

**JONIŠKIO VAIKŲ DARŽELIS
“VYTURĖLIS”**

**SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA
2015 – 2019 METAMS**

Joniškis

TURINYS

Turinys.....	2psl.
Įvadas.....	3psl.
Vaikų fiziniai sutrikimai.....	4psl.
Tikslas, uždaviniai.....	5psl.
Vaikų sveikatos stiprinimo kryptys.....	6 psl.
Vaikų sveikatos stiprinimo priemonių sistema.....	7psl.
2015-2019 m. sveikatos stiprinimo priemonių planas.....	8 -11psl.
Laukiami rezultatai.....	12psl.
.	

IVADAS

Vaikų darželyje „Vyturėlis“ sveikatos stiprinimas tampa vis svarbesniu ugdymo(si) proceso elementu ir yra glaudžiai susijęs su sveikos gyvensenos įgūdžių formavimu. Vaikų darželis yra pirmoji sveikos gyvensenos ugdymo(si) sistemos pakopa, formuojanti pirmines nuostatas ir įgūdžius, kurie lemia tolesnes sveikatos saugojimo kompetencijos plėtojimo galimybes mokykloje.

Rūpintis vaikų sveikata, užkirsti kelią neigiamiems faktoriams vien pedagogų darbo neužtenka. Į šį procesą būtina įtraukti visą įstaigos bendruomenę, suteikiant jiems kuo daugiau žinių ir praktinių įgūdžių apie sveikatos palaikymą ir stiprinimą, aplinkos įtaką žmogaus sveikatai, taip sąlygojant ugdymo kompleksiskumą, tęstinumą. Vaiko sveikata priklauso ne tik nuo genetinių veiksnių, bet ir nuo sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymo(si) šeimoje, ikimokyklinėje įstaigoje, mokykloje.

Atsižvelgiant į Lietuvos vaikų nuolat blogėjančius sveikatos rodiklius bei didėjančius socialinės rizikos veiksnius, įstaigos pedagogai ugdymo procese taiko įvairias sveikatos stiprinimo priemones. Nuo 1996 metų pasirinkta sveikos gyvensenos kryptis, tapome respublikinės ikimokyklinių įstaigų darbuotojų asociacijos „Sveikatos želmenėliai“ nariais, bei vykdome respublikinį projektą „Sveika gyvensena – gyvenimo būdas nuo vaikystės“. Įstaigoje veikia sveikatos ugdymo kūrybinė grupė, kurios veikloje aktyviai dalyvauja bendruomenės nariai. Šios grupės nariai organizuoja įvairius sveikatos stiprinimo propagavimo renginius, ruošia kūrybinių darbų parodas, inicijuoja projektinę veiklą įstaigoje ir už jos ribų.

Įstaigoje didelis dėmesys skiriamas saugios, vaikų fizinį aktyvumą skatinančios aplinkos kūrimui, grupių ir kitų edukacinių erdvių turtinimui, sveikatos stiprinimui skirtomis priemonėmis. Ugdytiniai turi atskirus miegamuosius, žaidimų kambarius, meno bei sporto salę su braidymo baseinu, maitinimui skirtą valgyklėlę. Atsižvelgiant į pasirinktą sveikos gyvensenos ugdymo kryptį, vaikams teikiamos papildomos paslaugos: judesio korekcijos pedagogas atlieka su vaikais korekcinis pratimus, organizuoja mankštas plokščiapėdystės profilaktikai, laikysenos korekcijai. Nuo 2015 m. darželyje pradėjo dirbti visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, Vaikų fizinis aktyvumas skatinamas plėtojant ir papildomo ugdymo paslaugas – įstaigoje veikia krepšinio, lauko teniso, šokių būreliai.

Vaikų darželyje „Vyturėlis“ ugdymo procesas yra orientuotas į sveikatos vertybes, kurios augant vaikui plečiasi, tampa įpročiu, o vėliau ir socialine norma. Atliepiant nuolat kintančius bendruomenės poreikius, siekiame, kad vaikas būtų fiziškai aktyvus, augtų saugioje aplinkoje ir nebūtų kenkiama jo fizinei, dvasinei, psichinei sveikatai. Todėl darželio bendruomenė prioritetine ugdymo(si) kryptimi yra pasirinkusi sveikatos stiprinimo ir saugojimo kryptį.

