

PATVIRTINTA

Klaipėdos lopšelio-darželio „Želmenėlis“
direktoriaus 2014 m. spalio 8 d.
įsakymu Nr. V-38

PRITARTA

Klaipėdos miesto savivaldybės administracijos
Ugdymo ir kultūros departamento Švietimo
skyriaus vedėjo 2014 m. spalio 7 d. įsakymu
Nr. ŠV1-265

KLAIPĖDOS LOPŠELIO-DARŽELIO „ŽELMENĖLIS“ NEFORMALIOJO VAIKŲ ŠVIETIMO FIZINIO AKTYVUMO OPTIMIZAVIMO PROGRAMA

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Švietimo teikėjas – Klaipėdos lopšelis-darželis „Želmenėlis“ (toliau – įstaiga), įregistruota Juridinių asmenų registre, kodas 190925735. Teisinė forma – biudžetinė įstaiga. Grupė – ikimokyklinio ugdymo mokykla.
2. Įstaigos buveinės adresas – Baltijos pr. 77, LT-94122 Klaipėda.
3. Programos pavadinimas – Klaipėdos lopšelio-darželio „Želmenėlis“ neformaliojo vaikų švietimo fizinio aktyvumo optimizavimo programa (toliau – programa).
4. Programos rengėjai: Loreta Ilona Navardauskienė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui, Dalia Vaitkienė, neformaliojo švietimo pedagogas, Rima Veličkienė, bendrosios praktikos slaugytoja.
5. Programos koordinatorius - direktorė Genovaitė Žmuidienė.
6. Programos trukmė – tęstinė. Programos turinys koreguojamas pagal poreikį.
7. Programos apimtis - vieneri mokslo metai.
8. Programos dalyviai – ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikai.
9. Programos įgyvendinimui įstaigoje sudarytos palankios materialinės ir ugdymo sąlygos skatinančios vaikų fizinį aktyvumą: sporto salė su įvairiu sportiniu inventoriu, sveikatingumo ir sporto centrai lauke. Įstaigos pedagogai kryptingai renkasi fizinio aktyvumo ir sveikatinimo formas bei būdus.
10. Programos aktualumas: būtinybė fizinio aktyvumo optimizavimą glaudžiai sieti su ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programomis, formuoti teigiamą nuostatą sveikam ir aktyviam gyvenimo būdui, vystyti bendruomeniškus vaikų ir ugdytojų santykius.

II. FIZINIO AKTYVUMO OPTIMIZAVIMO PRINCIPAI

11. Sveikatingumo principas. Siekiama fizinės ir dvasinės sveikatos darnos, ugdant vaiko elgesį ir vertybes, kurios sudarytų sveikos ir saugios gyvenamosios aplinkos pagrindus.

12. Individualizavimo ir diferencijavimo principai. Organizuojamas fizinio aktyvumo optimizavimas atsižvelgiant į vaikų grupės ar į konkretaus vaiko sveikatą, individualius poreikius, gebėjimus, interesus, galimybes ir amžių.

13. Vieningumo principas. Laiduojama darna tarp vaiko fizinių ir psichinių galių siekiant veiklų sąryšio ugdymo procese.

14. Tęstinumo principas. Siekiama fizinio aktyvumo ir sveikatai naudingo poilsio tęstinumo šeimoje.

III. PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

15. Programos tikslas – tenkinti vaiko poreikį judėti siekiant fizinės ir dvasinės sveikatos darnos.

16. Programos uždaviniai:

16.1. padėti vaikui išsiaiškinti ir suprasti fizinio aktyvumo naudą sveikatai ir savijautai, skatinti aktyviai ir saugiai judėti, sportuoti, žaisti;

16.2. ugdyti vaikų fizines kūno galias, atsižvelgiant į individualius gebėjimus, fizinį pajėgumą, sveikatos būklę;

16.3. taikyti įvairias fizinio aktyvumo skatinimo veiklos formas.

IV. TURINYS. METODAI. PRIEMONĖS

17. Programa siekiama optimizuoti ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų fizinį aktyvumą atsižvelgiant į vaikų amžių.

18. Ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus programos turinys, naudojamos priemonės, įranga:

Eil. Nr.	Veiklos pobūdis	Turinys ir veiksenos	Gebėjimai
18.1.	Ryto mankšta	<i>Klasikinė</i> Orientuojasi erdvėje, skiria dešinę ir kairę puses. Atlieka pratimus su priemonėmis ir be jų. Atlieka pratimus su jogos, aerobikos elementais. Lavina atskirų kūno dalių ir viso kūno judesius, koordinaciją. <i>Korekcinė</i> Stiprina juosmens ir nugaros raumenis, kontroliuoja laikyseną, seka eiseną atliekant įvairius judesius. Atlieka pratimus plokščiapėdystės profilaktikai, stiprina pėdų raumenis. Lavina bendrąją motoriką,	Geba suprasti ir suvokti ryto mankštos reikšmę sveikatos stiprinimui. Geba judesį sieti su muzika, lavinti judesius ir fizines ypatybes

		koordinaciją. <i>Siužetinė</i> Kuria ir improvizuoja savo kūno kalba. Judesiu laisvai atskleidžia savo individualumą, kūrybiškumą, reiškia jausmus ir nuotaiką	
--	--	--	--

