PATVIRTINTA

Akmenės rajono sporto centro direktoriaus

2020 m. rugsėjo d.

įsakymu Nr. 1.3 - V

**AKMENĖS RAJONO SPORTO CENTRO**

**2020–2021 MOKSLO METŲ UGDYMO PLANAS**

1. **BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. 2020–2021 mokslo metų ugdymo planas reglamentuoja Akmenės rajono sporto centro (toliau – Centras) neformaliojo ugdymo bokso, futbolo, krepšinio, lengvosios atletikos, stalo teniso programų įgyvendinimą. Ugdymo planu siekiama:

1.1. tikslingai planuoti ir organizuoti ugdymą;

1.2. nustatyti sportininkų ir ugdymo valandų skaičių grupėse.

2. Sudarydamas ir įgyvendindamas ugdymo planą, Centras vadovaujasi Neformaliojo vaikų švietimo koncepcija, patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2005-12-30 įsakymu Nr. ĮSAK-2695 (Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2012 m. kovo 29 d. įsakymo Nr. V- 554 redakcija), Lietuvos higienos norma HN 20:2018 „Neformaliojo vaikų švietimo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“, patvirtinta Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2012 m. birželio 25 d. įsakymu Nr. V-599 (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2018 m. birželio 15 d. įsakymo Nr. V-696 redakcija), Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatymo NR. I-1151 nauja redakcija patvirtinta 2018 m. spalio 18 d. Nr. XIII-1540, 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” (nauja redakcija 2020 m. rugpjūčio 25 įsakymu Nr. V-1284) (toliau Rekomendacijos), Mokymo nuotoliniu ugdymo proceso organizavimo būdu kriterijų aprašu, patvirtintu Respublikos Švietimo, Mokslo ir Sporto ministro 2020 m. liepos 3 d. įsakymu Nr. V-1006 „ Dėl mokymo nuotoliniu ugdymo proceso organizavimo būdu kriterijų aprašo patvirtinimo“, Akmenės rajono sporto centro nuostatais, patvirtintais Akmenės rajono savivaldybės tarybos 2014 m. spalio 30 d. sprendimu Nr. T-217.

1. **UGDYMO PROCESO ORGANIZAVIMAS**

3. Ugdymo procesas prasideda 2020 m. rugsėjo 1 d. ir baigiasi 2021 m. rugpjūčio 31 d. Mokslo metai trunka 10 mėnesių. Mokinių atostogos ( atsižvelgiant į varžybų tvarkaraščius) planuojamos liepos - rugpjūčio mėnesiais.

4. Mokytojai dirba pagal direktoriaus patvirtinamą grafiką iki šešių dienų per savaitę.

5. Ugdymas organizuojamas mokymo grupėmis ir individualiai. Vieną ar kitą ugdymo rūšį mokytojas pasirenka, atsižvelgdamas į sportininko meistriškumo lygį, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus. Pagrindinės sportininkų mokymo formos yra šios: teorinės ir praktinės mokomosios pratybos vietos sporto bazėje ir sporto stovyklose, dalyvavimas varžybose, testai, kontrolinių normatyvų patikrinimai. Gali būti organizuojami seminarai, diskusijos, ekskursijos, varžybų, rungtynių stebėjimai.

6. Atskirų grupių ugdymo programas rengia sporto šakų mokytojai.

7. Planuodamas ugdymo turinį mokytojas planuoja ir mokinių pažangos bei pasiekimų vertinimą, jį sieja su mokymo tikslais, atsižvelgdamas į mokinių ugdymo(si) gebėjimus.

8. Sportininkams mokymo proceso metu balai nerašomi. Sportininkų pasiekimai – tai jų užimtos vietos varžybose. Atsižvelgiant į šiuos rezultatus, sportininkams suteikiamos meistriškumo pakopos.

