PATVIRTINTA

Lazdijų mokyklos-darželio „Vyturėlis“

Direktoriaus 2015 m. gruodžio 18 d.

įsakymu Nr. V1-71

**LAZDIJŲ MOKYKLOS-DARŽELIO „VYTURĖLIS“**

**SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA 2015-2020 METAMS „AUGSIU SVEIKAS IR ŽVALUS“**

|  |  |
| --- | --- |
| **Stiprybės**   1. **Organizuojamas neformalusis, kryptingas meninis ugdymas**   **bei įdomi popamokinė veikla. Mokiniai turi galimybę lankyti būrelius ne tik mokykloje, bet ir Lazdijų sporto centre. Jie lanko krepšinio, aerobikos plaukimo būrelius.**   1. **Įstaigoje kiekvieną dieną vaikams gaminamas ir pateikiamas šiltas maistas.** 2. **Vykdoma programa „Pienas vaikams“,** „Vaisių vartojimo skatinimo mokyklose programa“**.** 3. **Mokyklos bendruomenė kuria ir palaiko svetingą ir jaukią aplinką.** 4. **Sveikatos ugdymas mokykloje-darželyje apima visus amžiaus tarpsnius nuo ankstyvojo vaikų ugdymo iki tėvų švietimo.** 5. **Ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikatos, socialinės kompetencijos plėtojimas numatytas ikimokyklinio ugdymo programoje.** | **Silpnybės**   1. **Silpna materialinė bazė.** 2. **Ugdytiniai neatsparūs infekcinėms ligoms bei ligoms susijusioms su per mažu judėjimu.** 3. **Mažas ugdytinių ir mokinių fizinis aktyvumas.** 4. **Tėvų dėmesio stoka vaikų grūdinimui, sveikos mitybos įpročių ugdymui, sveikos psichosocialinės aplinkos kūrimui.** 5. **Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė dirba tik dvi dienas per savaitę.** |
| **Galimybės**   1. **Ugdytiniai bus sveikesni, ištvermingesni.** 2. **Dalyvaus sveikatą stiprinančiuose renginiuose ir įgis žinių apie sveiką gyvenseną.** 3. **Bendruomenės nariai dalyvaus renginiuose, kurių metu įgis žinių apie vaikų sveikatos stiprinimą.** 4. **Informacijos sklaida įstaigos, miesto, rajono, respublikos lygmenyje.** | **Grėsmės**   1. Dažnas sergamumas, nedalyvavimas ugdomojoje veikloje. 2. Dalies vaikų/mokinių tėvų abejingumas 3. Išteklių stoka. |

**Programos tikslas:**

* Mokyklos-darželio bendruomenės narių sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymas, sveikatos stiprinimas, kuriant sveikatai palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką.

**Programos uždaviniai:**

* Suteikti naujų žinių apie žmogaus sveikatos saugojimą, integruojant į ugdymo programą, veiklas;
* Ugdyti vaikų sveiką gyvenseną, skatinant sveikai maitintis sportuoti, atsispirti žalingiems įpročiams.
* Kurti gerus mokyklos-darželio bendruomenės narių tarpusavio santykius, grįstus pasitikėjimu ir partneryste bei psichologiškai saugią vaikų/mokinių poreikius atitinkančią aplinką.
* Sutelkti išteklius sveikatos stiprinimui ir sveikatos ugdymui.

**Laukiami rezultatai:**

1. Bendruomenės nariai supras aktyvaus judėjimo reikšmę, dalyvaus įvairiuose renginiuose.
2. Bus sudarytos sąlygos tenkinti pažinimo, saviraiškos ir lavinimosi poreikius.
3. Vaikai/mokiniai žinos sveikatą stiprinančius veiksnius, ugdysis įpročius sveikai gyventi.
4. Bendruomenė taps susitelkusi, santykiai taps tampresni, atviresni.
5. Apie mokyklos-darželio sveikatos stiprinimo veiklą bus supažindinta visuomenė, gerės mokyklos-darželio įvaizdis.

