

Raseinių rajono ugdymo įstaigų vadovų, jų pavaduotojų ugdymui, ugdymą organizuojančių skyrių vedėjų, mokytojų, pagalbos mokiniui specialistų keitimosi gera patirtimi ir skaitmeninio edukacinės patirties banko aprašo 1 priedas

METODINIO DARBO KORTELĖ

Dalykas, sritis	Fizinis ugdymas, muzika
Tema	Fizinio aktyvumo pritaikymas gamos garsams
Žanras (ugdymo priemonė, užduotys, pamokų ciklas, testas ir kt.)	Integruota pamoka (fizinio ugdymas ir muzika)
Anotacija	Integruotoje fizinio ugdymo ir muzikos pamokoje mokiniai per judesį įtvirtins gamos garsus, pritaikydami jiems skirtingus fizinius veiksmus ir kurdami judesio bei garso derinius. Veiklos metu bus lavinamas ritmo pajautimas, koordinacija, kūrybiškumas ir gebėjimas argumentuoti savo pasirinkimus. Pamoka orientuota į patyriminį, integruotą ugdymą ir sąmoningą fizinio aktyvumo planavimą
Autorius (vardas, pavardė)	Birutė Balžekienė, Evelina Budrienė
Pareigos	Fizinio ugdymo mokytoja, Muzikos mokytoja
Išsilavinimas	Aukštasis, Aukštasis
Kvalifikacinė kategorija	Vyresnioji fizinio ugdymo mokytoja, Muzikos mokytoja metodininkė
Rajonas (miestas)	Raseinių r.
Ugdymo įstaiga	Raseinių r. Ariogalos gimnazija
Elektroninis paštas, telefonas	evelina.burneikaite@gmail.com
Darbas pristatytas (data)	2026-02-10
Darbas saugomas (vieta)	Saugoma Raseinių rajono ugdymo įstaigų vadovų, jų pavaduotojų ugdymui, ugdymą organizuojančių skyrių vedėjų, mokytojų ir pagalbos mokiniui specialistų keitimosi gera patirtimi ir skaitmeninės edukacinės patirties banke

Raseinių r. Ariogalos gimnazijos
Integruotos fizinio ugdymo ir muzikos pamokos planas

Klasė, dalykas	5 b klasė, fizinis ugdymas ir muzika
Mokytojai	Birutė Balžekienė, Evelina Budrienė
Ugdomos kompetencijos	Pažinimo kompetencija – analizuoja ryšį tarp garso aukščio, ritmo ir judesio intensyvumo. Kūrybiškumo kompetencija – kuria sudėtingesnes judesio ir garso kombinacijas. Komunikavimo kompetencija – bendradarbiauja grupėse, argumentuoja sprendimus. Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos kompetencija – sąmoningai planuoja fizinį krūvį, laikosi saugumo. Skaitmeninė kompetencija (jei taikoma) – naudoja garso įrašus / ritmines programėles.
Tarpdalykiniai elementai/ integracija	Ugdomas ritmo pajautimas ir judesių tikslumas. Mokiniai supranta, kaip muzika veikia kūno darbą. Lavinama reakcija, dėmesys ir koordinacija. Skatinamas saviraiškos ir kūrybiškumo ugdymas. Ugdomas emocinis intelektas ir pozityvus požiūris į fizinį aktyvumą. Pamoka padeda įgyvendinti atnaujintų BP nuostatą – integruotą, patyriminį, į mokinį orientuotą ugdymą, jungiant fizinį aktyvumą, muziką ir kūrybiškumą. Atsirado analizė ir argumentavimas (kodėl garsui tinka tam tikras judesys), „mankšta“ peraugo į sąmoningai planuojamą treniruotę, sustiprintas kompetencijų ugdymas, kaip reikalauja BP (ypač pažinimo ir kūrybiškumo).
Pamokos tema	Fizinio aktyvumo pritaikymas gamos garsams
Pamokos uždavinys (-iai)	1. Atpažins ir įtvirtins gamos garsus (do–re–mi–fa–sol–la–si–do);

	2. Pritaikys skirtingus judesius skirtingiems garsams; 3. Kurs judesio ir garso derinius; 4. Aptarsime savo patirtį.
Priemonės	Pianinas, perkusiniai vamzdžiai, melodiniai varpeliai, garso įrašai.
MOKYMO IR MOKYMOSI EIGA	
Pamokos tikslas ir uždavinių skelbimas	Trukmė
Pamokos tikslas Padėti mokiniams per judesį suprasti muzikos gamos garsus, lavinant fizinius gebėjimus.	3
Pamokos uždaviniai 1. Atpažins ir įtvirtins gamos garsus (do–re–mi–fa–sol–la–si–do); 2. Pritaikys skirtingus judesius skirtingiems garsams; 3. Kurs judesio ir garso derinius; 4. Aptarsime savo patirtį.	
Mokymo ir mokymosi veikla	Trukmė
Muzikinis pasisveikinimas, dainavimas, apšilimas- mankšta skambant muzikai. Pokalbis apie gamą, jos aukštus ir žemus garsus. Gamos dainavimas su rankų ženklais, varpeliais, ir perkusiniais vamzdžiais. „Garsas – judesys“ - judesių sudėtingumas didinamas, atsižvelgiant į garso aukštį ir dinamiką: Žemi garsai (do, re) – pritūpimas, įtupstas Vidutiniai (mi, fa, sol) – pasilenkimas prie žemės, pasilenkimas į priekį, kojos pritraukimas prie krūtinės Aukšti (la, si, do) – rankos į šalis, rankos į viršų, aukšti šuoliai. Judesių kompozicija ritminiam dariniui atlikti; „Judanti gama“ – muzikinė, kūrybinė užduotis, panaudojant fizinio aktyvumo judesius. Kūrybinė užduotis „Sukurk gamos treniruotę“: Darbas grupėse. Grupės sukuria 6–8 garsų seką, numato judesių intensyvumą. Pristatydami paaiškina, kodėl pasirinko tokius judesius. Tempimo pratimai – skambant lėtai muzikai mokiniai atlieka tempimo pratimus.	33
Vertinimo kriterijai, įsivertinimas, refleksija	Trukmė
Vertinimo kriterijai: Formuojamasis vertinimas stebint veiklą.	5

Žodinis grįžtamasis ryšys.	
Refleksija ratu: „Kuris garsas patiko labiausiai?“, „Kuris judesys buvo sunkiausias?“ Įsivertinimas: Kaip sekėsi pritaikyti judesius gamos garsams? Save įvertina gamos garsu, pasirinkę atitinkamą savo pasiekimus natą (perkusini gamos vamzdžiu).	
Priedai	Garso įrašai: https://www.youtube.com/results?search_query=+muzikinis+pasisveikinimas+su+gama https://www.youtube.com/watch?v=NOjt9PVE8_w https://www.youtube.com/watch?v=R4-Na8pCvEI https://www.youtube.com/watch?v=17wC8KoaXto https://www.youtube.com/watch?v=_FUFzz7dofc https://www.youtube.com/watch?v=luIJJknhyXc&list=PLNCDCIElyJduZr3MrdK5aeC6ogxbD3xrU