9. Sportininkų rengimas skirstomas į 3 etapus:

9.1. I etapas: pradinis rengimas (PR) . Pradinio rengimo etapas skiriamas 6-13 metų mokiniams ir trunka 2 metus (amžius ir etapo terminas priklauso nuo sporto šakos specifikos). Šiame etape atliekamas fizinio ugdymo, sveikatingumo ir auklėjamasis darbas, skirtas fiziniam pasirengimui, sporto šakos technikos pagrindų įgijimui, kontrolinių normatyvų įvykdymui, siekiant patekti į meistriškumo ugdymo etapą.

9.2. II etapas: meistriškumo ugdymo etapas (MU). Šis etapas skiriamas 9-18 metų mokiniams ir trunka 4-5 metus (amžius ir etapo terminas priklauso nuo sporto šakos specifikos). Šiame etape toliau atliekamas fizinio ugdymo, sveikatingumo ir auklėjamasis darbas, skirtas pasirengimui, sporto šakos technikos tobulinimui, kontrolinių normatyvų įvykdymui, siekiant patekti į meistriškumo tobulinimo etapą.

9.3. III etapas: meistriškumo tobulinimo etapas (MT). Šis etapas skiriamas 12-19 metų sportininkams, atlikusiems ne trumpesnį kaip 3-5 metų būtinąjį pasirengimą ir įvykdžiusiems kontrolinius bendrojo fizinio ir specialaus pasirengimo normatyvus. Trukmė 3-4 metai.

10. Sportininkų ugdymo procesas organizuojamas laisvalaikiu: po pamokų, poilsio ir švenčių dienomis, atostogų metu.

10.1. Sporto pratybų minimali trukmė – 45 minutės. Maksimali pratybų trukmė priklauso nuo pedagogo grupinio ar individualiojo mokymo plano reikalavimų. Teorinių paskaitų, mokomųjų pratybų ar kitų mokymo pratybų laiką ir vietą nurodo treniruočių tvarkaraščiai, patvirtinti direktoriaus įsakymais. Dalyvavimas sporto varžybose organizuojamas pagal atskirų sporto šakų federacijų nuostatus ir tvarkaraščius, kvietimus į draugiškus turnyrus.

10.2. Paskelbus ekstremalią padėtį, keliančią pavojų mokinių gyvybei ar sveikatai, nustačius ypatingąją epidemiologinę padėtį, dėl staigaus ir neįprastai didelio užkrečiamųjų ligų išplitimo viename ar keliuose administraciniuose teritoriniuose vienetuose, taip pat oro temperatūrai esant minus 20 °C (pradinio rengimo grupių), minus 25 °C ar žemesnei (meistriškumo ugdymo grupių) arba 30 °C ar aukštesnei į treniruotes mokiniai gali neiti. Šios dienos įskaičiuojamos į mokymosi dienų skaičių. Žurnaluose žymimos datos ir parašoma “Treniruotės dėl…vyko nuotoliniu būdu”. Šiais atvejais Centras priima sprendimą dėl ugdymo proceso koregavimo.

10.3. Mokytojai ugdomąją veiklą nuo rugsėjo 1 dienos iki rugpjūčio 31 dienos, išskiriant konkrečias atostogų datas, fiksuoja elektroniniame TAMO dienyne.

10.4. Mokinių rudens, Kalėdų, Velykų atostogų metu treniruotės gali būti vykdomos pagal atskirą tvarkaraštį suderintą su Centro direktoriumi.

10.5. Grupių komplektavimas :

10.5.1 į pradinio rengimo pirmų metų ugdymo grupes priimami visi norintys mokiniai nuo 7 iki 18 metų;

10.5.2 į Centre kultivuojamų sporto šakų pradinio rengimo antrų metų, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo ir didelio meistriškumo laisvas vietas grupėse mokiniai priimami vadovaujantis Centro mokymo grupių komplektavimo tvarkos aprašu ir jo 1 priede nustatytais reikalavimais, atsižvelgiant į mokinio fizinius duomenis, sveikatos būklę, Centro materialinę bazę, finansinius išteklius, programų pasiūlą.

