

Mokyklų pripažinimo sveikata
stiprinančiomis mokyklomis ir
aktyviomis mokyklomis
tvarkos aprašo
3 priedas

(Mokyklos fizinio aktyvumo skatinimo veiklos įsivertinimo ataskaitos forma)

**VILNIAUS VLADISLAVO SIROKOMLĖS GIMNAZIJOS FIZINIO AKTYVUMO SKATINIMO VEIKLOS ĮSIVERTINIMO
ATASKAITA**

Eil. Nr.	Mokyklos fizinio aktyvumo skatinimo veiklos vertinimo kriterijai (toliau – kriterijus)	Kriterijų požymiai	Duomenų šaltiniai <i>(nurodyti konkretų duomenų, patvirtinančių veiklos atitiktį kriterijui ir jo požymiui, šaltinį)</i>	Kriterijų vertinimas <i>(tai, kas nereikalinga, išbraukti)</i>
1. Veiklos sritis – fizinio aktyvumo skatinimo veiklos valdymo struktūra, politika ir kokybės užtikrinimas				
1.1.	Fizinio aktyvumo skatinimo sistema mokykloje	1.1.1. Ar mokykloje yra paskirtas atsakingas už fizinio aktyvumo skatinimą asmuo arba asmenų grupė?	Dir. įsak. dėl darbo grupės, organizuojančios fizinio aktyvumo veiklą gimnazijoje sudarymo, 2023 m. vasario 9 d. Nr. V-35(1.3.)	Taip
1.1.		1.1.2. Ar ateityje numatyta paskirti atsakingą už fizinio aktyvumo skatinimą asmenį arba asmenų grupę?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
1.2.	Fizinio aktyvumo skatinimo procesų ir rezultatų vertinimas	1.2.1. Ar mokykloje vertinami fizinio aktyvumo skatinimo procesai ir rezultatai?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
1.1.		1.2.2. Ar numatytas fizinio aktyvumo skatinimo procesų ir rezultatų vertinimas ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
2. Veiklos sritis – fizinį aktyvumą skatinanti veikla				

2.1.	Vertybinių nuostatų, komunikacinių įgūdžių formavimas, mokymas kelti individualius tikslus ir jų siekti	2.1.1. Ar fizinio aktyvumo priemonėmis skatinamas mokinių bendradarbiavimas, formuojami komandinio darbo įgūdžiai, ugdomos kilnaus elgesio ir kitos sporto vertybės?	Pamokų planai	Taip
		2.1.2. Ar numatytas mokinių bendradarbiavimo, komandinio darbo įgūdžių formavimo, kilnaus elgesio ir kitų sporto vertybių ugdymas fizinio aktyvumo priemonėmis ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas Gimnazijos mokiniai dalyvauja įvairiuose projektuose: “Olimpinis meniu”, LTMŽ, LMŽ, gimnazistų žaidynės. Pertraukų metu mokiniai žaidžia stalo tenisą, bei turi galimybę žaisti ir aktyviai leisti pertraukas mokyklos kieme, gimnazijos stadione bei sporto salėje.	Taip
		2.1.3. Ar mokiniai supažindinami su fizinio ugdymo programose nustatytais ir kitomis naujomis, netradicinėmis sporto šakomis ir (arba) fizinio aktyvumo veiklomis ir jų mokomi?	Mokiniai dalyvauja įvairiuose projektuose, kur yra supažindinami su įvairiomis sporto šakomis: šokiai “Step”: https://fb.watch/kAylvshHFP/ Badmintonas: Gra w badmintonu Gimnazjum im. Władysława Syrokomli (syrokomla.lt) https://syrokomla.lt/lt/paslaugos/neformalus-svietimas	Taip
		2.1.4. Ar numatytas mokinių supažindinimas ir mokymas fizinio ugdymo programose nustatytų ir kitų naujų, netradicinių sporto šakų ir (arba) fizinio aktyvumo veiklų ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
		2.1.5. Ar pamokų, pertraukų, neformaliojo švietimo metu naudojamos informacinės technologijos (mobiliosios aplikacijos, išmaniosios programos, virtualūs žaidimai ir kt.), skatinančios mokinių fizinį aktyvumą?	Pamokų ir pertraukų metu naudojamos išmanios lentos, per kurias paleidžiami fizinį aktyvumą skatinantys pratimai. Nuo gegužės 1 d. iki 31 d. visa gimnazija įdege mobiliąją aplikaciją Walk15 ir	Taip

