

PATVIRTINTA
Vilniaus lopšelio-darželio „Pilaitukas“
direktorės Rasitos Gylienės
2025-10-24 įsakymu Nr. V-2025/82

VILNIAUS LOPŠELIO-DARŽELIO „PILAITUKAS“

SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA

2025/2030

„Sveikatos dienoraštis“



***Parengė:** visuomenės sveikatos specialistė Miglė Pernavienė,*

direktorius pavaduotojos ugdymui Lilija Dževeckaja ir Raminta Sarapaitė

I. BENDROSIO NUOSTATOS

Vilniaus lopšelio-darželio „Pilaitukas“ (toliau – mokykla) Sveikatos stiprinimo programa „Sveikatos dienoraštis“ 2025–2030 metams (toliau – programa), sudaryta atsižvelgiant į įstaigos strateginį planą, metinį veiklos planą, atnaujintą ikimokyklinio ugdymo programą ir bendruomenės poreikius. Sveikatos stiprinimo programa 2025–2030 mokslo metams nustato tikslus bei uždavinius, apibrėžia prioritetus ir priemones uždaviniams įgyvendinti. Programos tikslas – formuoti vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius, įtraukiant visą darželio bendruomenę į sveikatai palankios aplinkos bei sveikatos stiprinimo sistemos darželyje kūrimą. Programą įgyvendins darželio mokytojai ir kiti ugdymo procese dalyvaujantys specialistai, švietimo pagalbos specialistai, vaikai ir jų tėvai (globėjai), socialiniai partneriai, darželio bendruomenė.

Programa parengta vadovaujantis:

1. 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. bendru nutarimu Nr. V-684/ISAK-1637.
2. Lopšelio-darželio „Pilaitukas“ 2024-2028 m. strateginiu planu, patvirtintu 2023 m. gruodžio mėn. 5 d. direktoriaus įsakymu Nr. V-146.
3. Lopšelio-darželio „Pilaitukas“ ikimokyklinio ugdymo programa, patvirtinta 2025 m. birželio 10 d. direktoriaus įsakymu Nr. V-47.

II. SITUACIJOS ANALIZĖ

Vilniaus lopšelyje-darželyje „Pilaitukas“ sveikatingumo ugdymas ir stiprinimas vyksta šiomis kryptimis:

1. Socialinis ir psichologinis vaikų saugumas.
2. Fizinis aktyvumas, organizmo grūdinimas.
3. Sveikas ir subalansuotas maistas.
4. Asmens higienos įgūdžių bei įpročių ugdymas.
5. Sveikatai palankios aplinkos kūrimas.

Atnaujintoje ikimokyklinio ugdymo programoje didelis dėmesys yra skiriamas vaikų sveikatos saugojimui ir stiprinimui, fizinio aktyvumo pasiekimo sritis yra išskiriama kaip viena iš pagrindinių programos sričių. Darželyje kiekvienais mokslo metais yra taikomas projektinio darbo metodas ir vykdomos projektinės veiklos, skirtos vaikų sveikos gyvensenos įgūdžių formavimui. Taip pat, formuojamas požiūris į sveikatą kaip fizinę, dvasinę ir socialinę asmens gerovę. Į savaitines vaikų veiklas yra integruojamos sveikos mitybos, saugaus elgesio namie ir buityje, asmens

higienos ir kitos temos. Mokykla prisijungia ir aktyviai dalyvauja įvairiose akcijose, projektuose, Europos sporto bei judumo savaitės renginiuose, minimos įvairios sveikatingumo dienos. Darželyje organizuojami prievartos, smurto ir patyčių prevencijai skirti renginiai.

Daug dėmesio skiriama įstaigos emocinio mikroklimato gerinimui, gerai ugdytinių psichologinei bei emocinei savijautai. Naujai atvykstančioms šeimoms yra organizuojami tėvų susirinkimai, kurių metu įstaigoje dirbantys švietimo pagalbos specialistai kalba apie vaikų adaptaciją, dienos ritmą, maitinimo organizavimą, sveikatos priežiūrą, socialinę ir emocinę vaikų sveikatą. Darželyje yra stipri švietimo pagalbos specialistų komanda. Logopedo pagalba teikiama vaikams, turintiems kalbos ir komunikavimo sutrikimų, psichologo pagalba teikiama vaikams ir šeimoms, patiriantiems psichologinių sunkumų, specialiojo pedagogo ir socialinio pedagogo pagalba teikiama vaikams, stokojantiems socialinių įgūdžių, savarankiškumo. Vilniaus lopšelis-darželis „Pilaitukas“, įsitraukdamas į sveikatą stiprinančių mokyklų tinklą, sieks visų bendruomenės narių sąmoningumo bei atsakomybės, rūpinimosi savo bei kitų sveikata.

Vilniaus lopšelyje-darželyje „Pilaitukas“ 2020-2025 m. įgyvendintos sveikatos stiprinimo veiklos

Veiklos sritis	Priemonės	Priemonės įgyvendinimo data	Dalyvių skaičius per metus	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys
Sveikos gyvensenos kaip visumos sampratos formavimas per projektinę veiklą.				
	<i>Darželio įgyvendinti projektai:</i> „Sveikatos šaly–pabūkim visi“ „Sportas mūsų sveikata, judam, krutam visada“ Aktyvus ir sveikas „Pilaituko vaikas“ <i>Dalyvavimas kitų įstaigų organizuojamuose projektuose:</i> Kauno l/d „Raudonkepuraitė“ emocinės raiškos ir jausmų projektas II „Jie mieli ir skirtingi, bet ne visi laimingi“	2020-2021 2021-2022 2022-2023 2020 - 2025 m.	300	Direktorės pav. ugdymui, grupių mokytojos.

	Kauno l/d „Ežiukas“ respublikinis ikimokyklinių ir priešmokyklinių įstaigų fizinio aktyvumo projektas „Pats judu ir kitą kviečiu“ Kauno lopšelio-darželio „Volungėlė“ respublikinis ikimokyklinių ir priešmokyklinių įstaigų projektas „Tolerancijos šviesa“ Kauno l/d „Ežiukas“ respublikinis ikimokyklinių ir priešmokyklinių įstaigų fizinio aktyvumo projektas „Pats judu ir kitą kviečiu“ Kauno švietimo inovacijų centro tarptautinis projektas „Sportuoju su pasaka“. Dalinomės atvira veikla „Pasivaikščiojimas miško takeliu“. Respublikinis projektas „Sveikata visus metus“			
Tiriamoji veikla – įstaigos veiklos kokybės įsivertinimas.				
	Įstaigoje atlikti tyrimai: 1. „Lopšelio-darželio „Pilaitukas“ vaikų emocinės savijautos ir jų tėvų pasitenkinimo darželyje teikiamomis paslaugomis tyrimas“ 2. „Nuotolinio ugdymo iššūkiai ir galimybės, integruojant, diferencijuojant bei individualizuojant ugdymo turinį“. 3. „Įstaigos darbuotojų emocinis mikroklimatas“. 4. „Tėvų ir pedagogų bendravimas ir bendradarbiavimas, siekiant ugdymo(si) kokybės“. 5. Vilniaus Universiteto tyrimas „Sąsajų tarp atliekamų fizinių pratimų tipų ir	2021-2022 2021-2022 2021-2022 2024 2024	300	Direktorės pav. ugdymui, tiriamosios veiklos darbo grupė, darželio psichologė.

