

## **FORMALŪJĮ ŠVIETIMĄ PAPILDANČIŲ INDIVIDUALIŲ SPORTO ŽAIDIMŲ PRADINIO UGDYMO PROGRAMA**

### **I. BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Formalųjį švietimą papildančių individualių sporto žaidimų pradinio ugdymo programos paskirtis užtikrinti ugdymo turinio kokybę, teigiamą poveikį vaikams.
2. Programa parengta vadovaujantis Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatymu, Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu, Neformaliojo vaikų švietimo koncepcija, Bendrosiomis programomis ir išsilavinimo standartais, individualių sportinių žaidimų metodiniais nurodymais ir rekomendacijomis.
3. Atsižvelgdama į ugdytinių poreikius bei gebėjimus Sporto mokykla formuoja Programos ugdymo turinį, numato jos apimtį, planuoja jos įgyvendinimo nuoseklumą, priemones.
4. Programos trukmė 2 metai.
5. Atsižvelgiant į varžybų rezultatus, ugdytinio fizinės brandos, fizinio parengtumo rodiklių kaitą, vaikai gali būti priimami į aukštesnę ugdymo(si) metų grupę. Vaikai, nenorintys dalyvauti varžybose arba, kurių sportiniai rezultatai gerėja labai lėtai gali lankyti Sporto mokyklos bendro fizinio rengimo (toliau – BFR) grupes. BFR grupėse vaikų sportinis ugdymas organizuojamas ir vykdomas atsižvelgiant į vaiko judėjimo ir savęs realizavimo poreikius, siekiant užtikrinti įvairių sporto šakų bei įvairių fizinio aktyvumo formų prieinamumą.
6. Pradinio rengimo ugdymo grupės sudaromos atsižvelgiant į rekomenduojamą vaikų amžių pradėti sporto šakos pratybas, fizinio ir psichinio vystymosi ypatumus.
7. Rekomenduojamas mokinių skaičius grupėje – 12 vaikų.
8. Įgyvendinant Programą taikomos grupinio ir individualaus mokymo(si) formos.
9. Kvalifikaciniai reikalavimai Programą įgyvendinantiems pedagogams reglamentuojami Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu.
10. Programos įgyvendinimo priemonės, įranga ir ugdymo bazė:
  - 10.1. sporto bazė (sporto salės, kortai, aikštynai, kt.) turi atitikti higienos normas, o įranga ir inventorius pritaikyta teoriniam ir praktiniam sportininkų mokymui(si) bei sporto varžybų organizavimui;
  - 10.2. teoriniam mokymui(si) grupinių užsiėmimų patalpose rekomenduojama turėti interaktyvią lentą, vaizdo projektorius, garso ir vaizdo įrašymo įrangą, interneto prieigą.

### **II. PROGRAMOS TIKSLAS, UŽDAVINIAI, STRUKTŪRA**

11. Programos tikslas – suteikti pradines pasirinkto individualaus sporto žaidimo judesių atlikimo technikos ir žaidimo taktikos, fizinių pratimų atlikimo tikslingumo žinias, formuoti judesių atlikimo technikos ir taktikos suvokimą, suteikti bendrųjų ir dalykinių sporto žaidimo kompetencijų.
12. Programos uždaviniai:
  - 12.1. ugdyti holistinį (visybišką) asmens požiūrį į sportą, padėti jaunajam sportininkui suvokti kūno kultūros, sporto, sveikatos ryšį;
  - 12.2. saugoti ir stiprinti jaunųjų sportininkų sveikatą, ieškoti talentingų judamajai veiklai vaikų, skatinti sąmoningą fizinį aktyvumą, pratinti sveikai gyventi;

