

PRITARTA  
Visagino lopšelio-darželio „Auksinis gaidelis“  
(Vaikystės pedagogikos centro)  
tarybos 2020 m. gegužės 14 d.  
posėdžio protokolu Nr. TP-5

PATVIRTINTA  
Visagino lopšelio-darželio „Auksinis gaidelis“  
(Vaikystės pedagogikos centro)  
direktoriaus 2020 m. gegužės 14 d.  
įsakymu Nr.



**VISAGINO LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS GAIDELIS“  
(VAIKYSTĖS PEDAGOGIKOS CENTRO) 2020–2024 METŲ  
SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA  
„NORIU BŪTI SVEIKAS IR SAUGUS“**

**TURINYS**

I. BENDROSIOS NUOSTATOS	1
II. LOPŠELIO-DARŽELIO SVEIKATINIMO VEIKLOS ANALIZĖ	1-2
III. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS TIKSLAS, UŽDAVINIAI	2
IV. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA 2020-2024 METAMS	3-8
V. IŠTEKLIŲ NUMATYMAS	9
VI. LAUKIAMŲ REZULTATŲ, POKYČIŲ	9
VII. PROGRAMOS VERTINIMAS	9
VIII. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS	9

## I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

Visagino lopšelio-darželio „Auksinis gaidelis“ (Vaikystės pedagogikos centro) (toliau – darželis) sveikatos stiprinimo programa „Noriu būti sveikas ir saugus“ (toliau – programa) 2020-2024 metams, sudaryta atsižvelgus į įstaigos strateginį planą, darželio ikimokyklinio ugdymo programą „Grūdelis“, Priešmokyklinio ugdymo bendrąją programą, darželio bendruomenės poreikius.

Programa nustato tikslus, uždavinius 2020-2024 metams, numato sveikatos stiprinimo prioritetus ir priemones uždaviniams įgyvendinti.

Programos turinys apima ikimokyklinį ir priešmokyklinį ugdymą. Programa siekiama ugdyti visapusiškai sveiką vaiką į ugdymo procesą integruojant pagrindinius sveikatos stiprinimo ir sveikos gyvensenos principus, bendromis pedagogų bei bendruomenės pastangomis kurti visa apimančią sveikatos stiprinimo sistemą bei sveikatai palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką.

Programą įgyvendins lopšelio-darželio administracija, pedagoginiai ir kiti pedagoginiame procese dalyvaujantys specialistai, nepedagoginiai darbuotojai, ugdytiniai, jų tėvai, socialiniai partneriai.

## II SKYRIUS LOPŠELIO-DARŽELIO SVEIKATINIMO VEIKLOS ANALIZĖ

Lopšelyje-darželyje „Auksinis gaidelis“ veikia 11 grupių, ugdomi vaikai nuo 1 iki 7 metų. Įstaigą lanko 175 vaikai.

Vaikų sveikatos ugdymas ir stiprinimas – įstaigos prioritetinė sritis. Priklausome Respublikinei ikimokyklinio ugdymo įstaigų asociacijai „Sveikatos želmėnėliai“. Didelis dėmesys skiriamas vaikų fizinio aktyvumo skatinimui ir fizinio pajėgumo gerinimui, sveikos mitybos įpročių ir gerų higienos įgūdžių formavimui, saugios ir sveikos aplinkos kūrimui.

Įstaigoje organizuojami įvairiausi sveikatą stiprinantys renginiai: šventės, pasilinksminimai, varžybos, pramogos, kolektyvinės mankštos, rytmečiai, projektai.

Lopšelio-darželio bendruomenė aktyviai dalyvauja, miesto, respublikos sveikatos stiprinimo renginiuose, konkursuose: „Aš bėgu“, „Švarių rankų šokis“, „Nupiešiu sportą“, „Trikrepšis“ ir kituose renginiuose.

