



**KUPIŠKIO MOKYKLA „VARPELIS“
DIREKTORIUS**

**ĮSAKYMAS
DĖL 2026–2027 MOKSLO METŲ DIENOS REŽIMŲ PATVIRTINIMO**

2026 m. rugsėjo 1 d. Nr. V-8
Kupiškis

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2010 m. balandžio 22 d. įsakymu Nr. V-313 patvirtinta Lietuvos higienos norma HN 75:2016 „Išimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. rugpjūčio 10 d. įsakymu Nr. V-773 patvirtinta Lietuvos higienos norma HN 21:2017 „Mokykla, vykdanči bendrojo ugdymo programas. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymu Nr. V-964 patvirtintu Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašu ir Kupiškio mokyklos „Varpelis“ nuostatais, patvirtintais Kupiškio rajono tarybos 2024 m. spalio 24 d. sprendimu Nr. 275 „Dėl Kupiškio mokyklos „Varpelis“ nuostatų patvirtinimo“:

1. T v i r t i n u Kupiškio mokyklos „Varpelis“ 2026–2027 mokslo metų dienos režimus (1–5 priedai).
2. N u s t a t a u, kad vaikų ir mokinių dienos režimas įgyvendinamas lanksčiai, atsižvelgiant į jų fiziologinius poreikius, amžių, sveikatos būklę, specialiuosius ugdymosi poreikius, individualų poilsio poreikį, oro sąlygas ir ugdymo proceso organizavimą.
3. P a v e d u grupių mokytojams, klasių mokytojams, bendrabučio darbuotojams ir kitiems pagal kompetenciją dirbantiems darbuotojams užtikrinti šiuo įsakymu patvirtintų režimų laikymąsi, kartu nepažeidžiant individualių vaiko ar mokinio poreikių.
4. P r i p a ž i s t u netekusiu galios Kupiškio mokyklos „Varpelis“ direktoriaus 2025 m. rugpjūčio 30 d. įsakymą Nr. V-87 „Dėl 2025–2026 mokslo metų dienos režimų tvirtinimo“.

Direktorė

Daiva Pečiukėnienė

**DIENOS REŽIMAS
(1–3 METŲ VAIKAMS)
2026–2027 M. M.**

Laikas	Veikla
7.00–8.30	Vaikų priėmimas. Laisvas žaidimas, bendravimas, individuali veikla, rytinis judėjimas.
8.30–9.00	Pusryčiai. Asmens higiena ir savitvarkos įgūdžių ugdymas.
9.00–10.20	Žaidimu ir patirtine veikla grindžiamas ugdymas: tyrinėjimas, kalbinė, pažintinė, meninė, socialinė-emocinė ir fizinė veikla. Pasirengimas veiklai lauke.
10.20–11.50	Veikla lauke: judrieji ir laisvieji žaidimai, stebėjimas, tyrinėjimas, fizinis aktyvumas.
11.40–12.20	Pietūs. Asmens higiena.
12.20–15.00	Dienos poilsis pagal individualų poreikį: miegas arba rami poilsio veikla. Palaipsnis kėlimasis.
15.00–15.30	Rami individuali veikla, žaidimai, asmens higiena.
15.30–16.00	Pavakariai.
16.00–17.30	Veikla lauke ir (ar) grupėje, atsižvelgiant į oro sąlygas ir vaikų poreikius. Laisvas žaidimas, individuali ugdomoji veikla, bendravimas. Vaikų išleidimas į namus.

- Poilsio metu miegas nėra privalomas visiems vaikams: nemiegantiems ar trumpiau miegantiems vaikams sudaromos sąlygos ramiai, mažai stimuliuojančiai, saugiai ir suaugusiojo prižiūrimai veiklai.
- Aktyvi fizinė veikla organizuojama kasdien. Veikla lauke organizuojama du kartus šviesiuoju paros metu, kai oro sąlygos nekelia rizikos vaikų sveikatai.
- Veiklų trukmė ir seka gali būti lanksčiai koreguojama pagal vaikų savijautą, individualius ir specialiuosius ugdymosi poreikius, išlaikant maitinimo, poilsio, fizinio aktyvumo ir buvimo lauke balansą.

**DIENOS REŽIMAS
(3–5 METŲ VAIKAMS)
2026–2027 M. M.**

Laikas	Veikla
7.00–8.30	Vaikų priėmimas. Laisvas žaidimas, bendravimas, individuali veikla, rytinis judėjimas.
8.30–9.00	Pusryčiai. Asmens higiena ir savitvarkos įgūdžių ugdymas.
9.00–10.30	Žaidimu ir patirtine veikla grindžiamas ugdymas: tyrinėjimas, kūryba, kalbinė, pažintinė, meninė, socialinė-emocinė ir fizinė veikla. Pasirengimas veiklai lauke.
10.30–12.00	Veikla lauke: judrieji ir laisvieji žaidimai, stebėjimas, tyrinėjimas, fizinis aktyvumas.
11.50–12.30	Pietūs. Asmens higiena.
12.30–15.00	Dienos poilsis pagal individualų poreikį: miegas arba rami poilsio veikla. Palaipsnis kėlimasis.
15.00–15.30	Rami individuali veikla, žaidimai, asmens higiena.
15.30–16.00	Pavakariai.
16.00–17.30	Veikla lauke ir (ar) grupėje, atsižvelgiant į oro sąlygas ir vaikų poreikius. Laisvas žaidimas, individuali ugdomoji veikla. Vaikų išleidimas į namus.

