

PRITARTA
Vilniaus r. Avižienių vaikų
lopšelio-darželio tarybos posėdžio
2025-10-10 d. protokolu Nr. DTP-1

PATVIRTINTA
Vilniaus r. Avižienių vaikų
lopšelio-darželio direktoriaus
2025 m. d. įsak. Nr. V-

VILNIAUS RAJONO AVIŽIENIŲ VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO
2025–2030 M. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA
„ŽAIDŽIAME, KURIAME IR AUGAME SVEIKI“

2025 m.
Avižieniai

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

Sveikatos stiprinimo programa „Žaidžiame, kuriame ir augame sveiki“ – tai integralus Vilniaus r. Avižienių vaikų lopšelio-darželio ugdymo dokumentas, kurio tikslas – ugdyti vaikų sveikos gyvensenos įpročius, kuriant saugią, palankią ir bendruomenišką aplinką. Programa parengta vadovaujantis Mokyklų pripažinimo sveikatą stiprinančiomis mokyklomis tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2019 m. gegužės 31 d. įsakymu Nr. V-651/V-665, 2024–2028 m. Lopšelio-darželio strateginiu planu, 2025 m. veiklos planu, ikimokyklinio ugdymo programa „Vaikystės takeliu“, sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos įsivertinimo rezultatais ir bendruomenės narių poreikiais.

Programa parengė 2025 m. birželio 20 d. direktorės įsakymu Nr. V-51 „Dėl darbo grupės sudarymo“. Rengiant programą aktyviai dalyvavo visa įstaigos bendruomenė, teikdama siūlymus ir pastabas. Jos turinys orientuotas į ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikos gyvensenos ugdymą, integruojant sveikatą stiprinančias veiklas į kasdienį ugdymo procesą: žaidimus, veiklas lauke, pažintinę, meninę bei fizinę veiklą. Programa siekia ilgalaikio poveikio – ne tik formuoti sveikus įpročius vaikystėje, bet ir skatinti teigiamą požiūrį į sveiką gyvenseną. Įgyvendinant programą, bus vadovujamasi vaikų amžių, brandą, poreikius ir individualius gebėjimus atitinkančiais principais, užtikrinant saugią, prieinamą ir įtraukią ugdymo aplinką. Sveikatą stiprinančios veiklos bus vykdomos nuosekliai, remiantis metiniu veiklos planu. Programos įgyvendinimo kokybė bus reguliariai vertinama, o atsižvelgus į bendruomenės grįžtamąjį ryšį – koreguojama ir tobulinama. Programą įgyvendins visa įstaigos bendruomenė: administracija, pedagogai, švietimo pagalbos specialistai, aptarnaujantis personalas, vaikai ir jų tėvai, taip pat socialiniai partneriai.

II SKYRIUS SITUACIJOS ANALIZĖ

Rengiant sveikatos stiprinimo programą, paskirta atsakinga asmenų grupė, kuri koordinuos sveikatos stiprinimo veiklą ir įgyvendins sveikatos stiprinimo priemones įstaigoje.

Planuojamos priemonės, skirtos bendruomenės narių tarpusavio santykiams kurti ir stiprinti: emocinės, fizinės priemonės, iniciatyvos, skatinančios fizinį aktyvumą; metodinės priemonės.

Numatyta sveikatos ugdymo integracija į ugdymo procesą, mokyklos bendruomenės narių sveikatingumo ugdymas.

Įstaigoje kasmet bendromis pastangomis kuriama saugi ir sveika aplinka. Siekiama, kad įstaiga būtų patraukli ir jauki visiems: vyrautų gera atmosfera, stiprėtų bendruomenės narių tarpusavio santykiai, didėtų ugdytinių pasiekimai, pasitikėjimas savimi ir gerėtų visa bendruomenės sveikata. Taip pat sudaromos sąlygos dalintis informacija, skleisti gerą patirtį bei rasti partnerių bendradarbiavimui sveikatos stiprinimo ir ugdymo srityse.

III SKYRIUS SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS TIKSLAS, PRIORITETAİ

Programos tikslas – ugdyti vaikų sveikos gyvensenos įpročius kuriant saugią, palankią ir bendruomenišką aplinką.

Prioritetas – stiprinti vaikų fizinį aktyvumą, sveikos mitybos, higienos ir emocinės gerovės įpročius, įtraukiant tėvus, mokytojus ir socialinius partnerius į bendrą veiklą.