Išskirtinis dėmesys lopšelyje-darželyje skiriamas saugios, patrauklios, vaikų fizinį aktyvumą skatinančios aplinkos kūrimui, grupių ir kitų edukacinių erdvių turtinimui. Įgyvendinama edukacinių erdvių plėtojimo programa „Darželis, kuriame gera visiems“ 2017–2021 m.“, kurioje numatyti žingsniai, kaip įstaigos erdves labiau pritaikyti vaikų poreikių tenkinimui: įrengtas „Sveikatingumo takelis“, vaistažolių ir daržovių mini daržai, šiltnamiai, kuriuose vaikai sodina įvairias daržoves, vaistažoles gėles bei kitus augalus, stebi ir prižiūri jų augimą. Rūpestis augalais skatina vaikus veikti, puoselėja jų fizines ir psichines galias, ugdo darbinius įgūdžius. Daržo gėrybes, vaikai ragauja, gamina įvairias salotas. Tėvų pagalba palei darželio tvoros dalį pasodinta „Žalia tvora“ iš tujų, apsauganti vaikus nuo dulkių ir mašinų išmetamųjų dujų.

Lopšelio-darželio lauko teritorijoje įrengta šiuolaikiška futbolo-krepšinio-tinklinio sporto aikštelė, kuri pritaikyta žaidimams su kamuoliais, varžyboms ir kitai sporto veiklai. Šalia aikštelės auga pušynas, kuriame vaikai aktyviai juda, žaidžia judriuosius žaidimus, karštu vasaras metu ilsis pavėsyje. Ateityje planuojame pušyne įrengti kliūčių ruožą, skatinantį vaikus aktyviai sporto veiklai.

Kasmet lopšelis-darželis dalyvauja ES remiamoje programoje „Vaisių ir daržovių, bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimas vaikų ugdymo įstaigose“. Nuo 2018 metų vaikai maitinasi pagal sveikai palankų valgiaraštį.

Lopšelyje darželyje taikomos vaikų sveikatą stiprinančios priemonės: kiekvienoje grupėje sudarytos sąlygos vaikams atsigerti vandens, burnos skalavimas, pėdų masažinis takelis,

delniukų masažiniai kamuoliukai, kamuoliai ir kitas prietaisais. Planuojame įrengti pagal galimybę kiekvienoje grupėje sporto kampelius.

Lopšelio-darželio laisvos grupės patalpose įrengtas relaksacijos kambarys. Čia vaikai pailsi ir atsipalaiduoja, ypač tai naudinga vaikams su sveikatos sutrikimais.

Užtikrinant ugdymo proceso kokybę, pedagogai nuolat dalyvauja seminaruose, įvairiose kvalifikacijos tobulinimo veiklose, reguliariai atnaujina savo žinias bei gerina praktinę veiklą. Buvo analizuojami veiklos planai, veiklos pažangos rezultatai, atliekamas veiklos kokybės įsivertinimas.

Pastarųjų metų pedagoginė patirtis parodė, kad nuolatinis sveikatos programos ugdymo turinio atnaujinimas skatina pedagogus būti atviriems kaitai, bendradarbiauti tarpusavyje, įgyti naujų žinių, įgūdžių, nuolatos mokytis.

### III SKYRIUS SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS TIKSLAS, UŽDAVINIAI

**TIKSLAS** - sveikos ir saugios gyvensenos ugdymas, skatinant bendruomenės atsakingą požiūrį į sveikatą, kuriant palankią aplinką ir užtikrinant sveikatos ugdymo kokybę.

#### **UŽDAVINIAI:**

1. Ugdyti vaikų sveikos gyvensenos įpročius, formuojant atsakingą požiūrį į sveikatą.
2. Kurti sveikatai palankią, saugią ir jaukią ugdymosi aplinką, įtraukiant įstaigos bendruomenę į veiklos organizavimą ir sprendimų sveikatos klausimais priėmimą.
3. Siekti pedagogų kompetencijų tobulinimo, sveikatos stiprinimo ir saugojimo srityje.
4. Skatinti gerosios patirties sklaidą įvairiomis darželio bendruomenės ir visuomenės informavimo priemonėmis.

