

PATVIRTINTA  
Klaipėdos lopšelio-darželio „Liepaitė“  
direktoriaus 2022 m. rugpjūčio 13 d.  
įsakymu Nr. V-64

## KLAIPĖDOS LOPŠELIO-DARŽELIO „LIEPAITĖ“ NEFORMALIOJO VAIKŲ ŠVIETIMO FIZINIO AKTYVUMO PROGRAMA

### I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Švietimo teikėjas – Klaipėdos lopšelis–darželis „Liepaitė“ (toliau – Įstaiga), įregistruota Juridinių asmenų registre, kodas 190421295. Teisinė forma – biudžetinė įstaiga. Grupė – ikimokyklinio ugdymo mokykla.
2. Įstaigos buveinės adresas – Baltijos pr. 17, Klaipėda. Tel. (8 46) 34 57 97, el. p. rastine@liepaitesdarzelis.lt.
3. Programos pavadinimas – neformaliojo vaikų švietimo Fizinio aktyvumo programa (toliau – Programa).
4. Programos rengėjas – Andželika Petkevičienė, direktorė.
5. Programos trukmė – tęstinė.
6. Tikslinė amžiaus grupė – 2–5 m. ikimokyklinio ir 6–7 m. priešmokyklinio ugdymo amžiaus vaikai.
7. Programos įgyvendinimui Įstaigoje sukurtos palankios materialinės ugdymo(si) sąlygos: įrengta sporto salė, sukauptas ir nuolat atnaujinamas sportinių priemonių inventorių.
8. Neformaliojo vaikų švietimo Fizinio aktyvumo programa integruota į Įstaigos Ikimokyklinio ir Priešmokyklinio ugdymo bendrąsias programas ir vykdoma ugdymo proceso metu.

### II SKYRIUS PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

9. Tikslas – vykdyti sportinę, šviečiamąją, kultūrinę veiklą puoselėjant vaikų fizines galias bei formuojant nuostatas sveikai gyventi.
10. Uždaviniai:
  - 10.1. skatinti vaikus sportuoti bei mokytis per sportą;
  - 10.2. padėti vaikams pažinti savo kūną, suvokti jo galimybes bei judesio kultūrą;
  - 10.3. skleisti olimpinės idėjas.

### III SKYRIUS PROGRAMOS TURINYS

11. Turinys:
  - 11.1. Ikimokyklinis ugdymas

Eil. Nr.	Veiklos sritys	Turinys
----------	----------------	---------



1	Kasdieniai įgūdžiai, fizinis aktyvumas	<p>Rytinė mankšta.</p> <p>Organizuojama kasdien atskirų amžiaus grupių vaikams. Rytinės mankštos tikslas – pratinti vaikus prie aktyvios fizinės veiklos, skiepyti sveikos gyvensenos įgūdžius. Rytinės mankštos rūšys: klasikinė (vedami pratimai), siužetinė (pratimai sujungiami siužetu), savarankiškas judėjimas su sporto inventoriumi. Rytinės mankštos metu atliekamos grūdinimosi procedūros. Reguliariai atliekama mankšta bei grūdinimo procedūros didina viso augančio organizmo ir atskirų sistemų funkcinį pajėgumą, lavina fizinės ypatybės, atskirų raumenų grupes, ugdo taisyklingą laikyseną</p>
2	Fizinis aktyvumas	<p>Fizinio aktyvumo pratybos.</p> <p>Lavinant vaikus fiziškai, orientuojamasi į aktyvaus ugdymo metodus, siejant pratimų, veiksmų mokymą su žaidimais, imitacija bei savarankiška individualia vaikų veikla. Vaikų aktyvios veiklos pratybose pagrindą sudaro užduočių individualizavimas, atsižvelgiant į vaikų gebėjimus ir fizinį pajėgumą. Nors fizinio ugdymo pratybos suprantamos kaip vientisa veikla, žaidimas, sąlyginai ji daloma į keletą dalių: prasimankštinimą, aktyvią fizinę veiklą ir raminančią dalį. Pratybų metu suteikiama žinių, sudaromi ir tobulinami judėjimo įgūdžiai, ugdoma taisyklinga kūno laikysena, žaidžiami judrieji žaidimai, lavinamos fizinės ypatybės.</p> <p>Mokytojo uždavinys fizinio aktyvumo pratybų metu – netiesiogiai vadovauti vaikų fizinei veiklai: paruošti judėjimui tinkamą aplinką, pastebėti ir įvertinti naujus vaiko veiksmus, jo pastangas, aktyviai dalyvauti vaikų žaidimuose ir kt.</p> <p>Fizinio aktyvumo pratybos susideda iš trijų dalių:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pradžia (įvadinė dalis).</li> <li>2. Pagrindinė veikla (pagrindinė dalis).</li> <li>3. Pabaiga (baigiamoji dalis).</li> </ol> <p>Įvadinės kūno kultūros pratybų dalies uždavinys yra organizuoti vaikus, skatinti norą judėti, aktyviai dalyvauti veikloje. Šios dalies turinį sudaro: ėjimo pratimai; žaidybinės užduotys; įvairūs dėmesį skatinantys žaidimai; rikiuotės pratimai; trumpalaikis bėgimas; įrankių išdalinimas.</p> <p>Pagrindinės dalies uždavinys – sistemingai, palaipsniui susipažinti su programos medžiaga. Šios dalies turinį sudaro: bendrieji pratimai su įrankiais (lazdomis, kamuoliais ir kt.) ir be įrankių, skirti atskiroms kūno dalims (pečių juostai, liemeniui, kojoms); pratimai pagrindiniams judesiams lavinti; imitaciniai, judrieji žaidimai.</p> <p>Baigiamosios dalies uždavinys – atstatyti organizmą į pradinę padėtį, kurioje buvo prieš veiklą. Turinio variantai: ramus žaidimas; raminantis ėjimas su kvėpavimo pratimais; nesudėtingi pratimai; atsipalaidavimo pratimai</p>
3	Savivoka ir savigarba	<p>Judėjimo testai.</p> <p>Siekiant įvertinti vaikų pajėgumą bei stebėti vaikų fizinių galių ūgtį atliekamas vaikų testavimas pagal fizinio pajėgumo požymius: staigioji jėga, rankų raumenų jėga, bėgimo greitis, išvermė</p>
4	Fizinis aktyvumas, savireguliacija ir savikontrolė, santykiai su	<p>Sportinės šventės ir renginiai.</p> <p>Renginių tikslas – teikti judėjimo džiaugsmą, lavintis fiziškai, išmėginti save įvairiose rungtyse. Organizuoti sportines rungtis tarp vaikų, su ugdytinių tėvais</p>



