



## METODINĖ PAGALBA

### PEDAGOGAMS, UGDYMO ĮSTAIGŲ PERSONALUI, MOKSLEIVIŲ TĖVELIAMS

2024 metai

#### **LIETUVOS SPORTO UNIVERSITETO ATVIROS PRIEIGOS LEIDINIAI**

Mokyklos kiemo projektavimo rekomendacijos vaikų fizinio aktyvumo galimybėms didinti: Nordplus projektas „Šiaurės ir Baltijos šalių fiziniam aktyvumui skirta mokymosi aplinka“

<http://dspace.lsu.lt/handle/123456789/88>

Rekomendacijos skirtos ugdymo įstaigų vadovams, administraciniam ir pedagoginiam personalui, savivaldos ir valstybinėms įstaigoms, atsakingoms už moksleivių fizinio aktyvumo skatinimą ir sveikatos stiprinimą bei sveikos aplinkos kūrimą.

**Ikimokyklinio ir pradinio mokyklinio amžiaus vaikų fizinio pajėgumo testavimo ir vertinimo metodika**

<https://vb.lsu.lt/object/elaba:18319324/MAIN>

Naudojant šią metodiką galima nustatyti bendrą kompleksinį pradinių klasių mokinių fizinį pajėgumą, o ne tik atskirus jo elementus, ir taip susidaryti holistinį reiškinių (problemos) vaizdą. Ikimokyklinio ir pradinio mokyklinio amžiaus vaikų fizinio pajėgumo vertinimo metodikos įsisavinimas leis stebėti fizinio pajėgumo kaitą per mokslo metus amžiaus grupėse. Ikimokyklinio ir pradinio mokyklinio amžiaus vaikų fizinio pajėgumo vertinimo metodika padės ikimokyklinio ir pradinio ugdymo pedagogams išsamiau vertinti moksleivių gebėjimus ir individualizuoti jų vertinimą.

**Ikimokyklinio ir pradinio mokyklinio amžiaus vaikų fizinių ypatybių testavimas ir ugdymas: metodinė priemonė pedagogams**

<https://vb.lsu.lt/object/elaba:18315603/MAIN>

Knygoje apžvelgiama ikimokyklinio ir pradinio fizinio ugdymo ir sveikatingumo ugdymo programų paskirtis bei ugdymo aspektai. Aptariami 3–12 metų vaikų raidos ypatumai ir pradinio judamųjų gebėjimų lavinimo strategijos. Pateikiami vaikų fizinio pajėgumo testavimo aspektai, reikalavimai. Supažindinama su fizinio pajėgumo testų metodika.

Pateikiama atskirų fizinių ypatybių (jėgos, lankstumo, pusiausvyros, koordinacijos, vikrumo, greitumo, ištvėmės) lavinimo pagrindiniai principai ir pratimų pavyzdžiai.

## **The Lithuanian Physical Activity Report Card for Children and Youth 2022**

<http://dspace.lsu.lt/handle/123456789/106>

Tai antroji Lietuvos vaikų ir jaunimo fizinio aktyvumo ataskaita (pirmoji paskelbta 2018 m.) Lietuvos ataskaitų kortelės kūrimą inicijavo ir koordinavo Lietuvos sporto universiteto Fizinio ir socialinio ugdymo katedra, bendradarbiaudama su šiais partneriais: Vilniaus universitetu, Lietuvos tautiniu olimpinio komitetu, LR Švietimo, mokslo ir sporto ministerija.

Ataskaitos tikslas – pagilinti žinias apie dabartinę „tautos būklę“, susijusią su vaikų ir jaunimo fizinio aktyvumo lygiu, nustatyti esamų žinių (tyrimų) spragas ir taikyti kaip propagavimo priemonę, skatinant tyrėjus ir suinteresuotąsias šalis siekti teigiamai paveikti vaikų ir jaunimo fizinio aktyvumo galimybes.

