

„Sveikatą stiprinanti mokykla – unikali galimybė lopšeliui-darželiui „Liepaitė“ mokytis gyventi sveikiau“.

Klaipėdos lopšelis-darželis „Liepaitė“

Loreta Bentienė ikimokyklinio ugdymo mokytoja, Vida Kontrimienė, visuomenės sveikatos specialistė

Mes siekiame ugdytiniams įgyvendinti kūrybinius iššūkius, užsiimti mėgstama veikla, kaip paskaityti jiems knygą, klausytis mėgstamos muzikos ar pažaisti. Skatiname užsiimti fizine veikla, kasdien pasivaikščioti gryname ore. Vaikai yra stebėtojai ir puikūs mėgdžiotojai, todėl suaugusiųjų rodomas pavyzdys, higienos bei švaros klausimais, dažnu atveju yra sektinas ir teisingiausias mažųjų akimis. O geriausias pavyzdys namuose yra tėvai, o darželyje mes, mokytojai. B. Werner posakis „Sveikata yra dovana, kurią reikia pasidovanoti sau pačiam“.

Tikslas – padėti vaikams įgyti bendrą sveikatos suvokimą, išsiugdyti sveikatai naudingus gebėjimus, įpročius bei nuostatas, atsakomybę už savo ir kitų sveikatą, paskatinti juos rinktis sveiką gyvenimo būdą.

Uždaviniai:

1. Padidinti sveikatos higienos ugdymo žinias, kad ugdytiniai augtų sveiki ir suprastų, kad švarus žmogus yra sveikas žmogus.
2. Plėtoti sveikatos stiprinimo veiklas įdomiomis, vaikams patraukliomis formomis.
3. Pristatyti, viešinti sveikatos ugdymo gerosios praktikos pavyzdžius.

Dalyviai:

Klaipėdos miesto lopšelio-darželio „Liepaitė“ 3-6 metų ugdytiniai.

Jau ankstyvoje vaikystėje vaikai turi suprasti, kad švara - tai sveikatos dalis, o higienos įgūdžių laikymasis - gyvenimo būdas. Mūsų darželyje vaikams teikiamos higienos ugdymo žinios, kad jie augtų sveiki ir suprastų, kad švarus žmogus yra sveikas žmogus. Sveikos gyvensenos pagrindas- fizinis aktyvumas ir subalansuota mityba.

Ikimokyklinio ugdymo mokytoja Loreta Bentienė kartu su visuomenės sveikatos specialiste Vida Kontrimiene atlikome :

1 2023-01-18 – 2023-01-30 vyko užsiėmimai su priešmokyklinio amžiaus vaikais „Mano emocijos, mokausi jas valdyti“.

Užsiėmimų metu vaikai mokėsi atpažinti emocijas, ieškojom būdų, kaip galima sau padėti esant stiprioms emocijoms. Išsiaiškinom kad visos emocijos yra reikalingos tik reikia mokėti jas valdyti. Vaikai sužinojo kad pyktį, nerimą galima kontroliuoti. Aptarėm veiksmingus būdus kaip galime patys nusiraminti, pasipraktikavome.



2. 2023-01-31 Sveikatingumo diena „Man akytės, kad matyčiau“. Šios dienos pagrindinis tikslas buvo atkreipti vaikų dėmesį į mūsų akis, kodėl jos svarbios. Su vaikais nagrinėjome akies sandarą, kokios gali būti akių spalvos. Aiškinomės net tik kas kenkia akims, bet ir aiškinomės kas padeda stiprinti akis. Visi kartu atlikome akių mankštą, taip pat kiekvienas vaikas gavo akių mankštos atmintinę parsinešti į namus.



3. 2023-02-28 Sveikatingumo diena „Asmens higiena“. Šios dienos tikslas buvo prisiminti, pakartoti kodėl svarbi asmens higiena, vaikai žaidimo pagalba kalbėjo apie asmens higienos priemones, aptarė kodėl svarbu plauti rankas su muilu, prisiminėm kiek kartų per dieną reikia valytis dantukus. Akcentavom kad laikantis švaros galima išvengti daug užkrečiamųjų infekcinių ligų.

