aš, laikydamas	NE - Vaikas negali pereiti 1 metro ilgio linijos, išlaikydamas bent 1 koją ant linijos. TAIP - Vaikas nueina 1 metro ilgio liniją, išlaikydamas bent 1 koją ant		

		vieną koją ant linijos“.	linijos.		
	2. Ėjimas linija statant abi kojas ant linijos, trumpas atstumas: 1 metras	<p>Reikalinga: 1 metro ilgio linija ant grindų</p> <p>Parodykite: eikite per liniją viena koja priekyje, <i>laikykite abi kojas ant linijos.</i></p> <p>Pasakykite: „Eik per liniją taip, kaip aš, laikydamas abi kojas ant linijos“.</p>	<p>NE – Vaikas negali pereiti 1 metro ilgio linijos, išlaikydamas abi kojas ant linijos.</p> <p>TAIP - Vaikas nueina 1 metro ilgio liniją, išlaikydamas abi kojas ant linijos.</p>		
	3. Ėjimas linija statant vieną koją ant linijos, ilgas atstumas: 2.5 metro	<p>Reikalinga: 2.5 metro ilgio linija ant grindų</p> <p>Parodykite: eikite per liniją viena koja priekyje, <i>laikykite vieną koją ant linijos.</i></p> <p>Pasakykite: „Eik per liniją taip, kaip aš, laikydamas vieną koją ant linijos“.</p>	<p>NE - Vaikas negali pereiti 2.5 metro ilgio linijos, išlaikydamas bent 1 koją ant linijos.</p> <p>TAIP - Vaikas nueina 2.5 metro ilgio liniją, išlaikydamas bent 1 koją ant linijos.</p>		
	4. Ėjimas linija statant abi kojas ant linijos, ilgas atstumas: 2.5 metro	<p>Reikalinga: 2.5 metro ilgio linija ant grindų</p> <p>Parodykite: eikite per liniją viena koja priekyje, <i>laikykite abi kojas ant linijos.</i></p> <p>Pasakykite: „Eik per liniją taip, kaip aš, laikydamas abi kojas ant linijos“.</p>	<p>NE – Vaikas negali pereiti 2.5 metro ilgio linijos, išlaikydamas abi kojas ant linijos.</p> <p>TAIP - Vaikas nueina 2.5 metro ilgio liniją, išlaikydamas abi kojas ant linijos.</p>		
	5. Ėjimas atbulomis 5 žingsnius	<p>Reikalinga: atvira erdvė.</p> <p>Parodykite: ženkite atbulomis 5 žingsnius įprasta eiseną. Rankas galite laikyti ant klubų arba prie šonų.</p> <p>Pasakykite: „Eik atbulomis taip, kaip aš“.</p>	<p>NE - Vaikas negali paeiti atbulomis 5 žingsnių. Paeina atbulomis 4 žingsnius arba mažiau.</p> <p>TAIP - Vaikas paeina atbulomis 5 žingsnius arba daugiau.</p>		
	6. Ėjimas atbulomis ant linijos	<p>Reikalinga: 2 metrų ilgio linija ant grindų.</p> <p>Parodykite: ženkite atbulomis ant linijos,</p>	<p>NE - Vaikas negali eiti linija atbulas, negali išsilaikyti ant linijos</p>	Atstumas:	Atstumas:

	2 metrai	laikydami rankas ant klubų arba prie šonų įprasta eisenai, statydami kiekvieną koją ant linijos. Pastatykite vaiką ties linijos pabaiga. Pasakykite: „Eik atbulomis taip, kaip aš“.	2 metrus. TAIP - Vaikas eina atbulas 2 metrus, kiekvieną koją statydamas ant linijos.	_____	_____
	7. Žingsnis į šoną 2 metrai	Reikalinga: 2 metrų ilgio linija ant grindų. Parodykite: eikite linija šonu įprastu žingsniu, kiekvieną koją statydami ant linijos. Pasakykite: „Eik šonu taip, kaip aš“.	NE - Vaikas negali nueiti linija šonu 2 metrus. TAIP - Vaikas nueina linija šonu 2 metrus, kiekvieną koją statydamas ant linijos.	Atstumas: _____	Atstumas: _____
BĖGIMAS	8. Bėgimo greitis: trumpas atstumas	Reikalinga: starto ir finišo linijos, pažymėtos grindų žymekliais, 5 metrų atstumu viena nuo kitos, chronometras. Parodykite: nubėkite nuo starto iki finišo linijos. Nuveskite vaiką prie starto linijos. Atsistokite ties finišo linija su chronometru. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Kai pasakysiu „jau“, bėk kuo greičiau. JAU!“	NE - Vaikas negali nubėgti 5 metrų arba nubėga 5 metrus per 5 sekundes ar daugiau. TAIP - Vaikas nubėga 5 metrų ilgio atkarpą per 4 sekundes ar mažiau.	Laikas: _____	Laikas: _____