	suaugusiais ir bendraamžiais	
--	------------------------------	--

## 11.2 Priešmokyklinis ugdymas

Eil. Nr.	Kompetencijos	Turinys
1	Sveikatos saugojimo kompetencija	<p>Rytinė mankšta.</p> <p>Organizuojama kasdien atskirų amžiaus grupių vaikams. Rytinės mankštos tikslas – pratinti vaikus prie aktyvios fizinės veiklos, skiepyti sveikos gyvensenos įgūdžius. Rytinės mankštos rūšys: klasikinė (vedami pratimai), siužetinė (pratimai sujungiami siužetu), savarankiškas judėjimas su sporto inventoriumi. Rytinės mankštos metu atliekamos grūdinimosi procedūros. Reguliariai atliekama mankšta bei grūdinimo procedūros didina viso augančio organizmo ir atskirų sistemų funkcinį pajėgumą, lavina fizinės ypatybes, atskirų raumenų grupes, ugdo taisyklingą laikyseną.</p> <p>Kasdienė mankšta formuos saugios ir sveikos gyvensenos nuostatas ir įgūdžius, socialinio saugumo pagrindus, ugdyt gebėjimą savarankiškai laikytis asmens higienos, pirmenybę teikti įgytiems sveiko gyvenimo įpročiams</p>
2	Sveikatos saugojimo kompetencija	<p>Fizinio aktyvumo pratybos.</p> <p>Lavinant vaikus fiziškai, orientuojamasi į aktyvaus ugdymo metodus, siejant pratimų, veiksmų mokymą su žaidimais, imitacija bei savarankiška individualia vaikų veikla. Vaikų aktyvios veiklos pratybose pagrindą sudaro užduočių individualizavimas, atsižvelgiant į vaikų gebėjimus ir fizinį pajėgumą. Nors fizinio ugdymo pratybos suprantamos kaip vientisa veikla, žaidimas, sąlyginai ji daloma į keletą dalių: prasimankštinimą, aktyvią fizinę veiklą ir raminančią dalį. Pratybų metu suteikiama žinių, sudaromi ir tobulinami judėjimo įgūdžiai, ugdoma taisyklinga kūno laikysena, žaidžiami judrieji žaidimai, lavinamos fizinės ypatybės.</p> <p>Mokytojo uždavinys fizinio aktyvumo pratybų metu – netiesiogiai vadovauti vaikų fizinei veiklai: paruošti judėjimui tinkamą aplinką, pastebėti ir įvertinti naujus vaiko veiksmus, jo pastangas, aktyviai dalyvauti vaikų žaidimuose ir kt.</p> <p>Fizinio aktyvumo pratybos susideda iš trijų dalių:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pradžia (įvadinė dalis).</li> <li>2. Pagrindinė veikla (pagrindinė dalis).</li> <li>3. Pabaiga (baigiamoji dalis).</li> </ol> <p>Įvadinės kūno kultūros valandėlės dalies uždavinys yra organizuoti vaikus, skatinti norą judėti, aktyviai dalyvauti veikloje. Šios dalies turinį sudaro: ėjimo pratimai; žaidybinės užduotys; įvairūs dėmesį skatinantys žaidimai; rikiuotės pratimai; trumpalaikis bėgimas; įrankių išdalinimas.</p> <p>Pagrindinės dalies uždavinys – sistemingai, palaipsniui susipažinti su programos medžiaga. Šios dalies turinį sudaro: bendrieji pratimai su įrankiais ir be įrankių (lazdomis, kamuoliais ir kt.), skirti atskiroms</p>



