PATVIRTINTA
Klaipėdos lopšelio-darželio „Linelis“
direktoriaus 2023 m. gegužės 29 d.
įsakymu Nr. V-31

KLAIPĖDOS LOPŠELIO-DARŽELIO „LINELIS“ NEFORMALIOJO VAIKŲ ŠVIETIMO FIZINIO UGDYMO PROGRAMA

I SKYRIUS
BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Švietimo teikėjas - Klaipėdos lopšelis-darželis „Linelis“ (toliau – įstaiga), įregistruota Juridinių asmenų registre, kodas 190429228. Teisinė forma – biudžetinė įstaiga. Grupė – ikimokyklinio ugdymo įstaiga.
2. Įstaigos buveinės adresas – Laukininkų g. 10, Klaipėda. Tel. (8 46) 32 23 17, el. p. dlinelis@gmail.com
3. Programos pavadinimas – neformaliojo vaikų švietimo Fizinio ugdymo programa (toliau – programa).
4. Programos rengėjai – direktoriaus pavaduotoja ugdymui Loreta Vitkauskienė, neformaliojo (sporto) ugdymo mokytoja Natalja Kiseliovienė.
5. Programos trukmė – tęstinė.
   Tikslinė amžiaus grupė – 2–5 m. ikimokyklinio ir 6–7 m. priešmokyklinio ugdymo amžiaus vaikai.
6. Programos įgyvendinimui įstaigoje sukurtos palankios materialinės ugdymo(si) sąlygos, įrengtos vidaus ir lauko erdvės: įrengta sporto salė, lauko sporto aikštelė su liejama danga, relaksacinis ir žaidimų kambarys su įvairiu sportiniu inventoriumi ir metodinėmis priemonėmis vaikų sveikatos ugdymui ir stiprinimui.
7. Programa integruota į įstaigos Ikimokyklinio ir Priešmokyklinio ugdymo bendrąsias programas ir vykdoma ugdymo proceso metu.

II SKYRIUS
PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

9. Tikslas – padėti vaikui suprasti fizinio aktyvumo naudą sveikatai ir savijautai, skatinti jį pažinti savo fizines galias, ugdyti aktyvios gyvensenos įgūdžius.
10. Uždaviniai:
    10.1. padėti vaikui išsiaiškinti ir suprasti fizinio aktyvumo naudą sveikatai ir savijautai;
    10.2 formuoti ir tobulinti pagrindinių judesių mokėjimą ir įgūdžius;
    10.3. skatinti aktyvumo, saugaus judėjimo, saviraiškos poreikius;
    10.4. stiprinti organizmą, didinant jo atsparumą aplinkos veiksniams;
    10.5. supažindinti vaikus su įvairiomis sporto šakomis.

