

PATVIRTINTA
Vilniaus lopšelio-darželio „Mažylis“
direktoriaus
2020 m. gruodžio 15 d.
įsakymu Nr. V-144

VILNIAUS LOPŠELIS- DARŽELIS „MAŽYLIS“

SVEIKATOS STIPRINIMO PLANAS

2021 m.

Tikslas. Organizuoti sveiką maitinimą ir įgyvendinant priemones, susijusias su fizinio judėjimo įgūdžių ir kompleksinių gebėjimų lavinimu prevencija, padėti ugdytiniams saugoti ir stiprinti psichinę, fizinę bei emocinę sveikatą.

Uždaviniai:

- užtikrinti sveikatos priežiūros kokybę, kuriant sveiką maitinimą, emociškai gerą aplinką ikimokyklinėje įstaigoje,
- šalinti rizikos veiksnius, galinčius sukelti ligas, stiprinant vaikų sveikatą grūdinimo priemonėmis;
- fizinio lavinimo veiklose naudoti sveikatą grūdinančias priemones, jas kaip galima dažniau vesti veiklas lauke, įtraukiant darželio bendruomenę;
- organizuoti įvairias išvykas ir žygius su vaikais, skatinant būti fiziškai aktyviems.
- formuoti teisingą vaikų ir tėvų požiūrį į savo sveikatą ir ugdyti sveikos gyvensenos įgūdžius, dalyvaujant įvairiose akcijose, rengiant tėvams seminarus, paskaitas, užsiėmimus vaikams .
- mokėti suteikti pirmąją pagalbą pavojingų būklių, traumų, nelaimingų atsitikimų ar apsinuodijimų atvejais;
- organizuoti pedagogų ir vaikų mokymą teikti pirmąją medicininę pagalbą bei higieninių įgūdžių mokymus,
- organizuoti papildomo ugdymo krepšinio būrelį, stalo teniso užsiėmimus, kurie padės stiprinti vaikų sveikatą ir fizinį aktyvumą;
- dalyvauti saugaus eismo mokyklos, priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamento edukacinių programų veikloje;
- dalyvauti ir bendradarbiauti su kitomis ugdymo įstaigomis parodose, sporto varžybose, neformalioje aplinkoje ir kt.
- užtikrinti vaikų saugumą darželio teritorijoje, aikštelėse ir grupėse, savalaikiai atliekant įrenginių patikrą. genint medžius ir krūmus, keičiant šaligatvio plyteles, įrenginius.
- ugdyti sveikos gyvensenos ir saugaus judėjimo įgūdžius;
- teikti aktualią informaciją tėvams asmeniškai, el. paštu, darželio svetainėje apie vaikų sveikatos priežiūrą, stiprinimą, saugumą.

2021 m. Sveikatos stiprinimo planas

Funkcija	Priemonės pavadinimas	Įvykdymo laikas	Vykdytojai
1. Sveikatinimo veiklos, konsultacijų pedagogams, vaikams, jų tėvams (globėjams) teikimas.	1.1. Pranešimai ir informacija pedagogų taryboje, darželio taryboje, bendruomenės, grupių tėvų susirinkimuose. Pateikti informaciją apie problemas, susijusias su vaikų sveikatos išsaugojimu ir stiprinimu.	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	1.2. Teikti el. paštu, internetinėje svetainėje konsultacines nuorodas apie ligas, jų prevenciją, aktualią informaciją.	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, administracija.
	1.3. Apklausos metodu įvertinti bendruomenės narių sveikatos žinių poreikį ir supažindinti įstaigos bendruomenę su gautais duomenimis.	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.
	1.4. Teikti individualias metodines konsultacijas dėl sveikos gyvensenos, higienos įgūdžių besikreipiantiems pagalbos arba matant konkrečią problemą:	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, pedagogai, administracija, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui), psichologas.
	1.5. Kaupti ir padaryti prieinamą informacinę, metodinę medžiagą vaikų sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo klausimais (pvz., fizinės ir psichologinės aplinkų įtaka vaikų sveikatai, vaikų režimas, fizinio aktyvumo įtaka sveikatai, mityba ir sveikata).	Periodiškai	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, pedagogai, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui), administracija, psichologas.
	1.6. Konsultuotis su LASUC sutrikusios raidos centro ir PPT tarnybos specialistais.	Esant poreikiui	Psichologas, pedagogai, administracija.
	1.7. Organiziuoti seminarus, nuotolinius mokymus	Esant poreikiui	Psichologas, pedagogai, administracija.
	1.8. Sudaryti su tėvais ir LASUC trišales sutartis.	Esant poreikiui.	Psichologas, pedagogai, administracija.