	ikimokyklinukų vykdomųjų funkcijų bei savireguliacijos gebėjimų ištyrimas“ 6. „Vilniaus miesto ikimokyklinio ugdymo įstaigų personalo, mokinių tėvų patirčių ir savijautos stebėsenos duomenų rinkimo tyrimas“. 7. „Universalaus dizaino taikymas ikimokyklinio ugdymo įstaigoje“.	2025		
		2025		
Socialinis ir psichologinis vaikų saugumas.	<i>Veiklos, skatinančios bendruomenės narių sutelktumą, toleranciją, tarpusavio susitarimą, kultūringą bendravimą.</i> Šventiniai renginiai su vaikais ir šeima: Rugsėjo pirmosios šventė. Šeimos šventės. Bendruomenės šventės.			
	Išvykos: <i>Artimiausios aplinkos pažinimas:</i> Pilaitės miškas, Salotės ežeras, Beepart, Pilaitės malūnas, pasivaikščiojimai su eiguliu ir ornitologu. <i>Naujos aplinkos pažinimas:</i> Kairėnų Botanikos sodas, Kukurūzų labirintas, Pelėdų parkas, Elnių SPA, Naminių gyvulių ūkis, Neries regioninis parkas. <i>Išvykos saugumo tematika:</i> Saugaus eismo klasė, gaisrinė. <i>Išvykos sporto tematika:</i> „Sportuojantis vaikas“.	Kiekvieną rugsėjį Kiekvienais metais gegužės mėnesį ir pagal poreikį Visus metus pagal galimybes 2020–2025 m.	200	Direktorės pav. ugdymui, grupių mokytojos, meninio ugdymo mokytojos, darželio bendruomenė. Direktorės pav. ugdymui grupių mokytojos.

	Preveninių programų įgyvendinimas įstaigoje: Tarptautinės vaikų socialinių įgūdžių programos: „Zipio draugai“ ir „Kimochois“ Socialinių ir emocinių kompetencijų programa „Think Equal“. Socialinio emocinio ugdymo programa „Siautukai“.	Kiekvienais mokslo metais 2020–2025 m. 2025 m. 2024–2025 m.	80	Grupių mokytojos, psichologė.
	Įstaigoje dirbančių švietimo pagalbos specialistų įgyvendinamos veiklos: „Nurimstu ir save jaučiu“, „Tolerancijos vėjas“, „Nuspalvink pasaulį draugiškom spalvomis“, projektas „Fizinis aktyvumas - koordinacija ir pusiausvyra“, „Linksmos pėdutės“, „Mėnuo be patyčių“, „Tolerancijos miestelis“, „Aš esu ypatingas (-a)“,	2-3 kartus per metus 2025 m.	80	Psichologė, socialinė pedagogė, specialioji pedagogė.
	Viktorinos sveikatinimo temomis: Viktorina „Pojųčių kelionė į sveiko maisto šalį“; Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa: „Viktorina. Lietuvoje auginta! Sveikų skonių kelionė“; Respublikinis priešmokyklinio amžiaus ugdytinių konkursas-viktorina „Gyvenk sveikai“.	1 kartą per metus 2025 m. 2024–2025 m. 2023 m.	40	Grupių mokytojai, visuomenės sveikatos specialistė.

	Kino ir teatro dienos darželyje. Sferinis kinas. Gamintojų ir importuotojų asociacijos Gamtos ateitis virtualios realybės edukacija atliekų rūšiavimo tematika minint vaikų dieną.	2024 m.	200	Direktorės pav. ugdymui, grupių mokytojos, psichologė.
	Dalyvavimas veiksmo savaitėje „Be patyčių“. Mokytojų, tėvų švietimas, standiniai pranešimai, lankstinukai, veiklos ir renginiai, skirti smurto ir patyčių prevencijai.	Visus metus	300	Direktorės pav. ugdymui, grupių mokytojos, psichologės.
	Dalyvavimas įvairiose akcijose, skirtose tolerancijos, draugiškumo ugdymui: „Tolerancijos diena“, „Skirtingų kojinių šokis“.	Visus metus	100	Grupių mokytojos, psichologė, socialinė pedagogė, specialioji pedagogė.

	<i>Tėvų bei pedagogų švietimas:</i> Pedagogų dalyvavimas respublikinėje ikimokyklinio ugdymo konferencijoje „Nenustokime judėti“, organizatorius RIUKKPA; Vilniaus Universiteto tyrimo „Sąsają tarp atliekamų fizinių pratimų tipų ir ikimokyklinukų vykdomųjų funkcijų bei savireguliacijos gebėjimų ištyrimas“ pristatymas įstaigos bendruomenei ir tėvams; Seminarai: „Psichologinės sveikatos stiprinimas esant dideliui krūviui“; „Think Equal programos nuotoliniai ir gyvi mokymai“; Vilniaus PPT paskaitų ciklas „Ikimokyklinių ugdymo įstaigų pedagogų emocinio raštingumo svarba vaikų ugdymo procese“;	2020–2025 m.	20 – 30 dalyvių	Direktorės pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė.
--	--	--------------	-----------------	--

	Seminaras „Sveikatą stiprinančios mokyklos siekia gyventi sveikiau“; Seminaras „Kaip ugdyti vaiko emocinį intelektą?“; Konferencija „Uždegti, bet neperdegti! Socio-emocinės inovacijos švietime“; Konferencija Vilniaus Markučių lopšelio-darželio Respublikinėje ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo įstaigų metodinėje praktinėje konferencijoje „Pojūčių diagrama - tarp mokslo, meno ir patirties“; Lopšelis-darželis „Ežiukas“ fizinį aktyvumą skatinantis projektas „Pats judu ir kitą kviečiu“; VŠĮ Trakų švietimo centras „Elgesio-emocijų sutrikimai darželyje. Pozityvaus elgesio pritaikymo galimybės“; Higienos institutas „Sveikatą stiprinančios ir aktyvios mokyklos siekia gyventi sveikiau“; Švietimo pagalbos tarnyba „Vaikų pyktis – kaip jį valdyti ir padėti vaikams“; Visuomenės sveikatos specialistės parengti informaciniai pranešimai tėvams ir bendruomenei.			
Fizinis aktyvumas, organizmo grūdinimas	Veiklų, orientuotų į vaikų fizinį aktyvumą įvairiuose darželio renginiuose, skatinimas			
	Aktyvios veiklos ir renginiai darželyje: „Bėgimas su trispalve, „Nykštukų bėgimas, „Rieda ratai rateliukai, „Lietuvos mažųjų žaidynės, Orientacinės varžybos „Aš ir Tu – gamtos pažinimo link judame kartu“, projektas „Judu, sveikai gyvenu“, sporto veikla „Aktyvus koridorius“, Mažoji mylia, Pusiaužiemio sportinė	Visus metus 2020–2025 m.	200	Grupių mokytojos, fizinio lavinimo pedagogė, darželio bendruomenė.