### IV SKYRIUS

#### SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA 2020-2024 METAMS

Eil. Nr	Priemonės pavadinimas	Atsakingi vykdytojai	Įvykdymo terminas	Dalyviai
1	Sveikatos valandėlės pagal temas			
1.1.	Sveikos gyvensenos ugdymas integruotas į visą ugdomąją veiklą	Mokytojai	Ugdomosios veiklos metu	Vaikai
1.2.	Sveikatos valandėlės pagal temas (pažink save; asmens higiena; aš ir kiti; maistas ir mityba; veikla-poilsis-fizinis aktyvumas; kūno apsauga; aplinka ir sveikata; ekologija; medžiagų vartojimas ir piktnaudžiavimas jomis; kiti įpročiai; šeima ir sveikata; ligos ir jų prevencija).		1 k. per savaitę visus metus	Vaikai
2.	Ekologinis ugdymas	Mokytojai	Nuolat	Bendruomenė
2.1.	Renginys Žemės diena			
2.2.	Šiuokšlių rūšiavimas įstaigoje	Mokytojai	Balandžio men.	Bendruomenė
		Mokytojai	Nuolat	Bendruomenė
3.	Mankštos:			

3.1.	rytinės mankštos;	Mokytojai	Kiekvieną darbo dieną	Vaikai, mokytojai
3.2.	popietinės mankštos grupėse;	Mokytojai	Po miego	Vaikai
3.3.	kolektyvinė mankšta	Mokytojai	1 k. per mėn.	Vaikai
4.	Fizinis aktyvumas ir grūdinimas: kūno kultūros valandėlės lauke arba salėje;	Mokytojai	2 k. per savaitę	Vaikai
4.1.	pasivaikščiavimas lauke bet kokiomis oro sąlygomis	Mokytojai	Kiekvieną dieną 2 k.	Vaikai
4.2.	grūdinimas gryname ore lauke arba patalpoje, grūdinimas saule;	Mokytojai	Kiekvieną dieną	Vaikai
4.3.	kvėpavimo gimnastikos pratimai, relaksacija;	Mokytojai	2 k. per savaitę	Mokytojai, Vaikai
4.4.	savimasažas ir akupunktūrinis masažas	Mokytojai	Per fizinio lavinimo veiklą	Mokytojai, vaikai
4.5.	organizuota ir savaiminga veikla sporto komplekse, lauke: judrieji ir sporto žaidimai, estafetės, varžybos	Mokytojai	Kiekvieną dieną	Vaikai
4.6.	ritminių šokių, linijinių šokių užsiėmimai (su stepo lentomis)	Mokytojai	2 k. per metus	Vaikai, bendruomenė
4.7.	Rikiuotės pratimai	Mokytojai	Per fizinio lavinimo veiklą	Vaikai
4.8.	Sporto ir sveikatos renginiai: sporto ir sveikatos mėnuo;	Mokytojai	Vasario mėn.	Bendruomenė
5.1.	žiemos pramogos	Mokytojai, mokytojų padėjėjai	Kiekvieną žiemą	
5.2.	draugiškos varžybos, viktorinos tarp grupių ir Visagino priešmokyklinio ugdymo grupių (pagal metinį veiklos planą).	Administracija	2 k. per metus	5–7 m. vaikai, pedagogai
5.3.	Sporto projektas „Krutam, judam visada, sportas – mūsų sveikata“.	Mokytojai	2020-01-01 – 2020-12-01	Vaikai, bendruomenė
5.4.	Maitinimas:	Administracija		
6.	Maitinimas pagal valgiaraštį „Sveikatai palankus“ (ruošti vaikams maistą laikantis suderintos mitybos principų);	Maitinimo specialistas	Kiekvieną dieną	Vaikai
6.1.	„Gaminu ir kitus vaišinu“ – veikla maisto kampelyje	Mokytojai	Pagal poreikį	Vaikai
6.2.				

