

PATVIRTINTA
Vilniaus lopšelio-darželio
„Vaidilutė“
Direktorius

2024-09-19 Įsakymu Nr.V-77

IKIMOKYKLINIO IR PRIEŠMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ DIENOS POILSIO ORGANIZAVIMO LOPŠELYJE-DARŽELYJE „VAIDILUTĖ“

APRAŠAS

I SKYRIUS

BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų dienos poilsio lopšelyje-darželyje „Vaidilutė“ (toliau – darželis) organizavimo aprašas (toliau – aprašas) yra aprašas, nurodantis, kaip dienos poilsis organizuojamas darželyje, siekiant užtikrinti visapusišką vaikų sveikatą, fizinę ir emocinę gerovę. Poilsis apima ramybės laikotarpį, tinkamas sąlygas miegui bei įkurtas erdves vaikams atgauti jėgas ir pailsėti dienos metu.
2. Vaikų dienos poilsio organizavimą ikimokyklinio ugdymo įstaigose reglamentuoja Lietuvos higienos normos HN 75:2016 „Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ 8 punktas „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 punktas „Vaiko dienos režimas turi atitikti vaiko fiziologinius poreikius, jo amžiaus ypatumus, sveikatos būklę“.
3. Pagrindinės apraše naudojamos sąvokos:
 - 3.1. **darbo grafikas** – žiniaraštis, kuriame fiksuojamas tiesioginis ir netiesioginis darbas su vaikais;
 - 3.2. **dienos poilsis** – Lietuvos higienos normose **HN 75:2010** nurodytas ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų poilsio organizavimas, III.13. jei įstaigoje vaikų ugdymas vykdomas ilgiau nei 4 val., turi būti organizuojamas vaikų maitinimas ir poilsis tam skirtose patalpose ir (ar) pritaikytose erdvėse.
 - 3.3. **kontaktinės valandos** – laikas, per kurį pedagogas tiesiogiai dirba su vaikais;
 - 3.4. **nekontaktinės valandos** – laikas, skirtas netiesioginiam pedagogo darbui su vaikais;

- 3.5. **nemiegantys vaikai** – tėvų prašymu vaikų poilsio organizavimas vykdomas nebūtinai lovoje, bet įvairiose įstaigos patalpose ar erdvėse, pav. Edukaciniame kabinete, Dirbtuvėlėse, salėje, grupės patalpoje, lauke ir įvairiomis formomis, žr. p.10.
- 3.6. **mokytojas** – pedagogas ar kitas nemiegančius vaikus prižiūrintis atsakingas asmuo, įvardintas šiame apraše.
- 3.7. **kitas personalas** – mokytojo padėjėjai ar mokytojo padėjėjai SUP vaikams, kurie neturi pedagoginio išsilavinimo, bet yra lopšelio-darželio „Vaidilutė“ darbuotojai.
4. Šiuo tvarkos aprašu vadovaujasi visi pedagogai ar kiti nepedagoginiai darbuotojai, jei darbo grafike su nemiegančiais vaikais administracijos nurodyta kitaip.

II SKYRIUS

DIENOS POILSIO VAIKAMS ORGANIZAVIMAS

5. Aprašo paskirtis yra atkreipti mokytojų ir tėvų dėmesį į poilsio vaikams svarbą ir padėti mokytojams bei kitam personalui, prižiūrinčiam nemiegančius vaikus, organizuoti vaikų dienos poilsį darželyje.
- 5.1. dienos miegas yra būtinas mažiems vaikams, ypač pirmaisiais gyvenimo metais. Konkretus amžius, iki kada dienos miegas yra būtinas, gali skirtis priklausomai nuo vaiko individualių poreikių, tačiau bendrai pateikiamos yra tokios rekomendacijos:
- 5.2. **1–3 metų** amžiaus vaikams dienos miegas paprastai yra būtinas. Jie miega vieną kartą dieną, ir šis miegas gali trukti nuo 1 iki 2 valandų.
- 5.3. **3–5 metų vaikams** dienos miegas yra svarbus daugumai, rekomenduojama 1,5 val, tačiau atsižvelgiama į vaiko poreikius ir tėvų pageidavimus.
- 5.4. **5–6 metų** amžiaus dauguma vaikų nebeįaučia poreikio dienos miegui, tačiau specialistai rekomenduoja 1 val ramybės laikotarpį, ypač po aktyvios dienos, kad vaikai galėtų atsipalaiduoti ir atgauti jėgas.
- 5.5. Miego ir poilsio nauda vaikui:
- 5.5.1. Fizinis ir emocinis atsistatymas:** miegas padeda vaikams atsipalaiduoti po fizinio aktyvumo ir emocinių išgyvenimų, mažina stresą, įtampą.
- 5.5.2. Smegenų vystymasis:** dienos miegas yra svarbus smegenų vystymuisi, gerina atmintį, dėmesio koncentraciją, mokymosi gebėjimus.

