

PATVIRTINTA

Klaipėdos lopšelio-darželio „Želmenėlis“
direktorius 2023 m. balandžio 18 d.
įsakymu Nr. V-26

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

**I SKYRIUS
BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Švietimo teikėjas – Klaipėdos lopšelis-darželis „Želmenėlis“ (toliau – Įstaiga), įregistruota Juridinių asmenų registre, kodas – 90425735. Teisinė forma – biudžetinė įstaiga. Grupė – ikimokyklinio ugdymo mokykla.
2. Įstaigos buveinės adresas – Baltijos pr. 77, 94122 Klaipėda. Tel. (8 46) 34 57 31, el. p. darzeliszelmenelis@gmail.com.
3. Programos pavadinimas – neformaliojo vaikų švietimo Fizinio aktyvumo skatinimo programa (toliau – Programa).
4. Programos rengėjai – Dalia Vaitkienė, neformaliojo švietimo mokytoja, Loreta Ilona Navardauskienė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui.
5. Programos trukmė – tęstinė.
6. Tikslinė amžiaus grupė – 3–7 m. ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikai.
7. Programos įgyvendinimui Įstaigoje sukurtos palankios materialinės ugdymo(si) sąlygos: įrengta sporto salė su įvairiu sportiniu inventoriu ir priemonėmis; Įstaigos kieme įkurtos erdvės, skatinančios vaikų fizinį aktyvumą (stacionari krepšinio aikštelė, mobilios futbolo, regbio, tinklinio bei žolės riedulio aikštelės; ėjimo ir bėgimo užduočių takai; aktyvaus judėjimo žaidimų aikštelės, skirtos laipiojimui, čiuožimui, supimuisi, pusiausvyros išlaikymui, kliūčių įveikimui).
8. Neformaliojo vaikų švietimo Fizinio aktyvumo skatinimo programa integruota į Įstaigos Ikimokyklinio ugdymo programą bei Priešmokyklinio ugdymo bendrąją programą ir vykdoma ugdymo proceso metu.

**II SKYRIUS
PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI**

9. Tikslas – siekti fizinės ir dvasinės darnos, ugdant sveiką ir fiziškai aktyvų vaiką.
10. Uždaviniai:
 - 10.1. plėtoti vaiko supratimą apie fizinio aktyvumo įtaką sveikatai ir gerai savijautai;
 - 10.2. ugdyti vaiko fizines kūno galias, atsižvelgiant į individualius gebėjimus, fizinį pajėgumą, sveikatos būklę;
 - 10.3. ugdyti bendravimo ir bendradarbiavimo, savikontrolės, problemų sprendimo įgūdžius.

