PATVIRTINTA

Klaipėdos „Žilvičio“ lopšelio-darželio direktoriaus 2014 m. spalio 8 d. įsakymu

Nr. V1-29

PRITARTA

Klaipėdos miesto savivaldybės administracijos Ugdymo ir kultūros departamento Švietimo skyriaus vedėjo

2014 m. spalio 7 d. įsakymu Nr. ŠV1-271

**KLAIPĖDOS LOPŠELIO – DARŽELIO „ŽILVITIS“ NEFORMALIOJO VAIKŲ ŠVIETIMO SVEIKOS GYVENSENOS UGDYMO PROGRAMA**

**„SVEIKATOS TAKELIU“**

**I. BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Švietimo teikėjas – Klaipėdos lopšelis-darželis ,,Žilvitis“ (toliau – įstaiga), įregistruota Juridinių asmenų registre, kodas 190426641. Teisinė forma – biudžetinė įstaiga. Grupė– ikimokyklinio ugdymo mokykla.

2. Įstaigos buveinės adresas – Vyšnių g. 13, LT- 91264 Klaipėda.

3. Programos pavadinimas – Klaipėdos lopšelio – darželio „Žilvitis“ neformaliojo vaikų švietimo sveikos gyvensenos ugdymo programa „Sveikatos takeliu“ (toliau – programa).

4. Programos rengėjai: Augutė Kaulienė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui, Gitana Žilienė, neformaliojo švietimo pedagogė.

5. Programos koordinatorius – direktorė Jadvyga Šalnienė.

6. Programos trukmė – tęstinė. Programos turinys koreguojamas pagal poreikį.

7. Programos apimtis vieneriems mokslo metams.

8. Programos dalyviai – ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikai.

9. Programos įgyvendinimui įstaigoje sudarytos palankios materialinės, intelektualinės ir ugdymo(si) sąlygos: įrengtas sveikatos kambarėlis „Sveikatos takeliu“ su įvairiu inventoriumi, metodine ir grožine literatūra, didaktiniais žaidimais, muliažais, plakatais, muzikiniu centru ir įrašais. Įkurti sveikatinimo kampeliai ikimokyklinėse ir priešmokyklinėse grupėse, pritaikyta kompiuterinė įranga, sveikatingumo aikštelės ir sporto centrai lauke. Programos organizatorius kryptingai renkasi sveikatinimo formas bei būdus.

**II. IKIMOKYKLINIO IR PRIEŠMOKYKLINIO UGDYMO PRINCIPAI**

10. Programos įgyvendinamos, vadovaujantis šiais ugdymo principais:

10.1. socialinio kultūrinio kryptingumo. Ugdymas grindžiamas bendražmogiškomis, tautinėmis ir pilietinėmis vertybėmis;

10.2. individualizavimo. Atsižvelgiama į vaiko patirtį, jo poreikius ir interesus, galimybes, pažinimo sritį, temperamentą, specialiuosius ugdymosi poreikius, kalbinę ir sociokultūrinę aplinką;

10.3. integralumo. Siekiama vientiso fizinės, emocinės, socialinės ir pažinimo sričių plėtojimo, vadovaujantis holistiniu požiūriu į vaiką;

10.4. kontekstualumo. Ugdymo turinys glaudžiai siejamas su artimiausia vaiko aplinka, sociokultūriniais pokyčiais joje ir pasaulyje, siekiama, kad ugdymo(-si) patirtys vaikui būtų įdomios, aktualios, prasmingo;

10.5. sąveikos. Ugdymas grindžiamas visų ugdymo proceso dalyvių (vaiko, tėvų (globėjų), pedagogų ir kitų specialistų) sąveika, keičiantis nuomonėmis, įžvalgomis, jausmais, dalijantis patirtimi, keliant klausimus ir kartu ieškant atsakymų.

**III. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI**

11. Programos tikslas – padėti vaikui išsiugdyti sveikos ir saugios gyvensenos įgūdžius.

12. Uždaviniai:

12.1. saugoti ir stiprinti vaiko fizinę, psichinę, socialinę sveikatą, tenkinti jo judėjimo, saugumo poreikius;

12.2. siekti, kad pagal galimybes rinktųsi sveiką ir vertingą maistą;

12.3. stiprinti šeimos ir įstaigos partnerystę sveikos ir saugios gyvensenos ugdymo klausimais.

