PATVIRTINTA

Šilalės lopšelio-darželio „Žiogelis“

direktoriaus 2022 m. gegužės 6 d.

įsakymu Nr. Į-62-(1.4)

**RESPUBLIKINIO IKIMOKYKLINIO UGDYMO ĮSTAIGŲ BENDRUOMENIŲ**

**SVEIKOS MITYBOS ŠVIETIMO PROJEKTO**

**„OI TU, GRIKI, GRIKELI!“**

**NUOSTATAI**

**I. BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Respublikinio ikimokyklinio ugdymo įstaigų bendruomenių sveikos mitybos projekto „Oi tu, griki, grikeli!“ (toliau – Projektas) nuostatai reglamentuoja projekto tikslą, uždavinius, atsakingus vykdytojus, dalyvius, socialinius partnerius, organizavimo ir vykdymo tvarką.

2. Projekto aktualumas. **Kruopos – nuo seniausių laikų vienas naudingiausių ir maistingiausių produktų. Maisto piramidėje grūdiniai produktai ir kruopos dalinasi apatine pakopa su daržovėmis ir vaisiais.** Grikiai yra vieni iš naudingiausių kruopų. Grikiuose labai gera baltymų sudėtis – yra visos nepakeičiamosios amino rūgštys, todėl jais galima pakeisti mėsą. Grikių kruopos pirmauja pagal B grupės vitaminų kiekį. Šie vitaminai pagreitina medžiagų apykaitą ir stiprina nervų sistemą. Taip pat jie turi daug mangano, cinko, vario, folinės rūgšties.

Nors daugelis suprantame košės maistinę vertę, vaikai vis dar ją asocijuoja su pilku ir nuobodžiu patiekalu, kuris jiems paprasčiausiai nepatrauklus. Todėl natūralu, kad vaikai pilką ir nuobodžią košę mieliau keičia į spalvingus dribsnius ar saldžius batonėlius.

Norint, kad vaikai būtų sveiki ir energingi, labai svarbu apie tinkamą mitybą kalbėti kuo anksčiau. Mes, pedagogai, turime nepamiršti žaismingų ir patrauklių mokymo formų, kurios vaikams būtų įdomios, tad tikime, kad mūsų organizuojamas projektas pakeis vaikų požiūrį į grikių košę.

Veikla prasideda nuo grikių pasėjimo: darželyje esančiame sklype, namuose, sode, pas močiutę kaime. Stebėjimas, daigelių iš grūdų išaugimo laukimas, skatina vaiko smalsumą, kantrumą, suteikia žinių apie tai, ko reikia augalui, kad jis galėtų išvysti saulės šviesą, ugdo pagarbą gyvybei. Vaikai, kartu su tėveliais, seneliais augina, prižiūri, bendrauja, įgauna naujų žinių, ko reikia, kad grikiai augtų, žydėtų, užaugintų sėklas. Tai – didelė patirtis, nes vaikas gali stebėti augalo išvaizdą, lapų ir žiedų spalvą bei formą, naujai subrandintas sėklas. Rudenį grikiai turi būti nukertami ir sustatomi į gubeles džiovinimui, pabandoma juos iškulti. Visas grikio sėklytės gyvenimas turi būti užfiksuotas nuotraukose.

Rudenį siūlome organizuoti „Košės šventę“, įtraukiant žaidimus, ratelius, dainas dar kartą aptarti košės svarbą augančiam vaikui..

Kviečiame į Projekto veiklas įsijungti Lietuvos švietimo įstaigas ir gyvai supažindinti vaikus su grikio sėklos keliu, kol jis tampa visiems vaikams skania ir naudinga koše.

**II. PROJEKTO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI**

3. Tikslas – gilinti Lietuvos Respublikos švietimo įstaigų bendruomenių pažinimo, gamtamokslinę ir sveikos mitybos kompetencijas bei skatinti partnerystę.

4. Projekto uždaviniai:

5.1. Suteikti vaikui pažinimo džiaugsmą auginant grikius nuo sėklos pasėjimo iki košės patekimo ant stalo kartu su pedagogu ir šeima.

5.2. Efektyvinti pedagogų ir šeimos bendradarbiavimą organizuojant ugdomąją veiklą.

5.3. Puoselėti vaiko dvasines, kūrybines galias: grikių priežiūra, bendravimas su jais plečia vaikų akiratį, padeda suvokti daugelį gyvosios aplinkos reiškinių, jų kaitą, vystymąsi, lavina pastabumą ir mąstymą, skatina vaikų smalsumą, ugdo vaikų atsakomybės už visa, kas gyva, jausmą, formuoja savarankiškumą, gerumą, švelnumą, atjautą, teikia džiaugsmą, grožį.

5.4. Prisidėti prie žaliųjų ugdymo erdvių kūrimo ir plėtotės švietimo įstaigų aplinkoje, skatinant pažinti artimiausią aplinką ir ją kūrybiškai naudoti ugdymo procese.

