

PATVIRTINTA  
Klaipėdos lopšelio-darželio „Aitvarėlis“  
direktoriaus 2014 m. spalio 9 d.  
įsakymu Nr. V-112

PRITARTA  
Klaipėdos miesto savivaldybės administracijos  
Ugdymo ir kultūros departamento  
Švietimo skyriaus vedėjo 2014 m. spalio 8 d.  
įsakymu Nr. ŠV1-281

**KLAIPĖDOS LOPŠELIO-DARŽELIO „AITVARĖLIS“  
NEFORMALIOJO VAIKŲ ŠVIETIMO FIZINIO AKTYVUMO OPTIMIZAVIMO  
PROGRAMA „DRĄSŪS, STIPRŪS, VIKRŪS“**

**I. BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Švietimo teikėjas – Klaipėdos lopšelis-darželis „Aitvarėlis“ (toliau – įstaiga), įregistruota Juridinių asmenų registre, kodas 190437513. Teisinė forma – biudžetinė įstaiga. Grupė – ikimokyklinio ugdymo mokykla.
2. Įstaigos buveinės adresas – Laukininkų g. 54, LT-95154, Klaipėda.
3. Programos pavadinimas – Klaipėdos lopšelio-darželio „Aitvarėlis“ neformaliojo vaikų švietimo fizinio aktyvumo optimizavimo programa „Drąsūs, stiprūs, vikrūs“ (toliau – programa).
4. Programos rengėjai: Vida Sabatauskienė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui, Ilona Mikniuvienė, neformaliojo švietimo mokytoja, Silvijana Paplauskienė, bendrosios praktikos slaugytoja.
5. Programos koordinatorius – direktorė Aušra Jablonskienė.
6. Programos trukmė – tęstinė. Programos turinys koreguojamas pagal poreikį.
7. Programos apimtis - vieneri mokslo metai.
8. Programos dalyviai – ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikai.

**II. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI**

9. Programos įgyvendinimui įstaigoje sudarytos palankios materialinės ir ugdymo(si) sąlygos.  
Įrengtoje sporto salėje vyksta kūno kultūros valandėlės. Sukauptas daug sportinio inventoriaus. Stacionariai pritvirtinti krepšinio lankai, vertikalūs taikiniai, gimnastikos sienelės, pakabinama virvė ir kt.  
Sportinė vaikų veikla organizuojama ne tik sporto, bet ir treniruoklių salėje. Joje įrengti dviračiai – treniruokliai, sveikatos takelis. Vaikų emocijoms sužadinti - spalvinga čiuožykla.  
Teritorijoje įrengtos 3 žaidimų aikštelės – sūpynės, čiuožyklos, alpinistų sienelės laipiojimui, sporto aikštelė.
10. Programos tikslas – tenkinti vaikų prigimtinius, pažintinius, socialinius ir kultūros, poreikius.
11. Programos uždaviniai:
  - 11.1. saugoti, stiprinti vaikų fizinę ir psichinę sveikatą;
  - 11.2. tenkinti natūralų fizinio aktyvumo poreikį;
  - 11.3. turtinti judėjimo patirtį, lavinti judesius;
  - 11.4. grūdinti organizmą, didinti jo atsparumą aplinkos veiksniams.

### III. PROGRAMOS PRINCIPAI

12. Humaniškumo principas – gerbti vaiką kaip asmenybę, garantuoti jam teisę gyventi ir elgtis pagal prigimtį ir asmeninę patirtį.

13. Demokratiškumo principas – suburti įstaigos bendruomenę bendram tikslui, išklaudyti jų nuomonę, palaikyti iniciatyvą, stengtis įgyvendinti siūlomas idėjas, sudaryti vaikui galimybę rinktis veiklą pagal savo poreikius, interesus bei nuotaiką.

14. Socialinio kultūrinio kryptingumo principas – ugdymo turinį orientuoti į vaiko gyvenimui ir ugdymui(si) reikalingų kompetencijų plėtrą.

15. Individualumo ir diferencijavimo principas – siekti pažinti kiekvieną vaiką, suvokti jo poreikius ir galimybes, ugdyti individualius vaiko gebėjimus parenkant individualius ugdymo(si) būdus ir metodus.

16. Sveikatingumo principas – sukurti saugią ir sveiką aplinką, laiduoti darną tarp vaiko fizinių ir psichinių galių, tenkinti aktyvumo ir judėjimo poreikį.