	pramoga. Gautas Aktyvios mokyklos statusas.			
	Lauko žaidimų aikštelių įrenginių atnaujinimas ir pritaikymas vaikų poreikiui judėti. 2025 m. laimėtas projektas „neŠYLAM” darželio lauko erdvėje atsirado paspirtukų stovai ir kt.	2025 pavasaris		Dir. pavaduotoja ūkiui, dir. pavaduotojos ugdymui, IT specialistė.
	<i>Renginiai ir akcijos, minint kalendorines dienas bei šventes įstaigoje</i>			
	Vasaris – sveikatingumo mėnuo.	Kiekvienais metais	300	Grupių mokytojos, fizinio lavinimo mokytoja, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė.
	Balandis – švaros ir saugaus eismo mėnuo. Savo bei artimiausios aplinkos tvarkymas, išvykų, ekskursijų organizavimas.	Kiekvienais metais	300	Grupių mokytojos, sveikatos puoselėjimo darbo grupė, visuomenės sveikatos specialistė.
	Kovas – emocinio sąmoningumo didinimo mėnuo	Kiekvienais metais	300	Grupių mokytojos, sveikatos puoselėjimo darbo grupė, visuomenės sveikatos specialistė, švietimo pagalbos specialistai.
	Gegužė – šeimos mėnuo.	Kiekvienais metais	300	Grupių mokytojos, darželio bendruomenė.
	„Europos sveikos mitybos diena“	2021–2024 m. lapkričio mėnesį	300	Grupių mokytojos, visuomenės sveikatos specialistė.
	Pasaulinė psichikos sveikatos diena „Solidarumo bėgimas“.	2024–2025 m. spalio mėn.	300	Grupių mokytojos, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.
	Europos judumo savaitė.	2024–2025 m. rugsėjo mėn.	300	Grupių mokytojos, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.
Sveikas ir	<i>Pozityvaus požiūrio į sveikatą formavimas</i>			

subalansuotas maistas	Dalyvavimas respublikiniame projekte „Sveikatiada“, jos iššūkių bei idėjų įgyvendinimas; Lietuvos mokinių neformaliojo švietimo centro organizuojamas projektas „Sveikata visus metus“; Projektas „Augu saugus ir atsakingas“.	Kiekvienais metais, ištikus metus nuo 2020 iki 2025 m. rugsėjo mėn. 2021–2025 m.	300	Dir. pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, grupių mokytojos.
	Visuomenės sveikatos specialistės organizuojamos veiklos vaikams įvairiomis sveikatos stiprinimo temomis.	Kiekvieną mėnesį skirtingo amžiaus grupėms ne mažiau kaip keturios veiklos per mėnesį	300	Visuomenės sveikatos specialistė.
	Parodos: „Sveiki dantukai“, „Dovana sveikatą stiprinančiai mokyklai“, „Sveikas maistas – sveikas vaikas“.	2023–2025 m.		Visuomenės sveikatos specialistė, grupių mokytojos.
	Sveikatingumo renginiai: Solidarumo bėgimas, Europos judumo savaitė, Viktorina „Pojųčių kelionė į sveiko maisto šalį“, Vaiko diena „Pilaituke“, Vaidinimas vaikams „Obuolių pasaka“, „Sveikatingumo banga „Pilaituke“.	2023–2025 m.	300	Direktorė pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, grupių mokytojos.
<i>Dalyvavimas sveikų maisto produktų vartojimo programose:</i>				
	Pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa.	Nuo spalio iki birželio mėn. kiekvienais metais	Visiems vaikams	Maitinimo organizavimo specialistės, sandėlininkė.

	Vaisių ir daržovių vartojimo skatinimo programa.	Nuo spalio iki birželio mėn. kiekvienais metais	Visiems vaikams	Maitinimo organizavimo specialistė, sandėlininkė.
	<i>Maitinimo organizavimas pagal sveikos mitybos rekomendacijas:</i>			
	Valgiaraščio atnaujinimas ir suderinimas. Sveikos mitybos diegimas, kartu su šeimomis siekiant prasmingų pokyčių vaikų mitybos kultūroje. Šeimų informavimas apie pokyčius susirinkimų metu. Darbuotojų kvalifikacijos kėlimas sveikos mitybos ir maisto higienos klausimais.	Visus metus	300	Maitinimo organizavimo specialistė.
Asmens higienos įgūdžių ir įpročių ugdymas bei ekologinės savimonės formavimas	<i>Projektų bei akcijų, skirtų asmens higienos įgūdžių formavimui, įgyvendinimas įstaigoje</i>			
	Dalyvavimas visuomenės sveikatos biuro organizuojamame projekte „Graži šypsena“, Vilniaus visuomenės sveikatos biuro Burnos skalavimo vandeniu iniciatyvos įgyvendinimas darželyje, Vilniaus miesto įstaigų projekto organizavimas „Kartu su muzika keliaujame į švaros pasaulį“	2018–2019 metai Nuo 2024 m. įsitraukė 100% grupių 2024 m.	120	Direktorės pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, grupių mokytojos.
	Grupės projektų įgyvendinimas: Bitučių gr. projektai: „Sveikatos ABĖCĖLĖ“, „Gamtos vaikai“. Ežiukų gr. projektas: „Noriu būti sveikas“, Mėnuliukų gr. projektas „Augu didelis ir sveikas“; Kačiukų gr. projektai „Spalvotu takeliu į sveikatos šalį“;	2020–2025 m.		Direktorės pav. ugdymui, grupių mokytojos.

	Ančiukų gr. projektas „Sveika mityba“; Drugelių gr. Projektas „Aš ir tu pasportuokime kartu“; Peliukų gr. Projektas „Sveikas vaikas – laimingas vaikas“; Zuikučių gr. projektas“ „Mes sveiki, saugūs ir stiprūs“.			
--	---	--	--	--

SSGG ANALIZĖ

STIPRYBĖS	SILPNYBĖS
1. Vienas iš įstaigos prioritetų – sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas, sveiko gyvenimo būdo propagavimas, saugumo užtikrinimas. 2. Įstaigoje vykdomi metiniai projektai sutelkia visą bendruomenę bendrų sveikatinimo veiklų, idėjų įgyvendinimui darželyje. 3. Lopšelyje-darželyje veikia Vaiko gerovės komisija, kuri padeda spręsti įvairias problemas, taip pat ir susijusias su vaikų sveikata. 4. Stipri švietimo pagalbos specialistų komanda: 4 logopedai, socialinis pedagogas, 2 spec. pedagogai, psichologas. 5. Darželyje dirba fizinio lavinimo ir meninio ugdymo mokytojos, kurios aktyviai bendradarbiauja tarpusavyje ir dalyvauja įvairiuose sveikatinimo projektuose, organizuoja akcijas ir veiklas. Dietistė ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistė rūpinasi vaikų sveikata ir sveika mityba. 6. Darželyje aktyviai veikia Sveikatos puoselėjimo darbo grupė, kuri yra atsakinga už sveikatinimo veiklų organizavimą bei įgyvendinimą. 7. Įstaigoje sėkmingai įgyvendinamos socialinių-emocinių įgūdžių stiprinimo programos – „Zipio“ draugai, „Siautukai“, „Kimochis“, „Think Equal“. 8. Į grupių veiklų ugdymą integruotos civilinės saugos, priešgaisrinės saugos ir saugaus eismo valandėlės.	1. Darželio filialas neturi atskiros žaidimų aikštelės. 2. Kai kurių tėvų abejingas požiūris į užkrečiamų ligų prevenciją bei nenoras gydytis namuose skatina ligų plitimą. 3. Iššūkiai, su kuriais susiduria pedagogai, bendradarbiaudami su ugdytinių, turinčių elgesio, emocijų, mokymosi sunkumų, tėvais. 4. Tėvų nenoras pripažinti vaiko sunkumus apsunkina savalaikės pagalbos teikimą. 5. Remiantis 2025 m. atlikto tyrimo „Universalaus dizaino taikymas ikimokyklinio ugdymo įstaigoje“ rezultatais pedagogai teigia, kad reikėtų tobulinti fizinę aplinką: trūksta sensorinių zonų, judėjimo kampelių, transformuojamų baldų. 6. Nepakankamas tėvų aktyvumas dalyvaujant įvairiuose renginiuose, parodose dėl laiko stokos. 7. Covid-19 pandemijos metu visos veiklos buvo apribotos.

