

Šiaulių rajono savivaldybės administracijos
direktorius 2017 m. sausio 30 d.
įsakymo Nr. A-116
(Šiaulių rajono savivaldybės administracijos
direktorius 2019 m. liepos 15 d. įsakymo Nr.
A-984 redakcija)
1 priedas

PARAIŠKA DĖL PROJEKTO „SKANAUK, RAGAUK IR SVEIKAS AUK“ RĖMIMO

1. Pareiškėjo duomenys.

1.1. Pareiškėjo pavadinimas:

Šiaulių r. Meškuičių lopšelis-darželis

1.2. Informacija apie paraišką teikiančią organizaciją:

Kodas: 190084586

Adresas: Stoties g. 1, Meškuičių miestelis, Meškuičių seniūnija, LT-81442 Šiaulių rajonas

Telefono, fakso Nr. 841 37 05 46

Elektroninis paštas meskuiciudarzelis@gmail.com

Organizacijos banko rekvizitai (banko pavadinimas, kodas, sąskaitos numeris): LT134010044200975767

Bankas- Luminor Bank AB

Banko kodas - 40100

1.3. Informacija apie paraišką teikiančios organizacijos vadovą:

Vardas, pavardė: Direktorė Sigita Užkuraitienė

Telefonas: 841 37 05 46

1.4. Informacija apie paraišką teikiančios organizacijos finansininką:

Vardas, pavardė: Ona Dagienė (Šiaulių r. švietimo paslaugų centras).

Telefonas: 841502620

2. Visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonės turinys (informacija apie projektą)

2.1. Priemonės (projekto) pavadinimas:

„Skanauk, ragauk ir sveikas auk!“

2.2. Trumpas priemonės (projekto) apibūdinimas:

1. Personazai – Šeimninė ir linksmosios Daržovės pakvies vaikus į salę, kur vaikai tyrinės daržoves, aiškinsis jų naudą sveikatai. Grupėse vaikai patys gamins sveikuoliškus patiekalus iš pasirinktų daržovių ir juos pristatys popietėse: „Ragauk ir skanauk“, „Pavaišink draugą“.

2. Darželinukai dalyvaus mažosios bendrijos „Mažųjų ugdymas“ edukacinėje programoje „Daržoviukai“, kuri atskleis vaikams nuostabų, spalvingą, pilną vitaminų daržovių pasaulį jiems priimtina forma. Programoje „Daržoviukai“ vaikai: išgirs „Daržoviukų“ daineles; susipažins su daržovėmis, jų savybėmis ir nauda sveikatai; pamatys trumpą spektakliuką „iš puodo“; iš tikrų daržovių darys kūrinių; mins mįsles; sužinos daug naudingų ir įdomių žinių apie daržoves; palygins daržovių naudą su nesveiko maisto žala.

Lopšelio-darželio darbuotojų, darželinukų tėvų komanda dalyvaus „Valerijono“ vaistinės edukacinėje programoje „Šeštadienio pusryčiai“, kurios metu mokysis pakeisti pabodusius savaitgalio pusryčių įpročius, atras naują skonį ir patrauklius pusryčių pateikimo šeimai būdus.

3. Projekto metu vyks vaikų pokalbiai, diskusijos apie sveiką mitybą, animacinių filmukų apie daržoves žiūrėjimas, užduočių atlikimas, organizuojami renginiai: „Sukurk savo pusryčių lėkštę“, „Atspėk kas tai? (ragauti daržoves užrištomis akimis ir pasakyti, kas tai)“.

Darželinukų tėvai ir lopšelio-darželio darbuotojai dalyvaus mokymuose/seminare, kurio metu bus diskutuojama apie gero maisto kokybę, jo įvairovę, maitinimo režimą ir kitus pagrindinius

reikalavimus vaikų maitinimui.

4. Vaikai gaus savaitės valgiaraščius, iš kurių pasigamins knygelę. Joje kasdien pažymės, kokius patiekalus valgė noriai, kuriuos – nelabai, o kurių – iš viso nevalgė. Savaitės pabaigoje išrinks vaikų mėgstamiausius ir nemėgstamiausius patiekalus. Tyrimo duomenis pristatys lopšelio-darželio dietistui, visuomenės sveikatos priežiūros specialistui ir aptars su jais savo maisto produktų pasirinkimą.