**IV. TURINYS. METODAI. PRIEMONĖS**

13. Programos turinys, naudojamos priemonės, įranga:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Sritys | Ikimokyklinis amžius | Priešmokyklinis amžius | Priemonės, įranga |
| 13.1. | Asmens higiena | Vaikai skatinami pajausti skirtumą tarp švarių ir nešvarių kūno dalių, dantų, aprangos, plaukų per sveikatos valandėles, temines savaites, susitikimus su medikais, ugdomosios veiklos užsiėmimų metu | Per švaros pojūčius, malonumą būti švariam ir tvarkingam ugdyti natūralų švaros poreikį. Skatinti savarankiškai naudotis asmens higienos priemonėmis, pasirinkti drabužius ir avalynę pagal orą ir dienos režimą. Žinių ir gebėjimų suteikimas sveikatos valandėlių, teminių savaičių, susitikimų su medikais, ugdomosios veiklos užsiėmimų metu | Vaiko asmeninės ir bendrosios higienos reikmenys: rankšluostis, šukos, dantų šepetėlis, nosinaitės, muilas, servetėlės, tualetinis popierius, drabužių ir batų valymo šepečiai, muliažai, plakatai, video įrašai, pratybų knygelės, didaktiniai žaidimai |
| 13.2. | Sveika ir saugi mityba | Padedami pedagogo vaikai nagrinėja, pasakoja ir daro išvadas, kaip maitintis sveika, o kaip ne. Per sveikatos valandėles, sveiko maisto dienas, įvairias pramogas, propaguojančias sveiką mitybą. Tėvų anketinės apklausos apie vaikų mitybos įpročius vykdymas, tėvų švietimo vaikų mitybos klausimais organizavimas | Pratinti kasdien laikytis pagrindinių sveikos mitybos reikalavimų, gerti pakankamai vandens, įvardinti, kad maistas teikia energijos ir padeda organizmui augti. Sveikatos valandėlių, viktorinų, inscenizacijų, sveiko maisto dienų, pramogų, propaguojančių sveiką mitybą organizavimas. Tėvų anketinės apklausos apie vaikų mitybos įpročius, tėvų švietimas vaikų mitybos klausimais | Maisto pasirinkimo piramidė, paveikslai, plakatai, loto, didaktinių žaidimų rinkiniai, literatūra, lankstinukai, garso bei vaizdo aparatūra, stalo serviravimo reikmenys, natūralūs vaisiai, daržovės, vaistažolės |
| 13.3. | Aš ir kiti (psichinė ir socialinė sveikata) | Pratinami taisyklingai pavadinti kūno dalis, suvokti, kad kūnas auga, vystosi, keičiasi, kad yra panašus į kitus ir visiškai skirtingas. Siekti bendravimo, bendradarbiavimo bei elementarių savikontrolės ir socialinių įgūdžių. Padėti atpažinti, įvardinti savo geruosius bruožus ir gebėjimus, tinkamai parodyti emocijas ir nuotaikas | Pratinami taisyklingai pavadinti kūno dalis, vidaus organus, suvokti, kad kūnas auga, vystosi, keičiasi, kad yra panašus į kitus ir visiškai skirtingas. Siekti bendravimo, bendradarbiavimo, tolerancijos bei elementarių savikontrolės ir socialinių įgūdžių, atsargiai elgtis su nepažįstamaisiais. Padėti atpažinti, įvardinti savo geruosius bruožus ir gebėjimus, tinkamai parodyti emocijas, nuotaikas, gebėti nusiraminti, atsipalaiduoti, sukaupti dėmesį | Paveikslai, plakatai, loto, didaktinių žaidimų rinkiniai, literatūra, lankstinukai, garso bei vaizdo aparatūra, įrašai |
| 13.4. | Sveikatos palaikymo ir stiprinimo prevencija | Vaikai atlieka pratimus taisyklingos laikysenos ir plokščiapėdystės korekcijai. Pedagogo skatinami vaikai pasakoja, ką daro kasdien, kad būtų stiprūs ir sveiki, kaip tinkamai vartoti vaistus ir vengti žalingų įpročių. Tėvų švietimas apie vaikų grūdinimą(si), higienos, patalpų vėdinimo, buvimo gryname ore naudą | Pedagogo padedami vaikai atlieka pratimus taisyklingos laikysenos ir plokščiapėdystės korekcijai, stebi laikyseną, ugdosi supratimą sveikatos palaikymo ir stiprinimo klausimais, kaip teisingai vartoti vaistus ir vengti žalingų įpročių. Siekti, kad vaikas suprastų, kas padeda būti sveikam, o kas žaloja sveikatą. Tėvų švietimas apie vaikų grūdinimą(si), higienos, patalpų vėdinimo, buvimo gryname ore naudą | Enciklopedijos, plakatai, knygelės, demonstracinės priemonės, skaidrės, vandens ir smėlio žaidimų rinkiniai, masažiniai kamuoliukai, gimnastikos lazdos, kilimėliai, pranešimai, lankstinukai |
| 13.5. | Saugi ir sveika aplinka | Pedagogo skatinami vaikai aiškinasi aplinkos poveikį sveikatai, prižiūri, tvarko įvairias aplinkas. Stebi, aptaria savisaugą, saugų elgesį gatvėje, namuose, įstaigoje. Pedagogas suteikia informacijos apie gresiančius pavojus ir kaip jų išvengti | Pedagogo skatinami vaikai aiškinasi aplinkos poveikį sveikatai, prižiūri, tvarko įvairias aplinkas, sužino, kad neigiami veiksmai gamtai, turi grįžtamąjį poveikį. Stebi, aptaria savisaugą, saugų elgesį gatvėje, namuose, įstaigoje. Pedagogas suteikia informacijos apie gresiančius pavojus ir kaip jų išvengti | Pranešimai, lankstinukai, plakatai, žaidimų atributika, metodinė, grožinė literatūra, edukaciniai filmai, išvykos, darbinė veikla, darbo įrankiai |