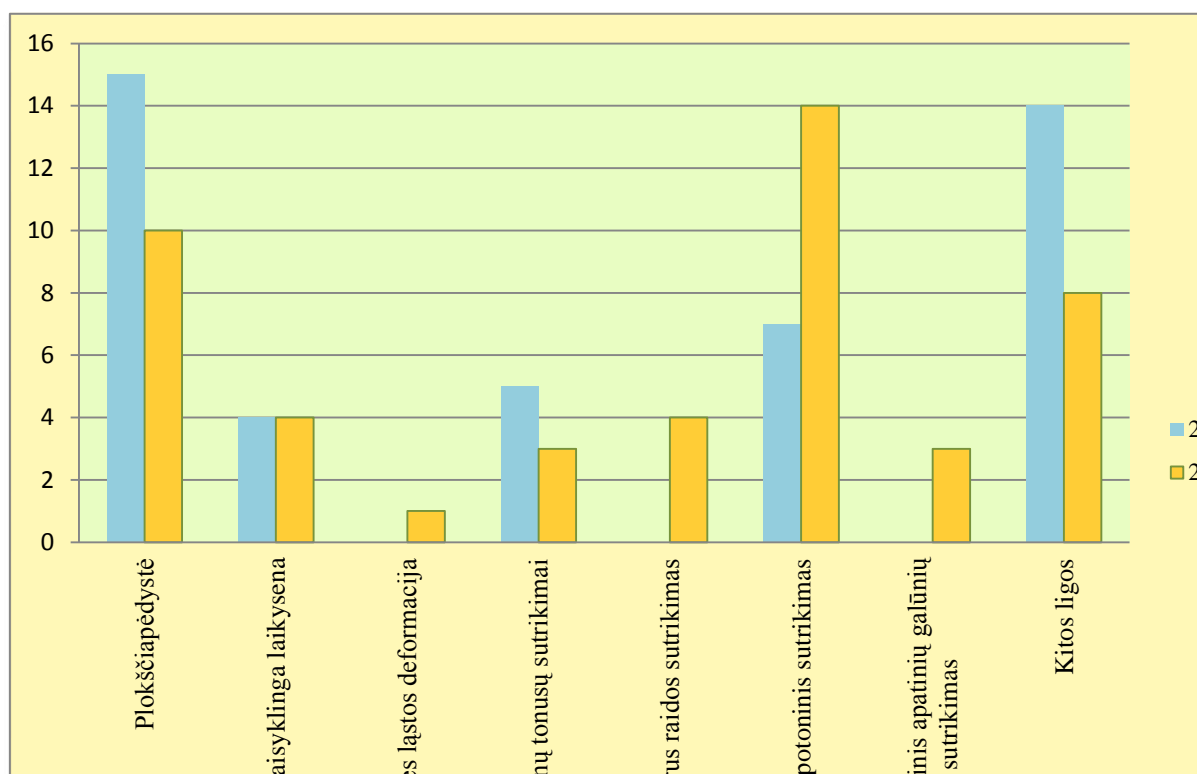
Puoselėdami sveikos gyvensenos idėjas pastebėjome, kad kintant mūsų visuomenei, lygiagrečiai su sveikatos ugdymu turi eiti ir ekologinis ugdymas, nes darželis – tai įstaiga, kurioje gali būti kuriami itin svarbūs aplinkosauginės dorovės pamatai: meilė gamtai ir supančiai aplinkai, gyvūnijai, praktinių žinių įgijimas ir pritaikymas kasdieniame gyvenime. Siekiame, kad vaikai pajustų gamtos ir harmonijos vientisumą, numatytų savo veiksmų padarinius jai, kad pagarba gyvybei ir atsakomybė už ją taptų vertybe.

Sveikatos stiprinimo ir ekologinio ugdymo veiklos plėtojimui, tobulinimui itin jaučiama socialinės partnerystės svarba. Bendradarbiavimas ir aktyvus ryšių palaikymas su išorės sociokultūriniais partneriais skatina pedagogų tobulėjimą, švietėjišką pagalbą tėvams, teikiamų paslaugų kokybę, įvairovę, ugdymo tęstinumą ir perimamumą, sveikos gyvensenos nuostatų formavimą ir idėjų sklaidą. Sociokultūriniai ryšiai, įvairialypė pedagoginė sąveika ir jos formų įvairovė sudaro galimybę įstaigos bendruomenei tapti nuolat besimokančia, atvira organizacija.

