

ŠILALĖS SPORTO MOKYKLOS UGDYMO PLANAS

2019 – 2020 MOKSLO METAMS

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Šilalės sporto mokyklos 2019-2020 mokslo metų ugdymo planas (toliau - Ugdymo planas) reglamentuoja dviračių sporto, sunkiosios atletikos, orientavimosi sporto, futbolo, krepšinio, lengvosios atletikos, stalo teniso, tinklinio, sveikatingumo, rankinio, plaukimo neformaliojo vaikų švietimo, sportinio ugdymo programų įgyvendinimą mokykloje. Ugdymo planu siekiama:

1.1. Nustatyti metinių ir savaitinių valandų skaičių, skirtą sporto šakų programoms įgyvendinti;

1.2. Padėti formuoti ugdymo turinį ir organizuoti procesą taip, kad kiekvienas besimokantysis pasiektų geresnių ugdymosi rezultatų ir įgytų mokymuisi visą gyvenimą būtinų bendrųjų ir dalykinių kompetencijų.

2. Sudarydama ir įgyvendindama ugdymo planą, mokykla vadovaujasi Neformaliojo vaikų švietimo koncepcija, Lietuvos higienos norma HN 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokykla. Bendrieji sveikatos reikalavimai“, Kūno kultūros ir sporto departamento sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis bei vadovaudamasis Šilalės rajono savivaldybės administracijos direktoriaus įsakymu patvirtintu Šilalės rajono sporto mokyklos mokymo grupių komplektavimo tvarkos aprašu ir Šilalės rajono savivaldybės tarybos patvirtintu mokinių priėmimo į Šilalės sporto mokyklą tvarkos aprašu.

3. Mokyklos ugdymo turinio kūrimas grindžiamas mokyklos bendruomenės – mokytojų, mokinių ir jų tėvų bendradarbiavimu ir demokratinėmis nuostatomis.

II. UGDYMO PLANO TIKSLAI, UŽDAVINIAI IR JŲ VERTINIMO KRITERIJAI

4. Mokyklos tikslai:

4.1. Tenkinti mokinių sportinio lavinimosi ir saviraiškos poreikius;

4.2. Ieškoti talentingų sportininkų;

4.3. Auklėti ir skatinti vaikus ir jaunimą būti gerais, dorais ir sąžiningais savo šalies patriotais bei piliečiais.

5. Mokyklos uždaviniai:

5.1. Padėti ugdyti ir lavinti sveiką asmenybę;

5.2. Puoselėti mokinių dvasines, psichines ir fizines galias;

5.3. Diegti visą gyvenimą išliekantį pomėgį ir poreikį sportuoti;

5.4. ruošti sportininkus Mokyklos, rajono, apskrities ir Lietuvos Respublikos rinktinėms.

6. Ugdymo plano tikslas – per sportą skatinti rajono vaikų ir jaunimo saviraišką, turiningą ir prasmingą laiko praleidimą, ieškoti talentingų sportininkų, ruošti juos rajono ir šalies rinktinėms.

7. Ugdymo plano uždaviniai:

7.1. Tikslingai planuoti ir organizuoti ugdymą;

7.2. Pateikti gaires sporto šakų ugdymo programoms įgyvendinti;

7.3. Nustatyti grupių skaičių, valandų skaičių skirtą sporto šakų ugdymo programoms įgyvendinti.

8. Ugdymo plano uždavinių įgyvendinimo vertinimo kriterijai:

8.1. Grupių ir mokinių skaičius Mokyklos sporto šakų ugdymo programose;

8.2. Ugdymo programų etapuose sudarytos optimalios sąlygos mokinių saviraiškai (treniruočių tvarkaraštis, aplinka, inventorius)

8.3. Mokinių pasiekimai (respublikinių varžybų nugalėtojų ir prizininkų, šalies rinktinių narių skaičius, mokinių skaičius, kuriems suteiktos meistriško pakopos).

