

PATVIRTINTA
Klaipėdos lopšelio-darželio „Giliukas“
direktoriaus 2014 m. spalio mėn. 15 d.
įsakymu Nr. V-109

PRITARTA
Klaipėdos miesto savivaldybės administracijos
Ugdymo ir kultūros departamento Švietimo
skyriaus vedėjo 2014 m. spalio mėn. 13 d.
įsakymu Nr. ŠVI-291

KLAIPĖDOS LOPŠELIO-DARŽELIO „GILIUKAS“ NEFORMALIOJO VAIKŲ ŠVIETIMO SVEIKOS GYVENSENOS IR SVEIKATOS SAUGOJIMO PROGRAMA

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Švietimo teikėjas – Klaipėdos lopšelis-darželis „Giliukas“ (toliau–įstaiga), įregistruota Juridinių asmenų registre, kodas 190434894. Teisinė forma – biudžetinė įstaiga. Grupė – ikimokyklinio ugdymo mokykla.
2. Įstaigos buveinės adresas – Turistų 18 A, LT-92281, Klaipėda.
3. Programos pavadinimas – „Neformaliojo vaikų švietimo sveikos gyvensenos ir sveikatos saugojimo“ (toliau – programa).
4. Programos rengėjai: Aida Gedrimienė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui, Nijolė Medvedeva, auklėtoja neformaliojo ugdymo programai vykdyti.
5. Programos koordinatorius – direktorė Marytė Savickienė.
6. Programos trukmė – tęstinė. Programos turinys koreguojamas pagal poreikį.
7. Programos apimtis - vieneri mokslo metai.
8. Programos dalyviai – ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikai.

II. PRINCIPAI

9. Humaniškumo:
programos įgyvendinimas grindžiamas pasitikėjimu, bendradarbiavimu, pagarba vaikui , kaip asmenybei.
10. Demokratiškumo:
visiems vaikams sudaromos sąlygos sveikos gyvensenos ir sveikatos saugojimo įgūdžių įgijimui.
11. Sistemingumo ir nuoseklumo:
sistemingai vedamos, sveikatos valandėlės, pratybos, nuolat ir kasdien rūpinamasi vaiko sveikatos stiprinimu, parenkamos optimalaus sunkumo užduotys, einant nuo lengvesnio prie sunkesnio, nuo žinomo prie nežinomo.

III. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

12. Programos įgyvendinimui įstaigoje sudarytos palankios materialinės ir ugdymo(si) sąlygos. Įrengta atskira sporto salė su įvairiu funkcionalių sporto inventorių ir priemonėmis (stacionarūs treniruokliai, gimnastikos sienelės, bėgimo, pusiausvyros takai, balansavimo žiedai, kupolai ir kt.), sukurta lauko aplinka vaikų aktyviai fizinei veiklai (laipiojimo įrenginiai, judrieji takai, žaidimų aikštynas, suoliukai, sūpynės, smėlio dėžės ir kt.), priemonės skirtos plokščiapėdystės profilaktikai.
13. Programos aktualumas - užtikrinti sėkmingą vaiko sveikatos ugdymą, gerinti švietimo paslaugų veiksmingumą, integruojant sveikatos stiprinimo ir sveikos gyvensenos ugdymą į ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo(si) programas;

14. Programos tikslas – saugoti ir stiprinti vaiko fizinę bei psichinę sveikatą, tenkinant prigimtinius poreikius, išugdyti sveikatai naudingus gebėjimus, įpročius bei nuostatas, atsakomybę už savo ir kitų sveikatą, paskatinti juos rinktis sveiką gyvenimo būdą.

