PATVIRTINTA
Klaipėdos lopšelio-darželio „Žiburėlis“
direktoriaus 2023 m. gegužės 30 d.
įsakymu Nr. V- 44

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

I SKYRIUS
BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Švietimo teikėjas – Klaipėdos lopšelis-darželis „Žiburėlis“ (toliau – Įstaiga), įregistruota Juridinių asmenų registre, kodas 190436030. Teisinė forma – biudžetinė įstaiga. Grupė – ikimokyklinio ugdymo mokykla.

2. Įstaigos buveinės adresas – Reikjaviko g. 8, Klaipėda. Tel. (8 46) 346303, el. p. l.d.ziburelis@gmail.com

3. Programos pavadinimas – neformaliojo vaikų švietimo Fizinio aktyvumo skatinimo programa (toliau – Programa).

4. Programos rengėjai – Natalija Potapova, neformaliojo švietimo mokytoja, Laimutė Povilonienė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui.

5. Programos trukmė – tęstinė.

6. Tikslinė amžiaus grupė – 3–5 m. ikimokyklinio amžiaus ir 6–7 m. priešmokyklinio amžiaus vaikai.

7. Programos įgyvendinimui Įstaigoje sukurtos palankios materialinės ugdymo(si) sąlygos: įrengta sporto salė, aprūpinta vaikų amžių, poreikius ir saugos reikalavimus atitinkančiu sporto inventoriumi, sukurta sportinė-edukacinė lauko aplinka (sveikatingumo takas, sporto ir žaidimų įrenginiai).

8. Neformaliojo vaikų švietimo Fizinio aktyvumo skatinimo programa integruota į Įstaigos Ikimokyklinio ugdymo ir Priešmokyklinio ugdymo bendrąją programas ir vykdoma ugdymo proceso metu rusų kalba.

II SKYRIUS
PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

9. Tikslas – skatinti vaiko fizinį aktyvumą, puoselėjant jo fizines galias ir dvasinę darną.
10. Uždaviniai:
10.1. tenkinti vaiko poreikį judėti patraukliomis formomis;
10.2. ugdyti ir įtvirtinti suvokimą apie judėjimo svarbą sveikatai ir savijautai;
10.3. skatinti asmeninę iniciatyvą ir pasitikėjimą savimi.

III SKYRIUS
PROGRAMOS TURINYS

11. Turinys:
11.1. Ikimokyklinis ugdymas:

Eil. Nr.	Veiklos sritys	Turinys
1.	Fizinis aktyvumas	Patenkina poreikį aktyviai ir spontaniškai judėti, lavina viso kūno koordinaciją, tobulina gebėjimą valdyti savo kūną. Eina ir bėga įvairiais būdais, atlikdamas judesius rankomis, kojomis, judėdamas

		vingiais. Šokinėja abiem kojomis vietoje ir judėdamas pirmyn, ant vienos kojos, šokinėja per virvutę, peršoka žemas kliūtis, pašoka, siekdamas daikto. Laipioja kopėtėlėmis, lauko įrenginiais. Spiria kamuolį iš įvairių padėčių, spiria į taikinį. Meta kamuolį iš įvairių padėčių, meta į taikinį, tiksliau gaudo, mušinėja. Lavina judesių koordinaciją, plaštakų bei pirštų motoriką žaisdamas žaidimus, naudodamasis sporto inventoriumi. Važinėja paspirtuku, dviračiu, riedučiais, rogutėmis. Sukaupia jėgas, valią. Žaidžia judriuosius žaidimus, atlieka gimnastikos elementus, dalyvauja estafetėse, susipažįsta su krepšinio, futbolo žaidimo elementais, mokosi laikytis asmeninės ir bendros erdvės ribų, išbando savo jėgas, vikrumą. Žaidžia komandoje, pasirenka saugias savo sveikatai veiklas, stengiasi nesusidurti, netrukdo kitiems judėti. Komandinėje veikloje geba būti atsargus savo ir kitų atžvilgiu. Specialių pratimų pagalba stiprina pėdos raumenis ir raisčius. Atlieka pratimus basomis, naudojasi tam skirtu inventoriumi sporto salėje ir sveikatingumo takeliu lauke. Suvokia pratimų svarbą sveikatai, taisyklingai kūno laikysenai. Dalyvauja sporto pramogose, šventėse, sveikos gyvensenos ugdymo teminėse savaitėse, projektinėje veikloje.
2.	Emocijų suvokimas ir raiška	Atpažįsta bei pavadina savo jausmus ir įvardija situacijas, kuriose jie kilo. Supranta ne tik kitų jausmus, bet ir situacijas, kuriose tie jausmai kyla (pakviečia žaisti nuliūdusį vaiką, kurio į žaidimą nepriėmė kiti). Kalba apie jausmus su kitais – pasako ar paklausia, kodėl pyksta, kodėl verkia. Pasako savo norus, pageidavimus, įvardina savo veiksmus, emocines būsenas: nuovargį, alkį, troškulį, šaltį, blogą savijautą ir pan. Vis dažniau išreiškia jausmus mimika ir žodžiais, o ne veiksmais. Geba sugalvoti konflikto sprendimo būdus, numatyti jų taikymo pasekmes. Stengiasi suvaldyti pyktį, neskaudinti kitų, įsiaudrinęs geba nusiraminti.
3.	Iniciatyvumas ir atkaklumas	Pasirenka ir ilgesnį laiką kryptingai plėtoja jam pasiūlytą aktyvią fizinę veiklą vienas ir su draugais. Lengviau pereina nuo paties pasirinktos prie suaugusiojo jam, vaikų grupelei ar visai vaikų grupei pasiūlytos veiklos. Suaugusiojo pasiūlytą veiklą atlieka susitelkęs, išradingai, savaip, savarankiškai. Pats bando įveikti kliūtis savo veikloje, nepavykus – kreipiasi pagalbos į suaugusįjį, nemeta veiklos patyres nesėkmę. Prireikus, sukaupia drąsą, atkakliai siekia rezultato. Siūlo naujus žaidimus, bando sukurti jiems taisykles. Samprotauja apie fizinį pajėgumą ir būdus jį didinti. Didžiuojasi savimi ir didėjančiais savo gebėjimais

