



„Drugelis“

Elektrėnų vaikų
lopšelis - darželis



ELEKTRĖNŲ ŠVIETIMO
PASLAUGŲ CENTRAS

Respublikinė ikimokyklinio ir priešmokyklinio
ugdymo pedagogų metodinė praktinė
konferencija

“VAIKŲ SVEIKATOS ŽEMĖLAPIS”

Mokytojų geroji patirtis



Leidiny s parengtas ir išeistas organizuojant
Respublikinę ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo įstaigų
pedagogų metodinę-praktinę konferenciją
“Vaikų sveikatos žemėlapis”

Konferencijos tikslas: tobulinti pedagogų bendrąsias
kompetencijas vaikų fizinės ir psichinės sveikatos stiprinimo
kontekste.

Konferencijos organizatoriai:

Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“,
Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“,
Elektrėnų švietimo paslaugų centras.

Konferencijos partneriai:

Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras,
Elektrėnų profesinio mokymo centras,
Elektrėnų savivaldybės laisvalaikio ir sporto centras.

2023 m. spalio 18 d.

Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka”

Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“ įsteigtas 1988 m. Įstaigoje veikia 12 grupių, kuriose ugdomi daugiau nei 200 vaikų. Nuo 2000 metų Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“ įtrauktas į sveikatą stiprinančių Lietuvos mokyklų tinklą, o nuo 2002 metų įstaigos mokytojai priimti į respublikinę ikimokyklinių įstaigų darbuotojų asociaciją „Sveikatos želmėnėliai“. Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“ yra Lietuvos ikimokyklinių įstaigų „Pasaka“ bendruomenės narys.

Prioritetinė įstaigos veiklos sritis – sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas ikimokykliniame ir priešmokykliniame amžiuje. Ypatingas ir išskirtinis dėmesys skiriamas saugios, patrauklios, vaikų fizinį aktyvumą skatinančios aplinkos kūrimui, grupių ir kitų edukacinių erdvių turtinimui. Pagal poreikį ir galimybes nuolat atnaujinamas ir papildomas sportinis inventorių, kuriamos naujos ugdytinių aktyvumą ir sveikatinimą skatinančios erdvės. Darželyje puoselėjamos sveikatos ugdymo tradicijos, tai: sveikatingumo dienos, saugaus eismo ir prevencinės saugios gyvensenos valandėlės, įvairios išvykos, edukaciniai užsiėmimai, fizinio aktyvumo renginiai. Svarbiausi sveikos gyvensenos elementai ikimokyklinio amžiaus vaikams yra: asmens higienos įgūdžių bei įpročių ugdymas, socialinio ir psichologinio vaikų saugumo užtikrinimas, sveikatai palankios mitybos organizavimas, sveikos mitybos pradmenų ir įgūdžių formavimas, nuolatinis fizinis aktyvumas. Darželis prisijungia ir aktyviai dalyvauja įvairiose akcijose, projektuose, minimos įvairios sveikatingumo dienos. Siekiant 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, mokytojai kartu su ugdytiniais dalyvauja ir dalijasi gerąja darbo patirtimi sveikatą stiprinančių mokyklų tinkle „Sveika mokykla“, sėkmingai dalyvauja respublikinės ikimokyklinių įstaigų

darbuotojų asociacijos „Sveikatos želmenėliai“ ir projekto „Sveikatiada“ renginiuose, asociacijos „Gelbėkit vaikus“ kasmetiniame Solidarumo bėgime „Aš bėgu“.

Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“ jau 35 metus kuria pasaulį vaiko akimis, čia klega vaikų juokas, gyvena pasakos, darbuotojų ir tėvelių džiaugsmas bei rūpesčiai. Per tuos metus įstaiga išgyveno įvairių pokyčių ir ieškojimų laiką. Keitėsi lopšelio-darželio išorė ir vidus, vadovai ir darbuotojai, tačiau pagrindiniai tikslai ir vertybės liko, jas puoselėja ir įgyvendina visa bendruomenė: tai vaiko poreikiai, tėvų lūkesčiai ir ugdymo kokybė.

ČIA AUGINAMI SPARNAI!



Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“



Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“ yra vaikų sveikatą stiprinanti įstaiga, nuolat kurianti, įgyvendinanti, dalyvaujanti įvairiuose projektuose ir veiklose. Įstaigoje veikia sveikatos stiprinimo komanda, kurios veikloje aktyviai dalyvauja įstaigos bendruomenės nariai. Ši komanda aktyviai organizuoja įvairius sveikatos stiprinimo ir sveikos gyvensenos propagavimo renginius įstaigos bendruomenei. Didelis dėmesys skiriamas saugios, patrauklios, vaikų fizinį aktyvumą skatinančios aplinkos kūrimui, grupių, lauko ir kitų edukacinių erdvių turinimui sveikatos stiprinimui skirtomis priemonėmis. Įstaiga puoselėja sveikos, subalansuotos ir vaikų amžių bei poreikius atitinkančios mitybos tradicijas, sudaromi tausojantys valgiaraščiai specialių mitybos poreikių turintiems vaikams.

Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“ siekia:

- ugdyti darželio ugdytinių sveikos gyvensenos, higienos, mitybos ir judėjimo įpročius bei gebėjimus.
- kurti saugią, vaiko amžių ir poreikius atitinkančią ugdymo aplinką, skatinant fizinį aktyvumą ir įrengiant naujas fizinį aktyvumą skatinančias bei lavinančias erdves.
- siekti geranoriško bendruomenės bendravimo ir bendradarbiavimo, skatinant įsitraukimą į vykdomos veiklos, projekto įgyvendinimą.
- kurti bendruomenės sveikatai palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką, užtikrinančią higienos reikalavimus.
- dalintis sveikatos stiprinimo veiklos gerąja patirtimi įstaigoje ir už jos ribų.



TURINYS

I. Emocijų šalis

1. **„Pasakos terapija-kelias į vaiko emocinį pasaulį“**, mokytoja metodininkė Jolanta Liepis, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“10
2. **„Emociukai“**, mokytoja metodininkė Edita Brazauskienė, Panevėžio lopšelis-darželis „Žvaigždutė“14
3. **„Stalo žaidimas „Emociukai“**, mokytoja metodininkė Vaida Čemerienė, Panevėžio lopšelis-darželis „Žvaigždutė“15
4. **„Aš, mano emocijos ir jausmai“**, Vyr. logopedė Ramunė Čižienė, Vievio lopšelis-darželis „Eglutė“17
5. **„Nuotaikų virėjas“**, mokytojos metodininkės Vilma Lydekienė, Ina Žostautienė, Panevėžio lopšelis-darželis „Žvaigždutė“19
6. **„Ramukai“**, Mokytoja Ina Dolgovaitė, Panevėžio lopšelis-darželis „Žvaigždutė“20
7. **„Kai žinau, esu saugus“**, mokytoja Milda Dekaitė, Elektrėnų mokykla-darželis „Žiogelis“21
8. **„Linksmoji varlytė“**, mokytoja Sandra Nosevičienė, Panevėžio lopšelis-darželis „Žvaigždutė“22
9. **„Emocijų koliažas“**, vyr. mokytoja Algimanta Semionovienė, Elektrėnų mokykla-darželis „Žiogelis“23
10. **„Emociškai stiprus ir sveikas“**, vyr. mokytoja Nijolė Karužienė, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“24
11. **„Saugumo uostas“**, vyr. mokytoja Saulė Gustienė, Elektrėnų mokykla-darželis „Žiogelis“26
12. **„Ką vaikai ir bitės veikia gėlių pievoje?“**, vyr. mokytoja Jolanta Valentukonienė, Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“28

II. Judėjimo šalis

1. **„Pakartok judesį“**, mokytoja metodininkė Edita Brazauskienė, Panevėžio lopšelis-darželis „Žvaigždutė“31
2. **„Žmogeliukas“**, vyr. mokytoja Violeta Kučinskienė, Kelmės r. Šaukėnų Vlado Pūtvio-Putvinskio gimnazija32
3. **„Kartoninių lėkščių žiedai“**, mokytoja Dovilė Slomskaitė, Elektrėnų sav. Semeliškių vaikų darželis „Gandriukas“33
4. **„Pėdučių takelis“**, mokytoja metodininkė Vilma Čiupailienė, Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“35
5. **„Stebuklingas kubas“** - Jogos – QR kodai, vyr. mokytojas Marius Liepa, Kauno lopšelis-darželis „Spragtukas“37
6. **„Lekiu greičiau už vėją“**, mokytoja metodininkė Rasa Stankevičienė, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“39

TURINYS

7. „Sveikos pėdutės- laimingas vaikas“, mokytoja metodininkė Olga Chvorostova, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“.....41

III. Jutimų šalis

1. „Sensorinis pėdučių takelis“, mokytoja Jekaterina Justinavičienė, Kaišiadorių r. Žiežmarių mokykla-darželis "Vaikystės dvaras".....44
2. „Stiprios pėdutės – švelnios rankutės“, mokytojos metodininkės Ona Šidlauskienė, Oksana Macikianec, Vilniaus lopšelis-darželis „Žiogelis“.....46
3. „Vikšrelis“, mokytoja Ernesta Stampareckienė, Elektrėnų mokykla-darželis „Žiogelis“.....48
4. „Taisyklingai kvėpuoju – sveikas esu“, mokytoja Vida Paulauskaitė, Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“.....49
5. „Kvėpuoju lėtai“, mokytoja Agnė Siliūnienė, Elektrėnų mokykla-darželis Žiogelis.....51

