

„BORUŽĖLIŲ” GRUPĖS (6- 7m.)

SVEIKOS GYVENSENOS PROGRAMĖLĖ

„AKTYVUS VAIKŲ POILSIS GAMTOJE”

2015 / 2016 m. m.



PATVIRTINTA

Trakų lopšelio-darželio „Ežerėlis”

Direktoriaus 2015-09-11 įsakymu Nr. V-50

SITUACIJOS ANALIZĖ

Aktyvus vaikų poilsis, judri ir įdomi veikla mažina psichinį nuovargį, didina ir palaiko darbingumą, gerina vaiko fizinę būklę. Aktyvus pasivaikščiavimas yra daug efektyvesnis už pasyvų, kurio metu vaikai mažai juda – stovi, sėdi, vaikštinėja. Judria veikla siekiama suaktyvinti vaikus, pakreipti tinkama linkme jų darbo ir poilsio režimą, užtikrinti protinės veiklos pusiausvyrą, stiprinti sveikatą, fizinį pajėgumą ir darbingumą.



TIKSLAS

Sudaryti sąlygas tenkinti prigimtinių vaiko poreikį judėti, patiriant judėjimo džiaugsmą gamtoje, keliaujant, (įvairioje aplinkoje, įvairiomis sąlygomis).

UŽDAVINIAI:

1. Teikti žinių apie sveikatą, higieną, sveiką gyvenseną ir sportą, ugdant vertybines nuostatas: nusiteikimą tobulinti savo kūną ir dvasią, augti stipriam, sveikam, atspariam ligoms, siekti tapti ištvermingam, greitam ir darbingam.
2. Siekti saugios ir aktyvios vaikų veiklos ir poilsio kaitos fizinės ir dvasinės darnos.
3. Pratinti vaikus naudingai praleisti laisvalaikį, ugdyti kūrybiškumą, elgesio kultūrą, formuoti gražius tarpusavio santykius.
4. Išnaudojant aplinką, erdvę, organizuoti tikslingas fizines savybes: greitumą, vikrumą, lankstumą, koordinaciją, jėgą.
5. Praturtinti judėjimo patirtį gamtoje įvairiais judesiais ir jų deriniais.
6. Orientuoti vaiką stiprinti sveikatą, rūpintis fizine būkle. Vaikai turi žinoti nuo ko priklauso gera sveikata, o kas jai kenkia, kodėl svarbu apsirengti ir apsiauti pagal orą, kodėl gera žaisti tvarkingoje aplinkoje.
7. Nusiteikti džiaugsmingiems išgyvenimams, linksmybėms, kelionėms, išvykoms, iškyloms.



2.	<p>ramūs žaidimai, su gamtine medžiaga gamtoje;</p> <p>siužetiniai ir ekologiniai, netradiciniai žaidimai gamtoje;</p> <p>esamos vėjo krypties nustatymas, gamtos stebėjimas, tyrinėjimas;</p> <p>slydinėti, čiuožti, slysti ledo takeliais, žaidimai su sniego gniūžtėmis, sniego tuneliais, čiuožimas nuo kalniuko rogutėmis, čiuožynėmis, ridenimasis nuo kalniuko.</p> <p>Orientaciniai žaidimai gamtoje su priemonėmis.</p> <p>Stebėjimas žiūronais</p> <p>Darbas su tėvais ir renginiai:</p> <p>individualūs pokalbiai, atmintinės apie vaikų aktyvaus poilsio gamtoje svarbą, bet koku oru;</p> <p>organizuoti nuotraukų parodėlę apie vaikų aktyvią ir pasyvią veiklą keliaujant, išskylaujant;</p> <p>atmintinės tėvams, sveikos gyvensenos tema: „Netradiciniai žaidimai gamtoje“;</p>	<p>Kasdien</p> <p>Kasdien</p> <p>Pagal planą</p> <p>Pasivaikščiojant</p> <p>Pagal planą</p> <p>Pasivaikščiojant</p> <p>Nuolat</p> <p>Tėvų lentoje ir individualiu pokalbiu</p> <p>Mokslo metų eigoje</p>
----	---	--

3.	<p>organizuoti pramogą gamtoje su tėveliais „Žiemos linksmybės“.</p> <p>Kita veikla:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dalyvavimas sveikatingumo dienose. 2. Organizuoti išvyką su tėvais. 3. Dalyvauti projekte „Aš keliauju po Trakus“. 	<p>Sausio mėn.</p> <p>Kas mėnesį</p> <p>Gegužės mėn.</p> <p>Balandžio mėn.</p>
4.	<p>Programos rezultatų aptarimas susirinkime.</p>	<p>Mokslo metų pabaigoje</p>

Auklėtojos

Birutė Vaicekauskienė

Renė Butrimavičienė