



Šiaulių „Spindulio“ ugdymo centras

Projekto pavadinimas	„Sveikata visus metus 2021“
Projekto trukmė	2021 m. sausio – gruodžio mėnesiai
Projekto apibūdinimas	<p>Projekto tikslas – padėti vaikams įgyti bendrą sveikatos suvokimą, išsiugdyti sveikatai naudingus gebėjimus, įpročius bei nuostatas, atsakomybę už savo ir kitų sveikatą, paskatinti juos rinktis sveiką gyvenimo būdą.</p> <p>Projekto uždaviniai:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Padidinti sveikatos ugdymo veiklų prieinamumą ir įvairovę, sudaryti palankias sąlygas atskleisti individualius vaikų, mokinių gebėjimus; pateikti sveikatos ugdymo veiklų galimybes dirbant nuotoliniu būdu; 2. Aktyvinti formaliojo ir neformaliojo švietimo įstaigų, jų bendruomenių narių bendradarbiavimą; 3. Plėtoti sveikatos stiprinimo veiklas įdomiomis, mokiniams patraukliomis formomis; 4. Pristatyti, viešinti sveikatos ugdymo gerosios praktikos pavyzdžius. <p>Projekto dalyviai – Lietuvos bendrojo ugdymo mokyklų, ikimokyklinių ugdymo įstaigų, formalųjų ugdymą papildančių bei neformaliojo švietimo įstaigų mokinių komandos, vaikų ir jaunimo organizacijos, klubai, būreliai, šeimos.</p> <p>Projekto organizatoriai kviečia leisti į sveikatos užduočių kelionę. Kiekvieną mėnesį tinklalapyje www.ssus.lt skelbiamas naujas iššūkis, nauja užduotis.</p>
Projekto koordinatorės:	Dovilė Bušaitė, Aušra Grabauskienė, Karolina Izokaitytė, Irma Jonauskienė, Elona Kšenevičienė, Lina Tautkienė

<p>Projekto dalyviai:</p> <p>Veiklos kryptys:</p>	<p>Įstaigos bendruomenė</p> <p>Sveika mityba (susipažinti su sveika mityba, jos svarba, ugdyti tinkamus sveikos mitybos principus ir skatinti jų laikytis ne tik mokykloje, bet ir už jos ribų);</p> <p>Fizinis aktyvumas (skatinti fizinį aktyvumą, ugdant suvokimą, kad tai yra būtina ir neatskiriama sveikos gyvensenos dalis, teigiamai veikianti vaiko, o vėliau ir suaugusiojo, sveikatą);</p> <p>Higiena (priminti higienos svarbą žmogaus kasdieniame gyvenime, akcentuojant nūdienos aktualijas (Covid-19 ir kiti virusai), ypatingą dėmesį skiriant rankų plovimui, kaukių dėvėjimui ir bendrai higienai);</p> <p>Emocinis intelektas (sieksime turtinti emocinį intelektą skatinant reikšti, atpažinti savo ir kitų asmenų emocijas per įvairias veiklas, atsižvelgiant į tai, kad emocinė būseną yra tiesiogiai proporcinga fizinei sveikatai);</p> <p>Poilsis (lavinsime ugdytinių suvokimą, kad svarbu yra ne tik sportuoti, mokytis, žaisti, bet ir kokybiškai pailsėti, nes poilsis didina žmogaus atsparumą stresui, darbingumą, gerina jo emocinę būklę bei veikia atpalaiduojančiai).</p>
<p>Numatomas rezultatas, tęstinumas</p>	<p>Įstaigoje kas mėnesį atliekami įvairūs iššūkiai leis ugdytiniams įsitraukti į įdomias sveikatos ugdymo veiklas, pateiktas įdomiomis, patraukliomis formomis, taip sudarant palankias sąlygas atsiskleisti individualiems ugdytinių gebėjimams.</p> <p>Projektas vykdomas nuo 2018 metų ir tikėtina, kad jame dalyvausime dar ne vienerius metus.</p>
<p>Informacija apie projektą</p>	<p>Kiekvieno mėnesio iššūkio pristatymas viešinamas įstaigos internetinėje svetainėje adresu https://siauliusuc.lt/ bei įstaigos Facebook puslapyje adresu https://www.facebook.com/SiauliuSUC .</p>