

Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centras

Mokyklų bendruomenėms skirti sveikatos raštingumo instrumentai (2022 m.)

Sveikatos raštingumo instrumentas - Palangos lopšelio-darželio „Gintarėlis“ ankstyvojo skaitymo projektas „STEAM. Mes mylim knygą!“

Sveikatos raštingumas - tai žinios, asmeniniai įgūdžiai ir pasitikėjimo lygis, siekiant pagerinti asmeninę ir bendruomenės sveikatą, keičiant asmeninį gyvenimo būdą ir gyvenimo sąlygas. (Sveikatos stiprinimo žodynėlis, 1998 m.). Bendruomenės sveikatos raštingumo gerinimas sukuria pagrindą visiems bendruomenės nariams aktyviai dalyvauti gerinant sveikatą, sėkmingai įsitraukti į bendruomenės veiksmus sveikatos srityje. Manome, kad veiksmingiausias sveikatos raštingumo instrumentas ikimokyklinėje įstaigoje – projekto metodas. Būtent jis pedagoginėje praktikoje pripažintas kaip visavertis, aktyvaus patirtinio ugdymo(si) metodas. Projektinė veikla ne tik ugdo vaikus - ji padeda iškelti aktyviąją, dalyvaujančią, iniciatyviąją vaiko asmenybės pusę. Norime su jumis pasidalinti savo ankstyvojo skaitymo projekto „STEAM. Mes mylim knygą!“ idėjomis, veiklomis, kurios, mūsų manymu, padėjo pagerinti įstaigos sveiką ugdymo(si) aplinką. Ankstyvojo skaitymo projektą organizavome nuo 2022 m. vasario mėnesio iki 2022 m. lapkričio mėnesio. Projekto tikslas buvo gerinti vaikų psichinę sveikatą, plėsti vaikų žodyną, kūrybinius gebėjimus, saviraišką, gebėjimą išreikšti mintis, išgyvenimus, stiprinti šeimos, socialinių partnerių ir įstaigos partnerystę. Kodėl pasirinkome knygą ir skaitymą balsu? Tyrimai rodo, kad visos skaitymo suteikiamos naudos gali būti geriausiai realizuotos tik tuo atveju, kai skaitymo skatinimo veikla užsiimama nuo pat pirmųjų vaiko dienų. 2015 m. Vilniuje vykusioje konferencijoje, kuri buvo skirta skaitymui skatinti ir vaikų literatūrai, dalyvavęs svečias iš Švedijos, rašytojas ir dailininkas, pirmasis Švedijos skaitymo ambasadorius Johanas Unengė pasakojo apie Švedijoje atliktus skaitymo tyrimus, per kuriuos buvo tiriami į mokyklą pradėję eiti 6-erių metų vaikai iš skaitančių ir neskaitančių šeimų. Buvo tirtas jų žodynas, o skirtumas tarp vaiko iš skaitančios šeimos ir neskaitančios buvo didžiulis – 10 000 žodžių. Inspiruoti šio tyrimo, nusprendėme, kad ankstyvasis skaitymas balsu vaikams, pats vaikų skaitymas priešmokyklinėje grupėje, lemia mūsų vaikų gebėjimą mokytis ir pasiekti geresnių rezultatų ugdyme. Pradėjome projektą vasaryje nuo knygų skaitymo erdvių sukūrimo grupėse, grupių bibliotekėlių įkūrimo ir papildymo, aptarimo kokias knygeles skaitysime, apsilankymo Palangos viešosios bibliotekos vaikų literatūros skyriuje, kur bibliotekininkės supažindino su biblioteka, pamokė vaikus kaip reikia elgtis bibliotekoje, kaip pasiimti knygeles. Taip pat įrengėme įstaigos koridoriuje KNYGŲ MATUOKLĮ, kuriame „matavome“ kiek knygelių perskaityta grupėje, kiek tėveliai perskaitė savo vaikams namuose, kiek mokytojai – grupėse. „KNYGŲ MATUOKLIS“ pasiteisino, nes tėveliai kas mėnesį teikė informaciją grupių mokytojoms, taip įsitraukdami į projekto veiklas. Kad vaikams būtų įdomiau sugalvojome mėnesio iššūkius. Vasario mėnesio iššūkis - Aplankyk miesto biblioteką! Trispalvės iššūkis! Kovo mėnesio iššūkis buvo perskaityti H. Anderseno pasaką bei nupiešti savo mylimiausią knygelę. Tad minėdami Tarptautinę vaikų knygos dieną, surengėme Palangos miesto ikimokyklinių įstaigų vaikų kūrybinių darbų parodą „Mano mylimiausia knygelė“. Balandžio mėnesį, vaikai nuo 5 metų, padedami mokytojų, sukūrė savo IT pasaką, panaudodami Story Jumper, Movie Maker programėles. Sukūrėme: „Trobelės miške“ (Drugelių gr.), „Istorija apie mažą varliuką ir gandrą, kuris ieškojo draugo“ (Delfinukų gr.), „Aštuonkojėlio Dikio istorija“ (Žuviukų gr.), „Gydytojas Teodoras“ (Gintariukų gr.) Taip pat šį mėnesį žiūrėjome žymiausių animacinius filmukus pastatytus pagal įžymių vaikų autorių knygas. Buvome istorijos iliustratoriais, kada vaikams buvo pasiūlyta piešti po vieną objektą ant kortelės, o vėliau iš nupieštų objektų sukurti istoriją. Dalyvavome miesto bibliotekos organizuotose edukacijose „Pasidaryk knygos skirtuką“. Gegužę pradėjome kurdami grupės knygą. Vaikai, pasiskirstė vaidmenimis. Vieni buvo dailininkai, kiti – rašytojai. Kartu su mokytoja grupėse jie aptarė knygos struktūrą, pasirinko temą, kiek bus puslapių, aptarė knygos dizainą. Ne visiems išėjo knyga, tačiau visi (išskyrus lopšelio grupes) galėjo pabūti rašytojais, dizaineriais ir dailininkais. Sukūrėme:

„Širdutė Sraigutė“, „Mano šeima“, „Herkuleso nuotykių“. Atspausdinome ir IT knygeles. Birželio ir rugpjūčio mėnesiais buvo atostogos, tačiau mokytojos kartu su vaikais ant žolės, pavėsinėse, netradicinėse lauko erdvėse skaitė knygas, gėrė arbatą, kūrė įvairiausias istorijas, piešė knygų personažus su kreidelėmis ant šaligatvio plytelių. O atėjus rugsėjui visos grupės pastatė etiudą – spektakliuką grupėje, nes mėnesio iššūkis buvo – „Pastatyk spektaklį grupėje“. Visą mėnesį žaidėme teatrą – lėlių teatrą (turime įsigiję pirštines lėles, mokytojai turi pasidaryti lėlytes ant pagaliukų), šešėlių, šokio teatrą. Spalio mėnesį visą savaitę rodėme grupių spektakliukus, etiudus aktų salėje vieni kitiems ir tėveliams. Vyko renginys „Seku seku pasaką“. Buvo nuostabu matyti, kiek džiaugsmingų emocijų vaikams sukėlė spektakliukai. Kiek vaikams reikėjo drąsos, pasitikėjimo savimi, kad pasirodytų viešai, vaidintų vieni kitiems. Pagalvoję, lapkričio 15 d. į priešmokyklinių grupių vaikų spektaklius „Kaip Rainiukas draugų ieškojo“ ir „Pepė sutinka Džiugena“, pakvietėme ir Palangos priešmokyklinių grupių vaikus. Vaikams iš kitų ugdymo įstaigų taip pat labai patiko vaikų spektakliai, tad manome ir toliau tęsti šią veiklą. Taip pat spalio mėnesį sulaukėme ir svečių iš miesto bibliotekos. Miesto bibliotekininkės priešmokyklinėse grupėse vykdė sensorinius skaitymus, kai skaitymas vykdomas pasitelkiant pojūčius. Spalio mėnesį buvome numatę projekto pabaigą ir baigiamąjį projekto renginį – madų šou „Atėjau iš pasakos“ bei viktoriną. Mėnesio iššūkis buvo sukurti personažo kostiumą madų šou „Atėjau iš pasakos“. Tačiau dėl laiko stokos, projekto laiką pratęsėme ir baigiamąjį renginį vykdėme lapkričio mėnesį. Per madų šou, raudonu kilimu, žengė įvairiausi pasakų personažai. Vieni ėjo drąsiai, kitus reikėjo palydėti. Dalyvavo visos grupės, net patys mažiausieji – lopšelinukai. Tėveliai sakė, kad tai nesumeluotos emocijos ir nuostabus renginys. Visus išsikeltus ankstyvojo skaitymo projekto iššūkius įvykdėme. „KNYGU MATUOKLIS“ parodė, kad per 6 mėnesius perskaitėme 1384 knygas: tėveliai namuose – 1029 knygas, o mokytojai grupėse – 355 knygas. Mūsų ankstyvojo skaitymo projektas baigėsi, tačiau manome, kad projekto metu pasėta sėkla – meilė knygai, skaitymui, išliks ilgam. Šio projekto veiklas, idėjas tęsime ir toliau savo įstaigos kasdienėje ugdymo veikloje, vis patobulindami jas, įnešdami naujovių. Sakoma, kad kasdienis skaitymas balsu vaikui yra magiškas veiksmas, vitaminas ir tikras vaistas, nes būtent jis padeda stiprinti įvairių psichinių, nervinių sutrikimų turinčių vaikų sveikatą, o taip pat padeda visiems nusiraminti, atsipalaiduoti, pajusti palengvėjimą, išlaisvinti fantaziją, pasvajoti, pasimėgauti gražia literatūrine kalba, sklandžiu pasakojimu.