III. UGDYMO PROCESO ORGANIZAVIMAS

9. Sporto mokykla dirba 6 dienas per savaitę.

10. Treniruotės pradedamos ne anksčiau kaip 12.00 val., savaitgaliais gali vykti ne anksčiau kaip 10 val.

11. Ugdymo procesas mokykloje prasideda rugsėjo 1 d., baigiasi rugpjūčio 31 d. Mokyklos mokinių mokymas organizuojamas remiantis sporto šakų mokymo programomis, metiniais teminiais planais, mokyklos sportinių renginių kalendoriniu planu, atsižvelgiant į sporto šakų treniruotės proceso periodizavimo ypatumus bei kitus kintančius dalykus.

12. Visų Mokyklos sporto šakų ir visų meistriskumo grupių ugdymas (kontaktinis darbas) trunka 44 savaites per metus.

13. Skirtingų sporto šakų programų mokymas ir mokinių bei trenerių-sporto mokytojų atostogos priklauso nuo mokyklos sportinių renginių kalendorinio plano, kuris sudaromas pagal Lietuvos sporto federacijų ir asociacijų metinius planus. Sporto šakų sportinių renginių kalendorinis planas patvirtinamas mokyklos direktoriaus įsakymu. Treneriai-sporto mokytojai dalyvauja kalendorinio plano sudaryme, informuoja mokinius apie sporto varžybas, bei apie planuojamą atostogų laiką. Trenerių – sporto mokytojų atostogos planuojamos taip, kad mokiniai dalyvautų visose sportinių renginių kalendoriniame plane numatytose varžybose. Trenerių – sporto mokytojų atostogos, jų prašymu, gali būti skaidomos į keletą dalių.

14. Mokinių veikla fiksuojama mokymo grupių žurnaluose. Treneriai fiksuoja ugdomąją veiklą nuo rugsėjo 1 dienos iki rugpjūčio 31 dienos.

15. Valstybinių švenčių dienos: sausio 1 d., vasario 16 d., kovo 11 d., balandžio 21-22 d. (Velykos), gegužės 1 d., birželio 24 d., liepos 6 d., rugpjūčio 15 d., lapkričio 1 d., gruodžio 24-26 d. įskaitomos į mokslo metų dienų skaičių.

16. Mokinių rudens, Kalėdų, Velykų atostogų metu treniruotės gali būti vykdomos nuo 10.00 val. Sportinės varžybos ir kiti sporto, sveikatingumo renginiai gali būti vykdomi darbo, švenčių ir poilsio dienomis.

17. Mokymas organizuojamas mokymo grupėse. Vieną ar kitą mokymo rūšį treneris pasirenka atsižvelgdamas į sportininko meistriskumą, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus.

18. Pagrindinės sporto mokyklos sportininkų mokymo formos yra šios: teorinės ir praktinės mokomosios pratybos vietos sporto bazėje ir sporto stovyklose, dalyvavimas sporto varžybose. Gali būti organizuojami seminarai, atviros treniruotės, ekskursijos, testai, kontrolinių normatyvų patikrinimai.

19. Sportininkų mokymas organizuojamas laisvalaikiu: po pamokų, poilsio ir švenčių dienomis, per atostogas bendrojo ugdymo mokykloje. Mokinių vasaros atostogų metu mokykloje vykdomos vaikų užimtumo programos ir projektai.

20. Pratybų minimali trukmė – 45 min. Maksimali pratybų trukmė priklauso nuo pedagogo grupinio ar individualiojo mokymo plano reikalavimų. Į šį skaičių įeina ir oficialus kalendorinių varžybų, jeigu jose dalyvauja sportininkas su treneriu, laikas.

21. Mokyklos mokinių ugdymas vykdomas nuomojamose sporto bazėse (krepšinio sporto salėse, specializuotose sporto salėse, stadione, raižytoje vietovėje, rajono plentuose, baseine) kurių adresai nurodyti treniruočių tvarkaraštyje. Sporto bazės turi būti saugios, atitikti higienos reikalavimus.

22. Ugdymo metu naudojamas specialus sporto šakai pritaikytas sportinis inventorių. Inventorių turi būti saugus, atitikti sporto šakos standartus ir nesiskirti arba būti tokių pačių savybių ir kokybės kaip ir naudojamas sporto varžybose.

