

# **VARĖNOS R. SENOSIOS VARĖNOS „NYKŠTUKO“ VAIKŲ LOPŠELIS-DARŽELIS**

PATVIRTINTA

Varėnos r. Senosios Varėnos „Nykštuko“  
vaikų lopšelio-darželio Direktorius  
2013 m. rugsėjo 2 d. įsakymu Nr. V-1-21

## **SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA „MAŽAIS ŽINGSNELIAIS Į SVEIKATOS ŠALĮ“**

**2014-2018 m.**

### **I. BENDROSIOS NUOSTATOS**

Sveikatos stiprinimas ikimokyklinėse įstaigose tampa vis svarbesniu ugdymo proceso elementu ir yra glaudžiai susijęs su sveikos gyvensenos įgūdžių formavimu. Lopšeliai-darželiai yra pirmoji sveikos gyvensenos ugdymo sistemos pakopa, formuojanti pirmines nuostatas ir įgūdžius, kurie lemia tolesnes sveikatos saugojimo kompetencijos plėtojimo galimybes įstaigoje.

Lopšelis-darželis įsteigtas ir savo veiklą pradėjo 1951m. birželio 1 d. Varėnos rajono priklausomybė savivaldybės biudžetinė įstaiga, turinti viešojo juridinio asmens statusą. 1981 metais suteiktas „Nykštuko“ vardas.

Senosios Varėnos vaikų lopšelyje-darželyje „Nykštukas“ vidutiniškai ugdomi 60-65 ugdytiniai. Lopšelių-darželių lanko vaikai nuo 1 metų iki 7 metų. Veikia keturios ugdymo grupės, su atskirais miegamaisiais. Puoselėjame lopšelio-darželio kiemo aplinką, kuri yra pritaikyta aktyviai, judriai sportinei veiklai. Visais metų laikais rengiame šventes, sportines pramogas, iškylas, ekskursijas, daug dėmesio skiriame vaikų fiziniam aktyvumui. Į šiuos renginius stengiamės įtraukti visą bendruomenę.

Esame aktyvūs rajono sveikatinimo projektų dalyviai. Tapome šių projektų nugalėtojai: „Sveikatos šalyje“, „Kas dažnai sportuoja - niekad negaluoja“, „Tu gali pasakyti ne“, „Aš gamtos vaikas“, „Aš galiu būti sveikas“, „Sveikas kai žinau“, „Judu, krutu, sveikas esu“.

Rūpintis vaikų sveikata, užkirsti kelią neigiamiems faktoriams vien pedagogų darbo neužtenka. Į šį procesą įtraukiame visą įstaigos bendruomenę, suteikiant jiems kuo daugiau žinių ir praktinių įgūdžių apie sveikatos palaikymą ir stiprinimą, aplinkos įtaką žmogaus sveikatai.

Lopšelyje – darželyje „Nykštukas“ vaikas – svarbiausias asmuo. Jam sudarytos sąlygos augti, tobulėti, išreikšti save. Vaikas priimamas kaip asmenybė, garantuojamos teisės ir galimybės augti

sveiku, jaustis saugiu, būti mylimu. Lopšelio-darželio „Nykštuko“ pedagogai siekia ugdymo kokybės, bendradarbiavimo bei pagalbos šeimai. Tenkiname vaiko poreikius visose raidos srityse, stengiamės, kad vaikas būtų fiziškai aktyvus, augtų saugioje aplinkoje ir nebūtų kenkiama jo fizinei, dvasinei, psichinei sveikatai.