Projekto koordinatėrės – Palangos lopšelio-darželio „Gintarėlis“ direktoriaus pavaduotoja ugdymui Aurelija Jazbutienė ir ikimokyklinio ugdymo vyr. mokytoja Inga Rupšienė, 2022 m.

2021 m.

„Sveikatinimo projektai atveria duris į naujų galimybių pasaulį“

Palangos lopšelis-darželis „Gintarėlis“

Vienas reikšmingiausių harmoningo vaiko vystymosi ir sveikatos stiprinimo veiksnių vaikystėje yra buvimas, judėjimas gamtoje. Judėjimas – maloni ir džiugi vaikams veikla, o jei judėjimas ir ugdymas vyksta gamtoje, tai tampa nuostabus stiprybės ir sveikatos šaltinis. Palangos miesto lopšelyje-darželyje „Gintarėlis“ puse metų pedagogės Inga Rupšienė, Marytė Mikėnienė ir Alma Matelienė vykdė saviraiškos prevencinį projektą „Vaikystė gamtoje“. Programos tikslas – sudaryti sąlygas saugoti ir stiprinti vaikų sveikatą, formuoti sveikos gyvensenos nuostatas, įgūdžius ir įpročius, skatinti fizinį aktyvumą, pritaikant netradicines erdves. Kodėl projektas „Vaikystė gamtoje“? Tikriausiai šią temą padiktavo tiek dabartinė epidemiologinė situacija, tiek mūsų darželio bendras prioritetas – sveika gyvensena. O pats projekto metodas, suteikia galimybę nuosekliai ir tuo pačiu spontaniškai ugdyti vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius. Todėl projektas „Vaikystė gamtoje“ buvo puiki galimybė skatinti mažuosius aktyviai ir įdomiai leisti laiką lauke, gamtoje, stiprinti sveikatą, grūdintis, skleistis vaikų saviraiškai, komandinio darbo įgūdžiams, kūrybiškumui, iniciatyvumui bei dalintis gerąja patirtimi su kitomis ugdymo įstaigomis. Projektas „Vaikystė gamtoje“ prasidėjo nuo