Šią programą numatoma įgyvendinti, dirbant trimis kryptimis: su ugdytiniais, bendruomene ir plėtojant socialinę partnerystę.

VAIKŲ FIZINIAI SUTRIKIMAI 2013-2015 m.

Eil. Nr.	Vaikų fiziniai sutrikimai	2013-2014 m. m.	2014-2015 m. m.
1.	Plokščiapėdystė	15	10
2.	Netaisyklinga laikysena	4	4
3.	Krūtinės ląstos deformacija	0	1
4.	Raumenų tonusų sutrikimai	5	3
5.	Mišrus raidos sutrikimas	0	4
6.	Hipotoninis sutrikimas	7	14
7.	Hipertoninis apatinių galūnių sutrikimas	0	3
8.	Kitos ligos	14	8



TIKSLAS

Saugoti ir stiprinti vaiko psichinę ir fizinę sveikatą, užtikrinti saugią, sveiką ir jaukią ugdymosi aplinką, tobulinti ugdymo proceso kokybę, teikti kokybiškas paslaugas vaikui, šeimai, visuomenei.

UŽDAVINIAI

1. Saugoti ir stiprinti vaiko fizinę ir psichinę sveikatą, garantuoti jo socialinį saugumą.
2. Siekti ir toliau formuoti teigiamą sampratą apie sveiką gyvenseną ir fizinio aktyvumo vertę vaiko sveikatai.
3. Skirti didelį dėmesį vaikų aktyviam judėjimui ir pasyviai judėjimui lauke.
4. Skleisti žinias apie dabartinę ekologinę žemės būklę bei padėti vaikams, bendruomenei suvokti ką jie gali atlikti, kad aplinka būtų sveika ir saugi.
5. Ugdyti vaiko asmens sveikos mitybos, saugaus elgesio gamtoje ir darželio aplinkoje, saugaus eismo įgūdžius.

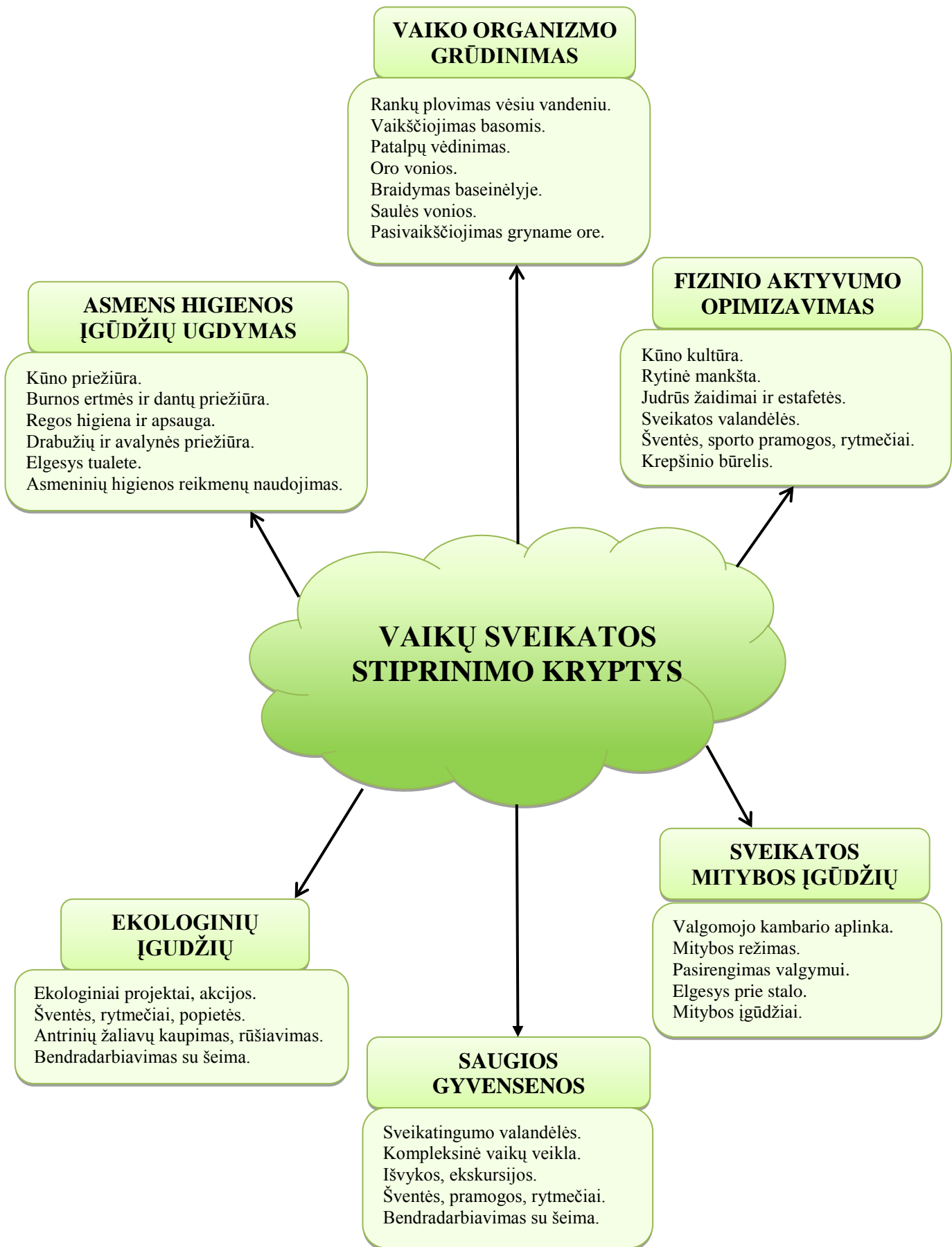
PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO VERTINIMAS

