

PATVIRTINTA  
Akmenės rajono sporto centro  
direktoriumi  
2024 m. rugpjūčio 30 d.  
įsakymu Nr. V-104

## AKMENĖS RAJONO SPORTO CENTRO 2024-2025 MOKSLO METŲ UGDYMO PLANAS

### I. SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

Akmenės rajono sporto centro 2024–2025 mokslo metų ugdymo planas (toliau – Ugdymo planas) reglamentuoja formalųjį švietimą papildančio ugdymo bokso, futbolo, krepšinio, lengvosios atletikos, stalo teniso pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo ir meistriškumo tobulinimo programų įgyvendinimą.

Akmenės rajono sporto centras (toliau – Centras) sudarydamas ir įgyvendindamas Ugdymo planą vadovaujasi:

- ✓ Lietuvos Respublikos sporto įstatymu (Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatymo Nr. I-1151 nauja redakcija, patvirtinta 2022 m. sausio 18 d. Nr. XIV-908),
- ✓ 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“ ir visomis jo redakcijomis.
- ✓ Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2005 m. gruodžio 30 d. įsakymu Nr. ISAK–2695 patvirtinta Neformaliojo vaikų švietimo koncepcija,
- ✓ 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. įsakymu Nr. V-696 redakcija),
- ✓ Akmenės rajono sporto centro nuostatais, patvirtintais Akmenės rajono savivaldybės tarybos 2014 m. spalio 30 d. sprendimu Nr. T-217,
- ✓ Akmenės rajono sporto centro 2020–2022 m. strateginiu veiklos planu, patvirtintu Akmenės rajono sporto centro direktoriaus 2020 m. vasario 13 d. įsakymu Nr. 1.3-6Av
- ✓ Akmenės rajono savivaldybės formalųjį švietimą papildančio ugdymo mokyklų veiklos organizavimo tvarkos aprašu, patvirtintu Akmenės rajono savivaldybės tarybos 2024 m. birželio 25 d. sprendimu Nr. T- 181,
- ✓ Akmenės rajono savivaldybės mokymo nuotoliniu ugdymo proceso organizavimo būdu kriterijų aprašu, patvirtintu Akmenės rajono savivaldybės tarybos 2020 m. rugpjūčio 31 d. sprendimu Nr. T-148,
- ✓ Ugdymo procesas nuotoliniu būdu organizuojamas vadovaujantis Akmenės rajono sporto centro ugdymo proceso organizavimo nuotoliniu būdu tvarkos aprašu, patvirtintu Akmenės rajono sporto centro direktoriaus 2020 m. kovo 20 d. įsakymu Nr.1.3 –10a V.

1. Ugdymo planu siekiama – veiksmingai planuoti, organizuoti ir sėkmingai įgyvendinti kultivuojamų sporto šakų formalųjį švietimą papildančias ir neformaliojo švietimo programas, apibrėžti bendruosius ugdymo programų įgyvendinimo reikalavimus ugdymo procesui organizuoti.

2. Ugdymo plano uždaviniai:

2.1. tikslingai ir veiksmingai planuoti, organizuoti ir įgyvendinti sporto šakų programas pagal mokinių poreikius,

2.2. nustatyti sportininkų ir ugdymo valandų skaičių bokso, futbolo, krepšinio, lengvosios atletikos, stalo teniso grupėse,

2.3. diferencijuoti ir individualizuoti mokinių ugdymą pagal mokinių meistriškumo pakopų rodiklius.

3. Ugdymo planas numato galimybę vykdyti formalųjį švietimą papildančio sporto ugdymo programas ir projektus, siekiant reprezentuoti ir aktyvinti Akmenės rajono sportinį gyvenimą, tenkinant mokinių ugdymosi, gabumų atskleidimo, saviraiškos poreikius.

4. Centro ugdymo turinio kūrimas grindžiamas įstaigos bendruomenės – mokytojų, mokinių ir jų tėvų (globėjų, rūpintojų) – bendradarbiavimu ir demokratinėmis nuostatomis.