aplinkos kūrimo. Darželio teritorijoje esančiuose pasivaikščiojimo takuose buvo sukurtas „Linksmasis takelis“. Šis takelis skatina vaikų savaiminį judėjimą, tai puiki fizinio lavinimo priemonė, vaikai žaisdami takelyje įtvirtina raidžių, skaičių, geometrinių figūrų pažinimą bei nusiteikia linksmi ir naudingai leisti laiką lauke. Projekto metu kiekvieną mėnesį įgyvendinome tam tikras veiklas: • judrūs žaidimai, fizinis ugdymas gamtoje; • eksperimentai, bandymai gamtoje; • meninės veiklos gamtoje. Šios veiklos pajavairino vaikų užimtumą, lavėjo kūrybiškumas, tyrinėdami ir aktyviai veikdami vaikai sužinojo daug naujo, atvėrė sau neregėtą, nuostabų pasaulį. Taip pat projekto metu kiekvieną mėnesį buvo keliami vis nauji iššūkiai: ☞ Iššūkis „Sportuok muzikos žingsneliu“ Visa mokyklos bendruomenė statė – kūrė šokių pagal grupės The roop „Discoteque“ muzikinį kūrinį. Šio šokio repeticijų metu vaikai patyrė daug džiugių emocijų, šokis tapo mūsų mankštos ritualu, kuris kas rytą skambėdavo mūsų darželio kieme. Taip pat mūsų darželio vaikai su šiuo šokiu dalyvavo LRT rengiamame projekte „Geltonoji banga“ ir taip išreiškė palaikymą Eurovizijos dalyviams. Nustatyta, kad vaikai lankydami šokių treniruotes plėtoja estetinę ir meninę patirtį, taip pat stiprėja fiziškai. ☞ Iššūkis „Piknikas gamtoje“ Surengti pikniką gamtoje, tai pats džiugiausias vaikams iššūkis. Jo metu visa l/d „Gintarėlis“ bendruomenė kūrybiškai išsipuošė savo aikštelėse. Jo metu vaikai ne tik vaišinosi sveikuoliškais patiekalais, bet ir žaidė, pramogavo, piešė neįprastu būdu gamtoje. Buvo iškilęs net palapinių miestelis, kuris labai džiugino vaikus. Iššūkio kulminacija tapo „Putų šou diskoteka“, kurios metu ne tik vaikų, bet ir suaugusiųjų emocijos, juokas tryško per kraštus, o jos metu patirti išgyvenimai, prisiminimai dar kurį laiką buvo virtusios pagrindine diskusijų tema. ☞ Iššūkis „Gimtojo miesto pažinimo taku“ Pažinti gamtą, savo gimtąjį kraštą, išmokti jį mylėti ir puoselėti – kiekvieno tiek mažo, tiek didelio pareiga, tad lopšelio-darželio mokytojos su ugdytiniais vyko į ekskursijas po savo gimtąjį kraštą. Ekskursijų metu vyko ir orientacinės varžybos. Vaikai buvo gavę tam tikrų objektų nuotraukas. Turėjo surasti nuotraukose įamžintus objektus bei prie kiekvieno iš jų atlikti tam tikras užduotis. Mokytojai taip pat nesnaudė, o išsiruošė į žygį su dviračiais gimtojo miesto takais. ☞ Iššūkis „Transporto paradas“ Dar vienas mėnesio iššūkis buvo „Transporto paradas“, skirtas tarptautinei be automobilio dienai paminėti. Šią dieną vaikai į darželį sugūžėjo su savo „transporto priemonėmis“: paspirtukais, dviratukais, paspiriamomis mašinėlėmis. Šio renginio metu neapsiribojome tik pasivažinėjimu, tačiau nuotaikingai su katinu Teodoru visa bendruomenė mankštinosi. Kad būtų linksmiau ir įdomiau vaikams – į renginį pakvietėme policijos pareigūnus su šuniuku Amsiuku. Vaikai policijos pareigūnams demonstravo, kaip moka saugiai judėti su savo paspirtukais, dviratukais, triratukais, kaip moka laikytis saugaus eismo taisyklių. Kartu su policijos pareigūnais bei Amsiuku vaikai nuotaikingai mokėsi teisingai pereiti gatvę, gilino žinias apie saugų eismą, sužinojo kam skirti atšvaitai, kaip juos teisingai segėti. Šio iššūkio metu netradicinė veikla padėjo vaikams įtvirtinti žinias apie saugų elgesį kelyje, policijos pareigūno profesiją ir suteikė galimybę linksmi, aktyviai bei išradingai laiką leisti gamtoje. Projektą užbaigėme respublikine ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų, pedagogų ir tėvų kūrybinių darbų nuotraukų paroda „Piešiu gamtos teptuku“. Parodoje dalyvavo 111 įstaigų ir 248 pedagogai iš visos Lietuvos (iš Vilniaus, Mažeikių, Kaišiadorių, Kauno, Klaipėdos, Panevėžio, Ignalinos, Radviliškio, Telšių ir t.t.). Parodos tikslas buvo lavinti ugdytinių pažinimo ir menines kompetencijas, kuriant darbus iš rudens teikiamų gėrybių. Vaikai tobulino vizualinę raišką, kūrybiškumą, originalumą, domėjosi augalų karalystės paslaptimis, nes darbus darė iš gamtinės medžiagos. Ugdėsi vaikų kūrybinę iniciatyvą, estetinis suvokimas, meninė ir pažinimo kompetencijos, atskleidžiant rudens gamtos, spalvų grožį ir išskirtinumą. Taip pat buvo dalijamasi gerąja patirtimi bendradarbiaujant su kitomis ugdymo įstaigomis bei buvo skatinamas tėvų įsitraukimas ir kūrybiško laiko praleidimas su vaikais. Projekto apibendrinimas. • Buvo sudarytos sąlygos saugoti ir stiprinti vaikų sveikatą, pritaikant netradicines edukacines veiklas ugdymui (si). • Daugiau būdami lauke ir aktyviai veikdami, vaikai mokėsi iš gamtos ir buvo grūdinami, daugiau judėjo, atrado neišsemiamas erdves tyrinėjimams ir atradimams. • Vaikai buvo skatinami palaikyti norą judėti, sudarant sąlygas įgyti įvairios fizinės veiklos patirtį. • Projekto metu