9. Vaikai ir mokytojai dalyvauja įvairiuose konkursuose ir renginiuose, skirtuose sveikos gyvensenos, socialinių, emocinių įgūdžių įtvirtinimui. 7. Skatinamas vaikų ir darbuotojų fizinis aktyvumas organizuojant įvairius sporto renginius. 8. Renginiais ir akcijomis minimos įvairios įsimintinos kalendorinės dienos (Europos sveikos mitybos diena, Europos sporto ir judumo savaitės, pasaulinė sveikatos diena ir kitos). 9. Lopšelyje-darželyje žaidimo aikštelės yra atnaujintos, atitinka standartus. Kiekvienais metais yra atliekama žaidimo aikštelių patikra. Vaikų saugumo užtikrinimui įdiegta kortelinė ir kodinė (filialai) praėjimo sistema, lauko teritorija stebima vaizdo kameromis. 10. Yra įkurtos lauko bei vidaus edukacinės erdvės (priedas Nr. 5). 11. Darželyje organizuojami bendruomenės renginiai, skirti fizinio aktyvumo skatinimui. 12. Darželyje sėkmingai integruojami specialiųjų ugdymosi poreikių turintys vaikai. Remiantis 2025 m. atliktu tyrimu „Universalaus dizaino taikymas ikimokyklinio ugdymo įstaigoje“ rezultatais apie 70 proc. pedagogų teigia, kad yra pasiruošę taikyti UDM principus. 13. Remiantis 2024 m. atliktu tyrimu „Tėvų ir pedagogų bendravimas ir bendradarbiavimas, siekiant ugdymo(si) kokybės“ galima teigti, kad tėvai labiau akcentuoja emocinio mikroklimato reikšmę, o pedagogai labiau vertina glaudų bendradarbiavimą su šeimomis. 14. Vadovaujantis 2025 m. EDU Vilnius „Vilniaus miesto ikimokyklinio ugdymo įstaigų personalo, mokinių tėvų patirčių ir savijautos stebėsenos duomenų rinkimo“ tyrimo rezultatais pedagogai ir tėvai yra patenkinti darželio aplinka – ji saugi, jauki ir pritaikyta vaikų poreikiams.	
GALIMYBĖS	GRĖSMĖS
1. Toliau tęsti jau vykdomus sveikatingumo projektus (sporto renginius, akcijas, veiklas, skirtas įsimintinoms kalendorinėms datoms paminėti, dalyvavimą įvairiuose respublikiniuose ir miesto renginiuose). 2. Administracijos, mokytojų, švietimo pagalbos specialistų ir tėvų	1. Didėjant švietimo pagalbos specialistų komandai, atsiranda grėsmė dėl patalpų trūkumo. 2. Didėjant nemiegančių vaikų skaičiui ugdymo įstaigoje reikės keisti veiklos struktūrą.

glaudus bendradarbiavimas sprendžiant vaikų adaptacijos, fizinio aktyvumo, sveikatingumo ugdymo problemas. 3. Atsižvelgiant į įstaigos finansines galimybes, kurti naujas ir pildyti įkurtas edukacines erdves naujomis priemonėmis. 5. Palaikyti konstruktyvius santykius su socialiniais partneriais, siekiant vaikų gerovės. 6. Kurti sveikatinimo zonas lauko žaidimų erdvėje. 7. Ateityje modernizuoti žaidimų aikšteles, įrengti papildomas poilsio erdves.	
--	--

III. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS TIKSLAS IR PRIORITETA **TIKSLAS**

Formuoti Vilniaus lopšelio-darželio „Pilaitukas“ bendruomenės narių sąmoningumą sveikatos stiprinimo srityje, ugdant sėkmingai besimokantį, ieškančią ir atrandantį vaiką.

PRIORITETA

1. Įstaigoje vykdomų projektų sveikatinimo temomis įgyvendinimas.
2. Ugdymo veiklos grupėse (teminės valandėlės, pokalbiai, akcijos, viktorinos, renginiai ir pan.)
3. Sveikatingumo veiklų plėtojimas lauke (pėsčiųjų žygiai, orientacinės užduotys, judrieji žaidimai, sporto šventės ir pan.).
4. Pedagogų ir specialistų veikla: darbo grupės, atsakingos už sveikatinimo veiklų plėtojimą; sveikatingumo renginiai; vaiko gerovės komisijos veikla.
5. Dalyvavimas savivaldybės finansuojamuose projektuose siekiant gerinti darželio lauko bei vidaus aplinką, skatinti tvarų gyvenimo būdą bei darnų judėjimą.

IV. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS UŽDAVINIAI, PRIEMONĖS, LAUKIAMIE REZULTATAI IR JŲ VERTINIMO RODIKLIAI

UŽDAVINIAI

1. Skatinti darželio bendruomenės narių sąmoningumą ir žinias apie sveiką gyvenseną.
2. Kurti saugią ir pagarbią bei emocinę gerovę skatinančią aplinką, kurioje būtų pripažįstama vaiko nuomonė ir tenkinami jo poreikiai.
3. Ugdyti pozityvius tarpusavio santykius, kurie prisideda prie visų bendruomenės narių psichologinės gerovės.

LAUKIAMIE REZULTATAI

1. Įgyvendintos veiklos ugdys bendruomenės narių sveikatos kultūrą, atsakomybę ir bendradarbiavimą rūpinantis fizine bei emocine gerove.
2. Įstaigos aplinka taps palankesnė fiziniam aktyvumui ir bendruomeniškumui – bus įrengtos, atnaujintos ar pritaikytos vidaus ir lauko erdvės judėjimui, žaidimams ir bendravimui.
3. Sveikatą stiprinančios veiklos skatins vaikų gerovę ir bendruomenės sutelktumą.