10.5.3 grupės sudaromos pagal mokinių užimtą vietą arba pasiektą rezultatą varžybose, vadovaujantis meistriškumo pakopų rodikliais, nurodytais sportinio ugdymo organizavimo Rekomendacijų 1 priede.

10.5.4 grupės sudaromos mokslo metams:

* naujos pradinio rengimo grupės sudaromos kasmet iki spalio 25 d.;
* priėmimas į laisvas vietas grupėse tęsiamas ištisus metus.

10.5.5 nesurinkus Rekomendacijose nustatyto mažiausio mokinių skaičiaus grupė gali būti iškomplektuota.

1. **SPORTINIO UGDYMO ORGANIZAVIMO FORMOS IR PRIEMONĖS**

11. Sportininkų mokomųjų treniruočių planas, atsižvelgiant į sportininkų amžių ir meistriškumą, sudaromas apimant šias ugdymo formas:

11.1. Teorinis mokymas.

11.2. Praktinis mokymas ( fizinis rengimas, technikos tobulinimas, taktinis rengimas).

11.3. Kontroliniai testai (fizinio pasirengimo, technikos atlikimo).

11.4. Dalyvavimas sporto varžybose.

11.5. Dalyvavimas stovyklose.

12. Sportininkų ugdymas organizuojamas Akmenės rajono sporto bazėse arba esant paskelbtai ekstremaliai situacijai (pandemija, karantinas ar pan.) ugdymas gali būti organizuojamas ir vykdomas nuotoliniu būdu:

12.1. Teorinis mokymas organizuojamas Centro patalpose ar kitų Akmenės rajono švietimo įstaigų sporto salėse arba nuotoliniu būdu naudojant skaitmenines IT priemones.

12.2. Praktinis mokymas organizuojamas Centro ir Akmenės rajono švietimo įstaigų sporto salėse bei stadionuose, panaudojant pasirinktai sporto šakai skirtą specialų sportinį inventorių arba nuotoliniu būdu naudojant skaitmenines IT priemones.

12.3. Kontroliniai testai atliekami pagal atskirų sporto šakų specifiką Akmenės rajono sporto bazėse arba nuotoliniu būdu naudojant skaitmenines IT priemones.

12.4. Dalyvavimas varžybose vyksta atskirų sporto šakų federacijų, asociacijų varžybų nuostatuose, kalendoriuose, tvarkaraščiuose numatytose sporto bazėse paskirtu laiku.

12.5. Sporto stovyklų vykdymas.

1. **UGDYMO TURINIO PLANAVIMO, SPORTININKŲ PAŽANGOS IR PASIEKIMŲ VERTINIMAS**

13.Atskirų mokymo grupių ugdymo programas rengia mokytojai.

14. Planuodamas ugdymo turinį mokytojas atsižvelgia į sportininkų fizinį pasirengimo lygį, technikos gebėjimus ir pasiekimus, jį sieja su tikslais ir uždaviniais.

15. Pasiekimų ir pažangos vertinimas yra grindžiamas individualios pažangos vertinimo principu, lyginami dabartiniai pasiekimai su ankstesniais, stebima ir vertinama pažanga kontrolinių normatyvų testavime.

16. Ugdymo pažangai vertinti taikomi šie vertinimo metodai: formuojamasis, testavimas ir apibendrinamasis:

16.1. formuojamasis vertinimas atliekamas žodžiu, komentaru, nuolat bendradarbiaujant mokiniui ir mokytojui. Siekiama pastiprinti daromą pažangą, numatyti perspektyvą, skatinti mokinį analizuoti savo pasiekimus ir kelti sportinio ugdymosi motyvaciją.

16.2. testavimas taikomas siekiant išsiaiškinti auklėtinio tam tikro ugdymosi laikotarpio (baigus ciklą ar jo dalį) pasiekimus ir pažangą;

16.3. apibendrinamasis vertinimas taikomas mokslo metų pabaigoje. Apibendrinami testavimo vertinimo rezultatai, dalyvavimo varžybose, renginiuose, projektuose rezultatai.