5. Ugdymo planas tvirtinamas direktoriaus įsakymu, derinamas su Centro taryba bei Akmenės rajono savivaldybės vykdomąja institucija.

6. Su Centro Ugdymo planu supažindinama bendruomenė, jis yra skelbiamas Centro internetinėje svetainėje [www.akmenesc.lt](http://www.akmenesc.lt).

## **II. SKYRIUS UGDYMO PROCESO ORGANIZAVIMAS**

7. Ugdymo procesas Centre prasideda 2024-09-01 ir baigiasi 2025-08-31.

8. Ugdymo proceso trukmė: pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo ir aukšto meistriškumo ugdymo grupėse – po 37 savaites arba 185 ugdymo dienos. Nuo birželio 1 d. gali būti vykdoma projektinė ir sportinė veikla, stovyklos, pasiruošimas varžyboms ir čempionatams bei dalyvavimas juose.

9. Mokytojai dirba iki šešių dienų per savaitę.

10. 2024-2025 mokslo metais Centre auklėtiniai gali lankyti šių sporto šakų ilgalaikes ugdymo programas: bokso, futbolo, krepšinio, lengvosios atletikos, stalo teniso, sportinių šokių (rungtynių šokių).

11. Centre mokslo metai skirstomi pusmečiais: pirmasis pusmetis: nuo rugsėjo 1 d. iki gruodžio 31 d., antrasis pusmetis nuo sausio 1 d. iki ugdymo proceso pabaigos.

12. Ugdymas organizuojamas mokymo grupėmis ir individualiai. Vieną ar kitą ugdymo rūšį mokytojas pasirenka, atsižvelgdamas į sportininko meistriškumo lygį, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus.

13. 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. Atsižvelgiant į varžybų kalendorių sportiniai užsiėmimai gali būti vykdomi plaukimo baseine, suderinus su įstaigos vadovu nemažiau nei prieš 14 kalendorinių dienų ir neviršyti 20 procentų bendro treniruočių skaičiaus per mokslo metus.

14. Atskirų grupių ugdymo planus rengia sporto šakų mokytojai. Planuodamas ugdymo turinį mokytojas planuoja ir mokinių pažangos bei pasiekimų vertinimą, jį sieja su mokymo tikslais, atsižvelgdamas į mokinių ugdymo(si) gebėjimus.

15. Sportininkams mokymo proceso metu balai nerašomi. Sportininkų pasiekimai – tai jų užimtos vietos varžybose. Atsižvelgiant į šiuos rezultatus, sportininkams suteikiamos meistriškumo pakopos. Meistriškumo pakopos suteikiamos vadovaujantis Akmenės rajono sporto centro mokymo grupių komplektavimo tvarkos aprašu, patvirtintu Akmenės rajono sporto centro direktoriaus 2022 m. rugsėjo 2 d. įsakymu Nr.V-103.

16. Sportininkų rengimas skirstomas į 3 etapus:

16.1. I etapas: pradinis rengimas (toliau - PR). Šis 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 pasirėngimui, sporto šakos technikos pagrindų įgijimui, kontrolinių normatyvų įvykdymui, siekiant patekti į meistriškumo ugdymo etapą.

16.2. II etapas: meistriškumo ugdymo etapas (toliau - MU). Šis etapas skiriamas 11 metų ir vyresniems 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 pasirėngimui, sporto šakos technikos tobulinimui, kontrolinių normatyvų įvykdymui, siekiant patekti į meistriškumo tobulinimo etapą.

16.3. III etapas: meistriskumo tobulinimo etapas (toliau - MT). Šis etapas skiriamas 13 metų ir vyresniems sportininkams, atlikusiems ne trumpesnę kaip 3-5 metų būtinąjį pasirengimą ir įvykdžiusiems kontrolinius bendrojo fizinio ir specialaus pasirengimo normatyvus. Trukmė 3-4 metai.

