

## PATVIRTINTA

Klaipėdos lopšelio-darželio „Nykštukas“  
direktoriaus 2017 m. rugsėjo 12 d.  
įsakymu Nr. V1-36

## PRITARTA

Klaipėdos miesto savivaldybės administracijos  
Ugdymo ir kultūros departamento Švietimo  
skyriaus vedėjo 2017 m. rugsėjo 12 d.  
įsakymu Nr. ŠV1-288

# KLAIPĖDOS LOPŠELIO-DARŽELIO „NYKŠTUKAS“ NEFORMALIOJO VAIKŲ ŠVIETIMO SVEIKOS GYVENSENOS UGDYMO PROGRAMA

## I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Švietimo teikėjas – Klaipėdos lopšelis-darželis „Nykštukas“, įregistruota Juridinių asmenų registre, kodas 190420236. Teisinė forma – savivaldybės biudžetinė įstaiga. Grupė – ikimokyklinio ugdymo mokykla.
2. Įstaigos buveinės adresas – Naujakiemio g. 11, LT-94208, Klaipėda. El pašto adresas: [nykstukasdarzelis@gmail.com](mailto:nykstukasdarzelis@gmail.com).
3. Programos pavadinimas – Klaipėdos lopšelio-darželio „Nykštukas“ neformaliojo vaikų švietimo sveikos gyvensenos ugdymo programa (toliau – programa).
4. Programos rengėjai: Živilė Raščauskienė, auklėtoja, Vaclova Keblienė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui.
5. Programos koordinatorius – direktorė Živilė Kiškionytė.
6. Programos trukmė – tęstinė. Programos turinys koreguojamas pagal poreikį.
7. Programos apimtis – vieneri mokslo metai.
8. Programos dalyviai – ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikai.
9. Programa aktuali, nes sveikai ir saugiai gyvensenai šeimose skiriama mažai dėmesio. Įgyvendinta sveikos gyvensenos programa, įtakos harmoningą vaiko augimą, fizinį ir protinį brandimą, gebėjimą mokytis. Programa padės atskleisti vaiko prigimtines kūrybines galias, skatins suvokti ir valdyti savo emocijas, domėtis sveika mityba, judėti ir patirti judėjimo džiaugsmą. Tam tikslui sudarytos palankios ugdymo(si) sąlygos. Pedagogai turi reikiamą išsilavinimą bei kryptingai tobulina kvalifikaciją, noriai priima naujoves ir taiko savo darbe. Nuolat bendradarbiauja tarpusavyje ir su šeima, siekia bendruomenės interesų, poreikių ir lūkesčių dermės.

## II SKYRIUS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

10. Programos tikslas – formuoti saugios ir sveikos gyvensenos, kaip gyvenimo būdo, sampratą.
11. Programos uždaviniai:
  - 11.1. plėtoti vaikų saugios ir sveikos gyvensenos įgūdžius;
  - 11.2. mokyti palankiai save vertinti, susilaikyti nuo impulsyvaus elgesio, mokėti reikšti savo emocijas ir jausmus;
  - 11.3. siekti sveikos gyvensenos ugdymo tęstinumo šeimoje.

### III SKYRIUS UGDYMO PRINCIPAI

12. Individualizavimo. Atsižvelgiama į kiekvieno vaiko patirtį, socialinę kultūrinę aplinką, jo ugdymosi poreikius ir galimybes, interesus, pažinimo stilių, temperamentą.

13. Humaniškumo. Ugdymas grindžiamas žmogiškomis, tautinėmis ir pilietinėmis vertybėmis, taikant vaiko kūnui dvasinės stiprybės, emocinės sveikatos ir savivertės jausmo augimą.

14. Integralumo. Siekiama vientiso fizinės, emocinės, socialinės ir pažinimo sričių plėtojimo, vadovaujantis visuminiu požiūriu į vaiką; integruotai ugdomi vaikų gebėjimai, įgūdžiai ir vertybinės nuostatos.

15. Sąveikos. Ugdymas grindžiamas visų šio proceso dalyvių – vaiko, tėvų (globėjų), pedagogų sąveika keičiantis informacija ir nuomonėmis, išvalgomis.

### IV SKYRIUS TURINYS. METODAI. PRIEMONĖS

16. Ugdymo turinys ir priemonės:

Eil. Nr.	Sritis	Ikimokyklinis amžius		Priešmokyklinis amžius	
		Turinys	Priemonės, inventorius	Turinys	Priemonės, inventorius
16.1	Fizinė sveikata	Plokščiapėdystės profilaktika: aktyvi fizinė veikla, koreguojanti gimnastika, grūdinimas. Taisyklinga laikysena.	Sportinis inventorius, laiko žaidimų įranga, masažuojantys kamuoliukai, gamtinė medžiaga (kaštonai, akmenukai ir kt.), šokdynės, gimnastikos kaspiniai, gimnastikos lazdos, dideli gimnastikos kamuoliai, masažuojantys kamuoliukai, lankai, vėliavėlės, paklotai, smėlio maišeliai.	Plokščiapėdystės profilaktika: aktyvi fizinė veikla, koreguojanti gimnastika, grūdinimas. Taisyklinga laikysena. Sveika ir saugi mityba. Aktyvi veikla ir poilsis gamtoje.	Sportinis inventorius, laiko žaidimų įranga, gamtinė medžiaga (kaštonai, akmenukai ir kt.), šokdynės, gimnastikos kaspiniai, gimnastikos lazdos, dideli gimnastikos kamuoliai, masažuojantys kamuoliukai, lankai, vėliavėlės, paklotai, smėlio maišeliai.
16.2	Saugios ir sveikos gyvensenos samprata	Kūno higiena ir apsauga. Grūdinimas ir dienos režimas. Sveika mityba. Švari gamta ir aplinka.	Higienos reikmenys. Žaidimų atributika, plakatai, nuotraukos, literatūra.	Kūno higiena ir apsauga. Grūdinimas ir dienos režimas Sveiko žmogaus požymiai. Sveika mityba. Švari gamta ir aplinka.	Higienos reikmenys, plakatai, žaidimų atributika, vaizdo ir garso įrašai, IKT.

