

## ŠIAULIŲ GEGUŽIŲ PROGIMNAZIJOS 2025-2030 M.

### 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>			
1.1.	<b>Fizinio aktyvumo skatinimo sistema mokykloje</b>	Ar numatote paskirti arba išlaikyti esamą asmenį (-is), atsakingą (-us) už fizinio aktyvumo skatinimą?	2025 m. spalio d. Šiaulių Gegužių progimnazijos direktoriaus įsakymu Nr. „Dėl fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje grupės sudarymo“ patvirtina aktyvi, fizinę ir sveikatą stiprinančią veiklą organizuojanti darbo grupė, kurią sudaro įstaigos bendruomenės nariai. Numatome patvirtintą sveikatos stiprinimo veiklą organizuojančią darbo grupę išlaikyti (esant poreikiui koreguoti).
1.2.	<b>Fizinio aktyvumo skatinimo procesų ir rezultatų vertinimas</b>	Kaip numatote ateityje vertinti fizinio aktyvumo skatinimo procesus ir rezultatus?	Šiaulių Gegužių progimnazijos fizinio aktyvumo skatinimo procesus ir rezultatus vertinti numatoma kartą per metus (mokslo metų pabaigoje). Fizinio aktyvumo skatinimas ir kokybė vertinama: <ul style="list-style-type: none"> <li>• stebint ir analizuojant mokinių sportinius pasiekimus fizinio aktyvumo pamokose (fizinis ugdymas, šokis) ir neformaliojo ugdymo veiklose;</li> <li>• fiksuojant ir analizuojant dalyvių skaičių sportiniuose renginiuose mokykloje, rajone, respublikoje;</li> <li>• didinant vaikų fizinį aktyvumą įvairiais skatinimo būdais: padėkomis, medaliais, prizais;</li> <li>• vykdant vaikų elgesio, besiformuojančių dorovinių nuostatų, sportinėje veikloje stebėjimą, kuris fiksuojamas TAMO dienyne.</li> <li>• Vertinimo rezultatai bus naudojami fiziškai aktyviai veiklai planuoti bei kokybei gerinti, trumpai pristatomi mokyklos</li> </ul>

			<p>bendruomenei kartu su fizinio aktyvumo skatinimo veiklų</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• planais.</li> </ul>
<b>2. Veiklos sritis – fizinį aktyvumą skatinanti veikla</b>			
<b>2.1. 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?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Į organizuojamus žygius, šiaurietiško ėjimo mokymus, lėkščiasvydį, sportines varžybas, įvairius sporto renginius bus įtraukiami mokinių tėvai, kaimyninių bendruomenių nariai, socialiniai partneriai.</li> <li>• Bus organizuojami rajoniniai sportiniai, kultūriniai, sveikatingumo renginiai („Judumo savaitė“, tarpmokyklinės sporto varžybos ir t.t.).</li> <li>• Skatinamas mokyklos aplinkos tvarkymas, tradicinės talkos, dalyvavimas įvairiose akcijose („Walk15“, „Darom“ ir t.t.)</li> <li>• Užtikrinamos neformalaus švietimo sporto/šokio programos, atitinkančios mokinių interesus, poreikį ir fizinę sveikatą.</li> </ul>	
	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.	<p>Numatoma supažindinti mokinius ir juos mokyti fizinio ugdymo programose numatytų bei kitų netradicinių sporto šakų. Planuojami susitikimai su regbio, krepšinio, futbolo komandomis, lankinio šaudymo atstovais, numatomi jogos užsiėmimai netradicinio ugdymo dienų metu.</p> <p>Fizinio ugdymo pamokose integruojamos komandinio darbo užduotys, organizuojamos tarpklasinių įvairių sporto šakų varžybos.</p>	
	Kaip numatote naudotis informacinėmis technologijomis (mobiliosiomis aplikacijomis, išmaniosiomis programomis, virtualiais žaidimais ir kt.) skatindami mokinių fizinį aktyvumą pamokų, pertraukų, neformaliojo švietimo metu?	<p>Informacinėmis technologijomis naudojamos ir ateityje naudosimės skatindami mokinių fizinį aktyvumą.</p> <p>Interaktyvių žaidimų, išmaniųjų programėlių pagalba Šiaulių Lieporių mikrorajono bendruomenė buriasi, planuoja, matuoja, analizuoja ir vertina savo fizinį aktyvumą, jį skatinančias veiklas.</p>	
	Ar numatote vykdyti mokinių fizinio pajėgumo nustatymą naudojant standartizuotus nacionalinius arba tarptautinius fizinio pajėgumo testus (mažiausiai kartą per metus)?	<p>Mokinių pasiekimai fizinio aktyvumo srityje vertinami du kartus metuose: rudenį ir pavasarį. Rudenį atliekamas vaikų fizinio aktyvumo pasiekimų vertinimas, pavasarį – vertinama vaikų padaryta pažanga. Padarytos pažangos rezultatai fiksuojami TAMO dienyne, jie analizuojami, daromos išvados.</p> <p>Planuojamas 1–kl. mokinių fizinio pajėgumo nustatymas, pasiekimų ir pažangos vertinimas vieną kartą per metus „Eurofito“ testais. Tikslas - auganti mokinių, pasiekusių „sveikatai palankaus fizinio pajėgumo zoną“ dalis.</p>	