11.2. Priešmokyklinis ugdymas:

Eil. Nr.	Kompetencijos	Turinys
1.	Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	Laisvai, koordinuotai, įvairiais būdais vaikščioja, bėgioja, šliaužia, ropoja, lenda, lipa. Šokinėja viena ir abiem kojomis per kliūtis, šoka iš vietos abiem kojomis į tolį, pašoka siekdamas daiktą. Meta kamuolį viena ranka, abiem rankomis, taiko į taikinį, krepšinio kamuolį bando varyti viena ranka. Žaidžia grupelėmis, laikosi žaidimo taisyklių, prireikus, pats jas sugalvoja. Sukaupia jėgas, valią, ištvermę, drąsą. Kontroliuoja savo kūną, išvengia kliūčių, orientuojasi erdvėje, keičia judėjimo greitį ir kryptį, juda ritmiškai. Žaisdamas, mankštindamasis ugdosi fizines ypatybes: greitumą, vikrumą, ištvermę, pusiausvyrą,

		koordinaciją, lankstumą, jėgą. Žaidžia įvairaus intensyvumo judriuosius žaidimus. Susipažįsta su sportinių žaidimų (krepšinis, futbolas, tinklinis, žolės riedulys ir pan.) elementais, bando juos žaisti pagal supaprastintas taisykles. Susipažįsta su tautiniais žaidimais, žaisdamas stengiasi laikytis taisyklių. Žaidžia komandinius žaidimus, atlieka estafečių užduotis. Žaidžia žaidimus, skirtus dėmesiui atkreipti. Reaguodamas į vaizdinius ir garsinius signalus, stengiasi keisti judėjimo kryptį ir tempą. Stengiasi greitai susirikiuoti į eilę, vorą, ratą, sustoti poromis, po 3, po 4. Kuria savo judriuosius žaidimus: siūlo siužetą, apibrėžia taisykles. Susikaupia, tam tikrą laiką sutelkia dėmesį į atliekamą veiklą. Grūdinasi, taisyklingai sėdi, stovi, daug juda, žaidžia lauke. Laikosi asmens higienos, tinkamo dienos ritmo, sveikai maitinasi. Darniai veikia komandoje, laikosi taisyklių, džiaugiasi kitų pasiekimais ir laimėjimais. Mokosi valdyti konfliktus, bendraudamas vengia smurto ir patyčių. Pasako, jei yra skriaudžiamas ar patiria prievartą. Saugiai elgiasi grupėje, lauke, sporto salėje, namuose, kelyje, nežinomoje vietoje, su nepažįstamaisiais. Saugiai naudojasi fiziniam judėjimui skirta įranga, priemonėmis, atributais, juos saugo. Saugo save ir draugą, gerbia varžovą. Supranta taisyklingo kvėpavimo svarbą. Derina aktyvią veiklą su poilsiu. Mokosi valdyti impulsyvų elgesį. Įvardija savo emocijas, apibūdina, kas privertė vienaip ar kitaip pasielgti. Stebi savo ir kitų emocijas ir supranta, kad skirtingai reaguoti į tam tikras situacijas yra normalu. Pavaizduoja emocijas judesiu. Nurodo galimas emocijų priežastis. Suvokia savo fizines ir psichines galias: nuovargį, atsipalaidavimą, liūdesį, gerą ar blogą nuotaiką. Supranta, kad susivaldęs ir nusiraminęs jaučiasi geriau. Pasitiki savimi, džiaugiasi savo pasiekimais, darbą atlieka nuo sumanymo iki rezultato. Įvardija savo stiprybes ir gebėjimus, kelia sau tikslą tobulėti. Drąsiai ir argumentuotai reiškia savo nuomonę.