			<p>dalyvauja žingsnių skaičiavimo iššūkyje “Syrokomla Go”, https://syrokomla.lt/lt/naujienos/projekty/2023/05/syrokomla-go</p> <p>Priešmokyklinės grupės, 4, 6, 10 klasių mokiniai dalyvavo “Vilnius sveikiau” organizuojamame renginyje “Sveikatą stiprinančių mokyklų banga per Lietuvą 2023”, virtualioje mankštoje.</p> <p>Sveikatą stiprinančių mokyklų bangos nuotoliniu būdu pravęsta mankša Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazija (syrokomla.lt)</p> <p>Projekto „Lietuvos mažųjų žaidynės“ sporto festivalis Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazija (syrokomla.lt)</p>	
		2.1.6. Ar numatytas informacinių technologijų (mobiliųjų aplikacijų, išmaniųjų programų, virtualių žaidimų ir kt.), skatinančių mokinių fizinį aktyvumą pamokų, pertraukų, neformaliojo švietimo metu, naudojimas ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
		2.1.7. Ar nustatomas mokinių fizinis pajėgumas naudojant standartizuotus nacionalinius arba tarptautinius fizinio pajėgumo testus (mažiausiai kartą per metus)?	Apibendrinta kasmetinio fizinio pajėgumo nustatymo išvada ir siūlymai	Taip
		2.1.8. Ar numatyta vykdyti mokinių fizinio pajėgumo nustatymą naudojant standartizuotus nacionalinius arba tarptautinius fizinio pajėgumo testus (mažiausiai kartą per metus) ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip

		2.1.9. Ar stebima mokinių fizinio pajėgumo kaita pagal gautus fizinio pajėgumo nustatymo rezultatus, teikiamos individualizuotos konsultacijos, nustatomi individualūs tikslai ir vertinami asmeniniai fizinio pajėgumo gerinimo pasiekimai?	Mokyklos ir mokytojų dokumentacija, mokinių apklausų rezultatai ir vaizdinė medžiaga	Taip
		2.1.10. Ar numatytas mokinių fizinio pajėgumo kaitos pagal gautus fizinio pajėgumo nustatymo rezultatus stebėjimas, individualizuotų konsultacijų teikimas, individualių tikslų nustatymas, asmeninių fizinio pajėgumo gerinimo pasiekimų vertinimas ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
2.2.	Fiziškai aktyvios veiklos raiškos būdai	2.2.1. Ar (pasirenkamas vienas variantas): 2.2.1.1. mokykloje, vykdančioje bendrojo ugdymo programas, vykdomos 3 ir daugiau fizinio ugdymo pamokos, įskaitant šokių pamokas, per savaitę; 2.2.1.2. mokykloje, vykdančioje ikimokyklinio ir (ar) priešmokyklinio ugdymo programą, organizuojama 2 valandų trukmės fizinio aktyvumo veikla; 2.2.1.3. mokykloje, vykdančioje pirminį profesinį mokymą mokykline profesinio mokymo organizavimo forma, vykdomos 3 ir daugiau fizinio ugdymo pamokos per savaitę; 2.2.1.4. aukštosiose mokyklose sudaryta galimybė pasirinkti dalyką, skirtą studijuojančių asmenų aktyviai fizinei veiklai pirmosios pakopos ir vientisųjų studijų programose.	Gimnazijoje vykdomos 3 ir daugiau fizinio ugdymo pamokos, įskaitant neformalaus švietimo šokių pamokas, per savaitę. (tvarkaraščiai) Tvarkaraščiai Vilniaus Vladislavo Siromklės gimnazija (syrokomla.lt) Neformalus švietimas Vilniaus Vladislavo Siromklės gimnazija (syrokomla.lt)	Taip
		2.2.2. Ar ateityje numatyta tęsti veiklą pagal 2.2.1 papunktyje nustatytus kriterijaus požymius?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
		2.2.3. Ar taikomos pasyvaus sėdėjimo pamokų metu trumpinimo priemonės (sudarant galimybes įprastinį sėdėjimą kai kurių pamokų metu pakeisti aktyviomis priemonėmis, pvz., trumpalaikėmis stovimomis darbo ar ugdymo (si) vietomis, sėdėjimu ant nestabilios plokštumos – gimnastikos kamuolių, pusiausvyros pagalvėlių, platformų ir kt.)?	Vaizdinė medžiaga, dokumentai	Ne