		<p>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?</p>	<p>Mokinių fizinio pajėgumo vertinimų rezultatai fiksuojami elektroniniame dienyne „TAMO“, kuriame su informacija susipažįsta mokinių tėvai. Individualių trišalių (mokinys, mokytojas, tėvas) pokalbių metu rezultatai aptariami, sudaromi veiklos planai. Pagal poreikį organizuojamos konsultacijos ir teikiamos rekomendacijos fizinio aktyvumo, sveikos gyvensenos temomis. Fizinio pajėgumo vertinimų rezultatai analizuojami, aptariami pedagogų tarybos posėdžiuose, tėvų susirinkimų metu.</p>
<b>2.2. 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 programos</i>)?</p>	<p>Pagal 2025-2026 m. m. ugdymo planą, 1-4 klasių mokiniams vykdomos 3 fizinio ugdymo ir 1 savaitinė šokio pamokos. 2025-2026 UP <a href="https://geguziai.lt/wp-content/uploads/2025/09/Geguziu-ugdymo-planas-2025_2026-m.m.pdf">https://geguziai.lt/wp-content/uploads/2025/09/Geguziu-ugdymo-planas-2025_2026-m.m.pdf</a></p>	
	<p>Kokias pasyvaus sėdėjimo pamokų metu trumpinimo priemones numatote taikyti?</p>	<p>Pamokų metu įterpiamos aktyvios pertraukėlės ir judėjimo elementai, mokiniams suteikiamos galimybės sėdėti ant gimnastikos kamuolių.</p>	
	<p>Kokią fiziškai aktyvią veiklą numatote organizuoti pertraukų metu?</p>	<p>Organizuojamos judriosios pertraukos mokyklos kieme, sporto aikštelėje, sporto salėje: 3x3 krepšinis, paprastasis badmintonas. Atsižvelgiant į oro sąlygas, siekiama, kad mokiniai kuo daugiau pertraukų metu būtų aptvetoje mokyklos teritorijoje, žaistų aktyvius lauko žaidimus.</p>	
	<p>Kokią fiziškai aktyvią veiklą numatote organizuoti prieš pamokas?</p>	<p>Prieš pamokas visose 1-4 klasėse organizuojama ryto mankšta. 2025-2026 UP <a href="https://geguziai.lt/wp-content/uploads/2024/10/Geguziu_progimnazija_Sveikatos-gerinimo-planas-2024-2025.pdf">https://geguziai.lt/wp-content/uploads/2024/10/Geguziu_progimnazija_Sveikatos-gerinimo-planas-2024-2025.pdf</a></p>	
	<p>Kokią dalį lėšų nuo visų mokyklos lėšomis finansuojamų būrelių numatote skirti sporto/ fizinio aktyvumo būreliams finansuoti?</p>		
	<p>Kaip numatote mokiniams sudaryti galimybes išmokti plaukti?</p>	<p>Visų antrų klasių mokiniams viena iš fizinio ugdymo pamokų per savaitę vyksta Šiaulių plaukimo mokyklos „Delfinas“ baseine, kur vyksta plaukimo treniruotės. <a href="https://geguziai.lt/wp-content/uploads/2025/09/1-8-klasiu-pamoku-tvark-2025-09-14.pdf">https://geguziai.lt/wp-content/uploads/2025/09/1-8-klasiu-pamoku-tvark-2025-09-14.pdf</a> (kukb - baseinas).</p>	
	<p>Kaip ir kokius fizinių aktyvumą skatinančius renginius numatote vykdyti ateityje?</p>	<p>Organizuoti mokyklos bendruomenei:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• turistinius žygius pėsčiomis, dviračiais, orientacinius žaidimus mokykloje ir gamtoje;</li> </ul>	