	9. Bėgimo greitis: ilgas atstumas	Reikalinga: starto ir finišo linijos, 9 metrų atstumu viena nuo kitos, chronometras. Parodykite: nubėkite nuo starto iki finišo linijos. Nuveskite vaiką už starto linijos. Atsistokite už finišo linijos su chronometru. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Kai pasakysiu	NE - Vaikas negali nubėgti 9 metrų arba nubėga 9 metrus per 7 sekundes ar daugiau. TAIP - Vaikas nubėga 9 metrus per 6 sekundes ar mažiau.	Laikas: _____	Laikas: _____
--	--	--	---	-----------------------------	-----------------------------

		„jau“, bėk kuo greičiau. JAU!“			
ŠUOLIAI	10. Šuoliai (2 metrai pradėdami ta pačia koja)	Reikalinga: 2 metrų ilgio linija ant grindų. Parodykite: nušuoliuokite linijos atkarpą pradėdami ta pačia koja. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Nušuoliuok nuo vieno linijos galo iki kito pradėdamas ta pačia koja.“	NE - Vaikas negali nušuoliuoti 2 metrų pradėdamas ta pačia koja. TAIP - Vaikas gali nušuoliuoti 2 metrus pradėdamas ta pačia koja.	Atstumas: _____	Atstumas: _____
ŠUOLIAVIMAS	11. Šuoliavimas (2 metrai pradėdami skirtingomis kojomis)	Reikalinga: 2 metrų ilgio linija ant grindų. Parodykite: nušuoliuokite linijos atkarpą pradėdami skirtingomis kojomis. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Nušuoliuok nuo vieno linijos galo iki kito keisdamas kojas.“	NE - Vaikas negali nušuoliuoti 2 metrų keisdamas kojas. TAIP - Vaikas gali nušuoliuoti 2 metrus keisdamas kojas.	Atstumas: _____	Atstumas: _____
ŠOKINĖJIMAS IR PAŠOKIMAS	12. Šuolis į priekį trumpas atstumas: 0.6 metro (šuolis abiem kojom)	Reikalinga: 3 metrų ilgio linija. Parodykite: šokite į priekį (greta linijos) abiem kojom, pradėdami nuo linijos galo. Nusileisite išsilaikydami ant abiejų kojų. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Šok kuo toliau“.	NE - Vaikas negali nušokti į priekį 0.6 metro abiem kojom, atsispiria viena koja arba nukrinta šokdamas. TAIP - Vaikas nušoka į priekį 0.6 metro ar daugiau abiem kojom nenukrisdamas.	Atstumas: _____	Atstumas: _____

	13. Šuolis į priekį vidutinis atstumas: 0.75 metro (šuolis abiem)	Reikalinga: 3 metrų ilgio linija. Parodykite: šokite į priekį (greta linijos) abiem kojom, pradėdami nuo linijos galo. Nusileisite išsilaikydami ant abiejų kojų. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Šok kuo toliau“.	NE - Vaikas negali nušokti į priekį 0.75 metro abiem kojom, atsispiria viena koja arba nukrinta šokdamas. TAIP - Vaikas nušoka į priekį 0.75 metro ar daugiau abiem kojom nenukrisdamas.	Atstumas: _____	Atstumas: _____
--	--	--	---	---------------------------	---------------------------

