

PATVIRTINTA
Klaipėdos lopšelio-darželio „Nykštukas”
direktoriaus 2022 m. d.
įsakymu Nr. V-

KLAIPĖDOS LOPŠELIO-DARŽELIO „NYKŠTUKAS” NEFORMALIOJO VAIKŲ ŠVIETIMO FIZINIO AKTYVUMO UGDYMO PROGRAMA

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Švietimo teikėjas – Klaipėdos lopšelis-darželis „Nykštukas” (toliau – Įstaiga), registruota Juridinių asmenų registre, kodas 190420236. Teisinė forma – biudžetinė įstaiga. Grupė – ikimokyklinio ugdymo grupės įstaiga lopšelis-darželis.

2. Įstaigos buveinės adresas – Naujakiemio g. 11, 94208, Klaipėda. Tel. (8 46) 34 62 48, el. p. nykstukasdarzelis@gmail.com.

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

4. Programos rengėjas – Karolis Stirbys, neformaliojo švietimo mokytojas.

5. Programos trukmė – tęstinė.

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

7. Programos įgyvendinimui Įstaigoje sukurtos palankios materialinės ugdymo(si) sąlygos: įrengta sporto salė, įsigyta sportinės įrangos, sporto priemonių, sukaupta literatūros, edukacinių priemonių.

8. Neformaliojo vaikų švietimo Fizinio aktyvumo ugdymo programa integruota į Įstaigos Ikimokyklinio ugdymo programą, Priešmokyklinio ugdymo bendrąją programą ir vykdoma ugdymo proceso metu.

II SKYRIUS PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

9. Tikslas – stiprinti vaiko sveikatą, tobulinant pagrindinius judėjimo įgūdžius ir formuojant fizinio aktyvumo nuostatas.

10. Uždaviniai:

10.1. ugdyti kasdienius fizinio aktyvumo įpročius, didinti išvermingumą, įtvirtinant judėjimo, pusiausvyros, kūno kontrolės įgūdžius;

10.2. padėti vaikui pažinti savo kūną, suvokti jo galimybes, ugdyti savisaugos įgūdžius;

10.3. fizinį aktyvumą sieti su fizinės, protinės, emocinės sveikatos gerinimu;

10.4. supažindinti su tradicinėmis sporto šakomis ir netradicinio fizinio aktyvumo formomis (ikimokyklinė joga, aerobika ir kt.) ir puoselėti olimpines vertybes.

III SKYRIUS TURINYS

11. Turinys:

11.1. Ikimokyklinis ugdymas

Eil. Nr.	Veiklos sritys	Turinys
1.	Fizinis aktyvumas	Atlieka ryto mankštas. Dalyvauja fizinio aktyvumo valandėlėse, sportinės pramogose, varžybose, sportiniuose projektuose. Fizinės veiklos valandėlių metu juda įvairiais būdais ir įvairiomis

		<p>kryptimis: eina, bėga, šliaužia, ropoja, lipa. Šokinėja dviem, viena koja koordinuotai, išlaikydamas pusiausvyrą.</p> <p>Atlieka bendrojo lavinimo pratimus bei pratimus pagrindiniams judesiams lavinti. Žaidžia judrius ir ramius žaidimus.</p> <p>Atlieka pratimus, kurie yra skirti įvairioms raumenų grupėms stiprinti.</p> <p>Lavina fizines ypatybes: greitumą, vikrumą, lankstumą, koordinaciją, išsvermę ir jėgą.</p> <p>Įsimena atliekamus pratimus ir geba nuosekliai juos atlikti. Pats kuria fizinius pratimus.</p> <p>Eina basomis per įvairių tekstūrų paviršius.</p> <p>Mokosi žaisti mažąjį krepšinį ir mažąjį futbolą komandoje.</p> <p>Išbando vaikų jogos, aerobikos pratimus.</p>
2.	Santykiai su bendraamžiais	<p>Geranoriškai bendrauja ir bendradarbiauja, žaisdamas estafetes.</p> <p>Atsargiai juda, neužgaudamas kito vaiko. Saugiai naudoja sportinį inventorių. Pagarbiai elgiasi su varžovais.</p> <p>Žaidimų metu moka derinti savo veiksmus su komandos draugų veiksmis.</p> <p>Suvokia, kad ne visose fizinio aktyvumo veiklose gali tikėtis laimėti.</p>
3.	Savireguliacija ir savikontrolė	<p>Tobulina išmoktus pratimus.</p> <p>Žaidžia fizinius žaidimus, geba juos sugalvoti ir jiems vadovauti.</p> <p>Laikosi taisyklių.</p> <p>Išmoksta įvairių pratimų, kurie skirti atsipalaiduoti, pailsinti kūno raumenis.</p> <p>Taisyklingai kvėpuoja eidamas, bėgdamas, atlikdamas pratimus.</p> <p>Kontroliuoja kūno laikyseną stovėdamas, sėdėdamas, eidamas, bėgdamas.</p> <p>Atlieka paprastosios ir tiksliosios motorikos pratimus pavieniui, poromis, grupelėmis.</p> <p>Tikslingai atlieka veiksmus, kuriems būtina akių ir rankų koordinacija.</p> <p>Įsivertina asmeninius gebėjimus pasirinktoje fizinėje veikloje ir siekia juos lavinti.</p> <p>Sukaupia dėmesį ir atsipalaiduoja, judėdamas nesudėtingais būdais.</p>