- Poilsio metu miegas nėra privalomas visiems vaikams: nemiegantiems ar trumpiau miegantiems vaikams sudaromos sąlygos ramiai, mažai stimuliuojančiai, saugiai ir suaugusiojo prižiūrimi veiklai.
- Aktyvi fizinė veikla organizuojama kasdien. Veikla lauke organizuojama du kartus šviesiuoju paros metu, kai oro sąlygos nekelia rizikos vaikų sveikatai.
- Veiklų trukmė ir seka gali būti lanksčiai koreguojama pagal vaikų savijautą, individualius ir specialiuosius ugdymosi poreikius, išlaikant maitinimo, poilsio, fizinio aktyvumo ir buvimo lauke balansą.

**DIENOS REŽIMAS
(5–6 METŲ VAIKAMS)
2026–2027 M. M.**

Laikas	Veikla
7.00–8.30	Vaikų priėmimas. Laisvas žaidimas, bendravimas, individuali veikla, rytinis judėjimas.
8.30–9.00	Pusryčiai. Asmens higiena ir savitvarkos įgūdžių ugdymas.
9.00–10.50	Žaidimu, patirtine ir projektine veikla grindžiamas ugdymas: kalbinė, pažintinė, socialinė-emocinė, meninė, skaitmeninė ir fizinė veikla. Pasirengimas veiklai lauke.
10.50–12.30	Veikla lauke: judrieji žaidimai, tyrinėjimas, stebėjimas, fizinis aktyvumas.
12.30–13.00	Pietūs. Asmens higiena.
13.00–13.30	Rami veikla, pasirengimas poilsiui.
13.30–15.00	Dienos poilsis pagal individualų poreikį: miegas arba rami poilsio veikla.
15.00–15.30	Individuali veikla, žaidimai, asmens higiena.
15.30–16.00	Pavakariai.
16.00–17.30	Veikla lauke ir (ar) grupėje, atsižvelgiant į oro sąlygas ir vaikų poreikius. Laisvas žaidimas, individuali ugdomoji veikla. Vaikų išleidimas į namus.

- Poilsio metu miegas nėra privalomas visiems vaikams: nemiegantiems ar trumpiau miegantiems vaikams sudaromos sąlygos ramiai, mažai stimuliuojančiai, saugiai ir suaugusiojo prižiūrimai veiklai.
- Aktyvi fizinė veikla organizuojama kasdien. Veikla lauke organizuojama du kartus šviesiuoju paros metu, kai oro sąlygos nekelia rizikos vaikų sveikatai.
- Veiklų trukmė ir seka gali būti lanksčiai koreguojama pagal vaikų savijautą, individualius ir specialiuosius ugdymosi poreikius, išlaikant maitinimo, poilsio, fizinio aktyvumo ir buvimo lauke balansą.

**DIENOS REŽIMAS
(„DRUGELIŲ“ GRUPĖS VAIKAMS)
2026–2027 M. M.**

Laikas	Veikla
7.00–8.25	Vaikų priėmimas. Laisvas žaidimas, bendravimas, individuali veikla, rytinis judėjimas.
8.25–9.00	Pusryčiai. Asmens higiena ir savitvarkos įgūdžių ugdymas.
9.00–10.30	Žaidimu ir patirtine veikla grindžiamas ugdymas. Individualios ir (ar) pogrupinės specialistų pratybos pagal vaikų poreikius. Pasirengimas veiklai lauke.
10.30–11.55	Veikla lauke: judrieji ir laisvieji žaidimai, stebėjimas, tyrinėjimas, fizinis aktyvumas.
11.50–12.30	Pietūs. Asmens higiena.
12.30–15.00	Dienos poilsis pagal individualų poreikį: miegas arba rami poilsio veikla. Palaipsnis kėlimasis.
15.00–15.25	Rami individuali veikla, žaidimai, asmens higiena.
15.25–16.00	Pavakariai.
16.00–17.30	Veikla lauke ir (ar) grupėje, atsižvelgiant į oro sąlygas ir vaikų poreikius. Individuali ugdomoji veikla, bendravimas. Vaikų išleidimas į namus.

