

PRITARTA  
Vilniaus lopšelio-darželio  
„Karuselė“  
mokyklos tarybos nutarimu  
2021 kovo mėn. 24d.  
Protokolo Nr.-

PATVIRTINTA  
Vilniaus lopšelio-darželio  
„Karuselė“ direktoriaus  
2021 kovo mėn. 24 d.  
Įsakymu Nr.V-28(21)

## **VILNIAUS LOPŠELIO-DARŽELIO „KARUSELĖ“**

### **FIZINIO AKTYVUMO SKATINIMO MOKYKLOJE PLANAS**

| Eil. Nr.                                                                                                          | Mokyklos fizinio aktyvumo skatinimo veiklos vertinimo kriterijai  | Kriterijų požymiai                                                                                     | Numatomos veiklos aprašymas, nuorodos į dokumentus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1. Veiklos sritis – fizinio aktyvumo skatinimo veiklos valdymo struktūra, politika ir kokybės užtikrinimas</b> |                                                                   |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>1.1.</b>                                                                                                       | <b>Fizinio aktyvumo skatinimo sistema mokykloje</b>               | Ar numatote paskirti arba išlaikyti esamą asmenį (-is), atsakingą (-us) už fizinio aktyvumo skatinimą? | Mokykloje 2021-02-08 direktoriaus įsakymu Nr. V-14(21) yra sudaryta darbo grupė, atsakingą už fizinio aktyvumo skatinimą 2021-2025 metams.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>1.2.</b>                                                                                                       | <b>Fizinio aktyvumo skatinimo procesų ir rezultatų vertinimas</b> | Kaip numatote ateityje vertinti fizinio aktyvumo skatinimo procesus ir rezultatus?                     | <p>Fizinio aktyvumo skatinimo procesai ir rezultatai bus įvertinami kalendorinių metų pabaigoje, pagal šiuos kriterijus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vaikams sudarytos palankios sąlygos būti fiziškai aktyviems;</li> <li>• fizinio aktyvumo skatinimo veiklos įtraukiamos į ugdymo planus;</li> <li>• mokytojai tobulina profesines kompetencijas ir gilina žinias fizinio aktyvumo skatinimo klausimais;</li> <li>• mokyklos aplinka saugi ir fizinį aktyvumą skatinanti, aprūpinta tinkami inventoriu;</li> <li>• Mokyklos bendruomenė bendradarbiauja planuojant, organizuojant fizinio aktyvumo skatinimo veiklas.</li> </ul> <p>Vadovaujantis gautais rezultatais bus planuojamos ir koreguojamos fizinio aktyvumo skatinimo veiklos, organizuojamos mokyklos aktyvumo skatinančios veiklos- užsiėmimai ir renginiai. Rezultatai aptariami mokyklos tarybos posėdžiuose.</p> |