Siekiant kokybiško ir sistemingo sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo, numatoma organizuoti priemonių įgyvendinimo priežiūrą, už kurią atsakinga sveikatos ugdymo kūrybinė grupė. Vertinimo procese nuolat dalyvauja: pedagogai, judesio korekcijos mokytojas, masažistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, ugdytinių tėvai.

Sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo priežiūrą numatoma atlikti viso proceso metu, dviem etapais:

I etapas. Kasmetinis sveikatos stiprinimo programoje numatytų priemonių realizavimo vertinimas (2015, 2016, 2017, 2018, 2019 metai). Pirmojo etapo vertinimai atliekami kasmet iki birželio 1 dienos naudojantis sveikatos stiprinimo programos priemonių analizės, vaikų sveikatos saugojimo kompetencijos pasiekimų vertinimo, anketavimo, diskusijų ir kt. metodikomis.

II etapas. Sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo būklės analizė. Remiantis kasmetiniais sveikatos stiprinimo programos vertinimų rezultatais atliekamas: sveikatos stiprinimo programos koregavimas; rengiama ataskaita įstaigos bendruomenei, numatant teigiamus programos įgyvendinimo pokyčius, trūkumus, nerealizuotų uždavinių, priemonių priežastis, sveikatos programos gaires, prioritetus 2020-2025 metams.



VAIKŲ SVEIKATOS STIPRINIMO PRIEMONIŲ SISTEMA

SPORTO SALĖ

- ✓ Rytinė mankšta.
- ✓ Kūno kultūros valandėlės 2 k. per savaitę.
- ✓ Ritminiai šokiai.
- ✓ Grūdinimas (vaikščiojimas basomis įvairia danga, oro vonios).
- ✓ Sportinės pramogos, rytmečiai, sveikatos valandėlės.
- ✓ Krepšinis.
- ✓ Kineziterapijos užsiėmimai.
- ✓ Masažas.
- ✓ Kvėpavimo pratybos.

BASEINAS (braidymo)

- ✓ Grūdinimas (braidymas keičiant vandens temperatūrą, pradedant nuo +28 C ir ją mažinant iki +14 C).
- ✓ Ėjimas kontrastiniu paviršiumi: švelniu-aštriu-švelniu.
- ✓ Ėjimas briaunuotu paviršiumi.
- ✓ Plokščiapėdystės profilaktikos pratimai.

GRUPĖ

- ✓ Švari ir saugi aplinka.
- ✓ Higieninės procedūros (rankų plovimas, burnos ertmės skalavimas po valgio, dantų valymas).
- ✓ Grūdinimas (vaikščiojimas basomis).
- ✓ Tinkamų mitybos įgūdžių formavimas.
- ✓ Sveikatos ugdymas kompleksinės veiklos metu.
- ✓ Individualus vaikų skatinimas.

