

***Klaipėdos lopšelis-darželis „Eglutė“
sveikatos stiprinimo programos
„Judu, žaidžiu sveikatos ritmu“
ataskaita už 2023 m.***

Parengė neformaliojo ugdymo mokytoja
Rita Baltrimienė

Klaipėdos lopšelis-darželis „Eglutė“ sveikatą stiprinančia mokykla pripažintas 2020 m. gruodžio 15 d. Įstaigai suteiktas sveikatos mokyklos pažymėjimas, galiojantis iki 2025 m. gruodžio 15 d. Tuo tikslu buvo parengta sveikatos stiprinimo programa „Judu, žaidžiu sveikatos ritmu“, kurios tikslas - teikti ugdytiniams žinių bei įgūdžių, padedančių stiprinti, gerinti savo ir kitų sveikatą, ugdyti pozityvų požiūrį į sveiką gyvenseną.

PSICHOLOGINĖ APLINKA

- Vykdytos dvi programos – „Zipio draugai“ ir „Kimochi“. Programos „Zipio draugai“ metu buvo ugdomi socialinių bei emocinių sunkumų įveikimo gebėjimai, padedantys įveikti kasdieninius sunkumus. „Kimochi“ programos metu ugdytas vaikų emocinis intelektas. Programos metu vaikai įgijo žinių ir įgūdžių, kurie padėjo suprasti bei valdyti savo emocijas.
- Parengta ir pravesta edukacinė veikla įstaigos bendruomenei – „Iš širdies į širdį“. Veiklos metu buvo stiprinama dvasinė ir fizinė sveikata.
- Užbaigtas vykdyti socialinis projektas – „Muzika ir edukacija“. Projekto tikslas – per muziką ugdyti emocionalumą bei meilę supančiam pasauliui. Veiklų metu buvo ugdomas vaikų kūrybiškumas, stiprinama dvasinė, emocinė sveikata.
- Parengta ir pravesta meno terapijos edukacinė veikla įstaigos bendruomenei. Veiklos metu buvo stiprinama dvasinė ir psichinė sveikata.

- Dalyvauta tarptautiniame ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų projekte – „Kartu paskaitykime knygelę“. Projekto metu buvo stiprinama dvasinė, psichinė, emocinė sveikata, plėtojamas kūrybiškumas, santykių harmonijos pajautimas.
- Organizuotas ir prarastas edukacinis muzikinis renginys – „Metų laikai“. Renginio metu buvo gilinamas bendradarbiavimas su socialiniais partneriais (Klaipėdos J. Karoso muzikos mokykla, LMTA Klaipėdos fakultetas muzikos katedra), stiprinama dvasinė sveikta.
- Pristatytas ***Eko teatro*** spektaklis – „Rūpestėlių pasaka“ socialiniams partneriams (Klaipėdos Gedminų pagrindinė mokykla). Tikslas – palaikyti glaudų bendradarbiavimą su socialiniais partneriais, ugdyti dvasinę sveikata, ekologinį mąstymą.

- Pristatytas ***Eko teatro*** spektaklis – „Rūpestėlių pasaka“. Tikslas – ugdyti ekologinį mąstymą, meilę aplinkai ir pasauliui.
- Dalyvauta akcijoje – „Matau tave“. Tikslas – kūrybiškas, emocinis bendradarbiavimas su Lietuvos ir užsienio šalių įvairiomis įstaigomis.
- Organizuotas tarptautinis projektas – „Sustabdyk gerumo akimirką III“. Tikslas – ugdyti emocinį intelektą, dvasines vertybes, pastabumą, norą pažinti ir tyrinėti.
- Dalyvauta projekte – „Žemės kvėpavimas“. Projekto metu buvo organizuotas ir prarastas edukacinis renginys „Žemės piešinys“. Sudaryta galimybė pažinti, tyrinėti supantį pasaulį, ugdyti ekologinį mąstymą.
- Organizuota edukacinė veikla – „Sveika dvasia sveikame kūne“ neformaliojo vaikų švietimo Klaipėdos miesto metodinio būrelio mokytojams. Veiklos metu buvo stiprinama dvasinė, psichinė, fizinė sveikata.

FIZINĖ APLINKA

- Parengtos ir pravestos sportinės pramogos – „Pasakų takeliais“, „Snieguolės dainelė“, „ Ežių lenktynės“. Pramogų metu buvo sudarytos sąlygos optimaliam judėjimui, fizinės sveikatos stiprinimui, užtikrinta saugi ir sveiką aplinka.
- Organizuotos išvykos ir žygiai į „Šiūparių žirgyną“, link Žardės tvenkinių, prie jūros, į Lengvosios atletikos mokyklą, į V. Knašiaus krepšinio mokyklą. Išvykų metu buvo skatinamas fizinis aktyvumas netradicinėje aplinkoje, stiprinama dvasinė, emocinė sveikata.
- Dalyvauta projektuose – „Lietuvos mažųjų žaidynės“ bei „Futboliukas“. Jų metu buvo perteiktos olimpinės vertybės, ugdomos fizinės ypatybės, stiprinama motyvacija sveikai gyventi.
- Vyko bendradarbiavimas su įvairių sporto šakų treneriais ir žaidėjais. Susitikimų metu sustiprėjo motyvacija sportuoti ir domėtis įvairiomis sporto šakomis.