**III SKYRIUS
PROGRAMOS TURINYS**

11. Turinys:

11.1. Ikimokyklinis ugdymas:

Eil. Nr.	Veiklos sritys	Turinys
1.	Fizinis aktyvumas	<p>Aktyviai veikdamas, žaisdamas, sportuodamas lavina kūno judesius: eina, šliaužia, ropoja, lipa, lenda, šokinėja, meta, gaudo, spiria; bėga, keisdamas kryptį, tempą; išlaiko pusiausvyrą. Atlieka pagrindinius judesius įvairiais būdais: stovint, sėdint, gulint. Savarankiškai kuria ir įveikia įvairias kliūtis, kliūčių ruožus. Mokosi tvarkos ir rikiuotės pratimų. Derina rankų, kojų judesius, atlieka pratimus motorikos, koordinacijos lavinimui. Sportuodamas orientuojasi erdvėje, laike, adekvačiai reaguoja į įvairius signalus: bėgioja vingiais, greitėdamas ir lėtėdamas, išsisukinėdamas, bėga ant pirštų galų. Šokinėja abiem kojomis vietoje ir judėdamas pirmyn, šoka į tolį ir aukštį, peršoka kliūtis, pašoka, siekdamas daikto. Susipažįsta su įvairių sporto šakų: krepšinio, futbolo, kvadrato žaidimo elementais. Meta kamuolį į aukštį, į tolį, meta žemyn ir gaudo, bando atmušti rankomis, sugauti, viena ar abiem rankomis meta kamuolį į krepšį, išbando kamuolio varymo ir perdavimo technikas. Mokosi spirti kamuolį koja į vartus, įveikti kliūtis, perduoti draugui. Lenktyniauja, varžosi, žaidžia judriuosius, sportinius, imitacinius žaidimus, estafetes, atlieka kūrybines užduotis. Važinėjasi riedučiais, paspirtuku, dviračiu, rogutėmis. Dalyvauja įvairiose sportinėse veiklose, pramogose, šventėse.</p>
2.	Savireguliacija ir savikontrolė	<p>Aktyvių veiklų metu pratinasi valdyti savo emocijų raišką ir veiksmus, susipažįsta su įvairiais nusiramino, atsipalaidavimo būdais. Mokosi kontroliuoti savo elgesį, išbando įvairius konfliktų sprendimo būdus. Žaisdamas įvairaus pobūdžio sportinius žaidimus su bendraamžiais, mokosi laikytis susitarimų, taisyklių. Žino ir pasako kelis būdus, kaip galima elgtis, norint susirasti draugų. Rodo iniciatyvą bendrauti ir bendradarbiauti su kitais vaikais, palaikyti su jais gerus santykius, domisi skirtumais tarp vaikų ir juos toleruoja, mokosi padėti kitam vaikui. Pastebi ir priima kitų draugiškumo, palankumo ženklus, gerbia kitus vaikus. Garbingai rungtyniauja, lenktyniauja, džiaugiasi pergale, mokosi pralaimėti. Žaisdamas, sportuodamas mokosi kontroliuoti laikyseną, sekti eiseną.</p>
3.	Kūrybiškumas	<p>Kuria ir improvizuoja, išreiškia save judesiu, mimika, gestais. Kūno kalba atskleidžia savo individualumą, kūrybiškumą, reiškia jausmus ir nuotaiką, atkartoja gamtos reiškinių, gyvūnų veiksmus. Domisi, pastebi ir smalsiai reaguoja į naujus daiktus, priemones, garsus, žmones, aplinkos pokyčius. Sportuodamas, žaisdamas atlieka įsivaizduojamus simbolinius veiksmus. Kelia probleminius klausimus, diskutuoja, siūlo idėjas, fantazuoja, tyrinėja, ieško atsakymų, naujų idėjų, netikėtų sprendimų. Lengvai sugalvoja, keičia idėjas, siūlo kelis variantus, inicijuoja naują veiklą. Drąsiai, savitai eksperimentuoja, nebijo suklysti, daryti kitaip. Energingai žaidžia, laisvai juda erdvėje, pats keičia veiklą, pasirenka draugus. Ekspresyviai reiškia savo norus. Išbando naujas priemones, žaislus, žaidimus, neįprastą veiklą. Pats pasirenka sporto priemones ir inventorių bei kryptingai plėtoja veiklą vienas ir su draugais. Žaisdamas komandinius žaidimus, bando pasiskirstyti vaidmenimis, derina veiksmus, siekia tikslo. Susidomėjęs ilgesniam laikui</p>

		įsitraukia į pasiūlytą veiklą, ją plėtoja, bando įveikti kliūtis, kai nepasiseka, kreipiasi pagalbos į suaugusįjį.
--	--	--

11.2. Priešmokyklinis ugdymas:

Eil. Nr.	Kompetencijos	Turinys
1.	Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	Atpažįsta ir mokosi valdyti savo emocijas, derina veiksmus, priima bendrus sprendimus su bendraamžiais ir suaugusiais. Stebi, analizuoja, vaizdinę medžiagą, apie sveiką gyvenseną, fizinį aktyvumą, socialinį saugumą. Laikosi taisyklių, susitarimų, draugiškų tarpusavio santykių, prisiima atsakomybę už savo veiksmus. Tobulina judėjimo ir fizinio pajėgumo įgūdžius: ėjimą, bėgimą, šuolius, koordinaciją, pusiausvyrą, jėgą, ištvermę, lankstumą, vikrumą. Mokosi bei tobulina įvairių sportinių žaidimų (krepšinio, futbolo, kvadrato, nekontaktinio regbio – TAG, tinklinio bei žolės riedulio) elementus. Valdo kamuolį įvairiais būdais: ridena, meta į toli, į aukštį, į grindis, draugui ir jį sugauna. Viena ar abiem rankomis meta kamuolį į krepšį, tobulina kamuolio varymo ir perdavimo techniką, bando žaisti komandoje. Spiria ir stabdo kamuolį koja, varo kamuolį koja, apvarant kliūtis, spiria į vartus, perduoda koja kamuolį draugui. Lenktyniauja, varžosi, savarankiškai žaidžia judriuosius, imitacinius žaidimus, atlieka užduotis. Mokosi laimėti ir pralaimėti, su varžovais elgiasi garbingai. Atsakingai ir saugiai važinėjasi riedučiais, paspirtuku, dviračiu, rogutėmis, žino apsaugos priemonės. Dalyvauja įvairiose sportinėse estafetėse, varžybose, konkursuose, pramogose, šventėse, STEAM veiklose.
2.	Pažinimo	Domisi, diskutuoja ir supranta fizinio aktyvumo reikšmę žmogaus sveikatai. Žaisdamas, sportuodamas, atlikdamas jogos pratimus, seka savo kūno judesių galimybes, domisi žmogaus anatomija ir fiziologija. Stebi ir seka savo kūno galias ir kvėpavimo pokyčius aktyvios ar pasyvios veiklos metu, žino keletą jogos ir kvėpavimo pratimų. Domisi olimpinėmis vertybėmis, įžymiais sportininkais ir įvairiomis sporto šakomis, bando įvardinti labiausiai patinkančias. Žaisdamas, sportuodamas susipažįsta su saugaus elgesio gatvėje taisyklėmis, kelio ženklais, kuria, modeliuoja saugaus elgesio gatvėje situacijas.
3.	Kūrybiškumo	Improvizuoja, kuria judesius ir jų sekas, siekia plastiškumo, išbaigtumo, grakštumo. Kūno kalba reiškia savo emocijas, išgyvenimus, aplinkos objektus, gamtos reiškinius, gyvūnų elgseną, siekia originalumo. Veikia laisvai, išradingai, drąsiai. Domisi, atranda ir tyrinėja naujus daiktus, priemones, judesius. Ieško naujų idėjų, netikėtų sprendimų, priemonių, lengvai ir greitai keičia, pertvarko, pritaiko aplinką sportinėms užduotims ir pratimams atlikti. Stebėdamas skaitmeninį turinį, pamėgdžioja, improvizuoja, kuria. dalinasi patirtimi. Rengia ir pristato draugams savo žaidimus, sportines užduotis, kūrybinius sumanymus. Džiaugiasi savitu kūrybos procesu ir rezultatais.