	1.9. Sudaryti sąrašus vaikų, kuriems diagnozuotas susirgimas (astma, epilepsija ir k.t.)	2021 m.	Pedagogai, tėvai
2. Prevencijos vykdymas.	2.1. Teikti konsultacines nuorodas apie ligų prevenciją tėvų lentose.	2021 m.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.
	2.2. Rengti ir talpinti medžiagą į skirtą stendą fizinio aktyvumo, sveikatos išsaugojimo bei stiprinimo klausimais,	Periodiškai	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	2.3. Vykdyti plokščiapadystės prevenciją, rengti stendinę medžiagą, pranešimą metodiniame susirinkime.	2021 m.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	2.4. Supažindinti naujai atvykusius tėvus su smurto prevencijos aprašu, stebėti vaikų emocijas, elgesį. Teikti konsultacijas tėvams, pedagogams.	Rugsėjis, spalio, 2021 m.	Pedagogai, administracija, Psichologas.
	2.5. Atlikti vaikų asmens higienos patikrinimą.	Kartą į ketvirtį ir esant poreikiui.	Dietistas. visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.
	2.6. Dalyvauti saugaus eismo edukacijose, konkursuose, skirtuose traumų profilaktikai.	2021m.	Pedagogai, 5-os, 6-os, 4-os priešmokyklinio ugdymo grupės vaikai. neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	2.7. Dalyvauti Priešgaisrinės saugos tarnybos edukacijose.	2021m.	Pedagogai, 5-os, 6-os, 4-os priešmokyklinio ugdymo grupės vaikai. neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	2.7. Skleisti informaciją apie korono viruso, gripo, roto viruso, poliomielito, raudonukės, tymų profilaktinius skiepėjimus.	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, pedagogai.

	2.8. Dalyvauti kompetencijų kėlimo kursuose, seminaruose (ir nuotoliniuose).	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
3. Darželio sveikatingumo projektų (programų) ir įvairių renginių inicijavimas ir organizavimas.	3.1. Rengti Sveikatos apsaugos ministerijos ir Vilniaus m. savivaldybės skelbiamų programų projektus bei inicijuoti jų įgyvendinimą darželyje.	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	3.2. Dalyvauti nacionaliniame projekte „Sveikatiada“;	2021 m.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	3.3. Dalyvauti Sveikatos biuro inicijuotame vaikų burnos higienos projekte „Graži šypsena“; bendradarbiaujant su odontologais.	2021 m.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, 4-os priešmokyklinės ugdymo grupės, 6-os ir 5-os darželio grupių vaikai ir pedagogai.
	3.4. Bendradarbiauti su medicinos ir kitomis institucijomis.	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	3.5. Organizuoti diskusijas, veiklas vaikams įvairiomis sveikatos temomis (atsižvelgiant į poreikį).	Vieną kartą į ketvirtį	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui), psichologas.
	3.6. Minėti 2021 metais atmintinas sveikatos dienas. - Pasaulinė vandens diena;	2021 m.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo

	- Europos sveikos mitybos diena; - Pasaulinė rankų higienos diena; - Pasaulinė sveikatos diena; - Judėjimo sveikatos labui diena; - Pasaulinė aplinkos ir sveikatos diena; - Pasaulinė regėjimo diena; - Tarptautinė maisto diena; - Pasaulinė stuburo diena; - Pasaulinė imunizacijos savaitė; - Pasaulinė supratimo apie antibiotikus diena ir kt.; - Tarptautinė tolerancijos diena; - Pasaulinė triukšmo diena; - Tarptautinė moterų sveikatos diena („Sportuok su Matu“ treniruotės)		pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui), pedagogai.
	3.7. Bendradarbiaujant su Vilniaus visuomenės sveikatos biuru „Vilnius sveikiau“ organizuoti darželio bendruomenės švietimą rengiant seminarus, paskaitas sveiko gyvenimo būdo temomis (sveika mityba, fizinis aktyvumas ir grūdinimas, užkrečiamų ligų prevencija, stresas ir jo valdymo būdai, psichinė ir emocinė sveikata, dienotvarkė – poilsio ir darbo režimas, žalingi įpročiai bei priklausomybės ir t.t)	2021 m.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui), pedagogai.
	4.1. Konsultuoti personalą, atsakingą už vaikų maitinimą sveikos mitybos klausimais.	2021 m.	Dietistas
4. Vaikų maitinimo organizavimo priežiūra, skatinant sveiką maitinimąsi bei sveiko maitinimosi įgūdžių formavimą.	4.2. Rengti naujus vaikų maitinimo valgiaraščius (alergiškiems, netoleruojantiems kai kurių produktų ar pan.) asortimentą, derinant su vaikų maitinimosi tvarkaraščiu.	Pagal poreikį	Dietistas
	4.3. Dalyvauti Europos Sąjungos ir nacionalinio biudžeto lėšomis remiamose programose „Pienas vaikams“ ir „Vaisių vartojimo skatinimas ugdymo įstaigose“	2021 m.	Direktorius, dietistas, sandėlininkas.
	4.4. Vertinti maisto gamybos vietos bei gamybos proceso atitiktį visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktams. Informuoti įstaigos administraciją apie nustatytus neatitiktis (pažeidimus) bei siūlyti priemones joms pašalinti. Nustatytų pažeidimų pašalinimo kontrolė.	Kartą per mėnesį. Pagal poreikį.	Dietistas
	4.5. Pateikti informaciją administracijai, Visuomenės sveikatos centrui įtarus apsinuodijimą maistu ar užkrečiamąją ligą.	Esant susirgimui	Dietistas
	4.6. Informuoti mokyklos bendruomenę apie sergamumą užkrečiamosiomis ligomis.	Esant susirgimui	Dietistas
	4.7. Sudaryti sąrašus vaikų, kuriems reikalingas tausojantis maitinimas ir pagal gydytojo pažymoje nurodytas	Kasmet rugsėjo mėn. spalio	Dietistas.