III SKYRIUS
PROGRAMOS TURINYS

11. Turinys

11.1. Ikimokyklinis ugdymas

Eil. Nr.	Veiklos sritys	Turinys
1.	Fizinis aktyvumas	Atlieka pagrindinius judesius įvairiais būdais: sėdint, stovint, gulint. Savarankiškai įveikia įvairias kliūtis. Aktyviai juda, šliaužia, ropoja, lipa, lenda, šokinėja, mėto, gaudo, spiria, bėga keisdamas kryptį, tempą, išlaiko pusiausvyrą. Iš įvairių padėčių meta kamuolį į taikinį, tiksliai gaudo, mušinėja. Bėga pristatomu ar pakaitiniu žingsniu aukštai keldamas kelius, bėga suoleliu, įkalnėn, nuokalnėn. Derina rankų, kojų judesius, atlieka pratimus motorikos, koordinacijos lavinimui. Sportuodamas orientuojasi erdvėje ir laike. Žaidžia sportinius žaidimus: krepšinį, regbį, žolės riedulį, ledo ritulį, kvadratą ir kt. Važinėjasi riedučiais, paspirtuku, dviračiu, rogutėmis. Atlieka pratimus su jogos ir aerobikos elementais, lenktyniauja, varžosi, žaidžia judriuosius žaidimus, estafetes, atlieka kūrybines užduotis. Žaidžia ramaus pobūdžio atsipalaidavimo žaidimus. Plečia savo žodyną, sužino naujų sąvokų reikšmes. Bando įvertinti saugius ir nesaugius veiksnius. Dalyvauja įvairiose pramogose, šventėse, varžybose ir konkursuose.
2.	Iniciatyvumas ir atkaklumas	Kryptingai plėtoja veiklą vienas ar su bendraamžiais. Žaisdamas grupinius žaidimus, pasiskirsto vaidmenimis, derina veiksmus, siekia pergalės. Savarankiškai bando įveikti kliūtis savo veikloje, nepasisekus bando tobulinti būdus rezultatui pasiekti. Pats pasirenka priemones ir plėtoja veiklą vienas ar su draugais, ją tęsia kitą dieną ar ilgesnį laiką.
3.	Santykiai su bendraamžiais	Sportuoja, varžosi su bendraamžiais, laikosi taisyklių, gerbia varžovą. Rodo iniciatyvą bendrauti ir bendradarbiauti su kitais vaikais, palaikyti su jais gerus santykius. Geranoriškai veikia kartu su kitais, diskutuoja, siūlo savo sumanymus ar priima kitų idėjas, tariasi dėl taisyklių, dalijasi priemonėmis. Suvokia savo veiksmų pasekmes sau ir kitiems, mokosi savikontrolės.
4.	Savireguliacija ir savikontrolė	Valdo emocijų raišką ir elgesį. Laikosi susitarimų, elgiasi mandagiai, taikiai, bendraudamas su kitais kontroliuoja savo žodžius ir veiksmus (valdo pyktį, neskaudina kito), geba nusiraminti. Išgyvena teigiamas emocijas: džiaugsmą, smalsumą, pasitenkinimą savimi, pasitikėjimą, saugumą. Įvairias emocijas išlieja judrioje savaiminėje veikloje, pats pasirinkdamas priemones ir atrasdamas, ką su jomis daryti.

11.2. Priešmokyklinis ugdymas

Eil. Nr.	Kompetencijos	Turinys
1.	Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	Judėdamas ar žaisdamas mokosi planuoti ir organizuoti bendrą veiklą kartu su draugais ar suaugusiais. Dalyvauja kasdienėje ryto

		mankštoje, fizinio ugdymo pratybose, sportiniuose renginiuose, juda saugiai ir apdairiai, stebi kitų veiksmus, stengiasi į juos lygiuotis. Išraiškingai atskleidžia savo individualumą, atrasdamas pasitikėjimą ir savigarbą, sukaupia valią, jėgas, valdo emocijas, atsipalaiduoja po aktyvios veiklos. Teisingai atlieka rikiuotės pratimus: sustoja ratu, eile, geba greitai persirikiuoti, išsiskaičiuoti, pasisukti kairėn, dešinėn; gerai orientuojasi erdvėje, laike, eina atbulomis, zigzagais, šonu. Jaučia muziką, jos tempą, prisitaiko prie jo, judesius atlieka ritmingai, derina judesį su kvėpavimu. Lavina fizines savybes, atlieka fizinius pratimus su sportiniu inventoriumi. Sportuodamas stebi pedagogą, jį mėgdžioja, stengiasi viską atlikti teisingai, stebi draugus, jų laikyseną. Judėdamas jaučia savo kūną, įvardija, kada yra pavargęs, moka atsipalaiduoti, kaitalioja aktyvią fizinę veiklą su poilsiu: eina, bėga, šliaužia, ropoja, lipa, šokinėja, mėto, išlaiko pusiausvyrą. Lengvai įgyja judesių (bėgimo, šuoliukų, metimo) įgūdžius ir juos toliau tobulina. Aktyviai dalyvauja renginiuose, veiklose, šventėse, išvykose.
2.	Pažinimo	Smalsiai, aktyviai tyrinėja aplinką, kurioje juda. Taiko įvairius pažinimo būdus: pojūčius, suvokimą, mąstymą, vaizduotę; stebi, veikia, klausinėja, lygina, matuoja, eksperimentuoja ir daro išvadas. Patirtį taiko judėjimo, žaidimų metu. Turi žinių apie saugų elgesį gamtoje, gatvėje, namuose, stebi gamtos reiškinius, suvokia jų poveikį fizinei žmogaus sveikatai. Susipažįsta su įvairiomis sporto šakomis, įžymiais sportininkais, jų pasiekimais. Žino įvairias komandinio sporto šakas. Moka suprasti ir įvaldyti įvairių sporto šakų techniką ir taktiką: krepšinio, futbolo, bendrosios gimnastikos. Mokosi analizuoti su sportu susijusius duomenis: skaičiuoja žingsnius naudojant programėles. Aiškinasi, kokiais būdais galima rinkti ir kaupti informaciją apie sportą, sportininkus, kitus su sportu susijusius duomenis.
3.	Komunikavimo	Aktyvios veiklos metu bendrauja, sprendžia problemas, dalijasi sumanymais, idėjomis, svarsto, pagrindžia savo nuomonę. Pataria, padeda, stebi kitų veiksmus, apibūdina juos. Analizuoja, atsirenka, kas yra gerai, o kas – ne. Lygina savo pastangas su kitų pastangomis, veikia komandoje, laikosi taisyklių, etikos. Žaidimų metu vartoja pamėgdžiojimus, skaičiuotes, greitakalbes, mįsles, dainuoja. Žino sportinius terminus, komandas, turimą patirtį naudoja fizinės veiklos metu. Kuria žaidimams naujas situacijas, jas paaiškina, sugalvoja naujų pavadinimų, pritaiko sinonimų, antonimų reikšmes, stebi savo ir kitų vaikų kalbą.