**Programos turinys**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Vykdomos priemonės, renginiai | Vykdymo laikas | Atsakingas vykdytojas | Vieta |
| Bendruomenės sporto šventės kartu su ugdymo įstaigų partneriais | Kiekvienų metų pavasarį ir rudenį | Mokytojos ir auklėtojos | Lazdijų miesto parkas |
| Pranešimai, paskaitos apie judėjimą, saugią aplinką, mitybos įpročius, higienos įgūdžius | Vieną kartą per metus | Įstaigos vadovai | Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“,  Lazdijų švietimo centras |
| Dalyvavimas rajoninėse kvadrato ir estafečių varžybose  „Drąsūs stiprūs, vikrūs“ | Kiekvienais metais | Sporto būrelio vadovas | Lazdijų sporto centras,  Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“ |
| Sveiko maisto rytmečiai (vaišinamės pačių ar tėvelių pagamintais sveiko maisto patiekalais) | Kiekvienais metais, vasario mėn. | Sveikatos priežiūros specialistas, mokytojos ir auklėtojos | Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“ |
| Rytinės judriosios mankštos kieme | Kiekvienais metais nuo balandžio mėn. iki mokslo metų pabaigos 7.50 val. | Sveikatos priežiūros specialistas, mokytojos | Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“ |
| Judriosios pertraukos | Kiekvieną dieną | Sveikatos priežiūros specialistas, mokytojos | Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“ |
| Pasaulinės sveikatos dienos paminėjimas | Kiekvienais metais, balandžio 7 d. | Sveikatos priežiūros specialistas, mokytojos ir auklėtojos | Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“ |
| Vasaris- sveikos gyvensenos mėnuo (pagal atskirą planą) | Kiekvienais metais | Socialinis pedagogas, sveikatos priežiūros specialistas | Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“ |
| Dalyvavimas Vaikų ir paauglių nusikalstamumo prevencijos programose | Kiekvienais metais | Socialinis pedagogas | Lazdijų mokykla- darželis „Vyturėlis“ |
| Dailės ir darbelių parodos sveikos gyvensenos temomis | Kiekvienais metais | Mokytojos ir auklėtojos | Lazdijų mokykla- darželis „Vyturėlis“ |
| Lankstinukų, plakatų kūrimas sveikos gyvensenos tema | Kiekvienais metais | Mokytojos ir auklėtojos | Lazdijų mokykla- darželis „Vyturėlis“ |
| Dalyvavimas akcijoje „Gegužė- mėnuo be smurto“ | Kiekvienais metais | Socialinis pedagogas, psichologas | Lazdijų mokykla- darželis „Vyturėlis“ |
| Išvykos, turistiniai žygiai į gamtą | Kiekvienais metais | Mokytojos | Lazdijų apylinkės |
| Akcija „Susipažinkime su vaistažolėmis“ (susipažįstame, renkame ir naudojame) | Kiekvienais metais pasaulio pažinimo pamokų, vaikų vasaros poilsio stovyklų metu | Socialinis pedagogas, mokytojos | Lazdijų apylinkės, mokyklos-darželio vaistažolių alpinariumas |
| Mokyklos-darželio aplinkos tvarkymas | Kiekvienais metais | Mokytojos ir auklėtojos | Lazdijų mokykla- darželis „Vyturėlis“ |
| Organizavimas ir dalyvavimas atliekų rūšiavimo, gamtos saugojimo akcijose. | Kiekvienais metais | Mokytojos ir auklėtojos | Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“ |
| Sveikos aplinkos kūrimas– buitinių atliekų panaudojimas. Darbelių iš buitinių atliekų gaminimas ir parodų organizavimas. | Kiekvienais metais | Mokytojos ir auklėtojos | Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“, Lazdijų miesto viešosios bibliotekos vaikų skyrius |
| Sveikatos ugdymo programa integruojama į ilgalaikius ugdymo planus, ikimokyklinio, priešmokyklinio ugdymo programas | Kiekvienais metais | Mokytojos ir auklėtojos | Lazdijų mokykla- darželis „Vyturėlis“ |
| Fizinio aktyvumo projektas „Gyvenk sveikai ir žaisk linksmai“ | Kiekvienais metais | Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo pedagogės | Lazdijų mokykla- darželis „Vyturėlis“ |
| „Sveikadienis“ piešinių ir atvirukų paroda sveikos gyvensenos temomis | Kiekvienais metais | Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo pedagogės | Lazdijų mokykla- darželis „Vyturėlis“ |
| Viktorina „Visi vaikučiai žino, kur gyvena vitaminai“ | Kiekvienais metais | Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo pedagogės | Lazdijų mokykla- darželis „Vyturėlis“ |
| Žygių dienelės gamtoje, pasivaikščiojimas pėsčiųjų takais | Kiekvienais metais | Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo pedagogės | Lazdijų apylinkės |
| Akcija „Geriame vaistažolių arbatą“ (susipažįstame, renkame ir naudojame) | Kiekvieną žiemą vieną kartą per savaitę | Priešmokyklinio ugdymo pedagogės | Lazdijų mokykla- darželis „Vyturėlis“ |