Darželinukai kartu su visuomenės sveikatos priežiūros specialiste aptars „Sveiko maisto piramidę“, įvardins ką matė paveikslėliuose. Vaikai sužinos, kad maisto pasirinkimo piramidės pagrindą sudaro dvi maisto produktų grupės – daržovės, vaisiai, uogos ir grūdiniai produktai, kurių rekomenduojama vartoti kasdien ir kelis kartus per dieną. Grupėse apsilankys Šeimininkė, kuri atneš jiems pintinę morkų, iš kurių vaikai spaus sultis ir jas ragaus, apibūdins skonį.

2.3. Kokiai gyventojų grupei skirta ši priemonė (projektas):

Lopšelio-darželio ugdytiniai, jų tėvai, lopšelio-darželio darbuotojai.

2.4. Problema / situacijos analizė (Glaustai aprašykite problemos bei situacijos analizę):

Mityba – vienas svarbiausių vaiko sveiko augimo ir vystymosi faktorių. Nuo mažens svarbu formuoti sveikos mitybos įpročius: laikytis maitinimosi režimo, valgyti sveiką maistą, išskiriant vaisių ir daržovių svarbą. Siekiant užtikrinti palankią vaikų mitybą, maisto saugą ir geriausią kokybę nuo 2018 m. rugsėjo 1 d. lopšeliuose-darželiuose pakeisti valgiaraščiai. Juose daugiau daržovių ir patiekalų iš jų, žalumynų. Pastebėjome, kad vaikai nelabai noriai jas valgo, nors daržovių ir vaisių reikšmė žmogaus organizmui yra labai didelė. Tai vitaminų, maistinių skaidulų, mineralinių medžiagų, organinių rūgščių, angliavandenių šaltinis. Reikia ieškoti būdų ir formų, kaip išspręsti šią problemą. Ikimokyklinis amžius ypatingas tuo, kad tuomet formuojasi vaiko maitinimosi stereotipai, valgymo įpročiai ir vienokios ar kitokios nuostatos mitybos atžvilgiu.

Mokslininkai teigia, kad 70 % lėtinių ligų atsiranda dėl to, kad žmonės neteisingai maitinasi. Daugelį kamuoja nutukimas, širdies ir kraujagyslių sistemos ligos. Už vaiko sveikatą, jo visavertį augimą yra atsakingi žmonės, esantys jo artimiausioje aplinkoje – tėvai ir lopšelio-darželio darbuotojai. Visų pirma, jie patys turi būti susipažinę su sveikos mitybos principais ir jų laikytis. Tik tuomet galima kalbėti apie jų auginamų, ugdomų vaikų sveiką mitybą. Todėl šis projektas apima ne tik darbą su vaikais, bet ir tėvų, lopšelio-darželio darbuotojų įtraukimą į sveikos mitybos propagavimą.

Dažnai susiduriame su problema, kai vaikai nenori net ragauti jiems siūlomų daržovių, žalumynų. Specialistų teigimu, yra būdų vaikus sudominti daržo gėrybėmis taip, kad apie daržoves, žalumynus mažyliai pasakotų patys, o radę lėkštėje – nedvejodami ragautų. Pirmiausia reikia, kad daržovių auginimo procesą vaikai galėtų stebėti iš arti ir patys prie jo prisidėtų. Lopšelis-darželis turi šiltnamį, kuriame praėjusiais metais su vaikais auginome pomidorus, agurkus, paprikas. Vaikų pasodintos, prižiūrėtos, užaugintos gėrybės padėjo jiems greičiau pamėgti daržoves. Vasaros metu vaikai kasdien lauke valgė pirmąjį derlių - pomidorus, agurkus, paprikas. Šiais metais planuojame auginti įvairesnes daržoves (cukinijas, kopūstus, svogūnus, ridikėlius ir kt.) ir pratinti vaikus jas valgyti žalias ar pačių virtas, troškintas, keptas. Svarbu užtikrinti, jog vaikai valgytų kuo daugiau daržovių. Tačiau tik pasakojant apie jų naudą sveikatai, nieko nepasieksime. Projekto metu skatinsime vaikus gaminti ir ragauti sveikus užkandžius, padėsime jiems ugdytis teisingos mitybos įgūdžius.

