

PATVIRTINTA

Telšių rajono Tryškių Lazdynų Pelėdos  
gimnazijos 2023 m. gruodžio 27 d.  
direktoriaus įsakymu Nr. V1-229

**TELŠIŲ R. TRYŠKIŲ LAZDYNŲ PELĖDOS GIMNAZIJOS  
IKIMOKYKLINIO UGDYMO GRUPĖS  
VAIKŲ DIENOS POILSIO ORGANIZAVIMO TVARKOS APRAŠAS**

**I. BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Telšių r. Tryškių Lazdynų Pelėdos gimnazijos ikimokyklinio ugdymo grupės vaikų dienos poilsio organizavimo tvarkos 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 įstaigoje.

**II. BENDRIEJI REIKALAVIMAI**

5. Atsižvelgiant į vaiko individualius poreikius su tėvais (globėjais, rūpintojais), mokytojais ir švietimo pagalbos specialistais aptariami vaiko poilsio ypatumai.

6. Tėvai, nusprendę, kad vaikas nemiegos pietų miego, pateikia prašymą įstaigos vadovui ir prašymas priimamas atsižvelgiant į specialistų rekomendacijas ir į individualius pokalbius su vaiko tėvais (globėjais, rūpintojais).

7. Direktorius įsakymu tvirtina nemiegančių vaikų sąrašą.

8. Dienos miegas vaikui nebūtinai, jeigu:

8.1. Net ir nemiegojęs pietų miego vaikas jaučiasi gerai, nerodo nuovargiui būdingų ženklų: irzlumo, išsiblaškymo, suprastėjusios reakcijos bei judesių koordinacijos, mieguistumo.

8.2. Jei vaikas paguldytas dienos miego neužmiega ir pražaidžia visą laiką.

8.3. Jei vaikas savarankiškai prabunda anksti ryte, o vakare užmiega iki 21 val.

8.4. Pasaulio sveikatos organizacija<sup>1</sup> rekomenduoja, kad 3–5 m. vaikams reikia 10–13 val. reguliaraus miego, įskaitant ir pietų miegą, jei vaikui yra toks poreikis. Atsižvelgiant į mokslinius tyrimus<sup>2</sup>, rekomenduojama vaikų dienos poilsio miegant 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.

**III. VAIKŲ NEMIEGANČIŲ PIETŲ MIEGO VEIKLOS ORGANIZAVIMAS**

9. Poilsio metu nuo 13 iki 15 val. nemiegantys vaikai žaidimų patalpoje turi galimybę žaisti ramaus pobūdžio žaidimus arba pasirinkti kitą neaktyvią veiklą netrukdamt besiuilintiems vaikams, kurią organizuoja paskirtas mokytojas.

10. Vaikams, kurie po 30-40 min. poilsio lovoje neužmiega, mokytoja pasiūlo keltis ir ramias veiklas organizuoja pagal poreikį ir aplinkybes toje pačioje aplinkoje, kurioje ilsis miegantys vaikai. Siūlomos

veiklos: stebėjimas, spalvinimas, piešimas, karpymas, lankstymas, pasakų klausymasis per ausinuką, stalo ir smulkiosios motorikos žaidimai, modeliavimas, knygų vartymas ir kt.

11. Vaikai gali turėti savo „poilsio kuprinę“, kurioje būtų mėgstamai ramiai veiklai pritaikytos priemonės.

## **V. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

12. Tėvai (globėjai, rūpintojai) su Tvarkos aprašu supažindinami įstaigos el. dienyne „Mūsų darželis“.

13. Tvarkos aprašas skelbiama Gimnazijos interneto svetainėje.

14. Tvarka gali būti keičiama ir/ar papildoma iniciavus darželio bendruomenės nariams.

---