IV. Švaros šalis

1. „Švarios rankytės“, visuomenės sveikatos specialistė Ramunė Šumskienė, Elektrėnų visuomenės sveikatos biuras.....55
2. „Būsiu švarus – būsiu sveikas“, mokytoja metodininkė Olga Chvorostova, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“.....56
3. „Virusiukas ir Skiepukas“, mokytoja metodininkė Olga Chvorostova, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“.....58
4. „Sveiki dantukai – gera nuotaika“, mokytoja Renata Gudonienė, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“.....60
5. „Aš valausi dantis ir prausiuosi“, vyr. mokytoja Lina Orlovskienė, mokytoja metodininkė Aleksandra Džašiašvili, Trakų lopšelis-darželis „Obelėlė“..... 61

V. Atradimų šalis

1. „Vanduo, kas tu esi“, vyr. mokytoja Laura Paškevičienė, Žiežmarių mokykla-darželis „Vaikystės dvaras“, „Varpelio“ skyrius.....64
2. „Džiaugsmingas pasisveikinimas“, vyr. mokytoja Sandra Petrauskienė, Elektrėnų sav. Vievio lopšelis-darželis „Eglutė“.....65
3. „Labirintas“, vyr. mokytoja Saulė Gustienė, Elektrėnų mokykla-darželis Žiogelis.....67
4. „Brokoliukas ir braškytė“, visuomenės sveikatos specialistė Ramunė Šumskienė, Elektrėnų visuomenės sveikatos biuras lopšelis-darželis „Pasaka“.....68


TURINYS

5. **„Sveikas ir nesveikas maistas“**, Logopedė metodininkė Laura Dirsė, vyresnioji meninio ugdymo mokytoja Viktorija Vasaitienė, Kauno.....70
6. **„Ryto emocijų ratas“**, Logopedė metodininkė Irma Mikulėnienė, logopedė metodininkė Jolanta Marija Skrodenienė, neformaliojo ugdymo vyr. mokytoja Silva Čižikienė, psichologė Urtė Vitkauskaitė, Kauno r. Noreikiškių lopšelis-darželis „Ažuolėlis“.....71
7. **„Ritmika lauke“**, Meninio ugdymo mokytojos metodininkės Žaneta Jarovaja-Stanaitienė, Jurgita Žitkauskienė, Kauno lopšelis-darželis „Žuvintas.....73
8. **„Interaktyvi knyga“**, vyr. mokytoja Rūta Aleknavičiūtė, Kauno lopšelis-darželis „Vėrinėlis“..... 75
9. **„Kuriu ir skaitau knygelę“**, mokytoja metodininkė Birutė Monkevič, Trakų lopšelis-darželis „Obelėlė“.....76



EMOCIJŲ ŠALIS





1. „Pasakos terapija-kelias į vaiko emocinį pasaulį“
Mokytoja metodininkė Jolanta Liepis,
Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“



5-6 metai.



Seni, nenaudojami namų apyvokos daiktai, kurie tampa pasakų personažais.



Taikant terapinės pasakos metodą, padėti vaikui atpažinti savo emocijas, problemas ir ieškoti jų sprendimo būdų.

Kompetencijos, kurios bus stiprinamos ir/ar ugdomos: Kritinio mąstymo, kūrybiškumo, komunikavimo, socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos.



Interaktyvus teatralizuotas pasakų sekimas, pasitelkiant buitėje randamus daiktus: kiaurus puodus, druskines, cukrines, plaktukus ir t.t. Kiekvieną daiktą „prakalbinus“ – galima išgirsti įvairių istorijų, pasakų. Jaukioje aplinkoje sekamos pasakėlės pradžiugins akių kontaktu, artimu ryšiu ir vaikų dėmesiu. Kiekvienas mažas ar didelis galės kartu kurti pasaką, fantazuoti, mąstyti, įsijausti, išgirsti, pamatyti, mokysis suprasti save ir kitus.



1. „Pasakos terapija-kelias į vaiko emocinį pasaulį“
*Mokytoja metodininkė Jolanta Liepis,
Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“*

„Kitokia istorija“

Ištiesiame delną ir dainuojame: „Viru viru košę vaikai atsilošę“ (2 k.).

Košė jau verda o dabar noriu paklausti, ar yra čia vyrukų? „Yra!“

- atsako vaikai. „Ar norite

silkės?“ - klausia mokytoja. „Norim!“ - atsako vaikai.

Dainuojame: „Kepu, kepu silkę, vyrai atsivilkę. Kepu antrą silkę, vyrai atsivilkę“ (2 k.).

„Gal užteks tu silkių?“ – klausia mokytoja. „Užteks!“- atsako vaikai. „Atnešiau pieno – vaiko nė vieno!“- toliau dainuoja mokytoja.

Mokytoja žaidžia, dainuoja vaikams: „Vaikai, vaikai! Kur jūs? A, žinau, kaip vaikus iš slėptuvės iškrapštyti, reikia atnešti ledų! Atnešėm ledo - vaikai atsirado. Kur jūs buvote pasislėpę? Kodėl aš jūsų nemačiau? Ar norite ledų? „Norim!“- atsako vaikai.

Mokytoja imituoja ledų dalinimą ir valgymą: „Kas nori apelsininių? Kam avietinių, o kam su agurkais? Šitie ledai labai geri nuo jų neskauda gerklės.“

O dabar košė išvirė, mes ją dalinsime. Parodom penkis pirštukus:

„Tam – šaukštuką, tam – bliūdeliuką,

Tam – lėkštutę, tam – mėntuviukę,

Tam – nieko nebeliko!

Bėk, pelyte, vandenėlio!


Bijau balto katinėlio.

Bėgu bėgu stukenu ir vaikutį kutenu.“

„O dabar pažiūrėkime kas mūsų puode išvirė?!“ - siūlo mokytoja.

Puodą pakratome, atidarome dangtį, pauostome ir sakome:

„Kas gi čia dabar?“ Iškratome puodo turinį ir žiūrim vaikų emociją.



1. „Pasakos terapija-kelias į vaiko emocinį pasaulį“
*Mokytoja metodininkė Jolanta Liepis,
Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“*

Mokytoja kviečia pasakai: „Jeigu norite pasakos, atmerkite plačiai akis, ištempkite ausis ir išsižiokite...“

Vieną kartą buvo toks namelis (puodas), o tame namelyje gyveno, senelis, senelė ir anūkėlė, (siūlų ritės).

Vieną dieną anūkėlė sako:

-Seneli ir senele, eisiu į mišką uogauti ir grybauti.

Senelis iškėlė pirštą ir įspėja:

-Eik, bet nepamiršk.

Pabučiavo anūkėlė senelius ir nužygiavo į mišką. Eina, eina, žiūri gražus gėlyčių krūmas. Mokytoja kartu su vaikais imituoja gėlių uostymą: „Mmm, kaip kvėpia.“

Toliau eina, žiūri grybas auga, raudona kepure ir baltais taškeliais: „Mmm, suvalgysiu.“ Klausiamo vaikų, ar gali mergaitė suvalgyti šitą grybą? Vaikai šaukia: „Ne, tai musmirė!“

Eina, eina toliau mato du grybai raudonomis kepurėmis. Klausiamo vaikų, kokie tai grybai? Atsako: „Raudonikiai“.

Eina, eina toliau, žiūri du grybai žaliomis kepurėmis (žaliuokės), o dvi oranžinės grybukės šokinėja it patrakusios (voveraitės) - vaikai turi atspėti, kokie tai grybai. Pasilenkė anūkė, ogi iš po samanų pūpso storas, ruda kepurė, kas? Vaikai spėja: „Baravykas.“

Toliau keliauja anūkė, žiūri: stalas, kilimas, langas. Išsigąsta ir šaukia: „Vaikai kur jūs! (2 k.)“

Pamačiusi atsako: “O jūs čia? Buvau pasiklydus miške!“

Ir taip pasaka be galo.

Linkiu visiems gerų emocijų.

Tekstas paimtas iš Saulės Degutytės pasakų repertuaro.

1. „Pasakos terapija-kelias į vaiko emocinį pasaulį“
Mokytoja metodininkė Jolanta Liepis,
Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“





2. „Emociukai”

Mokytoja metodininkė Edita Brazauskienė,
Panevėžio lopšelis-darželis “Žvaigždutė”



4-7 metai.



Emocijų kortelės.



Priemonė skirta ugdytinių pažintiniams ir psichologiniams įgūdžiams lavinti, supažindinant su įvairiais jausmais.



Traukiant korteles reikia pamėginti prisiminti, kada taip jautėsi arba suvaidinti ištrauktą emociją.





3. „Emociukai”

Mokytoja metodininkė Edita Brazauskienė,
Panevėžio lopšelis-darželis “Žvaigždutė”



4-7 metai.



Emocijų kortelės.



Stalo žaidimas skirtas emocijoms išreikšti, jas suvaidinti ir turtinti žodyną, bei šnekamąją kalbą.



Keli vaikai išsitraukia po emocijų kortelę ir niekam nerodo. Kiti du ridena kauliuką ir eina į priekį arba atgal su bokšteliu. Tada ant kokios emocijos atsistoja, tokią ir suvaidina, po to pasikviečia draugą, kuris turi šios emocijos kortelę ir mėgina išsiaiškinti dviese, kada ir kodėl jaučia šią emociją. Taip žaidžia, kol bokšteliu nueina iki pabaigos. Labai gerai, kai vaikai išsikalba, ypač su savo draugais. Kodėl jaučia pyktį ir ką daro kai pyksta, kodėl džiaugiasi ir kaip tai parodo. Tai padeda psichinei vaikų sveikatai.



4. „**Aš, mano emocijos ir jausmai**”

Vyr. logopedė Ramunė Čižienė,
Vievio lopšelis-darželis „Eglutė”



4-5 metai.



Vienkartinės lėkštės, spalvotas popierius, klijai, flomasteris.



Šis stalo žaidimas skirtas emocijoms išreikšti, jas suvaidinti ir turtinti žodyną, bei šnekamąją kalbą.



