

**TAURAGĖS SPORTO CENTRO  
2018–2019 MOKSLO METŲ FORMALŲJŲ ŠVIETIMĄ PAPILDANČIO VAIKŲ SPORTINIO  
UGDYMO IR NEFORMALIAUS UGDYMO PROGRAMŲ BENDRASIS UGDYMO PLANAS**

**I.BENDROJI DALIS**

1. Tauragės sporto centro ugdymo planą rengė 2018-10-01 įsakymu Nr.VĮ-13 sudaryta darbo grupė. Ugdymo planas suderintas sporto centro taryboje 2018-10-17 protokolo Nr. 2 patvirtintas direktoriaus įsakymu 2018-10-17 Nr.VĮ-24
2. Sudarant sporto centro ugdymo planą atsižvelgta į pageidaujančių lankyti mokinių skaičių ir galimybes.
3. Grupės sukomplektuotos vadovaujantis mokymo grupių komplektavimo tvarkos aprašu.
4. Mokytojų faktinis darbo laikas nurodytas 2018-2019 mokslo metų sporto centro mokytojų užsiėmimų grafike. Jis gali būti keičiamas, papildomas direktoriaus įsakymu mokslo metų eigoje.
5. Mokslo metų pradžia spalio 1 d. ir tęsiasi iki birželio 29 d.
6. Mokiniai vertinami vadovaujantis mokinių pasiekimų vertinimo tvarka, patvirtinta Tauragės sporto centro direktoriaus įsakymu 2018-10-17 Nr. VĮ-22.
7. Sporto centro mokytojai dirba pagal direktoriaus patvirtintus ugdymo planus.
8. Birželio mėnuo skiriamas varžybų ir sportinių renginių organizavimui, inventoriaus tvarkymui, dokumentacijos sisteminimui ir kitiems darbams.
9. Visų mokymo grupių moksleiviams gali būti organizuojamos vasaros sporto stovyklos. Jų vykdymo tvarka nustatyta sporto centro nuostatuose, moksleivių saugos taisyklėse, mokytojo darbo planuose atskiroms varžyboms pasirengti.
10. Tauragės sporto centro grupių lankomumas atostogų metu yra laisvas, mokytojas dirba pagal direktoriaus patvirtintą tvarkaraštį.

**II. BENDROSIOS NUOSTATOS**

11. Tauragės sporto centro 2018-2019 mokslo metų FŠPU ir NU programų bendrasis ugdymo planas reglamentuoja formalųjį švietimą papildančio vaikų sportinio ugdymo ir neformalaus ugdymo programų įgyvendinimą mokykloje.
12. Bendrojo ugdymo plano tikslas – nustatyti ugdymo programų vykdymo bendruosius reikalavimus, kad kiekvienas ugdytinis pasiektų geresnių ugdymo(si) rezultatų ir įgytų mokymuisi visą gyvenimą būtinų bendrųjų ir dalykinių kompetencijų.
13. Bendrasis ugdymo planas parengtas vadovaujantis neformaliojo vaikų švietimo koncepcija, sporto mokymo įstaigų bendraisiais nuostatais ir kitais teisės aktais.
14. Bendrasis ugdymo planas sudarytas atsižvelgiant į sportinio formalųjį ir neformalųjį švietimą papildančio ugdymo programų rengimo ir įgyvendinimo tvarkos aprašą (toliau – aprašas), patvirtintą Tauragės rajono savivaldybės, kuriame nustatyti kriterijai, pagal kuriuos sporto centre komplektuojamos mokymo grupės, skiriamas pratybų valandų bei varžybų skaičius.
15. Bendrajame ugdymo plane vartojamos sąvokos:
  - 15.1. **Formalųjį švietimą papildančio vaikų sportinio ugdymo ir neformalaus ugdymo programa** - tai pasirenkamojo vaikų sportinio ugdymo programa, kurios tikslas suteikti pasirinktos sporto šakos žinių ir raiškos pagrindus, gebėjimus ir įgūdžius, dalykines kompetencijas.

15.2. **Pasirenkamasis vaikų švietimas** - vaikų ir jaunimo ugdymas, teikiamas pagal vaikų, jų tėvų (globėjų) laisvai pasirinktas formalųjį švietimą papildančio vaikų ugdymo ir neformaliojo vaikų ugdymo programą.

15.3. **Pradinis rengimas** – aktyvus asmenybės jausmų, sąmonės, psichikos ir intelekto poveikis kūno kultūros, sporto priemonėmis bei sportinių gabumų atskleidimas.