	2.2.4. Ar numatyta taikyti pasyvaus sėdėjimo pamokų metu trumpinimo priemones ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
	2.2.5. Ar organizuojama fiziškai aktyvi veikla pertraukų metu (bent viena 20 min. trukmės fiziškai aktyvi pertrauka kasdien)?	Mokyklos dokumentas, įpareigojantis organizuoti fiziškai aktyvią pertrauką, vaizdinė medžiaga	Taip
	2.2.6. Ar numatyta organizuoti fiziškai aktyvią veiklą pertraukų metu ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas, vaizdinė medžiaga	Taip
	2.2.7. Ar organizuojama fiziškai aktyvi veikla (mankštos, šokiai, judrūs žaidimai) prieš pamokas?	Mokyklos dokumentas, kuriame atsispindi suplanuota fizinio aktyvumo veikla prieš pamokas	Ne
	2.2.8. Ar numatyta organizuoti fiziškai aktyvią veiklą prieš pamokas ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
	2.2.9. Ar mokiniams sudaromos galimybės išmokti plaukti (mokykla suteikia transportą nuvykti į baseiną, sudaro sutartis su baseiniais, sudaro patogius pamokų grafikus, užtikrina mokinių palydėjimą, perka abonementus ir pan.)?	Antrų klasių mokiniai dalyvauja mokymo plaukti Vilniaus miesto savivaldybės finansuojamoje programoje „Mokėk plaukti ir saugiai elgtis vandenyje“. Klasių vadovai užtikrina mokinių palydėjimą. Gimnazijos ir Sporto komplekso paslaugų sutartis: 2023-09-28 Nr. D-70 (4.3.); 2024-01-12 Nr. D-4 (4.3.).	Taip
	2.2.10. Ar ateityje numatyta mokiniams sudaryti galimybes išmokti plaukti?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
	2.2.11. Ar vykdomi fizinį aktyvumą skatinantys renginiai (olimpiados, sporto šventės, žygiai, varžybos, pasivaikščiavimai, stovyklos, žiemos šventės ir pan.)?	Bendradarbiaujant su Lietuvos lenkų mokyklų mokytojų draugija „Macierz Szkolna“ organizuotos 3 vasaros stovyklos mokiniams Lenkijoje, kuriose dalyvavo 102 mokiniai ir 9 mokytojai. 2023 m. buvo organizuotos 5 harceriu sueigos, 5 stovyklos, 2	Taip

			sąskrydžiai. Harceriai aktyvai dalyvavo pilietinėje veikloje: bėgime „Vilku takais“ Vingio parke; Gegužės 3 d. Konstitucijos dienos eisenoje.	
		2.2.12. Kaip numatyta vykdyti fizinį aktyvumą skatinančius renginius ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
3. Veiklos sritis – fizinė aplinka				
3.1.	Mokyklos aplinkos pritaikymas pagal mokyklos bendruomenės fizinio aktyvumo poreikius	3.1.1. Ar mokyklos aplinka yra pritaikyta tenkinti mokyklos bendruomenės fizinio aktyvumo poreikius (įrengta ir nuolat atnaujinama papildoma infrastruktūra ir įranga, nenustatyta sveikatos apsaugos ministro tvirtinamoje Lietuvos higienos normoje HN 21:2017 „Mokykla, vykdanči bendrojo ugdymo programas. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“, patvirtintoje Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. rugpjūčio 10 d. įsakymu Nr. V-773 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 21:2017 „Mokykla, vykdanči bendrojo ugdymo programas. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“ (pvz., treniruoklių, kovos menų salės, baseinas, laipiojimo sienelė ne sporto salėje, kliūčių ruožas, laiptynių ruožas ir kt.)?	Mokyklos vidaus ir lauko erdvių vaizdinė medžiaga, mokyklos vadovo įsakymai ir kt. dokumentacija	Taip
		3.1.2. Ar numatyta ateityje išlaikyti ir tęsti mokyklos fizinės aplinkos pritaikymo mokyklos bendruomenės fizinio aktyvumo poreikiams darbus?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
		3.1.3. Ar mokyklos teritorijoje įrengtos vietos dviračiams, paspirtukams, riedlentėms ir kt. aktyvaus keliavimo priemonėms laikyti?	Mokyklos vidaus ir lauko erdvių vaizdinė medžiaga	Taip
		3.1.4. Ar numatyta ateityje mokyklos teritorijoje įrengti vietas dviračiams, paspirtukams, riedlentėms ir kt. aktyvaus keliavimo priemonėms laikyti?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip

3.2.	Mokinių fizinio aktyvumo skatinimas už mokyklos ribų	3.2.1. Ar sudaromos sutartys su sporto infrastruktūros valdytojais dėl galimybės naudotis jų bazėmis, trenerių paslaugomis, dalyvauti sporto klubų veiklose ir kt.?	Veiklą įrodantys dokumentai, vaizdinė medžiaga https://syrokomla.lt/lt/paslaugos/neformalus-svietimas	Taip
		3.2.2. Ar ateityje numatytas sutarčių su sporto infrastruktūros valdytojais dėl galimybės naudotis jų bazėmis, trenerių paslaugomis, dalyvauti sporto klubų veiklose ir kt. sudarymas?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
4. Veiklos sritis – žmogiškieji ir materialiniai ištekliai				
4.1.	Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų profesinių kompetencijų tobulinimas fizinio aktyvumo skatinimo klausimais	4.1.1. Ar organizuojamas mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų profesinių kompetencijų tobulinimas fizinio aktyvumo skatinimo klausimais?	Mokyklos dokumentai, kuriuose atsispindi organizuojami profesinių kompetencijų tobulinimo renginiai	Taip Ne
		4.1.2. Ar numatyta organizuoti mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų profesinių kompetencijų tobulinimą fizinio aktyvumo skatinimo klausimais ateityje?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
4.2.	Bendradarbiavimas su partneriais	4.2.1. Ar fiziniam aktyvumui skatinti ir dalyvauti fizinio aktyvumo veiklose kviečiami gyvenamosios vietovės bendruomenės nariai bei socialiniai partneriai?	Mokyklos veiklą įrodantys dokumentai ir vaizdinė medžiaga	Taip
		4.2.2. Ar numatyta ateityje kviešti gyvenamosios vietovės bendruomenės narius bei socialinius partnerius skatinti mokinių fizinį aktyvumą ir dalyvauti fizinio aktyvumo veiklose?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
4.3.	Aprūpinimas materialiniais ištekliais	4.3.1. Ar įsigyjamas fiziniam aktyvumui reikalingas inventorių, metodinė medžiaga, mokymo priemonės?	Gimnazijoje yra įsigyjamas fiziniam aktyvumui reikalingas inventorių, metodinė medžiaga, mokymo priemonės.	Taip
		4.3.2. Ar ateityje numatoma įsigyti fiziniam aktyvumui reikalingą inventorių, metodinę medžiagą, mokymo priemones?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip
5. Veiklos sritis – fizinio aktyvumo veiklos sklaida				

5.1.	Fizinio aktyvumo veiklos patirties sklaidos vykdymas ir jo plėtra	5.1.1. Ar vykdoma fizinio aktyvumo veiklos patirties sklaida mokykloje?	Fizinio aktyvumo patirtis yra skleidžiama Vilniaus Vladislavo Sirokoslės gimnazijos internetiniame puslapyje www.syrokomla.lt Informaciniuose stenduose bei gimnazijos facebook paskyroje https://www.facebook.com/search/top?q=gimnazijum%20im.%20w%C5%82adys%C5%82awa%20syrokoml	Taip
		5.1.2. Ar vykdoma fizinio aktyvumo veiklos patirties sklaida už mokyklos ribų?		
		5.1.3. Ar numatyta tolesnė fizinio aktyvumo patirties sklaida?	Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas	Taip