Reikia surasti vienodas skirtingų spalvų veidukų puses, sujungti jas ir pasirinkti savo būseną atspindinčios spalvos ir emocijos veiduką, įvardinti spalvą ir emociją. Šią priemonę galima naudoti ryto metu, kada vaikas ateina į darželį, kai jam yra poreikis papasakoti apie savo emocijas, jausmus, apibūdinti, atpažinti draugo nuotaiką, savijautą. Priemonę galima naudoti ir vaikų judrumui, pastabumui lavinti, išdėliojant apverstas priemonės dalis skirtingose erdvėse, komandoms duodant užduotį varžantis, kuri greičiau suras ir sujungs dalis.

4. „Aš, mano emocijos ir jausmai”
Vyr. logopedė Ramunė Čičienė,
Vievio lopšelis-darželis „Eglutė”





5. „Nuotaikų virėjas“

Mokytojos metodininkės Vilma Lydekienė,
Ina Žostautienė,
Panevėžio lopšelis-darželis „Žvaigždutė“



3-6 metai.



Kočėlas, audinys, emociukai.



Priemonė skirta ugdytinių pažintiniams ir psichologiniams įgūdžiams lavinti, supažindinant su įvairiais jausmais.



1. variantas – vaikai vynioja ant kočėlo audinį su emociukų paveikslėliukais. Laimi tas, kuris pirmas pasiekia linksmą veiduką.

2. variantas – suvynioja ant kočėlo audinį iki emociuko, kuris atitinka tuo metu savo ar draugo nuotaiką.





6. „**Ramukai**“
Mokytoja Ina Dolgovaitė,
Panevėžio lopšelis-darželis „Žvaigždutė“



3-6 metai.



Balionai, miltai, ryžiai, griekiai, siūlai, leikutė, šaukštas, žirkklės, markeris.



Priemonė skirta ugdytinių smulkiosios motorikos ir psichologiniams įgūdžiams lavinti, supažindinant su įvairiomis emocijomis.



Galima paprašyti vaikų įvardinti nupieštas emocijas. Vaikai lavins smulkiąją motoriką – minkydami balionėlius jaus įvairias tekstūras. Taip pat vaikams galima pasiūlyti smagų žaidimą: padėkite dubenėlius su balionuose esančiais užpilai, vaikai pačiupinę balioną turi pasakyti, ko jis pripildytas ir nurodyti atitinkamą dubenėlį.



7. „Kai žinau, esu saugus“ Mokytoja Milda Dekaitė, Elektrėnų mokykla-darželis „Žiogelis“



4-6 metai.



Emocijų ir jausmų kortelės, krepšys su sensorinėmis priemonėmis.



Metodinė priemonė skirta ugdyti vaikų emocijų suvokimą ir raišką, savireguliaciją ir savikontrolę.



Metodinė priemonė – edukacinė erdvė, kurioje galima rasti sėdmaišį patogiam atsisėdimui, krepšelį su įvairiomis nusiramintiui ir emocijų paleidimui skirtomis priemonėmis, informacinį plakatą, kuris padeda naudotis krepšelyje esančiomis priemonėmis, emocijų iliustracijas. Erdvė įrengta nuošalesnėje vietoje, kad būtų galima pabūti vienam, nusiraminti, paliūdėti, paleisti pyktį ar liūdesį.





8. „Linksmoji varlytė“ Mokytoja Sandra Nosevičienė, Panevėžio lopšelis-darželis „Žvaigždutė“



2-3 metai.



Veltinio lakštai 30x40 cm, žalia, raudona, mėlyna, geltona, rožinė, oranžinė, 6 tokių pat spalvų sagutės (spalvos pagrindinės), trumpas užtrauktukas, siuvimo siūlas, adata.



Priemonė skirta ugdytinių smulkiosios motorikos lavinimui, gerų emocijų sužadimui.



Linksmoji varlytė padės vaikui pažinti 6 pagrindines spalvas, mokysis užsegti ir atsegti sagutes, užtrauktuką, medžiagos švelnumas stimuliuos pirštukus, taip lavės vaiko rankyčių smulkioji motorika. Pasiūta žaisminga varlytė suteiks vaikui gerų emocijų.





9. „Emocijų koliažas“ Vyr. mokytoja Algimanta Semionovienė, Elektrėnų mokykla-darželis „Žiogelis“



2-3 metai.



Kibirėliai su emocijų veidukais, spalvoti pieštukai/flomasteriai, popieriaus lapeliai, baltas lapas su trafaretu.



Priemonė skirta emocinio raštingumo ugdymui(si).



Šią priemonę galima naudoti ryto rato metu. Po išklausyto ar padeklamauto eilėraščio ir diskusijų apie jausmus ir emocijas, ugdytiniai pasiima po popieriaus lapelį, pieštuką ir, pagal jaučiamą tuo metu savo emociją, spalvina. Po to, žaidybinio būdu, iš nuspalvinto lapelio, gaminamas emocijos kamuoliukas (smulkioji motorika) ir įmetamas į jausmų kibirėlį. Taip kartojame kasdien. Paskutinę savaitės dieną daromas bendras grupės koliažas, kurio metu išsiaiškinama, kokios ugdytinių emocijos dominavo visą savaitę.



10. „Emociškai stiprus ir sveikas“ Vyr. mokytoja Nijolė Karužienė, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“

3-6 metai.



„Kimochi žaislai“, emocijų paveikslukai.



Stiprinti ir ugdyti vaikų savimoneę, supažindinti vaikus su skirtingomis emocijomis bei lavinti gebėjimą jas atpažinti ir valdyti.



Eiga:

1. Pasisveikinimas su saule. „Suglauskime delnus, įkvėpdami keliame suglaustus delnus aukštyn, kiek išeina. Pasakome „Labas, saule“. Iškvėpdami lėtai nuleidžiame rankas. Pakartojame“.

2. Pokalbis su vaikais, kas tai yra psichinė sveikata. Papildomai panaudojamas Kimochi žaislas „Debesėlis“ su savo besikeičiančiomis 4 emocijomis (džiaugsmas, baimė, pyktis, liūdesys).

3. Vaikų supažindinimas su 4 emocijomis: džiaugsmu, baime, liūdesiu ir pykčiu. Su vaikais aptariamos keturios emocijos atskirai, leidžiama pasisakyti kiekvienam vaikui. Pokalbis su vaikais, kokią emociją šiandieną jie jaučia. Leisti pasisakyti kiekvienam vaikui paklausiant „Kaip šiandien jūs jaučiatės?“. Pokalbis su vaikais apie tai, kas padeda

10. „Emociškai stiprus ir sveikas“
Vyr. mokytoja Nijolė Karužienė,
Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“

patirti geras emocijas.

4. Refleksija. Ką vaikai sužinojo, išmoko užsiėmimo metu? Užsiėmimas pavyko gerai, vaikai buvo žingeidūs, aktyvūs. Užsiėmimo metu vaikai įgijo naujų žinių apie emocijas, išmoko atpažinti ir įvardinti jas.

5. Užbaigimui. Šypsenuų dalinimas ratu.





11. „Saugumo uostas“ Vyr. mokytoja Saulė Gustienė, Elektrėnų mokykla-darželis „Žiogelis“



3-6 metai.



Lankai, tiulio medžiagos juostos, tvirtinimo elementai, minkštos pagalvėlės, knygelės, sensorinės priemonės, muzikos grotuvas, aromaterapinės priemonės.



Stiprinti ir ugdyti vaikų savimoneį, supažindinti vaikus su skirtingomis emocijomis bei lavinti gebėjimą jas atpažinti ir valdyti.

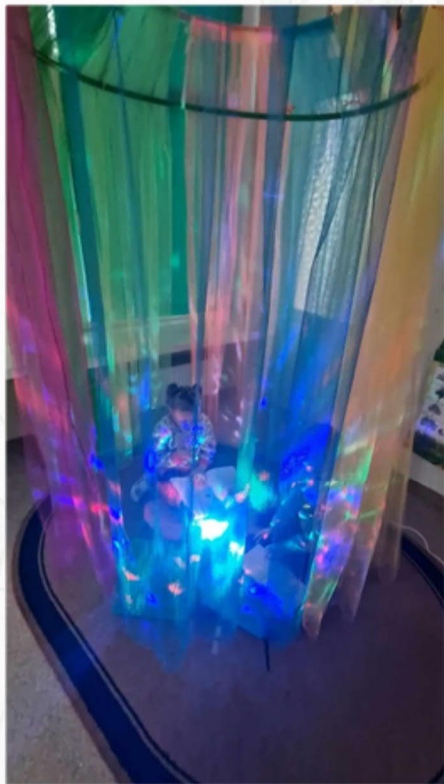


Nusiramino erdvė, kurioje įgalinami visi pojūčiai: rega, klausa, uoslė ir jutimas. Ugdo gebėjimą tinkamai reaguoti, atpažinti ir suprasti emocijas, tinkamu būdu jas išreikšti. Ši sensorinė aplinka pasitarnauja savireguliacijai, kai vaikui yra suteikiama erdvė pačiam susitvarkyti su iššūkiais, nusiraminti ir atsipalaiduoti. Ramioje aplinkoje galima tiesiog būti ir leisti garsams, kvapams ir vaizdams veikti.





11. „Saugumo uostas“
Vyr. mokytoja Saulė Gustienė,
Elektrėnų mokykla-darželis „Žiogelis“





12. „Ką vaikai ir bitės veikia gėlių pievoje?“

Vyr. mokytoja Jolanta Valentukonienė,
Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“



3-6 metai.



Erdvė grupėje arba lauke, spalvotos gėlės, improvizuotas avilyš, metodinė priemonė apie vaikų meditaciją (tai kortelės, kuriose aprašyti kvėpavimo, susikaupimo ir meditaciniai žaidimai ir knyga), paruoštos spalvinti gėlytės, iškarpytos bitės, pieštukiniai klizai, spalvoti pieštukai.