15.4. **Meistriškumo ugdymas** - aktyvus asmenybės ne tik fizinių ypatybių, fizinių galių, bet ir visų pirma jausmų ir sąmonės, psichikos ir intelekto poveikis kūno kultūros, sporto priemonėmis, laiduojantis socialinių psichologinių poreikių skiepijimą.

15.5. **Sportas** – visos fizinės veiklos formos, kuriomis organizuotai ar individualiai siekiama tobulinti fizinę ištvermę ir psichinę sveikatą (gerovę), formuoti socialinius santykius ar siekti rezultatų įvairaus lygio varžybose.

15.6. **Sportininkas** – žmogus, sistemingai besitreniruojantis, dalyvaujantis sporto varžybose, siekiantis kuo geresnių sporto rezultatų, nuosekliai didinantis savo sportinį meistriškumą.

15.7. **Mokytojas** – kvalifikuotas sporto pedagogas, kurios nors šakos specialistas, turintis teisę rengti ir rengiantis sportininkus arba komandas varžyboms.

15.8. **Sportininkų ugdymo centras (toliau - Centras)** – sporto mokymo įstaiga, sporto centras, specializuota vienos ar kelių sporto šakų įstaiga, kuri gali vykdyti neformalųjį vaikų bei suaugusiųjų švietimą, rengia tam tikros kvalifikacijos sportininkus, taip pat atlieka kitas steigėjų jiems priskirtas funkcijas.

15.9. **Sporto pratybos** – savarankiška sportininko arba bendra sportininkų ir mokytojo veikla, planingas treniravimasis.

15.10. **Sporto varžybos** – dviejų ar daugiau sportininkų, komandų, sporto klubų varžymasis pagal iš anksto paskelbtus nuostatus, laikantis tarptautinės sporto šakos federacijos nustatytų taisyklių, turint tikslą nustatyti nugalėtojus, prizininkus.

15.11. **Sporto stovykla** – tikslingas trumpalaikis sportininkų arba komandos rengimas(is) varžyboms sporto bazėje.

15.13. **Treniruotė, treniravimas** – tikslingas žmogaus fizinių ar psichinių savybių ugdymas, stiprinimas, lavinimas; organizmo, psichikos savybių ir galimybių plėtimas.

15.14. **Ugdymo grupė** - vienodo amžiaus ir parengtumo sportuojančių vaikų, paauglių, jaunuolių būrys, vadovaujamas to paties mokytojo.

15.15. **Bendrasis ugdymo planas** – tai dokumentas, reglamentuojantis formalųjį švietimą papildančių ugdymo programų ir neformaliojo ugdymo programų įgyvendinimą Centre.

15.16. **Sporto šakos ugdymo programa** – dokumentas, kuriame išdėstytas sportinio rengimo turinys: žinios, gebėjimai ir įgūdžiai, kuriuos turi įgyti sportininkas, fizinis, techninis, taktinis, integralus parengtumas, kurį turi pasiekti sportininkas, ir pagrindinių rengimo rūšių pratybų turinys.

15.17. **Sportininko amžiaus tarpsnis** - tarpsnis, kuriam būdingos tos pačios, priklausančios nuo amžiaus, organizmo ypatybės.

15.18. **Sportininkų atranka** – asmenų, gebančių pasiekti svarių konkrečios sporto šakos ar rungties rezultatų, atrinkimas.

15.19. **Sportinis orientavimas** – sportinės veikos parinkimas: asmens kreipimas į tinkamiausią jo gebėjimus, polinkius labiausiai atitinkančią sporto šaką, rungtį. Perspektyvių didelio meistriškumo siekimo krypties nustatymas, remiantis sportininko įgimtų ypatybių, gebėjimų, brendimo ypatumų, asmeninių savybių pažinimu.

Kitos Bendrajame ugdymo plane vartojamos sąvokos atitinka Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme (Žin., 1991, Nr. 23-593; 2003, Nr. 63-2853), Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatyme (Žin., 1996, Nr. 9-215; 2008, Nr. 47-1752) ir kituose švietimą reglamentuojančiuose teisės aktuose vartojamas sąvokas.

### III .UGDYMO PROCESO ORGANIZAVIMO TRUKMĖ

16. Sportininkų ugdymo procesas organizuojamas laisvalaikiu: visos dienos laikotarpyje, poilsio ir švenčių dienomis, atostogų ir vasaros metu. Mokslų metų pradžia Tauragės sporto centre – spalio 1 d.

17. Priklausomai nuo sporto šakos specifikos (pirmiausia nuo sportininkų amžiaus tarpsnio, lyties ir t.t.) kiekvieno sportininko ugdymas trunka atitinkamą savaitinių skaičių per metus.