5.5.3. Nuotaikos stabilumas: vaikai, kurie gerai pailsi, būna mažiau irzlūs, geriau susitvarko su emociniais iššūkiais, gerai jaučiasi, auga.

6. Vaikų dienos poilsis gali būti organizuojamas vaikams miegant ar kitomis formomis.
 - 6.1. Vaikų poilsis vyksta tam skirtose patalpose, kuriose yra patogios lovytės arba čiužiniai. Patalpos yra gerai vėdinamos, palaikoma tinkama temperatūra ir apšvietimas. Miegui naudojami individualūs patalynės komplektai, kuriuos reguliariai prižiūri ir keičia mokytojos padėjėja(-s) nustatytu grafiku.
7. Kiekvieno vaiko poilsio režimas derinamas su tėvais ir atsižvelgiama į individualius vaiko poreikius. Jei vaikas neturi poreikio miegoti, jam sudaromos galimybės užsiimti ramiomis veiklomis grupės, miegamojo ar kitose įstaigoje esančiose laisvose patalpose, tačiau užtikrinama, kad jis netrukdytų kitiems vaikams, kurie ilsisi. Poilsio metu nemiegančius vaikus prižiūri pedagogas ar nepedagoginis darbuotojas, jei administracijos nurodyta kitaip.
8. Atsižvelgiant į grupės situaciją ir vaiko amžiaus tarpsniams būdingus raidos ypatumus bei fiziologinius poreikius, grupių dienotvarkėse nustatytas toks poilsio laikas:
 - 8.1. Ankstyvojo ugdymo grupėse nustatomas poilsio laikas 13.00 – 15.00 val.
 - 8.2. Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo grupėse nustatomas poilsio laikas 13.30 – 14.30 val.
 - 8.3. Atsikelti po pietų poilsio vaikui reikėtų ne vėliau nei likus bent 5-6 val iki nakties miego.
9. Grupės mokytojos, kurių darbo grafikas susikerta kontaktu, nemiegančius vaikus palydi/perduoda prižiūrinčiam mokytojui ne anksčiau, nei baigiasi grupės mokytojų kontakto laikas. Darbo grafikuose atspindi kontaktinės ir nekontaktinės darbo valandos.
10. Jei vaikas neturi poreikio miegoti poilsio metu, jam organizuojamas ramus užimtumas, kad jis galėtų atsipalaiduoti ir netrukdytų kitiems vaikams. Nemiegantiems vaikams rekomenduojami užsiėmimai:
 - 10.1. Knygų skaitymas ar paveikslėlių peržiūra.
 - 10.2. Spalvinimas, piešimas ar kita kūrybinė veikla.
 - 10.3. Pasakų ar raminančios muzikos klausymasis.
 - 10.4. Konstravimo veiklos su nedideliais žaislais.
 - 10.5. Dėlionių dėliojimas ar kitos lavinamosios užduotys.
11. Mokytojo atsakomybė yra užtikrinti, kad šios veiklos vyktų tyliai ir ramiai, jog netrukdytų miegančių vaikų poilsiui. Vaikai mokomi gerbti poilsio ir tylos laiką.