17. Sportininkų mokymas organizuojamas laisvalaikiu: po pamokų, poilsio ir švenčių dienomis, mokinių atostogų metu:

17.1. 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. Dalyvavimas sporto varžybose pagal atskirų sporto šakų federacijų nuostatus ir tvarkaraščius, kvietimus į draugiškus turnyrus.

17.2. Mokinių atostogos liepos-rugpjūčio mėnesiais (atsižvelgiant į varžybų tvarkaraščius).

17.3. Mokinių veikla fiksuojama įstaigos valdymo platformoje STATS4SPORT. Mokytojai fiksuoja ugdomąją veiklą nuo rugsėjo 1 dienos iki rugpjūčio 31 dienos.

17.4. Mokinių rudens, Kalėdų, Velykų atostogų metu treniruotės ir kiti su neformaliuoju ugdymu susiję renginiai gali būti vykdomi pagal atskirą tvarkaraštį, suderintą su Sporto centro direktoriumi.

### **III SKYRIUS**

#### **UGDYMO ORGANIZAVIMAS KARANTINO LAIKOTARPIU AR ESANT YPATINGOMS APLINKYBĖMS, DĖL KURIŲ UGDYMO PROCESAS NEGALI BŪTI ORGANIZUOJAMAS KASDIENIU MOKYMO PROCESO ORGANIZAVIMO BŪDU**

18. Ugdymas karantino, ekstremalios situacijos, ekstremalaus įvykio ar įvykio, keliančio pavojų mokinių sveikatai ir gyvybei, laikotarpiu (toliau – ypatingos aplinkybės) ar esant aplinkybėms, dėl kurių ugdymo procesas negali būti organizuojamas kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu, gali būti koreguojamas/laikinais stabdomas/organizuojamas nuotoliniu mokymo proceso organizavimo būdu, atsižvelgiant į ypatingų aplinkybių ar aplinkybių, dėl kurių ugdymo procesas negali būti organizuojamas kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu, pobūdį ir apimtį.

19. Paskelbus ekstremalią padėtį, keliančią pavojų mokinių gyvybei ar sveikatai, nustačius ypatingą epideminę padėtį, dėl staigaus ir neįprastai didelio užkrečiamųjų ligų išplitimo viename ar keliuose administraciniuose teritoriniuose vienetuose, taip pat oro temperatūrai esant -20 laipsnių šalčio ar žemesnei – 1-5 klasių vaikai, esant -25 laipsnių šalčio ar žemesnei - 6-12 klasių mokiniai į treniruotes gali neatvykti. Oro temperatūrai esant +30 šilumos, treniruotės lauke nevykdomos.

20. Centro direktorius, esant ypatingoms aplinkybėms ar esant aplinkybėms Centre, dėl kurių ugdymo procesas negali būti organizuojamas įprastiniu mokymo proceso organizavimo būdu, priima sprendimus dėl: ugdymo proceso koregavimo, sustabdymo ar vykdymo nuotoliniu būdu.

21. Laikinais sustabdžius ugdymo procesą, Centro direktoriaus sprendimą dėl ugdymo laiko, kuriuo nevyko ugdymo procesas, įskaičiavimo ar neįskaičiavimo į ugdymo dienų skaičių ar dėl jo koregavimo derina su Akmenės rajono savivaldybės vykdomąja institucija ar jos įgaliotu asmeniu. Jei treniruotės nevyko dėl pavojų mokinių sveikatai ar gyvybei keliančių situacijų, dienyne žymimos datos ir pamokos turinio grafoje rašoma „Treniruotė nevyko dėl ...“.

22. Esant ligos pandemijai ar kitoms aplinkybėms, keliančioms pavojų mokinių ir mokytojų sveikatai ar gyvybei, gali būti vykdomas nuotolinis ugdymas. Šios dienos įskaičiuojamos į mokymosi dienų skaičių. Dienyne žymimos datos ir parašoma „Treniruotės dėl...vyko nuotoliniu būdu“. Šiais atvejais centras priima sprendimą dėl ugdymo proceso koregavimo. Minimalus laikas, numatytas ugdymo programoms įgyvendinti, esant ypatingoms aplinkybėms negali būti mažinamas.