- Poilsio metu miegas nėra privalomas visiems vaikams: nemiegantiems ar trumpiau miegantiems vaikams sudaromos sąlygos ramiai, mažai stimuliuojančiai, saugiai ir suaugusiojo priežiūrai veiklai.
- Aktyvi fizinė veikla organizuojama kasdien. Veikla lauke organizuojama du kartus šviesiuoju paros metu, kai oro sąlygos nekelia rizikos vaikų sveikatai.
- Veiklų trukmė ir seka gali būti lanksčiai koreguojama pagal vaikų savijautą, individualius ir specialiuosius ugdymosi poreikius, išlaikant maitinimo, poilsio, fizinio aktyvumo ir buvimo lauke balansą.
- Specialiojo pedagogo, logopedo, judesio korekcijos ir kitų specialistų veiklos integruojamos į dienos ritmą taip, kad nebūtų nepagrįstai mažinamas vaiko poilsio, fizinio aktyvumo ar buvimo lauke laikas.

DIENOS REŽIMAS
SPECIALIŲJU (LAVINAMŲJU) KLASIŲ MOKINIAMS
(įskaitant mokinius, kurie naudojami mokyklos bendrabučio paslauga)
2026–2027 M. M.

Laikas	Veikla
7.00–8.00	Kėlimasis (bendrabutyje gyvenantiems mokiniams), rytinė asmens higiena, apsirengimas, individuali veikla. Atvykstančių mokinių priėmimas.
8.00–8.40	Pasirengimas ugdymo dienai, individuali pagalba, savarankiškumo ir socialinių įgūdžių ugdymas.
8.40–9.00	Pusryčiai. Asmens higiena.
9.10–12.20	Pamokos, pertraukos, specialistų pagalba ir kitos ugdomosios veiklos pagal patvirtintą tvarkaraštį.
12.10–12.40	Pietūs. Asmens higiena.
12.40–15.30	Ugdymo veiklos pagal tvarkaraštį; po pamokų – neformalusis ugdymas, ramybės / poilsio laikas, individuali ir grupinė veikla, specialistų pratybos pagal individualų poreikį.
15.30–16.00	Pavakariai.
16.00–18.30	Popamokinė, savarankiškumo, socialinių įgūdžių, laisvalaikio ir (ar) veikla lauke. Individuali pagalba.
18.00–18.30	Vakarienė (bendrabučio paslauga besinaudojantiems mokiniams).
18.30–21.00	Rami laisvalaikio ir individuali veikla, bendravimas, pasirengimas kitai dienai, asmens higiena.
21.00–22.00	Pasirengimas nakties poilsiui.
22.00–7.00	Nakties miegas.

- Pamokos ir kitos formaliojo ugdymo veiklos vyksta pagal direktoriaus patvirtintą pamokų tvarkaraštį ir mokyklos ugdymo planą.
- Mokinių poilsis, fizinis aktyvumas, savarankiškumo ugdymas ir veiklos lauke organizuojami atsižvelgiant į mokinio amžių, sveikatos būklę, specialiuosius ugdymosi poreikius ir individualias rekomendacijas.
- Maitinimo laikas derinamas su patvirtintu valgiaraščiu ir ugdymo proceso tvarkaraščiu. Bendrabučio paslauga besinaudojantiems mokiniams užtikrinamas nakties poilsis ir saugi priežiūra.

DETALŪS METADUOMENYS	
Dokumento sudarytojas (-ai)	Kupiškio mokykla "Varpelis"
Dokumento pavadinimas (antraštė)	DĖL 2026–2027 MOKSLO METŲ DIENOS REŽIMŲ PATVIRTINIMO
Dokumento registracijos data ir numeris	2026-09-01 Nr. V-84
Dokumento gavimo data ir dokumento gavimo registracijos numeris	-
Dokumento specifikacijos identifikavimo žymuo	ADOC-V1.0
Parašo paskirtis	Pasirašymas
Parašą sukūrusio asmens vardas, pavardė ir pareigos	Daiva Pečiukėnienė Direktorius
Parašo sukūrimo data ir laikas	2026-09-07 15:02
Parašo formatas	Einamojo galiojimo (XAdES-EPES)
Laiko žymoje nurodytas laikas	
Informacija apie sertifikavimo paslaugų teikėją	SK ID Solutions EID-Q 2021E
Sertifikato galiojimo laikas	2024-12-12 18:00 - 2029-12-12 23:59
Informacija apie būdus, naudotus metaduomenų vientisumui užtikrinti	-
Pagrindinio dokumento priedų skaičius	0
Pagrindinio dokumento pridedamų dokumentų skaičius	0
Programinės įrangos, kuria naudojantis sudarytas elektroninis dokumentas, pavadinimas	Elpako v.20260819.2
Informacija apie elektroninio dokumento ir elektroninio (-ių) parašo (-ų) tikrinimą (tikrinimo data)	Metaduomuo "Priskirtos bylos (tomo) indeksas (-ai)" privalo būti elektroniniame dokumente ir kiekviename pasikartojančiame tėviniame elemente
Paieškos nuoroda	-
Papildomi metaduomenys	Nuorašą suformavo 2026-09-07 Dokumentų valdymo sistema „Deka Office“