

PATVIRTINTA  
Vilkaviškio r. Kybartų „Saulės“ progimnazijos  
direktoriaus 2025 m. birželio 26 d.  
įsakymu Nr. IV-53

## **VILKAVIŠKIO R. KYBARTŲ „SAULĖS“ PROGIMNAZIJOS MOKINIŲ MOKYMOSI KRŪVIO OPTIMIZAVIMO IR REGULIAVIMO TVARKOS APRAŠAS**

### **I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Vilkaviškio r. Kybartų „Saulės“ progimnazijos (toliau – Progimnazija) mokinių mokymosi krūvių reguliavimo tvarkos aprašas (toliau – Aprašas) reglamentuoja mokinių mokymosi krūvių optimizavimo ir reguliavimo tvarką, apibrėžia mokymosi krūvio optimizavimo ir reguliavimo tikslą, uždavinius, numato priemones ir jų įgyvendinimui.

2. Aprašas parengtas vadovaujantis 2025–2026 ir 2026–2027 mokslo metų pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programų bendraisiais ugdymo planais, patvirtintais 2025 m. gegužės 21 d. Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro įsakymu Nr. V-559 bei Lietuvos higienos norma HN 21:2017 „Mokykla, vykdanči bendrojo ugdymo programas. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“, patvirtinta 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“ (toliau – Higienos norma).

3. Mokinių mokymosi krūvių optimizavimui ir reguliavimui telkiamos Progimnazijos savivaldos institucijos bei visa pedagoginė bendruomenė.

### **II SKYRIUS TIKSLAI, UŽDAVINIAI**

4. Mokymosi krūvio optimizavimo ir reguliavimo tikslas – reguliuoti Progimnazijos mokinių mokymo(si) turinio apimtį.

5. Mokymosi krūvių optimizavimo ir reguliavimo uždaviniai:

5.1. skatinti mokytojų bendradarbiavimą planuojant ugdymo procesą ir reguliuojant mokinių mokymosi krūvius;

5.2. vykdyti nuoseklią mokinių mokymosi krūvių stebėseną ir atsiskaitomųjų darbų dažnumą;

5.3. ugdymo proceso organizavimą grįsti ugdymo(si) poreikių analize;

5.4. tausojant mokinių sveikatą ir reguliuojant mokinių mokymosi krūvius, pritaikyti mokiniams mokymosi apimtį pagal jų galias;

5.5. orientuoti ugdymo turinį į bendrųjų ir esminių dalykinių kompetencijų ugdymą. Įtraukti mokinių į aktyvų ir sąmoningą mokymąsi pagal jų gebėjimus;

5.6. siekti, kad mokinys mokomąją medžiagą įsisavintų pamokose, mažinti namų darbų apimtį.

### **III SKYRIUS SVARBIAUSI VEIKSNIAI**

6. Mokinių mokymosi krūvių efektyviam optimizavimui ir reguliavimui Progimnazijoje reikalinga:

6.1. Tobulinti Progimnazijos veiklos ir ugdymo proceso planavimą;

6.1.1. mokytojams ilgalaikius planus mokslo metams rengti remiantis patirtimi, išnagrinėjus ankstesnių mokslo metų mokomųjų dalykų ilgalaikių planų racionalumą, išsiaiškinus, ar jie atitiko ugdymo tikslus ir mokinių poreikius;

6.1.2. ilgalaikius planus rengti bendradarbiaujant artimų mokomųjų dalykų metodinėms darbo grupėms, atskirų dalykų mokytojams;

6.1.3. planuose numatyti tarpdalykinius integracinius ryšius, ugdymo turinį planuojant pusmečiui ar visiems mokslo metams;

6.1.4. ilgalaikiuose planuose numatyti kontrolinių darbų ir atsiskaitymo laiką. Kontrolinių darbų skyrimas tai pačiai klasei reguliuojamas pildant kontrolinių darbų lentelę. Kontrolinių darbų grafikas skelbiamas mokiniams informaciniame stende ir mokyklos internetiniame puslapyje.

6.2. Mažinti mokymo turinio apimtį, vykdant prasmingą dalykų ir programų integraciją, planuoti projektinius darbus.

6.3. Derinti tarpusavyje namų darbų skyrimą ir kontrolinių užduočių atlikimo laiką klasėje dirbantiems mokytojams. Mokiniais skirti per dieną ne daugiau kaip vieną kontrolinį darbą, kurio trukmė nuo 30 iki 45 minučių.