PRIEMONIŲ PLANAS

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

TIKSLAS – siekiama užtikrinti sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos planavimą ir įgyvendinimą

Rodiklis	Priemonės	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys
<i>1 uždavinys. Mokykloje sudaryti sveikatos stiprinimo veiklą organizuojančią grupę, į kurios sudėtį įeitų mokyklos ir vietos bendruomenės nariai.</i>			
1.1 Sveikatos ugdymo organizavimo grupės sudarymas	Už programos koordinavimą ir vykdymą atsakinga 2025 m. spalio 16 d. įsakymu Nr. V-74 sudaryta sveikatos stiprinimo programos kūrimo darbo grupė.	2025 m. spalio	Direktorės pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, sveikatos stiprinimo programos kūrimo darbo grupė.
	Už programos koordinavimą paskirtas sveikatą stiprinančios mokyklos programos kūrimą darbo grupės pirmininkas, koordinuojantis grupės veiklą.	2025 m. spalio	Grupės pirmininkas visuomenės sveikatos specialistė.
	Mokykloje veikia sveikatos puoselėjimo darbo grupė, kuri atsakinga už sveikatą stiprinančių veiklų organizavimą ir koordinavimą. Sveikatos puoselėjimo darbo grupė tvirtinama įsakymu kiekvienais metais.	2025–2030 m.	Grupės pirmininkas, sveikatos puoselėjimo darbo grupė.
	Už sveikatą stiprinančių veiklų organizavimą ir koordinavimą paskirtas sveikatą puoselėjančios darbo grupės pirmininkas, koordinuojantis grupės veiklą.	2025–2030 m.	Direktorės pav. ugdymui, grupės pirmininkas.
<i>2 uždavinys. Numatyti sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimą</i>			
1.2. Sveikatos stiprinimo veiklų ir jų rezultatų vertinimas	Sudaryti planuojamų renginių veiklos planą, organizuoti darbo grupės susirinkimus numatytiems renginiams aptarti. Mokslo metų pabaigoje atlikti veiklos įsivertinimą ir numatyti gaires kitiems mokslo metams.	Visus metus pagal poreikį	Sveikatos puoselėjimo darbo grupė.
	Parengti anketas bendruomenei, kuriose bus pateikti klausimai apie sveikatos stiprinimo veiklas, pasiūlymai jų gerinimui, tobulinimui.	Vieną kartą per metus	Visuomenės sveikatos specialistė, sveikatos puoselėjimo darbo grupės nariai.

2 veiklos sritis. PSICHOSOCIALINĖ APLINKA

Tikslas - siekiama plėtoti gerus mokyklos bendruomenės narių tarpusavio santykius

Rodiklis	Priemonės	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys
<i>1 uždavinys. Kurti ir puoselėti gerus bendruomenės narių tarpusavio santykius.</i>			
2.1. Lopšelio-darželio bendruomenės gerų tarpusavio santykių kūrimas ir puoselėjimas.	Kartu su švietimo pagalbos bei visuomenės sveikatos priežiūros specialistais organizuoti bendrus įvadinčius darželio susirinkimus naujai atvykstančioms šeimoms. Švietimo pagalbos specialistai teiks rekomendacijas dėl sėkmingos adaptacijos, teigiamo emocinio mikroklimato kūrimo grupėje. Visuomenės sveikatos specialistė atsakys į klausimus dėl maitinimo, alergijų ir pakalbės apie užkrečiamųjų ligų prevenciją. Organizuoti grupės tėvų susirinkimus, formuojančius bendruomeniškumą, draugiškumą, toleranciją, pasitikėjimą vieni kitais.	Kiekvienais metais rugsėjo – spalio mėn.	Direktorė, direktorės pav. ugdymui, švietimo pagalbos specialistai, visuomenės sveikatos specialistė, grupių mokytojos.
	Organizuoti bendruomeniškumą skatinančius renginius (rugsėjo pirmosios šventė, profesinė mokytojų diena, atvirų durų dienos, kultūrinės-pažintinės išvykos, minėjimai, bendruomenės šventė, piknikai gryname ore, akcijos, parodos ir kt.).	Pagal poreikį	Direktorė, direktorės pav. ugdymui, švietimo pagalbos specialistai, visuomenės sveikatos specialistė, grupių mokytojos.
	Teikti konsultacijas pedagogams, ugdytiniais, tėvams švietimo pagalbos klausimais. Organizuoti bendrus susitikimus su kitomis ugdymo įstaigomis sveikatos puoselėjimo, vaikų, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, klausimams aptarti.	Posėdžiai vyksta mažiausiai 2-3 kartus per pusmetį	Vaiko gerovės komisijos nariai pagal poreikį, ugdymo įstaigų pedagogai bei švietimo pagalbos specialistai, visuomenės sveikatos specialistė.
2.2. Sudarytos galimybės visiems mokyklos bendruomenės nariams dalyvauti vykdant sveikatos stiprinimo programą	Kurti lanksčius edukacinius kontekstus, orientuotus į sveikatos stiprinimą ir fizinio aktyvumo skatinimą. Fizinio lavinimo mokytoja inicijuoja dalyvavimą įvairiose akcijose, projektuose, propaguojančiuose fizinį aktyvumą ir sveiką gyvenseną. Grupių mokytojos organizuoja vaikams grupių temines valandėles, skirtas bendravimo, tolerancijos,	Visus metus	Grupių mokytojos, psichologė, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.

	draugiškumo problemoms spręsti. Teikti individualią pagalbą vaikams, patiriantiems sunkumų įsiliejant į kolektyvą, prisitaikant prie grupės gyvenimo. Padėti socializuotis vaikams, turintiems specialiųjų ugdymosi poreikių. Visuomenės sveikatos specialistė organizuoja veiklas, orientuotas į ligų prevenciją, sveiką mitybą, aktyvų gyvenimo būdą, emocinę sveikatą, žalingų įpročių prevenciją.		
2.3. Numatytas smurto mažinimas	Toliau dalyvauti socialinių-emocinių įgūdžių stiprinimo programose: „Kimochis“, „Zipio draugai“, „Siautukai“, „Think Equal“. Dalyvauti „Ankstyvojo ugdymo užtikrinimas vaikams iš socialinę riziką patiriančių šeimų“ projekte. Šeimoms, dalyvaujančioms šiame projekte yra kompensuojamas mokestis už ugdymą bei maitinimą, skiriamos lėšos, susijusios su vaiko ugdymo integracija ir socializacija (individualių ugdymo priemonių įsigijimui).	Visus metus	Grupių mokytojos.

3 veiklos sritis. **FIZINĖ APLINKA**

TIKSLAS – Kurti saugią, sveiką, higienos reikalavimus atitinkančią ugdymo įstaigos aplinką.

Rodiklis	Priemonės	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys
<i>1 uždavinys. Kurti saugią ir sveiką aplinką</i>			
3.1. Lopšelio-darželio teritorijos ir patalpų priežiūros užtikrinimas bei aplinkos modernizavimas.	Užtikrinti reikiamą patalpų valymą, vėdinimą ir saugą, aprūpinti higienos priemonėmis visas grupes.	Kiekvieną savaitę	Direktoriaus pav. ūkio reikalams.
	Atlikti įstaigos aplinkos ir ugdymo proceso atitikties bendriesiems saugos reikalavimams vertinimą ir pastabas pateikti direktorei.	3 kartus per metus	Visuomenės sveikatos specialistė, direktoriaus pav. ūkio reikalams.
	Pagal galimybes naujinti ir renovuoti lopšelio-darželio bendras patalpas, grupių erdves, prižiūrėti atnaujintas žaidimo aikšteles, vykdyti žaidimų aikštelių patikrą, pritaikyti lauko pavėsines veikloms pagal metų laikus, vykdyti užsiėmimus naujai įkurtoje lauko klasėje ir žaliosiose edukacinėse erdvėse.	Esant finansinėms galimybėms	Direktorė, direktoriaus pav. ūkio reikalams, grupių mokytojos.
	Laimėto projekto „neŠYLAM“ lėšomis, siekiant paskatinti darnų ir tvarų judėjimą į darželį įkurti papildomus paspirtukų ir dviračių stovus. Programą administruoja Vilniaus miesto savivaldybės įsteigta VšĮ „Neutralus klimatui Vilnius“.	2025 m. iki gruodžio mėn.	Direktorės pav. ugdymui, IT specialistė.
<i>2 uždavinys. Užtikrinti, kad lopšelyje-darželyje vykstantys renginiai ir veiklos skatintų bendruomenės narių fizinį aktyvumą</i>			
3.2. Lopšelio-darželio bendruomenės narių fizinio aktyvumo skatinimas lauko ir vidaus erdvėse.	Organizuoti veiklas vidaus ir lauko erdvėse pagal projekto keliamus iššūkius. Tęsti dalyvavimą „Lietuvos Mažųjų žaidynių“ projekte, kuris orientuotas į ikimokyklinio amžiaus vaikų fizinio aktyvumo skatinimą. Tęsti dalyvavimą Lietuvos ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo įstaigų projekte „Futboliukas“. Tapti respublikinės ikimokyklinio ugdymo įstaigų kūno	Visus metus	Direktorės pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.