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, demonstravimas, aiškinimas, aptarimas, vertinimas, situacijų modeliavimas, pasakojimas, imitavimas, improvizavimas, pokalbis, diskusijos, viktorina, idėjų kūrimas (minčių lietus), sportiniai žaidimai.

14. Formos: rytinė mankšta, fizinio aktyvumo užsiėmimai sporto salėje ir lauke, sveikatos valandėlės, judrieji sportiniai žaidimai, plokščiapėdystės ir taisyklingos laikysenos užsiėmimai, sportinės šventės, konkursai, projektinės veiklos, edukacinės išvykos.

15. Priemonės: sportinis inventorius: įvairaus dydžio kamuoliai, kopėtėlės, pusiausvyros takeliai, krepšinio bei futbolo priemonės, čiužiniai, kėgliai, tuneliai, laipiojimo sienelės, parašiutas, smėlio maišeliai, svareliai, šokdynės, lankai, lazdos, teniso raketės su kamuoliukais, gamtinės medžiagos, lankai, lazdos, šokinėjimo priemonės, bokšteliai, šokdynės, virvės, rinkinys estafetėms, vaikiški treniruokliai, plokščiapėdystės ir taisyklingos laikysenos profilaktikos priemonės. Kompiuteris, projektorius, magnetofonas, interaktyvios grindys.

V SKYRIUS
VAIKŲ PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS

16. Įgyvendinus programą vaikai:

16.1. supras fizinio aktyvumo naudą sveikatai ir savijautai, aktyviau judės, gebės tai daryti saugiai;

16.2. suvoks save kaip asmenį, pasižymintį unikaliomis savybėmis, supras, kad augdamas jis keičiasi ir tobulėja;

16.3. įgis savikontrolės, bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžių, dalyvaudamas įvairiuose renginiuose su bendraamžiais ir suaugusiais;

16.4. pažins įvairias sporto ir netradicinio aktyvumo formas;

16.5. stiprins judesius ir laikyseną, didins ištvermingumą pažindamas savo kūną ir jo siunčiamus signalus bei gebės į juos reaguoti.

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

SUDERINTA
Klaipėdos lopšelio-darželio „Linelis“
Mokyklos tarybos 2022 m. gruodžio 28 d.
posėdžio protokoliniu nutarimu
(protokolo Nr. V1-4).

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