23. Ugdymą organizuojant nuotoliniu būdu Centre naudojama: platforma STATS4SPORT, ZOOM programa, uždara „FACEBOOK“ grupė ir/ar „MESSENGER“ programėlė.

24. Centre įvertinama, ar visi mokiniai gali dalyvauti ugdymo procese pasirinkta kita mokymo forma ir būdu, susitariama dėl galimų šios problemos sprendimo būdų, pasirinkimo alternatyvų, galimos pagalbos priemonių, kad visi mokiniai turėtų priėjimą prie mokymosi išteklių.

25. Paskiriamas asmuo, kuris teiks bendrąją informaciją apie ugdymosi proceso organizavimo tvarką, komunikuos kitais svarbiais klausimais (pvz., informacinių komunikacinių technologijų perdavimas mokiniams, pagalbos teikimas diegiant, naudojantis informacinių technologijų programomis

ar pan.) tol, kol neišnyksta ypatingos aplinkybės ar aplinkybės Centre, dėl kurių ugdymo procesas negalėjo būti organizuojamas kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu. Informacija apie tai skelbiama Centro tinklalapyje. Numatoma eiga, kaip pasibaigus ypatingoms aplinkybėms grįžti prie įprasto ugdymo proceso organizavimo.

26. Ugdymo procesas nuotoliniu būdu organizuojamas vadovaujantis Akmenės rajono sporto centro ugdymo proceso organizavimo nuotoliniu būdu tvarkos aprašu, patvirtintu Akmenės rajono sporto centro direktoriaus 2020 m. kovo 20 d. įsakymu Nr.1.3 –10a V.

#### **IV. SKYRIUS**

##### **SPORTINIO UGDYMO ORGANIZAVIMO FORMOS IR PRIEMONĖS**

27. Sportininkų mokomųjų treniruočių planas sudaromas atsižvelgiant į šias ugdymo formas:

27.1. Teorinis mokymas.

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

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

27.4. Dalyvavimas sporto varžybose.

27.5. Dalyvavimas stovyklose.

28. Sportininkų ugdymas organizuojamas Akmenės rajono sporto bazėse:

- Naujosios Akmenės Ramučių gimnazijos sporto salėje ir stadione (Ramučių g. 5, Naujoji Akmenė);

- „Saulėtekio“ progimnazijos sporto salėse, futbolo manieže ir stadione (V. Kudirkos g. 5A ir V. Kudirkos g. 11, Naujoji Akmenė);

- Akmenės gimnazijos sporto salėje ir stadione (Laižuvos g. 7, Akmenė);

- Ventos gimnazijos sporto salėje ir stadione (Ventos g. 13, Venta);

- Papilės Simono Daukanto gimnazijos sporto salėje ir stadione (Ventos g. 15, Papilė);

- Naujosios Akmenės miesto dirbtinės ir natūralios vejos futbolo aikštėse (V. Kudirkos g. 29A);

- Sporto ir sveikatingumo centre (Žemaitijos g. 2, Naujoji Akmenė).

28.1. Teorinis mokymas organizuojamas Centro patalpose, kitų Akmenės rajono švietimo įstaigų sporto salėse ar kitose patalpose.

28.2. Praktinis mokymas organizuojamas Centro ir Akmenės rajono švietimo įstaigų sporto salėse bei stadionuose, panaudojant pasirinktai sporto šakai skirtą specialų sportinį inventorių.

28.3. Kontroliniai testai atliekami pagal atskirų sporto šakų specifiką Akmenės rajono sporto bazėse.

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

28.5. Sporto stovyklų vykdymas Centro bazėse ir kitose vietovėse pagal susitarimus.

29. Centras, pagal turimą finansavimą, aprūpina ugdytinius Ugdymo procese būtinomis sporto įrangos priemonėmis, sporto inventoriumi, varžyboms būtina sporto apranga.