kultūros pedagogų asociacijos „RIUKKPA“ nariu ir vykdyti numatytas veiklas.		
Organizuoti masinio bėgimo („Nykštukų bėgimas“, Pingvinų ėjimas, Solidarumo bėgimas ir kt.) ir ėjimo pėsčiomis renginius („Diena be automobilio“, žygiai į gamtą), orientacinius žaidimus, vandens pramogas lauke bei grupėse.	Visus metus	Direktorės pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.
Organizuoti įvairias sveikatinimo veiklas lauke įrengtame S. Kneipo sveikatinimo take, lavinant vaikų pojūčius ir stiprinant pėdų sveikatą. Lauko sporto aikštelėje organizuoti fizinio ugdymo užsiėmimus vaikams.	Šiltesniojo sezono metu pagal tinkamas oro sąlygas	Direktorės pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.
Organizuoti kasdienes ryto mankštas „Nei dienos be mankštos“. Grupinių mankštų organizavimas sporto salėje bei lauke. Sportinė veikla darželio koridoriuose „Aktyvus koridorius“. Organizuoti „Sąmoningumo savaitę“ darželyje vaikams ir darbuotojams.	Šiltesniojo sezono metu pagal tinkamas oro sąlygas Kiekvienais metais lapkričio mėnesį	Fizinio ugdymo mokytoja, grupių mokytojos.
Organizuoti ir įgyvendinti Europos judumo savaitę skirtus renginius.	Kiekvienais metais rugsėjo mėn.	Visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.
Skelbti vasarį – sveikatingumo mėnesiu ir vykdyti įvairias fizinį aktyvumą ir sveikatingumą skatinančias veiklas.	Kiekvienais metais vasario mėn.	Sveikatos puoselėjimo darbo grupė, švietimo pagalbos specialistai, grupės mokytojos.
Kovo mėnesį skelbti emocinio sąmoningumo didinimo mėnesiu, organizuojant socialinio-emocinio igūdžių stiprinimo veiklas. Organizuoti „Sąmoningumo savaitę“ darželyje vaikams ir darbuotojams.	Kiekvienais metais kovo mėn.	Sveikatos puoselėjimo darbo grupė, švietimo pagalbos specialistai, grupės mokytojos.
Balandžio mėnesį skelbti švaros ir saugaus eisimo mėnesiu, organizuojant tvarumo ir saugaus judėjimo veiklas.	Kiekvienais metais balandžio mėn.	Sveikatos puoselėjimo darbo grupė, grupės mokytojos.
Siekdami ugdyti vaikų socialinę kompetenciją, empatiją ir pagarbą žmogaus įvairovei, darželyje	Kiekvienais metais	Grupės mokytojos, švietimo pagalbos specialistai, visuomenės sveikatos

	minėsime įvairias socialinio sąmoningumo ir atjautos dienas, pvz.: Pasaulinė Dauno sindromo diena, Baltosios lazdelės diena, Autizmo supratimo diena ir kitas.		priežiūros specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.
3.3 Vaikų sveikatai palankaus meniu formavimas.	Toliau diegti įstaigoje sveikos mitybos pradmenis. Diegiamas dalinis švediškąs maitinimas vyresnio amžiaus ir priešmokyklinėse grupėse. Teikiama informacija tėvams apie lopšelio-darželio meniu papildymą sveiko maisto patiekalais. Dalyvavimas pieno produktų, vaisių bei daržovių vartojimo skatinimo programose. Darbuotojų kvalifikacijos kėlimas sveikos mitybos ir maisto higienos klausimais.	Visus metus	Visuomenės sveikatos specialistė, maitinimo organizavimo specialistė.
	Naudojantis grupės inventoriumi (kokteilinės, trintuvai) gaminti sveikuoliškus užkandžius, plakti kokteilius.	Visus metus	Grupės mokytojos.
	Atlikti valgiaraščio ir ugdytinių maitinimo atitikties vertinimą. Su paslaugos tiekėjais aptarti vaikų maitinimo rekomendacijas ir naujienas. Pagal poreikį atnaujinti perspektyvinius valgiaraščius.	Kartą per savaitę Pagal poreikį.	Visuomenės sveikatos specialistė, maitinimo organizavimo specialistė.
3.4. Vanduo – mūsų sveikatos garantas. Užtikrinti, kad tinkamos kokybės geriamasis vanduo būtų prieinamas vaikams ir darbuotojams kiekvieną dieną.	Pasirūpinti, kad visose grupėse vaikai turėtų geros kokybės, filtruoto geriamojo vandens. Kontroliuoti, kad grupėse, grupių virtuvėlėse ir medicinos kabinete nuolat būtų šilto vandentiekio vandens. Siekiant padidinti vaikų išgeriamo vandens kiekį, skatinti vaikus atsinešti asmenines gertuves. Kas du metus atlikti vandens kokybės tyrimus.	Visus metus	Direktorius pav. ūkio reikalams, maitinimo organizavimo specialistė.
3.5. Stalo etiketo mokymasis	Ugdyti kasdienius gyvenimo įgūdžius, mokyti vaikus stalo etiketo.		Grupių mokytojos, visuomenės sveikatos specialistė.

4-a veiklos sritis. ŽMOGIŠKIEJI IR MATERIALINIAI IŠTEKLIAI

TIKSLAS – Sutelkti išteklius sveikatos stiprinimui ir sveikatos ugdymui.

