

MARIJAMPOLĖS SPORTO CENTRO SPORTINIO UGDYMO PLANAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Marijampolės sporto centro (toliau – Sporto centras) Sportinio ugdymo planas reglamentuoja sportinio ugdymo programų (baidarių ir kanojų irklavimo, bokso, buriavimo, dziudo, krepšinio, lengvosios atletikos, plaukimo, imtynių, regbio, sunkiosios atletikos, tinklinio, šaškių, šachmatų, stalo teniso, gimnastikos, badmintono) įgyvendinimą Sporto centre.

2. Sportinio ugdymo planas parengtas 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), Lietuvos Respublikos sporto įstatymu, Marijampolės sporto centro nuostatais, patvirtintais Marijampolės savivaldybės tarybos 2023 m. rugpjūčio 28 d. sprendimu Nr. 1-245 „Dėl Marijampolės sporto centro nuostatų patvirtinimo“ ir kitais teisės aktais.

3. Sporto centro Sportinio ugdymo plane apibrėžiamas sportinio ugdymo ir rengimo grupių sudarymas ir asmenų sportinių pasiekimų vertinimas, nurodoma sportinio ugdymo ir rengimo trukmė ir apimtis, pateikiami, sportinio ugdymo ir rengimo ypatumai.

4. Sportinio ugdymo plane vartojamos sąvokos:

4.1. **Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programa** – atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programa, kuria siekiama suteikti ir sistemingai gilinti asmens pasirinktos sporto šakos žinias, ugdyti gebėjimus ir formuoti įgūdžius, plėtoti sporto ir bendrąsias kompetencijas, siekti aukšto sportinio meistriškumo pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo, aukšto meistriškumo etapais.

4.2. **Neformaliojo sportinio ugdymo programa** – programa, kuria siekiama ugdyti asmens gyvenimo įgūdžius, asmenines, socialines ir kitas bendrąsias kompetencijas panaudojant sportą kaip priemonę.

4.3. **Meistriškumo pakopa** – asmens sportinio meistriškumo lygį pagal sporto varžybose užimtą vietą arba pasiektą rezultatą apibrėžiančių rodiklių grupė.

4.4. **Sportinio ugdymo planas** – sporto, švietimo įstaigos ar organizacijos vykdomų sportinio ugdymo programų įgyvendinimo aprašas.

4.5. **Sporto šakos disciplina** – atitinkamos tarptautinės sporto (šakos) federacijos išskirta sporto šakos dalis, kuri apima vieną arba keletą tos sporto šakos rungčių.

4.6. **Sportinis sezonas** – laikotarpis, kurio metu ugdomi ir (ar) rengiami asmenys ir kurio pradžia ir pabaiga priklauso nuo atitinkamos sporto šakos disciplinos sportinio sezono pradžios ir pabaigos.

5. Kitos Sportinio ugdymo plane vartojamos sąvokos atitinka Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme ir Lietuvos Respublikos sporto įstatyme vartojamas sąvokas.

II SKYRIUS

UGDYMO PLANO TIKSLAI, UŽDAVINIAI IR JŲ ĮGYVENDINIMO VERTINIMO KRITERIJAI

6. Ugdymo plano tikslas – nustatyti ugdymo programų vykdymo bendruosius reikalavimus ir sudaryti sąlygas ugdymo turiniui formuoti ir ugdymo procesui organizuoti, kad kiekvienas ugdytinis galėtų pasiekti kuo aukštesnius ugdymo rezultatus ir įgytų mokymuisi visam gyvenimui būtinų bendrųjų ir dalykinių kompetencijų.

7. Sportinio ugdymo plano uždaviniai:

7.1. tikslingai planuoti ir organizuoti sportinę veiklą;

7.2. organizuoti ir vykdyti įvairias sporto ir rekreacijos stovyklas, masinius sveikatingumo ir sporto renginius, pagal poreikį organizuoti sporto šakų Marijampolės savivaldybės pirmenybes ir kitus renginius;

7.3. individualizuoti ir diferencijuoti ugdymo turinį, orientuoti sportininkus vienai ar kitai sporto šakai, rungčiai, išmokyti pasirinktos sporto šakos pagrindų;