16.4. sportininkų fizinių savybių, funkcinių rodiklių lygis nustatomas vadovaujantis 2016-09-01 Akmenės rajono sporto centro direktoriaus įsakymu Nr. 1.3 – 56V patvirtintu Akmenės rajono sporto centro mokymo grupių komplektavimo tvarkos aprašu ir jo 1 priedu.

1. **2020–2021 MOKSLO METŲ GRUPIŲ KOMPLEKTAI PAGAL SPORTO ŠAKAS**

17. BOKSAS (dvikovės sporto šaka)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Mokymo grupės | Amžius | Auklėtinių skaičius | Savaitinių valandų skaičius | Lytis |
| MU2 | 12-18 | 12 | 8 | V |
| **1** |  | **12** | **8** |  |

18. FUTBOLAS (sporto žaidimai)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Mokymo grupės | Amžius | Auklėtinių skaičius | Savaitinių valandų skaičius | Lytis |
| PR1 | 7-10 | 16 | 7 | MV |
| PR2 | 7-10 | 16 | 9 | MV |
| MU1 | 10-11 | 16 | 10 | MV |
| MU2 | 8-14 | 16 | 10 | MV |
| MU2 | 12-13 | 16 | 10 | MV |
| MT1 | 16 ir vyr. | 16 | 8 | V |
| **6** |  | **96** | **54** |  |

19. KREPŠINIS (sporto žaidimai)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Mokymo grupės | Amžius | Auklėtinių skaičius | Savaitinių valandų skaičius | Lytis |
| PR1 | 7-10 | 15 | 6 | MV |
| PR2 | 8-9 | 15 | 7 | V |
| MU1 | 10-11 | 15 | 9 | V |
| MU2 | 12-13 | 15 | 10 | V |
| MU4 | 13-16 | 14 | 12 | M |
| MU4 | 14-16 | 14 | 12 | V |
| **6** |  | **88** | **56** |  |

20. LENGVOJI ATLETIKA

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Mokymo grupės | Amžius | Auklėtinių skaičius | Savaitinių valandų skaičius | Lytis |
| MU 1 | 11-18 | 10 | 10 | MV |
| MU 1 | 14-18 | 10 | 10 | MV |
| **2** |  | **20** | **20** |  |

21. STALO TENISAS (sporto žaidimas)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Mokymo grupės | Amžius | Auklėtinių skaičius | Savaitinių valandų skaičius | Lytis |
| PR2 | 8-13 | 11 | 6 | MV |
| MT1 | 12-16 | 6 | 16 | MV |
| **2** |  | **17** | **22** |  |

