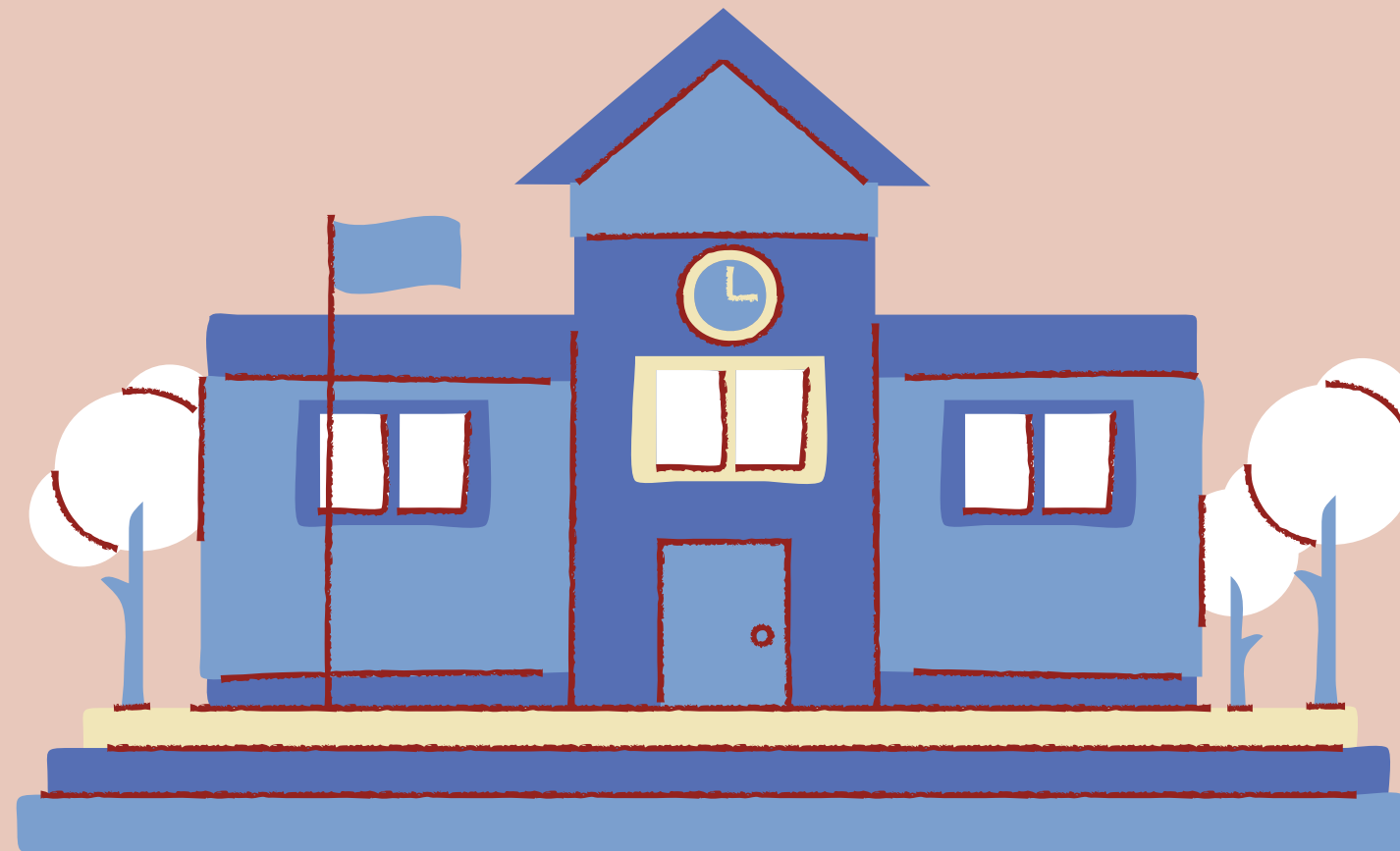


PROBLEMINĖS SRITYS IR JŲ GERINIMO VEIKSMŲ PLANAS

Vilniaus Volungės darželis mokykla



Informaciją parengė: Vanda Balcevič

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje

Vilniaus Volungės darželis mokykloje identifikuoti du sveikatos elgsenos pasireiškimai ugdymo įstaigoje, vadovaujantis 2024 m. Vilniaus miesto mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimo tyrimo rezultatais ir Sveikatingumo paso duomenimis.