Rodiklis	Priemonės	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys
<i>1 uždavinys. Sutelkti lopšelio-darželio bendruomenės narius sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo klausimais</i>			
4.1. Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų kvalifikacijos tobulinimas sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo klausimais.	Kaupti, sisteminti bei dalintis informacija aktualiais, sveikatos stiprinimo klausimais. Dalyvauti kvalifikaciją sveikatingumo tema keliančiuose seminaruose ir konferencijose. Organizuoti pilietinio pasipriešinimo mokymus įstaigos darbuotojams. Fizinio lavinimo mokytojos vedami užsiėmimai pedagogams: sąmoningas valgymas, Mindfulness praktikos, žaidimai dėmesingumui lavinti ir komandos formavimui.	Esant galimybei 2025 m. ir pagal galimybes visos programos metu	Visuomenės sveikatos specialistė ir visa darželio bendruomenė, pav. ūkio reikalams.
4.2. Kitų lopšelio-darželio bendruomenės narių įtraukimas į sveikatos ugdymo ir stiprinimo programą.	Grupių tėvų bendruomenės įtraukimas į sveikatos ugdymo ir stiprinimo programą, kviečiant juos dalyvauti sveikatingumo renginiuose ir veiklose.	Metų eigoje pagal numatytą renginių planą	Visuomenės sveikatos specialistė ir visa darželio bendruomenė.
	Tėvų susirinkimų ar individualių konsultacijų metu pateikti informaciją tėvams apie subalansuotos mitybos svarbą vaikams bei sveikos gyvensenos pagrindų skiepimą.	Kelis kartus per metus	Grupių mokytojos, visuomenės sveikatos specialistė, maitinimo organizavimo specialistė.
	Pakviesti tėvelius organizuoti grupėse edukacines veiklas, orientuotas į sveiką gyvenimo būdą, kasdieninį fizinį aktyvumą, higienos įgūdžių ugdymą.	Visus metus	Grupių mokytojos
	Vykdyti apklausas bei atlikti tėvų nuomonės tyrimus apie darželio teikiamą maistą.	Pagal poreikį	Tiriamosios veiklos darbo grupė.
<i>2 uždavinys. Gausinti ir racionaliai naudoti materialinius išteklius</i>			
4.3. Metodiniai leidiniai ir aplankalai sveikatingumo ugdymo tema, kitos priemonės.	Pildyti darželio bibliotekos skyrių „Mūsų sveikata“ metodine medžiaga bei priemonėmis, skirtomis sveikatos stiprinimo veikloms vykdyti. Įsigyti naujų priemonių, leidinių, žaidimų vaikams, propaguojančių ir skatinančių sveikos gyvensenos principus.	Visus metus	Grupės mokytojos, švietimo pagalbos specialistai, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.

4.4. Bendradarbiavimas su socialiniais partneriais.	Tęsti dalyvavimą Vilniaus visuomenės sveikatos biuro iniciatyvose bei projektuose „Graži šypsena“, „Valau ir skalauju dantukus kiekvieną dieną“, „Žarnyno infekcinės ligos“. Organizuoti teatralizuotus pasirodymus įstaigoje, pvz. spektaklius sveikatingumo tematika. Mokyti vaikus apie mitybos svarbą per šokius, žaidimus ir interaktyvias veiklas: užsakyti spektaklius sveikatingumo tematika pvz. Šeimos erdvė „Cukrelis ir grūdelis“, MB Mažųjų ugdymas „Apie medų ir bites“, „Duonos kepimas“, „Daržoviukai“, „Pažinkime druską“ ir kt. Bendrų sportinių renginių, viktorinų, skatinančių sveiką gyvenseną, organizavimas su kitomis ikimokyklinio ugdymo įstaigomis.	Visus metus	Direktorės pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja, sveikatos puoselėjimo darbo grupė.
Bendradarbiavimas tarp grupių vaikų.	Vykdyti tarpgrupinius projektus, viktorinas, akcijas, sveikatinimo temomis, akcentuojančius rūpinimąsi kitais, pagalbos teikimą. Pvz. „Vaišinu draugą sveikuoliškais saldumynais“, „Sveikuoliškų priešpiečių diena“. Veiklų organizavimas darželio edukacinėje erdvėje „Linksmojoje kepyklėlėje“.	Pagal poreikį	Direktorės pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.

5-a veiklos sritis. **SVEIKATOS UGDYMAS TIKSLAS** – užtikrinti sveikatos ugdymo kokybę.

Rodiklis	Priemonės	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys
<i>Uždavinys. Plėtoti sveikatos ugdymo veiklas, siekti jų kokybės</i>			
5.1. Sveikatos ugdymo temos yra įtrauktos į grupių planus, metodinės grupės programą, įstaigos metinės veiklos planą.	Į grupių ugdomosios veiklos turinį ir toliau bus integruojamos civilinė ir priešgaisrinė sauga, saugus eismas, nelaimingų atsitikimų, traumų prevencijos temos, žalingų įpročių temos. Organizuojamos išvykos į saugaus eismo klasę, į gaisrinę. Kiekvienais metais yra rengiamos mokomosios evakuacijos pratybos vaikams.	Visus metus pagal poreikį	Direktorės pav. pav. ūkio reikalams, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.
	Įstaigoje yra parengta ir patvirtinta lopšelio-darželio „Pilaitukas“ „Vaikų patyčių ir smurto prevencijos ir intervencijos programa“ ir „Krizių valdymo tvarkos aprašas“. Į ugdymo turinį integruojamos temos apie patyčias, žalingus įpročius. Kiekvienais metais kovo mėnuo yra skelbiamas emocinio sąmoningumo didinimo mėnesiu. Vadovaujantis „Žmogaus saugos bendraja programa“ į ugdymo turinį integruojamos temos: • „Rūpinimasis savo saugumu ir sveikata“, • „Elgesys su nepažįstamais žmonėmis“, • „Saugus elgesys buityje ir gamtoje“, • „Pirmoji pagalba“, • „Pavojai gamtoje ir mus supančioje aplinkoje“, • „Aš saugus kelyje“,	Visus metus	Direktorės pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja, darželio švietimo pagalbos specialistai.
	Teatralizuota veikla sveikatingumo tematika: kvieštų profesionalių aktorių, kolektyvų, pedagogų, tėvų ir vaikų kuriami spektakliai.	2-3 kartus per metus	Direktorės pav. ugdymui, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.

5.2. Sveikatos ugdymas įtrauktas į kūno kultūros užsiėmimų planus, papildomo ugdymo veiklų tvarkaraščius.	Fizinio lavinimo užsiėmimų metu vaikai lavina fizinius gebėjimus, ištvermę, koordinaciją, užsiėmimuose ugdomos fizinio aktyvumo nuostatos, sistemingo fizinio aktyvumo įpročiai. Darželyje vyksta „Sostinės krepšinio mokyklos“ organizuojami krepšinio užsiėmimai ir taip pat dalyvaujame projekte „Futboliukas“.	Visus metus	Fizinio lavinimo mokytoja ir būrelių vadovai.
5.3. Kitos plėtojamos lopšelyje-darželyje sveikatos ugdymo kryptys: sveikos mitybos ugdymas ir maitinimo organizavimo tobulinimas, fizinio aktyvumo skatinimas, sveikos aplinkos kūrimas, užkrečiamųjų ligų profilaktika ir asmens higiena, traumų ir susižalojimų prevencija, psichikos sveikatos stiprinimas ir kt.	Paskaitos, pranešimai, standai, lankstinukai, plakatai, mokomieji žaidimai ir pamokos grupėse. <i>Sveikos mitybos ugdymas ir maitinimo organizavimo tobulinimas</i>: teikiamos rekomendacijos dalinio švediško stalo principo diegimui vyresnio amžiaus grupėse ir maisto švaistymo mažinimo priemonių įgyvendinimo tema. Interaktyvūs užsiėmimai vaikams „Sveikos mitybos lėkštė“, „Sveikos mitybos piramidė“, „Valgymo etiketas“. <i>Fizinio aktyvumo skatinimas</i>: sveikatos ugdymo veiklos apie taisyklingą laikyseną, plokščiapėdystės prevenciją. Vykdomos įvairios fizinį aktyvumą skatinančios veiklos „Judri vasara“, „Pėdučių mankšta“ ir kt. grupėse ir lauke. Aktyvus dalyvavimas sporto projektuose. <i>Sveikos aplinkos kūrimas</i>: sveikatos ugdymo veiklos pedagogams apie ergonomiką. Informacinė medžiaga triukšmo, jo poveikio sveikatai tema bendruomenei ir tėvams. Platinama informacinė medžiaga apie atliekų rūšiavimą. Vedamos sveikatos ugdymo veiklos apie oro ir vandens taršą. Teikiamos rekomendacijos tėvams apie vaikų aprangą žiemos metu. Balandis skelbiamas švaros mėnesiu ir skatinamos įvairios veiklos, skirtos sveikos aplinkos kūrimui, organizavimui bei vykdymui. Skatinamas atliekų rūšiavimas naudojant turimus konteinerius. Grupėms nupirkto atliekų rūšiavimo dėžės.	Visus metus per mėnesį po 3-4 priemonės	Direktorės pav. ugdymui, grupių auklėtojos, visuomenės sveikatos specialistė, psichologė, fizinio lavinimo mokytoja, maitinimo organizavimo specialistė.