Lopšelio-darželio mokytojai, siekdami sužinoti naujos informacijos apie sveiką mitybą, nori dalyvauti mokymuose/seminaruose, bet jie retai organizuojami. Tokiuose mokymuose dalyvavo tik lopšelio-darželio dietistas, virėjai. Darželinukų tėvams taip pat nepakanka žinių apie sveiką mitybą, nors apie tai kalbama tėvų susirinkimuose, viešinama stendinė medžiaga. Pokalbių metu tėvai sakė, kad ne visada skatina savo vaikus valgyti kuo įvairesnes daržoves ar patiekalus iš jų, ne visi rodo pavyzdį vaikams patys valgydami sveikus maisto produktus. Manome, kad tik aktyviai bendraujant ir bendradarbiaujant su darželinukų tėvais, vykdant šviečiamąją jų veiklą, galima išugdyti sveikus vaikų mitybos įpročius. Projekto metu sieksime teoriškai ir praktiškai gilinti suaugusiųjų žinias apie sveiką vaikų mitybą, nes sveikos mitybos ugdymas turi būti vykdomas tiek

darželyje, tiek namuose. Darželinukų tėvai, lopšelio-darželio darbuotojai turi būti lankstūs, privalo tobulėti patys ir suteikti pakankamai žinių vaikams.

2.5. Priemonės (projekto) tikslas:

Formuoti tinkamus maitinimosi įpročius, skatinti sveikos mitybos taisykles taikyti kasdieniniame gyvenime.

2.6. Priemonės (projekto) uždaviniai:

- Plėsti vaikų žinias apie daržoves, vaisius ir kitus maisto produktus, kuriuos sveika valgyti.
- Pratinti vaikus lopšelyje-darželyje ir namie kasdien valgyti vaisius ir daržoves.
- Ugdyti projekto dalyvių sveiko maisto gaminimo įgūdžius.
- Suteikti darbuotojams, ugdytinių tėvams žinių apie sveiką mitybą.
- Įtraukti ugdytinių tėvus į projekto veiklą, siekiant įstaigos ir šeimos vientiso vaiko sveikos mitybos nuostatų formavimo.

2.7. Veiklos planas. Rekomenduojame informaciją pateikti tokia forma:

Veikla												Vieta	Vykdotojas
	Kovas	Balandis	Gegužė	Birželis	Liepa	Rugpjūtis	Rugsėjis	Spalis	Lapkritis	Gruodis			
Popietė „Ragauk ir skanauk“							x					Meškuičių lopšelis-darželis	Meškuičių lopšelio-darželio mokytojai
Edukacinė programa „Daržoviukai“							x					Meškuičių lopšelis-darželis	Meškuičių lopšelio-darželio mokytojai, mažoji bendrija „Mažųjų ugdymas“
Ugdomoji veikla grupėse ir renginiai: „Sukurk savo pusryčių lėkštę“, „Atspėk, kas tai“							x					Meškuičių lopšelis-darželis	Meškuičių lopšelio-darželio mokytojai
Knygelės „Mano mėgstamiausi patiekalai“ gamyba							x					Meškuičių lopšelis-darželis	Meškuičių lopšelio-darželio mokytojai
Edukacija „Šeštadienio pusryčiai“ lopšelio-darželio darbuotojams, ugdytinių tėvams.						x						„Valerijono“ vaistinė	Meškuičių lopšelio-darželio mokytojai, „Valerijono“ vaistinė

2.8. Planuojamų priemonių išlaidos

Eil. Nr.	Išlaidų paskirtis	Reikalinga suma priemonei įgyvendinti	Lėšos iš kitų šaltinių	Išlaidų detalizavimas	Prašoma lėšų suma iš Visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos
1.	Edukacinė programa „Daržoviukai“.	280 Eur	80 Eur	Mažosios bendrijos „Mažųjų ugdymas“ edukacinė programa „Daržoviukai“	200 Eur
2.	Edukacinė programa darželinukų tėvams, lopšelio-darželio darbuotojams.	100 Eur	-	Edukacinė programa „Šeštadienio pusryčiai“ „Valerijono“ vaistinėje	100 Eur
4.	Priemonės vaikų edukacinei veiklai, žaidimams.	30 Eur	30 Eur	Medinių pjaustyto vaisių rinkinys, medinės dėlionės vaisiai, daržovės, mėsa, žuvis.	-