|                                                              |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                              |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>2. Veiklos sritis – fizinį aktyvumą skatinanti veikla</b> |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>2.1.</b>                                                  | <b>Vertybinių nuostatų, komunikacinių ir technologinių įgūdžių formavimas, mokymas kelti individualius tikslus ir jų siekti fizinio aktyvumo priemonėmis</b> | Kaip numatote fizinio aktyvumo priemonėmis ugdyti mokinių bendradarbiavimo, komandinio darbo įgūdžius, kilnaus elgesio ir kitas sporto vertybes?                                                                                              | Komandinio darbo įgūdžius ir kilnaus elgesio vertybes formuosime judrių žaidimų, estafečių , aktyvumą skatinančių projektu metu.<br>Vilniaus lopšelio-darželio „Karuselė“ veiklos programa 2021m.                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                              |                                                                                                                                                              | Ar numatote supažindinti mokinius ir juos mokyti fizinio ugdymo programose nustatytų ir kitų naujų, netradicinių sporto šakų ir (arba) fizinio aktyvumo veiklų ateityje? Pagal galimybes prašome išvardyti preliminariai planuojamas veiklas. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planuojama organizuoti vasaros metu futbolo ir krepšinio treniruotes.</li> <li>• „Futboliuko“ Lietuvos masinio futbolo asociacijos planiniai renginiai.</li> <li>• Plokščiapadiškumo prevencijos mankštas</li> <li>• „Mankštų paradas“ .</li> <li>• Orientacinio pobūdžio kvestas „Auksinio raktelio paieška“ .</li> </ul>                                                      |
|                                                              |                                                                                                                                                              | Kaip numatote naudotis informacinėmis technologijomis (mobiliosiomis aplikacijomis, išmaniosiomis programomis, virtualiais žaidimais ir kt.) skatindami mokinių fizinį aktyvumą pamokų, pertraukų, neformaliojo švietimo metu?                | Mokykloje, kiekvienoje grupėje yra internetas ir kompiuteriai - jų pagalba vykdomas nuotolinis fizinis ugdymas- veiklą praveda fizinio ugdymo mokytoja.                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                                                              |                                                                                                                                                              | Ar numatote vykdyti mokinių fizinio pajėgumo nustatymą naudojant standartizuotus nacionalinius arba tarptautinius fizinio pajėgumo testus (mažiausiai kartą per metus)?                                                                       | Kartą per metus atliekamas ir ateityje bus atliekamas du kartus per metus 5-7 metų amžiaus vaikų fizinio pajėgumo nustatymo testas.                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                              |                                                                                                                                                              | Kaip pagal gautus fizinio pajėgumo nustatymo rezultatus numatote stebėti mokinių fizinio pajėgumo kaitą, teikti individualizuotas konsultacijas, nustatyti individualius tikslus, vertinti asmeninius fizinio pajėgumo gerinimo pasiekimus?   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Numatoma su asmeniniais fizinio pajėgumo testais individualiai supažinti tėvus.</li> <li>• Bendras grupės fizinis pajėgumas ir individualūs vaikų pasiekimai aptariami su ugdančiais pedagogais, kartu nustatant bendrus visai grupei fizinio pajėgumo lavinimo tikslus, bei atkreipiant dėmesį į individualius kiekvieno vaiko rezultatus ir individualius tikslus.</li> </ul> |