IV SKYRIUS
SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS „ŽAIDŽIAME, KURIAME IR AUGAME SVEIKI“ UŽDAVINIAI, PRIEMONĖS, LAUKIAMAI REZULTATAI IR JŲ VERTINIMO RODIKLIAI

1 veiklos sritis. SVEIKATOS STIPRINIMO VEIKLOS VALDYMO STRUKTŪRA, POLITIKA IR KOKYBĖS UŽTIKRINIMAS.

Uždavinys. Užtikrinti sveikatą stiprinančios ikimokyklinio ugdymo įstaigos veiklos planavimą ir įgyvendinimą.

*Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė – toliau SSVG

Rodiklis	Priemonė	Data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys
1.1.	Esant poreikiui, koreguoti ir patvirtinti sveikatos stiprinimo veiklą organizuojančią grupę.	Kasmet rugsėjo mėn.	Direktorius
1.2.	Savalaikiai informuoti lopšelio–darželio bendruomenę apie vaikų sveikatos stiprinimo veiklas ir grupės sprendimus internetiniame puslapyje, dienraštyje, susirinkimų metu.	Nuolat metų eigoje	SSVG pirmininkas
1.3.	Vykdyti sveikatos stiprinimo veiklos vertinimą. Supažindinti lopšelio–darželio bendruomenę su veiklos vertinimo rezultatais.	Kasmet gruodžio mėn.	SSVG pirmininkas
1.4.	Vertinimo rezultatus panaudoti kitų metų sveikatos stiprinimo veiklai planuoti ir kokybei gerinti.	Kasmet iki gruodžio 15 d.	SSVG pirmininkas
1.5.	Vertinimo rezultatus panaudoti 2026-2027 metų veiklos planui parengti.	Iki 2026 m. gruodžio 15 d.	Darbo grupė
Laukiamas rezultatas: parengtas ir patvirtintas sveikatos stiprinimo veiklos planas ikimokyklinėje įstaigoje. Įvykdyta ne mažiau kaip 90 % suplanuotų sveikatai palankių veiklų per ugdymo metus; Mokytojai ir bendruomenė aktyviai įsitraukia į veiklas, o jų bendradarbiavimas ir iniciatyvumas vertinamas apklausomis bei refleksijomis. Atliekamas veiklos vertinimas, rezultatai panaudojami sveikatos stiprinimo veiklai planuoti ir kokybei gerinti.			

2 veiklos sritis. PSICHOLOGINĖ APLINKA

Uždavinys. Kurti saugią, draugišką ir palaikančią psichologinę aplinką, kuri skatintų vaikų emocinę gerovę, saviraišką, socialinius įgūdžius.

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
2.1	Supažindinti ugdytinių tėvus su lopšelio-darželio ugdymo ypatumais, sąlygomis, taisyklėmis.	Rugsėjo mėn.	Administracija, Ikimokyklinio ugdymo mokytojai
2.2	Padėti vaikams sklandžiai adaptuotis, skatinti pasitikėjimą ir saugumą per palaipsniui įvedamas veiklas ir individualų dėmesį.	Rugsėjo ir spalio mėn.	Ikimokyklinio ugdymo mokytojai, psichologas, socialinis pedagogas
2.3	Stebėti vaikų adaptaciją ir kartu su tėvais spręsti iškilusias problemas	Rugsėjo, spalio, lapkričio mėn.	Ikimokyklinio ugdymo mokytojai, psichologas, socialinis pedagogas
2.4	Puoselėti teigiamus tarpusavio santykius, kviečiant tėvus dalyvauti sveikatos savaitėse, sporto šventėse, akcijose, paskaitose. Skatinti savivaldos organus teikti rekomendacijas ir pagalbą, atsižvelgiant į bendruomenės narių emocinę būklę ir elgesį.	Kasmet	Direktorė, VGK
2.5	Vaiko gerovės komisijos posėdžiuose analizuoti specialiųjų ugdymosi poreikių turinčių vaikų ugdymo situacijas ir konsultuoti tėvus ir mokytojus.	Kasmet	Direktorė, VGK
2.6	Vykdyti socialinio emocinio ugdymo programą „Siautukai“ (Mažieji jausmų tyrinėtojai).	Nuolat	Socialinis pedagogas, Ikimokyklinio ugdymo mokytojai
2.7	Organizuoti seminarus mokytojams ir tėvams streso valdymo, konfliktų sprendimo bei kitomis aktualiomis temomis.	Kartą į metus	Direktorė, Direktoriaus pavaduotoja ugdymui
2.8	Organizuoti susitikimus bendradarbiaujant su Vilniaus r. PPT specialistais emocijų atpažinimo ir valdymo ikimokykliniame amžiuje bei pedagogo ir tėvų bendradarbiavimo vaiko gerovei temomis.	Kasmet, pasirenkant temas pagal poreikį	Direktorė, VGK
Laukiamas rezultatas – Lopšelyje-darželyje sukurta psichologiškai palanki aplinka, kurioje vaikai jaučiasi saugūs ir priimti, o bendruomenės nariai bendradarbiauja pagarbiai ir konstruktyviai. Įgyvendinus uždavinį, 80 % vaikų jaučiasi saugiai ir noriai dalyvauja veiklose (remiantis pedagogų stebėjimo duomenimis), o 75 % tėvų ir pedagogų apklausų rezultatai patvirtina teigiamą psichologinį klimatą ir gerus bendruomenės narių tarpusavio santykius.			