23. Individualiųjų sporto šakų ugdytiniais varžybų dienų skaičius per metus pradinio rengimo etape ir bendro fizinio rengimo grupėse turėtų būti ne mažesnis kaip 4 varžybų dienos, sportinių žaidimų šakų ugdytiniais – ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų; meistriskumo ugdymo etape – individualiųjų sporto šakų ugdytiniais varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų ugdytiniais – ne mažesnis kaip 20 varžybų dienų; meistriskumo tobulinimo etape - individualiųjų sporto šakų ugdytiniais varžybų

dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 15 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų ugdytiniais – ne mažesnis kaip 30 varžybų dienų.

24. Paskelbus ekstremalią padėtį, keliančią pavojų mokinių gyvybei ar sveikatai, nustačius ypatingą epideminę padėtį dėl staiga ir neįprastai didelio užkrečiamųjų ligų išplitimo viename ar keliuose administraciniuose teritoriniuose vienetuose, taip pat oro temperatūrai esant 20 laipsnių šalčio ar žemesnei, į treniruotes mokiniai gali neiti. Šios dienos įskaičiuojamos į mokymosi dienų skaičių. Žurnaluose žymimos datos ir parašoma „Treniruotės nevyko dėl ... „. Šiais atvejais mokykla priima sprendimą dėl ugdymo proceso koregavimo.

IV. UGDYMO TURINIO PLANAVIMAS IR SPORTININKŲ PAŽANGOS IR PASIEKIMŲ VERTINIMAS

25. Atskirų grupių ugdymo planus rengia treneriai – sporto mokytojai.

26. Mokinių pažangos ir pasiekimų vertinimas atliekamas vadovaujantis Mokyklos direktoriaus patvirtintu tvarkos aprašu.

27. Sportininkų fizinių savybių, funkcinių rodiklių lygis nustatomas vadovaujantis patvirtintais Kūno kultūros ir sporto departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės patvirtintais Lietuvos sportininkų meistriškumo rodiklių reikalavimais ir normomis.

28. Siekiant padėti mokiniui sėkmingai mokytis, ugdymas individualizuojamas sudarant mokinio individualų ugdymo planą, kuriuo siekiama padėti mokiniui planuoti, kaip pagal savo išgales pasiekti aukštesnių ugdymosi pasiekimų, ugdyti asmeninę atsakomybę dėl sąmoningo mokymosi, gebėjimo įgyvendinti išsikeltus tikslus.

29. Individualus ugdymo planas – **aukštesnio meistriškumo** pasiekusio mokinio, besimokančio pagal neformaliojo ugdymo programą, ugdymo planas tam tikram laikotarpiui.

30. Individualus ugdymo planas sudaromas mokiniui, besimokančiam individualiai. Ugdymo planą sudaro sporto mokytojas – treneris.

31. Individualus ugdymo planas sudaromas rašytine forma mokyklos nustatytam laikotarpiui.

V. 2019 – 2020 MOKSLO METŲ MOKYKLOS UGDYMO PLANAS PAGAL SPORTO ŠAKAS

32. Ciklinės sporto šakos

Dviračių sportas

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Meistriškumo ugdymo	Meistriškumo ugdymo	Meistriškumo tobulinimo
		I m.m.	II m. m.	II m. m.
1.	Savaitinis valandų skaičius	6 - 8	7-9	12-14
2.	Metinis valandų skaičius	264-352	308 - 396	528 - 616
3.	Mokinių skaičius (iš viso grupėje)	9	9	6
3.1.	Iš jų: be meistriškumo pakopų	5	2	-
3.2.	MP6 rodiklis	4	6	-
3.3.	MP5 rodiklis	-	1	-
3.4.	MP4 rodiklis	-	-	6
3.5.	MP3 rodiklis	-	-	-
3.6.	MP2 rodiklis	-	-	-
5.7.	MP1 rodiklis	-	-	-
4.	Iš viso grupių mokykloje	1	1	1