1. **SPORTO RENGINIŲ IR VARŽYBŲ KALENDORIUS**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Eil. Nr.** | **Varžybų pavadinimas** | **Data** | **Vieta** | **Vykdytojai** |
| 1. | Lietuvos suaugusiųjų, jaunimo, jaunių ir jaunučių bokso čempionatai. | Pagal federacijos pateiktą kalendorių | Pagal čempionatų nuostatus | Bokso mokytojai |
| 2. | Lietuvos Respublikos rajonų suaugusiųjų, jaunimo, jaunių ir jaunučių bokso čempionatai | Pagal federacijos pateiktą kalendorių | Pagal čempionatų nuostatus | Bokso mokytojai |
| 3. | Lietuvos jaunių, jaunučių žaidynės (atskirų sporto šakų) | Pagal pateiktą kalendorių | Pagal nuostatus ir tvarkaraščius | Mokytojai |
| 4. | Lietuvos vaikų futbolo čempionatai. | Pagal asociacijos čempionatų nuostatus ir tvarkaraščius | Pagal asociacijos čempionatų nuostatus ir tvarkaraščius | Futbolo mokytojai |
| 5. | Lietuvos vaikų salės futbolo čempionatai. | Pagal asociacijos čempionatų nuostatus ir tvarkaraščius | Pagal asociacijos čempionatų nuostatus ir tvarkaraščius | Futbolo mokytojai |
| 6. | LFF Šiaulių apskrities III lygos pirmenybės | Pagal apskrities futbolo federacijos tvarkaraštį | Pagal apskrities futbolo federacijos tvarkaraštį | Futbolo mokytojai |
| 7. | Šiaulių apskrities futbolo federacijos salės pirmenybės | Pagal apskrities futbolo federacijos tvarkaraštį | Pagal apskrities futbolo federacijos tvarkaraštį | Futbolo mokytojai |
| 8. | Akmenės rajono salės futbolo pirmenybės | Lapkričio-vasario mėnesiais | Sporto rūmai | Sporto centras |
| 9. | Lietuvos moksleivių krepšinio lygos čempionatai | Pagal MKL pateiktą tvarkaraštį | Pagal MKL tvarkaraštį | Krepšinio mokytojai |
| 10. | Lietuvos Regionų krepšinio lyga | Pagal RKL pateiktą tvarkaraštį | Pagal RKL pateiktą tvarkaraštį | Krepšinio mokytojai |
| 11. | Akmenės rajono krepšinio pirmenybės | Lapkričio-kovo mėnesiais | Sporto rūmai | Sporto centras |
| 12. | Lietuvos lengvosios atletikos jaunimo, jaunių, jaunučių, vaikų pirmenybės, čempionatai, taurės varžybos | Pagal LLAF pateiktus nuostatus ir tvarkaraščius | Pagal LLAF pateiktus tvarkaraščius | Lengvosios atletikos mokytojai |
| 13. | Tradicinis bėgimas “Simono Daukanto takais” | Rugsėjo 25 d. | Papilė | Sporto centras |
| 14. | Bėgimas „Europos dienai paminėti“ | Gegužė | Naujoji Akmenė, prie Rasos tvenkinio | Sporto centras |
| 15. | Bėgimas „Smuikelio ritmu“ | Birželis | Akmenės gamtos ir kultūros parkas | Sporto centras |
| 16. | Lietuvos stalo teniso asociacijos jaunimo, jaunių, jaunučių, vaikų čempionatai, pirmenybės. | Pagal asociacijos pateiktus nuostatus ir kalendorių | Pagal asociacijos pateiktą tvarkaraštį | Stalo teniso mokytojas |
| 17. | Žemaitijos stalo teniso lygos pirmenybės | Pagal pateiktus nuostatus ir kalendorių | Pagal pateiktą tvarkaraštį | Stalo teniso mokytojas |
| 18. | Akmenės rajono stalo teniso pirmenybės | Sausis-vasaris | Pagal tvarkaraštį | Sporto centras |
| 19. | Lietuvos Mokyklų žaidynės Akmenės rajone | 2020-2021 m. m. | Pagal tvarkaraštį | Sporto centras, bendrojo lavinimo mokyklų mokytojai, sporto centro mokytojai |
| 20. | Dalyvavimas turnyruose | Pagal iškvietimus |  | Sporto centro mokytojai |
| 21. | Turnyrų organizavimas | Pagal poreikį |  | Sporto centras, mokytojai |

1. **UGDYMO SĄLYGOS**

22. Mokytojų atostogų grafikas sudaromas taip, kad sporto užsiėmimų, varžybų, stovyklų procesas vyktų planuotu laiku.

23. Centro sportininkai atstovauja ir garsina Akmenės rajoną dalyvaudami Lietuvos čempionatuose, pirmenybėse, žaidynėse, tarptautinėse varžybose.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

SUDERINTA SUDERINTA

Akmenės rajono sporto centro Akmenės rajono savivaldybės

tarybos protokoliniu nutarimu administracijos 2020 m. spalio d.

2020 m. rugsėjo 3 d. Nr. 2 raštu