				Sveiko žmogaus požymiai.	
16.3.	Socialinė sveikata	Emocijų suvokimas ir raiška. Saviugda ir savigarba. Bendravimas ir bendradarbiavimas su bendraamžiais ir suaugusiais. Šeimos vaidmuo. Pagalba sau ir kitam.	Plakatai, enciklopedijos, multimedia, smėlio laikrodžiai, padidinimo stiklai.	Emocijų suvokimas ir raiška. Saviugda ir savigarba. Santykiai su bendraamžiais ir su suaugusiais. Šeimos vaidmuo. Sąmoningumas ir kultūra. Pagarba sau ir kitam. Lyčių ypatumai. Konfliktai ir patyčios.	Plakatai, enciklopedijos, multimedia, literatūra, smėlio laikrodžiai, padidinimo stiklai.
16.4.	Psichikos sveikata	Aktyvi fizinė veikla. Emocijų suvokimas. Savireguliacija ir savikontrolė.	Muzikiniai garso įrašai, stalo žaidimai, padalomoji medžiaga.	Aktyvi fizinė veikla. Emocijos. Savikontrolė ir savireguliacija. Mokėjimas susikaupti ir ramiai mąstyti.	Muzikiniai garso įrašai, stalo žaidimai, padalomoji medžiaga.
16.5.	Emocinė sveikata	Aktyvi fizinė veikla. Emocijų raiškos kontrolė, gebėjimas atsipalaiduoti ir nusiraminti. Tinkamas ir produktyvus poilsis.	Sporto inventorius judriai veiklai, lavinamasis šviesos kubas, projektorius su skysčių disku, sėdmaišiai, garso įrašai, kompaktinių diskų grotuvas.	Aktyvi fizinė veikla. Emocijų raiškos kontrolė gebėjimas susilaikyti nuo agresyvių veiksmų, atsipalaiduoti ir nusiraminti. Tinkamas ir produktyvus poilsis.	Sporto inventorius judriai veiklai, lavinamasis šviesos kubas, projektorius su skysčių disku, sėdmaišiai, garso įrašai, kompaktinių diskų grotuvas.

17. Ugdymo metodai: žaidybiniai, žodiniai, praktiniai, kūrybiniai, projektiniai, spontaniška vaikų veikla.

## V SKYRIUS VAIKŲ PAŽANGOS IR PASIEKIMŲ VERTINIMAS

18. Įgyvendinus programą:

18.1. vaikai geriau pažins save ir draugus, išmoks valdyti emocijas bei elgesį, tinkamai bendrauti ir bendradarbiauti, draugauti su bendraamžiais ir suaugusiais;

18.2. išmoks pasitikėti savo jėgomis, patys bandys spręsti kasdienes problemas;

18.3. plėtosis vaikų saugios ir sveikos gyvensenos įgūdžiai;

18.4. bus stiprinama sąveika su vietos bendruomene, šeima gerinant vaikų sveikatą;

18.5. organizuojami sportiniai, edukaciniai sveikatingumo renginiai.

19. Ugdymo pasiekimų vertinimo metodai: stebėjimas, pokalbiai su tėvais (globėjais), vaiko veiklos analizė.

20. Ugdymo pasiekimų vertinimo dažnumas: du kartus per metus (rudenį ir pavasarį). Prireikus atliekami tarpiniai pasiekimų vertinimai. Fiksuojama vaiko pasiekimų ir pažangos vertinimo protokoluose, aplankuose.

21. Vaikų pasiekimai ir pažanga su tėvais (globėjais) aptariami individualių pokalbių metu.

---

**SUDERINTA**

Klaipėdos lopšelio-darželio „Nykštukas“  
mokytojų tarybos 2017 m. gegužės 4 d.  
posėdžio protokoliniu nutarimu (protokolo Nr.V4-3 )

## NAUDOTA LITERATŪRA

1. Adaškevičienė E. Vaikų fizinės sveikatos ir kūno kultūros ugdymas. Klaipėda, 2004;
2. Bortkevičienė V. Kad mažylis augtų sveikas. Korekcinė kūno kultūros programa. 1995;
3. Ikimokyklinio amžiaus vaikų pasiekimų aprašas. Vilnius: Švietimo aprūpinimo centras, 2016;
4. Klaipėdos lopšelio-darželio „Nykštukas“ ikimokyklinio ugdymo programa. 2010;
5. Priešmokyklinio ugdymo bendroji programa. Vilnius: Švietimo aprūpinimo centras. 2014.