orientavomės į vaikų asmeninį tobulėjimą sudarant sąlygas patirti kūrybiškumo galią natūralioje gamtinėje aplinkoje, gamtamokslinį pažinimą. • Buvo stiprinama šeimos ir įstaigos partnerystė sveikatos stiprinimo klausimais. • Ugdymas gamtoje vaikams tapo puikia galimybe susidraugauti su gamta, patirti atradimų, pažinimo džiaugsmą, pajusti laisvės, nuotykių, rizikos, eksperimentų ir tiesiog vaikystės skonį ir būti laimingiems! • Kartu ugdėsi vaikų savarankiškumas, smalsumas, žingeidumas, aktyvumas, mąstymas.

Palangos lopšelio – darželio „Gintarėlis“ mokytojos Inga Rupšienė, Marytė Mikėnienė, Alma Matelienė, 2021 m.

2019 m.

SVEIKATOS STIPRINIMO MOTYVACIJA MOKYKLOJE.

KAIP SUDOMINTI BENDRUOMENES.

Palangos lopšelis-darželis „Gintarėlis“ Šiuolaikiniai vaikai ir gyvenimo būdas taip pasikeitė, jog vaikai turi kur kas mažiau galimybių praleisti jiems taip būtino laiko dalį lauke, būti aktyviems. O tai atsiliepia jų sveikatai, fizinei bei emocinei savijautai. Vaikams įsisavinant jį supančios aplinkos dėsnius bei sąveikaujant su kitais, lavėja socialiniai įgūdžiai. Vaikų sveikatos ugdymas yra prioritetinga Palangos lopšeliodarželio „Gintarėlis“ sritis. Tad mažiesiems ugdytiniams svarbu žengti sveiko ir saugaus gyvenimo keliu, įgyti sveiko ir saugaus gyvenimo būdo pagrindus, formuoti teigiamas nuostatas būti sveikiems, aktyviems dalyviams. Į tai atsižvelgdamos Mokyklos ikimokyklinio ugdymo mokytojos Ilona Matulevičiūtė ir Marytė Mikėnienė parašė prevencinį projektą „Vaikystė gamtos apsuptyje arba ugdymas be sienų“, kurio tikslas: sudaryti sąlygas saugoti ir stiprinti vaikų fizinę ir psichinę sveikatą. Viso projekto metu pedagogams buvo svarbu ugdymo turinį, veiklas, uždarus iš grupės erdvės perkelti į gamtą: mišką, parką, pajūrį ar kitą edukacinę lauko erdvę. Projekto uždaviniai: atrasti, išbandyti naujas ugdymo (si) sąlygas, kurios įtakos stiprinant ir saugant vaiko sveikatą; orientuotis į vaikų asmeninį tobulėjimą, kasdienio pažinimo džiaugsmo atradimą; stiprinti šeimos ir ugdymo įstaigos partnerystę sveikatos klausimais bei dalintis gerąja patirtimi su Palangos ikimokyklinio ugdymo įstaigomis. Organizuodami ugdymą kitokioje aplinkoje siekėme pasitelkusios kitokius metodus ir priemones: vaikai didžiąją dalį dienos leisdavo lauke, daugiau dėmesio skyrėme judėjimui, gamtos pažinimui, patyriminiam ugdymui, laisvam žaidimui. Daugiau būdami lauke ir aktyviai veikdami, vaikai mokėsi iš gamtos ir buvo grūdinami, daugiau judėjo, atrado neišsemiamas erdves tyrinėjimams ir atradimams. Ugdytiniai įgijo žinių apie sveikatos saugojimo ir stiprinimo būdus, ugdomi vaikų pojūčiai, įgijo asmeninių įgūdžių. Ugdymas gamtoje vaikams buvo puiki galimybė susidraugauti su gamta, patirti atradimų, pažinimo džiaugsmą, būti sveikam ir laimingam. Orientuojantis į vaikų asmeninį tobulėjimą, ikimokyklinio ugdymo „Jūreivėliai“, „Smiltelės“ grupių vaikai veiklų metu lauke pavasarį susipažino su vabaliukais, vabzdžiais ėjo jų ieškoti Mokyklos teritorijoje, suradę juos tyrinėjo, skaičiavo, bandė patys pavirtę į vabaliukus ropoti, šliaužti. Atsirado ir tokių, kurie vabaliukus bandė piešti ant akmenų. Gulėdami ant pievelėje patiestų pledų klausėsi pasakų, paukštelių čiulbėjimo, įvairių gamtos garsų. Gamtoje vaikai išbandė įvairius piešimo būdus: vaikai piešė ant ištiestų tarp medžių plastmasės juostų, tapetų, asfalto, balionų. Taip pat lavino smulkiąją motoriką atlikdami įvairius darbelius lauke: iš gamtinių medžiagų dėliojo paveikslus, mandalas, statinius ir kt. Įgyvendinant projektą didelį dėmesį skyrėme fiziniam aktyvumui. Ugdytiniai sportavo ne tik išsinešę įvairias priemones: lankus, virves, vartus, kamuolius, parašiotus, bet ir naudojo lauke esančius įvairius įrenginius. Smagu vaikams buvo ir pasitreniruoti šalia Mokyklos esančių treniruoklių, dažnai žaidė, vaikščiojo basomis po žolę, masažinį, 7 skirtingų paviršių, takelį, kuris įrengtas Mokyklos teritorijoje. Aktyviai vaikai judėjo su paspirtukais, dviratukais.. Mažieji daug teigiamų emocijų patirdavo išbėgdami į lauką lyjant lietai. Su guminiiais batais braidžiojo po balas, rankomis taškė vandenį, purtė sušlapusias krūmų šakeles, ieškojo sraigų, o atradę labai džiaugėsi, jas tyrinėjo, skaičiavo. Projekto metu vyko glaudus