3 veiklos sritis. FIZINĖ APLINKA

Uždavinys. Kurti saugią, estetišką ir pažinimą skatinančią aplinką.

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
3.1	Aiškus zonų išdėstymas grupėse (žaidimų, sporto, poilsio, kūrybos, mokymosi zonos), skatinančių vaikų susikaupimą, savarankiškumą.	Nuolat	Administracija, Ikimokyklinio ugdymo mokytojai
3.2	Skatinti ugdytinių tėvų ir įstaigos darbuotojų aktyvų dalyvavimą vaikų lopšelyje-darželyje organizuojamuose sporto ir sveikatinimo renginiuose, išvykose į gamtą bei ekskursijose.	Nuolat	Administracija, mokyklos taryba
3.3	Vykdyti teminius projektus, visapusiškai lavinančius protinius, socialinius, emocinius ir fizinius vaikų gebėjimus.	Kartą per metus	Administracija, Ikimokyklinio ugdymo mokytojai
3.4	Organizuoti sveikatai palankų, subalansuotą vaikų maitinimą bei siekti mitybos kokybės gerinimo, aktyviai dalyvaujant su sveika gyvensena susijusiuose seminaruose ir mokymuose.	Nuolat	Virtuvės darbuotojos, mokytojų padėjėjos
3.5	Grupėje nuolat taikyti pažinimą skatinančias priemones – stebėjimus, eksperimentus, sensorinius žaidimus ir teminius kampelius – siekiant lavinti vaikų smalsumą, kritinį mąstymą, gebėjimą tyrinėti aplinką bei plėsti žodyną.	Nuolat	Administracija, Ikimokyklinio ugdymo mokytojai
3.6	Ugdymo patalpose tinkamo apšvietimo įrengimas ir priežiūra.	Nuolat	Ūkio vedėja, Einamojo remonto darbininkas
3.7	Sužalojimų ir nelaimingų atsitikimų prevencijos įstaigoje vykdymas.	Nuolat	Ūkio vedėja
3.8	Tęsti dalyvavimą testinėse „Pienas vaikams“, „Vaisių vartojimo skatinimas mokyklose“ programose bei projekte „Mes rūšiuojam“.	Pagal sutartį	Ūkio vedėja, virtuvės darbuotojos, Ikimokyklinio ugdymo mokytojai

3.9	Rengti ir įgyvendinti sveikos gyvensenos projektus sveikai mitybai populiarinti.	1 kartą per metus	Ikimokyklinio ugdymo mokytojai, tėvai.
3.10	Dalyvauti Vilniaus rajono visuomenės sveikatos biuro organizuojamuose renginiuose ir paskaitose.	Pagal VSB planą	Visuomenės sveikatos specialistas, mokytojai
Laukiamas rezultatas – įrengta saugi ir higienos normų bei ugdymo tikslų reikalavimus atitinkanti vidaus ir lauko aplinka, pritaikyta skirtingo amžiaus vaikams ir jų individualiems poreikiams. Ugdomoji medžiaga ir priemonės nuolat atnaujinamos, skatinant vaikų pažintinę, kūrybinę ir fizinę veiklą. Vaikai turi galimybę savarankiškai rinktis veiklas, tyrinėti ir eksperimentuoti. Estetinė aplinka kuriama bendradarbiaujant su vaikais, mokytojais ir tėvais.			

4 veiklos sritis. ŽMOGIŠKIEJI IR MATERIALINIAI IŠTEKLIAI

Uždavinys. Užtikrinti efektyvų žmogiškųjų ir materialinių išteklių panaudojimą, sudarant sąlygas kokybiškam ugdymo procesui ir nuolatiniam įstaigos tobulėjimui.