		<p>kūno dalims (pečių juostai, liemeniui, kojoms); pratimai pagrindiniams judesiams lavinti; imitaciniai, judrieji žaidimai.</p> <p>Baigiamosios dalies uždavinys – atstatyti organizmą į pradinę padėtį, kurioje buvo prieš veiklą. Turinio variantai: ramus žaidimas; raminantis ėjimas su kvėpavimo pratimais; nesudėtingi pratimai; atsipalaidavimo pratimai.</p> <p>Fizinio aktyvumo pratybos suteiks vaikams elementarių žinių apie save, savo sveikatą, išmokys sportinių pratimų, tenkins vaikų judėjimo poreikį, palaikys vaikų fizinį aktyvumą, skatins įvaldyti vis naujus judėjimo būdus.</p> <p>Fizinio aktyvumo pratybų sudėtingumas priklauso nuo vaikų amžiaus tarpsnio ir turimo fizinio pasiruošimo</p>
3	Socialinė kompetencija	<p>Judėjimo testai.</p> <p>Siekiant įvertinti vaikų pajėgumą bei stebėti vaikų fizinių galių ūgtį atliekamas vaikų testavimas pagal fizinio pajėgumo požymius: staigioji jėga, rankų raumenų jėga, bėgimo greitis, ištvėmė</p>
4	Socialinė, sveikatos saugojimo kompetencijos	<p>Sportinės šventės ir renginiai.</p> <p>Renginių tikslas – teikti judėjimo džiaugsmą, lavintis fiziškai, išmėginti save įvairiose rungtyse. Organizuoti sportines rungtis tarp vaikų, su ugdytinių tėvais, su socialiniais partneriais. Dalyvauti miesto, respublikos, tarptautiniuose sporto projektuose</p>

12. Programa pritaikoma įvairių ugdymo(si) poreikių turintiems vaikams. Atsižvelgiant į vaikų individualius ugdymo(si) poreikius, parenkamos užduotys, priemonės, individualūs ugdymo(si) metodai ir formos:

- 12.1. sudarytos sąlygos, tenkinančios vaiko judėjimo poreikį, stimuliuojančios fizinį aktyvumą;
- 12.2. visa fizinė veikla planuojama iš anksto pagal amžiaus grupes ir sveikatos būklę;
- 12.3. reguliuojama fizinio aktyvumo apimtis, trukmė ir intensyvumas;
- 12.4. judri veikla organizuojama patraukliai, emocinaliai, parenkant įdomius žaidimus, judesius, netradicinius mokymo metodus ir priemones;
- 12.5. įgyvendinant I kimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo Fizinio aktyvumo programą Įstaigoje vadovaujama si pagrindinėmis olimpinėmis vertybėmis: tobulėjimas, pagarba, draugystė.

#### **IV SKYRIUS PROGRAMOS METODAI, FORMOS IR PRIEMONĖS**

13. Metodai: aktyvi sportinė veikla, sportiniai žygiai, judrieji žaidimai, fizinio pajėgumo testavimas, bendri renginiai su ugdytinių tėvais, socialiniais partneriais, rungtyniavimas, ekskursijos, stebėseną, informacijos paieška ir peržiūra.

14. Formos: individuali, grupinė/partneriška veikla.
15. Priemonės: sportinis inventoriųs.

#### **V SKYRIUS VAIKŲ PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS**

16. Įgyvendinus programą:

16.1. bus įtvirtinta ilgalaikė nuostata, kad fizinis aktyvumas gali būti smagus, susiformuos įprotis mankštintis, grūdintis, sportuoti. Ugdytiniai mokysis būtinų gyvenimo įgūdžių: komunikacijos, pasitikėjimo savimi, užuojautos, gebėjimo padėti, sumanumo, gebėjimo išreikšti save, gebėjimo išmėginti savo jėgas ir kt.;



16.2. ugdysis partnerystės, pasitikėjimo ir draugystės pajautimas, mokės atskirti galimus pavojus ir kliūtis, mokysis greitai atgauti jėgas, aktyviai veikti kartu su komanda, siekti bendrų komandos tikslų, išbandyti savo fizinį pajėgumą ir galias;

17. Vaikų ugdymo(si) pasiekimai ir pažanga vertinami pagal Įstaigos vaikų pasiekimų ir pažangos vertinimo tvarką.

---

SUDERINTA

Klaipėdos lopšelio-darželio „Liepaitė“ tarybos  
2022 m. rugpjūčio 30 d.  
posėdžio protokoliniu nutarimu  
(protokolo Nr. V3-3)

SUDERINTA

Klaipėdos miesto savivaldybės administracijos  
Švietimo skyriaus vedėja

  
Laima Prižgintienė

2022 m. *rugpjūčio 30 d.*