|      |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>Fizinio pajėgumo kaita atsispindės grupių ugdymo planuose.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2.2. | <b>Fiziškai aktyvios veiklos raiškos būdai</b> | <p>Ar bus vykdomos 3 ir daugiau fizinio ugdymo pamokos, įskaitant šokių pamokas, per savaitę (<i>mokykloje, vykdančioje bendrojo ugdymo programas</i>)?</p> <p><u>Ar bus organizuojama 2 valandų trukmės fizinio aktyvumo veikla (<i>mokykloje, vykdančioje ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas</i>)?</u></p> <p>Ar bus vykdomos 3 ir daugiau fizinio ugdymo pamokos per savaitę (<i>mokykloje, vykdančioje pirminį profesinį mokymą mokykline profesinio mokymo organizavimo forma</i>)?</p> <p>Ar bus sudaryta galimybė pasirinkti dalyką, skirtą studijuojančių asmenų aktyviai fizinei veiklai, pirmosios pakopos ir vientisųjų studijų programose (<i>aukštosiose mokyklose</i>)?</p> <p>(Pasirenkamas vienas variantas)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Mokykloje nuolat organizuojamos fizinio ugdymo užsiėmimai 2 kartus į savaitę kiekvienai grupei.</li> <li>Rytinės mankštos kiekviena diena ikimokyklinio amžiaus vaikams grupėse ir priešmokyklinio amžiaus vaikams- salėje.</li> <li>Lauke organizuojama aktyvi fizinė veikla kiekviena diena.</li> <li>Muzikos užsiėmimai 2 kartus į savaitę kiekvienai grupei.</li> <li>Judrus žaidimai kiekviena diena.</li> </ul> |
|      |                                                | Kokias pasyvaus sėdėjimo pamokų metu trumpinimo priemones numatote taikyti?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Veiklos organizuojamos taip, kad pasyvioji veikla kaitaliotųsi su aktyvia atsižvelgiant į vaikų amžių, poreikius ir galimybes.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|      |                                                | Kokią fiziškai aktyvią veiklą numatote organizuoti pertraukų metu?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Pertraukų nebūna – veikla nuolat kaitaliojama nuo aktyvios prie pasyvios.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|      |                                                | Kokią fiziškai aktyvią veiklą numatote organizuoti prieš pamokas?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Nuolat organizuojamos įvairios tematikos ryto mankštos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|      |                                                | Kokią dalį lėšų nuo visų mokyklos lėšomis finansuojamų būrelių numatote skirti sporto / fizinio aktyvumo būreliams finansuoti?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Ikimokyklinio ugdymo mokykla yra biudžetinė įstaiga ir lėšos būreliams neskiriamos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|      |                                                | Kaip numatote mokiniams sudaryti galimybes išmokti plaukti?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Neturime galimybes vaikams sudaryti sąlygas išmokti plaukti.<br>Tėvams pateikiama informacija apie plaukimo naudą.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                           |                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                           |                                                     | Kaip ir kokius fizinį aktyvumą skatinančius renginius numatote vykdyti ateityje?                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sveikatinimo akcija“ Bėgu, bėgu, šokinėju“ (balandi ir spali)</li> <li>• „Nykštukų bėgimas žiema“ (gruodis)</li> <li>• Paspirtukų lenktinės visa šilta sezoną.</li> <li>• „Futboliuko“ Lietuvos masinio futbolo asociacijos planiniai renginiai(rugsėjis-gegužė)</li> <li>• „Sveikadiados“ ilgalaikio sveikos gyvensenos ugdymo projekto planiniai renginiai (rugsėjis- gegužė)</li> <li>• „Zuikių bėgimas pavasari“ (balandis)</li> <li>• Orientacinio pobūdžio kvestai. (balandis-rugsėjis) .</li> <li>• „Sveikata visus metus 2021“ LMNŠC projekto planiniai renginiai.</li> <li>• Aktyvaus takelio naudojimas ateinant ir išeinant iš mokyklos.</li> <li>• Vasaros metu krepšinio treniruotės lauke.</li> <li>• Vasaros metu futbolo treniruotės lauke.</li> <li>• „Pagauk veją“ sporto pramoga lauke.(rugsėjis)</li> <li>• Turnyras „Klasės“(kovas)</li> </ul> |
| <b>3. Veiklos sritis – fizinė aplinka</b> |                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>3.1.</b>                               | <b>Mokyklos aplinkos pritaikymas pagal mokyklos</b> | Kaip numatote tęsti mokyklos fizinės aplinkos pritaikymo mokyklos bendruomenės fizinio aktyvumo poreikiams darbus ir (arba) išlaikyti esamą infrastruktūrą? | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vidaus ir lauko teritorijos aplinka yra sutvarkyta ir tenkina bendruomenės fizinio aktyvumo poreikius.</li> <li>• Vidaus ir lauko aplinka nuolat atnaujinama,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                                   |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                   | <b>bendruomenės fizinio aktyvumo poreikius</b>                                                                                        |                                                                                                                                                                                               | <p>vadovaujantis įstaigos įsivertinimo rezultatais ir bendruomenės pageidavimais.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muzikos salė naudojama ir pritaikyta fizinio ugdymo veiklai.</li> <li>• Grupių megamėji pertvarkyti taip, kad atsirastu vieta fizinio ugdymo veiklai.</li> <li>• Lauko teritorijoje yra daugiafunkcinė sporto aikštelė.</li> <li>• Teritorijoje stovi įrengimai skirti vaikų fiziniam aktyvumui puoselėti.</li> </ul> |