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
4.1.	Tobulinti darbuotojų kvalifikaciją per vidinius ir išorinius mokymus, seminarus, supervizijas.	Kasmet iki gruodžio 15 d.	Veiklos įsivertinimo darbo grupė
4.2	Organizuoti reguliarių darbuotojų veiklos vertinimą ir refleksiją, siekiant stiprinti kompetencijas ir identifikuoti tobulintinas sritis.	Pagal kvalifikacijos tobulinimo planus	Administracija
4.3	Užtikrinti pakankamą mokytojų, specialistų ir aptarnaujančio personalo skaičių, atsižvelgiant į vaikų poreikius ir grupių dydį.	Nuolat	Direktorė
4.4	Tikslingai planuoti biudžeto lėšų panaudojimą, kad būtų aprūpinama reikalingomis ugdymo priemonėmis, įranga ir technologijomis.	Nuolat	Direktorė
4.5	Atnaujinti ir prižiūrėti materialinę bazę, užtikrinant saugią ir funkcionalią ugdymo aplinką.	Nuolat	Administracija
4.6	Skatinti komandinius susitikimus ir bendradarbiavimą tarp darbuotojų, kuriant bendrą ugdymo viziją.	Nuolat	Direktoariaus pavaduotoja ugdymui, tėvai, mokytojai

4.7	Įtraukti bendruomenę (tėvus, rėmėjus, socialinius partnerius) į materialinių išteklių stiprinimą ir žmogiškųjų išteklių palaikymą.	Nuolat	Direktorė
4.8	Naudoti informacines technologijas darbo planavimui, komunikacijai ir ugdymo procesui tobulinti.	Pagal metinį veiklos planą	Direktoariaus pavaduotoja ugdymui, mokytojai
4.9	Rengti ir atnaujinti vidaus dokumentus (tvarkas, metodines priemones), užtikrinančius aiškų išteklių valdymą.	Nuolat	Administracija
Laukiamas rezultatas – įstaigoje užtikrinamas optimalus žmogiškųjų išteklių panaudojimas, atsižvelgiant į vaikų amžių ir ugdymo poreikius. Personalas dalyvauja kvalifikacijos tobulinimo veiklose, o įgytos žinios taikomos praktikoje. Sustiprintas darbuotojų bendradarbiavimas ir dalijimasis gera patirtimi. Įstaiga sistemingai aprūpinama šiuolaikinėmis ugdymo priemonėmis ir įranga. Materialiniai ištekliai planuojami ir naudojami tikslingai, atsižvelgiant į ugdymo kokybės gerinimą. Ugdymo aplinka atnaujinama ir pritaikoma šiuolaikiniams ugdymo(-si) metodams. Bendradarbiavimas su socialiniais partneriais ir tėvais prisideda prie materialinės bazės stiprinimo ir ugdymo kokybės augimo.			

5 veiklos sritis. SVEIKATOS UGDYMAS

Uždavinys. Formuoti vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius, ugdant sveikatai palankius kasdienius įpročius ir stiprinant fizinį bei emocinį gerovės jausmą.

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
5.1.	Reguliarios fizinio aktyvumo veiklos.	Nuolat	Mokytojai, meninio ugdymo mokytojai, šokio mokytojas, neformalaus ugdymo mokytojai
5.2	Organizuoti edukacines veiklas, ugdančias sveikos mitybos įpročius.	Pagal planą	Mokytojai
5.3	Sveikatos stiprinimo renginiai.	Pagal ugdymo planą	Administracija, mokytojai, visuomenės priežiūros specialistė
5.4	Susitikimai su sveikatos specialistais, tėvų klubo nariais.	6 užsiėmimai per metus	Administracija, mokytojai
5.5	Higienos ir savitvarkos įgūdžių ugdymas (rankų plovimas, dantų valymas, savarankiškas apsirengimas)	Nuolat, pagal poreikį	Mokytojai, mokytojo ir mokinio padėjėjai

5.6	Skatinti emocinio intelekto ugdymą – pokalbiai apie jausmus, emocijų atpažinimas, ramybės kampelių kūrimas.	Pagal ugdymo planą	Mokytojai, psichologas
5.7	Įtraukti tėvus į sveikatos ugdymo procesą – dalijimasis informacija, įtraukimas į bendras veiklas, atmintinės.	Kartą per mėnesį	Mokytojai, socialinis pedagogas
5.8	Saugi ir sveikatai palanki aplinka (švara, vėdinimas, higienos laikymasis).	Nuolat	Administracija, mokytojai, ūkio vedėja, valytojos
Laukiamas rezultatas – vaikai aktyviai dalyvauja fizinėje veikloje. Įtvirtinami pagrindiniai asmens higienos ir sveikos mitybos įpročiai. Vaikai geba atpažinti ir įvardyti emocijas, taiko nusiramino būdus. Tėvai įsitraukia į sveikatos ugdymo veiklas, domisi vaikų sveikatinimo procesu. Įstaigoje veikia sveikatą stiprinanti aplinka, užtikrinanti fizinį ir emocinį saugumą.			