	<i>Asmens higiena ir užkrečiamųjų ligų prevencija:</i> Teikiamos rekomendacijos apie užkrečiamųjų ligų plitimo profilaktikos priemones. Nuolat vykdoma pedikuliozės prevencija ir suteikiama reikiama informacija pedagogams ir tėvams. Darželio bendruomenei vedamos sveikatos ugdymo veiklos apie atsakingą antibiotikų vartojimą. Parengiami pranešimai tėvams apie erkes ir jų platinamas ligas. Vykdomas nuolatinis vaikų higienos mokymas. Veiklos „Bakterijų tramdytojai“ metu akcentuojama rankų higiena, pamokose „Graži šypsena“, „Mūsų sveiki dantukai“ kalbama apie burnos higienos svarbą, mokoma burnos higienos pagrindų. <i>Traumų ir sužalojimų prevencija:</i> Teikiamas ir koordinuojamas pirmos pagalbos teikimas. Nuolatos pagal poreikį peržiūrimos ir atnaujinamos pirmosios pagalbos vaistinė. Nuolatos atnaujinamos žinios pirmos pagalbos teikimo tema. Vedamos sveikatos ugdymo veiklos apie saugų elgesį prie vandens telkinių vasarą ir žiemą. Vykdomos sveikatos ugdymo veiklos pedagogams ir vaikams apie traumų ir sužalojimų prevenciją. Pranešimas tėvams „Saugi namų aplinka vaikams“. <i>Psichikos sveikatos stiprinimas:</i> Organizuojamos sveikatos ugdymo veiklos emocinio raštingumo stiprinimo, patyčių prevencijos, tolerancijos temomis „Suprantu savo ir kitų jausmus“, „Skruzdėlytė Zizi“, „Burbulų karalystė“, „Mano draugas“. Sveikatos ugdymo veiklos apie pykčio valdymą. Pranešimai tėvams „Informacinių technologijų įtaką sveikatai“. Vykdomos sveikatos ugdymo veiklos apie psichoaktyvias medžiagas ir jų poveikį sveikatai. Organizuojamos sveikatos ugdymo veiklos apie saugų elgesį su vaistais. Minima Europos sveikos mitybos diena. Grupėse vykdomos aktyvios veiklos sveikos mitybos tema. Vaiko tėvus (globėjus) konsultuoti dėl sveikatos stiprinimo ir saugos poreikių.	Visus mokslo metus	Visuomenės sveikatos specialistė.
--	---	--------------------	-----------------------------------

6-a veiklos sritis. SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS VEIKLOS SKLAIDA IR TĘSTINUMO LAIDAVIMAS

TIKSLAS – skleisti sveikatą stiprinančios mokyklos patirtį vietos bendruomenei

Rodiklis	Priemonės	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys
<i>1 uždavinys. Užtikrinti sveikatą stiprinančios mokyklos sampratos ir sveikatos stiprinimo veiklos patirties sklaidą.</i>			
6.1. Sveikatingumo veiklą bei renginių sklaidą lopšelyje-darželyje.	Skelbti informaciją apie sveikatingumo veiklas bei sveikatai palankios gyvensenos rekomendacijas tėvų grupėse ir forumuose, darželio internetinėje svetainėje https://www.darzelispilaitukas.lt/ , Facebook grupėje https://www.facebook.com/darzelispilaitukas/?locale=lt_LT , darželio elektroniniame dienyne ELIIS https://eliis.eu/	Visus mokslo metus	Direktorės pav. ugdymui, IT specialistė, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.
<i>2 uždavinys. Užtikrinti sveikatą stiprinančios mokyklos sampratos ir sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos patirties sklaidą už įstaigos ribų.</i>			
6.2. Sveikatą stiprinančios mokyklos patirties pavyzdžių sklaidą už lopšelio-darželio ribų.	Apie sveikatingumo renginius pasidalinti informacija įstaigos internetinėje svetainėje https://www.darzelispilaitukas.lt/ , Facebook grupėje https://www.facebook.com/darzelispilaitukas/?locale=lt_LT , darželio elektroniniame dienyne ELIIS https://eliis.eu/	Visus mokslo metus	Direktorės pav. ugdymui, IT specialistė, visuomenės sveikatos specialistė, fizinio lavinimo mokytoja.

V. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO VERTINIMAS

Programos įgyvendinimas bus vertinamas vadovaujantis metodinėmis rekomendacijomis „Sveikatą stiprinančių mokyklų veiklos vertinimo rodikliai ir jų taikymas ikimokyklinio ugdymo mokyklose“, Vilnius, 2017. Reguliariuose susirinkimuose bus pristatomos programos vykdymo ataskaitos. Kartą metuose organizuojamas kurios nors veiklos srities įsivertinimas. Vertinimo išvados bus aptariamose metodiniuose pasitarimuose, skelbiamos pedagogų posėdžiuose. Sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo veikla bus įvertinama vadovaujantis darželio specialistų veiklos ataskaitomis, dokumentais, tyrimo rezultatų duomenimis.

VI. PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO LĖŠŲ ŠALTINIAI

Žmogiškieji ištekliai: įstaigos administracija, pagalbos vaikui specialistai, visuomenės sveikatos specialistai, pedagoginiai ir nepedagoginiai darbuotojai, vaikai, tėvai, socialiniai partneriai.

Finansiniai ištekliai: savivaldybės skiriamos aplinkos, klasės krepšelio, specialiųjų programų bei kitos paramos lėšos.

VII. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

Už programos koordinavimą ir vykdymą atsakinga lopšelio-darželio „Pilaitukas“ direktoriaus 2025 m. spalio 16 d. įsakymu Nr. V-74 sudaryta sveikatą stiprinančios mokyklos programos kūrimo darbo grupė. Į sveikatinimo veiklas bus stengiamasi įtraukti kuo daugiau įstaigos bendruomenės narių. Kiekvienais mokslo metais bus numatomas ir vykdomas projektas, susijęs su sveikatos saugojimu ir stiprinimu. Projekto vykdymo metu įgyvendintos veiklos bei rezultatai bus pristatomi darželio bendruomenei, skelbiami internetinėje svetainėje, stenduose, darželio Facebook puslapyje. Atsižvelgiant į bendruomenės poreikius, strateginį ir metinius planus, sveikatos stiprinimo programa gali būti koreguojama.