<https://www.knygos.lt/lt/knygos/esu-tyloje--meditacijos-vadovas-vaikams/>



Tikslas, kad vaikai išmokyti pajauti savo kūną ir sutelkti dėmesį bet kokiam veiklai.



Įvadinis pokalbis apie tai kas auga pievoje, kuriuo metu laiku galime pievoje pamatyti gėles, kokių spalvų ir formų jos būna – pagal poreikį į pokalbį įtraukiame aktualias temas.

Traukiame kortelę „Gėlytės uostymas“ (Įsivaizduok, kaip suglaudęs abu delniukus nuskini gėlę, pakeli žiedą prie veido ir lėtai bei giliai įkvėpi gėlės aromato pro nosį, tarytum uostytum labai skaniai kvėpiantį augalą. Tada iškvėpk pro burną su pasimėgavimu tardamas garsą „aaaa“. Toliau nuskink ir pauostyk kitą gėlytę. Pakartok tai 3-5 kartus. Baigęs galėsi papasakoti, kokių spalvų buvo gėlytės ir kuo jos kvėpėjo).

12. „Ką vaikai ir bitės veikia gėlių pievoje?“

Vyr. mokytoja Jolanta Valentukonienė,
Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“

Po aptarimo pasiūlome vaikams pabūti bitutėmis, aptariame ką jos veikia pievoje tarp gėlių.

Traukiame kortelę „Kamanės skrydis“ (Sudėk delnus kartu ir įsivaizduok, kad kamanė /bitė nutūpusi ant gėlės pasisemia ir išgeria visą visą nektarą, giliai giliai įkvepia, išskleidžia sparnus – rankas, pakyla ir skrenda skleisdama dūzgesį „bzzz“. Svarbu prisiminti, kad įkvėpti gali tik vieną kartą. Pavaizduok kaip ji skrenda tarp gėlių tol, kol jai užtenka nektaro (baigiasi oras). Tada vėl nutupia ant kitos gėlės, pilsi, atsigeria dar nektaro ir toliau dūzgia. Pakartok tai 3-5 kartus).

Šioje vietoje mes improvizuojame ir nešame „nektarą“ į avilį.

3 m. vaikams nelabai patinka dūgžti be tikslo.

Po žaidimų vaikai spalvina gėlytes ir priklijuoja bitutes ant jų.



JUĐĚJIMO ŠALIS





1. „Pakartok judesį”

Mokytoja metodininkė Edita Brazauskienė,
Panevėžio lopšelis-darželis “Žvaigždutė”,



4-7 metai.



Skatinti vaikų fizinį aktyvumą.



Kauliukas, kortelės su pavaizduotais judesiais.



Ištraukus kortelę, mesti kauliuką ir atlikti kortelėje pavaizduotu judesį tiek kartų, kiek nurodyta ant kauliuko.

2. „Žmogeliukas“

Vyr. mokytoja Violeta Kučinskienė,
Kelmės r. Šaukėnų Vlado Pūtvio-Putvinskio
gimnazija

3-6 metai.



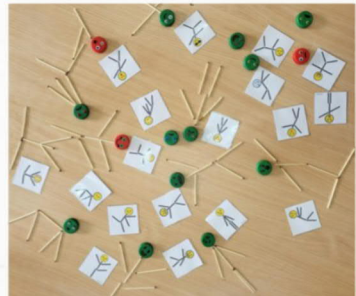
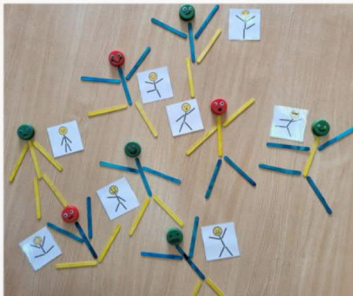
Dėmesio ir logikos gebėjimams ugdyti, judesio raiškiai



Kamštukai, pagaliukai, degtukai, kortelės su nupieštu judesiu.



Priemonė pagaminta naudojant plastikinius kamštelius, degtukus, spalvotus medžio pagaliukus ir korteles su judesiu. Vaikas ant stalo sudeda žmogeliuko judesį. Kitas vaikas tą judesį atkartoja. Arba vaikas rodo judesį, kurį draugas iš pagaliukų tą judesį sudeda.





3. „Kartoninių lėkštučių žiedai“ Mokytoja Dovilė Slomskaitė, Elektrėnų sav. Semeliškių vaikų darželis „Gandriukas“



5-6 metai.



Lipni spalvota juostelė skirta pažymėti starto liniją; grupėje esantys spalvoti kėgliai, magnetofonas, skalbinių segtukai.



Parengta metodinė priemonė padės ugdyti vaikų smulkiają ir stambiają motoriką, fizinį aktyvumą, savireguliaciją ir savikontrolę bei emocijų raišką. Šios priemonės pagalba vaikai pažins spalvas ir skaičius, tobulins matematinius įgūdžius. Susipažins su taisyklėmis, supras sėkmes ir nesėkmes, gerins bendravimo įgūdžius komandinėse veiklose.



1. ŽAIDIMAS. „Užmesk žieduką“

Veiklos eiga: Vaikai sustoja vorele prie starto linijos. Vaikai pasirenka po vieną norimos spalvos žieduką ir meta ant tokios pat spalvos kėglio kaip ir žiedukas. Galima pasunkinti žaidimą vaikus suskirsčius komandomis. Laimi ta komanda, kuri užmeta daugiau žiedukų. Žiedukų užmetimui galima nustatyti laiką.

2. ŽAIDIMAS. „Nameliai“

Ant grindų padedama tiek žiedukų kiek vaikų. Vaikai pasirenka kokios spalvos ir kokio skaičiuo bus kiekvieno namelis. Vaikai patys laisvai šoka arba,



3. „Kartoninių lėkštučių žiedai“ Mokytoja Dovilė Slomskaitė, Elektrėnų sav. Semeliškių vaikų darželis „Gandriukas“

prieš paleidžiant muziką, mokytoja pasako ką vaikai turės mėgdžioti (gyvūną, transporto priemonę ir pan.). Nutilus muzikai vaikai grįžta į savo namelius. Grojant muzikai, spalvotus namelius galima sukeisti vietomis.

3 ŽAIDIMAS. „Pirštukų mankštelė“

Vaikams duodami kartoniniai žiedukai ir skalbinių segtukai. Vaikai ant žieduko sega tiek segtukų koks yra skaičius. Ant žieduko esantį skaičių, atsižvelgiant į vaiko gebėjimus, galima parinkti (nuo 1 iki 5 ar nuo 1 iki 10). Pasunkinant žaidimą, susegtus žiedukus galima dėlioti pagal skaičių seką nuo mažiausio iki didžiausio.



4. „Pėdučių takelis“

Mokytoja metodininkė Vilma Čiupailienė,
Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“

3-6 metai.



Muzikinis takelis



Tenkinti natūralų vaikų poreikį judėti, stiprinti sveikatą.
Uždaviniai:

- Vaikai aktyviai judės;
- Formuosis taisyklinga kūno laikysena;
- Lavės stambioji motorika, mąstymas, erdvės suvokimas;
- Plėsis žodynas, įsisavins sąvokas: tiesiai, pirmyn, atgal, į kairę, į dešinę.
- Stiprės tiek fizinė, tiek emocinė sveikata.



Ant grindų patiesiami du takeliai, ant kurių įvairiomis kryptimis sukljuotos pėdutės. Vaikai sustoja vorele. Grojant muzikiniam fonui, „Kapitono Flinto“ dainelei „Traukinukas“, vaikai pradeda šokinėti abiem kojomis sukljuotų pėdučių kryptimis: vienu takeliu vaikai šokinėja į priekį, kitu – šokinėdami grįžta atgal. Veikla įtraukianti, labai nuotaikinga. Vaikai kartu patiria daug teigiamų emocijų, džiaugsmo.



4. „Pėdučių takelis“

Mokytoja metodininkė Vilma Čiupailienė,
Elektrėnų vaikų lopšelis-darželis „Drugelis“



5. „Stebuklingas kubas“ - Jogos – QR kodai,
Vyr. mokytojas Marius Liepa,
Kauno lopšelis-darželis „Spragtukas“

3-4 metai.



Planšetinis kompiuteris, mobilus telefonas, QR kodų skaitytuvą/programa, **15 QR kodų su skirtingomis veiklomis.**



Vaikai patiria fizinio aktyvumo džiaugsmą;
Formuojami vaikų informaciniai ir pažintiniai gebėjimai.



Ryto rato metu vaikai supažindinami su planšetiniu kompiuteriu, jo fotografavimo ir filmavimo galimybėmis. Ant stalo padedame QR kodo pavyzdį ir su vaikais diskutuojame apie tai kur galime jį rasti, kam jis reikalingas, kas jame užkoduota ir kaip jį nuskenuoti. Vaikams praktiškai leidžiame patiems nuskenuoti QR kodą. Skenuodami vaikai randa „Jogos“ pozas ir bando jas atlikti.

5. „Stebuklingas kubas“ - Jogos – QR kodai,
Vyr. mokytojas Marius Liepa,
Kauno lopšelis-darželis „Spragtukas“



6. „Lekiu greičiau už vėją“ mokytoja metodininkė Rasa Stankevičienė, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“

3-6 metai.



Paspirtukai, balansiniai dviratukai, kelio ženklai.

Sudaryti sąlygas aktyviam vaikų judėjimui, pasirenkat jiems labiausiai patinkančias priemones, ugdyti saugaus elgesio gatvėje ir kieme įgūdžius.