#### Lopšelio- darželio sveikatinimo veiklos SWOT (SSGG) analizė

VEIKLOS SRITYS	STIPRIOSIOS PUSĖS	SILPNOSIOS PUSĖS
<p>1. Sveikatos stiprinimo veiklos valdymo struktūra, politika ir kokybės garantavimas.</p> <p>1.1. Įstaigoje sudaryta sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė.</p> <p>1.2. Planuojamas sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimas.</p>	<p>1.1. Darbo grupės nariai pasiskirstę kokią organizuoti veiklą.</p> <p>1.2. Rezultatai aptariami, darant projektų ir metinės veiklos ataskaitas kasmet.</p>	<p>1.2. Pagalbinis personalas turi būti supažindintas su planuotais renginiais.</p>
<p>2. Psichosocialinė aplinka.</p> <p>2.1. Priemonės, numatančios įstaigos bendruomenės narių gerų tarpusavio santykius.</p> <p>2.2. Sudarytos galimybės dalyvauti programos vykdyme visiems bendruomenės nariams.</p> <p>2.3. Numatytos emocinės, fizinės ir vandalizmo mažinimo priemonės.</p>	<p>2.1. Įstaigoje vyrauja geras mikroklimatas, pagrįstas pasitikėjimu ir geranoriškumu.</p> <p>2.2. Į programos vykdymą įtraukta visa lopšelio- darželio bendruomenė (tėvai, vaikai ir auklėtojos).</p> <p>2.3. Visi tėvai ir vaikai žino, kad lopšelyje – darželyje netoleruojamas bet koks grubus ar agresyvus elgesys. Numatytos priemonės patyčių prevencijai.</p>	<p>2.1. Pasyvus tėvų dalyvavimas sveikatos ugdymo procese.</p>
<p>3. Fizinė aplinka.</p> <p>3.1. Įstaigos teritorijos ir patalpų priežiūros užtikrinimas bei sveikos aplinkos kūrimas.</p> <p>3.2. Priemonės skatinančios visų bendruomenės narių fizinį aktyvumą.</p> <p>3.3. Priemonės sveikos mitybos organizavimui ir geriamojo vandens prieinamumui užtikrinti</p>	<p>3.1. Teritorija tinkamai prižiūrima, įrenginiai saugūs, mediniai, smėlio dėžės apdengtos. Visos kitos patalpos atitinka higienos normas. Gera materialinė bazė.</p> <p>3.2. Visa bendruomenė noriai įsijungia į fizinio aktyvumo skatinimo renginius, šventes, popietes, išvykas.</p> <p>3.3. Lopšelyje – darželyje gaminamas šviežias ir šiltas maistas. Valgiaraštis parengtas pagal aprašą 2011m. lapkričio 11d. įsakymą V-964, sudarytos</p>	<p>3.2. Tėvų entuziazmo stoka, organizuojant renginius.</p> <p>3.3. Netinkama mityba, sveikos mitybos taisyklių nesilaikymas, maitinantis namuose.</p>

	<p>sąlygos atsigerti kokybiško geriamo vandens.</p> <p>Dalyvaujame ES programoje „Vaisių vartojimo skatinimas švietimo įstaigose“ ir ES programoje „Pienas vaikams“</p>	
--	---	--

<p>4. Žmogiškieji ir materialieji ištekliai.</p> <p>4.1. Auklėtojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų kvalifikacijos tobulinimo sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo klausimais organizavimas.</p> <p>4.2. Bendruomenės narių pasitelkimas sveikatos ugdymui.</p> <p>4.3. Metodinė medžiaga ir priemonės reikalingos sveikatos ugdymui.</p> <p>4.4. Lopšelio -darželio partnerių įtraukimas.</p>	<p>4.1. Sudarytos sąlygos pedagogams dalyvauti seminaruose sveikatos stiprinimo klausimais.</p> <p>4.2. Darbuotojai įsijungia noriai ir su savo pasiūlymais.</p> <p>4.3. Įstaiga pakankamai aprūpinta sveikatos ugdymui skirta metodine medžiaga.</p> <p>4.4. Bendraujame ir su kitomis švietimo įstaigomis, nevyriausybinėmis organizacijomis, ir kt.</p>	<p>4.1. Ne visi darbuotojai naudojami galimybe tobulinti savo kvalifikaciją sveikatos stiprinimo klausimais.</p> <p>4.2. Nepakankamas tėvų vaidmuo skatinant vaikus sveikai gyventi.</p> <p>4.3. Trūksta vaizdinių priemonių.</p>
<p>5. Sveikatos ugdymas.</p> <p>5.1. Sveikatos ugdymas įtrauktas į strateginį ir metinius veiklos planus ir apima įvairias sveikatos temas.</p> <p>5.3. Sveikatos ugdymas apima įvairias sveikatos temas.</p>	<p>5.1. Pedagogai sveikatos ugdymo temas įtraukia į grupių ugdomosios veiklos planus.</p> <p>5.3. Sveikatos stiprinimo programa, mokyklos rengiami sveikatos projektai, Pasaulinių sveikatos dienų minėjimas ir sporto šventės</p>	<p>5.1. Patirties trūkumas, vykdant sveikatos stiprinimo programą, dėl konkrečios srities specialisto nebuvimo.</p>
<p>6. Sveikatą stiprinančios veiklos sklaida ir tęstinumo laidavimas.</p> <p>6.1. Sveikatos stiprinimo veiklos patirties sklaida įstaigoje.</p> <p>6.2. Sveikatos stiprinančios įstaigos veiklos patirties pavyzdžių sklaida už darželio ribų.</p>	<p>6.1. Lopšelio- darželio sveikatinimo sklaida internetinėje svetainėje, stenduose, spaudoje.</p> <p>6.2. Bendravimas su kitomis sveikatą stiprinančiomis įstaigomis ir dalinasi gerąja darbo patirtimi.</p>	