#### **V. SKYRIUS**

##### **UGDYMO TURINIO PLANAVIMAS, SPORTININKŲ PAŽANGOS IR PASIEKIMŲ VERTINIMAS**

30. Atskirų mokymo grupių ugdymo planus rengia mokytojai.

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

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

33. Ugdymo pažangai vertinti taikomi šie vertinimo metodai: formuojamasis, testavimo ir apibendrinamasis:

33.1. 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.

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

33.3. apibendrinamasis vertinimas taikomas baigus mokslo metus. Apibendrinami testavimo vertinimo rezultatai, dalyvavimo varžybose, renginiuose, projektuose rezultatai.

33.4. sportininkų meistriskumo pakopų rodikliai nustatomi vadovaujantis Akmenės rajono sporto centro direktoriaus patvirtintu Akmenės rajono sporto centro mokymo grupių komplektavimo tvarkos aprašo 1 priedu, patvirtintu Akmenės rajono sporto centro direktoriaus 2024 m. rugsėjo 2 d. įsakymu Nr.V-103.

34. Centro vadovas priimdamas mokinius, organizuodamas grupių formavimą, objektyviai įvertina turimus išteklius, sudaro ugdymo kokybei būtinas sąlygas, racionaliai naudoja finansinius išteklius.

35. Įstaigoje formalųjį švietimą papildančio ugdymo programą baigusiam asmeniui išduodamas Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro nustatyto pavyzdžio pažymėjimas (serija NŠ, kodas 9201) Centro nuostatuose numatyta tvarka.

36. Sportinio ugdymo tikslo ir uždavinių įgyvendinimo vertinimo kriterijai:

36.1. ugdymo grupių/mokinių skaičius;

36.2. Centro mokinių meistriskumo pakopų rodikliai;

36.3. Centro sportininkų iškovotos prizinės vietos Lietuvos, čempionatuose/pirmenybėse, tarptautinėse varžybose.

## VI. SKYRIUS UGDYMO PROGRAMŲ ĮGYVENDINIMAS PAGAL SPORTO ŠAKAS

37. BOKSAS (dvikovės sporto šaka)

37.1 Tikslas – suteikti bokso sporto šakos žinių, plėtoti sporto ir bendrąsias kompetencijas, siekti sportinio meistriskumo.

37.2. Uždaviniai:

37.2.1. nuosekliai ir sistemingai ugdyti pagrindinius bokso elementus, panaudojant šiuolaikiškus ugdymo metodus;

37.2.2. tobulinti bokso technikos ir taktikos elementus, kurių įsisavinimas gerina sportininkų parengtumą ir meistriskumą, siekiant atstovauti rajonui šalies ir tarptautinėse varžybose.

37.3. Bokso sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliai ir skiriamų ugdymo valandų skaičius per savaitę (žr. 1 lentelę).

1 lentelė

Mokymo grupės	Amžius	Auklėtinių skaičius	Savaitinių valandų skaičius	Lytis
PR1	10-18	13	6	MV
PR2	10-18	12	8	MV
MU1	10-18	11	8	V
<b>3</b>		<b>36</b>	<b>22</b>	

38. FUTBOLAS (sporto žaidimai).

38.1. Tikslas - futbolo mokymo ir ugdymo paslaugas, tenkinti įvairaus amžiaus vaikų sportavimo, pažinimo ir saviraiškos poreikius, suteikti galimybę prasmingai leisti laisvalaikį, siekti meistriskumo.