**Visuomenės sveikatos priežiūros specialistės veikla**

|  |  |
| --- | --- |
| **Mėnuo** | **Renginio pavadinimas** |
| Sausis– įžengimas į sveiką naujų metų pradžią. | Mokinių švaros ir asmens higienos patikrinimas“ (priešmokyklinė, I - IV kl.) Pokalbis– diskusija „Burnos higiena“ (priešmokyklinė grupė).  Stendo paruošimas „Kaip išvengti peršalimo ligų?“ |
| Vasaris- sveikatingumo mėnuo | Viktorina „Žiūrėk sveikatą jaunatvėje, o garbę senatvėje“ ( I – IV kl.). |
| Kovas– dvasinės sveikatos mėnuo | Pokalbiai diskusijos: „Kaip išsaugoti gerą regėjimą?“, „Asmens higiena“, (ikimokyklinės gr., priešmokyklinė gr., I – IV kl.)  Stendo paruošimas „Kovo 24 d.- Pasaulinė tuberkuliozės diena“ |
| Balandis– švaros mėnuo | Mokinių švaros ir asmens higienos patikrinimas (priešmokyklinės grupės, I - IV kl.)  Pokalbis– diskusija „Kaip teisingai plauti rankas?“ (ikimokyklinės, priešmokyklinės gr.). |
| Gegužė– judėjimo mėnuo | Akcija „Judėjimo sveikatos labui diena“ (ikimokyklinės, priešmokyklinė gr. I – IV kl.)  Pokalbis– diskusija „Judėk ir būsi sveikas“ (I – IV kl.)  Akcija „Pasaulinė nerūkymo diena“ ( IV kl )  Stendo parengimas: „Gegužės 31– oji Pasaulinė nerūkymo diena“ |
| Birželis– pasiruošimo vasaros atostogoms mėnuo | Pokalbiai– diskusijos: „Saugiai praleiskime vasaros atostogas“( priešmokyklinės gr., I – IV kl. ),  „Kaip išvengti kirmėlinių susirgimų?“ (I – IV kl.)  Stendo parengimas „Saugokimės erkių įkandimo“ |
| Rugsėjis- sveikos mokyklos mėnuo | „Mokinių švaros ir asmens higienos patikrinimas“  Pokalbis – diskusija „Saugus kelias į mokyklą“ (priešmokyklinės grupės)  Akcija, skirta širdies dienai paminėti (mokyklos bendruomenei)  Kuprinių svėrimo akcija. |
| Spalis– sveiko maisto mėnuo | Viktorina „Aš už sveiką mitybą“ (I – IV kl.)  Stendo parengimas „Sveika mityba“. |
| Lapkritis- mėnuo be žalingų įpročių | Pamoka „Pirmoji pagalba“ (IV kl)  Pokalbis– diskusija „Asmens higiena“ (priešmokyklinės grupės)  Stendo paruošimas „Rūkymo žala“ |
| Gruodis– praėjusių metų rezultatų aptarimo mėnuo | Akcija „Kalėdinis sveikinimas vienišam žmogui“  (I –IV kl.) |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_