

PATVIRTINTA
Birštono sporto centro
direktorius 2022 m. rugsėjo 2 d.
įsakymu Nr. VĮ-110-1

BIRŠTONO SPORTO CENTRO 2022–2023 m.m. SPORTINIO UGDYMO PLANAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

Birštono sporto centro (toliau - Centro) ugdymo planas (toliau-ugdymo planas) reglamentuoja formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programų (irklavimo, lengvosios atletikos, krepšinio, futbolo, teniso, jėgos trikovės, šachmatų) įgyvendinimą ir ugdymo proceso organizavimą Centre.

1. 2022-2023 m. m. Centro ugdymo planas parengtas vadovaujantis Lietuvos Respublikos sporto įstatymu, Centro nuostatais, Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis, patvirtintomis Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. rugsėjo 4 d. įsakymu Nr. V-976 ir kitais teisės aktais.

2. Ugdymo plane apibrėžiamas sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupių sudarymas ir asmenų sportinių pasiekimų vertinimas, nurodoma sportinio ugdymo ir (ar) rengimo trukmė ir apimtis, pateikiamos sportinio ugdymo ir (ar) rengimo plano rengimo ir derinimo rekomendacijos, nurodomi kiti sportinio ugdymo ir (ar) rengimo ypatumai.

3. Ugdymo planas ir programiniai reikalavimai parengti vadovaujantis Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis, patvirtintomis Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. rugsėjo 4 d. įsakymu Nr. V-976 „Dėl sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijų tvirtinimo“ (toliau – Rekomendacijos) 1 priedu „Formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliai ir ugdymui skiriamas maksimalus kontaktinių akademinų ugdymo valandų skaičius per savaitę pagal sporto šakas ir (arba) disciplinas“, Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu, Neformaliojo vaikų švietimo koncepcija, Bendrųjų iš valstybės ir savivaldybių biudžetų finansuojamų neformaliojo švietimo programų kriterijų aprašu, Lietuvos higienos normos HN 20:2012 „Neformaliojo vaikų švietimo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai, patvirtintais Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2012 m. birželio 25 d. įsakymu Nr. V-599 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 20:2012 „Neformaliojo vaikų švietimo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“, Birštono sporto centro nuostatais, kitais teisės aktais.

4. Ugdymo plane vartojamos sąvokos atitinka Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme, Lietuvos Respublikos sporto įstatyme ir kituose švietimą, fizinį ugdymą ir sportą reglamentuojančiuose teisės aktuose vartojamas sąvokas.

II SKYRIUS SPORTINIO UGDYMO IR (AR) RENGIMO GRUPIŲ SUDARYMAS

5. Sportinio ugdymo ir (ar) grupės sudaromos pagal asmens užimtą vietą arba pasiektą rezultatą varžybose, vadovaujantis meistriškumo pakopų rodikliais, nurodytais Rekomendacijų 1 priede.

6. Meistriškumo rodikliai vertinami vadovaujantis sporto (šakų) federacijų ir kitų organizacijų vykdomų varžybų tinkamai patvirtintų protokolų duomenimis.

7. Sudarant sportinio ugdymo ir (ar) rengimo atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų meistriškumo ugdymo arba meistriškumo tobulinimo etapo ugdymo grupę, vietoje vieno Rekomendacijų 1 priede nurodyto asmens į grupę gali būti įtraukti 2 viena pakopa žemesnės meistriškumo pakopos rodiklius atitinkantys asmenys.

8. Jeigu jaunesnio amžiaus asmuo atitinka Rekomendacijų 1 priede nurodytos aukštesnės meistriškumo pakopos rodiklius, jis gali būti įtrauktas į vyresnio amžiaus sportinio ugdymo grupę.

9. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupė gali būti sudaryta iš vienos lyties asmenų arba mišri.

10. Sportinio atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų ugdymo ir (ar) rengimo grupės sudaromos sportiniam sezonui.

11. Mokinių, atvykusių į Lietuvos Respubliką iš Ukrainos dėl Rusijos Federacijos karinių veiksmų Ukrainoje, priėmimas į Sportinio ugdymo grupes vykdomas vadovaujantis Rekomendacijų 1 priedu.