Iš viso	410 Eur	110 Eur	300 Eur
---------	---------	---------	---------

2.9. Vertinimo kriterijai (rodikliai, apskaičiuojami matavimo vienetais)

Eil. Nr.	Vertinimo kriterijai (paskaitų, dalyvių, paslaugų, straipsnių spaudoje, informacinių laidų, leidinių ir pan. skaičius).	Skaičius
1.	Edukacinės programos „Daržoviukai“ metu darželinukai susipažins su daržovėmis, sužinos apie jų naudą sveikatai.	Edukacinėje programoje dalyvaus 60 vaikų.
2.	Lopšelio-darželio darbuotojų, darželinukų tėvų komanda dalyvaus „Valerijono“ vaistinės edukacinėje programoje „Šeštadienio pusryčiai“, kurios metu išmoks pakeisti pabodusius savaitgalio pusryčių įpročius, atras naują skonį ir patrauklius pusryčių pateikimo šeimai būdus.	Edukacinėje programoje dalyvaus 10 projekto dalyvių komanda.
3.	Padaugės vaikų valgančių įvairias daržoves ir patiekalus iš jų.	100% vaikų ragaus, 80% – valgys daržoves ir jų salotas, 65% - patiekalus iš ankštinių daržovių.

2.10. Laukiamas priemonės rezultatas tikslinei grupei ir / ar bendruomenei:

Darželinukai žinos, kaip reikia sveikai maitintis, pamėgs daržoves, žalumynus ir patiekalus iš jų. Suaugusiems skatinant, rodant teigiamą pavyzdį, vaikai dažniau rinksis daržoves, o ne saldumynus. Vaikai patirs teigiamų emocijų gamindami ir ruošdami maistą iš daržovių, žalumynų, spausdami sultis. Į projektą bus įtraukti tėvai, lopšelio-darželio darbuotojai. Tokiu būdu vaikai praleis daugiau laiko su jais bendraudami ir gamindami patiekalus iš daržovių, žalumynų. Darželinukų tėvai, lopšelio-darželio darbuotojai žinos pagrindinius sveikos mitybos principus ir taisykles ir, juos taikydami, mokės tinkamai pasirinkti sveikatai palankesnius maisto produktus bei pratins tai daryti vaikus.

2.11. Tęstinumo galimybės:

Toliau plėsti vaikų, jų tėvų, lopšelio-darželio darbuotojų žinias apie sveiką mitybą. Naudoti grožinę literatūrą, tautosaką, įvairias menines veiklas, išraiškos priemones, informaciją, ekskursijas, metodus. Bendrauti ir bendradarbiauti su ūkininkais, kepėjais, pardavėjais, medikais plėtojant šį projektą.

3. Papildoma informacija

3.1. Papildomi finansavimo šaltiniai:

130 Eur Šiaulių r. Meškuičių lopšelio-darželio lėšos

3.2. Priemonių vykdymo patirtis:

Šiaulių r. Meškuičių lopšelis-darželis yra pripažintas sveikatą stiprinančia mokykla. Įgyvendinama sveikatos stiprinimo programa „Sveikas darželis 2019-2023 m.“. 2019 m. lapkričio mėn. lopšelis-darželis apdovanotas Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto, sveikatos apsaugos ministrų padėka už aktyvų dalyvavimą iniciatyvoje „Aktyviai, draugiškai, sveikai“, sveikesnės mokyklos bendruomenės kūrimą ir sveiko gyvenimo vertybių puoselėjimą. Lopšelis-darželis kasmet rengia Šiaulių rajono savivaldybės finansuojamus projektus. 2017 m. laimėtas projekto „Vanduo – sveikatos šaltinis“ (143 eur), 2018 m. - „Vanduo – geras draugas“ (200 eur), 2019 m. - „Smalsučiai – plaukimo čempionai“ (100 eur) finansavimas.

3.3. Rekomendacijos:

VO „Meškuičių bendruomenė“ rekomendacija „Dėl projekto rėmimo“.

3.4. Prie paraiškos pridedama:

1. VO „Meškuičių bendruomenė“ 2020 m. sausio 15 d. rekomendacija Nr. S-1 „Dėl projekto rėmimo“ (1 lapas).
2. Šiaulių r. Meškuičių lopšelio-darželio 2020 m. sausio 16 d. garantinis raštas Nr. S-7 (1 lapas).

2020 m. sausio 16 d.

Direktorė



A. V.

Sigita Užkuraitienė