12. Nemiegančių vaikų priežiūrai priskiriami pedagogai, jiems nesant – kitas personalas, vaikų dienos poilsio laikotarpiu neturintis tiesioginio darbo su vaikais, tai: vaiko pagalbos specialistai, meninio ugdymo mokytojas, kūno kultūros mokytojas. Nemiegančių vaikų priežiūros grafiką sudaro pavaduotoja ugdymui. Su grafiku supažindinami nemiegančius vaikus prižiūrintys pedagogai pasirašytinai. Grafikas patvirtinamas įstaigos vadovo.
13. Mokytojas, atsakingas už nemiegančių vaikų priežiūrą, atlieka kelias svarbias funkcijas:
- 13.1. **Veiklos organizavimą:**
mokytojas parenka ramias, lavinančias veiklas, kurios skatina vaikų atsipalaidavimą ir ramų užimtumą. Tai gali būti knygų skaitymas, dėlionės, spalvinimas ir pan.
- 13.2. **Ramybės palaikymą:**
mokytojas stebi, kad nemiegantys vaikai gerbtų miegančių vaikų ramybę. Jie prižiūri, kad veiklos būtų vykdomos tyliai ir vaikų elgesys netrikdytų grupės poilsio.
- 13.3. **Individualių poreikių stebėjimą:**
Mokytojas atsižvelgia į kiekvieno vaiko individualius poreikius. Jei vaikas yra pavargęs, tačiau negali užmigti, mokytojas stengiasi padėti jam atsipalaiduoti per raminančias veiklas ar pokalbį.
- 13.4. **Drausmės priežiūrą:**
Jei vaikas tampa neramus ar pradeda trikdyti kitus, mokytojas švelniai įsikiša, nukreipdamas jį į kitą ramią veiklą, padėdamas atkurti ramybę grupėje.
- 13.5. **Atsipalaidavimą:**
Mokytojas gali pasiūlyti vaikui raminančių veiklų, padedančių jam atsipalaiduoti, pvz., pasakų sekimas ar kalbėjimasis ramia, švelnia maniera.
14. Mokytojas prižiūri, kad veiklos būtų saugios, ir stengiasi, kad vaikai nesukeltų pavojingų situacijų sau ar kitiems, būna šalia, jei prireikia – teikia pagalbą, konsultuoja.

III SKYRIUS

ĮSTAIGOS IR TĖVŲ SUSITARIMAI

15. Darželis, bendradarbiaudamas su šeima atpažįsta, atsižvelgia į kiekvieno ugdytinio individualius poreikius bei pritaiko vaikui tinkamiausius poilsio sprendimus.
16. Stengiamasi išgirsti kiekvieno vaiko tėvų (globėjų) poreikius ir argumentus, ieškoma tinkamiausių sprendimų. Stiprinama bendruomenės nuostata, kad dienos tėkmė darželyje vyksta atsižvelgiant į kiekvieno vaiko individualius poreikius.

17. Tėvai (globėjai), pageidaujantys, kad vaikas nemiegotų, pateikia prašymą raštu. Priede pateikiama prašymo forma.
18. Direktorės pavaduotoja ugdymui renka tėvų prašymus dėl vaikų dienos poilsio organizavimo, fiksuoja nemiegančių vaikų skaičių, vykdo susitarimų tarp tėvų ir įstaigos kontrolę.

IV SKYRIUS

BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

19. Pedagogai ir kitas personalas su aprašu supažindinamas pasirašytinai.
 20. Aprašas peržiūrimas ir koreguojamas pasikeitus įstaigos vidaus tvarkai ar įvykus kitiems pokyčiams, turintiems įtakos vaikų dienos poilsio organizavimui.
 21. Įstaiga turi teisę iš dalies ar visiškai pakeisti ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų dienos poilsio organizavimo aprašą ar jos priedą. Prieš nustatant ar keičiant, turi būti informuojama bendruomenė ar už vaikų dienos poilsio organizavimą ir priežiūrą atsakingi asmenys.
-

Tėvo (globėjo) vardas, pavardė

Vilniaus lopšelio-darželio „Vaidilutė“
Direktorei

PRAŠYMAS
DĖL VAIKO DIENOS POILSIO ORGANIZAVIMO

(Prašymo data)

Prašau mano dukrai/sūnui _____
(vaiko vardas, pavardė, gimimo data, grupės pavadinimas)

leisti nemiegoti, bet sudaryti alternatyvias dienos poilsio formas kitose erdvėse.

(parašas)

(Vardas, pavardė)