## 6. Sveikatos stiprinimo ir ugdymo veiklos situacijos analizė

GALIMYBĖS	GRĖSMĖS
1. Kvalifikuotas pedagogų pasiruošimas vykdyti sveikatos stiprinimo ugdymą darželyje.	1. Kai kurių tėvų pasyvus dalyvavimas sveikatos stiprinimo ugdyme.
2. Kasdieninių higienos įgūdžių laikymasis ir pratęsimas šeimoje ir mokykloje.	2. Socialinių įgūdžių trūkumas kai kuriose šeimose.
3. Dalyvavimas „Sveikuolių sveikuoliai“ konkurse.	3. Konkrečių sričių specialistų trūkumas (judesio korekcijos specialistas).
4. Įvairių sveikatingumo renginių organizavimas bei konsultacijos su visuomenės sveikatos specialistu sveikatos stiprinimo klausimais.	

## III. PROGRAMOS TIKSLAI, PRIORITETAU

**7. Programos tikslas** – Visų lopšelio-darželio bendruomenės narių pozityvaus požiūrio į sveiką gyvenimą ugdymas, padedant vaikams formuoti sveikos gyvenimo įgūdžius bei sukurti sveikatai palankią fizinę ir socialinę aplinką.

**8. Prioritetas** – Saugoti ir stiprinti darželio bendruomenės vaikų sveikatą.

### 9. Uždaviniai:

1. Kurti šiuolaikišką, sveikatą stiprinančią ir ugdančią aplinką.
2. Ugdyti teisingo maitinimosi įgūdžius, turtinant žinias apie sveikos mitybos poveikį sveikatai.
3. Skleisti gerąją darbo patirtį rajone ir už jos ribų.
4. Ugdyti higienos įgūdžius.
5. Gerinti auklėtojų, vaikų ir tėvų bendradarbiavimą.
6. Skatinti vaiko poreikį judėti.

## IV. UŽDAVINIAI IR PRIEMONĖS

### SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA 2014-2018 m. m.

#### 1-a veiklos sritis. SVEIKATOS STIPRINIMO VEIKLOS VALDYMO STRUKTŪRA, POLITIKA IR KOKYBĖS GARANTAVIMAS

**Tikslas** – Užtikrinti sveikatą stiprinančioje įstaigoje veiklos planavimą ir įgyvendinimą

**Uždavinys** - Tobulinti sveikatos stiprinimo procesų kokybę darželyje.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
1.1.Sveikatos stiprinimo veiklos mokykloje organizavimo grupės sudarymas	1.1.Sudaryta sveikatos stiprinimo veiklos organizacinė grupė (tėvų, pedagogų, visuomenės sveikatos priežiūros	2013 m.	Administracija, Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė

	specialisto), paskirstyta veiklos sritys, numatyti posėdžių dažnumai. 1.2. Visuomenės sveikatos priežiūros specialisto veiklos dalis integruota į sveikatos stiprinimo programą.	2014 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
1.2.Sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimas	1.2 Sukurta ir įgyvendinama sveikatos stiprinimo vertinimo sistema. 1.3.Sveikatos stiprinimo veiklos vertinimo rezultatai panaudojami sveikatos stiprinimo veiklai planuoti ir kokybei gerinti.	2014 m.  nuolat	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė  Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
Laukiamas rezultatas – sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė kasmet vykdys priežiūrą, vertinimą ir numatys gaires tobulinimui.			

## 2 veiklos sritis. PSICHOSOCIALINĖ APLINKA

**Tikslas**–Plėtoti pasitikėjimą ir partnerystę, pagrindine vertybe laikant gerus darželio bendruomenės narių tarpusavio santykius

**Uždavinys** - Kurti ir puoselėti gerus darželio bendruomenės narių tarpusavio santykius.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
2.1.Darželio bendruomenės narių gerų tarpusavio santykių kūrimas ir puoselėjimas	2.1.Organizuoti bendrus vaikų, tėvų ir auklėtojų sveikatinimo renginius ir išvykas.	2014–2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
2.2.Galimybių dalyvauti sveikatą stiprinančioje veikloje visiems darželio bendruomenės nariams sudarymas	2.2.Rengti atvirų durų dienas tėvams	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
2.3.Emocinė, fizinė, socialinė prievarta ir vandalizmas darželyje.	2.3.Numatyti emocinės, fizinės prievartos prevencines priemones, teikiant visuomenės sveikatos priežiūros specialisto konsultacijas.	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
Laukiamas rezultatas – Geras mikroklimatas, glaudus ryšys su specialistais, tėvais, auklėtojais.			