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• projektines, netradicinio ugdymo dienas (sveikatingumo ir sporto šventė, „Linksmieji ketvirtadieniai“, „Mano sveikata, mano atsakomybė“, judriosios pertraukos, tarptautinės šokio dienos renginiai ir t. t.);</li> <li>• tarpklasines varžybas (kvadrato, estafečių „Drąsūs, stiprūs, vikrūs“, šaškių ir šachmatų ir t.t.).</li> </ul> <p>Dalyvauti miesto bei rajoninėse varžybose, Šiaulių miesto savivaldybės sporto skyriaus ir socialinių partnerių organizuojamuose fizinį aktyvumą skatinančiuose renginiuose. Tęsti tradiciją dalyvauti Šiaulių miesto savivaldybės sporto skyriaus organizuojamame „Šiaulių bėgimas“ projekte, diena be automobilio akcijose.</p>
<b>3. Veiklos sritis – fizinė aplinka</b>			
<b>3.1. Mokyklos aplinkos pritaikymas pagal mokyklos bendruomenės fizinio aktyvumo poreikius</b>	Kaip numatote tęsti mokyklos fizinės aplinkos pritaikymo mokyklos bendruomenės fizinio aktyvumo poreikiams darbus ir (arba) išlaikyti esamą infrastruktūrą?	2026 metais, planuojama atnaujinti sporto (futbolo) aikštelę. Parašytas projektas, pateiktas Šiaulių miesto savivaldybės administracijai. Atnaujintos, prižiūrimos lauko erdvės, atnaujinta treniruoklių aikštelė. Šiaulių Gegužių progimnazijos strateginiame 2025-2027 metų plane numatyta atnaujinti sportinį inventorių, didinti laikymo vietų dviračiams ir paspirtukams skaičių. <a href="https://geguziai.lt/wp-content/uploads/2024/12/2025-2027-m.-strateginis-veiklos-planas-PATVIRTINTAS.pdf">https://geguziai.lt/wp-content/uploads/2024/12/2025-2027-m.-strateginis-veiklos-planas-PATVIRTINTAS.pdf</a>	
	Ar numatote mokyklos teritorijoje įrengti vietas dviračiams, paspirtukams, riedlentėms ir kt. aktyvaus keliavimo priemonėms laikyti ir (arba) išlaikyti esamą įrangą, kaip to bus siekiama?	Tikslingai panaudojant aplinkos lėšas, planuojama didinti laikymo vietų dviračiams ir paspirtukams skaičių.	
<b>3.2. Mokių 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.?	Numatoma toliau tęsti bendradarbiavimą su: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuru;</li> <li>• Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos centru;</li> <li>• Šiaulių miesto krepšinio akademija „Saulė“</li> <li>• Šiaulių miesto krepšinio akademija „Pergalė“</li> <li>• Šiaulių miesto regbio klubu;</li> <li>• Šiaulių miesto plaukimo mokykla „Delfinas“ (nemokamos plaukimo pamokos antrokiemis).</li> </ul>	
<b>4. Veiklos sritis – žmogiškieji ir materialiniai ištekliai</b>			

4.1.	<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?	Planuojamos veiklos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Seminarai, konferencijos, paskaitos, susijusios su sveikatos ugdymu ir stiprinimu, fizinio aktyvumo skatinimu, mokymai „Kolega-kolegai“;</li> <li>• į bendrojo lavinimo dalykus integruotas sveikatos ugdymas;</li> <li>• mokinių tėvų dalyvavimo ilgalaikiuose ir trumpalaikiuose projektuose: „Šok į tėvų klumpes“, „Sportuoju aš ir mano šeima“, „Diena be automobilio“ testinimas.</li> </ul>
4.2.	<b>Bendradarbiavimas su partneriais</b>	Kaip numatote kviešti gyvenamosios vietovės bendruomenės narius bei socialinius partnerius skatinti mokinių fizinį aktyvumą ir dalyvauti fizinio aktyvumo veiklose?	Numatomos integruotos meninio ir aktyviojo sporto veiklos (kvietimų, skelbimų kūrimas), įtraukiant visus Šiaulių miesto Lieporių mikrorajono bendruomenės narius; organizuojamos akcijos, aktyvi gerosios patirties ir informacijos sklaida miesto žiniasklaidoje ir socialiniuose tinkluose.
4.3.	<b>Aprūpinimas materialiaisiais ištekliais</b>	Kaip ir kokį fiziniam aktyvumui reikalingą inventorių, metodinę medžiagą, mokymo priemones numatote įsigyti?	Būtinų sveikatos stiprinimo bei fizinio aktyvumo priemonių įsigijimo poreikį ir planą sudaro fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje grupė.
<b>5. Veiklos sritis – fizinio aktyvumo veiklos sklaida</b>			
5.1.	<b>Fizinio aktyvumo veiklos patirties sklaidos vykdymas ir jo plėtra</b>	Kaip numatote skleisti fizinio aktyvumo patirtį?	Įstaigos bendruomenės informavimas fizinio aktyvumo skatinimo klausimais mokyklos stenduose, internetinėje svetainėje, miesto spaudoje, socialiniuose tinkluose bei oficialiuose šaltiniuose (Šiaulių miesto visuomenės sveikatos biuras, Šiaulių Gegužių progimnazija <a href="http://www.geguziai.lt">www.geguziai.lt</a> ): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tėvų informavimas apie veiklas, renginius, rezultatus elektroniniame dienyne TAMO;</li> <li>• pedagogų gerosios patirties sklaida įstaigos, miesto ir šalies pedagogams skaitant pranešimus konferencijose ir renginiuose, parengtas fizinio aktyvumo skatinimo veiklų lankstinukas.</li> </ul>