15. Programos uždaviniai:

15.1. Padėti vaikui suprasti pagrindinius sveikos gyvensenos principus.

15.2 Plėtoti vaiko įgytą sveikos gyvensenos patirtį įvairioje veikloje, puoselėjant fizines bei dvasines galias.

15.3. Siekti sveikos gyvensenos ugdymo tęstinumo šeimoje.

IV. TURINYS. METODAI. PRIEMONĖS

16. Programos turinys, naudojamos priemonės

Eil. Nr.	Ugdoma kompetencija	Turinys	Priemonės
16.1.	Sveikatos saugojimo kompetencija		
16.1.1		<p><u>Ikimokyklinis amžius.</u> Vaikas ugdomi saugaus elgesio įpročius, sveikos gyvensenos nuostatas. Supranta reabilitacinių priemonių: kineziterapijos ir fizioterapijos naudą sveikatos stiprinimui ir saugojimui. Atlieka pratimus plokščiapėdystės profilaktikai. Kontroliuoja savo veiksmus, emocijas. Suvokia, kaip svarbu yra taisyklingai sėdėti, judėti. Orientuojasi naujoje aplinkoje, išreiškia save judesiu. Ugdomi asmeninės higienos įgūdžius ir įpročius. Įgyja žinių apie žalingų įpročių poveikį žmogaus sveikatai, plečia supratimą kaip saugiai elgtis nutikus bėdai ar nelaimi, kreipiasi pagalbos, žino pagalbos telefono numerį ir kt. Prašo pagalbos negaluoju. Žaidžia atsargiai, tik tam skirtose vietose, mato šalia esantį. Žino ir vengia liesti aplinkoje esančias pavojingas medžiagas. Rūpinasi savo ir kitų saugumu bei sveikata. Vengia pavojingų vietų ir rizikingo elgesio. Sužino, kokie pavojai tyko ir kaip jų išvengti, kaip saugiai elgtis gatvėje, kieme, namuose. Suvokia gamtos poveikį žmogaus sveikatai. Plečia supratimą apie grūdinimosi oru, saule, vandeniu. Reguliariai atlieka rytinę mankštą. Žaidžia kvėpavimo žaidimus. Mokosi atsipalaidavimo pratimų, lankosi jogos studijoje. Įgyja žinių apie gamtoje egzistuojančius pavojingus ir kenksmingus veiksnius sveikatai. Sužino apie žmogui tinkamus ir nuodingus augalus, grybus, uogas. Pratinasi pagarbiai elgtis aplinkoje: nešiukšlinti, neniokoti gamtos.</p>	<p>Sporto inventorių, lauko sportiniai įrengimai, treniruokliai, priemonės: estafetėms, pėdų masažo, vaizdinės, natūralios kliūtys, sportinė apranga, knygos, plakatai, informaciniai leidiniai, grožinė literatūra, kaukės, kilnojamoji magnetinė lenta, flanelinė lenta, kompiuterinės mokomosios priemonės</p>
16.1.2		<p><u>Priešmokyklinis amžius.</u> Vaikas ugdomi saugaus elgesio įpročius, sveikos gyvensenos nuostatas. Susitinka su policijos, priešgaisrinės gelbėjimo tarnybos pareigūnais, visuomenės sveikatos centro darbuotojais, dalyvauja vaikų kasmetinėse sporto šventėse prie jūros, olimpiadose, projektuose, varžybose, viktorinose. Lankosi, susipažysta su jogos studija</p>	

