

PATVIRTINTA
Vilniaus lopšelio-darželio „Švelnukas“
direktoriaus 2024 m. vasario 7 d.
įsakymu Nr. V-2024.11



VILNIAUS LOPŠELIO-DARŽELIO „ŠVELNUKAS“ RESPUBLIKINIO IKIMOKYKLINIO IR PRIEŠMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ EMOCINĖS SVEIKATOS PUOSELĖJIMO PROJEKTO „ĮKVĖPK-IŠKVĖPK“ NUOSTATAI

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Respublikinio ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos puoselėjimo projekto „Įkvėpk-iškvėpk“ (toliau – Projektas) nuostatai reglamentuoja Projekto tikslą, uždavinius, dalyvius, organizavimo ir vykdymo tvarką.

2. Projektą inicijuoja ir organizuoja Vilniaus lopšelio-darželio „Švelnukas“ priešmokyklinio ugdymo mokytoja Ingrida Kaladinskaitė ir ikimokyklinio ugdymo mokytoja Agnė Bražinskaitė.

3. Projektą koordinuoja Vilniaus lopšelio-darželio „Švelnukas“ psichologė Ernesta Karaciejienė.

4. Projektas vyks nuo 2024 m. vasario 12 d. iki kovo 12 d.

5. Projekto nuostatai skelbiami Vilniaus lopšelio-darželio „Švelnukas“ internetinėje svetainėje <http://www.svelnukas.vilnius.lm.lt/>, socialinio tinklo Facebook grupėse „Auklėtoja auklėtojai“ ir Projektui sukurtoje uždaroje Facebook grupėje „Įkvėpk-iškvėpk“.

6. Projekto aktualumas. Dėl pačių įvairiausių priežasčių šiuolaikiniame pasaulyje vis dažniau ne tik suaugę, bet ir vaikai patiria nuolatinį stresą, pyktį, nuovargį, sunkiai tvarkosi su emocijomis, sunkiai sukaupia dėmesį. Tai kenkia tiek fizinei, tiek emocinei vaikų gerovei. Todėl šiuo Projektu siekiama stiprinti vaikų emocinį atsparumą, puoselėti bendrumo ir empatijos jausmus, kurti ilgalaikį teigiamą poveikį vaikų ir visos bendruomenės psichologinei gerovei.

II. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

7. **Projekto tikslas** - taikant įvairias nesudėtingas meditacijos ir dėmesingumo praktikas, ugdyti vaikų ir mokytojų sąmoningumą, kurti tvirtesnę tarpusavio ryšį, mažinti stresą, dirglumą ir įtampą.

8. Uždaviniai:

8.1 Pasitelkiant nesudėtingus kvėpavimo, atsipalaidavimo, vizualizacijos, jogos ar kitus pratimus/praktikas, padėti vaikams lengviau susikaupti, išlaikyti dėmesį, efektyviau pailsėti, atrasti vidinę ramybę;

8.2 Kurti grupės/bendruomenės ritualus, padėsiančius puoselėti tvirtesnę tarpusavio ryšį, auginti empatiją, mažinti dirglumą, ugdyti atsparumą sunkioms emocijoms.

8.3 Plėsti savęs patyrimą, sąmoningumą, stiprinti vaikų ir mokytojų emocinę būklę.

III. PROJEKTO ORGANIZATORIAI IR DALYVIAI

9. Projektą organizuoja Vilniaus lopšelis-darželis „Švelnukas“, Giedraičių g. 60, Vilnius, LT-08212, tel. [8 5 276 6342](tel:852766342), el. p. rastine@svelnukas.vilnius.lm.lt.

10. Projekto koordinatore psichologė Ernesta Karaciejienė.

11. Projekto organizatoriai ir rengėjai: fizinio lavinimo mokytojas Stanislovas Čiučurka, psichologė Ernesta Karaciejienė, priešmokyklinio ugdymo mokytoja/metodininkė Roma Blažaitienė, priešmokyklinio ugdymo mokytoja Ingrida Kaladinskaitė ir ikimokyklinio ugdymo mokytoja Agnė Bražinskaitė.

12. Projekte kviečiami dalyvauti Lietuvos Respublikos ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo įstaigų bendruomenės nariai: ugdytiniai, jų tėvai (globėjai), pedagogai, švietimo pagalbos specialistai.

13. Kilus klausimams, kreiptis telefonu 8 648 33464 (Ingrida) arba 8 624 39938 (Agnė).

IV. ORGANIZAVIMO TVARKA

14. Dalyviai siunčia užpildytą anketą (priedas Nr. 1) elektroniniu paštu projektas656@gmail.com nuo 2024 m. vasario 12 d. iki 2024 m. vasario 23 d., nurodant projekto pavadinimą.

15. Dalyviai pateikia vaizdinę medžiagą (nuotraukas, video), kuriuose matosi taikomos nusiramino, dėmesingumo ar kitos praktikos, įvairūs grupėje praktikuojami būdai, metodai, ritualai, priemonės.

16. Vaizdinė medžiaga keliama į uždara Facebook grupę „Įkvėpk-iškvėpk“ (<https://www.facebook.com/groups/7052017404874905/about>) nuo 2024 m. vasario 12 d. iki 2024 m. kovo 12 d. Būtina nurodyti ugdymo įstaigos pavadinimą, grupės pavadinimą, vaikų amžių, mokytojo vardą ir pavardę, trumpai aprašyti naudojamą metodą/praktiką/priemonę. Vaikų veidų vaizdinėje medžiagoje turi nesimatyti arba jie turi būti uždengti.

17. Projekto metu atsiųsti metodai, praktikos ir kiti pavyzdžiai bus talpinami į elektroninę knygą, kurią peržiūrėti bus galima Vilniaus lopšelio-darželio „Švelnukas“ internetinėje svetainėje <http://www.svelnukas.vilnius.lm.lt/>

V. BAIGIAMOS NUOSTATOS

18. Projekto dalyviams bus išduoti Vilniaus lopšelio-darželio „Švelnukas“ padėkos raštai, kurie, projektui pasibaigus, bus įkelti į „Facebook“ grupę „Įkvėpk-iškvėpk“, taip pat bus pridėtas dalyvių sąrašas.

19. Vadovaujantis BDA Reglamento 6 straipsniu, projekto dalyvių informavimo tikslais bus tvarkomi dalyvių asmens duomenys (atstovaujama įstaiga, mokytojo vardas ir pavardė, el. pašto adresas, tel.).

20. Dalyviai sutinka, kad jų asmens duomenys (vardas, pavardė, darbovietė) bus įtraukti į bendrą dalyvių sąrašą.

Priedas Nr.1

Ugdymo įstaigos pavadinimas	
El. paštas, tel.	
Pedagogo vardas, pavardė	