

Dobeles Jaunatnes iniciatīvu un veselības centra nodarbību piedāvājums

Neformālās izglītības programma

Pirmsskolas vecuma izglītojamajiem



Veselīgs dzīvesveids

1. **Skelets skapī.** Nodarbība par cilvēka skeletu, tā uzbūvi un nozīmi. Papildus bērni tiek sniegts neliels ieskats par iekšējiem orgāniem, ko pasargā skelets. Nodarbībā piedalās skelets “Hugo”, lai uzskatāmāk izprastu kaulu sistēmu un mācīšanās procesu padarītu interesantāku.
2. **No mutes līdz podiņam.** Nodarbība par gremošanas traktu un tā orgāniem. Lai sīkāk uzzinātu, kāda nozīme ir katram gremošanas orgānam un kur nokļūst cilvēka apēstie produkti, nodarbības laikā tiek izmantota stilizēta gremošanas sistēma – digestīva.
3. **Veselīgs uzturs.** Nodarbība par veselīgu uzturu, uzturvielām, ēdienreizēm. Nodarbības laikā tiek izveidots uztura aplis, kā arī pārrunāti jautājumi, kādus pārtikas produktus ir veselīgi izvēlēties katrā ēdienreizē.
4. **Izkusties.** Nodarbība par kustību nozīmi cilvēka dzīvē, par stāju un faktoriem, kas ietekmē tās veidošanos. Nodarbības laikā tiek runāts kā pareizi jāsež pie galda, kas notiek ar mugurkaulu nepareizi ceļot smagumus un pārmērīgi ilgi pavadot laiku pie datora.
5. **Higiēna.** Nodarbība par roku mazgāšanas nozīmīgumu, zobu un mutes higiēnu. Nodarbības laikā tiek apskatītas dažādas higiēnas preces un to lietošana, kā arī tiek pārrunāts, vai tās var koplietot ar citiem.



Droša vide apkārt

6. **Personiskā drošība.** Nodarbība, kurā bērniem tiek mācīts personiskās drošības jēdziens attiecībā ar citiem cilvēkiem – pazīstamiem, svešiem, pieaugušajiem un vienaudžiem, lai novērstu bērnu seksuālās izmantošanas riskus.
7. **Esi drošs.** Nodarbība par elektrodrošību, ugunsdrošību, ceļu satiksmes drošību, drošību saskarsmē ar dzīvniekiem un bīstamām vielām. Nodarbībā piedalās ezis Edzis un zaķis Bricis.