### **Rekomendacijos kūno kultūros mokytojams, visuomenės sveikatos specialistams ir kitiems suinteresuotiems asmenims dėl vyresnio mokyklinio amžiaus jaunuolių rengimo karinei tarnybai**

<http://dspace.lsu.lt/handle/123456789/69>

Rekomendacijos skiriamos ugdymo įstaigoms, kuriose galima organizuotai įgyvendinti sveikatos ugdymą; moksleivių tėvams, nes pirmiausia šeimoje diegiami su sveikata susijusio elgesio ir psichinės higienos įgūdžiai; visuomenės sveikatos biurams, organizuojantiems sveikatinimo veiklas; bendruomenės nariams ir kitiems suinteresuotiems asmenims bei institucijoms. Atsižvelgiant į su sveikata susijusio elgesio bei psichinės būsenos kaupiamąjį efektą ir tai, kad sveikatos sutrikimai dažnai kyla ne ūmai, o vystosi metų metus, svarbu laiku atkreipti šeimos, ugdymo, visuomenės sveikatos įstaigų dėmesį, kad būtų galima kuo anksčiau pastebėti galimai neigiamai sveikatą veikiančius veiksnius ir užkirsti jiems kelią.

### **Sportas prieš smurtą ir atskirtį: mokomoji medžiaga**

<http://dspace.lsu.lt/handle/123456789/79>

Mokomoji medžiaga, skirta fizinio ugdymo pedagogams, įvairių sporto šakų treneriams bei kitiems sporto specialistams, yra viena projekto „Sportas prieš atskirtį ir smurtą/Sport Against Violence and Exclusion/SAVE“ veiklų, kuri yra finansuojama Europos Sąjungos lėšomis pagal Erasmus+ Sportas programą (projekto Nr. 590711-EPP-1-2017-1-LT-SPO-SCP). Pagrindinis leidinio tikslas – ugdyti sporto mokymo įstaigas efektyviai taikyti ir valdyti konfliktų sprendimo priemones. Ši mokomoji medžiaga padės įvairių sporto šakų treneriams, fizinio ugdymo pedagogams įžvelgti būsimas ar esamas smurto bei atskirties apraiškas grupėje ar komandoje, išsamiau įvertinti įvairias konfliktines situacijas bei pasirinkti tinkamą sprendimo būdą.

## Šiuolaikinio trenerio kvalifikacijos tobulinimas: metodinė medžiaga

<http://dspace.lsu.lt/handle/123456789/81>

Medžiaga skirta tobulinti fizinio aktyvumo specialistų ir sporto trenerių kvalifikacijai. Knygoje pateikta programa apima 20 ECTS kreditų; ją sudaro 4 moduliai: 1. Sporto etika. 2. Vaikų ir jaunimo fizinio aktyvumo skatinimas ir treniravimo ypatumai 3. Fizinio aktyvumo ir fizinio pajėgumo testavimas bei vertinimas. 4. Neįgalių asmenų fizinis aktyvumas ir treniravimo ypatumai.

## Suaugusių (18–64 metų) ir vyresnio amžiaus (65 metų ir vyresnių) asmenų fizinio pajėgumo vertinimo metodika: metodinė medžiaga

<http://dspace.lsu.lt/handle/123456789/105>

Metodinė medžiaga skirta naudotis visuomenės sveikatos, fizinio aktyvumo, sporto ir sveikatinimo specialistams, susijusių studijų programų studentams, kitiems suinteresuotiems asmenims, dirbantiems fizinio aktyvumo ir sporto srityje.

## ***KITA METODINĖ IR MOKOMOJI MEDŽIAGA***

### **SENDIteach Platforma skirta įgalinti pradinių klasių mokytojus kurti įtraukias fizinio ugdymo pamokas**

<https://www.lsu.lt/mokomoji-medziaga/>

Ši platforma sukurta įgyvendinant projektą „Pradinių klasių mokytojų įgalinimas įtraukti mokinius turinčius specialiųjų ugdymosi poreikių į fizinio ugdymo pamokas naudojant skaitmenines priemones“, kuris buvo finansuojamas Europos Sąjungos lėšomis pagal Erasmus+ programą (projekto Nr. 2021-1-LT01-KA220-SCH-000030378). Platformos turinys suskirstytas pagal keturias negalias (kognityvinę, regos, klausos ir fizine) ir atliepia dabartinę fizinio ugdymo programą skirtą bendrojo lavinimo mokykloms. Joje yra trumpas negalios aprašymas su motorinės raidos, fizinio pajėgumo ypatumais, išvardintos galimos apribojančios aplinkybės fizinio ugdymo kontekste, patarimai mokytojui. Taip pat gausu video, programėlių, pamokų planų, kortelių padėsiančių fizinio ugdymo pamokoms ruošti ir jas vykdyti.