kojom)				
14. Šuolis į priekį ilgas atstumas: 1 metras (šuo abiem kojom)	Reikalinga: 3 metrų ilgio linija. Parodykite: šokite į priekį (greta linijos) abiem kojom, pradėdami nuo linijos galo. Nusileisite išsilaikydami abiejų kojų. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Šok kuo toliau“.	NE - Vaikas negali nušokti į priekį 1 metro abiem kojom, atsispiria viena koja arba nukrinta šokdamas. TAIP - Vaikas nušoka į priekį 1 metrą ar daugiau abiem kojom nenukrisdamas.	Atstumas: _____	Atstumas: _____
15. Šuolis į viršų 5 cm nuo grindų	Reikalinga: nedidelis žaislas arba kamuolys. Parodykite: pašokite į viršų suglaustomis kojomis, sulenktais keliais, kūno masė nukreipta į viršų. Pasakykite: „Pašok taip, kaip aš“. Patarimas testavimui: Rankoje laikykite minkštą žaislą arba kamuolį, kurį vaikas siektų paliesti šokdamas.	NE - Vaikas negali pašokti 5 cm arba vaikas pašoka, tačiau jo pėdos beveik nepakyla nuo grindų. TAIP - Vaikas pašoka 5 cm suglaustomis kojomis.		
16. Šuolis į viršų 6 cm ar daugiau nuo grindų	Reikalinga: nedidelis žaislas arba kamuolys. Parodykite: pašokite į viršų suglaustomis kojomis, sulenktais keliais, kūno masė nukreipta į viršų. Pasakykite: „Pašok taip, kaip aš“. Patarimas testavimui: Rankoje laikykite minkštą žaislą arba kamuolį, kurį vaikas siektų paliesti šokdamas.	NE - Vaikas negali pašokti 6 cm arba vaikas pašoka, tačiau jo pėdos beveik nepakyla nuo grindų. TAIP - Vaikas pašoka 6 cm suglaustomis kojomis.		
17. Žemas šuolis per barjerą 5cm	Reikalinga: barjeras arba lynas/virvė 5 cm nuo grindų tarp 2 kėdžių. Kėdes statykite 1 metro atstumu. Parodykite: šokite per barjerą, atsispirdami ir nusileisdami abiem kojom.	NE - Vaikas neperšoka barjero atsispirdamas ir nusileisdamas <i>abiem kojom</i> arba vaikas perlipa barjerą arba nukrinta šokdamas. TAIP - Vaikas peršoka barjerą neužkliūdamas, atsispirdamas ir		

		Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Šok per barjerą“.	nusileisdamas abiem kojom.		
	18. Aukštas šolis per barjerą 25cm	Reikalinga: barjeras arba lynas/virvė 25 cm nuo grindų tarp 2 kėdžių. Kėdes statykite 1 metro atstumu. Parodykite: šokite per barjerą. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Šok per barjerą“.	NE - Vaikas neperšoka barjero atsispirdamas ir nusileisdamas <i>abiem kojom</i> arba vaikas perlipa barjerą arba nukrinta šokdamas. TAIP - Vaikas peršoka barjerą neužkliūdamas, atsispirdamas ir nusileisdamas abiem kojom.		
	19. Šuoliukai ant vienos kojos (4 šuoliukai)	Parodykite: pašokite ant vienos kojos nenuleisdami kitos kojos - 4 šuoliukai. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Pašok ant vienos kojos kuo daugiau kartų“. Patarimas testavimui: garsiai skaičiuokite vaiko šuoliukus.	NE - Vaikas negali pašokti ant vienos kojos 4 kartus. TAIP - Vaikas pašoka ant vienos kojos 4 kartus ir daugiau.		

	20. Šuoliukai ant vienos kojos (5 šuoliukai ar daugiau)	Parodykite: pašokite ant vienos kojos nenuleisdami kitos kojos. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Pašok ant vienos kojos 5 ar daugiau kartų“. Patarimas testavimui: garsiai skaičiuokite vaiko šuoliukus.	NE - Vaikas negali pašokti ant vienos kojos 5 kartus. TAIP - Vaikas pašoka ant vienos kojos 5 kartus ir daugiau.		
--	--	---	---	--	--

Varomieji įgūdžiai: bendras TAIP įvertinimų skaičius		
---	--	--

Ar vaikas naudojo dominuojančią ranką/koją (pastebėta nuosekliai pasirenkant tą pačią ranką/koją atliekant varomųjų įgūdžių pratimus), ar nerodė pirmenybės (pasirinkdavo tai vieną, tai kitą ranką/koją)?