6 veiklos sritis. SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS PATIRTIES SKLAIDA

Uždavinys. Skleisti ir dalintis gera sveikatą stiprinančios mokyklos patirtimi, skatinti bendruomenės įsitraukimą ir bendradarbiavimą sveikatos ugdymo veiklose.

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
6.1.	Organizuoti mokyklos vidinius seminarus ir konferencijas, kuriuose būtų pristatoma sveikatos stiprinimo patirtis.	Pagal planą	Direktorė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui
6.2	Parengti ir platinti informacinius leidinius, atmintines bei el. medžiagą apie sveikatos ugdymo gerąją praktiką.	Nuolat 2025-2029 m.	Sveikatos stiprinimo grupė, mokytojai, tėvai
6.3	Skatinti mokytojų, tėvų ir vaikų aktyvų dalyvavimą sveikatos ugdymo veiklose bei projektuose.	Nuolat 2025-2029 m.	Sveikatos stiprinimo grupė, mokytojai, tėvai
6.4	Dalyvauti regioniniuose ir nacionaliniuose sveikatą stiprinančių mokyklų projektuose.	Nuolat 2025-2029 m.	Sveikatos stiprinimo grupė, mokytojai, tėvai
6.5	Bendradarbiauti su sveikatos priežiūros specialistais, visuomenės sveikatos biuru.	Nuolat 2025-2029 m.	Sveikatos stiprinimo grupė, mokytojai, tėvai

6.6	Naudoti socialines medijas ir mokyklos interneto svetainę patirties sklaidai ir informacijos dalijimuisi.	Nuolat 2025-2029 m.	Sveikatos stiprinimo grupė, mokytojai, tėvai
Laukiamas rezultatas – Padidintas bendruomenės (mokytojų, tėvų, vaikų) susidomėjimas ir aktyvumas sveikatos stiprinimo veiklose. Išplėstas sveikata stiprinančios mokyklos veiklų žinomumas vietos ir regioniniu mastu. Sustiprėjęs mokyklos bendradarbiavimas su sveikatos priežiūros institucijomis ir kitais partneriais. Sukaupta ir įdiegta nauja gera patirtis, kuri prisideda prie ugdymo kokybės gerinimo. Bendruomenės nariai aktyviai dalijasi idėjomis ir praktikomis, kuriant sveikatai palankią mokyklos aplinką.			

V SKYRIUS SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO VERTINIMAS

Siekiant užtikrinti kokybišką ir nuoseklų sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimą, bus organizuojama priemonių vykdymo stebėseną, už kurią atsakinga sveikos gyvensenos ugdymo darbo grupė, kurioje dalyvaus mokytojai, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė bei ugdytinių tėvai. Programos įgyvendinimo priežiūra bus vykdoma viso proceso metu. Metiniai rezultatai bus aptariami mokytojų metodinės grupės susirinkimuose. Kiekvienų metų lapkričio 15 d. bus parengiama ataskaita įstaigos bendruomenei, kurioje bus išsamiai pristatyti pasiekti teigiami pokyčiai, iškilę sunkumai bei neįgyvendintų uždavinių ir priemonių priežastys. Bendruomenė bus supažindinama su ataskaitos turiniu per tėvų susirinkimus ir individualius pokalbius su tėvais. Visa ataskaita bus paskelbta įstaigos interneto svetainėje bei patalpinta tėvų informaciniuose stenduose.

VI SKYRIUS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO LĖŠŲ ŠALTINIAI

Programai įgyvendinti bus skiriamos savivaldybės biudžeto ir valstybės biudžeto specialiosios tikslinės dotacijos ir mokymo lėšos.

Dalis programos bus finansuojama iš ES struktūrinių fondų, rėmėjų.

VII SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

Sveikatos stiprinimo programa yra ilgalaikio pobūdžio ir gali būti atnaujinama atsižvelgiant į bendruomenės poreikius, pasiektus rezultatus. Programos įgyvendinimo ir vertinimo kokybė priklauso nuo visos bendruomenės aktyvaus įsitraukimo. Už programos įgyvendinimą ir koordinavimą atsakinga direktoriaus pavaduotojai ugdymui, bendradarbiaujant su sveikos gyvensenos ugdymo darbo grupe. Kontrolę vykdys direktorė. Programos rezultatai ir pažanga bus nuolat viešinami įstaigos bendruomenei. Esant poreikiui, programa gali būti koreguojama, papildoma ar tobulinama, vadovaujantis vertinimo išvadomis ir naujausiais sveikatos ugdymo rekomendacijų dokumentais.