6.4. Įvertinti skiriamų užduočių apimtį ir laiką joms atlikti visuose mokomuosiuose dalykuose siekiant užtikrinti mokinių darbo ir poilsio režimą:

6.4.1. siekti, kad vidutinis laikas visų mokomųjų dalykų namų darbams atlikti pradinėse klasėse neturėtų viršyti 40 min. per dieną, įskaitant skaitymo įgūdžių ugdymą, o pagrindinio ugdymo pirmame konkcentre vidutinis laikas visų dalykų namų darbams atlikti neturėtų viršyti 60 min.;

6.4.2. atsižvelgiant į individualius mokinių poreikius, namų darbams skirtas laikas gali didėti, bet ne daugiau 20 proc. nurodyto laiko.

6.5. Įsivertinti būtinybę užduotis skirti elektroninėse aplinkose siekiant mažinti mokinių laiką, praleistą prie ekranų atliekant namų užduotis mokomųjų dalykų mokytojams.

6.6. Mokiniams, besimokantis pagal pagrindinio ugdymo programos pirmąją dalį, neatleidžiamas nuo tų dalykų, kurių jis yra nacionalinių ar tarptautinių olimpiadų, konkursų per mokslo metus nugalėtojas: dailės, muzikos, šokio, kūno kultūros ir nuo kitų mokomųjų dalykų pamokų (ar jų dalies) lankymo, jei jis mokosi neformaliojo vaikų švietimo ir formalųjį švietimą papildančio ugdymo mokyklose pagal atitinkamas formalųjį švietimą papildančio ugdymo programas (ar yra jas baigęs) ar kitas neformaliojo vaikų švietimo programas.

6.7. Klasių auklėtojams palaikyti nuolatinį ryšį su mokinių tėvais (globėjais, rūpintojais).

## **IV SKYRIUS PRIEMONĖS**

7. Vykdant pradinio ugdymo programą, mokinių krūvio optimizavimui ir reguliavimui naudojamos priemonės:

7.1. 1–4 klasių pamokų tvarkaraštis sudaromas atsižvelgiant į Bendrųjų ugdymo planų reikalavimus, mokiniui skiriama pamokų per savaitę tiek, kiek nurodyta Higienos normoje;

7.2. pirmoje klasėje namų darbai neskiriami;

7.3. namų užduotims atlikti skirtas laikas per savaitę neviršija nurodyto laiko Higienos normoje:

7.3.1. 2 klasėje – 0,5 val.;

7.3.2. 4 klasėje – 4 val.

7.4. klasės mokytojo ir pagalbos mokiniui specialistų tarpusavio bendradarbiavimo teigiamas poveikis mokinių ugdymui(si);

7.5. mokinių mokymosi motyvacijos skatinimas;

7.6. individualus mokinių konsultavimas;

7.7. užduočių diferencijavimas, atsižvelgiant į individualius mokinių gebėjimus ir poreikius;

7.8. integruotas mokinių mokymas;

7.9. žaidybinių metodų taikymas pamokose;

7.10. Sudaromos sąlygos pradinio ugdymo (1–4 klasių) mokiniams, kurie negali tinkamai atlikti namų darbų dėl nepalankių socialinių, ekonominių, kultūrinių sąlygų namuose, juos atlikti Progimnazijoje (pailgintos darbo dienos grupėje).

8. Vykdamas pagrindinio ugdymo pirmosios dalies programą, mokinių krūvio optimizavimui ir reguliavimui naudojamos priemonės:

8.1. 5–8 klasių pamokų tvarkaraštis sudaromas atsižvelgiant į Bendrųjų ugdymo planų reikalavimus, mokiniui skiriama pamokų per savaitę tiek, kiek nurodyta Higienos normoje ir ne daugiau kaip 7 pamokos per dieną;

8.2. bibliotekos darbo laikas priderinamas prie mokinių poreikių ir galimybių naudotis informacinėmis technologijomis;

8.3. mokytojų konsultacijų teikimas padedant mokiniui pašalinti mokymosi spragas ir sudarant sąlygas mokiniams gilinti turimas žinias;

8.4. mokymosi pagalbos mokiniams organizavimas namų darbų užduotims atlikti Progimnazijoje, esant galimybei, įtraukiant 8 klasių mokinius, ypatingai gabius mokinius. Šią 8 klasių mokinių ir gabių mokinių veiklą įskaitant kaip socialinę–pilietinę veiklą;

8.5. namų užduotims atlikti skirtas laikas per savaitę neviršija nurodyto laiko Higienos normoje:

8.5.1. 5–6 klasėse – 6 val.;

8.5.2. 7–8 klasėse – 8 val.

