

## KLAIPĖDOS „VERSMĖS“ PROGIMNAZIJOS FIZINIO UGDYMO UŽSIĖMIMŲ ORGANIZAVIMO TVARKA

### I SKYRIUS BENDROJI DALIS

1. Fizinio ugdymo užsiėmimuose gali dalyvauti mokiniai, profilaktiškai pasitikrinę sveikatą, kuri yra užfiksuota eSveikatos tinklalapyje iki einamųjų metų rugsėjo 15 dienos.

2. Rudenį, pavasarį, (priklausomai nuo oro sąlygų), žiemą užsiėmimai vyksta lauke (aikštynė prie mokyklos):

2.1. pamokos lauke vykdomos atsižvelgiant į Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. rugpjūčio 10 d. įsakymo Nr. V-773; Dėl Lietuvos higienos normos 21:2011 „Mokykla, vykdanči bendrojo ugdymo programas. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“, reikalavimus. Apie planuojamas organizuoti pamokas lauke mokiniai informuojami iš anksto;

2.2. bėgiojama tik sportiniuose takeliuose, nesistumdant, vengiant staigių „stabdymų“, sustojimų ir apsisukimų;

2.3. nevaikščiojama vietose, kuriose vyksta mėtymo ar šuoliavimo pratimai;

2.4. neišeinama už aikštyno ribų be mokytojo leidimo.

3. Progimnazijos sporto salė, kitos sportinės patalpos naudojamos saugiai ir pagal tiesioginę paskirtį:

3.1. į sporto salę įeiti galima tik su tvarkinga ir švaria sportine apranga ir avalyne. Salėje sportuoti nepersiavus lauko avalynės ir nekokybiška sportine avalyne, kuri tepa grindų dangą, draudžiama;

3.2. neleidžiama sportuoti su auskarais, (bet kurioje kūno vietoje), priaugintais nagais, žiedais, apyrankėmis, grandinėėmis, karoliais, laikrodžiais, šalikais, skarelėmis ir panašiai. Ilgi plaukai turi būti surišti. Negalima kramtyti gumos;

3.3. be mokytojo leidimo negalima naudotis prietaisais ir kitu sportiniu inventoriumi;

3.4. draudžiama kabinėtis už krepšinio lankų, futbolo vartų ar lipti ant šių konstrukcijų;

3.5. gimnastikos užsiėmimų metu negalima stovėti arti prietaisų, kai atliekami pratimai;

3.6. užsiėmimų metu galima atlikti tik mokytojo paskirtus pratimus;

3.7. prieš pamokas ir po pamokų persirengimo patalpose būtina drausmingai elgtis – nebėgioti, nesistumdyti;

3.8. būtina saugoti ir tvarkingai prižiūrėti asmeninius daiktus;

3.9. po užsiėmimų būtina persirengti.

### II SKYRIUS SANITARINĖ, HIGIENINĖ PATALPŲ PRIEŽIŪRA

4. Sporto salė prieš pamokas ir po jų turi būti išvalyta ir išvėdinta.

5. Sporto salėje negali būti pašalinių daiktų (paltų, striukių, kuprinių ir panašiai).

6. Sporto salėje ir persirengimo kambariuose būtina laikytis švaros (nešiukšlinti, nespjaudyti, nevalgyti ir t. t.).

7. Ištepus ar kitaip sugadinus patalpas (sienas, grindis), inventorių, kaltininkas turi viską išvalyti, sutvarkyti, o sugadinus nepataisomai, tėvų (globėjų, rūpintojų) pagalba kompensuoti padarytą žalą.

8. Kiekviena klasė po savo pamokos prižiūrėti mokytojui sutvarko sporto salę, sudeda į saugias, specialiąsias vietas sportines priemones (šokdynes, kamuolius, lankus, gimnastikos paklotus ir t. t.).

### **III SKYRIUS**

#### **III. UŽSIĖMIMŲ LANKOMUMO UŽTIKRINIMAS**

9. Fizinio ugdymo užsiėmimai vyksta nustatytu laiku pagal progimnazijos direktoriaus patvirtintą pamokų tvarkaraštį.

10. Į sporto salę įleidžiami tik tie mokiniai, kuriems yra pamoka.