12. Naujos sportinio atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų ugdymo ir (ar) rengimo grupės sudarymas gali trukti ne ilgiau kaip 2 mėnesius.

13. Neformaliojo asmenų sportinio ugdymo grupės sudarymo procesas vyksta nuolat.

14. Sportinio ugdymo grupė laikoma nesukomplektuota, jeigu treniruotes lanko mažiau kaip 2/3 patvirtinto grupės mokinių skaičiaus:

14.1. Centro direktorius gali teikti siūlymą dėl ugdymo grupės uždarymo.

15. Centro direktorius, vadovaudamasis Centro trenerių tarifikacinės komisijos posėdžio protokolu, tvirtina sportinio ugdymo grupių ugdymui skiriamų kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičių per savaitę.

III SKYRIUS

ASMENŲ SPORTINIŲ PASIEKIMŲ VERTINIMAS

16. Pagal sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programas ugdomų ir (ar) rengiamų asmenų sportiniai pasiekimai vertinami sportinio sezono pradžioje, sudarant sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupes, mokslo metų pabaigoje ir, esant poreikiui, bet kuriuo sportinio sezono metu.

17. Pagal sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programas ugdomų ir (ar) rengiamų asmenų sportinių pasiekimų vertinimas atliekamas vadovaujantis Rekomendacijų 1 priede nustatytais meistriškumo rodikliais.

18. Rekomendacijų 1 priede nurodyti meistriškumo rodikliai, pasiekti olimpinėse žaidynėse, pasaulio ir Europos čempionatuose, galioja 5 metus nuo pasiekimo dienos; tarptautinėse suaugusiųjų, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių aukšto meistriškumo sporto varžybose, Lietuvos Respublikos suaugusiųjų, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių čempionatų varžybose – 3 metus nuo pasiekimo dienos, kitose varžybose – 2 metus nuo pasiekimo dienos.

19. Sportinio ugdymo procese derinamas formuojamasis, diagnostinis ir apibendrinamasis vertinimas:

19.1. formuojamojo vertinimo paskirtis – teikti asmeniui grįžtamąjį ryšį, stebėti daromą pažangą, individualias galias, siekius ir suteikti pagalbą laiku;

19.2. diagnostiniu vertinimu nustatomi asmens pasiekimai, kad galima būtų tikslingai planuoti tolesnį ugdymą. Asmens pasiekimų diagnostinis vertinimas atliekamas Centre reguliariai, gauta informacija analizuojama, keliant tolimesnius ugdymo tikslus;

19.3 apibendrinamajam asmens pažangos ir pasiekimų vertinimui, baigiantis ugdymo laikotarpiui, gali būti naudojama testai.

20. Pagal neformaliojo asmenų sportinio ugdymo programas ugdomų asmenų pažangos ir pasiekimų pažangos vertinimui gali būti naudojama Eurofito fizinio pajėgumo testavimo metodika pagal 1987 m. gegužės 19 d. Europos Tarybos Ministrų Komiteto patvirtintas rekomendacijas Nr. R(87)9.

21. Asmenų fizinių savybių, funkcinių rodyklių lygis nustatomas kontroliniais normatyvais, kuriuos numato treneris.

IV SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO IR (AR) RENGIMO TRUKMĖ IR APIMTIS

22. Mokslo metų pradžia – 2022 m. rugsėjo 1 d., pabaiga – 2023 m. rugpjūčio 31 d.

23. Ugdymo organizavimas 2022–2023 mokslo metais:

23.1. mokslo metų ir sportinio ugdymo proceso pradžia – 2022 m. rugsėjo 1 d.;

23.2. sportinio ugdymo proceso trukmė pradinio rengimo grupėms – 242 d.;

23.3. sportinio ugdymo proceso trukmė meistriškumo ugdymo ir meistriškumo tobulinimo grupėms – 256 d.