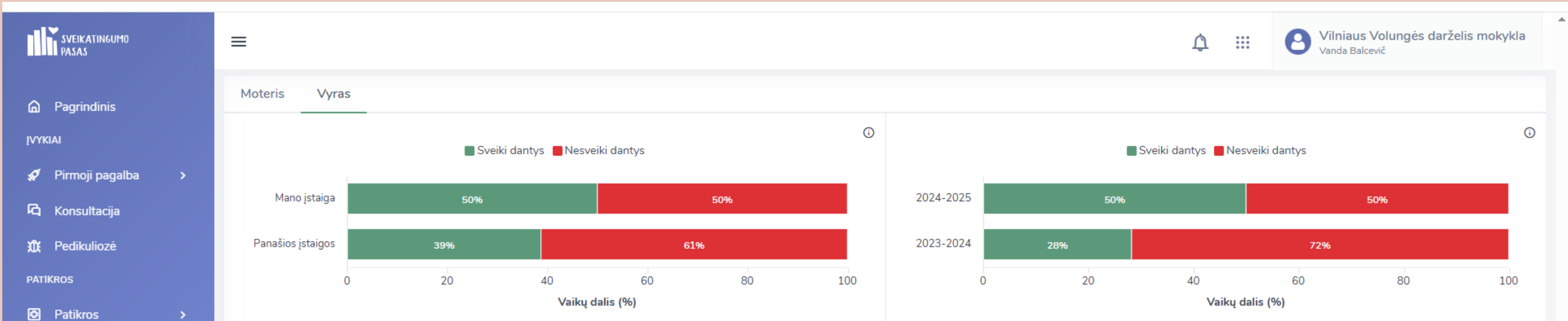
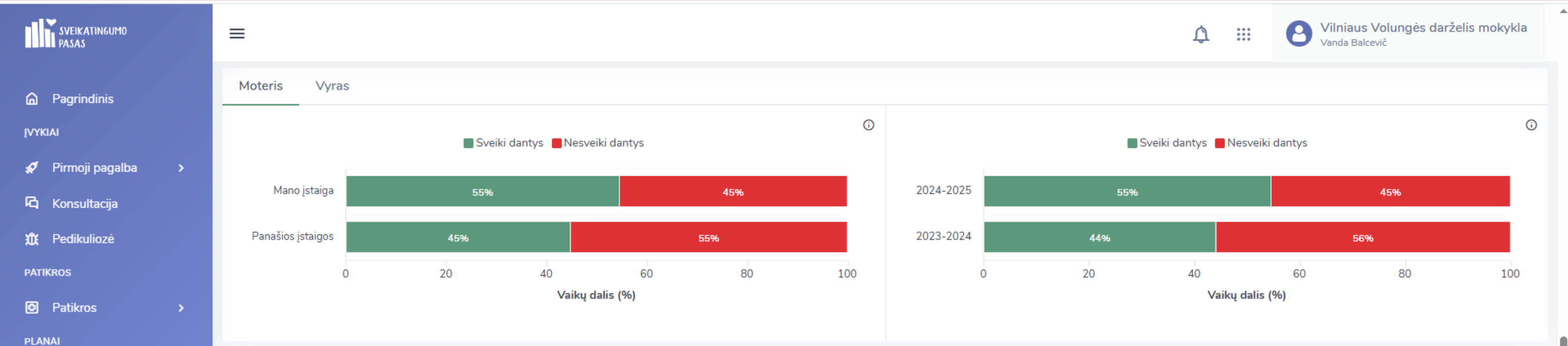
- Burnos higiena
(ėduonies pažeisti dantys)



- Žemo fizinio aktyvumo indeksas KMI

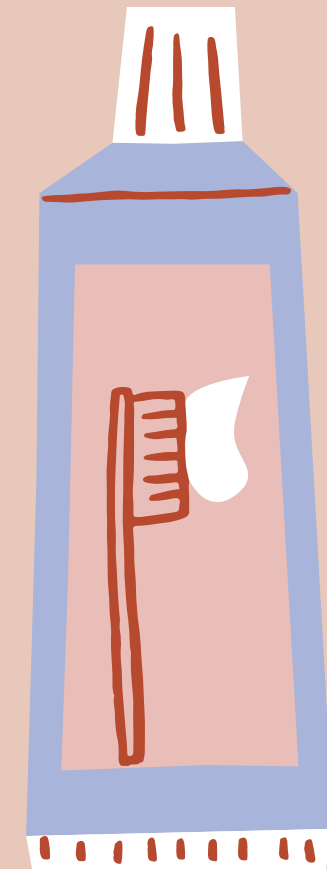


Burnos higiena (ėduonies pažeisti dantys)



Burnos higiena (ėduonies pažeisti dantys)

Nors bendras rodiklis yra palankus, išsiskiria vyresniųjų vaikų duomenys – jų burnos sveikatos būklė suprastėjusi. Tai rodo, kad būtina intensyvinti burnos sveikatos stiprinimo veiklas, ypač prieš vaikui pradedant lankyti mokyklą. Taip pat svarbu nuolat informuoti tėvus apie kasdienę dantų priežiūrą ir reguliarių patikrų svarbą.



VEIKSMAI, SIEKIA NT PAGERINTI BURNOS HIGIENĄ

- Vesti reguliarius užsiėmimus apie burnos higieną.