		<p>„Jogos namai“. Pratinasi atlikti jogos kvėpavimo pratimus (pilnutinis jogų kvėpavimas, vėsinantis kvėpavimas, prailginto iškvėpimo pratimas, pakaitinio kvėpavimo ir kt.) Mokosi atsipalaidavimo (jogos) pratimų. Įgyja supratimą, ką vadiname ligoniu ir sveiku žmogumi, domisi kodėl žmonės suserga, suvokia, kad susirgti galima apsikrėtus, nesilaikant asmens higienos, nesveikai gyvenant, įgyja elementarių žinių apie ligas ir kaip jų išvengti. Supranta reabilitacinių priemonių: kineziterapijos ir fizioterapijos naudą sveikatos stiprinimui ir saugojimui. Plečia supratimą apie asmens higieną, Suvokia tinkamą dienos ritmo svarbą. Kaitalioja aktyvią veiklą su poilsiu. Įgyja žinių apie metų laikus ir įtaką žmogaus sveikatai. Pratinasi rengtis pagal oro sąlygas</p>	
16.2.	Socialinė kompetencija	<p><u>Ikimokyklinis ir priešmokyklinis amžius.</u> Geba padėti suaugusiajam, nori bendrauti. Pratinasi žaisti su grupės draugais. Žino kur kreiptis ištikus bėdai. Prašo pagalbos negaluoju. Bendrauja su gydytojais, odontologais, policijos, priešgaisrinės gelbėjimo tarnybos pareigūnais, visuomenės sveikatos centro darbuotojais. Žaidžia atsargiai, tik tam skirtoje vietoje, mato šalia esantį. Jaučia atsakomybę už šalia esantį. Žiūri filmus apie saugų elgesį kelyje. Plečia supratimą apie saugų elgesį buityje, grupėje, lauke ar nežinomoje vietoje. Vengia pavojingų vietų ir rizikingo elgesio. Plečia supratimą kaip saugiai elgtis nutikus bėdai ar nelaimei, žino pagalbos telefono numerį. Bendrauja ir bendradarbiauja su Klaipėdos sutrikusio vystymosi kūdikių namais, Klaipėdos lopšeliu-darželiu „Gintarėlis“, jogos studija, šeima sportinėse ir sveikatingumo pramogose „Pabūkime kartu!“</p>	<p>Knygos, enciklopedijos, plakatai, albumai, muliažai, kelio perėjos, šviesoforai, kelio maketai, kelio ženklai, signalinės liemenės, sankryžų maketai, DVD filmai, stalo žaidimai ir kt</p>
16.3.	Pažinimo kompetencija	<p><u>Ikimokyklinis ir priešmokyklinis amžius.</u> Vaikas domisi savimi ir savo kūnu, kūno sandara, žmonių išvaizda, pavadina kūno dalis, įgyja žinių apie pagrindinius organus, žaisdamas stalo žaidimus, žiūrėdamas šeimos nuotraukas, vartydamas enciklopedijas ir kt. Plečia supratimą apie sveikos mitybos naudą ir svarbą, domisi sveikos mitybos piramide. Žino pagrindines maisto medžiagas. Lavina maitinimosi ir mandagaus elgesio prie stalo įgūdžius. Taisyklingai naudoja stalo įrankius. Tvarkingai valgo, sukramto maistą, nusišluosto burną. Jaučia savo kūno fizinę jėgą, ištvėrmę, greitumą, vikrumą, berniukų ir mergaičių fizinių galimybių ir išvaizdos skirtingumą. Suvokia fizinės būklės pokyčius ir kūno poreikių tenkinimą, tyrinėja savo širdies plakimo ritmą užčiuopiant pulsą</p>	<p>Plakatai, paveikslai, knygos, enciklopedijos, kalendoriai, albumai, stalo žaidimai, maisto produktai, serviravimo įrankiai ir kt.</p>

16.4	Komunikavimo kompetencija	<p><u>Ikimokyklinis ir priešmokyklinis amžius.</u> Vaikas tenkina savo poreikį komunuoti ir pažinti pasaulį. Įvardina aplinkoje matomus veiksmus. Kalba, pasakoja, deklamuoja, reiškiasi mimika ir judesiais. Gerbia knygas ir domisi jomis. Kalbasi su bendraamžiais ir suaugusiais. Klausosi skaitomo kūrinio, įgarsintų pasakų. Varto paveikslėlius, enciklopedijas. Pasakoja, klausosi, atsakinėja, deklamuoja, žaidžia žodžiais, garsais. Įgyja žinių apie sveikatą, sportą, mediciną, saugų elgesį. Aptaria, suvokia ir įsimena sąvokas. Plečia kalbos žodyną. Vaidina, atpasakoja kūrinį, nuotyki. Dalyvauja pokalbyje, diskusijoje. Reiškia savo nuomonę. Suvokia, kad fiziniai trūkumai nėra kliūtis bendravime, ugdo pakantumą silpnesniam už save draugui</p>	Knygos, foto albumai, enciklopedijos, žurnalai, laikraščiai, žemėlapiai, reprodukcijos, plakatai; stalo, šešėlių teatras, pirštinės lėlės, kaukės, stalo žaidimai ir kt.
16.5	Meninė kompetencija	<p><u>Ikimokyklinis ir priešmokyklinis amžius.</u> Vaikas susipažįsta su meninės raiškos priemonėmis, plečia supratimą apie kūno kalbą, nuotaiką, sumanymą, muziką, vaizdą, žodį reiškia kūno kalba, rodo mimiką, pozą, gestą, judesį, ritmiškai ir laisvai juda, kuria įvairių veiksmų eilę, eina rateliu, šoka, improvizuoja, vaidina, muzikuoja. Įgyja žinių apie kūno ir dvasios darną, tikslingai kvėpuoja, artikuliuoja, intonuoja, valdo balso tembrą, dainuoja, klausosi muzikos, judėjimu išlaisvina kūną, tapo, lipdo, piešia, kuria muziką, dainas ir kt.</p> <p>Dalyvauja šventėse, vakaronėse, išbando savo jėgas, vikrumą valdo emocijas, reiškia emocijas gestu ar judesiu. Dalyvauja teminėse vaikų kūrybinės raiškos savaitėse (saugaus eismo, „Sveiki dantukai“ ir kt.), sveikatingumo pramogose („Mano širdelė“, „Mažieji jogai“, „Kūriu, mąstau, kalbu“ ir kt.), ekskursijose į mišką, prie jūros, į Girulių biblioteką, išvykos į jogos studiją. Piešia, lipdo, puošia savo darbais savo grupę ir įstaigą ir kt.</p>	Muzikos instrumentai, sporto inventorių, garso grotuvai, vaizdo grotuvas, mikrofonas, ekranas, kompaktiniai diskai, gvašas, akvarelė, šiaudeliai pūtimui, gamtinė medžiaga ir kt.