Projekto veiklos:

- įsigyti paspirtukus, balansinius dviratukus;
- organizuoti kasdienius vaikų pasivažinėjamus lauke;
- surengti grupių komandų lenktynes;
- pakviesti įstaigos bendruomenę į paspirtukų ir balansinių dviratukų parodą-šventę;

Įsigijus paspirtukus, balansinius dviratukus, įgyvendintos projekto „Lekiu greičiau už vėją“, suplanuotos veiklos. Organizuota dviratukų ir paspirtukų pristatymo ir naujo dviračių tako atidarymo šventė. Renginyje dalyvavo policijos bičiulis Amsis, kuris vaikams papasakojo kaip elgtis, važinėjant dviratukais ar paspirtukais darželio kieme ar gatvėje. Vyresniesiems vaikams policijos bičiulis Amsis surengė viktoriną „Kelio ženklai“. Vaikai aktyviai leido laiką darželio teritorijoje įrengtose aikštelėse ir naujame dviračių take. Priešmokyklinių grupių ugdytiniai savo



6. „Lėkiu greičiau už vėją“ mokytoja metodininkė Rasa Stankevičienė, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“

jėgas išbandė paspirtukų lenktynėse. Visi vaikai patyrė judėjimo džiaugsmą, buvo laimingi, kad gali lėkti greičiau už vėją.



7. „Sveikos pēdutēs-laimingas vaikas“ Mokytāja metodinikē Olga Chvorostova, Elektrēnu lopšelis-darželis „Pasaka“

3-6 metai.



„Stebuklingieji akmenēliai“, dygliuoti kamuoliukai, mažos skarelēs, virvēs, popieriaus lapai, flomasteriai, balansuojantys diskai, kilimēliai su dygliuotais paviršiais.

Skatinti vaiko poreikį judėti, lavinti kūno judesius, stiprinti kojų ir pėdų raumenis bei raiščius, laikyseną ir nugaros raumenis.

Pratimai:

- šokinėti nuo vieno disko ant kito;
- kojų pirštais suskaičiuoti disko laiptelius.
- „Skalbinių džiaustymas“. Pėdų pirštais imti skareles ir kabinti ant virvēs.
- „Pirštukai“, „Piešimas“. Sėdint ant kėdės, tarp kojų pirštų įsidėti piešimo priemonę ir piešti ant balto popieriaus lapo.
- „Slieko nugarėlė“- kilnoti kojas, vaikščioti, eiti paprastu žingsniu, atsistojant ant kiekvieno kilimėlio abiem kojomis ir mindžioti jį.
- Spyruokliuoti nuo pirštų galų ant kulnų, pasistiebus pastovėti porą sekundžių ir griūti ant kulnų, pereiti visą takelį ant kulnų, eiti keičiant pėdų padėtį: remiantis tai kulnu, tai pirštų galiukais.
- „Drugelis“: atsistoti plačiai ant žemės, pritūpti, šokant

7. „Sveikos pėdutės-laimingas vaikas“

Mokytoja metodininkė Olga Chvorostova,
Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“

suglausti kojas, nusileisti ant kilimėlio. Šį pratimą galima atlikti įvairiai - suglaudus ir išplėtus kojas.

- „Ežiukas“- pasivaikščiojimas su ežiuku - vaikščioti tarp pėdų įsidėjus pėdų masažuoklį.

-Ežiuko glostymas (kojų pėdų mankštelė). Pėdų masažas naudojant masažuojančius kamuoliukus: ridenti kamuoliuką su kojos pėda pirmyn ir atgal.





JUTIMŲ ŠALIS





1. „Sensorinis pėdučių takelis“

Mokytoja Jekaterina Justinavičienė,
Kaišiadorių r. Žiežmarių mokykla-darželis
"Vaikystės dvaras"



2-3 metai.



Minkštų detalių dėlionių pagrindas, įvairiausių tekstūrų daiktai, kurie asocijuojasi su savybėmis: švelnus, šiurkštus, kietas, minkštas, slidus, grublėtas ir pan., detalės iš „ORTODON kilimėlių-dėlionių“.



Vaikščiojant skirtingais paviršiais basomis, be avalynės, dirginamos ir masažuojamos kojų pėdos. Toks natūralus kojų masažas atpalaiduoja, masažuoja ir stiprina pėdų raumenis, gerina laikyseną, pusiausvyrą.



Rytinės mankštos metu naudojamas sensorinis takelis, kurį sudaro 12 detalių su įvairiomis tekstūros dalimis. Vaikščiojant sensoriniu takeliu išlaikoma taisyklinga laikysena, padeda vaikui būti stipriam ir sveikam, skatina fizinį aktyvumą, norą aktyviai judėti ir žaisti.



1. „Sensorinis pėdučių takelis“
Mokytoja Jekaterina Justinavičienė,
Kaišiadorių r. Žiežmarių mokykla-darželis
"Vaikystės dvaras"



2. „Stiprios pėdutės, švelnios rankelės“ Mokytoja Jekaterina Justinavičienė, Kaišiadorių r. Žiežmarių mokykla-darželis "Vaikystės dvaras"



5-6 metai.



Kaštonai, pupelės, siūlai, kempinėlės, riešutų kevalai, sagutės, pagaliukai.



Vaikščiojant skirtingais paviršiais basomis, be avalynės, dirginamos ir masažuojamos kojų pėdos. Toks natūralus kojų masažas atpalaiduoja, masažuoja ir stiprina pėdų raumenis, gerina laikyseną, pusiausvyrą.



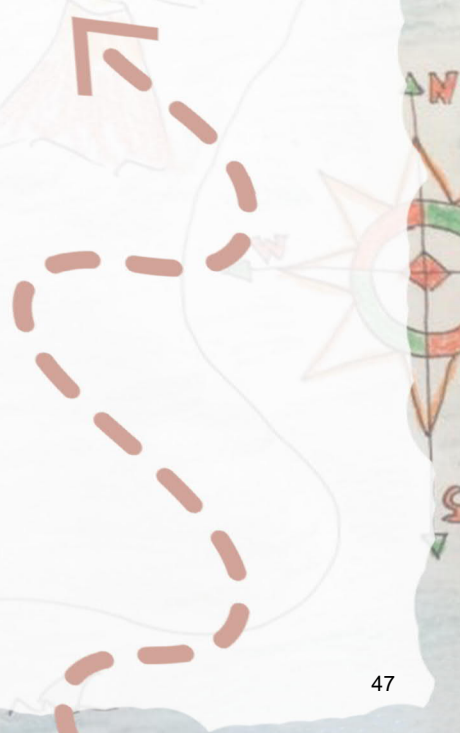
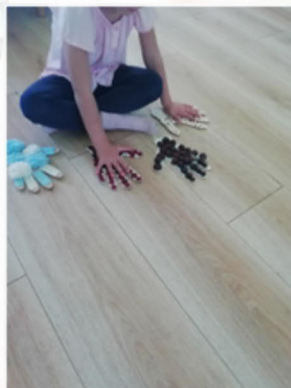
Pėdos – labai svarbios visam organizmui. Jas masažuojant atpalaiduojamas kiekvienas organas, organizmas nurimsta, atsipalaiduoja, vaikai jaučia įvairius pojūčius, juos apibūdina, įvardina.

Rankų masažas, tai paprasta priemonė padedanti atpalaiduoti įtemptus rankų ir pirštų raumenis, skatina kraujo apytaką.

Prieš ar po veiklų, žaidimų, norisi įvairių pojūčių...

„Aš jaučiu, aš jaučiu – vaikščioti labai smagu!“,
„Paliesk, pamasažuok – ką jauti?“

2. „Stiprios pėdutės, švelnios rankelės“ Mokytoja Jekaterina Justinavičienė, Kaišiadorių r. Žiežmarių mokykla-darželis "Vaikystės dvaras"



3. „Vikšrelis“

Mokytoja Ernesta Stampareckienė,
Elektrėnų mokykla-darželis „Žiogelis“



2-3 metai.



Pirštukų lėlė „Vikšrelis“ (šablonas pridedamas),
gamtinė medžiaga.



Skatinti smulkiąją motoriką ir sensoriką.



Žaisdami su pirštukų lėlėmis, vaikai lavina kalbą,
kūrybiškumą. Šią priemonę galima naudoti ryto rato
metu: deklamuojant eilėraštuką:

„Du maži vikšreliai
Lipo į kalnelį,
Lipo, lipo, lipo, lipo
Ant kalniuko susitiko!“
ir judinti pirštukus.



4. „Taisyklingai kvėpuoju – sveikas esu” Mokytoja Vida Paulauskaitė, Elektrėnų vaikų lopšelis–darželis „Drugelis“



4-5 metai.



Spalvotas popierius, kokteiliniai šiaudeliai, balionai.



Plėtoti vaikų taisyklingo kvėpavimo bei kalbos ir komunikavimo gebėjimus, naudojant kūrybiškus metodus.



Ryto rato metu vaikai supažindinami su taisyklingo kvėpavimo svarba žmogui. Nekvėpavęs žmogus gali išgyventi tik kelias minutes. Kvėpuoti galima pro burną, pro nosį, uždengus po vieną šnervę ar abi. Vaikai praktiškai atliko kvėpavimo pratimus ir stebėjo kuri kūno dalis juda, kada kvėpuojama. Sužinojo, kad taisyklingas kvėpavimas yra, kai įkvepiam į pilvą, t.y. apatinę kūno dalį. Mankštų metu vaikai išmoko naujų kvėpavimo pratimų: „Trikampis“, „Meškos miegas“, „Bitutės“, „Delniukas“, „Balionas“, „Malkų kapojimas“. Meninės veiklos metu vaikai iš popierinių ritinėlių ir spalvoto popieriaus pasigamino šokančius gyvūnėlius, kurie šokdavo į juos papūtus. Pūsdami į šiaudelį piešė medžius. Atliko eksperimentą „Audra stiklinėje“: į indą smulkiai priplėšė popierių ir per šiaudelius pūtė į indo vidų.

