

**TARTU LASTEAED PLOOMIKE TERVISE TEGEVUSKAVA (2020-2021)**

**Lasteaia missioon: Loomelapsele turvalise ja harmoonilise kasvukeskkonna, väärtustades tervislikke eluviise, loovust ja hoolivust ning toetades koostöös peredega lapse igakülgset arengut.**

TEL-põhimõtted lähtuvad sõnast:

**A I T A**

mis täpsemalt on jaotatud kolmeks grupiks, igas grupis on oma lööklause:

**LAPSED:** „Toit meie laual – sööme ära“. „Kehaline tegevus parandab meeleolu“

**HUVI GRUPP:** „Koostöö viib sihile“

**TÖÖTAJAD:** „Terve töötaja on rõõmus ja aktiivne“

Lasteaia 2020-2021 kalenderplaani on läbi põimitud tervist edendavate üritustega.

<b>LAPSED</b>			
<b>Üldeesmärk</b>	<b>„Toit meie laual - sööme ära“</b>	<b>Tegevused</b>	<b>Vastutaja</b>
* Tõsta laste teadlikust tervislikust toitumisest. * Pakkuda tervislikumat toitu.	Tervisehommikud	Rühmaõpetajad viivad hommikuringides läbi õppe-kasvatustööd tervisliku toitumise teemadel. Konkreetse aja ja teemad valivad õpetajad ise. Kätepesupäeva tähistamine rühmades.	<i>Rühmaõpetajad, TEL-meeskond</i>
	Puu- ja köögiviljade teema käsitlemine rühmades. Võimalusel koostame ise puu- ja köögiviljade tervislikuma kasutamise projekti (PRIA aprill–mai 2021.). Leib kui tervislik toit.	Ühel vabalt valitud praepäeval nädalas valmistatakse rühmas koos lastega köögiviljasalatit (kokku 3-4x). Kuu viimasel reedel jätkub puuviljasalati valmistamise traditsioon. Putrudesse paneme moosi asemel külmutatud marju, mahlajoogi asemel toidu kõrvale maitsevesi ja reedesel küpsetamisel vähendame etteantud suhkrukogust. Võimalusel mahetalukülustus, puu- ja köögiviljateemaline loovtöö vms kevadel 2021.  Leiva küpsetamine rühmades.	<i>TEL-meeskond, rühmaõpetajad</i>
<b>Üldeesmärk</b>	<b>„Kehaline tegevus parandab meeleolu“</b>		
* Võimaldada aktiivset kehalist liikumist.	Korraldatakse spordipäevad lasteaias (sügis-, tali-, kevadspordipäev). Võimalusel võetakse osa ülelinnalistest spordipäevadest (“Kalevi” spordiseltsi spordipäevad sügisel (?) ja kevadel) ja	Täpsem info lasteaia 2020–2021 kalenderplaanis.	<i>Liikumisõpetaja Heli Põder. Kaasatud: TEL-meeskond,</i>

	<p>”Rütmika” võimlemispeost. Koolieelikutele ja 4-6a vanusegrupile uisutamine Lõunakeskuses. 6-7a lastele tutvumine ratsaspordiga ja võimalusel vibuspordiga. Sügismatk Kiidjärve matkaradadele. Tutvume ”Kuklaste kuningriigiga” ning õpime seeni tundma. Loodusmatk Selli-Sillaotsa loodusõpperajale. Elistvere loomapargi külastus koolieelikutele detsembris, loodusmatk Taevaskoja matkarajale aprillis ning traditsiooniline matk Vapramäele mais. Orienteerumismängud vanema vanusegrupi lastele. Aktiivset liikumist võimaldatakse ka erinevatel rahvakalendri tähtpäevadele pühendatud üritustel (mihkclipäeva pidu, vastlapäev) ning tervisenädalatel ja -kuudel (rahvusvaheline spordinädal septembris ja südamekuu aprillis). Tellime suusabussi.</p>		<p><i>lapsevanemad.</i></p>
--	---	--	-----------------------------

### HUVIGRUPP (lapsevanemad, TAI, KOV)

Üldeesmärk	„Koostöö viib sihile“	Tegevused	Vastutaja
<p>* Huvigruppide informeerimine, kaasamine ning koostöö.</p>	<p>Ülelinnalistest üritustest teavitamine. Koostöö lapsevanematega üritustest osavõtu organiseerimisel ja ürituste korraldamisel.</p>	<p>Täpsem info <a href="http://www.tartu.ee">www.tartu.ee</a> (tervisekalender), info õigeaegne jõudmine lapsevanemani (lasteaiast infostend, rühma-listi, kirjavahetus, e-post jm). Lasteaiast ürituste korraldamine (n kevadine spordipäev).</p>	<p><i>Liikumisõpetaja Heli Pöder, Kaasatud: TEL-meeskond, rühmaõpetajad.</i></p>
	<p>Koostöö erinevate tervise- ja spordi- ja haridusasutustega üritustest osavõtu organiseerimisel ja õppevahendite hankimisel.</p>	<p>Tartu Linna tervishoiuosakond – nõustamine ning kampaaniates ja projektides osalemine. TAI - koolituste võimaldamine. Spordiselts „Kalev” – ülelinnalisel spordipäeval osalemine. Võimlemisklubi „Rütmika” – osavõtt võimlemispeost. Asrti Arena – uisutamine lastele. O/Ü Suusakool – suusapäeva läbiviimine. Maanteeamet – koolituste ja liikluskasvatuse õppevahendite võimaldamine. Tartu Ratsakool – ratsutamine koolieelikutele. Tartu Vibuklubi/Tartu valla spordikool – vibuspordi tutvustus (võimalusel)</p>	<p><i>Liikumisõpetaja Heli Pöder, Kaasatud: TEL-meeskond, rühmaõpetajad.</i></p>

<b>PERSONAL</b>			
<b>Üldeesmärk</b>	<b>„Terve töötaja on rõõmus ja aktiivne“</b>	<b>Tegevused</b>	<b>Vastutaja</b>
*Kolleege motiveeritakse aktiivselt liikuma. Lasteaia personalile võimaldatakse osalemist erinevatel sportlikel üritustel.	Personal osaleb aktiivselt lasteaia spordipäevadel ja võtab osa ülelinnalistest terviseüritustest.	Täpsem info lasteaia 2020–2021 kalenderplaanis ja Tartu linna kodulehel.	<i>Liikumisõpetaja Heli Põder Kaasatud: TEL-meeskond.</i>
	Liikumine looduses.	Matk v. muu sportlik üritus sügisel. Matk v. muu sportlik üritus kevadel.	<i>Liikumisõpetaja Heli Põder Kaasatud: TEL-meeskond.</i>
* Kolleege motiveeritakse tervislikult toituma.	Personal teadvustab tervislikku toitumist	Töötajatele organiseeritakse linnamatk-orienteerumine, kus kontrollpunktides on valikvastustega küsimused ka tervisliku toitumise kohta.	<i>Liikumisõpetaja Heli Põder Kaasatud: TEL-meeskond.</i>