## ***KITŲ INSTITUCIJŲ TVARKOS (DOKUMENTAI), SUSIJUSIOS SU MOKSLEIVIŲ FIZINIŲ AKTYVUMU, FIZINIŲ PAJĖGUMU IR SVEIKATA***

LR Sveikatos apsaugos ministro nustatyta ir su LR Švietimo, mokslo ir sporto ministru suderinta tvarka (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. spalio 8 d. įsakymas Nr. V-1153 „[Dėl mokinių, besimokančių pagal pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, fizinio pajėgumo nustatymo tvarkos aprašo patvirtinimo](#)“)

Dokumente rasite mokinių fizinių ypatybių įvertinimą ir jų fizinio pajėgumo gerinimo rekomendacijas.

Taip pat ten galite rasti visas reikalingas mokinių, besimokančių pagal pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, fizinio pajėgumo rezultatų formas:

<https://sam.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/visuomenes-sveikatos-prieziura/mityba-ir-fizinis-aktyvumas-2/sveikatinamasis-fizinis-aktyvumas/dokumentai-ir-metodines-priemonės>

## **LIETUVOS SPORTO UNIVERSITETO KVALIFIKACIJOS TOBULINIMO RENGINIAI (seminarai, paskaitos)**

Tema	Valandų sk.* (Teorija/ Praktika)	Tikslinė grupė**
Mokinių fizinis pajėgumas: nuo testų iki rekomendacijų (teorija+praktika)	6	Pedagogai/tėvai/ administracija
Vaikų su specialiais poreikiais įtraukimas į fizinio ugdymo pamokas (teorija+praktika)	6	Pedagogai/tėvai/ administracija
Moksleivių laikysenos vertinimas ir koregavimo galimybės (teorija+praktika)	6	Pedagogai/tėvai/
Įvairių fizinių traumų prevencija, pirmoji pagalba įvykus traumai (teorija+praktika)	6	Pedagogai/tėvai/ administracija
Vaikų, paauglių ir jaunimo mitybos ypatumai skirtingo fizinio krūvio metu	6	Pedagogai/tėvai/
Įvairaus amžiaus vaikų (ikimokyklinio, pradinio, paauglių ir jaunuolių) motyvavimas aktyviai gyvensenai (fizinis aktyvumas, mityba, nutukimo prevencija)	6	Pedagogai/tėvai/ administracija
Emocijų ir elgesio problemų turinčių vaikų elgesio keitimo technologijos per fizinę veiklą (teorija+praktika)	6	Pedagogai/tėvai/ administracija
Konfliktų valdymas fizinių veiklų metu (teorija+praktika)	6	Pedagogai/tėvai/ administracija
Vaikų fizinio aktyvumo lauke skatinimo galimybės	6	Pedagogai/tėvai/ administracija
Silpnesnės sveikatos moksleivių fizinis ugdymas	6	Pedagogai/tėvai/

\* Pedagogams ir administracijos atstovams išduodami LSU kvalifikacijos tobulinimo pažymėjimai. **6 valandų seminaras, gali būti išskaidytas dalimis ir įvykdomas ne per vieną dieną. Taip pat gali būti suformuotas trumpesnės trukmės (2 arba 4 val.) renginys.**

\*\* Tikslinė grupė: Pedagogai: pradinio ugdymo, fizinio ugdymo, kitų mokomųjų dalykų mokytojai. Visi suinteresuoti mokyklos administracijos atstovai. Tėvams gali būti siūloma ne pilni seminarai, tačiau sutrumpinta iki 1-2 val. (apžvalginė) temos versija (gali būti galimybė nemokamai).

PASTABA: kaina priklauso nuo renginio dalyvių skaičiaus ir derinama atsiradus poreikiui.

### **Papildomai Informacija teikiama:**

LSU Žinių ir inovacijų perdavimo departamentas

El. p.: [kristina.visagurskiene@lsu.lt](mailto:kristina.visagurskiene@lsu.lt)

Tel. nr. +370 690 09910