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. Fizinio aktyvumo veikla vykdoma sporto salėje ir lauke pogrūpiais (iki 10 vaikų).

IV SKYRIUS PROGRAMOS METODAI, FORMOS IR PRIEMONĖS

13. Metodai: žodiniai, vaizdiniai, žaidybiniai, praktiniai; kūrybiniai (aktyvinamieji) – „minčių lietus“, interviu, diskusijos, konkursai, inscenizacijos, improvizacijos, eksperimentai, tyrinėjimai, projektai, „žinau, noriu žinoti, sužinojau“, informacinės ir komunikacinės technologijos.

14. Formos: grupinė ir individuali fizinio aktyvumo veikla sporto salėje ir lauke, sveikatos valandėlės, judrieji ir sportiniai žaidimai sporto salėje bei lauke, aktyvus poilsis, sportinės pramogos ir šventės, projektinės savaitės ir sveikatos dienos, edukacinės veiklos, ekskursijos, varžybos.

15. Priemonės: sportinis inventorių (čiužiniai, gimnastikos suoliukai, virvės, takeliai, treniruokliai, futbolo vartai, gimnastikos sienelės, lindynės, krepšinio inventorių, čiuožimo kalneliai, kamuoliukų baseinas, triračiai, karučiai, batutai ir kt.), sportinės priemonės (įvairaus dydžio kamuoliai, lankai, šokdynės, žymekliai, smėlio maišeliai, kimštiniai kamuoliai, parašutas, smėlio laikrodžiai, įvairaus ilgio ir dydžio lazdų rinkiniai, spalvotos įvairių ilgių virvutės su magnetais, kubų rinkinys, svareliai, vėliavėlės, lazdelės, juostelės, kojokai, gimnastikos juostelės, ratukinės lentelės, raketės, gimnastikos kamuoliai, jogos kilimėliai, žolės ritulio lazdos, vairai, spalvoti kamuoliukai), įrengimai lauke (treniruokliai, gimnastikos įrenginiai, įranga ir priemonės judriems žaidimams bei estafetėms, krepšinio ir žolės riedulio aikštelės bei inventorių, užduočių takelis, sveikatingumo takelis, paspirtukai, triratukai). Vaizdo ir garso įrašai, kompiuteris ir programinė įranga, žaidimai, programos kompiuterinėje laikmenoje. Teminiai paveikslai, plakatai, enciklopedijos.

V SKYRIUS VAIKŲ PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS

16. Įgyvendinus programą:

16.1. įgis aktyvaus judėjimo patirties ir žinių, taps fiziškai stipresnis ir sveikesnis;

16.2. pagal savo galias išsiugdys fizines savybes: judrumą, vikrumą, lankstumą, ištvermę, savikontrolę;

16.3 išmoks bendrauti ir bendradarbiauti, palankiai save vertins, tinkamai reikš savo emocijas ir jausmus, įgis problemų sprendimo įgūdžių.

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

SUDERINTA

Klaipėdos lopšelio-darželio „Želmenėlis“
tarybos 2022 m. spalio 10 d.
posėdžio protokoliniu nutarimu
(protokolo Nr. V3-04).

SUDERINTA

Klaipėdos miesto savivaldybės administracijos
Švietimo skyriaus vedėja


Laima Prižgintienė

2023 m. balandžio 18 d.