7.4. organizuoti bendrąjį ir specialųjį fizinį rengimą, nuosekliai didinti treniruočių ir sporto varžybų apimtį;

7.5. per sportą skatinti vaikų ir jaunimo saviraišką, ieškoti talentingų sportininkų ir juos rengti savivaldybės ir Lietuvos sporto šakų rinktinėms;

7.6. teikti švietimo ir sporto įstaigoms, organizacijoms metodinę ir organizacinę paramą kūno kultūros ir sporto klausimais;

7.7. teikti mokamas, dalinai mokamas ir nemokamas sporto paslaugas sportininkams ir sportuojantiems asmenims;

7.8. sporto mokslo bei medicinos specialistų parengtomis bei praktikoje patvirtintomis priemonėmis rengti sportininkus, galinčius deramai atstovauti Marijampolės savivaldybę Lietuvos sporto šakų pirmenybėse ir čempionatuose bei Lietuvos rinktinės tarptautinėse varžybose;

7.9. diegti visą gyvenimą išliekantį pomėgį ir poreikį sportuoti.

8. Sportinio ugdymo plano įgyvendinimo kriterijai:

8.1. teorinių žinių testų vertinimo rezultatai;

8.2. bendrojo ir specialiojo fizinio parengimo testų vertinimo rezultatai;

8.3. pasirinktos sporto šakos, rungties varžybose planuotų rezultatų įvykdymo vertinimas.

9. Atsiradus ugdymo plane nenumatytiems atvejams, Sporto centras gali koreguoti sportinio ugdymo plano įgyvendinimą, priklausomai nuo ugdymui skiriamų lėšų.

10. Sporto centro tikslas – plėtoti sportą Marijampolės savivaldybėje, puoselėti visų Sporto centre sportuojančių vaikų, jaunimo ir suaugusiųjų fizinį aktyvumą ir sveiką gyvenseną, sudaryti palankias sąlygas talentingų sportininkų paieškai ir jų meistriško nuosekliai ugdymui.

11. Sporto centro uždaviniai:

11.1. sukurti ugdymui palankų psichologinį klimatą ir ugdymo erdvę, sudaryti sąlygas pasirinkti Sporto centre kultivuojamas sporto šakas;

11.2. vykdyti sportinį vaikų, jaunimo ir suaugusiųjų užimtumą;

11.3. teikti įvairias fizinio aktyvumo, sporto paslaugas savivaldybės gyventojams;

11.4. vykdyti Savivaldybės fizinio aktyvumo ir sporto plėtros bei renginių programas;

11.5. vykdyti kryptingą gabių talentingų sportininkų paiešką, atranką ir sportinį ugdymą.

11.6. rengti aukšto sportinio meistriško sportininkus;

11.7. skatinti įsijungti į aktyvią sportinę veiklą turinčius fizinę negalią ir specialiųjų poreikių žmones.

11.8. užtikrinti ugdymo kokybę įgyvendinant sportinio ugdymo programas.

III SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO IR (AR) RENGIMO GRUPIŲ SUDARYMAS

12. Centro mokymo grupės komplektuojamos remiantis 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“.

13. Sportinis ugdymas susideda iš pradinio rengimo, meistriško ugdymo, meistriško tobulinimo ir aukšto meistriško etapų.

14. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupės sudaromos pagal asmens užimtą vietą arba pasiektą rezultatą varžybose vadovaujantis meistriško pakopų rodikliais, nurodytais šio ugdymo plano priede.

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

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

17. Jeigu jaunesnio amžiaus asmuo atitinka Sportinio ugdymo plano priede nurodytos aukštesnės meistriško pakopos rodiklius, jis gali būti įtrauktas į vyresnio amžiaus sportinio ugdymo grupę.

18. Sportinio ugdymo grupė gali būti sudaryta iš vienos lyties mokinių ar būti mišri.

19. Sportinio atskirų sporto šakų arba sporto šakų disciplinų programų ugdymo ir rengimo grupės sudaromos vieniems mokslo metams. Naujos atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų pradinio rengimo pirmų metų grupės sudarymas gali trukti ne ilgiau kaip 2 mėnesius.