(pareigų pavadinimas)


(parašas)

Vilniaus Vladislavo Sirokoslės
gimnazijos direktorė

Helena Marcinkevič

(vardas ir pavardė)

Mokyklų pripažinimo
sveikatą stiprinančiomis
mokyklomis ir
aktyviomis mokyklomis
tvarkos aprašo
4 priedas

(Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje plano forma)

FIZINIO AKTYVUMO SKATINIMO VILNIAUS VLADISLAVO SIROKOMLĖS GIMNAZIJOJE PLANAS

Eil. Nr.	Mokyklos fizinio aktyvumo skatinimo veiklos vertinimo kriterijai	Kriterijų požymiai	Numatomos veiklos aprašymas, nuorodos į dokumentus
1. Veiklos sritis – fizinio aktyvumo skatinimo veiklos valdymo struktūra, politika ir kokybės užtikrinimas			
1.1.	Fizinio aktyvumo skatinimo sistema mokykloje	Ar numatote paskirti arba išlaikyti esamą asmenį (-is), atsakingą (-us) už fizinio aktyvumo skatinimą?	Gimnazijoje 2023 m. vasario 9 d. direktoriaus įsakymu Nr. V-35(1.3.) yra sudaryta darbo grupė, atsakingą už fizinio aktyvumo skatinimą 2024-2028 metams
1.2.	Fizinio aktyvumo skatinimo procesų ir rezultatų vertinimas	Kaip numatote ateityje vertinti fizinio aktyvumo skatinimo procesus ir rezultatus?	Numatoma kartą per metus, susirinkimo metu, aptarti ir įvertinti pasiektus rezultatus fizinio aktyvumo skatinimo srityje. Fizinio aktyvumo pasiekimus viešinti gimnazijos internetinėje svetainėje: www.syrokomla.lt
2. Veiklos sritis – fizinį aktyvumą skatinanti veikla			
2.1.	Vertybinių nuostatų, komunikacinių ir technologinių įgūdžių formavimas, mokymas kelti individualius tikslus ir jų siekti fizinio aktyvumo priemonėmis	Kaip numatote fizinio aktyvumo priemonėmis ugdyti mokinių bendradarbiavimo, komandinio darbo įgūdžius, kilnaus elgesio ir kitas sporto vertybes?	Gimnazijoje nuolat yra ugdomi mokinių bendradarbiavimo, komandinio darbo įgūdžiai. Per sportinę veiklą ugdomi mokinių kilnaus elgesio ir kitos sporto vertybės bei ugdomas mokinių fizinis raštingumas. Fizinio ugdymo pamokų metu dirbama grupėmis, žaidžiami komandiniai žaidimai, rungtyniaujama estafetėse, skatinamas bendravimas ir bendradarbiavimas su kitomis klasėmis. Organizuojamos įvairios sporto varžybos,

			<p>festivaliai į kuriuos kviečiamos mokyklos iš kitų rajonų, miestų bei miestelių. Dalyvaujama įvairiuose projektuose “Olimpinis menas”, LTMŽ, LMŽ, gimnazistų žaidynės. Pertraukų metu mokiniai žaidžia stalo tenisą, stalo futbolą, bei turi galimybę žaisti ir aktyviai leisti pertraukas mokyklos kieme bei gimnazijos stadione.</p> <p>Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazijos 2024 metų veiklos planas.</p> <p>Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazijos 2023-2027 m. strateginis planas.</p> <p>https://syrokomla.lt/dokumentai</p>
		<p>Ar numatote supažindinti mokinius ir juos mokyti fizinio ugdymo programose nustatytų ir kitų naujų, netradicinių sporto šakų ir (arba) fizinio aktyvumo veiklų ateityje? Pagal galimybes prašome išvardyti preliminariai planuojamas veiklas.</p>	<p>Numatyta ir toliau supažindinti bei mokyti mokinius įvairių sporto šakų bei naujų netradicinių fizinio aktyvumo veiklų.</p> <p>Planuojama skirti daugiau laiko “padalio” bei “badmintono” sporto šakoms bei organizuoti paplūdimio tinklinio varžybas. Taip pat tęsiamos tokios veiklos kaip kovu menai, stalo tenisas, šokiai, aerobika.</p>
		<p>Kaip numatote naudotis informacinėmis technologijomis (mobiliosiomis aplikacijomis, išmaniosiomis programomis, virtualiais žaidimais ir kt.) skatindami mokinių fizinį aktyvumą pamokų, pertraukų, neformaliojo švietimo metu?</p>	<p>Pamokų ir pertraukų metu ir toliau bus naudojamos išmanios lentos, per kurias paleidžiami fizinį aktyvumą skatinantys pratimai, naudojamos įvairios fizinį aktyvumą skatinančios mobiliosios aplikacijos.</p> <p>„Sferinis kinas“ gimnazijoje Vasario 19-20 d. į mokyklą buvo atvykę įmonės „Sferinis kinas“ atstovai. Mokiniai buvo pakviesti į mobilųjį planetariumą, kuriame kino filmą galėjo stebėti 360° kampo formatu. Pradinių klasių moksleiviai kartu su savo mokytoja galėjo nuspręsti, kokius nuotykius nori patirti. Vieni keliavo į virtualią tikrovę, kiti skraidė po nesibaigiančias kosmoso platybes, tretieji nūrė į vandenyno gelmes. Ketvirtokai pasirinko temą „Žmogaus kūnas“, šios edukacijos metu moksleiviai</p>