24. Centro mokiniams vasaros atostogos skiriamos pasibaigus sportinio ugdymo procesui ir vasaros sporto stovykloms. Vasaros atostogos trunka iki einamųjų mokslo metų rugpjūčio 31 d.

25. Sportinio ugdymo ir rengimo procesas Centre vykdomas darbo dienomis po pamokų, poilsio, švenčių dienomis, mokinių atostogų metu. Vasaros atostogų metu Centre vykdomos mokinių užimtumo programos ir projektai. Mokinių atostogų metu sportinis ugdymas vykdomas pagal individualias užduotis, sportinių stovyklų planus.

26. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupėms ugdymui ir (ar) rengimui skiriamas maksimalus kontaktinių akademinių ugdymo ir (ar) rengimo valandų skaičius per savaitę pagal sporto šakas ir (arba) disciplinas nurodytas Rekomendacijų 1 priede.

27. Treneriams vienai kontaktinei akademinei ugdymo valandai pasirengti numatyta 15 minučių, kurios įskaitomos į trenerio darbo laiką.

28. Sportinio ugdymo grupių individualiųjų sporto šakų ir (arba) disciplinų asmenims varžybų dienų skaičius per metus:

28.1. pradinio rengimo etape ne mažesnis kaip 4 varžybų dienos, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų;

28.2. meistriškumo ugdymo etape – individualiųjų sporto šakų ir (arba) disciplinų asmenims varžybų dienų skaičius per metus ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 20 varžybų dienų;

28.3. meistriškumo tobulinimo etape – individualiųjų sporto šakų ir (arba) disciplinų asmenims varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 15 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 30 varžybų dienų.

29. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programų grupių asmenims rekomenduojamas mokomųjų sporto stovyklų skaičius:

29.1. pradinio rengimo etape yra ne mažiau kaip trys 8–10 dienų stovyklos per metus;

29.2. meistriškumo ugdymo etape – ne mažiau kaip keturios 10–12 dienų stovyklos per metus;

29.3. meistriskumo tobulinimo etape – ne mažiau kaip keturios 10–14 dienų stovyklos per metus.

30. Neformalus asmenų sportinis ugdymas vykdomas ne rečiau kaip du kartus per savaitę (ne mažiau kaip 4 akademinės ugdymo valandas per savaitę).

V SKYRIUS SPORTINIO UGDYMO YPATUMAI

31. Ugdyti priimami asmenys prieš pradėdami lankyti fizinio aktyvumo ar aukšto meistriskumo sporto pratimus turi būti pasitikrinę sveikatą asmens sveikatos priežiūros įstaigose ir pristatyti pažymą, kad yra sveiki ir gali treniruotis.

32. Fizinio aktyvumo ar aukšto meistriskumo sporto pratimus lankantys ir (ar) sporto varžybose dalyvaujantys asmenys privalo periodiškai tikrintis sveikatą asmens sveikatos priežiūros įstaigose. Sveikatos tikrinimo reikalavimus asmenims, periodiškumą ir tvarką nustato Lietuvos sveikatos apsaugos ministerija.

33. 2022 – 2023 mokslo metais ugdymą vykdo pagal Centro parengtas ilgalaikes futbolo, irklavimo, krepšinio, lengvosios atletikos, teniso, jėgos trikovės ir šachmatų sportinio ugdymo programas.

34. Ugdymas organizuojamas mokymo grupėms ir individualiai atskiram asmeniui. Vieną ar kitą ugdymo formą treneris pasirenka atsižvelgdamas į asmens meistriskumo lygį, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus ir t.t..

35. Centro mokinių ugdymas organizuojamas ištikus metus atsižvelgiant į sporto šakos treniruotės proceso periodizavimo ypatumus.

36. Teorinių paskaitų ir pratimų minimali trukmė – 1 kontaktinė akademinė ugdymo valanda (45 minutės).

37. Teorinių paskaitų, pratimų ar kitų užsiėmimų laiką ir vietą, nurodo treniruočių tvarkaraštis patvirtintas Centro direktoriaus, o dalyvavimo sporto varžybose – sporto šakų federacijų varžybų kalendoriai ir varžybų nuostatai.

