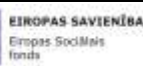


Pedagogu profesionālās kompetences pilnveides programma

Programmas nosaukums: Pirmsskolas un sākumskolas izglītības iestāžu pedagogu programma par bērnu mutes un zobu veselības veicināšanu saistībā ar veselīga uztura paradumiem.
Programmas apmācības sistēma: Klātienēs vai attālinātas tiešsaistes nodarbības
Programmas mērķauditorijas pedagoģisko vajadzību pamatojums: Profesionālo kompetenču apguve un pilnveide veicina mērķauditorijas profesionālās darba kvalitātes paaugstināšanos kā rezultātā tiek nodrošināts efektīvs darbs ar skolēniem mutes un zobu veselības veicināšanā saistībā ar veselīga uztura paradumiem.
Programmas mērķauditorija: Pirmsskolas un sākumskolas pedagogi
Programmas mērķis: Veicināt jaunu profesionālo kompetenču iegūšanu un esošo pilnveidi izglītības iestādē strādājošiem pedagogiem profesionālajā darbībā skolā un pirmsskolas darbā ar skolēniem mutes un zobu veselības veicināšanā saistībā ar veselīga uztura paradumiem.
Programmas uzdevumi: <ol style="list-style-type: none"> 1. Sniegt zināšanas pielietošanas (tālākās izglītošanas) līmenī un apgūt praktiskās tehnikas un metodes par mutes un zobu veselību, par uztura paradumu ietekmi uz mutes dobuma un zobu veselību; 2. Sagatavot pirmsskolas un sākumskolas pedagogus, kuri veic turpmāku skolēnu un viņu vecāku izglītošanu par uztura paradumu ietekmi uz mutes dobuma un zobu veselību un mutes un zobu veselības veicināšanu; 3. Veicināt pirmsskolas un sākumskolas bērnu kopējo zobu un mutes veselību un veselīgus uztura paradumus.
Programmas ilgums: 6 akadēmiskās stundas.
Plānotie rezultāti (iegūtās un pilnveidotās kompetences): <ul style="list-style-type: none"> • Pašorganizēšanās kompetence; • Personiskās kompetences; • Aktivitātes un darbības kompetences; • Tehniskās un metodiskās kompetences; • Sociāli komunikatīvās kompetences.
Kvalitātes nodrošināšanas pasākumi (atgriezeniskā saikne, programmas apguves vērtēšana): Programmas noslēgumā lektora profesionalitātes un programmas satura ietekmes un nākotnes ietekmes vērtēšana, izmantojot izglītības iestādes standartizēto anketu, Veselības ministrijas novērtējuma anketa.

Nr.p.k.	Tēma un īss saturiskais izklāsts	Minūšu skaits	Īstenošanas forma, metodes, pārbaudes formas un metodes	Nodarbību vadītājs
1	2	3	4	5
1.daļa – teorētiskā nodarbība				
1.1.	Mutes un zobu veselība <ul style="list-style-type: none"> • Zobu un smaganu nozīme būt veselīem. • Mutes dobums, mēle. • Siekalu nozīme mutes veselībā. 	45 min	Lekcija. Vizualizēšana. Mācību dialogs.	Asoc. prof. Egita Senakola, Bc.sc.sal., Mg. paed. Anda Mironova, Asoc. prof. A.



	<ul style="list-style-type: none"> • Piena zobi. • Maiņas sakodiens. • Zobu grupas. • Zoba anatomija. • Zobu bojāšanās iemesli (aplukums, baktērijas). • Smaganu iekaisums (gingivīts). • Slikta mutes higiēna. • Zobu kariess, riska faktori. • Zobu tīrīšanas pamatprincipi. • Zobu tīrīšanas rituāls • Zobu tīrīšana • Mutes kopšanas līdzekļi un palīg līdzekļi. • Bērna vecumam atbilstoša zobu suka. • Zobu pastas un zobu diegošana. • Uzraudzītā zobu tīrīšana. • Valsts apmaksāta zobārstniecība bērniem. 			Brinkmane, Liene Mangale
1.2.	<p>Uztura paradumu ietekme uz mutes dobuma un zobu veselību</p> <ul style="list-style-type: none"> • Situācija bērnu mutes veselības jomā Latvijā. • Mutes veselības riska faktori. • Ar uzturu saistītās slimības. • Pārtikas ietekme uz zobu veselību. • Zobiem neveselīgi produkti ar augstu cukura saturu. • Slēptie cukuri. • Zobu emaljas noārdīšanās, erozija. • Zobiem labvēlīgs uzturs. • Veselīgi, bet skābi produkti. • Piens un piena produkti, to nozīme zobu veselībā. • Fluorīdi un D vitamīns, to nozīme zobu veselībā. • Ogļhidrātu avoti uzturā • Pasaules Veselības organizācijas ieteikums. • Cukurs kā kariesa izraisītājs. • Zobu bojāšanās mehānisms. • Cukura daudzums dažādos produktos. • Dabīgs veids cīņai ar zobu bojāšanos. • Zobu bojāšanās novēršana. 	60 min	Lekcija. Vizualizēšana. Mācību dialogs.	Asoc. prof. Egita Senakola, Bc.sc.sal., Mg. paed. Anda Mironova, Asoc. prof. A. Brinkmane, Liene Mangale



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonda

ĪEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Programma tiek īstenota ESF projekta "Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi" (ID Nr. 9.2.4.1./16/1/001) ietvaros.