			<p>sužinojo daug naudingos informacijos kaip turėtų rūpintis savo kūnu. Seanso metu tai pat buvo parodyta kaip dažnai turėtų sportuoti, bei sporto nauda jų kūnui.</p>
		Ar numatote vykdyti mokinių fizinio pajėgumo nustatymą naudojant standartizuotus nacionalinius arba tarptautinius fizinio pajėgumo testus (mažiausiai kartą per metus)?	Taip Pagal mokinių, besimokančių pagal pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, fizinio pajėgumo nustatymo tvarkos aprašą numatome vykdyti mokinių fizinio pajėgumo nustatymą.
		Kaip pagal gautus fizinio pajėgumo nustatymo rezultatus numatote stebėti mokinių fizinio pajėgumo kaitą, teikti individualizuotas konsultacijas, nustatyti individualius tikslus, vertinti asmeninius fizinio pajėgumo gerinimo pasiekimus?	Du kartus per metus nustatomas ir stebimas mokinių fizinis pajėgumas kuris yra fiksuojamas Tamo dienyne, mokytojo dienyne, bei kuris nuolat individualiai aptariamas kartu su mokiniais. Atlikus testus ir stebint gautus rezultatus, juos palyginant, nustatoma, ar mokiniui reikalinga konsultacija, kad nustatyti individualius tikslus, bei teikiama rekomendacija mokinių fizinėms ypatybėms pagerinti. Tėvai supažindinami su testo rezultatais ir numatytais individualiais tikslais, siekiant fizinio pajėgumo lavinimo tęstinumo namuose.
2.2.	Fiziškai aktyvios veiklos raiškos būdai	<p>Ar bus vykdomos 3 ir daugiau fizinio ugdymo pamokos, įskaitant šokių pamokas, per savaitę (mokykloje, vykdančioje bendrojo ugdymo programas)?</p> <p>Ar bus organizuojama 2 valandų trukmės fizinio aktyvumo veikla (mokykloje, vykdančioje ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas)?</p> <p>Ar bus vykdomos 3 ir daugiau fizinio ugdymo pamokos per savaitę (mokykloje, vykdančioje pirminį profesinį mokymą mokykline profesinio mokymo organizavimo forma)?</p> <p>Ar bus sudaryta galimybė pasirinkti dalyką, skirtą studijuojančių asmenų aktyviai fizinei veiklai, pirmosios pakopos ir vientisųjų studijų programose (aukštosiose mokyklose)?</p> <p>(Pasirenkamas vienas variantas)</p>	<p>Gimnazijoje vykdomos 3 ir daugiau fizinio ugdymo pamokos, įskaitant neformalaus ugdymo šokių pamokas, per savaitę. (tvarkaraščiai), bei nuo 2023 m. m. papildoma pamoka (iš viso 3 val.) III klasės mokiniams</p> <p>Tvarkaraščiai Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazija (syrokomla.lt)</p> <p>Neformalus švietimas Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazija (syrokomla.lt)</p>