	rekomendacijas ir pateikti maisto gamintojui.	ir pagal poreikį metų bėgyje	
	5.1. Skaityti pranešimus darželio pedagogų taryboje apie aplinkos veiksnių įtaką sveikatai, nustatant prioritetus darželio aplinkos bei sąlygų gerinimo klausimais.	2021 m. (2 kartus)	Dietistas
5. Darželio aplinkos atitikties visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų reikalavimams vertinimas, dalyvavimas nustatant prioritetinius darželio aplinkos bei sąlygų gerinimo klausimus	5.2. Vertinti darželio patalpų valymo kokybę bei tikrinti ar naudojamos tik gamintojų paženklintos, leistinos valymo priemonės.	2021 m. (1 kartą per mėnesį)	Dietistas, direktorius, direktoriaus pavaduotoja ūkio reikalams.
	5.3. Vertinti darželio aplinką dėl atitikties visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų reikalavimams: 5.3.1. patalpų apšvietimas, 5.3.2. patalpų mikroklimato režimas; 5.3.3. stalų, kėdžių būklė ir vaikų susodinimas, 5.3.4. ugdymo patalpų, lauko teritorijos. Informuoti darželio administraciją apie nustatytus neatitikimus, (pažeidimus) bei siūlyti priemones joms pašalinti. Nustatyti neatitikimų pašalinimo kontrolę.	2 kartus per metus	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, pastatų priežiūros darbininkas, direktoriaus pavaduotoja ūkio reikalams.
6. Pasiūlymų darželio vadovui dėl reikalingų priemonių, užtikrinančių traumų ir nelaimingų atsitikimų prevenciją darželyje, teikimas.	6.1. Vykdyti traumų, įvykstančių ugdymo proceso metu registraciją.	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, direktoriaus sudaryta komisija.
	6.2. Atlikti traumų pobūdžio, vietos, laiko, priežasčių analizę ir informuoti darželio pedagogų tarybą bei traumatizmą darželyje.	Pedagogų tarybos posėdžiuose	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, pastatų priežiūros darbininkas, direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams.
	6.3. Inicijuoti ir dalyvauti rengiant vaikų traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencijos priemonių planą.	2021m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.
	6.3. Inicijuoti ir dalyvauti rengiant vaikų traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencijos priemonių planą.	2021m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).

	6.4. Dalyvauti sprendžiant vaikų saugumą lauke klausimus.	2021m.	Dietistas, visuomenės sveikatos specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
7. Ugdymo proceso atitikties sveikatos priežiūros teisės aktams priežiūra.	7.1. Teikti rekomendacijas nustatant ugdymo režimą esant ypatingoms aplinkybėms.	Esant poreikiui	Dietistas
	7.2. Atlikti kasmetinį virtuvės auditą, apibendrinti gautus duomenis.	Per mokslo metus	Dietistas, paskirta komisija.
	7.3. Teikti informaciją darželio administracijai apie ugdymo proceso neatitikimą higieniniams reikalavimams.	Per mokslo metus	Dietistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	7.4. Informacijos pedagogų tarybai apie nustatytus ugdymo procesų neatitikimus visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų reikalavimams pateikimas.	Rugsėjo, sausio, gegužės mėn.	Dietistas
8. Fizinio aktyvumo skatinimas.	8.1. Sudaryti fizinio pajėgumo sąrašus iš vaikų sveikatos pažymėjimo ir duomenis pateikti pedagogams ir juos konsultuoti apie fizinio lavinimo grupes.	Kasmet, rugsėjo-spalio mėn.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	8.2. Stebėti kūno kultūros užsiėmimus, vertinti užsiėmimų struktūros higieninius aspektus, konsultuoti pedagogus apie fizinius krūvius vaikams, turintiems sveikatos sutrikimų.	Per mokslo metus	Direktorius, direktoriaus pavaduotojas ugdymui, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
	8.3. Informuoti pedagogus apie vaikų galimybę dalyvauti sporto varžybose, remiantis jų sveikatos pažymomis.	Per mokslo metus	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas

	8.4. Teikti pasiūlymus organizuojant sportinių įrenginių bei inventoriaus įsigijimą. 8.5. Organizuoti vaikų išvykas, žygius su pedagogais ir tėvais. 8.6. Organizuoti kas ketvirtį bendruomenės sporto renginius(sniego, vandens ir k.t.)	Per mokslo metus	Direktoriaus pavaduotojai ugdymui ir ūkio reikalams, neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui).
9. Informacijos apie kasmetinius vaikų sveikatos profilaktinius patikrinimus kaupimas.	9.1. Vaiko sveikatos pažymėjimų registravimas.	1 kartą per metus	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.
	9.2. Metinis vaikų sergamumo ataskaitų paruošimas.	1 kartą per metus	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.
	9.3. Pranešimai darželio (atskirų grupių) bendruomenei apie vaikų sveikatą;	Kasmet	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, pedagogai.
	9.4. Duomenų pateikimas visuomenės sveikatos centrui ir kitoms suinteresuotoms institucijoms.	2021m. pareikalavus	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, pedagogai.
10. Dalyvavimas, sprendžiant darželio vaikų adaptacijos bei elgesio sutrikimų problemas.	10.1. Dalyvauti VGK komisijoje ir teikti pasiūlymus sprendžiant vaikų psichologines ir socialines problemas.	Per mokslo metus	VGK komisija
	10.2. Tėvų, globėjų konsultavimas vaiko adaptacijos, elgesio ir emocijų sutrikimų klausimais.	Per mokslo metus	Psichologas, pedagogai, direktorius, direktoriaus pavaduotoja ugdymui, VGK
	11.1. Dalyvauti VSC organizuojamose mokymuose nustatant užkrečiamųjų ligų priežastis.	Per metus	Dietistas
11. Visuomenės sveikatos centro apskrityje specialistų nurodytų užkrečiamųjų ligų epidemiologinės priežiūros priemonių įgyvendinimas darželyje.	11.2. Organizuoti VSC apskrityje specialistų nurodytų priešepideminių priemonių vykdymą ir atlikti jų vykdymo priežiūrą.	Per metus	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, direktorius, direktoriaus pavaduotoja ugdymui, direktoriaus pavaduotoja ūkio reikalams, pedagogai, darbuotojai, tėvai.
	11.3. Informacinių leidinių apie užkrečiamųjų ligų prevenciją ruošimas ir platinimas.	2021 m.	Dietistas
	11.4. Lietuvos vyriausybės ir Sveikatos ministro įsakymų ir rekomendacijų vykdymo užtikrinimas esant Covid -19 pandemijai.	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, direktorius, direktoriaus pavaduotoja ugdymui, direktoriaus pavaduotoja ūkio reikalams, pedagogai, darbuotojai, tėvai.

12. Pirmosios pagalbos teikimas ir koordinavimas.	12.1. Teikti pirmąją medicinos pagalbą įvykus nelaimingam atsitikimui.	Esant reikalui	Pedagogai ,dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, įstaigos darbuotojai.
	12.2. Pranešti vaiko tėvams apie įvykį, esant reikalui, iškviesti greitąją pagalbą ir palydėti vaiką į sveikatos priežiūros įstaigą.	Esant reikalui	Pedagogai, dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.
	12.3. Padėti sukomplektuoti pirmosios medicinos pagalbos rinkinius darželio-lopšelio grupėse, sveikatos kabinete ir kitose darželio administracijos nustatytose vietose, vykdyti jų naudojimosi priežiūrą.	Kasmet, periodinis papildymas pagal poreikį	Dietistas ,visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams.
	12.4. Prižiūrėti, kad pedagogai išklaustų pirmosios med. pagalbos mokymo kursą, informuoti administraciją;	Metų eigoje.	Dietistas.
	12.5. Organizuoti vaikų mokymą teikti pirmąją medicinos pagalbą.	Metų eigoje	Dietistas ,visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.
	12.6. Prižiūrėti darbuotojų kasmetinės sveikatos patikrinimą.	2021 m.	Dietistas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.
	12.7. Teikti psichologinę pagalbą pedagogams, tėvams pandemijos ir sunkių atvejų metu.	Esant poreikiui	Psichologas.

Parengė:

Direktorius

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui

Dietistas , visuomenės sveikatos specialistas,

Neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui)

Psichologas

Lidija Dikčienė

Goda Stonkuvienė

Leona Livanovič

Matas Vilkas

Rūta Salytė