### 3-a veiklos sritis. FIZINĖ APLINKA

**Tikslas** – Kurti saugią sveiką , higienos reikalavimus atitinkančią ugdymo aplinką.

**Uždavinys** - Užtikrinti, kad įstaigoje vykstantys procesai stiprintų bendruomenės narių sveikatą.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
3.1.Gerinti įstaigos vidaus ir aplinkos estetinį vaizdą.	3.1.Atnaujinti darželio vidaus patalpas. Apšvietimo gerinimas, baldų keitimas, ugdymo priemonių turtinimas. Atnaujinti lauko sporto aikštynus.	2014-2018 m.	Administracija
3.2.Darželio bendruomenės narių fizinio aktyvumo skatinimas	3.2.Organizuoti bendrus vaikų, tėvų ir auklėtojų fizinio aktyvumo renginius. 3.3. Pagal galimybes dalyvauti visuose rajono, miesto fizinį aktyvumą skatinančiuose renginiuose. Kasmetinis renginys „Sveikuolių sveikuoliai“.	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
3.3.Mitybos ir geriamo vandens prieinamumo užtikrinimas	3.3. Atnaujinti valgiaraštį pagal aprašą 2011m. lapkričio 11d. įsakymą V-964, sudaryti sąlygas atsigerti kokybiško geriamo vandens. 3.4. Tęsti dalyvavimą ES programoje „Vaisių vartojimo skatinimas švietimo įstaigose“ ir ES programoje „Pienas vaikams.	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
Laukiamas rezultatas – Sukurta saugi, sveika aplinka atitinkanti higienos reikalavimus, gerės vaikų mityba.			

### 4-a veiklos sritis. ŽMOGIŠKIEJI IR MATERIALIEJI IŠTEKLIAI

**Tikslas** – Sutelkti lopšelio-darželio „Nykštukas” žmogiškuosius ir materialiuosius išteklius sveikatos stiprinimui ir sveikatos ugdymui.

**Uždavinys** - Gausinti ir racionaliai panaudoti materialiuosius išteklius.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
4.1.Auklėtojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų kvalifikacijos tobulinimo sveikatos stiprinimo ir ugdymo klausimais organizavimas.	4.1. Pedagogų ir kitų specialistų dalyvavimas sveikatos ugdymo seminaruose, konferencijose.	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
4.2.Lopšelio-darželio	4.2.Renginiai, dalyvaujant	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo

bendruomenės narių pasitelkimas sveikatos ugdymui.	visai darželio bendruomenei.		veiklos darbo grupė
4.3.Apsirūpinimas metodine medžiaga ir kitomis sveikatos ugdymui reikalingomis priemonėmis.	4.3.Numatyti tikslines lėšas metodinei literatūrai ir priemonėms įsigyti.	2014-2018 m.	Direktorė
4.4.Darželio partnerių įtraukimas į sveikatos ugdymo procesą.	4.4.Dalyvauti savivaldybių finansuojamose projektuose. Organizuoti su kitomis organizacijomis bendrus sportinius ir sveikatingumo renginius.	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
Laukiamas rezultatas – Partneriai aktyviai dalyvaus renginiuose, visuomenė bus geriau informuota apie vykstančius renginius, pagerės bendradarbiavimas tarp kitų įstaigų, tėvai gaus informaciją apie savo vaikus.			