LAUKAS

- ✓ Rytinė mankšta (esant palankioms oro sąlygoms).
- ✓ Kūno kultūros valandėlės vieną kartą per savaitę.
- ✓ Inspiruota ir savaiminė judri vaikų veikla pasivaikščiojimo metu.
- ✓ Rudens, žiemos, pavasario sporto šventės, kiti renginiai.
- ✓ Grūdinimo procedūros (vaikščiojimas basomis žole, žvyru, oro, saulės vonios).
- ✓ Gamtos stebėjimas, tyrinėjimas pasivaikščiojimo metu.

SVEIKATOS STIPRINIMO PRIEMONIŲ PLANAS 2015-2019 METAMS

DARBAS SU UGDY TINIAIS

TIKSLAS:

Saugoti ir stiprinti vaiko psichinę ir fizinę sveikatą, garantuoti jo saugumą, tenkinti aktyvumo ir judėjimo poreikį.

Uždaviniai	Priemonės	Atsakingi vykdytojai	Vykdy mo data	Partneriai
1.Saugoti ir stiprinti vaikų sveikatą, taikant įvairias sveikatos stiprinimo formas.	1.1.Ugdytinių sveikatos saugojimo kompetencijos plėtojimas ugdymo procese.	Judesio korekcijos mokytoja, pedagogai.	2015– 2019 m. m.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė.
	1.2.Vaikų sveikatinimui skirtos veiklos lauke organizavimas.	Judesio korekcijos mokytoja, pedagogai.	2015– 2019 m. m.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė.
	1.3.Ilgalaikių ir trumpalaikių grupių sveikatos stiprinimo projektų vykdymas.	Pedagogai.	2015– 2019 m. m.	Ugdytinių tėvai.
	1.4.Pasivaikščiavimo, ekskursijų organizavimas.	Pedagogai.	2015– 2019 m. m.	Ugdytinių tėvai, Joniškio miesto ugdymo įstaigos.
	1.5.Taisyklingos laikysenos ir plokščiapėdystės korekcija.	Judesio korekcijos mokytoja, masažistė.	2015– 2019 m. m.	Pirminių sveikatos priežiūros centrų specialistai, pedagogai.
	1.6.Ugdytinių fizinio parengimo rezultatų vertinimas.	Judesio korekcijos mokytoja.	2015– 2019 m. m.	Pedagogai.
	1.7.Švenčių, pramogų, viktorinų, konkursų, akcijų organizavimas.	Sveikatos ugdymo kūrybinė grupė.	2015– 2019 m. m.	Ugdytinių tėvai.
	1.8.Krepšinio varžybų “Šoklusis kamuolys” organizavimas.	Judesio korekcijos mokytoja.	2015– 2019 m. m.	Pedagogai, ugdytinių tėvai.

2. Skatinti vaikus domėtis gamtosauginėmis problemomis, formuoti praktinius įgūdžius.	2.1. Ekologinių įgūdžių formavimas ugdymo procese.	Pedagogai, bendruomenės slaugytoja.	2015-2019 m. m.	Ugdytinių tėvai.
	2.2. Projektų, švenčių organizavimas.	Pedagogai.	2015-2019 m. m.	Ugdytinių tėvai, kitų ikimokyklinių įstaigų ugdytiniai, pedagogai.
	2.3. Aplinkosauginių akcijų organizavimas ir dalyvavimas.	Pedagogai.	2015-2019 m. m.	Joniškio rajono savivaldybės administracijos Infrastruktūros skyriaus Viešosios tvarkos poskyris, Šiaulių regiono atliekų tvarkymo centras.

DARBAS SU BENDRUOMENE

TIKSLAS:

Sveikos gyvensenos žinių, gebėjimų, vertybinių nuostatų puoselėjimas, siekiant fizinės, psichinės, dvasinės darnos bendruomenėje.