Plaukimas

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Pradinio rengimo	Meistriškumo ugdymo
		I m.m.	I m. m.
1.	Savaitinis valandų skaičius	4-6	6 - 8
2.	Metinis valandų skaičius	176-264	264-352
3.	Mokinių skaičius (iš viso grupėje)	10	9
3.1.	Iš jų: be meistriškumo pakopų	10	3
3.2.	MP9 rodiklis	-	6
3.3.	MP8 rodiklis	-	-
3.4.	MP7 rodiklis	-	-
3.5.	MP6 rodiklis	-	-
3.6.	MP5 rodiklis	-	-
3.7.	MP4 rodiklis	-	-
3.8.	MP3 rodiklis	-	-
3.9.	MP2 rodiklis	-	-
3.10.	MP1 rodiklis	-	-
4.	Iš viso grupių mokykloje	1	1

33. Dvikovos sporto šakos

Sunkioji atletika

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Meistriškumo ugdymo
		V m. m.
1.	Savaitinis valandų skaičius	12-14
2.	Metinis valandų skaičius	528-616
3.	Mokinių skaičius (iš viso grupėje):	8
3.1.	Iš jų: be meistriškumo pakopų	-
3.2.	MP8 rodiklis	-
3.3.	MP7 rodiklis	3
3.4.	MP6 rodiklis	3
3.5.	MP5 rodiklis	2
3.6.	MP4 rodiklis	-
3.7.	MP3 rodiklis	-
3.8.	MP2 rodiklis	-
3.9.	MP1 rodiklis	-
4.	Iš viso grupių mokykloje	1

34. Taikomosios sporto šakos

Orientavimosi sportas

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Meistriškumo ugdymo	Meistriškumo ugdymo
		II m. m.	IV m.m.
1.	Savaitinis valandų skaičius	7-9	9-11
2.	Metinis valandų skaičius	308 - 396	396-484
3.	Mokinių skaičius (iš viso grupėje)	10	9
3.1.	Iš jų: be meistriškumo pakopų	2	-
3.2.	MP6 rodiklis	8	5

3.3.	MP5 rodiklis	-	4
3.4.	MP4 rodiklis	-	-
3.5.	MP3 rodiklis	-	-
3.6.	MP2 rodiklis	-	-
3.7.	MP1 rodiklis	-	-
4.	Iš viso grupių mokykloje	1	1

35. Sporto žaidimai

Futbolas

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Pradinio rengimo	Pradinio rengimo	Meistriškumo ugdymo	Meistriškumo ugdymo
		I m.m.	II m.m.	I m. m.	II m. m.
1.	Savaitinis valandų skaičius	3-5	4-6	5-7	6-8
2.	Metinis valandų skaičius	132-220	176-264	220-308	264-352
3.	Mokinių skaičius (iš viso grupėje)	12	12	12	12
3.1.	Iš jų: be meistriškumo pakopų	12	12	12	4
3.2.	MP6 rodiklis	-	-	-	8
3.3.	MP5 rodiklis	-	-	-	-
3.4.	MP4 rodiklis	-	-	-	-
3.5.	MP3 rodiklis	-	-	-	-
3.6.	MP2 rodiklis	-	-	-	-
3.7.	MP1 rodiklis	-	-	-	-
4.	Iš viso grupių mokykloje	2	1	1	1

Krepšinis

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	BFR	Pradinio rengimo	Meistriškumo ugdymo	Meistriškumo ugdymo
			I m. m.	I m. m.	III m. m.
1.	Savaitinis valandų skaičius	4 *	3-5	5 - 7	7-9
2.	Metinis valandų skaičius	176	132-220	220-308	308 - 396
3.	Mokinių skaičius (iš viso grupėje)	15	15	15	15
3.1.	Iš jų: be meistriškumo pakopų	15	15	15	3
3.2.	MP6 rodiklis	-	-	-	10
3.3.	MP5 rodiklis	-	-	-	2
3.4.	MP4 rodiklis	-	-	-	-
3.5.	MP3 rodiklis	-	-	-	-
3.6.	MP2 rodiklis	-	-	-	-
3.7.	MP1 rodiklis	-	-	-	-
4.	Iš viso grupių mokykloje	2	1	2	1

*- Grupei gali būti skiriamos papildomos 2-4 valandos pagal komplektavimo tvarkos aprašo 24 p.