Priemonės, įranga:
 sporto inventorių: gimnastikos įrenginiai, treniruokliai; sporto priemonės, muzikos įrašai, kamuoliukų baseinas

18.2.	Kūno kultūros valandėlės sporto salėje ir lauke	<i>Klasikinė</i> Vaikai žino ir supranta tvarkos ir rikiuotės pratimus. Atitinkamai reaguoja į žodinį ir garsinį signalą. Atlieka ėjimo, bėgimo, pusiausvyros pratimus. Lavina koordinaciją, greitumą, išsvermę, vikrumą, pusiausvyrą, jėgą. Jaučia judėjimo kryptį ir tempą. Saugiai juda sporto salėje. <i>Siužetinė</i> Žaisdami derina savo veiksmus su kitų veiksmis. Išreiškia save judesiu, mimika, gestais. Atkartoja gamtos reiškinius, gyvūnų veiksmus judesiu. <i>Korekcinė</i> Atlieka fizinius pratimus plokščiapėdystės profilaktikai. Kontroliuoja savo kūno laikyseną, atlieka pratimus taisyklingai laikysenai ugdyti. Derina rankų, kojų judesius, atlieka pratimus motorikos, koordinacijos lavinimui. Jaučia judėjimo kryptį ir tempą. Saugiai juda sporto salėje	Geba kontroliuoti savo veiksmus, judesius, elgesį, aktyviai judėti, sportuoti, žaisti. Geba ugdyti(is) fizines ypatybes bei savybes, saugoti save ir kitus, priimti atsakomybę už savo elgesį. Geba orientuotis erdvėje, atlikti pratimus, judesius bei veiksmus padedančius fiziškai tobulėti
-------	---	---	--

Priemonės, įranga:
 Sporto inventorių: gimnastikos sienelės ir suoliukai, piramidinės ir vertikaliosios kopėtelės, treniruokliai, gimnastikos kilimėliai. Sporto priemonės ir mobili sporto įranga. Krepšinio, regbio, žolės riedulio, ledo rutulio sporto inventorių ir įranga

18.3.	Judrieji ir sportiniai žaidimai sporto salėje ir sveikatos ir sporto centruose lauke	<p>Sužino apie fizinių pratimų reikšmę sveikatos stiprinimui.</p> <p>Žaisdami derina savo veiksmus su kitų veiksmiais.</p> <p>Lavina koordinaciją, greitumą, ištvermę, vikrumą ir kitas fizines ypatybes.</p> <p>Jaučia poreikį aktyviai veiklai, didina organizmo fizinių pajėgumą.</p> <p>Taiko krepšinio, regbio, žolės riedulio, ledo rutulio, kvadrato elementus.</p> <p>Žaidžia imitacinius žaidimus.</p> <p>Žaisdami atlieka judėjimo užduotis: ėjimo, bėgimo, šuolių, mėtymo, laipiojimo, pralindimo.</p> <p>Savarankiškai ir saugiai žaidžia sveikatos ir sporto centruose</p>	<p>Geba žaisti žaidimus kartu, geranoriškai, garbingai ir nuotaikingai rungtyniauti, lenktyniauti.</p> <p>Derina judriuosius ir ramaus pobūdžio žaidimus.</p> <p>Geba tyrinėti, eksperimentuoti, išbandyti save judesiu, veiksmu</p>
-------	--	---	--

Priemonės, įranga:

Mobilios sporto priemonės. Lauko sporto įrenginiai judesių lavinimo centre, sporto inventorių, sporto priemonės ir įranga. Krepšinio, regbio, žolės riedulio, ledo rutulio sporto inventorių ir įranga

18.4.	Aktyvus poilsis	<p><i>Sportinės pramogos ir šventės</i></p> <p>Žaidžia, lenktyniauja, varžosi įvairiose pramogose.</p> <p>Žaidžia sportinius žaidimus: krepšinį, regbį, žolės riedulį, ledo rutulį, kvadratą.</p> <p>Dalyvauja siužetinėse sporto pramogose (saugaus eisimo, vasaros su grūdinimo ir relaksaciniais elementais, žiemos sporto šakų, velykinių pramogų, ir kt.)</p> <p>Žaidžia judriuosius žaidimus.</p> <p><i>Projektinės savaitės ir sveikatos dienos</i></p> <p>Dalyvauja įvairaus pobūdžio sveikatos valandėlėse su tėvais.</p> <p>Žino ir supranta sporto šakų ryšį su sveikata, naudą sveikatai.</p> <p>Dalyvauja krepšinio, regbio, kvadrato varžybose su tėvais ir socialiniais</p>	<p>Ugdosi aktyvios ir pasyvios veiklos sampratą.</p> <p>Geba aktyvią veiklą derinti su ramesne, ugdosi poreikį aktyviai leisti laisvalaikį, norą dalyvauti sporto renginiuose.</p> <p>Geba aktyviai judėti, sportuoti, žaisti, suprasdami fizinio aktyvumo reikšmę, poveikį sveikatai.</p> <p>Geba reikšti savo mintis, nuotaiką, idėjas, veikėjų charakterius, pasitelkiant įdomius, išraiškingus judesius, gestus, mimiką</p>
-------	-----------------	--	---