### 5-a veiklos sritis. SVEIKATOS UGDYMAS

**Tikslas** – Užtikrinti sveikatos ugdymo kokybę

**Uždavinys** - Plėtoti sveikatos ugdymo procesus, laiduojančius jų kokybę.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
5.1. Sveikatos ugdymas įtrauktas į dalykų ar ugdymo sričių teminius planus, pasirenkamųjų dalykų ir dalykų modulių programas.	5.1.Pedagogai sveikatos ugdymo temas įtraukia į grupių ugdomosios veiklos planus.	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
5.2. Sveikatos ugdymas apima visą bendrąjį lavinimą.	5.2.Organizuoti sveikatos renginius pagal vaikų amžiaus grupes.	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
5.3. Sveikatos ugdymas apima įvairias sveikatos sritis: fizinis aktyvumas, sveika mityba, nelaimingų atsitikimų, traumų, patyčių prevencija.	5.3.Renginiai įvairiomis temomis, skirti visai bendruomenei.	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
Laukiamas rezultatas – Sveikatos ugdymas bus glaudžiai siejamas su gyvenimo praktika, vaikai įtraukiami į praktinę veiklą, bei nagrinėjamos įvairios sveikatos temos: sveika mityba, asmens sauga, traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija.			

## 6-a veiklos sritis. SVEIKATĄ STIPRINANČIOS LOPŠELIO-DARŽELIO VEIKLOS SKLAIDA IR TĘSTINUMO LAIDAVIMAS

**Tikslas** – Skleisti sveikatą stiprinančio darželio patirtį vietos bendruomenei.

### Uždaviniai :

1. Palaikyti glaudžius ryšius su kitomis švietimo sveikatą stiprinančiomis įstaigomis.
2. Dalintis gerąja darbo patirtimi.
3. Įstaigos veiklos sklaida įstaigos interneto svetainėje [www.darzelis.nykstukas@varena.lt](http://www.darzelis.nykstukas@varena.lt) , informaciniuose stenduose, informaciniuose lankstinukuose.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
6.1. Sveikatos stiprinimo veiklos patirties sklaida darželyje	6.1. Metodiniai renginiai, pasitarimai, seminarai , spauda, sveikatos projektai, internetinis puslapis.	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
6.2. Sveikatą stiprinančios įstaigos veiklos patirties pavyzdžių sklaida už darželio ribų.	6.2. Metodiniai renginiai, pasitarimai, seminarai, spauda, sveikatos projektai, internetinis puslapis.	2014-2018 m.	Sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė
Laukiamas rezultatas – Rajono pedagogai panaudos sukauptą patirtį sveikatos stiprinimo klausimais.			

## VI. SVEIKATOS STIPRINIMO VEIKLOS VERTINIMAS

### KRITERIJAI:

1. Vaikų grūdinimosi ir asmens higienos įgūdžių tobulinimas.
2. Tėvų aktyvumas, įtraukimas į programos įgyvendinimą.
3. Įstaigos aplinkos turbinimas ir puoselėjimas.
4. Glaudesnis bendradarbiavimo rezultatas.
5. Materialinės bazės gerinimas.
6. Parengtos metodinės rekomendacijos sveikos gyvensenos ugdymui.

### METODAI:

1. Vaikų grūdinimo vertinimo sistema.
2. Bendruomenės narių anketavimo audito, veiklos planų analizė.
3. Veiklos stebėjimas ir aptarimas, anketavimas, atvejų analizė.
4. Dokumentų analizė, savianalizė.

## LAUKIAMI REZULTATAI

Įgyvendinus sveikatos stiprinimo programą :

1. Tobulės sveikos gyvensenos ugdymo priemonių sistema.
2. Sudarytos palankios sąlygos sveikatos saugojimo kompetencijos įgūdžių įtvirtinimui.
3. Plėsis bendruomenės sveikatos stiprinimo kompetencija.



4. Gerės bendruomenės sutelktumas, sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymo(si) visapusiškumas ir tęstinumas.
5. Tobulės prevencinė sveikatos stiprinimo veikla.
6. Vys gerosios darbo patirties sklaida visuomenei.
7. Plėsis projektinė sveikatos stiprinimo veikla.

## **VII. LĖŠŲ ŠALTINIAI**

1. Programai įgyvendinti bus skiriamos lėšos iš mokinių krepšelio.
2. Projektams skirtos savivaldybės biudžeto lėšos.
3. Specialiosios programos (ugdymui) skirtos lėšos.
4. Tėvelių parama.
5. Rėmėjų lėšos.

## **VIII. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

1. Programos įgyvendinimą koordinuos darbo grupės vadovė.
2. Kontrolę vykdys direktorius.
3. Atskaitomybę vykdys įstaigos tarybai, kitoms pavaldžioms institucijoms.
4. Vieši pranešimai apie sveikatos ugdymo veiklą skelbiami informaciniuose stenduose ir svetainės adresu [www.nykstukas.zaibas.lt](http://www.nykstukas.zaibas.lt)
5. Informaciją apie sveikatos stiprinimo programos vykdymą teiks sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centrai.