38.2. Uždaviniai:

38.2.1. Ugdyti visapusišką asmens požiūrį į sportą, padėti mokiniui suvokti fizinio ugdymo, sporto, sveikatos ryšį;

38.2.2. saugoti ir stiprinti jaunųjų sportininkų sveikatą, ieškoti talentingų futbolui vaikų;

38.2.3. sudaryti galimybę per futbolo žaidimą tenkinti saviraiškos poreikį, tiek merginoms, tiek vaikams;

38.2.4. įvairiapusiškai, originaliai, kompleksiška lavinti ugdytinių fizinio pajėgumo komponentus;

38.2.5. puoselėti sportuojančiųjų bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius, ugdyti savigarbą, pagarbą kitam asmeniui;

38.2.6. rengti futbolininkus atitinkamo amžiaus šalies rinktinėms, rajono vyrų komandoms.

38.3. Futbolo ugdymo grupių sudarymo rodikliai ir skiriamų ugdymo valandų skaičius per savaitę (žr. 2 lentelę).

Mokymo grupės	Amžius	Auklėtinių skaičius	Savaitinių valandų skaičius	Lytis
PR1	7-15	15	6	MV
PR1	8-14	15	6	M
PR2	7-8	15	8	V
MU1	8-9	14	9	MV
MU2	10-11	14	12	MV
MU2	12-14	14	12	MV
MU3	12-17	14	12	V
MT1	16 ir vyr.	14	14	V
MT1	16 ir vyr.	14	14	V
<b>10</b>		<b>160</b>	<b>93</b>	

2 lentelė

39. KREPŠINIS (sporto žaidimai).

39.1. Tikslas – teikti metodines ir praktines krepšinio mokymo ir ugdymo paslaugas, tenkinti įvairaus amžiaus vaikų sportavimo, pažinimo ir saviraiškos poreikius, suteikti galimybę prasmingai leisti laisvalaikį, ugdyti bendravimo bei kitus socialinius poreikius.

39.2. Uždaviniai:

39.2.1. ugdyti visapusišką asmens požiūrį į sportą, padėti ugdytiniui suvokti fizinio ugdymo, sporto, sveikatos ryšį, skatinti sąmoningą fizinį aktyvumą, pratinti sveikai gyventi;

39.2.2. saugoti ir stiprinti jaunųjų sportininkų sveikatą ieškoti talentingų krepšiniui vaikų,

39.2.3. sudaryti mokiniams galimybę per krepšinio žaidimą tenkinti saviraiškos poreikį;

39.2.4. įvairiapusiškai, originaliai, kompleksiška lavinti fizinio pajėgumo komponentus;

39.2.5. mokyti bendrojo lavinimo, parengiamųjų ir specialiųjų žaidimo judesių;

39.2.6. puoselėti vaikų bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius, ugdyti savigarbą, pagarbą kitam asmeniui.

39.3. Krepšinio sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliai ir skiriamų ugdymo valandų skaičius per savaitę (žr. 3 lentelę).

3 lentelė

Mokymo grupės	Amžius	Auklėtinių skaičius	Savaitinių valandų skaičius	Lytis
PR1	6-8	14	7	MV
MU1	9-10	13	10	MV
MU2	15-16	13	14	V
MU5	16 ir vyr.	12	12	V
MU5	16 ir vyr.	12	12	M
MU5	16 ir vyr.	12	10	V
<b>6</b>		<b>76</b>	<b>65</b>	

40. LENGVOJI ATLETIKA (individuali sporto šaka).

40.1. Tikslas – tobulinti bendruosius sportinius gebėjimus, lavinti pasirinktos lengvosios atletikos – bėgimo, šuolių, metimų sporto šakos specifinius individualius sportinius gebėjimus, rengti aukšto

meistriškumo sportininkus.

40.2. Uždaviniai:

40.2.1. supažindinti su lengvosios atletikos taisyklėmis;

40.2.2. lavinti koordinacijos, vikrumo, greitumo, pusiausvyros, lankstumo, jėgos gebėjimus;

40.2.3. dalyvauti pasirinktos lengvosios atletikos sporto šakos varžybose ir siekti sportinių rezultatų;

40.2.4. nuolat įsivertinti sportinį perspektyvumą.

40.3. Lengvosios atletikos sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliai ir skiriamų ugdymo valandų skaičius per savaitę (žr. 4 lentelę).