		<p>partneriais. <i>Išvykos į gamtą</i> Aktyviai poilsiauja gamtoje, miške, prie jūros derina relaksaciją su grūdinimu, plokščiapėdystės profilaktika. Žaidžia judriuosius žaidimus, estafetes, atlieka kūrybines užduotis. Įveikia kliūčių ruožus, žaidžia imitacinius žaidimus – ratelius, sportinius žaidimus</p>	
<p>Priemonės, įranga: Sveikatos ir sporto centrų įrengimai, mobilios sporto priemonės ir įranga. Krepšinio, regbio, žolės riedulio, ledo rutulio sporto inventoriūs ir įranga. Grūdinimui skirtos priemonės. Saugumo ir pirmos pagalbos priemonės</p>			
18.5	Edukacinės ekskursijos	Dalyvauja pažintinėse išvykose į sporto mokyklas, susitikimuose su sporto treneriais, sportininkais, Rungtyniauja krepšinio, regbio, kvadrato varžybose su tėvais	Geba įvardinti kai kurias sporto šakas, žino jų naudą sveikatai
<p>Priemonės, įranga: Krepšinio, regbio, žolės riedulio, ledo rutulio sporto inventoriūs ir įranga. Saugumo ir pirmos pagalbos priemonės.</p>			
18.6.	Vaikų fizinis parengimas ir dalyvavimas sveikatos ir sporto renginiuose	Dalyvauja sporto šventėse ir pramogose įstaigoje, miesto sportiniuose renginiuose ir projektuose, tarptautiniuose ir šalies visuomeninių organizacijų ir asociacijų akcijose, projektuose.	Geba vertinti savo jėgas ir gebėjimus, geranoriškai, garbingai ir nuotaikingai rungtyniauti.
<p>Priemonės, įranga: Sveikatos ir sporto centrų įranga, mobilios sporto priemonės ir įranga. Sporto inventoriūs ir priemonės skirtos varžybų, švenčių organizavimui</p>			

19. Ugdymo metodai:

19.1. tradiciniai - žodis, vaizdas, žaidimas, pratybos;

19.2. kūrybiniai (aktyvinamieji) - „minčių lietus“, interviu, diskusijos, blyksnis, konkursai, inscenizacijos, improvizacijos, eksperimentas, tyrinėjimas, projektas, „žinau, noriu žinoti, sužinojau“, informacinės ir komunikacinės technologijos ir pan.

IV. PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS

20. Įgyvendinus programą vaikas:
 - 20.1. supranta fizinio aktyvumo naudą sveikatai ir savijautai;
 - 20.2. noriai aktyviai ir saugiai judai, žaidžia, sportuoja;
 - 20.3. palankiai save vertina, moka tinkamai išreikšti savo emocijas ir jausmus, susilaiko nuo impulsyvaus elgesio, geba susikaupti;
 - 20.4. įgyja aktyvaus judėjimo patirties ir žinių, yra fiziškai stipresnis ir sveikesnis;
 - 20.5. kartu su šeima puoselėja darželio sveikos ir saugios gyvenimosi tradicijas, aktyviai ir turiningai leidžia laisvalaikį.
21. Vaikų ugdymo pasiekimų vertinimo metodai: stebėjimas, vaiko elgesio, veiklos analizė, individualūs pokalbiai su vaiku, ugdytojų tėvais.
22. Ugdymo pasiekimų vertinimo dažnumas: vykdant programą nuolat vertinamas vaikų fizinis pajėgumas. Stebėjimų rezultatai fiksuojami du kartus per metus (rudenį ir pavasarį), numatant individualios pagalbos vaikui priemones fiziniam aktyvumui skatinti. Galimi ir tarpiniai vaikų pasiekimų vertinimai.
23. Ugdymo pasiekimų fiksavimo formos: vaiko fizinio pajėgumo pasiekimų ir pažangos stebėjimo lentelės.
24. Vaiko pasiekimai ir pažanga su ugdytinių tėvais aptariama individualiai.

VI. NAUDOTA LITERATŪRA IR INFORMACIJOS ŠALTINIAI

1. Ikimokyklinio ugdymo programų kriterijų aprašas. Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2011 m. birželio 7 d. įsakymo Nr. V-1009 redakcija.
2. Žmuidienė G., Milvydienė A., Adaškevičienė E. Klaipėdos miesto 19-ojo lopšelio-darželio „Želmenėlis“ sveikos gyvenimosi ugdymo programa „Sveikatos versmelė“. Klaipėda, KU leidykla, 1997.
3. Žmuidienė G., Milvydienė A. Sveikos ir saugios gyvenimosi ugdymas lopšelyje-darželyje. Klaipėda, Pėdsekys, 2003.

SUDERINTA

Klaipėdos lopšelio-darželio „Želmenėlis“
metodinės tarybos posėdžio
2014 m. rugsėjo 18 d.
protoliniu nutarimu (protokolo Nr.1)