



Klaipėdos lopšelis-darželis „Volungėlė“
Projekto „Sveikata visus metus 2023“ rugsėjo iššūkis
„Yra trys būtini įpročiai, kurie padeda bet kokiom sąlygom viską pasiekti. Tai –
įprotis dirbti, įprotis mokytis, įprotis būti sveikam.“

Polis Bregas

**Visuomenės sveikatos specialistė
Ikimokyklinio ugdymo mokytoja
Ikimokyklinio ugdymo mokytoja**

**Janina Trijonienė
Irma Ežerskienė
Romualda Bartininkė**

Įprotis dirbti

„Karpiniukų“ grupės vaikai visą rugsėjį rinko rudens gėles, medžių lapus ir gėrybes iš daržo.

Padirbėję darže, vaikai iš surinktų rudens gėrybių sukūrė apyrankę draugui. Nes turėti gerą draugą, kuris padeda visuose darbuose, suteikia tik geras emocijas. O geros emocijos yra neatsiejama geros sveikatos dalis.



Įprotis mokytis

Mokydamiesi tyrinėti gamtą, jos reiškinius, vaikai išmoko atskirti augalų ir gyvūnų rūšis, taip pat išsiaiškino jų vaidmenį ekosistemoje, o tai padeda jiems suvokti jų svarbą aplinkai. Be to, tyrinėdami gamtą vaikai ne tik sužinojo apie konkrečius gamtos reiškinius, bet ir išugdė savo smalsumą, kuris skatina juos visapusiškai tobulėti, kurti ir kaupti žinias apie aplinką, kurioje gyvena.



Įprotis būti sveikam

„Karpiniukų“ grupės vaikai, kartu su mokytojais ir tėveliais, ugdomi sveikus įpročius:

•Valgydami įvairius vaisius ir daržoves. Tėveliai vaikučiams į priešpiečių dėžutes įdėjo įvairių vaisių ir daržovių. Grupėje dalindamiesi su draugais vaišinosi tėvelių įdėtomis rudens gėrybėmis ir aptarinėjo kuo šie užkandžiai naudingi, kur auga, kaip juos valgyti ir t.t.

•Aktyviai judėdami per dieną. Rugsėjo orai buvo labai šilti, tad leido vaikučiams dar pasidžiaugti saulės spinduliukais ir vaikstant basomis kojytėmis Kneipo taku, kuris įrengtas daželio teritorijoje, grūdintis ir smagiai leisti laiką. O kai kojytės pamasažuotos — smagu ir pašokinėti, su draugais pabėgioti.

Svarbu skatinti vaikų susidomėjimą sveiku maistu ir fizinėmis veiklomis, siekiant stiprinti vaikų sveikatą ir sveikus įpročius.