Kūno kultūros metu vaikai žaidė estafetę „Kas pirmas įpūs kamuoliuką į vartus“ ir žaidimą su lankais, šiaudeliu, kamuoliuku.



4. „Taisyklingai kvėpuoju – sveikas esu” Mokytoja Vida Paulauskaitė, Elektrėnų vaikų lopšelis–darželis „Drugelis”



5. „Kvėpuoju lėtai“ Mokytoja Agnė Siliūnienė, Elektrėnų mokykla-darželis Žiogelis



5-7 metai.



Kietas pagrindas, kvėpavimo sistemos organų paveikslėliai, du šiaudeliai, du maži užsegami maišeliai, dvi kanceliarinės gumytės.



Supažindinti su taisyklingo kvėpavimo technika



Vaikai kartu su pedagogu aptaria, kaip mes kvėpuojam, susipažįsta su taisyklingo kvėpavimo technika. Kartu su vaikais daroma metodinė priemonė – kvėpavimo organų sistema. Nuspalvinami kvėpavimo sistemos organai, jie iškerpami. Prie kieto pagrindo tvirtinami du šiaudeliai, kurie imituoja kvėpavimo takus, maži maišeliai tarsi plaučiai, kurie prie šiaudelių yra tvirtinami gumytėmis. Prie pagrindo priklijuojami kvėpavimo sistemos organai.

Pasigamintas modelis (metodinė priemonė) gali būti naudojamas ugdantis taisyklingo kvėpavimo, stiprinant vaikų fizinę sveikatą:

- Giliai ir iš lėto įkvėpkite pro nosį.
 - Iškvėpiame per burną, stumiant kuo daugiau oro iš plaučių.
 - Giliai ir iš lėto įkvėpkite pro nosį, iškvėpkite pro burną taip, kad pilvo sritis kiltų ir leistųsi.
- Priemonė gali būti panaudota palaikyti gerą vaiko psichinę būklę, kai vaikas yra stresinėse situacijoje,



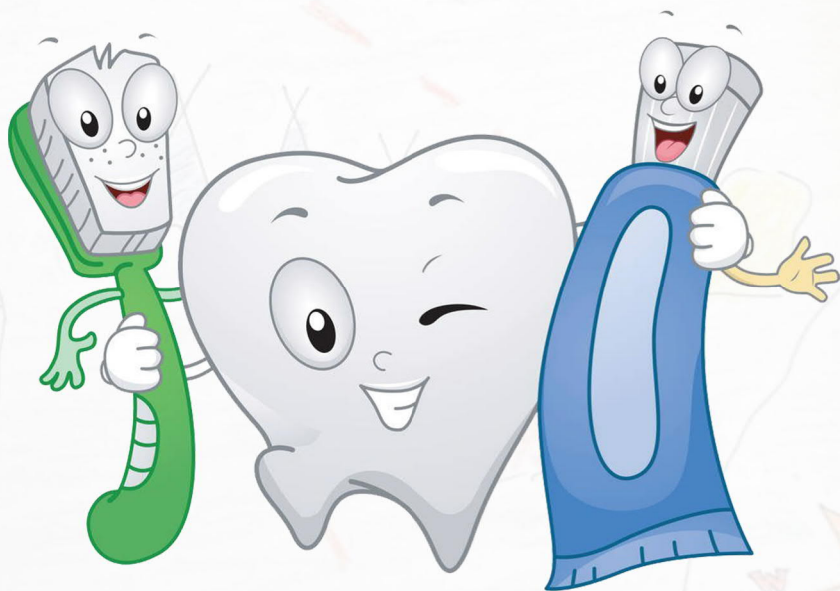
5. „Kvēpuoju lētai“ Mokytoja Agnė Siliūnienė, Elektrėnų mokykla-darželis Žiogelis

vaikai lengviau turint modelį prisiminti, kaip reikia nusiraminti normalizuojant savo kvėpavimą.





ŠVAROS ŠALIS





1. „Švarios rankytės”

Visuomenės sveikatos specialistė
Ramunė Šumskienė,
Elektrėnų visuomenės sveikatos biuras



4-6 metai.



- Guminės pirštinės arba balionai,
- markeriai ar kt. spalvinimo priemonės,
- pukuotas kamuolys,
- rankų higienos rinkinys „Bakterijų maišeliai”,
- įvairūs plakatai ar kitos vaizdinės priemonės, vaizduojančios mikrobus.



Mokyti taisyklingai plauti rankas ir laikytis higienos.



I etapas. Ryto rato veikla, pasisveikinimas su „mikrobu” (pukuotas kamuolys). Vyksta diskusija rankų higienos tema. Apžiūrimos priemonės vaizduojančios įvairias bakterijas. Akcentuojame vaikams, kad nors ir nematome mikrobu, tačiau jų būna visur, o ypač ant rankų, net ir tuomet, kai rankos atrodo švarios. Metamas pukuotas kamuolys: jį pagavęs vaikas turi atsakyti, kada reikia plauti rankas.

II etapas. Žiūrint filmuką apie taisyklingą rankų plovimą, pasimokoma atlikti rankų plovimo judesius. Vieniems vaikams pasiūloma paliesti priemonę „bakterijų maišelį” ir paordyti rankas: pašvietus su liuminescencine lempute matomi „mikrobais”. Su ta pačia lempa pašvietus į kitų vaikų rankas, kurie nelietė



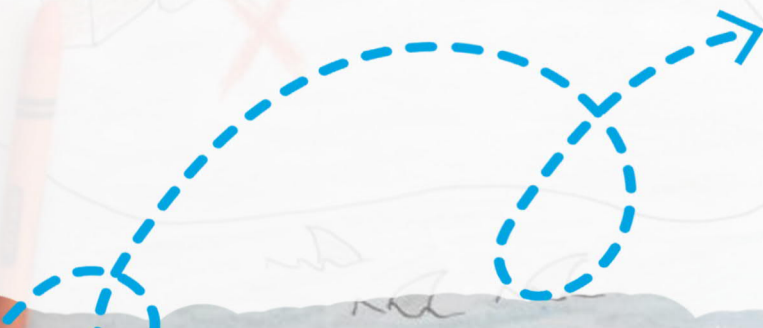
1. „Švarios rankytės”

Visuomenės sveikatos specialistė
Ramunė Šumskienė,
Elektrėnų visuomenės sveikatos biuras

maišelio, mikrobu nesimato, tad įsitikinama, kad rankos yra švarios. Vaikams pasiūloma pasisveikinti, spaudžianti vieni kitiems rankas. Po rankų paspaudimo vėl pašviečiama ta pačia lempa ir parodoma, kaip vyksta pasidalinimas bakterijomis, kaip jos plinta nuo rankų ant rankų.

Toliau veiklą tęsiame prie kriauklių, plauname rankas kartodami judesius, kuriuos išmokome. Po plovimo vėl apžiūrime pašviesdami su lempa, ar tikrai pavyko švariai nusiplauti, ar neliko mikrobu?

III etapas. Veiklą baigiame piešdami savo įsivaizduojamus mikrobus ant pripūstų guminių pirštinių ar ant balionų. Pasidžiaugiame savo darbais bei pasižadame atidžiau rūpintis savo rankyčių švara.





2. “Būsiu švarus – būsiu sveikas” Mokytoja metodininkė Olga Chvorostova, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka”



3-6 metai.



- Įvairių formų muilo gabaliukai,
- skystas muilas,
- muilo drožlės,
- šiaudeliai.

Muilo gaminimui:

- Muilo pagrindas,
- dažai,
- kvapai,
- šaukšteliai (pagaliukai),
- formelės.



Lavinti asmens higienos įgūdžius, rūpintis rankų higiena.



Veiklos eiga:

Mokytoja: “Vaikai, mes gavome siuntinį, tačiau šis siuntinys yra stebuklingas ir, norint jį atidaryti, turėsite atspėti mįslę. Taip jūs sužinosite kas jame yra.

Esu geras ir naudingas,
Jūsų švarai reikalingas.

Mano gražūs burbulai,
Juose maudotės mieliai.

Kas?” Vaikai atsako: “Muilas.”

Atidaroma dėžutė, kurioje yra įvairių muilo gabalėlių.



2. “Būsiu švarus – būsiu sveikas” Mokytoja metodininkė Olga Chvorostova, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka”

Vaikai pasiima po vieną muiliuką. Mokytoja klausia apie muilo savybes, sudaro sąlygas tyrinėjimui. Diskutuojuama apie asmeninę higieną, skaitoma ir aptariama pasaka “Baltprausys”. Pasiūloma veikla “laboratorijoje” - muilo gamyba.

I etapas, muilo gamyba.

- Demonstruojama, kaip pasigaminti muilą;
- Ištirpinamas muilo pagrindas;
- Masė supilama į formeles;
- Į muilo masę įmaišoma dažų ir kvapo;
- Laukiama, kol sustintings.

II etapas, muilo putos.

Apžvelgiamos priemonės, kurių reikės muilo putų gamybai, demonstruojama gamyba:

Sutarkuojamas muilas;

Tarkuotas muilas įmaišomas į šiltą vandenį;

Į gautą masę pučiama pro šiaudelį, kol susidarys putos.

Pasiūlomas žaidimas “Kieno putų kepurė didesnė”

Pasigaminus muiliukus, mokomasi taisyklingai plautis rankas, lavinami asmens higienos įgūdžiai.





3. „Virusiukas ir Skiepukas“

Mokytoja metodininkė Olga Chvorostova,
Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“



3-6 metai.



