



## Priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikos mitybos ugdymas patyriminių veiklų metu

**Dovilė Žilinskienė, Inga Paužaitė**

*Kauno kolegija, Menų ir ugdymo fakultetas, Pedagogikos katedra*

**Edita Dulkinienė (vadovė)**

*Kauno kolegija, Menų ir ugdymo fakultetas, Pedagogikos katedra*

**Adresas:** Pramonės pr. 20, Kaunas  
**E. puslapis:** <https://www.kaunokolegija.lt/muf/>  
**E. paštas:** [dovile.zil001@go.kauko.lt](mailto:dovile.zil001@go.kauko.lt), [inga.pau492@go.kauko.lt](mailto:inga.pau492@go.kauko.lt)  
**Telefona nr.:** +370 64633623  
**Tyrimų kryptis (-ys):** S007 edukologija

**Tyrimo tikslas.** Atskleisti priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikos mitybos ugdymą(si) patyriminių veiklų metu  
**Tyrimo metodai.** Mokslinės literatūros ir dokumentų analizė. Projektinė veikla.

**Rezultatai ir / arba išvados.** Ugdomųjų veiklų metu vaikai lavino sveikos gyvensenos įgūdžius ir turtino savo žodyną, praktikavo saugų elgesį su priemonėmis, skirtomis veikloms atlikti.

Sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymas turėtų būti tolygus, analogiškas tiek darželyje, tiek namuose. Šeimos ir ugdymo įstaigos bendradarbiavimas – esminis veiksnys, užtikrinantis sėkmingą sveikatos įgūdžių ugdymo(si) procesą.

**Originalumas ir / arba praktinis reikšmingumas.** Sveikatos sampratos ugdymas priešmokykliniame vaikų amžiuje labai svarbi ne tik medicininė, bet ir pedagoginė problema. Pedagogai turi skirti pakankamai dėmesio sveikatos žinioms perduoti, vaikų sveikos gyvensenos įgūdžiams bei įpročiams formuoti. Priešmokykliniame vaikų amžiuje, siekiant įtvirtinti sveikos gyvensenos įgūdžius, turi būti ugdoma sveikatos, kaip vertybės samprata: išmokyti vaikus pažinti, suvokti save, suteikti žinių apie sveikatos stiprinimą, laikytis sveikos gyvensenos principų kasdienėje veikloje (Stručinskienė, 2012). Vaikai aplinkinį pasaulį pažįsta per pojūčius: ragaudami, liesdami, užuosdami, matydami, girdėdami. Išvystyti pojūčiai padeda vaikui geriau orientuotis aplinkoje, skatina mąstymo, atminties, dėmesio vystymąsi. Lavinant ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų pojūčius, vaikai atranda savąjį aš, ugdo gebėjimą įsisąmoninti savo norus, jausmus, poreikius, mokosi kelti tikslus ir juos įgyvendinti.

**Reikšminiai žodžiai:** patyriminės veiklos, pojūčiai, priešmokyklinis amžius, sveika gyvensena, sveikatos samprata.