18. Ugdymo plano valandų išdėstymo lentelės nurodo pasirinktos sporto šakos ugdymo dalykams skirtų valandų skaičių:

Metinis kontaktinių ir papildomų valandų skaičius mokslo metuose												
Valandos	4	6	8	9	10	12	14	16	18	20	22	24
Iš viso valandų mokslo metuose ( 39 savaitės)	303	374	454	536	606	675	755	835	1052	1064	1291	1041

Kontaktinių valandų skaičius (savaitinių)	Kontaktinių valandų skaičius per mėnesį										
	Rugsėjis	Spalis	Lapkritis	Gruodis	Sausis	Vasaris	Kovas	Balandis	Gegužis	Birželis	Kontaktinių val. skaičius
2	5	10	8	8	8	8	8	9	8	8	72
4	10	16	16	16	16	16	16	18	16	16	156
5	12	23	20	20	20	20	20	23	20	20	198
6	14	28	24	24	24	24	24	28	24	24	238
7	16	31	28	28	28	28	31	32	28	28	278
8	18	36	32	32	32	32	32	38	32	32	316
9	20	41	36	36	36	36	36	43	36	36	356
10	22	46	40	40	40	40	40	46	40	40	394
12	28	56	48	48	48	48	48	56	48	48	476

#### IV. UGDYMO PROCESO ORGANIZAVIMAS

19. Sportininkų ugdymo procesas organizuojamas atsižvelgiant į bendruosius pilnaverčio šalies piliečio ugdymo reikalavimus, žmogaus fizinių ir psichinių savybių raidos dėsninumus, lyties ir amžiaus ypatumus, amžiaus zonas, kada pasiekiami geriausi tos sporto šakos rezultatai, optimalų sporto varžybų poreikį.

20. Sportininkų ugdymas organizuojamas vadovaujantis:

- 20.1. nuostatais;
- 20.2. bendruoju ugdymo planu;
- 20.3. sporto šakų ugdymo programomis;
- 20.4. metiniu veiklos planu;
- 20.5. strateginiu planu;
- 20.6. grupiniais arba individualiaisiais mokymo planais;
- 20.7. Lietuvos meistriskumo pakopų reikalavimais ir normomis;
- 20.8. sporto varžybų kalendoriumi;
- 20.9. metiniais mokymo grupių darbo apskaitos žurnalais;
- 20.10. kitais normatyviniais dokumentais

21. Tauragės sporto centre gali būti komplektuojamos šių formalųjų švietimą papildančio ugdymo programų grupės:

- 21.1. Futbolo 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;
- 21.2. Krepšinio 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;
- 21.3. Rankinio 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;
- 21.4. Badmintono 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;
- 21.5. Šachmatų 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;
- 21.6. Lengvosios atletikos 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;
- 21.7. Bokso 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;
- 21.8. Imtynių 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;
- 21.9. Sambo 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;
- 21.10. Šaudymo 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;
- 21.11. Tinklinio 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo; ugdymo;
- 21.12. Orientavimosi sporto 1–3 pradinio rengimo, 1–4 meistriskumo ugdymo; 1-3 meistriskumo tobulinimo;

22. Mokymo grupės gali būti sudarytos iš vienos lyties sportininkų arba mišrios, sportininkų skaičius mokymo grupėse nurodomas minimalus.

23. Mokymo grupės komplektuojamos vadovaujantis šiuo Mokymo grupių komplektavimo tvarkos aprašu. Tauragės sporto centro vadovas rengia įsakymą apie mokymo grupių sudarymą ir joms skirtą pratybų valandų skaičių per savaitę pagal mokymo grupių komplektavimo, pratybų valandų ir varžybų skaičių.

24. Jeigu mokytojas nuo mokslo metų pradžios per 1 mėnesį negali surinkti reikiamo parengtumo sportininkų grupės, tai sporto centro direktorius įsakymu (atsižvelgdamas į mokytojų tarybos nutarimą ir mokytojo rašytinį prašymą):

24.1. gali leisti vienerių metų laikotarpiu du trečios pakopos sportininkus prilyginti vienam antros, du antros pakopos – vienam pirmos pakopos sportininkui. Šiuo atveju grupėje didinamas sportininkų skaičius;

24.2. vietoj vieno trečios pakopos sportininko gali leisti vienerius metus papildyti mokymo grupę trimis neturinčiais pakopos sportininkais;

24.3 Nustačius, kad 1 mėnesį pratybas lanko mažiau kaip 2/3 patvirtinto grupės sportininkų skaičiaus, mokymo grupė laikoma nesukomplektuota. mokytojų tarybos sprendimu naujų mokinių priėmimas gali trukti ne ilgiau kaip 1 mėn. Grupei tuo laiku direktoriaus įsakymu skiriamas bendro fizinio rengimo grupei skiriamų valandų skaičius. Nepavykus sukomplektuoti reikiamo parengtumo sportininkų grupės, sporto mokyklos direktorius įsakymu panaikina tos sporto šakos bendro fizinio rengimo arba mokymo grupę.