11.2. Priešmokyklinis ugdymas

Eil. Nr.	Kompetencijos	Turinys
1.	Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	<p>Pasitiki savimi, atlieka įvairius pratimus: stypčioja viena koja, kybo ant vienos rankos, prisitraukia, sukasi, siūbuoja, verčiasi, spyruokliuoja, tempia, stumia, šokinėja per įvairaus aukščio stovelius, žaidžia komandinius žaidimus.</p> <p>Tikslingai lavina greitumą, vikrumą, koordinaciją, jėgą, išsvermę.</p> <p>Eina basomis per įvairių tekstūrų paviršius. Supranta pėdų masažo naudą.</p> <p>Išbando jogos, aerobikos, lengvojo kultūrizmo elementus. Jų metu lavina smulkiuosius ir stambiuosius raumenis, regėjimo, klausos, lytėjimo ir raumenų pojūčius, atsikrato įtampas, baimių.</p> <p>Lavina kūno koordinaciją, atlikdamas pusiausvyros pratimus.</p> <p>Supranta fizinio aktyvumo naudą sveikatai ir savijautai. Įvardija, kas padeda būti stipriam ir sveikam.</p> <p>Savarankiškai atlieka įvairius fizinius pratimus, žaidžia sportinius žaidimus.</p> <p>Orientuojasi, kaip ir kur gali aktyviai judėti kiekvieną dieną.</p>

		<p>Supranta taisyklingos laikysenos svarbą. Moka garbingai rungtyniauti. Geba bendrauti ir konstruktyviai bendradarbiauti komandoje. Pripažįsta ir gerbia kitų norus, nuomonę. Laikosi susitarimų, elgiasi mandagiai, bendraudamas su kitais. Kontroliuoja savo žodžius ir veiksmus, suvaldo pyktį, neskaudina kito, priima laimėjimą ir pralaimėjimą. Fizinės veiklos metu išgyvena teigiamas emocijas: džiaugsmą, smalsumą, pasitikėjimą savo jėgomis.</p>
2.	Pažinimo	<p>Žino įvairias sporto šakas. Supranta ir valdo supaprastintų sporto šakų techniką ir taktiką: krepšinio, futbolo, bendrosios gimnastikos. Susipažįsta, kaip taisyklingai lavinti smulkiąsias ir stambiausias raumenų grupes. Mokosi orientuotis erdvėje: į dešinę ir kairę, pirmyn ir atgal. Suvokia judėjimo tempą, įvertina laiko trukmę. Jaučia įvairių daiktų svorį, judėjimo greitį. Išsako savo nuomonę, svarsto, sprendžia žaidžiant sportinius žaidimus kylančias problemas. Skiria judrius žaidimus nuo kitų žaidimų.</p>
3.	Pilietiškumo	<p>Žino pagrindinius judėjimo būdus. Aktyviai dalyvauja sportinėje ir fizinėje veikloje. Domisi sporto įvykiais. Domisi Lietuvos sportininkais, sportinėmis komandomis. Susipažįsta su Lietuvos sportininkų pasiekimais pasaulyje. Susipažįsta su olimpinio sporto istorijos momentais. Diskutuoja apie olimpines vertybes, supranta jų reikšmę.</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.

IV SKYRIUS PROGRAMOS METODAI, FORMOS IR PRIEMONĖS

13. Metodai: žaidybiniai, žodiniai, praktiniai, kūrybiniai, projektiniai, spontaniška vaiko veikla.

14. Formos: rytinė mankšta, judrieji žaidimai, kūno kultūros užsiėmimai, komandiniai žaidimai, varžytuvės, sporto šventės.

15. Priemonės: gimnastikos, krepšinio, futbolo inventoriai, suoleliai, įvairaus dydžio ir paskirties kamuoliai, taikiniai, kėgliai, lankai, badmintonas, lazdos, kubai, briaunuota lenta, balansavimo takelis, bėgimo takelis, čiužiniai, batutas, kopėtėlės, tuneliai pralindimui, kojokai, virvės, smėlio maišeliai, žiedai mėtymui, parašutas, pėdų masažavimo kilimėliai, sporto žaidimų atributika, informacinės technologijos.

V SKYRIUS VAIKŲ PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS

16. Įgyvendinus programą:

16.1. sustiprės vaiko ištvermingumas, judėjimo, pusiausvyros, kūno kontrolės įgūdžiai. Formuosis kasdieniai fizinio aktyvumo įpročiai;

16.2. vaikas pažins savo kūną, suvoks jo galimybes, gebės prisiimti atsakomybę už savo ir kitų saugumą;

16.3. gerės vaiko emocinė savijauta, elgesio, dėmesio valdymas, gebėjimas rungtyniauti, bendradarbiauti komandoje, gerbti kito norus, nuomonę.

16.4. vaikas turės žinių ir bus išbandęs tradicines ir netradicines sporto šakas, domėsis Lietuvos ir pasaulio sporto įvykiais. Turės supratimą apie olimpines sporto vertybes.

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

SUDERINTA
Klaipėdos lopšelio-darželio „Nykštukas”
tarybos 2022 m. _____ d.
posėdžio protokoliniu nutarimu
(protokolo Nr. V4-).

SUDERINTA
Klaipėdos miesto savivaldybės administracijos
Švietimo skyriaus vedėja
Laima Prižgintienė
2022 m. _____ d