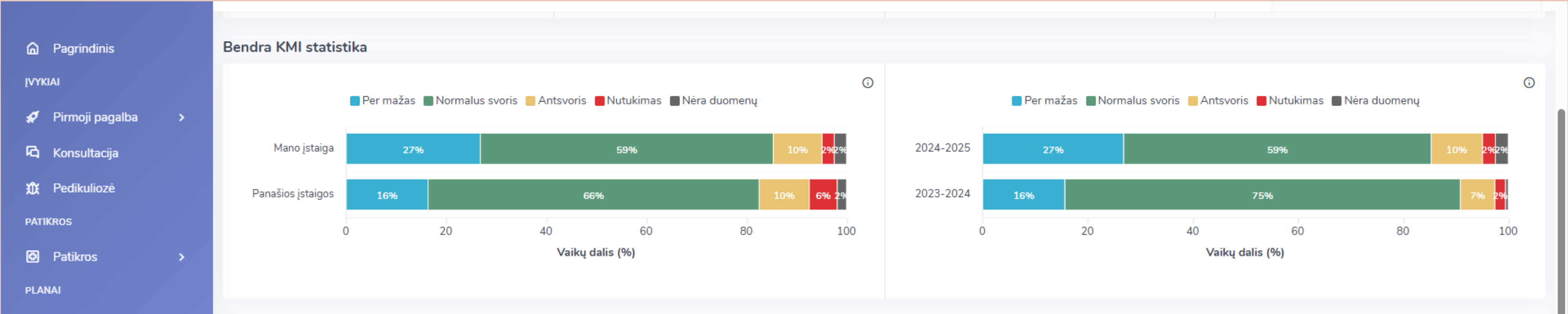
- Informuoti tėvus dėl privalomos kasmetinės burnos sveikatos patikros ir mokinio sveikatos pažymėjimo II dalies (Dantų ir žandikaulių būklės įvertinimas) užpildymo.

- Organizuoti tarpklasinius protmūšius ar viktorinas apie burnos higieną (aktyvūs mokymo metodai geriau įsisavinami).



Žemo fizinio aktyvumo indeksas KMI

Rodiklis įstaigoje: 27 % vaikų turi per mažą svorį
Savivaldybės vidurkis: 16%



TIKSLAS

Pagerinti vaikų mitybos ir fizinio aktyvumo rodiklius



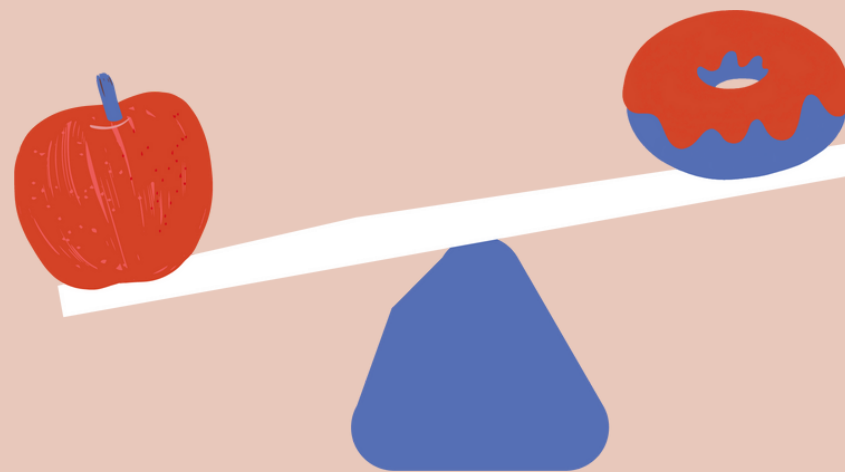
Užtikrinti vaikų augimui ir vystymuisi palankią aplinką, stiprinti jų fizinę sveikatą ir atsparumą ligoms. Numatytais veiksmais siekiama formuoti sveikos gyvensenos įpročius, įtraukti šeimas ir bendruomenę į aktyvų sveikatinimo procesą bei skatinti ugdymo įstaigos kultūrą, kurioje sveikata yra prioritetas.

Tikslas taip pat orientuotas į ilgalaikę prevenciją: siekiama sumažinti nepakankamos mitybos ir fizinio pasyvumo pasekmes vaikystėje bei suformuoti sveikus įpročius, kurie išliktų ateityje.

Veiksmų planas

- Kasdienės rytinės mankštos
- Teminės fizinio aktyvumo savaitės
- Dienos be ekranų skatinimas
- Kūrybinis judėjimas su muzika
- Lauko takeliai su aktyviomis užduotimis

- Dienos raciono stebėseną grupėse
- Individualūs pokalbiai su tėvais apie vaikų mitybą
- Edukaciniai plakatai apie mitybą
- Valgymo kultūros ugdymas



Tikimasi, kad įgyvendinus šį veiksmų planą, vaikų mitybos ir fizinio aktyvumo rodikliai reikšmingai pagerės, sumažės per mažo svorio atvejų ir pagerės fizinės būklės indeksai.



Igyvendinti veiksmai

2025m. spalio mėn. mokiniai buvo supažindinti su dantų priežiūros priemonėmis, dantų paviršiais bei mitybos svarba dantims. Mokiniai buvo ugdyti gebėjimais atlikti taisyklingus dantų valymo judesius bei tinkamai pasirinkti burnos priežiūros priemones.



2025m. rugsėjo – spalio mėn. mokiniams buvo parengtos ir prarastos sveikatos ugdymo veiklas:

- sveikos mitybos skatinimas.
- fizinio aktyvumo skatinimas.