- Naudojo dominuojančią ranką/koją
 Nerodė pirmenybės

Objekto manipuliavimo įgūdžiai

Reikalinga įranga: didelis kamuolys, mažas kamuoliukas, įvairių ilgių linija.

Pastaba: Kiekvieną įgūdį pakartokite du kartus su vaiku. Vaikas turi sėkmingai atlikti įgūdį vieną kartą, kad būtų įvertintas „TAIP“.

	Įgūdis	Atlikimo metodika	Vertinimas	Prieš YA	Po YA
KAMUOLIO RIDENIMAS	1. Kamuolio ridenimas	<p>Reikalinga: didelis kamuolys.</p> <p>Pirma: pasodinkite vaiką ant grindų išskėstomis kojomis. Atsisėskite 1 metro atstumu nuo vaiko atsisukęs į vaiką ir išskėskite kojas.</p> <p>Parodykite: paridenkite kamuolį vaikui nuo savo tarpkojo.</p> <p>Toliau: likite sėdėti. Padėkite kamuolį tarp vaiko kelių.</p> <p>Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Paridenk man kamuolį“.</p>	<p>NE - Vaikas negali paridenti kamuolio.</p> <p>TAIP - Vaikas paridena kamuolį į priekį.</p>		

GAUDYMAS	2. Didelio kamuolio gaudymas: pradedantiesiems	<p>Reikalinga: didelis kamuolys.</p> <p>Parodykite: atsistokite ar atsiklaupkite 1.5 metrų atstumu nuo vaiko. Meskite kamuolį taip, kad šis leistųsi ties vaiko krūtine.</p> <p>Pasakykite: „Gaudyk kamuolį“.</p>	<p>NE - Vaikas nusisuka nuo kamuolio arba vaiko rankos lieka prigludusios prie šonų arba vaikas nepagauna kamuolio.</p> <p>TAIP - Vaikas ištiesia rankas ir pagauna kamuolį naudodamasis krūtine ir rankomis.</p>		
	3. Didelio kamuolio gaudymas: pažengusiems	<p>Reikalinga: didelis kamuolys.</p> <p>Parodykite: atsistokite ar atsiklaupkite 1.5 metrų atstumu nuo vaiko. Meskite kamuolį taip, kad šis leistųsi ties vaiko krūtine.</p> <p>Pasakykite: „Gaudyk kamuolį“.</p>	<p>NE - Vaikas nepagauna kamuolio arba vaikas pagauna kamuolį naudodamasis abiem rankom ir plaštakom.</p> <p>TAIP - Vaikas pagauna kamuolį naudodamasis tik plaštakomis ir rankomis, sulenktomis per alkūnes.</p>		

METIMAS	4. Metimas iš apačios: trumpas atstumas (1 metras)	<p>Reikalinga: mažas kamuoliukas, 1 metro ilgio linija.</p> <p>Parodykite: meskite kamuolį iš apačios bent 1 metrą.</p> <p>Toliau: paduokite kamuolį vaikui.</p> <p>Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Mesk kamuolį iš apačios kuo toliau“.</p>	<p>NE - Vaikas pameta kamuolį arba metą jį ne į priekį, o kita kryptimi, arba vaikas numeta kamuolį mažiau negu 1 metras).</p> <p>TAIP - Vaikas meta kamuolį iš apačios taip, kad šis nuskrieja 1 metrą ar toliau į priekį.</p>	Atstumas: _____	Atstumas: _____
	5. Metimas iš apačios: ilgas atstumas (3 metrai)	<p>Reikalinga: mažas kamuoliukas, 3 metrų ilgio linija.</p> <p>Parodykite: meskite kamuolį iš apačios bent 3 metrus.</p> <p>Toliau: paduokite kamuolį vaikui.</p>	<p>NE - Vaikas numeta kamuolį mažiau negu 3 metrus.</p> <p>TAIP - Vaikas meta kamuolį iš apačios taip, kad šis nuskrieja 3 metrus ar toliau.</p>	Atstumas: _____	Atstumas: _____

		Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Mesk kamuolį iš <i>apačios</i> kuo toliau“.			
	6. Metimas iš viršaus: trumpas atstumas (1 metras)	Reikalinga: mažas kamuoliukas, 1 metro ilgio linija. Parodykite: meskite kamuolį iš viršaus bent 1 metrą. Toliau: paduokite kamuolį vaikui. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Mesk kamuolį iš viršaus kuo toliau“.	NE - Vaikas pameta kamuolį arba metą jį ne į priekį, o kita kryptimi, arba vaikas numeta kamuolį mažiau negu 1 metras). TAIP - Vaikas meta kamuolį iš viršaus taip, kad šis nuskrieja 1 metrą ar toliau į priekį.	Atstumas: _____	Atstumas: _____
	7. Metimas iš viršaus: ilgas atstumas (3 metrai)	Reikalinga: mažas kamuoliukas, 3 metrų ilgio linija. Parodykite: meskite kamuolį iš viršaus bent 3 metrus. Toliau: paduokite kamuolį vaikui. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Mesk kamuolį iš viršaus kuo toliau“.	NE - Vaikas numeta kamuolį mažiau negu 3 metrus. TAIP - Vaikas meta kamuolį iš viršaus taip, kad šis nuskrieja 3 metrus ar toliau.	Atstumas: _____	Atstumas: _____
SPYRIMAS	8. Spyris į kamuolį (pagrindinis spyris)	Reikalinga: didelis kamuolys. Parodykite: pakelkite vieną koją ir pastumkite stacionarų kamuolį koja bet kuria kryptimi. Toliau: padėkite kamuolį priešais vaiko kojas. Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Spirk kamuolį“.	NE - Vaikas negali paspirti kamuolio. TAIP - Vaikas paspiria kamuolį.		

	<p>9. Spyris į kamuolį: trumpas atstumas (2 metrai)</p>	<p>Reikalinga: didelis kamuolys, 2 metrų ilgio linija</p> <p>Parodykite: pakelkite vieną koją ir pastumkite stacionarų kamuolį koja tiesiai 2 metrus.</p> <p>Toliau: padėkite kamuolį priešais vaiko kojas.</p> <p>Pasakykite: „Daryk taip, kaip aš. Spirk kamuolį kuo toliau“.</p>	<p>NE - Vaikas negali pasvirti kamuolio, arba paspiria taip, kad šis rieda tiesiai mažiau nei 2 metrus, arba vaikas paspiria kamuolį toliau nei 2 metrus, tačiau šis rieda šiek tiek į kairę arba į dešinę.</p> <p>TAIP - Vaikas paspiria kamuolį ir šis rieda tiesiai 2 metrus.</p>	<p>Atstumas: _____</p>	<p>Atstumas: _____</p>
	<p>10. Spyris į kamuolį: ilgas atstumas (3.5 metro)</p>	<p>Reikalinga: didelis kamuolys, 3.5 metro ilgio linija</p> <p>Parodykite: pakelkite vieną koją ir pastumkite stacionarų kamuolį koja tiesiai 3.5 metro.</p> <p>Toliau: padėkite kamuolį priešais vaiko kojas.</p> <p>Pasakykite: „Spirk kamuolį taip, kaip aš“.</p>	<p>NE - Vaikas negali pasvirti kamuolio, arba paspiria taip, kad šis rieda tiesiai mažiau nei 3.5 metrus, arba vaikas paspiria kamuolį toliau nei 3.5 metrus, tačiau šis rieda šiek tiek į kairę arba į dešinę.</p> <p>TAIP - Vaikas paspiria kamuolį ir šis rieda tiesiai 3.5 metrus.</p>	<p>Atstumas: _____</p>	<p>Atstumas: _____</p>
			<p>Objekto manipuliavimo įgūdžiai: bendras TAIP įvertinimų skaičius</p>		

Ar vaikas naudojo dominuojančią ranką/koją (pastebėta nuosekliai pasirenkant tą pačią ranką/koją atliekant objekto manipuliavimo įgūdžių pratimus), ar nerodė pirmenybės (pasirinkdavo tai vieną, tai kitą ranką/koją)?

- Naudojo dominuojančią ranką/koją
 Nerodė pirmenybės