- Popierinis daktaro lagaminėlis ir jo priemonės
- vienkartiniai švirškštai,
- kaukės,
- pleistrai,
- minkšti žaislai,
- gamtinė medžiaga.



Suteikti elementarių žinių apie virusus ir skiepus, ugdant sveikos gyvensenos poreikius.



Veiklos eiga:

- Pokalbis apie sveikatą, grūdinimąsi, kaip save saugoti ir sveikai maitintis.
- “Piratų mankšta“.
- Susitikimas su protinguoju katinu, kuris papasakojo vaikams, kaip, kada ir kodėl reikia laikytis asmens higienos, kas yra virusai.
- Visi kartu dainuoja dainelę „Plaunu rankeles“.
- Vaikai žiūri filmuką „Piktas virusas“
<https://www.youtube.com/watch?v=cploFMNaD6Y>
- Visuomenės sveikatos biuro specialistė supažindina vaikus su daktaru „Sveikatuliu“ (daktaro lagaminėliu).
- Atskridusi Šarkelė-varnelė papasakojo, kad miške apsigyveno piktas virusas „Covidas“ ir prašo pagalbos.
- Vaikai atlieka užduotį „Surink daktaro lagaminėlį“



3. „Virusiukas ir Skiepukas“, Mokytoja metodininkė Olga Chvorostova, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“

(surasti, iškirpti ir suklijuoti reikiamas med. priemones į savo lagaminą).

-Kelionė traukinuku į mišką, dėvint apsaugines kaukes.

-Pasiskirstymas į grupes:

1 grupė - daro dezinfekciją miške, 2 grupė - skiepija miško gyventojus.

-Šokis „Zam zam“ su miško žvėreliais.



4. „Sveiki dantukai – gera nuotaika“ Mokytoja Renata Gudonienė, Elektrėnų lopšelis-darželis „Pasaka“



3-6 metai.



- Dantų pasta,
- dantų muliažas,
- temą iliustruojantys paveikslai.



Tikslas: Saugoti ir stiprinti vaikų sveikatą, formuoti vaikų burnos higienos įgūdžius ir įpročius vykdant dantų edukacines ir kitų burnos ertmės ligų profilaktiką.



Projekto aprašymas:

Sveiki dantys – tai žmogaus sveikata, gera savijauta ir grožis. Atvira, plati šypsena ir balti kaip perliukai dantys puošia. Vykdydami šį projektą, mokėme vaikučius rūpintis savo dantukais, išsiugdyti tam reikalingus įgūdžius. Bendradarbiauome su tėveliais, vykdėme švietėjišką darbą: gydytoja odontologė skaitė paskaitą, pateikė statistikos duomenis apie dantų priežiūrą, ligas ir kt. Rengėme pramogas vaikams, žaidėme įvairius žaidimus suteikiančius žinių apie dantukų priežiūrą.





5. „Aš valausi dantis ir prausiuosi”

Vyr. mokytoja Lina Orlovskienė,
mokytoja metodininkė Aleksandra Džašiašvili,
Trakų lopšelis-darželis „Obelėlė“



3-6 metai.



Metodinė - vaizdinė medžiaga.



Taikant Mąstymo mokyklos metodiką, formuoti asmens higienos įgūdžius, ugdyti savarankiškumą.



Metodinė vaizdinė priemonė sukurta pagal **Mąstymo mokyklos metodiką**, žemėlapis-sekos sudarymas „Aš valausi dantis ir prausiuosi“. Mąstymo mokyklos metodika tai vienas iš inovatyvių ugdymo(si) būdų, naudojamų vaikų aukštesnio lygio mąstymo gebėjimų ugdymui mūsų įstaigoje. Naudodamiesi šia metodine priemone vaikai ugdomi ne tik sveikos gyvensenos įpročius, bet ir savarankiškumo, bendradarbiavimo ir bendravimo tarpusavyje. Formuojasi kritinio mąstymo, savirefleksijos, savarankiško problemų sprendimo gebėjimai, pasitikėjimas savimi. Formuojami taisyklingi vaikų burnos higienos ir prausimosi įgūdžiai, sistemingas dantų valymas ir prausimas pagal žemėlapyje pateiktą seką, tampa kasdieniniu įpročiu.



5. „Aš valausi dantis ir prausiuosi“

Vyr. mokytoja Lina Orlovskienė,
mokytoja metodininkė Aleksandra Džašiašvili,
Trakų lopšelis-darželis „Obelėlė“





ATRADIMŲ ŠALIS





1. „Vanduo, kas tu esi“

Vyr. mokytoja Laura Paškevičienė,
Žiežmarių mokykla-darželis „Vaikystės dvaras“,
„Varpelio“ skyrius



5-6 metai.



Lauko vandens baseinas, vanduo, pipetės, įvairaus dydžio indai, vaizdinės priemonės, įvairios meninės priemonės, teptukai, gamtinės medžiagos, žaislai.



Metodinė priemonė skirta pažintinės kompetencijos ugdymui:

1. Pažinti vandens pasaulį, jo svarbą ir savybes;
2. Suprasti, kad vanduo nepakeičiamas žmogaus bei gyvosios gamtos egzistavimo pagrindas;
3. STEAM veiklų pagalba skatinti vaikų kūrybiškumą, mąstymą.



Veiklos eiga:

1. Aplankyti artimiausius vandens telkinius, stebėti srovių judėjimo tėkmę;
2. Žiūrėti įvairią vaizdinę medžiagą, edukacinius filmukus, tyrinėti Lietuvos žemėlapi;
3. Diskutuoti, dalintis savo žiniomis, patirtimi, kelti klausimą, kodėl mes be vandens negalime išgyventi;
4. Atlikti įvairias STEAM veiklas.



2. „Džiaugsmingas pasisveikinimas“ Vyr. mokytoja Sandra Petrauskienė, Elektrėnų sav. Vievio lopšelis-darželis „Eglutė“



5-6 metai.



QR kodai, telefonas

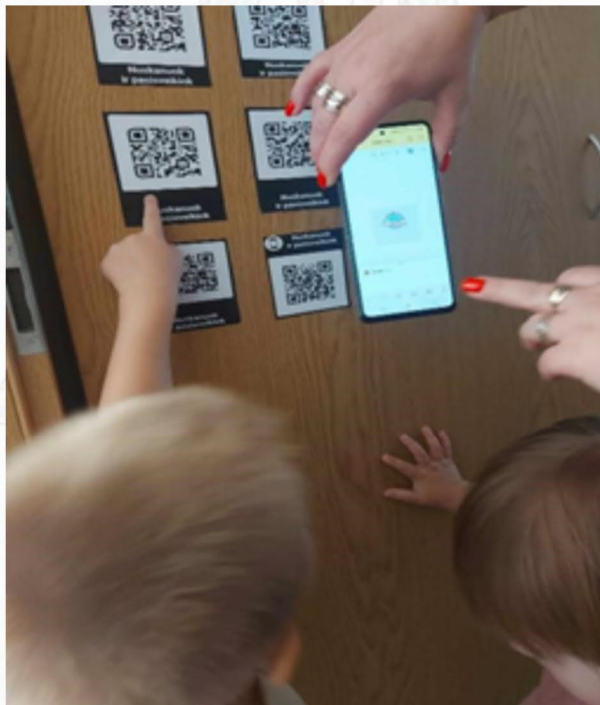


Visos dienos eiga ir nuotaika, kaip taisyklė, sukuriama nuo pat pirmųjų minučių, pirmųjų žingsnių darželyje. Į darželį vaikai ateina skirtingomis nuotaikomis ir su įvairiais ankstyvo ryto įvykių įspūdžiais. Todėl draugiškas susitikimas yra labai svarbus. Sukurta metodinė priemonė „Džiaugsmingas pasisveikinimas“ stiprina vaikų psichinę sveikatą. Jie jaučiasi laukiami, nes pasitinkama su rytiniu ritualu, kuris vaikams patinka ir nuteikia džiaugsmingai. Į šį ritualą įtraukiami ir tėveliai, nes prie grupės durų yra iškabinti QR kodai, vaikas išsirenka vieną iš septynių esančių QR kodų, tėveliai savo telefonu nuskanuoja kodą, tada pamatome kaip turime pasisveikinti (apsikabinti, duoti „žaibą“, duoti „penkis“, nusišypsoti, parodyti širdį, pašokti, paspausti ranką), ir sveikinamės. Taip vaikai teigiamai nuteikiami ir su gera nuotaika ateina į grupę. Jie čia jaučiasi laukiami, saugūs ir linksmi.



2. „Džiaugsmingas pasisveikinimas“

Vyr. mokytoja Sandra Petrauskienė,
Elektrėnų sav. Vievio lopšelis-darželis „Eglutė“





3. „Labirintas“

Vyr. mokytoja Saulė Gustienė,
Elektrėnų mokykla-darželis Žiogelis



4-5 metai.



QR kodai, telefonas.



Metodinė priemonė yra skirta erdvinio suvokimo, rankų ir akių koordinacijai lavinti, taip pat moko priežasties ir pasekmės seką. Vaikas kuria ir planuoja savo kamuolių trajektoriją, tuo pačiu įgydamas planavimo įgūdžių. Paleisdami kamuolius pritūpia, juda aukštyn, žemyn, šiais judesiais lavina stambiają ir smulkiąją motoriką, viso kūno koordinaciją.





4. „Brokoliukas ir braškytė” Visuomenės sveikatos specialistė Ramunė Šumskienė, Elektrėnų visuomenės sveikatos biuras



4-6 metai.