25. Jeigu jaunesnio amžiaus sportininkas įvykdo aukštesnės pakopos reikalavimus, mokyklos direktorius, atsižvelgdamas į mokytojo prašymą, įsakymu leidžia šį sportininką įrašyti į aukštesnės kategorijos mokymo grupę.

26. Ugdymas organizuojamas mokymo grupėms ir individualiai, pagal direktoriaus patvirtintą sportininkų mokomųjų treniruočių metinį planą. Vieną ar kitą mokymo rūšį mokytojas pasirenka atsižvelgdamas į sportininko meistriškumo lygį, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus ir t.t.

27. Sportininkų mokymas organizuojamas ištisus metus atsižvelgiant į sporto šakos treniruočių proceso periodizavimo ypatumus. Vasaros laikotarpiu sporto mokykla rengia užmiestines arba miesto tipo sporto stovyklas.

28. Mokytojų atostogų grafikas sudaromas taip, kad sporto pratybų procesas vyktų planuotu laiku. Su atostogaujancio mokytojo mokymo grupė gali dirbti jį pavaduojantis mokytojas.

29. Teorinio mokymo ir sporto pratybų minimali trukmė - 45 minutės.

30. Maksimali sporto pratybų trukmė priklauso nuo mokytojo grupinio ar individualiojo ugdymo plano reikalavimų. Į šį skaičių įeina ir oficialus kalendorinių varžybų, jeigu jose dalyvauja sportininkas su mokytoju, laikas.

31. Teorinio mokymo, sporto pratybų ar kitų mokymo pratybų laiką ir vietą nurodo pratybų tvarkaraščiai ir dalyvavimo sporto varžybose kalendoriniai planai, patvirtinti vadovo, varžybų nuostatai.

32. Į Tauragės sporto centro priimami Tauragės rajono savivaldybės teritorijoje gyvenantys vaikai.

33. Vaikai, pageidaujantys mokytis sporto mokykloje, pateikia mokyklos direktoriui sveikatos priežiūros įstaigos išduotą sportuojancio ir užsiiminėjančio kūno kultūra asmens sveikatos patikrinimo medicininę pažymą (forma NR.068/a), mokinio gimimo liudijimo ar paso kopiją. Mokiniai, kurie yra pasiekę meistriškumo pakopas, sporto mokyklai pateikia tai įrodantį dokumentą.

34. Priėmimas mokytis pagal mokyklos vykdomas programas įforminamas mokymo sutartimi, atitinkančia prašymą mokytis mokykloje. Mokymo sutartyje nurodoma mokymo programa, mokomieji dalykai, mokinio asmens kodas, mokyklos ir tėvų (globėjų, rūpintojų) įsipareigojimai, sutarties terminas, jos keitimo, nutraukimo pagrindai ir padariniai. Ugdymo sutartis pasirašoma abiejų šalių ir registruojama mokymo sutarčių registracijos žurnale. Vienas sutarties egzempliorius įteikiamas tėvams, kitas saugomas sporto mokyklos nustatyta tvarka.

35. Mokinių paskyrimas į mokymo grupes įforminamas direktoriaus įsakymu, atsižvelgiant į mokytojų tarybos nutarimą.

36. Mokinių priėmimas į mokymo grupes vykdomas per visus mokslo metus.

## **V. UGDYMO TURINYS IR UGDYMO PLANO RENGIMAS**

37. Pagrindinis ugdymo turinio uždavinys: per vaikų ir jaunimo saviraišką sporte - talentingų sportininkų paieška, optimalus bendrasis ir specialusis jų fizinis rengimas, orientavimas vienai ar kitai sporto šakai, pradinis jų apmokymas sporto šakų pagrindų, nuoseklus pratybų ir sporto varžybų apimčių didinimas, šiuolaikinių sporto mokslo laimėjimų pritaikymas siekiant optimalių sportinių rezultatų.