5.5. Supažindinti vaikus su įvairiomis kruopomis ir iš jų gaunamomis košėmis.

5.6. Ugdyti vaikų kūrybiškumą, saviraišką gaminant darbelius parodai. Darbų atlikimui naudoti grikių augalus, kruopas.

5.7. Minti mįsles, klausytis pasakų, patarlių apie kruopas, diskutuoti apie garbingą ūkininko darbą.

5.8. Esant sąlygoms, pabandyti patiems išsivirti grikių košės.

5.9. Supažindinti auklėtinius su sveikos mitybos piramide, atkreipiant dėmesį, kurioje vietoje yra kruopos ir kuo jos svarbios mūsų organizmui.

5.10. Skatinti Lietuvos Respublikos švietimo įstaigų bendravimą ir bendradarbiavimą, siekiant geresnės ugdymo kokybės.

**III. PROJEKTO VEIKLOS**

6. Dirvos paruošimas ir grikių sėjimas (sėjai tinkami neskrudinti grikiai, kuriuos galima nusipirkti maisto prekių parduotuvėse). Pedagogai ar šeimos nariai kartu su vaikais sėja grikius gegužės pabaigoje. Vaikams teikiama informacija apie dirvožemį, kokios sąlygos yra būtinos, kad augalai augtų, žydėtų, subrandintų sėklas.

7. Vasarą vaikai kartu su pedagogu ar šeimos nariais prižiūri ir stebi augalus, fiksuoja jų augimą, tyrinėja lapų ir žiedų spalvą ir formą.

8. Vaikai stebi grikiuose gyvenančius vabalus ir aptaria, kurie naudingi, o kurie gali kenkti augalams.

9. Rudenį augalai nukertami ir pabandoma juos nukulti, iškultomis sėklomis maitinti paukštelius žiemą.

10. Sveikos mitybos piramidės nagrinėjimas.

11. „Košės šventės“ organizavimas.

**IV. PROJEKTO ORGANIZAVIMAS IR TRUKMĖ**

12. Projekto organizatoriai – Šilalės lopšelis-darželis „Žiogelis“ a**dresas:** Kovo 11-osios g. 22, Šilalė, **telefonas:** (8 449) 74 496, **el. paštas:** [ziogelis@inbox.lt](mailto:ziogelis@inbox.lt). Projekto darbo grupė: direktorė Renata Rimkuvienė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui Kristina Ačė, ikimokyklinio ugdymo mokytojos: Sigita Bartkuvienė, Jovita Aužbikavičienė, Daiva Pilypienė, Monika Čapaitė.

1. Projekto trukmė. Projekto „Oi tu, griki, grikeli!“ **pradžia – 2022.05.06**, **pabaiga – 2022.10.31**
2. Projekto nuostatai skelbiami įstaigos internetiniame puslapyje <http://www.silalesdarzelis.lt/>

**V. REIKALAVIMAI PROJEKTO DALYVIAMS**

15. Būtina projekto registracija <https://docs.google.com/forms/d/1rFrbQ81bYmdWqDoaG74Lj78qQxdlkQOmGDDcoG7nBMw/edit#responses>

16. Projekte dalyvauja: ikimokyklinių įstaigų vaikai, jų tėvai bei pedagogai. Projekto vykdymo etapai fiksuojami nuotraukose, kurios talpinamos į projektui sukurtą virtualią uždarą Facebook grupę „Oi tu, griki, grikeli!“.

17. Nuotraukos keliamos nuo 2022 m. gegužės 6 d. iki spalio 31 d. Pasibaigus Projekto terminui, nuotraukų prašome nebekelti.

18. Įkeliant nuotrauką, viršuje būtina nurodyti ugdymo įstaigos pavadinimą, miestą, rajoną, grupės pavadinimą, mokytojo vardą, pavardę.

19.Visiems Projekto dalyviams ir pedagogams skiriamos padėkos (bus įkeltos į uždarą Facebook grupę „Oi tu, griki, grikeli!“).

**VI. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

20. Projekto organizatoriai pasilieka teisę publikuoti darbus įvairiuose leidiniuose, erdvėse ir tinklalapiuose.

21. Projekto dalyviai, publikuodami foto patvirtina, kad projekto dalyvių (vaikų, pedagogų ir kita) asmens duomenys ir veido atvaizdai buvo gauti teisėtai, nepažeidžiant apsaugos duomenų reikalavimų. Projekto dalyvių duomenys bus naudojami tik Projekto viešinimui.

22. Dalyvavimas šiame Projekte reiškia autoriaus (-ių) sutikimą su visomis Projekto sąlygomis.

23. Projekto organizatorius įsipareigoja neviešinti dalyvių pateiktos asmeninės, kontaktinės informacijos.

24. Projekto organizatorius esant būtinybei, pasilieka teisę keisti taisykles, dalyvavimo sąlygas.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_