14. Vykdant programą bus naudojami šie metodai:

14.1. žaidybinis, skatinantis vaikų teigiamas emocijas, padedantis formuotis sveikos gyvensenos įgūdžiams, natūraliu būdu koncentruojantis dėmesį į veiklą;

14.2. žodinis (pasakojimas, pokalbis, diskusija, aptarimas), suteikiantis galimybę perduoti (gauti) informaciją ir natūraliai bendrauti;

14.3. vaizdinis, nukreiptas į vaizdinių apie supančio pasaulio objektus ir reiškinius formavimą;

14.4. praktinis, padedantis vaikams per veiklą pažinti ir suprasti savo kūną, emocijas;

14.5. kūrybinis, sudarantis sąlygas vaikams kelti ir įgyvendinti savo idėjas, ieškoti kokybiškesnių sprendimo būdų;

14.6. projektinis, padedantis vaikams būti aktyviais.

**V. PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS**

15. Įgyvendinus programą, vaikai:

15.1. geriau pažins save ir draugus, išmoks tinkamai bendrauti, bendradarbiauti, draugauti su bendraamžiais ir suaugusiais, spręsti kasdienes problemas, pasitikėti savo jėgomis, valdyti emocijas bei elgesį, gerbti save ir kitus;

15.2. įgis žinių apie švaros, tvarkos ryšį su sveikata, žinos asmens higienos taisykles ir jų laikysis;

15.3. įgis žinių apie sveiką mitybą, susiformuos teisingus maitinimo(si) įgūdžius;

15.4.išsiugdys poreikį aktyviai veiklai, įgis sveikos gyvensenos žinių, siekdami fizinės, psichines ir socialinės sveikatos darnos;

15.5. įgis žinių apie žalingus įpročius, sužinos, kaip elgtis nelaimingų atvejų metu, gebės save apsaugoti kieme, gatvėje, namuose;

16. Vaiko daroma pažanga vertinama nuolat, gauta informacija kaupiama ir fiksuojama aplanke (darbeliai, nuotraukos, pastebėjimai, pasakojimai, vertinimo lentelės).

17. Individualus tėvų informavimas apie vaiko pažangą pagal poreikį, bet ne rečiau, kaip du kartus per metus.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

SUDERINTA

Klaipėdos „Žilvičio“ lopšelio–darželio

metodinės tarybos 2014 m. rugpjūčio 31 d.

posėdžio protokoliniu nutarimu

(protokolas Nr. 3)

NAUDOTI ŠALTINIAI IR LITERATŪRA

1. Klaipėdos lopšelio – darželio „Žilvitis“ ikimokyklinio ugdymo programa. 2010.

2. Bendroji priešmokyklinio ugdymo(si) programa. Vilnius, 2014.

3. Adaškevičienė E. Vaikų sveikatos ugdymas. Vilnius, 1999.

4. Petrauskienė A., Zaborskis A. Aukime sveiki. Auklėtojos knyga. Kaunas, 2000.