bendradarbiavimas su auklėtinių tėveliais. Tėvai užsiėmimams lauke parūpino nedidelių medžio kelmiukų, mažų medinių kaladėlių, kurie buvo tapę ne tik vaikų „kėdėmis“ lauke, bet ir „sporto inventoriumi“, „statybine medžiaga“, „muzikos instrumentais“. Vaikai vaikščiodavo nuo kelmo ant kelmo, taip lavindami savo taisyklingą laikyseną, tobulino šuoliukus. Iš kelmų bei mažų kaladėlių statė įvairius statinius, dėliojo raides, skaičiavo kaladėles. Veiklose su vaikais buvo aptarta iš kur atsirado kaladės, kelmiukai, ką galima pagaminti iš medžio. Muzikos užsiėmimo lauke metu vaikai dainuodami daineles vieni kitiems pritardavo kaladėlėmis, atlikdavo įvairius ritmikos pratimus. Kartu su tėveliais lankydami Klaipėdos zoologijos sode, vaikams buvo sudaryta galimybė pamatyti egzotinius gyvūnus iš arti, susipažinti su jų gyvenimo būdu. Vaikams buvo papasakota kuo minta gyvūnai, keliems vaikams nusišypsojo laimė pamaitinti ožkytę, ėriuką ir kt., kas suteikė vaikams daug teigiamų, džiugių emocijų. Šio projekto metu ugdymas lauke neapsiribojo tik Mokyklos teritorija. Mažieji „Gintariečiai“ daug keliavo, daug pamatė, patyrė, sužinojo. Pavasarį nukeliavę į netoliese Mokyklos esantį parkelį rinko pražydusias pirmąsias gėlytes, tyrinėjo žaliuojančius augalus, krūmus, susipažino su jų pavadinimais, augalo dalimis, pūtė nužydėjusių pienių pūkus. Ikimokyklinio ugdymo mokytojų pagalba, vaikai iš pienių pynė vainikus, tyrinėjo lapelius, juos skaičiavo. Nukeliavę į rudenėjantį miškelį vaikai stebėjo rudenėjančios gamtos požymius, ieškojo skirtumų tarp medžių ir krūmų, mokėsi pažinti ir įvardinti keletą medžių pavadinimų, tyrinėjo skirtingų medžių žievę, su kastuvėliais kasė miško žemę tyrinėjimui, rinko gamtinę medžiagą darbeliams, žaidė žaidimus, aiškinosi kodėl rudenį krenta lapai, bandė juos šluoti savo teritorijoje. Viso projekto metu norėjosi aplankyti kiek įvairesnių vietų, todėl nukeliavę į Palangos botanikos parką, vaikai susipažino su retai Lietuvoje sutinkamais augalais, pamatė ten auginamus gyvūnus, maitino tvenkiniuose gyvenančius paukščius, rinko gamtinę medžiagą: kaštonus, giles, kankorėžius, sužinojo kaip vadinami kai kurie medžiai, apžiūrėjo gintaro muziejaus ekspoziciją, užlipo į istorinį Birutės kalną. Nuvykę prie jūros, vaikai ne tik sportavo, bet ir klausėsi legendos „Jūratė ir Kastytis“, sužinojo kaip atrodo gintaras, ėjo jo ieškoti. Na, ir kaip be smėlio terapijos pajūryje. Su