

KLAIPĖDOS LOPŠELIO-DARŽELIO „KLEVELIS“ NEFORMALIOJO VAIKŲ ŠVIETIMO SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Švietimo teikėjas – Klaipėdos lopšelis-darželis „Klevelis“ (toliau – Įstaiga), įregistruota Juridinių asmenų registre, kodas 190426118. Teisinė forma – biudžetinė įstaiga. Grupė – ikimokyklinio ugdymo mokykla.
2. Įstaigos buveinės adresas – Taikos pr. 53, LT-91152, Klaipėda, tel. (8 46) 38 35 70, el. p. direktore@ldklevelis.lt.
3. Programos pavadinimas – Klaipėdos lopšelio-darželio „Klevelis“ neformaliojo vaikų švietimo Sveikatos stiprinimo programa (toliau – Programa).
4. Programos rengėjai: Rūta Arnašienė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui, Monika Ignatavičienė, neformaliojo ugdymo (kūno kultūros) mokytoja.
5. Programos trukmė – tęstinė.
6. Tikslinė amžiaus grupė – 3–5 m. ikimokyklinio ugdymo amžiaus ir 6–7 m. priešmokyklinio ugdymo amžiaus vaikai.
7. Programos įgyvendinimui Įstaigoje sukurtos palankios materialinės ugdymo(si) sąlygos: įkurta sporto salė, įsigytos sveikatos stiprinimui ugdyti reikalingos priemonės, įkurtas sveikatingumo ir sporto centras lauke.
8. Neformaliojo vaikų švietimo sveikatos stiprinimo programa integruota į Įstaigos Ikimokyklinio ugdymo ir Priešmokyklinio ugdymo bendrąją programas ir vykdoma ugdymo proceso metu.

II SKYRIUS PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

9. Tikslas – ugdyti vaikų teigiamas nuostatas ir gebėjimus, sudarant sąlygas jiems patirti judėjimo džiaugsmą per sveikatos stiprinimo veiklą įvairovę.
10. Uždaviniai:
 - 10.1. formuoti taisyklingos laikysenos, kvėpavimo įgūdžius ir įpročius;
 - 10.2. supažindinti su plokščiapėdystės profilaktika atliekant kineziterapijos mankštas;
 - 10.3. ugdyti teigiamą požiūrį į sveikatos stiprinimą.

III SKYRIUS PROGRAMOS TURINYS

11. Turinys:
 - 11.1. Ikimokyklinis ugdymas:

Eil. Nr.	Veiklos sritys	Turinys
1.	Fizinis aktyvumas, kasdienio gyvenimo įgūdžiai	Ugdo taisyklingos laikysenos ir kasdieniam sveikam gyvenimui reikalingus įgūdžius, įpročius. Fiziniais pratimais stiprina kojų ir pėdų raumenis, naudojami įvairiu sportiniu inventoriumi (masažuokliais, „Kneipo“ takeliu, pačių pasigamintomis priemonėmis). Įgyja žinių plokščiapėdystės profilaktikai. Susipažįsta su savo kūno raumenimis,

		jų galimybėmis. Noriai ir aktyviai būna gryname ore atsižvelgiant į metų laikus, temperatūrą. Grūdinasi šilumoje ir šaltyje. Stiprina įvairias raumenų grupes, ugdo gebėjimą sąmoningai kvėpuoti. Didina organizmo atsparumą įvairioms ligoms. Plokščiapėdystės profilaktiką atlieka vaikščiodami basomis įvairiais paviršiais. Ugdo gebėjimą stiprinti įvairias raumenų grupes atlikdami fizinius pratimus, kineziterapijos mankštas. Sportuodami ir aktyviai judėdami saugo save ir kitus. Stengiasi taisyklingai stovėti, sėdėti
2.	Savireguliacija ir savikontrolė	Atlikdami įvairius pratimus ar žaisdami judrius žaidimus, laikosi susitarimų ir taisyklių, supranta jų prasmę bei naudingumą. Primena vieni kitiems ir laikosi jų be suaugusiojo priežiūros. Suvaldo savo pyktį, suirzę geba nusiraminti, neskaudina kito
3.	Santykiai su bendraamžiais	Sportuodami ar žaisdami rodo iniciatyvą bendradarbiauti ir bendrauti su kitais vaikais, palaikyti gerus santykius. Dalijasi priemonėmis ir kovoja už kitų teisę naudotis jomis paeiliui, geranoriškai veikia kartu. Supranta, kas yra gerai, o kas blogai, stengiasi elgtis pagal savo gero elgesio supratimą