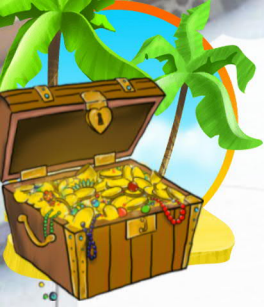
Žaislai brokoliukas ir braškytė, kuo įvairesnės daržovės, vienkartiniai indai, pjaustymo lentelės, vienkartiniai peiliukai, 2 žaidimų rinkiniai „Sveiko maisto piramidė” ar kiti analogiški žaidimai. raudonos ir žalios spalvos popieriaus skiautelės.



I etapas. Du personažai, brokoliukas ir braškytė, seka vaikams pasakėlę apie sveiką mitybą (žiūrimas edukacinis brokoliuko ir braškytės filmukas), kalbama apie daržovių naudą. Žaidžiamas žaidimas „Vaisius ar daržovė”. Vaikai laiko rankose brokoliuką ir braškytę, po to, kai pasakomas pavadinimas, jei tai vaisius iškelia braškytę, o jei daržovė – brokoliuką.

II etapas. Vaikai kviečiami prie paruoštų 2 stalų (vienas braškytės, o kitas brokoliuko). Vaikai turi pasidalinti į dvi komandas. Traukiami spalvoti lapeliai. Žalios spalvos lapelius ištraukusieji yra brokoliuko komandoje, o raudonos spalvos - braškytės. Komandos turi sukurti savo sveikuolišką užkandį, iš turimų daržovių, bei sudėlioti sveikos mitybos piramidę (žaidimas) ar kitokį turimą žaidimą apie sveiką maistą. Užkandžiams sugalvojami pavadinimai ir pristatomas darbas. Nugali draugystė.

III etapas. Visi jungiasi į bendrą puotą, skanauja, ragauja bei dalijasi įspūdžiais. Rekomenduojama



4. „Brokoliukas ir braškytė” Visuomenės sveikatos specialistė Ramunė Šumskienė, Elektrėnų visuomenės sveikatos biuras

pasirinkti kuo įvairesnes daržoves, kad paskatinti vaikus paragauti, prisijaukinti nemėgiamas, o gal net neragautas daržoves.





5. „**Sveikas ir nesveikas maistas**“
Logopedė metodininkė Laura Dirsė,
vyresnioji meninio ugdymo mokytoja
Viktorija Vasaitienė
Kauno lopšelis-darželis „Pasaka“



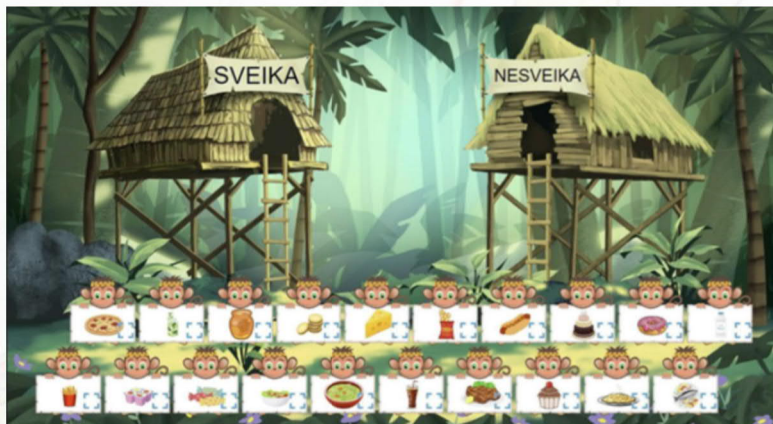
4-6 metai.



Planšetinis kompiuteris, kompiuteris, interaktyvioji lenta, telefonas.



Metodinė priemonė skirta formuoti sveikos gyvensenos įgūdžius ir įpročius, rūšiuojant paveikslėlius į sveikų ir nesveikų maisto produktų grupes.





5. „Ryto emocijų ratas“

*Logopedė metodininkė Irma Mikulėnienė,
logopedė metodininkė Jolanta Marija Skrodenienė,
neformaliojo ugdymo vyr. mokytoja Silva Čižikienė,
psichologė Urtė Vitkauskaitė,
Kauno r. Noreikiškių lopšelis-darželis „Ąžuolėlis“*



4-6 metai.



Spalvoto popieriaus lapai (raudoni, žali, geltoni ir mėlyni), spalvoti rankų (žr. Priedas Nr. 1) ir kojų pėdų trafaretai (žr. Priedas Nr. 2), emocijų lentelė (žr. Priedas Nr. 3, Nr. 4).



Tikslas – stiprinti vaikų fizinę ir psichinę sveikatą, jos ryšius, formuojant teigiamas nuostatas ir ugdant empatiją.

Uždaviniai:

- 1) Įtvirtinti vaikų žinias apie emocinę raišką.
- 2) Formuoti tinkamą vaikų emocijų įveiką (išgyvenimą).
- 3) Skatinti vaikų fizinį aktyvumą.



Priemonės elementai (spalvoti rankų ir kojų pėdų trafaretai) sudedami ratu atsitiktine tvarka. Vaikų klausama „kaip šiandien jautiesi? Kokia šiandien Tavo nuotaika?“. Rodyti vaikams emocijų lentelę, padėti vaikams suprasti kokią emociją šiandien išgyvena. 1 variantas: Prašoma vaikų pasirinkti spalvą pagal savo emociją ir atlikti reikiamą užduotį (raudona – pyktis – trepsėti einant ratu raudonomis pėdomis; mėlyna – liūdesys – apeiti ratą ramiai, neskubant mėlynomis pėdomis, nuleista galva, nusvirusiomis rankomis; geltona – linksmas / laimingas – užšokti ant geltonų



5. „Ryto emocijų ratas“

*Logopedė metodininkė Irma Mikulėnienė,
logopedė metodininkė Jolanta Marija Skrodenienė,
neformaliojo ugdymo vyr. mokytoja Silva Čižikienė,
psichologė Urtė Vitkauskaitė,
Kauno r. Noreikiškių lopšelis-darželis „Ąžuolėlis“*

pėdų ir suploti rankomis; žalia – ramus – eiti ratu ir stabtelėti prie žalios rankos, giliai įkvėpti, o iškvėpiančiam paliesti žalią ranką).

2 variantas: Vaikai eina ratu, atlikdami fizinius pratimus (eina ant pirštų galiukų, ant kulnų, aukštai keldami kelius ir kt.), gavus signalą, sustoja ir atlieka veiksmus pagal trafaretus prie kurių sustojo.

Užsiėmimo pabaigoje mokytoja akcentuoja visų emocijų svarbą ir reikšmę gyvenime ir kviečia vaikus bendram apsikabinimui.

Paveikslėliai paimti iš Pinterest svetainės, prieiga internete - hwww.pinterest.com





7. „Ritmika lauke“

Meninio ugdymo mokytojos metodininkės
Žaneta Jarovaja-Stanaitienė, Jurgita Žitkauskienė,
Kauno lopšelis-darželis „Žuvintas“



3-6 metai.



Lenta, dažai, įvairaus dydžio metalinės dėžutės, pagaliukai, ryžiai, grikliai, akmenukai, karoliukai, metalofonai, barškutis, varpeliai, lazdelės.



Metodinė priemonė skirta lavinti smulkiosios motorikos įgūdžius, girdimąjį suvokimą, gebėjimą skirti garsų tempą, ritmą, tembrą, melodiją, pažintinės kompetencijos ugdymą:

1. pažinti naujus instrumentus ir juos išbandyti;
2. plėtoti komunikavimo galimybes, pozityvesne linkme keisti elgesio ir bendravimo normas;
3. skatinti vaikų kūrybiškumą.



Galimos veiklos:

“**Ritmo įvairovė**” – ritminių motyvų atkartojimas.

“**Tembro įvairovė**” – paklausti instrumentų skleidžiamų garsų, įsiminti jų tembrą. Vienas vaikas užsimerkia, o kitas groja pasirinktu instrumentu, tada reikia atpažinti, kuriuo instrumentu buvo grojama.

“**Melodijų įvairovė**” – groti metalofonais melodijas, jas atkartoti, improvizuoti.



8. „Interaktyvi knyga“
Vyr. mokytoja Rūta Aleknavičiūtė,
Kauno lopšelis-darželis „Vėrinėlis“



4-6 metai.



Tai linksma eiliuota knygelė, padedanti įsiminti skaičius
ir rašytinius jų simbolius.





9. „Kuriu ir skaitau knygelę“ Mokytoja metodininkė Birutė Monkevič, Trakų lopšelis-darželis „Obelė“



4-6 metai.



Didaktinė priemonė.

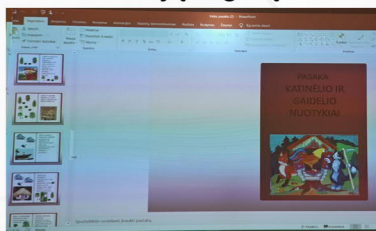


Interaktyvi didaktinė priemonė skatina vaikus kurti, fantazuoti, rūpintis saugumu, sveikata. Lavina vaikų mąstymą, dėmesį.



Priemonė skirta individualiam arba grupiniam darbui. Vaikai kurdami pasaką, pasakojimą, mokysis derinti savo veiksmus su draugu, atpažinti ir įvardinti jausmus skirtingose situacijose, paaiškinti, kas yra būti sveikam ir stipriam ir kodėl svarbu rūpintis sveikata. Mokysis įvardinti asmenis, kuriais gali pasitikėti ir į kuriuos gali kreiptis pagalbos. Gebės apibūdinti situacijas, vietas, kuriose gali jaustis nesaugiai: gatvėje, užkalbinti nepažįstamo žmogaus.

Vaikai kartu su suaugusiuoju naudodamiesi kompiuteriu, interaktyviu ekranu, mokysis ieškoti informacijos, piešti, kurti, rašyti, skaityti sukurtą knygą, aptarti saugų ir nesaugų pasakos veikėjų elgesį.



UŽRAŠAMS