atsineštais kibirėliais, kastuvėliais statė smėlio pilis, jas puošė čia pat vietoje surastomis šakelėmis, pagaliukais, akmenukais, kriauklėmis, kūrė istorijas. Linksmi traukė dainas vaikščiodami po šalia jūros esantį pušynėlį ir kvėpuodami gaiviu oru, gerdami vandenį kuriam buvo gintaro gabaliukai. Pakeliavę ir po Palangos miestą ir susipažinę su žymiomis Palangos vietovėmis, vaikai pabuvojo ir skulptūrų parke, kuriame sužinojo iš ko padarytos skulptūros. Todėl vaikams ir pedagogams kilo idėja, iš akmenėlių surengti respublikinę kūrybinių darbų parodą, tema „Prakalbinkime akmenėlių“, ir akimirkai visiems pabūti skulptoriais. Į minėtą parodą „prakalbinti“ akmenėlių pakvietėme tėvelius, vaikus, kolegas. Ši paroda sulaukė didelio susidomėjimo. Lapkričio mėnesį Mokyklos bendruomenė kibo į darbus: rinko pajūryje akmenėlius, įvairiomis raiškos priemonėmis piešė ant surinktų akmenukų, darė iš jų įvairias kompozicijas. Akmenėliuose atgijo boružėlės, drugeliai, paukšteliai, gėlytės, nameliai, mašinėlės ir kt.. Vaikai grupėse ne tik grožėjosi surinktų akmenėlių spalvomis, forma, bet mokėsi juos palyginti, skaičiuoti. Iš akmenėlių dėliojo įvairius paveikslėlius. Pagal juos kūrė pasakojimus. O piešimas ant akmenėlių sužadino vaikuose džiugias emocijas. Net nepastebėjome, kai akmenėlių lietus užplūdo Mokyklą iš visos respublikos. Todėl parodos „Prakalbinkime akmenėlių“ atidaryme, kuris buvo organizuotas Palangos viešosios bibliotekos vaikų literatūros skyriuje, mažieji „Gintarėlio“ ugdytiniai deklamavo eilėraštukus, dainavo daineles, grojo akmenukais. Vėliau apžiūrėjo parodą, pasigrožėjo savo ir kitų darbais. O akmenėlių „prakalbino“ vaikai iš Vilniaus, Šilutės, Akmenės bei Palangos ikimokyklinio ugdymo įstaigų. Prevencinio projektui „Vaikystė gamtos apsuptyje arba ugdymas be sienų“ baigiantis surengėme pramogą lauke, tema „Kaip vėjas lobio ieškojo“, kurios metu vaikai ugdėsi visapusiškai. Vaikai virto į vėjus – užsidėjo mėlynus apsiaustus, pedagogai – į saulutes, kurios visą pramogą švietė vaikams kelią ieškant stebuklingojo lobio. Vaikai ieškojo laiškų, kuriuose buvo parašytos užuominos, kur keliauti ir ko ieškoti, bei ką reikės padaryti įvairiose stotelėse. „Dailės aikštyne“ vaikai linksmi piešė ant sniego su plastikiniuose buteliuose supiltais dažais, „Raidžių miške“ – gilino žinias apie raides, „Skaičių pievoje“ – turėjo surinkti atitinkamą kiekį kankorėžių, prie „Mįslių upės“ vaikai