38. Pagrindinės sportininkų ugdymo formos yra šios: teorinis ir praktinis mokymas vietos sporto bazėje, nuomojamose patalpose ir sporto stovyklose,

dalyvavimas sporto varžybose. Taip pat gali būti organizuojami seminarai, disputai, ekskursijos, testai, kontroliniai normų patikrinimai ir t.t.

39. Teorinis mokymas apima bendruosius kūno kultūros, sveikos gyvensenos, racionalios dietos, mitybos reikalavimus, asmens higienos taisykles ir savisekos principus, elgesio ir kultūros žinias; fizinių pratimų įtakos atskirų organų ir sistemų veiklai, bendrųjų treniruotės dėsnų, pasirinktos sporto šakos technikos elementų, taktinių gudrybių panaudojimo žinias, sporto varžybų taisyklių nagrinėjimą ir suvokimą,

40. Praktinis mokymas apima bendrąjį ir specialųjį fizinį, techninį, taktinį ir psichologinį sportininko rengimą, jo metu įgyti mokėjimai ir įgūdžiai realizuojami per sporto varžybas.

41. Ugdymo planą sudaro aprašomoji dalis ir ugdymo plano valandų išdėstymo lentelės pagal sporto šakas, meistriskumą ir vaikų ar sportininkų skaičių grupėje:

Eil. Nr.	Sporto šaka	Mokymo grupių / moksleivių skaičius											
		Pradinio rengimo			Meistriskumo ugdymo				Meistriskumo tobulinimo			Grupių	Moksleivių
		1	2	3	1	2	3	4	1	2	3		
1.	Graikų-romėnų imtynės	2/26			1/14	1/14	1/12					4	66
2.	Sambo	1/13		1/16								2	29
3.	Lengvoji atletika	1/14	1/16	1/12	2/26							5	68
4.	Krepšinis				4/58	3/39						7	97
5.	Rankinis	1/12	1/14		5/68	2/24						9	118
6.	Boksas	1/14	1/14		2/36			1/22				5	86
7.	Badmintonas		1/14		1/16	1/16						3	46
8.	Futbolas			1/16	1/16	3/48						5	80
9.	Šachmatai	1/14	3/46	1/14	1/14							6	88
10.	Šaudymas			1/14								1	14
11.	Tinklinis		3/40		2/24							5	64
12.	Svarsčių kilnojimas		1/12									1	12
13.	Orientacinis sportas			1/12								1	12
	Viso:	7/93	11/156	6/84	19/272	10/141	1/12	1/22				54	780

42. Ugdymo plano valandų išdėstymo lentelės nurodo pasirinktos sporto šakos ugdymo dalykams skirtų valandų skaičių:

Eil. Nr.	Sporto šaka	Pradinio rengimo grupės	Meistriskumo ugdymo grupės	Iš viso grupių	Iš viso mokinių	Iš viso valandų (kontaktinių per savaitę)	Iš viso valandų (per metus)
1.	Šachmatai	5	1	6	88	25	1508
2.	Futbolas	1	4	5	80	34	2120
3.	Badmintonas	1	2	3	46	22	1314,5

4.	Lengvoji atletika	3	2	5	68	33	1557,5
5.	Rankinis	2	7	9	118	68	4007
6.	Krepšinis		7	7	97	58	3634
7.	Imtynės	2	3	5	66	38	2188
8.	Sambo	2		2	29	8	450
9.	Boksas	2	3	5	86	44	2578
10.	Šaudymas	1		1	14	6	378
11.	Tinklinas	3	2	5	64	22	1425
12.	Svarsčių kilnojimas	1		1	12	4	228
13.	Orientacinis sportas	1		1	12	4	228
	<b>VISO:</b>	24	31	54	780	360	22134

## V. SPORTININKŲ PAŽANGOS IR PASIEKIMŲ VERTINIMAS

43. Sportininko ugdymosi pažanga ir pasiekimai vertinami pagal Bendrojoje programoje numatytus pasiekimus:

43.1. Pradinio rengimo grupių sportininkų pasiekimus rekomenduojama vertinti pagal mokomosios grupės stabilumą.

43.2. Meistriškumo rodikliai vertinami vadovaujantis sporto (šakų) federacijų (asociacijų, sąjungų) ir kitų organizacijų vykdomų varžybų tinkamai patvirtintų protokolų duomenimis.

### SUDERINTA

Tauragės sporto centro tarybos 2018-10-17 protokolas Nr. 2

Tauragės sporto centro direktoriaus įsakymu 2018-10-17 Nr.VI-24

Tauragės rajono savivaldybės administracijos švietimo skyriaus vedėjas

Ruošė pavaduotoja Liuda Michalovskaja