### IV. TURINYS. METODAI. PRIEMONĖS

#### 17. Programos turinys, priemonės

Eil. nr.	Sritis	Turinys	Priemonės
17.1.	Rytinė mankšta	Bendrojo lavinimo pratimai, judrieji žaidimai, šokių elementai, ritminės gimnastikos elementai, ramūs žaidimai, kvėpavimo pratimai	Gimnastikos lankai, lazdos, kamuoliai, netradicinis sportinis inventorių, kilimėliai, muzikos įrašai
17.2.	Kūno kultūros valandėlės	Bendrosios ir smulkiosios motorikos lavinimas, aktyvi fizinė veikla, bendrojo lavinimo pratimai, pratimai pagrindiniams judesiams lavinti, pratimai koordinacijai, pusiausvyrai, taisyklingai kūno laikysenai ugdyti, gimnastikos pratimai, pratimai su kamuoliais, šuoliukai į tolį, šuoliukai per kliūtis, metimo pratimai: į tolį ir į taikinį, šliaužimas, ropojimas, sportinių žaidimų elementų taikymas, judrieji žaidimai, ramūs žaidimai, kvėpavimo pratimai	Sportinis inventorių: suoliukai, gimnastikos sienelės, stacionariai pritvirtinti ir pastatomi krepšinio lankai, futbolo vartai, gimnastikos lazdos, įvairaus dydžio kamuoliai, šokinėjimo kamuoliai, pusiausvyros kamuoliai, šokdynės, gimnastikos kilimėliai, lankai, rinkinys pusiausvyrai ugdyti „Upės akmenys“, gimnastikos priemonių rinkinys WESCO, maišai pralindimui, smėlio maišeliai, lauko žaidimų įranga, parašutas, priemonės judriems žaidimams

17.3.	Grūdinimas	Patalpų vėdinimas, vaikščiojimas basomis (ant kilimo, ant žolės, ant smėlio, sveikatos takeliu), rankų plovimas vėsiu vandeniu, pasivaikščiojimas lauke, oro ir saulės vonios, braidymas vandenyje, taisyklingas kvėpavimas	Vėdinimo grafikas, vonelės vandeniui, sveikatos takelis, (akmenukai, kaštonai, „dygliuota žolytė“), gimnastikos čiužiniai, kilimėliai, masažiniai kamuoliukai, kojų masažuokliai, baseinėliai braidymui, šiaudeliai bei plunksnos kvėpavimo pratimams
17.4.	Pramogos ir sporto šventės	Bendrojo lavinimo pratimai, aktyvi fizinė veikla, teigiamų emocijų žadinimas, estafetės, varžybos, judrūs žaidimai, išvykos į gamtą, siurpriziniai momentai	Įvairūs sportinis ir netradicinis inventorius

18. Metodai: stebėjimai, pokalbiai, demonstravimai, aiškinimai, fiziniai pratimai, kvėpavimo pratimai, estafetės, varžybos, imitavimas, improvizavimas (išraiška ir saviraiška) judesiu, judrieji žaidimai, pramogos, sporto šventės, siurpriziniai elementai.

## V. PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS

19. Įgyvendinus programą:

- 19.1. vaikai išsiugdys poreikį aktyviai fizinei veiklai;
- 19.2. sustiprės jų fizinės savybės;
- 19.3. įgis žinių apie grūdinimosi svarbą;
- 19.4. įgis atsparumą ligoms.

20. Įgyvendinant programą bus vertinamos vaikų įgytos kompetencijos, kaupiama geroji darbo patirtis, metodinė medžiaga, atliekamos apklausos, tyrimai, organizuojamos diskusijos, konsultacijos, dalyvaujama įvairiuose edukaciniuose sveikatingumo renginiuose.

---

### SUDERINTA

Klaipėdos lopšelio-darželio „Aitvarėlis“

metodinės tarybos posėdžio 2014 m. rugsėjo 18 d.

protoliniu nutarimu (protokolas Nr. 4)

### NAUDOTA LITERATŪRA

1. Adaškevičienė E. Vaikų sveikatos ugdymas. Vilnius, 1999.
2. Bendroji priešmokyklinio ugdymo ir ugdymosi programa. Vilnius, 2002.
3. Klaipėdos lopšelio-darželio „Aitvarėlis“ ikimokyklinio ugdymo programa. Klaipėda, 2010.
4. Metodinės rekomendacijos ikimokyklinio ugdymo programai rengti. Vilnius, 2006.