Rankinis

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	BFR
1.	Savaitinis valandų skaičius	4 *
2.	Metinis valandų skaičius	176

3.	Mokinių skaičius (iš viso grupėje)	14
3.1.	Iš jų: be meistriškumo pakopų	14
3.2.	MP6 rodiklis	-
3.3.	MP5 rodiklis	-
3.4.	MP4 rodiklis	-
3.5.	MP3 rodiklis	-
3.6.	MP2 rodiklis	-
3.7.	MP1 rodiklis	-
4.	Iš viso grupių mokykloje	2

*- Grupei gali būti skiriamos papildomos 2-4 valandos pagal komplektavimo tvarkos aprašo 24 p.

Tinklinis

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Meistriškumo ugdymo
		V m. m.
1.	Savaitinis valandų skaičius	10-12
2.	Metinis valandų skaičius	440-528
3.	Mokinių skaičius (iš viso grupėje)	12
3.1.	Iš jų: be meistriškumo pakopų	-
3.2.	MP6 rodiklis	4
3.3.	MP5 rodiklis	6
3.4.	MP4 rodiklis	2
3.5.	MP3 rodiklis	-
3.6.	MP2 rodiklis	-
3.7.	MP1 rodiklis	-
4.	Iš viso grupių mokykloje	1

36. Individualieji sporto žaidimai

Stalo tenisas

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	BFR	Meistriškumo ugdymo
			I m.m.
1.	Savaitinis valandų skaičius	4*	6-8
2.	Metinis valandų skaičius	176	264-352
3	Mokinių skaičius (iš viso grupėje)	12	10
3.1.	Iš jų: be meistriškumo pakopų	12	6
3.2.	MP6 rodiklis	-	4
3.3.	MP5 rodiklis	-	-
3.4.	MP4 rodiklis	-	-
3.5.	MP3 rodiklis	-	-
3.6.	MP2 rodiklis	-	-
3.7.	MP1 rodiklis	-	-
4.	Iš viso grupių mokykloje	2	1

*- Grupei gali būti skiriamos papildomos 2-4 valandos pagal komplektavimo tvarkos aprašo 24 p.

37. Lengvoji atletika

Lengvoji atletika

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Pradinio rengimo	Meistriškumo ugdymo	Meistriškumo tobulinimo	BFR
		II m.m.	I m.m.	II m.m.	

1.	Savaitinis valandų skaičius	5-7	5-7	10-12	4
2.	Metinis valandų skaičius	220-308	220-308	440-528	176
3.	Mokinių skaičius (iš viso grupėje)	12	11	9	12
3.1.	Iš jų: be meistriškumo pakopų	-	7	-	12
3.2.	MP9 rodiklis	-	4	-	-
3.3.	MP8 rodiklis	-	-	-	-
3.4.	MP7 rodiklis	-	-	2	-
3.5.	MP6 rodiklis	-	-	5	-
3.6.	MP5 rodiklis	-	-	2	-
3.7.	MP4 rodiklis	-	-	-	-
3.8.	MP3 rodiklis	-	-	-	-
3.9.	MP2 rodiklis	-	-	-	-
3.10	MP1 rodiklis	-	-	-	-
4.	Iš viso grupių mokykloje	2	1	1	1

38. Kitos sporto šakos

Sveikatingumo grupės

Eil. Nr.	Ugdymo turinys/grupė	Bendro fizinio rengimo
1.	Savaitinis valandų skaičius	4
2.	Metinis valandų skaičius	176
3.	Mokinių skaičius (iš viso grupėje)	14
4.	Iš viso grupių mokykloje	2

39. Mokykloje mokysis 374 mokiniai.

40. Mokymo grupių komplektų skaičius – 32.

41. Kontaktinių ugdymo valandų skaičius sportinio mokymo grupėms paskirta – 227.