11. Laikiniai atleisti dėl ligos nuo fizinio ugdymo užsiėmimų arba nepasiruošę pamokai mokiniai stebi pamoką, padeda mokytojui organizuoti žaidimus, estafetes, sutvarko inventorių arba jiems skiriamos užduotys (žaisti stalo žaidimus, sporto aikštyno, inventoriaus tvarkymas, teisėjavimas, sportinės literatūros studijavimas ir pagal poreikį atsiskaitymas į pateiktus klausimus raštu arba žodžiu).

12. Mokinys, atleistas nuo fizinio ugdymo pamokų visus metus (gydytojo pažyma) stebi pamoką, žaidžia stalo žaidimus, padeda mokytojui. Jeigu šios pamokos pagal pamokų tvarkaraštį yra pirmosios ar paskutinės, mokiniai tėvų prašymu gali nedalyvauti pamokose. Progimnazijos direktoriaus sprendimu gali į mokyklą atvykti vėliau arba išvykti anksčiau.

13. Mokinys, po ligos atvykęs į progimnaziją, fizinio ugdymo pamokose dalyvauja, nuo fizinio krūvio yra atleidžiamas pagal gydytojo rekomendacijas.

14. Ypatingais atvejais, pablogėjus mokinio sveikatos būklei, vadovaudamiesi protingumo principu, tėvai gali pateikti rašytinį prašymą per elektroninį dienyną (Mano dienynas) kūno kultūros mokytojui dėl atleidimo nuo fizinio krūvio vienai pamokai (sveikatos būklei nepagerėjus mokinys kreipiasi į šeimos gydytoją). Elektroniniame dienyne žymima „at!“.

15. Mokinys, jeigu pageidauja, mokyklos vadovo įsakymu, gali būti atleidžiamas nuo dalies ar visų pamokų lankymo, jei jis mokosi formalųjį švietimą papildančio ugdymo mokyklose pagal formalųjį švietimą papildančio sporto ugdymo programas (ar yra jas baigęs), suderinus dalyko programų turinį, kuris turi derėti su Bendrųjų programų turiniu ir išlaikęs fizinio pajėgumo testus.

16. Mokiniai iš fizinio ugdymo užsiėmimų išleidžiami 5 minutėmis anksčiau nei baigiasi pamokai skirtas laikas.

17. Mokinys, praleidęs atsiskaitymus, suderina su mokytoju atsiskaitymo laiką.

### **IV SKYRIUS**

#### **SPECIALIOSIOS IR PARENGIAMOSIOS MEDICININĖS FIZINIO PAJĖGUMO GRUPĖS MOKINIŲ VEIKLOS ORGANIZAVIMAS**

18. Specialiosios ir parengiamosios medicininės fizinio pajėgumo grupės mokiniai dirba su visa klase pagal tą pačią programą, tačiau užduotys ir krūvis jiems diferencijuojamas ir individualizuojamas, atsižvelgiant į mokinio susirgimą ir gydytojo rekomendacijas.

19. Parengiamosios ir specialiosios fizinio lavinimo grupės mokiniai vertinami pažymiu. Šiems mokiniams fizinių pratimų atsiskaitymai paprastesni, taip pat sudaryta galimybė mokytis ir atlikti užduotis savarankiškai.

20. Mokinys vertinamas, kai lankyta ne mažiau 50 % pamokų ir atliktos atsiskaitymo užduotys bei pademonstruoti išmokti įgūdžiai.

### **V SKYRIUS**

#### **VEIKSMAI NELAIMINGŲ ATSTITIKIMŲ METU**

21. Įvykus traumai mokytojas ar kitas greta esantis asmuo skubiai kviečia sveikatos specialistę, greitąją pagalbą ir suteikia pirmąją medicininę pagalbą.

22. Apie įvykusias traumas nedelsiant informuojamas sveikatos priežiūros specialistas, progimnazijos direktorius, mokinių tėvai (globėjai, rūpintojai).

23. Kilus gaisrui ar stichiniai nelaimėi, mokytojai išveda mokinius pro avarinį išėjimą, kviečia ugniagesius ar kitas atitinkamas pagalbos tarnybas, informuoja apie įvykius progimnazijos direktorių.