8.6. namų darbai neskiriami atostogų laikotarpiui, švenčių dienoms;

8.7. namų darbai skiriami tikslingai bei diferencijuotai (kontrolė – grįžtamasis ryšys);

8.8. nerekomenduojami kontroliniai darbai po mokinio ligos, atostogų ar šventinių dienų;

8.9. mokymosi krūvis, didesnis už minimalų, skiriamas atsižvelgiant į individualius mokinių poreikius ir suderinus su mokinių tėvais (globėjais, rūpintojais);

8.10. užduotys diferencijuojamos, atsižvelgiant į individualius mokinių gebėjimus ir poreikius;

8.11. suvienytų progimnazijos administracijos, mokytojo dalykininko, klasės auklėtojo, pagalbos mokiniui specialistų pastangų poveikis;

8.12. švietimo pagalbos mokiniui sistemos įgyvendinimas;

8.13. mokymosi motyvacijos stiprinimas;

8.14. palankios, motyvuojančios mokinį mokymosi aplinkos kūrimas.

9. Mokinių mokymosi krūvių optimizavimo ir reguliavimo efektyviam įgyvendinimui sudaromas priemonių planas (žr. priedą).

## **V SKYRIUS**

### **PROGIMNAZIJOS, MOKYTOJŲ IR MOKINIŲ FUNKCIJOS KRŪVIŲ REGULIAVIMO PROCESĖ**

10. Progimnazija priima sprendimus:

10.1. dėl ugdymo turinio įgyvendinimo atsižvelgiant į mokinių ir bendruomenės poreikius, mokytojų patirtį bei turimus išteklius;

10.2. dėl mokinių pasiekimų bei progimnazijos veiklos vertinimo informacijos kaupimo ir analizavimo, tobulintinų ugdymo sričių, kurios aktualios mokinių krūvio optimizavimui ir reguliavimui;

11. Progimnazijos direktorius:

11.1. organizuoja mokinių mokymosi krūvių bei mokiniams skiriamų namų darbų apimčių kontrolę;

11.2. inicijuoja ir tvirtina mokymosi krūvių optimizavimo priemonių planą;

11.3. tvirtindamas Progimnazijos ugdymo planą, analizuoja, kaip išnaudojamos Bendrųjų ugdymo planų teikiamos galimybės, kaip diferencijuojamas ugdymas, sudaromos konsultacinės grupės, kaip vykdomi pamokų tvarkaraščio sudarymo reikalavimai.

12. Direktorius pavaduotojas ugdymui:

12.1. vykdo sistemingą mokinių mokymosi krūvių apimčių kontrolę, analizuoja rezultatus administracijos ir Metodinės tarybos pasitarimuose;

12.2. skatina mokytojų bendradarbiavimą, kvalifikacijos tobulinimą ir patirties sklaidą;

12.3. teikia informaciją tėvams (globėjams, rūpintojams) apie mokinių darbo krūvių reguliavimo tvarką ir rezultatus.

13. Mokytojas:

13.1. planuodamas ir įgyvendindamas ugdymo turinį, pritaiko jį pagal kiekvieno mokinio mokymosi galias, amžių ir poreikius, individualizuoja ir diferencijuoja užduotis, sieja jas su mokinio turima patirtimi ir pažinimu, atsako už mokinių darbo intensyvumą pamokoje;

13.2. skirdamas namų darbus individualizuoja, bendradarbiauja su kitų mokomųjų dalykų mokytojais;

13.3. neskiria namų darbų 1 (pirmų) klasių mokiniams, o visiems 1–8 klasių mokiniams – atostogų ir švenčių laikotarpiui;

13.4. skirdamas namų darbus, įvertina skiriamų užduočių apimtį ir laiką joms atlikti, siekdamas užtikrinti mokinių darbo ir poilsio režimą ir Higienos normos reikalavimus;

13.5. iš anksto planuoja ir derina su kitais dalykų mokytojais mokinių žinių patikrinimus, neviršija numatytos kontrolinių darbų ar savarankiškų darbų normos (1 darbas per dieną);

14. Klasių auklėtojai:

14.1. sistemingai domisi auklėtiniams kilusiais sunkumais dėl mokymosi krūvio, bendrauja su mokiniais ir jų tėvais aptariant sunkumų pašalinimo būdus;

14.2. bendradarbiauja su mokomųjų dalykų mokytojais dėl auklėtiniui iškilusių sunkumų, aptaria sunkumų pašalinimo būdus;

14.3. informuoja Progimnazijos administraciją apie sunkumus, kai jų nepavyksta savarankiškai išspręsti.

15. Mokiniai:

15.1. informuoja dalyko mokytoją apie planuojamų rašomųjų darbų skaičių bei atskirų mokomųjų dalykų namų darbų krūvius, viršijančius šiame Apraše aptartas normas;

15.2. kreipiasi į klasės auklėtoją, kai atsiranda sunkumai dėl šio Aprašo nesilaikymo;

15.3. dalyvauja aptariant mokymosi krūvius, sprendžiant jų reguliavimo problemas.