|                                                                   |                                                                                                                                       | Ar numatote mokyklos teritorijoje įrengti vietas dviračiams, paspirtukams, riedlentėms ir kt. aktyvaus keliavimo priemonėms laikyti ir (arba) išlaikyti esamą įrangą, kaip to bus siekiama?   | Mokyklos teritorijoje įrengtos vietos dviračiams, paspirtukams ir kt. aktyvaus keliavimo priemonėms laikyti.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>3.2.</b>                                                       | <b>Mokinių fizinio aktyvumo skatinimas už mokyklos ribų</b>                                                                           | Ar numatote sudaryti naujas arba tęsti esamas sutartis su sporto infrastruktūros valdytojais dėl galimybės naudotis jų bazėmis, trenerių paslaugomis, dalyvauti sporto klubų veiklose ir kt.? | Mokykla sudariusi sutartis su VŠĮ Baltijos futbolo akademijos futbolo treneriu ir VŠĮ „Sostinės krepšinio mokykla“                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>4. Veiklos sritis – žmogiškieji ir materialiniai ištekliai</b> |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>4.1.</b>                                                       | <b>Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų profesinių kompetencijų tobulinimas fizinio aktyvumo skatinimo klausimais</b> | Kaip numatote organizuoti mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų profesinių kompetencijų tobulinimą fizinio aktyvumo skatinimo klausimais?                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompetencijų tobulinimas fizinio aktyvumo skatinimo klausimais bus įtrauktas į 2021-2025 metų kasmetinius mokytojų kvalifikacijos tobulinimo prioritetus.</li> <li>• Mokytojų kompetencijų tobulinimui naudojamos mokinių krepšelio lėšos.</li> </ul>                                                                                                                                                       |
| <b>4.2.</b>                                                       | <b>Bendradarbiavimas su partneriais</b>                                                                                               | Kaip numatote kviešti gyvenamosios vietovės bendruomenės narius bei socialinius partnerius skatinti                                                                                           | Siekiant įtraukti gyvenamosios vietovės bendruomenės narius bei socialinius partnerius į fizinio aktyvumo skatinimo veiklas, numatoma                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|             |                                                |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             |                                                | mokinių fizinį aktyvumą ir dalyvauti fizinio aktyvumo veiklose?                                              | daugeli fizinio aktyvumo renginių organizuoti lauke, taip sudominti bendruomenės narius.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>4.3.</b> | <b>Aprūpinimas materialiaisiais ištekliais</b> | Kaip ir koki fiziniam aktyvumui reikalingą inventorių, metodinę medžiagą, mokymo priemones numatote įsigyti? | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vidaus ir lauko aplinka fiziniam aktyvumui skatinti yra atnaujinama ir bus atnaujinama vadovaujantis įstaigos įsivertinimo rezultatais ir bendruomenės pageidavimais.</li> <li>• Lauko teritorijoje yra daugiafunkcinė sporto aikštelė su futbolo vartais ir krepšinio stovais. Teritorijoje stovi įrengimai skirti vaikų fiziniam judėjimui, motorikos lavinimui (kliūčių ruožai, buomai, balansiniai suoleliai).</li> <li>• Planuojame įrengti taką plokščiapėdystės profilaktikai.</li> <li>• Kiekviena sezoną atnaujiname paspirtukų ir dviratuku parką.</li> <li>• Planuojame įsigyti gimnastikos suolus.</li> </ul> |

#### 5. Veiklos sritis – fizinio aktyvumo veiklos sklaida

|             |                                                                          |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>5.1.</b> | <b>Fizinio aktyvumo veiklos patirties sklaidos vykdymas ir jo plėtra</b> | Kaip numatote skleisti fizinio aktyvumo patirtį? | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fizinio aktyvumo patirtimi dalinsimės mokyklos internetinėje svetainėje <a href="http://www.karusele.mir">www.karusele.mir</a></li> <li>• Organizuosime bendruomenei atviras fizinio aktyvumo veiklas lauko teritorijoje.</li> <li>• Fizinio aktyvumo skatinimo veiklos, priemonės, renginiai ir kita veikla bus skelbiama grupių Facebook .</li> </ul> |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