	<ul style="list-style-type: none"> • Veselīga un neveselīga uztura pulkstenis. • Mutes dobuma un zobu slimību profilakse. 			
1.3.	<p>Metodiskie ieteikumi pirmsskolas un sākumskolas izglītības iestāžu pedagogiem darbā ar bērniem par mutes dobuma un zobu veselības veicināšanu saistībā ar veselīga uztura paradumiem</p> <ul style="list-style-type: none"> • Metodiskā ieteikumu materiāla saturs un pielietošana. • Bērnu vecuma īpatnības. • Ieteicamās mācību metodes. Ieteikumu piemēri nodarbību paraugiem darbā ar pirmsskolas, 1.-2. klases un 3.-4. klases vecuma bērniem par tēmu «Zobiem veselīgs uzturs». 	30 min	Lekcija. Vizualizēšana. Mācību dialogs.	Asoc. prof. Egita Senakola, Bc.sc.sal., Mg. paed. Anda Mironova, Asoc. prof. A. Brinkmane, Liene Mangale
2.daļa – praktiskās nodarbības “Pirmsskolas un sākumskolas izglītības iestāžu pedagogu programma par bērnu mutes un zobu veselības veicināšanu saistībā ar veselīga uztura paradumiem”				
2.1.	<p>Pedagogu zināšanu par mutes un zobu veselības veicināšanu saistībā ar veselīga uztura paradumiem nostiprināšana un korekcija</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zobu bojāšanās mehānismi un to novēršana. • Pārtikas produkti, kas veicina zobu bojāšanos. • Fluorīdu nozīme un ieteicamās devas zobu veselības saglabāšanā. • Zobu tīrīšana un diegošanas apguves algoritms. • Rīcība zobu traumām gadījumā. 	75 min	Mācīšanās kafējnīca (“Learning cafe”) – darbs grupās. Diskusija. Prāta vētra. Mācību dialogs. Apskats. Demonstrēšana. Vingrināšanās. Vizualizēšana.	Asoc. prof. Egita Senakola, Bc.sc.sal., Mg. paed. Anda Mironova, Asoc. prof. A. Brinkmane, Liene Mangale
2.2.	<p>Praktisko iemaņu nostiprināšana zobu kopšanā un zobiem veselīgu, neveselīgu produktu atpazīšanā</p> <p>Aktivitāte Nr. 1., I. grupai “Zobu tīrīšanas metodes dažādos vecumos, zobu diegošana”</p> <ul style="list-style-type: none"> • Radīt izpratni par zobu tīrīšanas un diegošanas tehnikām bērniem dažādos vecumos. • Uzlabot pedagogu zobu 	60 min	Demonstrēšana. Darbs grupās. Diskusija. Demonstrēšana. Vizualizēšana.	Asoc. prof. Egita Senakola, Bc.sc.sal., Mg. paed. Anda Mironova, Asoc. prof. A. Brinkmane, Liene Mangale



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

ĪEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Programma tiek īstenota ESF projekta "Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi" (ID Nr. 9.2.4.1./16/1/001) ietvaros.

	<p>tīrīšanas un diegošanas iemaņas. Demonstrēt un izskaidrot šīs metodes citiem.</p> <ul style="list-style-type: none"> Uzlabot pedagogu spēju veikt bērnu zobu pārtīrīšanu un spēt to nodemonstrēt citiem (kolēģiem, vecākiem). <p>Aktivitāte Nr. 2, II grupai “Pārtikas produkti, kas satur pievienotu cukuru, un metodes bērnu apmācībā veselīga uztura veicināšanai”</p> <ul style="list-style-type: none"> Rosināt atpazīt pārtikas produktus ar pievienotu cukuru. Veicināt izpratni par ēšanas režīma nozīmi. Dažādu mācību metožu piedāvājums un pielietojums. 			
3.1.	Kopsavilkums – atgriezeniskā saite	5 min	Anketēšana.	Asoc. prof. Egita Senakola

Nepieciešamie materiāli un tehniskais nodrošinājums:

Teorētiskajai daļai: Tāfele, tāfeles rakstāmpiederumi, projektor ar datoru prezentācijas rādīšanai, interneta pieslēgums datoram. Skandas.

Praktiskajai daļai:

2.1. - pieci, vēlams apaļi, galdi, balti papīra galdauti (5 gab.), lapa ar jautājumiem (5 gab.), prezentācijas materiāls, kurā koncentrētā veidā dotas atbildes uz izmantotajiem jautājumiem, videomateriāls (<https://www.youtube.com/watch?v=boMi7OplQDc>) – autortiesības lektoriem;

2.2. - zobu mulāžas ar zobu sukām, zobu diegs; baltas lapas piezīmēm un rakstāmpiederumi, plakāti par zobu tīrīšanu un diegošanu, uztura piramīda, veselīga un neveselīga uztura pulkstenis, īsfilma par zobu pārtīrīšanas tehniku (līdzautore A.Mironova), <https://www.youtube.com/watch?v=BWa7aTMOLiI>, uzraudzītās zobu tīrīšanas plakāts (autortiesības Rīgas Stradiņa universitāte).