20. Neformaliojo asmenų sportinio ugdymo programos gali būti rengiamos pagal Rekomendacijų 1 ir 2 prieduose nurodytas sporto šakas ir (arba) sporto šakų disciplinas arba tai gali būti ir netradicinės sporto šakos, liaudies ir kiti žaidimai, šokiai, mankštos, kvėpavimo pratimai, turistiniai ar slidinėjimo žygiai ir pan. Neformaliojo asmenų sportinio ugdymo programų asmenų skaičius grupėje yra 8–20 asmenų. Neformaliojo asmenų sportinio ugdymo grupės sudarymo procesas gali vykti nuolat.

21. Sporto centre yra šių sporto šakų sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupės:

21.1. boksas;

21.2. baidarių ir kanojų irklavimas;

21.3. buriavimas;

21.4. dziudo;

21.6. krepšinis;

21.7. lengvoji atletika;

21.8. plaukimas;

21.5. imtynės;

21.9. regbis;

21.10. sunkioji atletika;

21.11. šaškės;

21.12. šachmatai;

21.13. tinklinis;

21.14. stalo tenisas;

21.15. gimnastika;

21.16. badmintonas.

22. Sporto centro vadovas išleidžia įsakymą apie mokymo grupių sudarymą ir joms skirtą pratybų valandų skaičių per savaitę.

23. Sportinio ugdymo grupė laikoma nesukomplektuota, jeigu treniruotes ilgiau nei vieną mėnesį lanko mažiau kaip 2/3 patvirtinto grupės mokinių skaičiaus. Sporto centro direktorius gali

teikti siūlymą dėl tokios ugdymo grupės uždarymo.

IV SKYRIUS

ASMENŲ SPORTINIŲ PASIEKIMŲ VERTINIMAS

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

25. Pagal sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programas ugdomų ir (ar) rengiamų asmenų sportinių pasiekimų vertinimas atliekamas vadovaujantis Sportinio ugdymo plano priede nustatytais meistriskumo rodikliais.

25.1. olimpinėse žaidynėse, pasaulio ir Europos čempionatuose galioja 5 metus nuo pasiekto rezultato dienos;

25.2. tarptautinėse suaugusių, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių varžybose, Lietuvos Respublikos suaugusių, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių čempionatų varžybose – 3 metus nuo pasiekimo dienos;

25.3. kitose varžybose – 2 metus nuo pasiekimo dienos.

26. Komandinių sporto šakų meistriskumo pakopos galioja iki 25.1-3 punktuose nurodyto laikotarpio rugpjūčio 31 d.

27. Sporto centre taikomos mokinių pažangos vertinimo formos: įvairūs testai, varžybos.

28. Ugdytinio parengtumo kontrolė vykdoma du kartus per metus – rudenį ir pavasarį.

29. Pradinio rengimo grupių (kurioms nėra oficialių varžybų) ir neformaliojo ugdymo grupių pasiekimai vertinami pagal ugdymo grupės testavimų rezultatus (kontrolinius normatyvus, kuriuos nusimato treneris).

30. Ugdymo grupių treniruočių ir varžybų proceso apskaita vedama mokomojo sportinio darbo planavimo žurnaluose arba elektroninėse lankomumo sistemose. Treneriai fiksuoja ugdomąją veiklą nuo rugsėjo 1 d. iki rugpjūčio 31 dienos. Už žinių teisingumą atsako treneris.

V SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO IR (AR) RENGIMO TRUKMĖ IR APIMTIS

31. Mokinių sportinis ugdymas organizuojamas vadovaujantis Sporto centro nuostatais, Sportinio ugdymo planu, metiniais mokomųjų treniruočių planais, sporto šakų metiniais varžybų kalendoriais ir nuostatais, treniruočių ir varžybų tvarkaraščiais, mokomojo sportinio darbo planavimo ir apskaitos žurnalais ir kitais normatyviniais aktais.

32. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupėms ugdymui ir (ar) rengimui skiriamas maksimalus kontaktinių akademinų ugdymo ir (ar) rengimo valandų skaičius per savaitę pagal sporto šakas ir (arba) disciplinas, nurodytas sportinio ugdymo plano priede, jei grupė visiškai atitinka sportinio ugdymo plano priede nurodytus reikalavimus. Trenerio prašymu sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupės ugdymui gali būti skiriamas mažesnis nei maksimalus valandų skaičius per savaitę.

33. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programų pradinio rengimo etapas per metus trunka 44 savaites, meistriskumo ugdymo etapas – 46 savaites, meistriskumo tobulinimo ir aukšto meistriskumo ugdymo etapai – po 48 savaites.

34. Sportininkų mokymas organizuojamas ištisus metus, atsižvelgiant į sporto šakos treniruotės proceso periodizavimo ypatumus.

35. Sportinio ugdymo grupių individualių sporto šakų ir (arba) disciplinų asmenims varžybų dienų skaičius per metus pradinio rengimo etape turėtų būti ne mažesnis kaip 4 varžybų dienos, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų; meistriskumo ugdymo etape – individualių sporto šakų ir (arba) disciplinų asmenims varžybų dienų skaičius per

metus turėtų būti ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 20 varžybų dienų; meistriskumo 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; aukšto meistriskumo etape – individualiųjų sporto šakų ir (arba) disciplinų asmenims varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 20 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 40 varžybų dienų.

36. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programų grupių asmenims rekomenduojamas mokomųjų sporto stovyklų skaičius pradinio rengimo etape yra ne mažiau kaip trys 8–10 dienų stovyklos per metus, meistriskumo ugdymo etape – ne mažiau kaip keturios 10–12 dienų stovyklos per metus, meistriskumo tobulinimo etape – ne mažiau kaip keturios 10–14 dienų stovyklos per metus, aukšto meistriskumo ugdymo etape – ne mažiau kaip penkios 14–18 dienų stovyklos per metus.

37. Trenerį atostogų ar komandiruotės metu gali pakeisti kitas pavaduojantis treneris pagal direktoriaus įsakymą.

38. Pagrindinės sportininkų ugdymo formos yra šios: teorinės ir praktinės sportinio ugdymo treniruotės sporto bazėje, sporto stovyklose, dalyvavimas varžybose, testai, kontrolinių normatyvų patikrinimai. Gali būti organizuojami seminarai, diskusijos, ekskursijos, varžybų, rungtynių stebėjimai.

39. Sportinio ugdymo grupės treniruotės minimali trukmė - 45 minutės. Maksimali treniruočių trukmė priklauso nuo trenerio grupinio ar individualiojo ugdymo plano reikalavimų. Varžybų laikas, įskaitomas į ugdymo treniruočių laiką. Treneriams vienai kontaktinei akademiniai valandai pasirengti numatoma 15 minučių, kurios įskaitomos į trenerio darbo laiką.

40. Sporto centro treniruočių vykdymo aplinka: sporto salė, bokso salė, sunkiosios atletikos salė, dziudo salė, stadionas (Sporto g. 1), dziudo salė (Jaunimo g. 8), baidarių irklavimo salė, lengvosios atletikos metimų salė, sporto salė (Parko g. 9), baidarių irklavimo ir buriavimo bazė (Marių g. 9c), baseinai (Jaunimo g. 8 ir Mokolų g. 61), sporto salė (Gamyklų g. 1), sporto salė (Vytauto g. 47 K1), sporto salė (P.Armino g. 94 K2), daugiafunkcinis sporto maniežas (Kauno g. 125), Marijampolės švietimo įstaigų nuomojamos patalpos.

41. Sportinio ugdymo metu naudojamas atitinkamos sporto šakos treniruotėms reikalingas sportinis inventorių, įranga ir kitos priemonės.

VI SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO PLANO RENGIMAS IR DERINIMAS

42. Rengiant sportinio ugdymo ir (ar) rengimo planą turi būti atsižvelgiama į:

42.1. trenerių kvalifikaciją;

42.2. ugdomų ir (ar) rengiamų asmenų specialiuosius poreikius;

42.3. ugdymo ir (ar) rengimo grupių specifinius poreikius;

43. Sportinio ugdymo procesas gali vykti darbo dienomis po pamokų, poilsio ir švenčių dienomis ir per asmenų atostogas;

44. Treniruočių laiką ir vietą nurodo treniruočių tvarkaraščiai, o dalyvavimo sporto varžybose – varžybų nuostatai, varžybų tvarkaraščiai ir (ar) protokolai. Treniruočių tvarkaraščiai rengiami pagal nustatytas ar patvirtintas savaitines darbo valandas.

