

PATVIRTINTA
Vilniaus Markučių lopšelio-darželio
direktoriaus
2023 m. gruodžio 12 d.
įsakymu Nr. V- 203

VILNIAUS MARKUČIŲ LOPŠELIO-DARŽELIO VAIKŲ DIENOS POILSIO ORGANIZAVIMO TVARKOS APRAŠAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Vilniaus Markučių lopšelio-darželio (toliau – Darželio) vaikų dienos poilsio organizavimo tvarkos aprašas (toliau – Aprašas) parengtas vadovaujantis Vilniaus miesto savivaldybės ikimokyklinio ugdymo įstaigų vaikų dienos poilsio organizavimo gairėmis.
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“.

II SKYRIUS VAIKŲ DIENOS POILSIO POREIKIAI IR YPATUMAI

4. Augančiam ir besivystančiam vaiko organizmui svarbus pilnavertis poilsis.
5. Vaikų miego poreikis priklauso nuo jų amžiaus ir individualių organizmo ypatumų.
6. Pasaulio sveikatos organizacija rekomenduoja, kad 3–5 m. vaikams reikia 10–13 val. reguliaraus miego, įskaitant ir pietų miegą, jei vaikui yra toks poreikis.
7. Atsižvelgiant į Vilniaus miesto savivaldybės ikimokyklinio ugdymo įstaigų vaikų dienos poilsio organizavimo gaires, rekomenduojama vaikų dienos poilsio miegant 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.

8. Vaiko dienos poilsio miegant trukmė gali kisti arba vaikui pasiūloma kita poilsio forma.

9. Požymiai, kai vaikams dienos miego nebereikia:

- sunku užmigti dieną;
- dieną nerodomi mieguistumo požymiai;
- pamiegojus pietų miego sunku užmigti nakčiai;
- atsibundama anksti ryte.

III SKYRIUS

VAIKŲ DIENOS POILSIO ORGANIZAVIMAS

10. Dienos poilsis organizuojamas vaikams miegant arba kitomis poilsio formomis.

11. Ikimokyklinio ugdymo įstaigos vadovas, pasitelkęs įstaigos bendruomenę (mokytojus, švietimo pagalbos specialistus, tėvus (globėjus)) ir atsižvelgdamas į esamus įstaigos išteklius (žmogiškuosius, finansinius, patalpų galimybes) susitaria dėl vaikų dienos poilsio organizavimo.

12. Mokslo metų pradžioje/bėgyje, siekiant išsiaiškinti individualius vaikų dienos poilsio poreikius, organizuojama tėvų (globėjų) apklausa.

13. Dienos poilsio forma nustatoma atsižvelgus į tėvų (globėjų) apklausos duomenis, aptarus su vaiko tėvais (globėjais).

14. Organizuojant dienos vaikų poilsį miegant vadovaujamasi šių taisyklių 7 punkto rekomendacijomis.

15. Poilsio formų pasirinkimo principai:

- atitinka vaiko amžių;
- mažina stimuliaciją, aktyvumą;
- veiklos saugios, suaugusiųjų prižiūrimos;
- veiklų daugiau, nei viena, kad vaikai galėtų jas keisti.

16. Tėvams (globėjams) išreiškus pageidavimą bei pateikus prašymą (priedas Nr. 1), jog vaikas pietų miego nemiega, jam dienos poilsis organizuojamas kita forma.

17. Mokslo metų eigoje vaikų dienos poilsio poreikiai gali kisti, pokyčiai aptariami individualiai su vaiko tėvais (globėjais).

18. Vaikams poilsis pradedamas nuo „Pasakėlės laiko“, kuri trunka 20-30 min. Tie vaikai, kurie po 20–30 min. poilsio lovoje neužmiega, grupės mokytojas pasiūlo keltis ir užsiimti ramia veikla, kuri netrukdytų kitiems vaikams ilsėtis arba prisijungti prie vaikų veiklos, kuri organizuojama poilsio laiku salėje.

19. Organizuojant poilsio metu nemiegančių vaikų veiklą naudojamas „Kuprinės“ principas (Sutikimas, priedas Nr. 2), kurių turinį sudaro vaikų atsineštos iš namų ugdomosios priemonės: žaidimai, knygos ir kt.. Kuprinių turinys turi atitikti , nustatytus higienos reikalavimus. Už priemonių saugumą ir kokybę atsako tėvai, asmenys prižiūrintys vaikus poilsio metu.

20. Siūlomos poilsio formos:

- piešimas ar koliažo darymas;
- žaidimas su plastilinu, modelinu ar kinetiniu smėliu;
- muzikos klausymas;
- knygų vartymas, skaitymas;
- stalo žaidimai;
- kita.

21. Atsižvelgiant į įstaigos materialinius ir žmogiškuosius išteklius, veiklos organizuojamos atskiroje erdvėje (jei įstaiga tokias turi arba planuoja įkurti), salėje, bibliotekoje, kabinetuose, lauke. Esant poreikiui gali būti organizuojamos individualios veiklos grupėse.

IV SKYRIUS

BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

22. Įstaigos mokytojai bei tėvai supažindinti su šia Tvarka ir privalo jos laikytis.

23. Aprašas gali būti keičiamas, papildomas, panaikinamas įstaigos vadovo sprendimu.