6.3.	Vitamininių salotų, sveiko maisto ruošimas;	Mokytojai Mokytojų padėjėjai	Pagal poreikį	Vaikai, tėveliai
6.4	Dalyvavimas Europos Sąjungos ir nacionalinio biudžeto lėšomis remiamose programose „Vaisių ir daržovių, bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimas vaikų ugdymo įstaigose“.	Maitinimo specialistas	Rugsėjis–gegužė	Vaikai
6.5.	Valgių ruošimas - Master-klas ugdytinių tėvams „Maitinamės sveikai“ pagal lopšelio-darželio valgiaraštį „Sveikatai palankus“	Virėjai Maitinimo specialistas	3 – 4 kartus per metus	Vaikai, tėveliai, darbuotojai
7.	Dalyvavimas programose, projektuose, bendri projektai su socialiniais partneriais:			
7.1.	Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa	Mokytojai	6 val. per metus	Mokytojai 6–7 m. vaikai
7.2.	„Sveiki dantukai“	Odontologas	kiekvienais metais, 1 k.	4–7 m. vaikai
7.3.	„Mokomės plauti rankas“	Rokiškio sveikatos priežiūros specialistai	per metus kiekvienais metais, 1 k. per metus	4–7 m. vaikai
7.4.	„Zipio draugai“	Mokytojai	pagal programos veiklos planą	5–7 m. vaikai
7.5.	Visagino savivaldybės socializacijos programos	Direktoriaus pavaduotoja ugdymui, mokytojai	Kiekvienais metais	5–7 m. vaikai
7.6.	Smurto prevencija „Neskriausk manęs“	Mokytojai	Kiekvieną kovo mėn.	3–7 m. vaikai
7.7.	Kitose viešai skelbiamose sveikatos programose	Mokytojai	Kiekvienais metais	4–7 m. vaikai
7.8.	Psichologo ir socialinio pedagogo valandėlės, konsultacijos	Psihologas, soc.pedagogas Mokytojai	Pagal poreikį Kiekvienais metais	Vaikai, bendruomenė Vaikai, mokytojai
7.9.	Piešinių parodos sporto tematika	Mokytojai	1 k. per metus darželyje, pagal org. konkursus	Vaikai, tėvai
7.10.	Ekskursijos, išvykos į Visagino policiją, gaisrinę, sveikatos priežiūros įstaigas ir kt.	Administracija Mokytojai	2020–2024 m. m.	5–7 m. vaikai, tėvai

8	Aplinkos turtinimas:			
8.1	Kiemo dangos atnaujinimas sporto tematika	Ūkio padalinio vadovas	2020-2024 m.	Bendruomenė
8.2.	Kliūčių ruožo įrengimas pušyne	Direktoriaus pavaduotojas ugdymui, ūkio padalinio vadovas	2020–2024 m.	Bendruomenė
8.3.	Suoliukai poilsiui	Ūkio padalinio vadovas	2020–2024 m.	Bendruomenė
8.4.	Alpinariumo įrengimas	Ūkio padalinio vadovas	2020–2024 m.	Bendruomenė
8.5.	Žolyno, ekologinio daržo, šiltnamių priežiūra	Ūkio padalinio vadovas, mokytojai	2020–2024 m.	Vaikai, Bendruomenė
8.6.	Grupių sveikatos kampelių papildymas sporto priemonėmis	Ūkio padalinio vadovas, direktoriaus pavaduotojas ugdymui, mokytojai	2020–2024 m.	Tėveliai Bendruomenė
8.7	Sporto salės papildymas naujomis priemonėmis; sienų ir grindų apipavidalinimas.	Direktoriaus pavaduotoja ugdymui Ūkio padalinio vadovas	2020–2024 m.	Bendruomenė
8.8.	Sveikatos priemonių konkursas – paroda „Ši priemonė padės tau...“;	Mokytojai	2021 m.	Tėvai, Bendruomenė
9.	Lopšelio-darželio bendruomenės kompetencijos didinimas ir sklaida:			
9.1.	dalyvavimas seminaruose, konferencijose sveikatos stiprinimo temomis	Direktoriaus pavaduotojas ugdymui, mokytojai	2020–2024 m.	Bendruomenė Mokytojai
9.2.	susitikimai, popietės, konsultacijos „Prie apskrito stalo“ su sveiko gyvenimo būdo propaguotojais, specialistais	Direktorius, direktoriaus pavaduotojas ugdymui, mokytojai	2020–2024 m.	Mokytojai, tėvai
9.3	susitikimai su Visuomenės sveikatos priežiūros specialistais (Rokiškio, Visagino pirminės sveikatos priežiūros centrai)	Matinimo specialistas, direktoriaus	Pagal poreikį	Bendruomenė

9.4.	sveikatingumo programos „Noriu būti sveikas ir saugus“ renginių duomenų banko kaupimas (renginių aprašai, nuotraukos, filmuota medžiaga, lankstinukai); elektroninė medžiaga	pavadootojas ugdymui, mokytojai Direktoriaus pavadootojas ugdymui, mokytojai	2020–2024 m.	Mokytojai
9.5.	informacijos, sveikos gyvensenos klausimais pateikimas tėvams	Mokytojai	Pagal lopšelio- darželio metinį veiklos planą	Mokytojai
9.6.	Gerosios patirties sklaida sveikatinimo temomis socialiniuose tinkluose, laikraščiuose, žurnaluose	Direktorius, direktoriaus pavadootojas ugdymui, mokytojai	Pagal poreikį	Mokytojai
9.7.	Dalyvavimas bendruomenės talkose	Administraci ja Lopšelio- darželio taryba Tėvų komitetas	Kiekvieną pavasari	Bendruomenė