2.	Komunikavimo	Plečia žodyną sporto šakų, sporto inventoriaus pavadinimais. Kalba pilnais sakiniais, suprantamai, aiškiai ir konkrečiai reiškia mintis. Nusako žaidimo turinį, taisykles, įvardija reikalingas priemones. Sudaro naujus žodžius, apibūdinančius judesius, naujų sporto šakų, žaidimų pavadinimus. Tariasi su draugais dėl žaidimo taisyklių, pats gali sugalvoti naujų. Geba išklausyti, pritarti kitų sumanymams. Tiksliai pasako savo norus, pageidavimus, įvardina veiksmus, emocines būsenas. Eksperimentuoja, reiškia kūrybinę iniciatyvą: improvizuodamas judesiu perteikia patirtus įspūdžius, bando kurti trumpus pasisveikinimo šūkius. Geba įvardinti kūno judesius. Sieja kalbinę raišką su kitomis raiškos priemonėmis.
3.	Pilietinė	Domisi Lietuvos sporto istorija, populiariomis sporto šakomis, įžymiais sportininkais. Rodo iniciatyvą ir susidomėjimą kokia nors sporto šaka. Dalyvauja sporto šventėse, pramogose, akcijose, teminėse fizinio aktyvumo savaitėse, Įstaigoje, mieste ir respublikoje organizuojamoje projektinėje veikloje. Kuria atributiką, panaudodamas Lietuvos vėliavos spalvas. Moka Lietuvos himną ir pagarbiai elgiasi jam skambant. Ugdosi pilietinę atsakomybę.

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.

IV SKYRIUS
PROGRAMOS METODAI, FORMOS IR PRIEMONĖS

13. Metodai: stebėjimas, pokalbis, klausymas, žaidimas, aiškinimas, tyrinėjimas, aptarimas, demonstravimas, pasakojimas, imitavimas, improvizavimas, analizavimas, lyginimas, vertinimas.

14. Formos: ryto mankšta, ugdomoji fizinio aktyvumo veikla, judrusis žaidimas, relaksacinis žaidimas, estafetė, sporto šventė, sporto pramoga, kūrybinė teminė savaitė, sporto renginiai su tėvais ir socialiniais partneriais, išvyka, projektas.

15. Priemonės sporto salėje: sporto inventorius (kietas ir minkštas), treniruokliai, krepšinio stovai, futbolo vartai, kamuoliukų baseinas, interaktyvus ekranas, vaizdo įrašai, vaizdo medžiaga, plokščiapėdystės ir laikysenos profilaktikos priemonės, priemonės vaiko saviraiškai, relaksaciniai kilimėliai. Lauke: sveikatingumo takelis, judantis tiltelis „Žaltys“, balansavimo įrenginys, laipiojimo įrenginiai.

V SKYRIUS
VAIKŲ PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS

16. Įgyvendinus programą:

16.1. tenkins poreikį aktyviai ir saugiai judėti;

16.2. įgis žinių apie fizinio aktyvumo svarbą sveikatai ir savijautai, jas taikys kasdienėje veikloje;

16.3. įgis pasitikėjimo savimi, parodys iniciatyvą per fizinio aktyvumo veiklas.

17. Vaikų ugdymo(si) pasiekimai ir pažanga vertinami 2 kartus per metus pagal Įstaigos vaikų pasiekimų ir pažangos vertinimo tvarką.

SUDERINTA
Klaipėdos lopšelio-darželio „Žiburėlis“
tarybos 2022 m. rugsėjo 26 d.
posėdžio protokoliniu nutarimu
(protokolo Nr. V3-6).

SUDERINTA
Klaipėdos miesto savivaldybės administracijos
Švietimo skyriaus vedėja
Laima Prižgintienė
2023 m. gegužės 25 d.