	Kokias pasyvaus sėdėjimo pamokų metu trumpinimo priemonės numatote taikyti?	Pamokų metu mokiniai atliks keletą pratimų aktyvinančių raumenys bei skatinančius smegenų veiklą
	Kokią fiziškai aktyvią veiklą numatote organizuoti pertraukų metu?	Pertraukų metu mokiniai turės galimybę naudotis sporto sale, numatoma įrengti keletą lauko treniruoklių, bei japoniško sodo panaudojimas siekiant, kad mokiniai aktyviai leistu laiką gryname ore.
	Kokią fiziškai aktyvią veiklą numatote organizuoti prieš pamokas?	Interaktyvios lentos panaudojimas, video mankštos, trumpa sensorinė mankšta prieš mokyklinukams prieš pamoką aktyvinti smegenų veiklą
	Kokią dalį lėšų nuo visų mokyklos lėšomis finansuojamų būrelių numatote skirti sporto / fizinio aktyvumo būreliams finansuoti?	Numatote skirti sporto / fizinio aktyvumo būreliams finansuoti 1/2 dalį lėšų.
	Kaip numatote mokiniams sudaryti galimybes išmokti plaukti?	Numatome tęsti 2 klasių mokinių dalyvavimą Vilniaus miesto savivaldybės finansuojamoje mokymo plaukti programoje „Mokėk plaukti ir saugiai elgtis vandenyje“.
	Kaip ir kokius fizinį aktyvumą skatinančius renginius numatote vykdyti ateityje?	Fizinio aktyvumo renginiai bus organizuojami gimnazijoje, dalyvausime renginiuose už mokyklos ribų esančiose teritorijose, dalyvausime Vilniaus miesto ir kitų įstaigų organizuojamuose sporto projektuose, renginiuose, varžybose. Kiekvienais metais bus organizuojama ir numatyta ne mažiau kaip 10 fizinį aktyvumą skatinančių renginių. 1. Tarptautinė Europos mokyklų sporto diena. 2. Akcija „Apibėk mokyklą“ 3. Kalėdinis tinklinio turnyras 4. Šeimos futbolo turnyras. 5. Paplūdimio tinklinio varžybos. 6. Gimnazijos sporto diena. 7. Įvairių sporto šakų tarpklausinės ir tarpmokyklinės varžybos. 8. Gimnazijos žingsnių iššūkis.

			<p>9. Edukacinės išvykos pėsčiomis. 10. Dalyvavimas LTMŽ projekte. 11. Dalyvavimas kitų įstaigų organizuojamuose sporto projektuose, renginiuose, varžybose. 12. Dalyvavimas LMŽ 13. Dalyvavimas pagal Respublikinį sveikatos projektą „Sveikatiada“, „Olimpinis meniu“. Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazijos 2024 metų veiklos planas. https://syrokomla.lt/dokumentai Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazijos 2023-2027 m. strateginis planas. https://syrokomla.lt/dokumentai Sveikatos stiprinimo programa 2023-2028 m. Dokumentai Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazija (syrokomla.lt)</p>
3. Veiklos sritis – fizinė aplinka			
3.1.	Mokyklos aplinkos pritaikymas pagal mokyklos bendruomenės fizinio aktyvumo poreikius	Kaip numatote tęsti mokyklos fizinės aplinkos pritaikymo mokyklos bendruomenės fizinio aktyvumo poreikiams darbus ir (arba) išlaikyti esamą infrastruktūrą?	Gimnazijoje yra dvi sporto salės, aktų salė, stadionas.
		Ar numatote mokyklos teritorijoje įrengti vietas dviračiams, paspirtukams, riedlentėms ir kt. aktyvaus keliavimo priemonėms laikyti ir (arba) išlaikyti esamą įrangą, kaip to bus siekiama?	Prie pagrindinio įėjimo turime dviračių saugomąją vietą yra įrengtos 5 vietos dviračiams.
3.2.	Mokinių fizinio aktyvumo skatinimas už mokyklos ribų	Ar numatote sudaryti naujas arba tęsti esamas sutartis su sporto infrastruktūros valdytojais dėl galimybės naudotis jų bazėmis, trenerių paslaugomis, dalyvauti sporto klubų veiklose ir kt.?	Tęsiama trišalė sutartis su Vilniaus m. savivaldybę ir “Fanų klubų” dėl stadiono naudojimo.
4. Veiklos sritis – žmogiškieji ir materialiniai ištekliai			
4.1.	Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų profesinių kompetencijų tobulinimas fizinio	Kaip numatote organizuoti mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų profesinių kompetencijų tobulinimą fizinio aktyvumo skatinimo klausimais?	Įstaigos bendruomenės nariai bus skatinami dalyvauti kvalifikacijos tobulinimo renginiuose (seminaruose, konferencijose, paskaitose) susijusiuose su fiziniu aktyvumu. Kiekvienas pedagoginis darbuotojas individualiai, pagal poreikį dalyvaus