## **VI SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

16. Aprašas gali būti keičiamas, papildomas, atsižvelgiant į pasikeitusius reikalavimus ir / ar teisės aktus.

17. Aprašo pakeitimai ir papildymai tvirtinami Progimnazijos direktoriaus įsakymu.

18. Aprašas skelbiamas Progimnazijos internetinėje svetainėje.

---

Vilkaviškio r. Kybartų „Saulės“ progimnazijos  
Mokinių mokymosi krūvio optimizavimo ir reguliavimo  
tvarkos aprašo  
priedas

### MOKINIŲ MOKYMOSI KRŪVIŲ OPTIMIZAVIMO PRIEMONIŲ PLANAS

| Eil.<br>Nr. | Priemonės pavadinimas                                                                                                                                                                                           | Vykdymas                          |                                     | Data                                                                         |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|             |                                                                                                                                                                                                                 | Vykdytojas                        | Partneriai                          |                                                                              |
| 1.          | Sudaryti pamokų tvarkaraštį, laikantis HN (per dieną ne daugiau kaip 7 pamokos 5–8 klasėse, per dieną ne daugiau kaip 5 pamokos 1–4 klasių mokiniams).                                                          | Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  |                                     | Iki rugpjūčio 29 d.                                                          |
| 2.          | Sudaryti mokiniams sąlygas po pamokų gilinti turimas žinias ir likviduoti mokymosi spragas konsultacinėse grupėse.                                                                                              | Administracija                    | Pradinių klasių ir dalykų mokytojai | Rugsėjis–birželis                                                            |
| 3.          | Sudaryti kontrolinių darbų grafiką.                                                                                                                                                                             | Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  | Dalykų mokytojai                    | Rugsėjis–birželis<br>Kontrolinių d.<br>grafikas sudaromas<br>vienam mėnesiui |
| 4.          | Organizuoti tos pačios klasės mokinius mokančių mokytojų bendradarbiavimą sprendžiant mokinių mokymosi motyvacijos ir mokymosi krūvio optimizavimo klausimus.                                                   | Metodinė taryba                   | Klasių vadovai                      | Pagal susitarimą                                                             |
| 5.          | Organizuoti ir vykdyti mokinių mokymosi krūvio bei mokiniams skiriamų namų darbų stebėseną.                                                                                                                     | Administracija                    | Mokytojai-dalykininkai              | Kartą per pusmetį                                                            |
| 6.          | Pirmąjį mokslo metų mėnesį 5 (penktų) klasių mokinių pasiekimų kontroliniais darbais netikrinti. Mokytojams taikyti individualius mokinių pažinimo metodus siekiant išsiaiškinti mokinių ugdymo(si) pasiekimus. | Mokytojai                         | Mokytojai-dalykininkai              | Rugsėjis                                                                     |
| 7.          | Adaptaciniu laikotarpiu (rugsėjo mėn.) 5 (penktų) klasių mokinių pažanga ir pasiekimai neigiamais pažymiais nevertinami.                                                                                        | Direktoriaus pavaduotojas ugdymui | Mokytojai-dalykininkai              | Rugsėjis                                                                     |

|     |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                 |                                |                                            |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------|
| 8.  | Mokytojų rengiamuose teminiuose planuose metams numatyti atsiskaitymo būdus, kontrolinius darbus, integracinius ryšius su kitais dalykais, integruojamas edukacines programas, namų darbus (ilgalaikius, projektinius, kūrybinius ir pan.). | Direktorius pavaduotojas ugdymui                | Metodinių grupių pirmininkai   | Iki rugpjūčio 29 d.                        |
| 10. | Organizuoti mokymosi pažangos stebėjimą, pagalbą mokiniams.                                                                                                                                                                                 | Direktorius<br>Direktorius pavaduotojas ugdymui | 5–8 kl. klasių auklėtojai, VGK | Lapkritis-gruodis;<br>Balandis-gegužė      |
| 11. | Vesti integruotas pamokas.                                                                                                                                                                                                                  | Kuruojantys vadovai                             | Mokytojai-dalykininkai         | Pagal dalykų mokytojų teminius planus      |
| 12. | Vykdyti trumpalaikius integruotus projektus.                                                                                                                                                                                                | Kuruojantys vadovai                             | Projektų vykdymo grupė         | Pagal mokytojų dalykininkų teminius planus |
| 13. | Parengti ir efektyviai taikyti pritaikytas ir individualizuotas programas spec. poreikių mokiniams.                                                                                                                                         | Vaiko gerovės komisija                          | Mokytojai                      | Rugsėjis–birželis                          |
| 14. | Inicijuoti mokytojų gerosios patirties sklaidą.                                                                                                                                                                                             | Administracija                                  | Dalykų mokytojai               | Per mokslo metus                           |