17. Metodai: žaidimas, stebėjimas, rodymas, demonstravimas, tyrinėjimas, eksperimentavimas, pokalbis, žaidinimas, fiziniai pratimai, gimnastika, judrieji žaidimai, sportiniai pratimai, sveikatingumo ekskursijos ir išvykos (sveikatingumo, pažintinės), sporto šventės, pramogos, grūdinimosi procedūros, smėlio ir akmenukų terapija, jūros vandens procedūros, situacijų sudarymo, ugdymo pavyzdžiu, spontaniškas situacinis, garsiniai signalai, susitikimai, aiškinimas, pasakojimas, klausimai – atsakymai, viktorina, pratybos, mėgdžiojimas, aptarimas, klausymas, aiškinimas, apibudinimas, atpasakojimas, mėgdžiojimas, inscenizavimas, kuriant ir keičiant aplink ir t.t.

V. PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS

18. Įgyvendinus programą:

18.1. Sustiprės vaiko fizinė bei psichinė sveikata.

18.2. Vaikai išsiugdys sveikatai naudingus gebėjimus, įpročius bei nuostatas, atsakomybę už savo ir kitų sveikatą.

- 18.3. Vaikai supras pagrindinius sveikos gyvensenos principus.
- 18.4. Vaikai pritaikys įgytą sveikos gyvensenos patirtį įvairioje veikloje.
- 18.5. Bus pasiektas sveikos gyvensenos ugdymo tęstinumas šeimoje.
- 18.6. Ugdymo pasiekimų fiksavimo formos: ikimokyklinio ugdymo dienynas, individualūs vaikų ugdymo(si) pasiekimų (pažangos) vertinimo lapai.
- 18.7. Ugdymo pasiekimų vertinimo dažnumas: vertinimas atliekamas du kartus per metus, mokslo metų pradžioje (rudeni) ir pabaigoje (pavasari). Poreikiui esant atliekamas tarpinis ugdymo pasiekimų vertinimas.
- 18.8. Ugdymo pasiekimų vertinimo metodai: vaiko neformalus stebėjimas natūralioje kasdienėje veikloje, vaiko veiklos analizė, pokalbiai su vaiku ir vaiko tėvais (kasdieniniai ir individualūs pokalbiai).
- 18.9. Ugdymo pasiekimų pateikimo formos: metų veiklos pokyčių vertinimas – ugdomosios veiklos metų apmąstymai, metų planuojama veikla, grupių savaitės planai, pokalbiai su tėvais.

LITERATŪRA IR ŠALTINIAI

1. Ikimokyklinio amžiaus vaikų saugios gyvensenos įgūdžių ugdymo programa. – Vilnius: LR KŠM Leidybos centras, 1997.
 2. Ankstyvojo ugdymo vadovas / Monkevičienė O. (sud.). – V.: Minklės leidyba, 2001.
 3. Aukime sveiki ir stiprūs. Vaikų sveikatos ir fizinio ugdymo programa.
 4. Bendroji priešmokyklinio ugdymo ir ugdymosi programa. – V.: Švietimo aprūpinimo centras, 2003.
-

PRITARTA

Klaipėdos lopšelio-darželio „Giliukas“ metodinės tarybos
2014 m. spalio 30 d. protokoliniu nutarimu
(protokolas Nr. V5-3)