11.2. Priešmokyklinis ugdymas:

Eil. Nr.	Kompetencijos	Turinys
1.	Socialinė, emocinė ir sveikatos saugojimo kompetencija	Aktyviai ir saugiai juda užsiėmimų ir žaidimų metu. Geba paaiškinti, kas yra sveikata, ką reikia daryti norint stiprinti sveikatą ir kodėl svarbu rūpintis sveikata. Apibūdina sveiko žmogaus požymius, atpažįsta sveikus ir nesveikus įpročius. Vertina sveikatos tausojimo ir stiprinimo bei gyvybės saugojimo svarbą. Savarankiškai nusirengia ir apsirengia. Gilina žinias apie savo kūną. Atskiria taisyklingą ir netaisyklingą laikyseną. Paaiškina fizinio aktyvumo naudą sveikatai ir savijautai, kelia fizinio aktyvumo tikslus ir pademonstruoja mėgstamus fizinius pratimus. Stengiasi sėdėti tiesiai ir tvarkingai, taisyklingai stovėti ir judėti. Atlikdami kineziterapijos mankštas stiprina nugaros, kojų raumenis. Skiria sveiką pėdą nuo nesveikos. Stiprina imunitetą, atlieka plokščiapėdystės profilaktikos pratimus vaikščiodami basi įvairiais paviršiais: vandeniui, žole, „Kneipo“ takeliu, per masažines priemones. Dalyvauja kurdami bendras taisykles. Lygina, žino, kokie produktai naudingi sveikatai, o kokie – ne. Supranta sveikos mitybos svarbą sveikatai ir renkasi sveikatai palankius maisto produktus. Rūpinasi sveikata pasitelkę fizinį aktyvumą
2.	Pažinimo kompetencija	Smalsiai, aktyviai tyrinėja aplinką, domisi savo kūno dalimis, jas atpažįsta bei įvardija. Turi žinių apie saugų elgesį judrios fizinės veiklos metu, gamtoje, gatvėje, namuose. Stebi gamtos reiškinius, suvokia jų įtaką sveikatai. Domisi sveikos gyvensenos knygelėmis, edukaciniais filmukais apie sveikus įpročius. Dalyvauja sveikos gyvensenos valandėlėse, pokalbiuose, diskusijose. Patirtį taiko sportuodami ar žaisdami darželyje ir namų aplinkoje
3.	Komunikavimo kompetencija	Aktyvios fizinės veiklos metu bendrauja, bendradarbiauja su bendraamžiais ir suaugusiais. Geba žodžiu išreikšti savo emocijas ir jausmus. Atpažįsta ir įvardina situacijas, kada reikia būti atsargiems ir kurios gali kelti pavojų gyvybei. Kalba apie saugią ir švarią aplinką, rūšiuoja, tausoja gamtą. Užduoda daug klausimų, susijusių su sveikata. Domisi suteikiama informacija, tikslina, ar ji teisinga. Dalinasi savo

	idėjomis, žiniomis, talentais artimoje aplinkoje. Kuria inventorių, skirtą plėtoti žinias apie sveiką gyvenimą
--	--

12. Programa pritaikoma įvairių ugdymo(si) poreikių turintiems vaikams. Atsižvelgiant į vaikų individualius ugdymo(si) poreikius, parenkamos užduotys, priemonės, individualūs ugdymo(si) metodai ir formos.

IV SKYRIUS PROGRAMOS METODAI, FORMOS IR PRIEMONĖS

13. Metodai: sveikatos valandėlės, kineziterapijos ir relaksacijos pratimai, tyrinėjimas, žaidimai salėje ir lauke, projektai, improvizavimas judesiu, demonstravimas, aiškinimas, pokalbis, aptarimas, idėjų kūrimas („minčių lietus“).

14. Formos: rytinės mankštos, grūdinimas, sveikatos valandėlės, fizinio ugdymo užsiėmimai salėje ir lauke, judri sportinė veikla sporto erdvėse lauke, varžybos, sportinės pramogos, žygiai, akcijos, išvykos, ekskursijos, sporto šventės, konkursai, projektai.

15. Priemonės: priemonės skirtos plokščiapėdystės profilaktikai ir taisyklingai laikysenai formuoti (balansinės oro pagalvės, sensoriniai padeliai, masažiniai ritiniai ir kamuoliukai, kilimėliai, tilteliai ir kt.), sporto inventorių, lauko žaidimų įranga, treniruokliai, lauko edukacinių žaidimų įranga, priemonės estafetėms, plakatai, projektorius, interaktyvus ekranas, išmaniosios grindys, multimedija, kompiuteris, magnetofonas.

V SKYRIUS VAIKŲ PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS

16. Įgyvendinus Programą:

16.1. ugdysis taisyklingos laikysenos įgūdžiai ir įpročiai;

16.2. sustiprės kojų ir pėdų raumenys atliekant kineziterapijos pratimus plokščiapėdystės profilaktikai;

16.3. formosis teigiamas požiūris į sveikatos stiprinimą;

17. Vaikų ugdymo(si) pasiekimai ir pažanga vertinami pagal Įstaigos vaikų pasiekimų ir pažangos vertinimo tvarką.

SUDERINTA

Klaipėdos lopšelio-darželio „Klevelis“ tarybos
2022 m. rugsėjo 2 d.
posėdžio protokoliniu nutarimu
(protokolo Nr. V16-3)

SUDERINTA

Klaipėdos miesto savivaldybės administracijoje:
Švietimo skyriaus vedėja
Laima Prižgintienė

L. Prižgintienė
2022 m. rugsėjo 5 d