38. Mokinių vasaros atostogų metu (birželio, liepos, rugpjūčio mėnesiais) sportinis ugdymas vykdomas pagal individualias trenerio užduotis, organizuojamos sporto stovyklos ir kiti sporto renginiai.

VI SKYRIUS SPORTINIO UGDYMO GRUPĖS

39. Lengvoji atletika

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Pradinio rengimo		Meistriskumo ugdymo	
		1 metai	2 metai	4 metai	
1	Savaitinis valandų skaičius	8	8	14	
2	Metinis valandų skaičius	285	320	805	
3	Ugdymo pano turinys:				
	3.1. teorinis parengimas	12	12	20	
	3.2. praktika	273	308	785	
4	Planuojamas varžybų skaičius per metus (ne mažiau)	10	10	25	

5	Ugdytinių skaičius grupėje (minimalus)	12	12	8	
6	Grupių	1	1	1	
Viso grupių: 5					

40. Irklavimas

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Pradinio rengimo		Meistriškumo tobulinimo
		2 metai		2 metai
1	Savaitinis valandų skaičius	11		26
2	Metinis valandų skaičius	412		975
3	Ugdymo plano turinys: 3.1. teorinis parengimas 3.2. praktika	16		29
		396		946
4	Planuojamas varžybų skaičius per metus (ne mažiau)	10		15
5	Ugdytinių min. skaičius grupėje	10		5
6	Grupių	1		1
Viso grupių: 2				

41. Futbolas.

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Pradinio rengimo		Meistriškumo ugdymo
		1 metai	2 metai	1 metai
1	Savaitinis valandų skaičius	8	8	12
2	Metinis valandų skaičius	352	352	480
3	Ugdymo pano turinys: 3.1. teorinis parengimas 3.2. praktika	32	32	30
		320	320	450
4	Planuojamas varžybų skaičius per metus (ne mažiau)	10	10	16
5	Ugdytinių min. skaičius grupėje	12	12	12
6	Grupių	1	1	1
Viso grupių: 3				

42. Krepšinis.

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Pradinio rengimo		Meistriškumo ugdymo
		1 metai	2 metai	3 metai
1	Savaitinis valandų skaičius	6	8	14
2	Metinis valandų skaičius	240	352	644
3	Ugdymo pano turinys: 3.1. teorinis parengimas 3.2. praktika	20	20	20
		220	332	624
4	Planuojamas varžybų skaičius per metus (ne mažiau)	10	20	30

5	Ugdytinių min. skaičius grupėje	15	15	15
6	Grupių	1	1	1
Viso grupių: 3				

43. Tenisas.

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Pradinio rengimo		Meistriškumo ugdymo
		2 metai		3 metai
1	Savaitinis valandų skaičius	10		12
2	Metinis valandų skaičius	440		528
3	Ugdymo pano turinys: 3.1. teorinis parengimas 3.2. praktika	20 420		20 508
4	Planuojamas varžybų skaičius per metus (ne mažiau)	6		30
5	Ugdytinių min. skaičius grupėje	12		10
6	Grupių	1		1
Viso grupių: 3				

44. Jėgos trikovė.

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Meistriškumo ugdymo		
		2 metai		
1	Savaitinis valandų skaičius	8		
2	Metinis valandų skaičius	552		
3	Ugdymo pano turinys: 3.1. teorinis parengimas 3.2. praktika	15 537		
4	Planuojamas varžybų skaičius per metus (ne mažiau)	10		
5	Ugdytinių min. skaičius grupėje	12		
6	Grupių	1		
Viso grupių: 2				

45. Šachmatai.

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Pradinio rengimo	
		1 metai	2 metai
1	Savaitinis valandų skaičius	6	6
2	Metinis valandų skaičius	220	240
3	Ugdymo pano turinys: 3.1. teorinis parengimas 3.2. praktika	60 160	70 170

4	Planuojamas varžybų skaičius per metus (ne mažiau)	20	24
5	Ugdytinių skaičius grupėje (minimalus)	12	12
6	Grupių	1	1
	Viso grupių: 2		
