

TELŠIŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „NYKŠTUKAS“

VAIKŲ DIENOS POILSIO ORGANIZAVIMO TVARKOS APRAŠAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Telšių lopšelio-darželio „Nykštukas“ (toliau tekste – Darželio) vaikų dienos poilsio organizavimo tvarkos aprašas (toliau – Aprašas) parengtas vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2010 m. balandžio 22 d. įsakymu Nr. V-313 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 75:2016 „Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo, galiojanti suvestinė redakcija nuo 2023 m. kovo 02 d., Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos 2023 m. birželio 19 d. raštu „Dėl dienos poilsio organizavimo įstaigose, vykdančiose ikimokyklinio ir (ar) priešmokyklinio ugdymo programas“, Lietuvos Respublikos Vaiko teisių apsaugos kontrolieriaus įstaigos 2023 m. birželio 21 d. raštu „Dėl dienos poilsio organizavimo Lietuvos ikimokyklinio / priešmokyklinio ugdymo įstaigose“, Šeimų asociacijos 2023 m. gegužės 17 d. parengtomis rekomendacijomis „Dėl dienos poilsio organizavimo Lietuvos ikimokyklinio / priešmokyklinio ugdymo įstaigose“.

2. Aprašas reglamentuoja vaikų dienos poilsio organizavimo tvarką Darželyje.

II SKYRIUS VAIKŲ DIENOS POILSIO POREIKIAI IR YPATUMAI

3. Augančiam ir besivystančiam vaiko organizmui svarbus pilnavertis poilsis.

4. Vaikų miego poreikis priklauso nuo jų amžiaus ir individualių organizmo ypatumų.

5. Pasaulio sveikatos organizacija¹ rekomenduoja, kad 3–5 m. vaikams reikia 10–13 val. reguliaraus miego, įskaitant ir pietų miegą, jei vaikui yra toks poreikis. Atsižvelgiant į mokslinius tyrimus², 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.
Vyresni nei 5 m.	1 val.

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

¹ World Health Organization. (2019). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/311664>. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO7.

² Many naps, one nap, none: A systematic review and meta-analysis of napping patterns in children 0–12 years, Sally Staton, Peter S. Rankin, Mollie Harding Simon S. Smith, Emily Westwood, Monique K. LeBourgeois, Karen J. Thorpe, Received 1 May 2019, Revised 16 November 2019, Accepted 20 November 2019, Available online 29 November 2019, Version of Record 18 December 2019.

III SKYRIUS

VAIKŲ DIENOS POILSIO DARŽELYJE ORGANIZAVIMAS

7. Vaikų ugdymas Darželyje organizuojamas pagal įstaigos vadovo patvirtintą grupių dienos režimą, atsižvelgiant į grupėje ugdomų vaikų amžių, jų fiziologinius poreikius. Grupės dienos režimas viešai skelbiamas grupės persirengimo patalpoje bei Darželio el. dienyne www.musudarzelis.com.

8. Visose Darželio grupėse, atsižvelgiant į HN 75:2016 „Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos reikalavimai“ 8 punktą poilsis pagal dienos režimą organizuojamas tam skirtose patalpose ir (ar) pritaikytose erdvėse:

8.1. ikimokyklinio ugdymo grupėse I aukšte įrengtos atskiros miegojimui skirtos patalpos pagal HN 75:2016 „Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos reikalavimai“ 39 punktą;

8.2. ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo grupėse II įrengtos poilsiui skirtos zonos/lovos, kur vaikai gali pailsėti, o esant poreikiui pamiegoti.

9. Jeigu ikimokyklinio/priešmokyklinio ugdymo grupę lankantis vaikas neturi poreikio dienos miegui, ir tėvai (globėjai) pasirašytinai pageidauja, kad jų vaikas nemiegotų Įstaigoje pietų miego, tėvai (globėjai) turi pateikti prašymą įstaigos vadovui, kad jų vaikui būtų organizuojamas dienos poilsis be pietų miego. Tėvai gali savo nemiegančiam vaikui įdėti mėgstamą knygą, pagalvėlę, užklotą.

IV SKYRIUS

VAIKŲ, NEMIEGANČIŲ PIETŲ MIEGO, DIENOS POILSIO ORGANIZAVIMAS

10. Dienos poilsis gali būti 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:

12.1. nuo rugsėjo 1 d. iki spalio 15 d. vykdoma stebėseną grupėse.

12.2. atsižvelgiant į vaiko individualius poreikius su tėvais (globėjais) individualiai aptariami vaiko poilsio ypatumai.

13. Organizuojant dienos vaikų poilsį miegant vadovautis šių Gairių 5 punkto rekomendacijomis.

14. Poilsio formų pasirinkimo principai:

- turi atitikti vaiko amžių;
- turi mažinti stimuliaciją, aktyvumą;
- rekomenduojamos individualios, o ne grupinės veiklos vaiko individualioje poilsio zonoje/lovoje;

16. Vaikams, kurie po 20–30 min. poilsio zonoje/lovoje neužmiega, grupės mokytojas pasiūlo ir užsiimti ramia veikla, kuri netrukdytų kitiems vaikams ilsėtis ir /ar miegoti.

17. Siūlomos kitos poilsio formos :

- žaidimai smulkiosios motorikos lavinimui;
- knygų vartymas;
- meditacija, žiūrėjimui pro langą ir kt.;
- spalvinimas;
- kita.

V SKYRIUS

BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

18. Mokytojai, sudarant grupės dienos režimą, atsižvelgia į kiekvieno vaiko individualius poreikius ir, esant poreikiui, organizuoja atskirą vaiko dienos režimą, organizuojant dienos poilsį be pietų miego.

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

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

PRITARTA

Telšių lopšelio-darželio „Nykštukas“

Mokytojų Tarybos

2023 m. rugsėjo 16 d. posėdžio Nr. V7-5

protokoliniu nutarimu