

## TELŠIŲ „KRANTŲ“ PROGIMNAZIJOS VIEŠVĖNŲ SKYRIAUS IKIMOKYKLINĖS GRUPĖS

### VAIKŲ DIENOS POILSIO ORGANIZAVIMO TVARKOS APRAŠAS

#### I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Telšių „Krantų“ progimnazijos Viešvėnų skyriaus ikimokyklinės ugdymo grupės vaikų dienos poilsio organizavimo tvarkos aprašas (toliau – Aprašas) parengtas vadovaujantis Lietuvos higienos normos HN 75:2016 „Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ 8 punktu „Jei įstaigoje vaikų ugdymas vykdomas ilgiau nei 4 val., turi būti organizuojamas vaikų maitinimas ir poilsis tam skirtose patalpose ir (ar)pritaikytose erdvėse“ bei 83 punktu „Vaiko dienos režimas turi atitikti vaiko fiziologinius poreikius, jo amžiaus ypatumus, sveikatos būklę“, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos 2023 m. birželio 19 d. raštu „Dėl dienos poilsio organizavimo įstaigose, vykdančiose ikimokyklinio ir (ar) priešmokyklinio ugdymo programas“, Šeimų asociacijos 2023 m. gegužės 17 d. parengtomis rekomendacijomis „Dėl dienos poilsio organizavimo Lietuvos ikimokyklinio / priešmokyklinio ugdymo įstaigose“.

2. Aprašas reglamentuoja ikimokyklinės grupės vaikų dienos poilsio organizavimo tvarką, kurios paskirtis pateikti esminius susitarimus dėl ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų dienos poilsio organizavimo siekiant užtikrinti kokybišką ikimokyklinį ir priešmokyklinį ugdymą(si) ir atliepti kiekvieno vaiko fiziologinius, psichologinius poreikius.

#### II SKYRIUS VAIKŲ DIENOS POILSIO POREIKIAI IR YPATUMAI

3. Augančiam ir besivystančiam vaiko organizmui svarbus pilnavertis poilsis.
4. Miego trukmė ir miego režimas turi reikšmę vaikų sveikatai. Vaikų miego poreikis priklauso nuo jų amžiaus ir individualių organizmo ypatumų.
5. Pasaulio sveikatos organizacija rekomenduoja, kad 2 m. vaikams reikia 11–14 val., 3–5 m. vaikams - 10–13 val. reguliaraus miego, įskaitant ir pietų miegą, jei yra toks poreikis.
6. Rekomenduojama vaikų dienos poilsio miego trukmė:

Vaikų amžius	Dienos miego trukmė
1–2 m.	2 val.
2–3 m.	1 val. 45 min
3–4 m.	1 val. 30 min.
4–5 m.	1 val. 15 min.
Vyresni nei 5 m.	1 val.

7. Vaiko dienos poilsis gali būti organizuojamas vaikams miegant arba kitomis poilsio formomis.

8. Kitos poilsio formos organizuojamos tada, kai vaikui dienos poilsio metu nebereikia miego:

8.1. sunku užmigti dieną;

- 8.2. nepamiegojęs vaikas jaučiasi gerai;
- 8.3. pamiegojęs pietų miego sunkiai užmiega vakare;
- 8.4. dienos miegas turi neigiamos įtakos nakties miego kokybei.

### **III SKYRIUS**

#### **IKIMOKYKLINĖS UGDYMO GRUPĖS VAIKŲ DIENOS POILSIO ORGANIZAVIMAS**

9. Vaikų ugdymas ir poilsis organizuojamas pagal įstaigos vadovo patvirtintą ikimokyklinės ugdymo grupės dienos režimą, atsižvelgiant į ugdomų vaikų amžių, jų fiziologinius poreikius. Grupės dienos režimas viešai skelbiamas grupės persirengimo patalpoje.

10. Ikimokyklinio ugdymo grupėje, atsižvelgiant į HN 75:2016 „Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos reikalavimai“ 8 punktą, poilsis pagal dienos režimą organizuojamas tam skirtoje patalpoje, pritaikytoje poilsiui miegant.

11. Jeigu ikimokyklinio ugdymo grupę lankantis vaikas neturi poreikio dienos miegui, tėvai (globėjai) turi pateikti prašymą įstaigos vadovui, kad jų vaikui būtų organizuojamas dienos poilsis be pietų miego.

### **IV SKYRIUS**

#### **VAIKŲ, NEMIEGANČIŲ PIETŲ MIEGO, DIENOS POILSIO ORGANIZAVIMAS**

12. Dienos poilsis gali būti organizuojamas ne tik vaikams miegant, bet ir kitomis poilsio formomis.

13. Ugdymo įstaigos vadovas, gavęs tėvų (globėjų) raštišką prašymą dėl galimybės organizuoti vaiko poilsį nemiegant pietų miego, pasitelkęs ikimokyklinės grupės mokytojus, švietimo pagalbos specialistus, tėvus (globėjus) ir atsižvelgdamas į esamus įstaigos išteklius (žmogiškuosius, finansinius, patalpų galimybes) susitaria dėl vaikų dienos poilsio organizavimo.

14. Poilsio formų pasirinkimo principai:

- turi atitikti vaiko amžių;
- turi mažinti stimuliaciją, aktyvumą;
- rekomenduojamos individualios, o ne grupinės veiklos;
- veiklų turi būti daugiau, nei viena, kad vaikai galėtų jas keisti;
- veiklos neturi trukdyti kitiems vaikams ilsėtis ir (ar) miegoti;
- veiklos turi būti saugios, prižiūrimos suaugusiųjų.

15. Siūlomos kitos poilsio formos :

- žaidimai smulkiosios motorikos lavinimui;
- knygų vartymas;
- žaidimas su plastilinu, modelinu ar kinetiniu smėliu;
- spalvinimas;
- meditacija, tylios muzikos klausymasis;
- kita rami veikla.

### **V SKYRIUS**

#### **BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

16. Tvarkos aprašas padeda įgyvendinti nuostatą, kad ugdymas ikimokyklinio ugdymo grupėje organizuojamas atsižvelgiant į vaikų individualius poreikius ir nepažeidžiant Lietuvos higienos normų reikalavimų.

17. Už poilsio formos parinkimą ir organizavimą, atsižvelgiant į vaikų poilsio poreikius, atsakingas su vaikais dirbantis mokytojas.

18. Tvarkos aprašas gali būti keičiamas ir papildomas, tikslinamos tam tikros jo nuostatos pasikeitus teisės aktų reikalavimams arba atsiradus poreikiui.

---