4 lentelė

Mokymo grupės	Amžius	Auklėtinių skaičius	Savaitinių valandų skaičius	Lytis
MU 1	10-18	10	10	MV
MU 2	10-18	10	12	M
<b>2</b>		<b>20</b>	<b>22</b>	

41. STALO TENISAS (sporto žaidimai).

41.1 Tikslas – suteikti stalo teniso sporto šakos žinių ir raiškos pagrindus, gebėjimus ir įgūdžius, dalykines kompetencijas, ugdant bendruosius ir specialius stalo tenisininkų gebėjimus, formuoti individualų žaidėjo stilių.

41.2. Uždaviniai:

41.2.1. supažindinti stalo tenisininkus su stalo teniso istorija, žaidimo taisyklėmis, teisėjavimo ir varžybų pravedimo tvarka;

41.2.2. tobulinti technikos ir taktikos elementus, kurių įsisavinimas gerina sportininkų parengtumą ir sportinį meistriškumą;

41.2.3. ugdyti mokymosi visą gyvenimą reikalingas dalykines ir bendrąsias kompetencijas – žinių, gebėjimų ir nuostatų visumą, priartinant ugdymo turinį prie gyvenimo aktualijų.

41.3. Stalo teniso sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliai ir skiriamų ugdymo valandų skaičius per savaitę (žr. 5 lentelę).

5 lentelė

Mokymo grupės	Amžius	Auklėtinių skaičius	Savaitinių valandų skaičius	Lytis
PR2	8-16	11	10	MV
MU4	10-17	7	14	MV
<b>2</b>		<b>18</b>	<b>24</b>	

42. SPORTINIAI ŠOKIAI (rungtynių šokiai).

42.1 Tikslas – suteikti sportinių šokių (rungtynių šokių) sporto šakos žinių ir raiškos pagrindus, gebėjimus ir įgūdžius, dalykines kompetencijas, ugdant bendruosius ir specialius sportinių šokių (rungtynių šokių) ugdytinių gebėjimus, suteikti galimybę siekti meistriškumo.

42.2. Uždaviniai:

42.2.1. ugdyti visapusišką asmens požiūrį į sportą, padėti ugdytiniui suvokti fizinio ugdymo, sporto, sveikatos ryšį, skatinti sąmoningą fizinį aktyvumą, pratinti sveikai gyventi;

42.2.2. saugoti ir stiprinti jaunųjų sportininkų sveikatą, ieškoti talentingų moksleivių,

42.2.3. sudaryti mokiniams galimybę per sportinių šokių (rungtynių šokių) sportinius užsiėmimus tenkinti saviraiškos poreikį;

42.2.4. įvairiapusiškai, originaliai, kompleksiskai lavinti fizinio pajėgumo komponentus;

42.2.5. puoselėti vaikų bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius, ugdyti savigarbą, pagarbą kitam asmeniui.

42.3. Sportinių šokių (rungtynių šokių) sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliai ir skiriamų ugdymo valandų skaičius per savaitę (žr. 6 lentelę).

6 lentelė

Mokymo grupės	Amžius	Auklėtinių skaičius	Savaitinių valandų skaičius	Lytis
---------------	--------	---------------------	-----------------------------	-------

PR1	6-11	16	6	MV
PR1	12-17	16	6	MV
<b>2</b>		<b>32</b>	<b>12</b>	

## VII. SPORTINIO UGDYMO SĄLYGOS

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

43. Sporto centro sportininkai atstovauja ir garsina Akmenės rajoną dalyvaudami Lietuvos čempionatuose, pirmenybėse, žaidynėse, tarptautinėse varžybose.

SUDERINTA

Akmenės rajono sporto centro  
tarybos protokoliniu nutarimu  
2024 m. rugpjūčio 30 d. Nr. 3

SUDERINTA

Akmenės rajono savivaldybės  
administracijos 2024 m.     d.  
raštu Nr.