	aktyvumo skatinimo klausimais		pasirinktuose kvalifikacijos tobulinimo renginiuose.
4.2.	Bendradarbiavimas su partneriais	Kaip numatote kviesti gyvenamosios vietovės bendruomenės narius bei socialinius partnerius skatinti mokinių fizinį aktyvumą ir dalyvauti fizinio aktyvumo veiklose?	Siekiant įtraukti gyvenamosios vietovės bendruomenės narius bei socialinius partnerius į fizinio aktyvumo skatinimo veiklas, numatoma vykdyti veiklas kartu su Vilnius Football Academi, FK Vilnius futbolo klubu, Tomo Petreikio Šokio studija, Kyokushin karate klubas sakura, meninė gimnastika bei bendradarbiauti ir kviesti šalia esančias mokyklas į organizuojamus renginius, festivalius, varžybas. Gimnazijos pranešimai paštu kitoms įstaigoms, informacijos skelbimas gimnazijos internetinėje svetainėje. Futbolo festivalis „Together #WePlayStrong“ Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazija (syrokomla.lt) Bendradarbiavimas Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazija (syrokomla.lt)
4.3.	Aprūpinimas materialiaisiais ištekliais	Kaip ir kokį fiziniam aktyvumui reikalingą inventorių, metodinę medžiagą, mokymo priemones numatote įsigyti?	Gimnazijos lėšomis numatoma įsigyti tinklinio, futbolo, krepšinio kamuolius, šokdynes, čiūžinius, padalio raketes, badmintono ir stalo teniso kamuoliuku, pagal gimnazijos vadovėlių ir mokymo priemonių įsigijimo planą.
5. Veiklos sritis – fizinio aktyvumo veiklos sklaida			
5.1.	Fizinio aktyvumo veiklos patirties sklaidos vykdymas ir jo plėtra	Kaip numatote skleisti fizinio aktyvumo patirtį?	Fizinio aktyvumo patirtis bus skleidžiama Vilniaus Vladislavo Sirokomlės gimnazijos internetiniame puslapyje www.syrokomla.lt Informaciniuose stenduose bei gimnazijos Facebook paskyroje.

Dokumentų įrodančių mokyklos atitikti Aprašo 3 priede nurodytiems kriterijams:

1. Vilniaus Vladislavo Sirokoslės gimnazijos 2024 metų veiklos planas. <https://syrokomla.lt/dokumentai>
2. Vilniaus Vladislavo Sirokoslės gimnazijos 2023-2027 m. strateginis planas. <https://syrokomla.lt/dokumentai>
3. Vilniaus Vladislavo Sirokoslės gimnazijos sveikatos stiprinimo programa 2023-2028 m. [Dokumentai | Vilniaus Vladislavo Sirokoslės gimnazija \(syrokomla.lt\)](#)
4. Fizinio ugdymo pamokų per savaitę skaičius. [Tvarkaraščiai | Vilniaus Vladislavo Sirokoslės gimnazija \(syrokomla.lt\)](#)
5. Sporto / fizinio aktyvumo būreliai gimnazijoje. [Neformalus švietimas | Vilniaus Vladislavo Sirokoslės gimnazija \(syrokomla.lt\)](#)
6. Vilniaus Vladislavo Sirokoslės gimnazijos Facebook paskyra <https://www.facebook.com/wlsyrokomla>