Uždaviniai	Priemonės	Atsakingi vykdytojai	Vykdymo data	Partneriai
1. Plėtoti šeimos ir darželio partnerystę, siekiant stiprinti vaiko sveikatą.	1.1. Bendrų sveikos gyvensenos ugdymo projektų rengimas ir vykdymas.	Pedagogai	2015 – 2019 m. m.	Joniškio miesto švietimo centras, ikimokyklinių įstaigų asociacija „Sveikatos Želmenėliai“.
	1.2. Kūno kultūros valandėlių stebėjimas.	Direktorė, direktorės pavaduotoja ugdymui	2015– 2019 m. m.	Pedagogai.
	1.3. Bendros tėvų ir darželio ugdytinių sveikatos dienos, sporto šventės, pramogos, krepšinio varžybos.	Pedagogai	2015– 2019 m. m.	Pirminės sveikatos priežiūros centrai.
	1.4. Tėvų švietimas sveikatos stiprinimo klausimais.	Judesio korekcijos mokytoja, sveikatos ugdymo kūrybinė grupė.	2015– 2019 m. m.	Ugdytinių tėvai.
	1.5. Pedagogų kvalifikacijos kėlimas sveikatos saugojimo srityje.	Judesio korekcijos mokytoja, pedagogai.	2015– 2019 m. m.	Ugdytinių tėvai.

DARBAS SU SOCIALINIAIS PARTNERIAIS

TIKSLAS:

Sveikos gyvensenos idėjų ir patirties sklaida, plėtojant socialinę partnerystę.

Uždaviniai	Priemonės	Atsakingi vykdytojai	Vykdymo data	Partneriai
1.Skleisti gerąją įstaigos darbo patirtį sveikos gyvensenos ugdymo klausimais.	1.1.Renginių, propaguojančių sveikos gyvensenos idėjas organizavimas kitoms ikimokyklinėms įstaigoms.	Sveikatos ugdymo kūrybinė grupė	2015– 2019 m. m.	Joniškio rajono ikimokyklinės ugdymo įstaigos, pedagogai.
	1.2.Dalyvavimas rajono savivaldybės bei visuomenės sveikatos biuro organizuojamuose renginiuose, konkursuose, akcijose ir kt.	Direktorės pavaduotoja ugdymui	2015 – 2019 m. m.	Visuomenės sveikatos biuras, Joniškio miesto savivaldybės administracijos Sveikatos skyrius.
	1.3.Sveikatos stiprinimui skirtų projektų rengimas ir įgyvendinimas.	Judesio korekcijos mokytoja, direktorės pavaduotoja ugdymui	2015 – 2019 m. m.	Joniškio miesto savivaldybės administracijos Sveikatos skyrius.
	1.4.Sveikos gyvensenos idėjų sklaida rajono spaudoje, internete.	Pedagogai	2015 – 2019 m. m.	Žiniasklaida
	1.5.Dalyvavimas respublikos ikimokyklinių įstaigų darbuotojų asociacijoje „Sveikatos želmenėliai“.	Direktorė, pedagogai	2015 – 2019 m. m.	Asociacija „Sveikatos želmenėliai“

LAUKIAMI REZULTATAI

Įgyvendinus sveikatos stiprinimo programą, ugdytiniai:

- ❖ Įgis žinių apie sveikatą stiprinančias gyvenimo nuostatas, pratinsis laikytis asmens higienos, tinkamo dienos ritmo, stengsis sveikai maitintis, rengtis pagal orą, grūdintis, taisyklingai sėdėti, stovėti, daug judėti ir žaisti lauke.
- ❖ Išsiugdys poreikį aktyviai fizinei veiklai.
- ❖ Bendromis pastangomis bus organizuojami renginiai, kurie atitiks bendruomenės poreikius ir lūkesčius.
- ❖ Įstaiga atkreips visuomenės dėmesį į sveikatos ugdymo svarbą, sustiprins ryšius su socialiniais partneriais.
- ❖ Vaikai patirs nepakartojamą įspūdžių, judėjimo džiaugsmą, išgyvens fizinių ir emocinių pojūčių.
- ❖ Netradicinė kūrybinė veikla padės plėtoti gamtosaugos įgūdžius.
- ❖ Diegiant vaikams ekologinio, gamtosauginio ugdymo idėjas, formuosime jų savimonę ir atsakingą elgesį, rūpinimąsi supančia aplinka.
- ❖ Vaikai įgis žinių apie sveiką mitybą, jos poveikį organizmui.
- ❖ Darželio teritorija bus papildyta naujomis priemonėmis vaiko fizinio aktyvumo tenkinimui.
- ❖ Įvairiapusė informacijos sklaida paskatins iškilusių problemų sprendimą, padės šeimoms rasti atsakymus į įvairius klausimus, bus tobulinama ugdymo veikla, atsižvelgiant į tėvų lūkesčius.