- Parengti ir praveisti sportiniai festivaliai – „Olimpiniai žiedai“ bei „Futboliuko Kalėdos“. Festivalių metu buvo sudarytos sąlygos aktyviam judėjimui žaidžiant, lenktyniaujant, įveikiant kliūčių ruožus. Lavintos fizinės savybės – vikrumas, greitumas, ištvermė, jėga.
- Dalyvauta Europos judumo savaitėje, Klaipėdos miesto sporto šventėje – „Su vaikyste ant bangos“, respublikiniame projekte – „Šokame kartu“. Tikslas – stiprinti dvasinę ir fizinę sveikatą.
- Organizuota ir pravesta sportinė viktorina – „Kas? Kur? Kada?“. Viktorinos metu sustiprėjo motyvacija sveikai gyventi, aktyviai judėti. Bendradarbiauta su socialiniais partneriais (įstaigos „Pušaitė“ ir „Pagrandukas“).

- Organizuota ir pravesta sveikos gyvensenos ugdymo savaitė – „Augu sveikas ir laimingas“. Savaitės metu buvo stiprinama dvasinė, fizinė, psichinė sveikata, didinama motyvacija sveikai gyventi, aktyviai judėti.
- Organizuotas ir pravestas sportinis edukacinis renginys – „Žalioji vakarienė“. Renginys buvo skirtas vaikų gynimo dienai. Jo metu sustiprėjo bendradarbiavimas su šeima, buvo sudaryta galimybė aktyviam poilsiui, plėtotas kūrybiškumas.
- Organizuotos ir pravestos sveikatos diena, visuotinė mankšta. Tikslas – aktyviai judėti su įvairiomis priemonėmis (triračiai paspirtukai), sveikai gyventi buvo pasiektas.

SVEIKATOS UGDYMAS I

- Parengtos ir pravestos sveikatinamosios pažintinės veiklos – „Mano dantukai sveiki ir gražūs“, „Sveiko maisto piramidė“, „Vaikai virtuvėje“, „Sulčių įvairovė“, „Kiek vaikų mėgstamiausiuose produktuose yra cukraus?“, „Košių nauda organizmui“, pirma pagalba „Išgelbėk draugą“, „Plokščiapėdystė“, „Spalvų, šviesų ir muzikos terapija“, bendra higiena „Augu švarus ir tvarkingas“, „Regos profilaktika“, „Balionų tinklinis“, „Joga zoo“. Veiklų metu pagilintos žinios apie sveiką gyvenseną, sudarytos palankios sąlygos tyrinėti, stebėti, analizuoti, judėti.
- Sveikos gyvensenos klubas „Eglynėlis“ nuosekliai įgyvendino tikslą – siekti glaudaus bendradarbiavimo su šeima, gilinti žinias apie sveiką gyvenseną, skatinti aktyviai judėti. Buvo pateiktos temos – „Grūdinimosi įtaka sveikatai“, „Viskas apie vandenį“, „Judrūs žaidimai“, „Judam, krutam ir sportuojam“.

SVEIKATOS UGDYMAS II

- Dalyvauta konkursuose – „Sveiki, saldumynai“ (laimėta pirmoji vieta).
- „Pasaulinė cukrinio diabeto diena“.
- Buvo pagilintos žinios apie sveiką mitybą, įgyta praktinių įgūdžių.
- Pasidalinta gera patirtimi šiomis temomis: „Grūdinimosi įtaka sveikatai“, „Judu, bendrauju tyrinėju – pasaulį pažįstu“, „Mano žalioji palangė“, „Salotų šokis“.

SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS VEIKLOS SKLAIDA

2023 m. nuo sausio mėnesio sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras pasiūlė keturias temas, kuriomis remiantis buvo stiprinama vaikų sveikata, ugdoma sveika gyvensena:

- „Sveikatą stiprinanti mokykla – unikali galimybė mokyklų bendruomenėms mokytis gyventi sveikiau“.
- „Jūsų mokyklos sveikatos ambasadoriai vaikai ir mokytojai, kuriais norisi sekti“.
- „Įtraukusis ugdymas sveikatą stiprinančioje mokykloje: iššūkiai, galimybės ir jau įgyta patirtis“.
- „Vaikų sveikatai palanki ugdymo(si) aplinka: „klasė be sienų“.

Gerosios patirties sklaida publikuota sveikatą stiprinančių mokyklų žiniatinklyje.