žvejo žuvelės ant kurių buvo parašytos mįslės ir jas minė. „Geometrinių figūrų lauke“ vaikai dėliojo įvairias figūras, na, o „Sporto stotelėje“ – į taikinį mėtė tikromis sniego gniūžtėmis. Įvykdžius visas užduotis, galų gale buvo surastas stebuklingas lobis. O kas jame buvo – tai „aukso“ monetos, riestainiai. Todėl vėliau visi linksmi vaišinosė šilta vaistažolių arbata bei lobių skrynioje surastomis dovanomis. Žiemos metu pramoga „Kaip vėjas lobia ieškojo“ buvo nuspalvinta vaikišku džiaugsmu, naujais potyriais, teigiamomis emocijomis ir noru būti sveikiems ir stipriems. Projekto dėka Mokykla įsigijo lauko palapinę, kurioje vaikai mėgo leisti laiką. Po darbingų veiklų lauke vaikai joje gerdavome arbatą, valgydavo trapučius, vaisius, klausydavosi pasakų, dainuodavo, diskutuodavo. Taip pat muzikinį instrumentą lauke „Skudučiai“, kuriais vaikai ypatingai pamėgo groti. Įspūdžių ir patyrimo daug, todėl projekto pabaigoje buvo sumanyta projektą „Vaikystė gamtos apsuptyje arba Ugdytas be sienų“ pristatyti Palangos miesto ikimokyklinio ugdymo mokytojams. Įgyvendinus prevencinį projektą, darytina išvada, kad ugdymas, organizuojamas kitaip, suteikia vaikams galimybę tobulėti visapusiškai. Šis prevencinis projektas – tai inovatyvus metodas, kurio esmė buvo sudaryti sąlygas saugoti ir stiprinti vaikų fizinę ir psichinę sveikatą. Pastebėta, kad ugdant vaikus gamtoje ar kitoje edukacinėje erdvėje, vaikams sudaromos sąlygos didžiąją dalį dienos leisti lauke, daugiau dėmesio skirti judėjimui, gamtos pažinimui, patyriminiam ugdymui, laisvam žaidimui. Tikimės, kad šio projekto metu įgyvendintos idėjos sužadino norą ir kitiems ikimokyklinio ugdymo mokytojams ugdymą organizuoti kitaip ir imtis panašių darbų.

Palangos lopšelio-darželio „Gintarėlis“ Ikimokyklinio ugdymo pedagogės Marytė Mikėnienė, Ilona Matulevičiūtė, 2019 m.