#### V IŠTEKLIŲ NUMATYMAS

Priemonė	Lėšos (Savivaldybės biudžetas (SB), mokinio krepšelis (MK), spec. lėšos (SP), patalpų nuomos lėšos (PN), kiti finansavimo šaltiniai)
Sveikatos valandėlės	Žmogiškieji ištekliai
Šiuokšlių rūšiavimas	1,2% parama, žmogiškieji ištekliai
Sporto ir sveikatos renginiai	SB, žmogiškieji ištekliai
Papildoma veikla (būreliai)	Tėvų lėšos,
Vaikų maitinimas	Tėvų lėšos, SB
Programos, projektai	SB, žmogiškieji ištekliai, lėšos iš spec. programų
Aplinkos turtinimas	1,2% parama, SB(SP), SB(PN)
Bendruomenės kompetencijos didinimas ir patirties sklaida	Žmogiškieji ištekliai, MK, SB Partneriai

#### VI LAUKIAMŲ REZULTATŲ, POKYČIŲ

19. Įgyvendinus šią programą:

19.1. Vaikai dalyvaudami ekologinio ugdymo ir sveikatos stiprinimo veikloje, įgis ekologinio ugdymo pradmenis, geriau pažins save, išsiugdys sveikatos stiprinimo įgūdžius ir gebėjimus ir bus linkę gyventi sveikiau;



- 19.2. sumažės vaikų sergamumas;
- 19.3. sistemingai atnaujinami suderintos mitybos valgiaraščiai, kurie suformuos vaikų sveikos mitybos įpročius;
- 19.4. lopšelio-darželio teritorija bei patalpos pasipildys naujomis priemonėmis aktyviam vaiko veiklos poreikiui tenkinti;
- 19.5. kiekviena darželio grupė įsigis priemones, skirtas vaikų sveikatos stiprinimui;
- 19.6. organizuotose prevencinėse programose, projektuose dalyvaus lopšelio-darželio vaikai;
- 19.7. bus sistemingai vykdoma vaikų sveikatos stebėseną, atlikti vaikų sveikatos stiprinimo tyrimai, parengtos rekomendacijos.
- 19.8. kasmet kursuose, seminaruose, susitikimuose vaikų sveikatos stiprinimo klausimais dalyvaus mokytojai, kiti su vaikais dirbantys specialistai bei tėvai;
- 19.9. Bendruomenė šviečiama sveikos gyvensenos bei maitinimo klausimais.

## **VII SKYRIUS PROGRAMOS VERTINIMAS**

Programos įgyvendinimas bus vertinamas vadovaujantis metodinėmis rekomendacijomis „Sveikatą stiprinančių mokyklų veiklos vertinimo rodikliai ir jų taikymas ikimokyklinio ugdymo mokykloje“ (2017).

Reguliariuose susirinkimuose bus pristatomos programos vykdymo ataskaitos. Kartą metuose organizuojamas kurios nors veiklos srities įsivertinimas. Vertinimo išvados viešinos darželio bendruomenei, skelbiamos įstaigos interneto svetainėje.

## **VIII BAIGIAMOSIOS NUOSTOTOS**

Sveikatos stiprinimo programa gali būti koreguojama pritarus darželio „Noriu būti sveikas ir saugus“ darbo grupei, atsižvelgiant į bendruomenės poreikius ir siūlymus. Kiekvienas bendruomenės narys gali siūlyti idėjas sveikatos stiprinimo programos plėtrai ir priemonių įgyvendinimui. Sveikatos stiprinimas - prioritetas kiekvienam bendruomenės nariui. Su programa supažindinti visi bendruomenės nariai. Programos įgyvendinimo koordinatorius – direktorius. Programa „Noriu būti sveikas ir saugus“ lopšelio-darželio interneto svetainėje [www.auksinisgaidelis.lt](http://www.auksinisgaidelis.lt)

---