45. Sportinio ugdymo plano projektas derinamas su įstaigos savininko teises ir pareigas įgyvendinančia institucija ar jos įgaliotu asmeniu. Sportinio ugdymo planas įstaigos vadovo turi būti patvirtintas iki sportinio ugdymo ir (ar) rengimo proceso pradžios.

46. Organizacija neprivalo kasmet atnaujinti sprendimo dėl sportinio ugdymo ir (ar) rengimo organizavimo, jeigu jis atitinka Rekomendacijose nustatytus reikalavimus ir įstaigos ar

organizacijos išskeltus tikslus ir uždavinius.

VII SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO IR (AR) RENGIMO YPATUMAI

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

48. Fizinio aktyvumo ir aukšto sportinio meistriškumo sporto pratybas lankantys ir sporto varžybose dalyvaujantys asmenys privalo periodiškai tikrintis sveikatą asmens sveikatos priežiūros įstaigose. Sveikatos tikrinimo reikalavimus asmenims, periodiškumą ir tvarką nustato sveikatos apsaugos ministras.

49. Buriavimo, baidarių ir kanojų irklavimo sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupių asmenys pirmiausia turi būti išmokyti plaukti.

50. Pasirinkę siūlomą Sporto centro sporto šakos programą sportuoti norinčių vaikų, paauglių ir jaunuolių tėvai (globėjai) pateikia prašymą, kuriame nurodoma: vaiko vardas, pavardė, gimimo data, gyvenamoji vieta, tėvų kontaktai, sporto šaka, kurią vaikas pasirinko bei kita Sporto centrui reikalinga informacija;

51. Sportininkai priimami į Sporto centrą ir atleidžiami direktoriaus įsakymu ir sudarant sportinio ugdymo sutartį, kuri registruojama dokumentų valdymo sistemoje.

52. Sportinio ugdymo metu dėl traumos ar ligos (esant sveikatos priežiūros įstaigos pažymai) sportinio ugdymo atskirų sporto šakų arba sporto šakų disciplinų programų pradinio rengimo etapo ugdymo grupėje ugdytinių skaičius gali sumažėti 3 asmenimis, meistriškumo ugdymo etapo ugdymo grupėje – 2 asmenimis, o meistriškumo tobulinimo etapo ugdymo grupėje – 1 asmeniu.

53. Trenerių atostogų grafikas sudaromas taip, kad sporto pratybų procesas vyktų nenutrūkstamai ir planuotu laiku. Trenerio prašymu atostogos gali būti suteikiamos kitu laiku pagal darbuotojo ir darbdavio susitarimą.

Trenerių atostogos numatomos:

Nr.	Ugdymo programos pavadinimas	Atostogų pradžia-pabaiga
1.	Baidarių ir kanojų irklavimas	Spalis – lapkritis- gruodis
2.	Boksas	Birželis - liepa – rugpjūtis
3.	Dziudo	Birželis - liepa – rugpjūtis
4.	Buriavimas	Spalis – lapkritis- gruodis
5.	Imtynės	Birželis - liepa – rugpjūtis
6.	Krepšinis	Birželis - liepa – rugpjūtis
7.	Lengvoji atletika	Birželis - liepa – rugpjūtis
8.	Regbis	Birželis - liepa – rugpjūtis
9.	Sunkioji atletika	Birželis - liepa – rugpjūtis
10.	Šachmatai	Birželis - liepa – rugpjūtis
11.	Tinklinis	Birželis - liepa – rugpjūtis
12.	Šaškės	Birželis - liepa – rugpjūtis
13.	Plaukimas	Birželis - liepa – rugpjūtis
14.	Gimnastika	Birželis - liepa – rugpjūtis
15.	Stalo tenisas	Birželis - liepa – rugpjūtis
16.	Badmintonas	Birželis - liepa – rugpjūtis

54. Paskelbus ekstremalią padėtį, keliančią pavojų mokinių sveikatai ir gyvybei, Sporto centras priima sprendimus dėl ugdymo proceso koregavimo.

Aprobuota
Marijampolės sporto centro
Trenerių tarybos susirinkime
2022-08-22