- 12.3. sudaryti vaikams galimybę rinktis savo poreikius bei gebėjimus atitinkantį sporto žaidimą, tenkinant jų saviraiškos poreikį;
- 12.4. įvairiapusiškai, originaliai, kompleksiškai lavinti fizinio pajėgumo komponentus;
- 12.5. šalinti vaikų fizinio išsivystymo ir fizinio parengtumo disproporcijas taikant individualiai parenkamus pratimus;
- 12.6. mokyti bendrojo lavinimo, parengiamųjų ir specialiųjų žaidimo judesių;
- 12.7. puoselėti vaikų bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius, ugdyti savigarbą, pagarbą kitam asmeniui.
13. Programos rengimo principai:
- 13.1. prieinamumo – veiklos ir metodai turi būti prieinami visiems vaikams pagal amžių, išsilavinimą, turimą patirtį;
- 13.2. individualizavimo – ugdymas turi būti individualizuojamas pagal kiekvienam vaikui reikalingą kompetenciją, atsižvelgiant į jo asmenybę, galimybes, poreikius ir pasiekimus;
- 13.3. sąmoningumo ir aktyvumo – ugdymas organizuojamas suprantamai pateikiant mokomosios medžiagos, užduočių, pratimų esmę, siekiant vaikų (sportininkų) noro aktyviai mokytis;
- 13.4. ugdymo(si) grupėje – mokoma(si) spręsti tarpasmeninius santykius, priimti bendrus sprendimus, dalytis darbais ir atsakomybe;
- 13.5. savanoriškumo – vaikai laisvai renkasi Sporto mokyklą;
- 13.6. pozityvumo – žaidimo pratybos yra labai palankios vaikų teigiamų emocijų raiškai ir geros vaiko savijautos sukūrimui;
- 13.7. demokratiškumo – treneriai, tėvai ir vaikai yra aktyvūs ugdymo(si) proceso kūrėjai, kartu identifikuoja sportinio ugdymosi poreikius.
14. Programą sudaro ugdymo turinio branduolio dalykai:
- 14.1. individualių sporto žaidimų teorija;
- 14.2. individualių sporto žaidimų praktika;
- 14.3. varžybų veikla.

### III. PROGRAMOS APIMTIS IR PASKIRTIS

15. Atsižvelgiant į jaunųjų žaidėjų ugdymo metus ir parengtumą numatoma minimali ir maksimali kontaktinių akademinį valandų apimtis per savaitę ir vienerius lavinimo(si) metus:

Ugdymo(si) metai	Minimalus kontaktinių akademinį valandų skaičius		Maksimalus kontaktinių akademinį valandų skaičius	
	Per savaitę	Per metus	Per savaitę	Per metus
1	3	132	5	220
2	4	176	6	264

16. Programoje numatomas įvairioms sportinio rengimo rūšims, varžybų veiklai bei parengtumo rodiklių kontrolei skiriamas laikas pagal ugdymo(si) metus:

Rengimo rūšys ir varžybų veikla		Ugdymo metai			
		1		2	
		Valandos			
		Min.	Max.	Min.	Max.
Teorinis		8	8	8	12
Fizinis	Bendrasis	32	42	36	46
	Specialusis	18	32	26	38
Techninis		30	60	50	72

Taktinis	8	16	12	20
Integralusis	20	34	24	38
Varžybų veikla	12	24	16	34
Testavimas	4	4	4	4
Iš viso:	132	220	176	264

17. Individualių sporto žaidimų pradinio ugdymo programoje numatytas ir racionalus įvairioms sportinio rengimo rūšims, varžybų veiklai bei parengtumo rodiklių nustatymui skiriamo laiko procentinis santykis:

Rengimo rūšys ir varžybų veikla		Ugdymo metai			
		1		2	
		Procentai			
		Min.	Max.	Min.	Max.
Teorinis		6,1	3,6	4,5	4,5
Fizinis	Bendrasis	24,3	19,1	20,5	17,4
	Specialusis	13,6	14,5	14,8	14,4
Techninis		22,7	27,3	28,4	27,3
Taktinis		6,1	7,3	6,8	7,6
Integralusis		15,1	15,4	13,6	14,4
Varžybų veikla		9,1	11,0	9,1	12,9
Testavimas		3,0	1,8	2,3	1,5

18. Programos paskirtis – sukurti tikslingo sportinio vaikų rengimo prielaidas, formuoti pasirinkto žaidimo veiksmus, taikant įvairius judesių mokymo metodus. Vaikas turi gebėti atlikti judesius reikiamu greičiu ir ritmu besikeičiančiose sąlygose. Būtina skatinti vaiko judesių individualumą ir gebėjimą kurti judesius. Mokant vaikui malonaus individualaus sportinio žaidimo veiksmų, lavinant judesius, sudaromos sąlygos jo prigimčiai artima fizine veikla išreikšti savo individualumą, kūrybiškumą, ugdyti bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius.

19. Vienas iš svarbiausių vaikų kvietimo į pradinio ugdymo grupes motyvų yra jo noras lavinti individualių sporto žaidimų judesius, patirti malonumą varžantis. Bendraujant su vaiku gali būti užregistruojami jo motyvacijos sportiniam rezultatui rodikliai, sporto treniruotės suvokimas.

#### IV. PAŽANGOS VERTINIMO METODAI

20. Planuojant jaunųjų žaidėjų ugdymo turinį treneris numato ir pedagoginio poveikio veiksmingumo vertinimą. Taikomas formuojamasis, diagnostinis ir apibendrinamasis vertinimas.

21. Formuojamasis vertinimas atliekamas nuolatos, kuris suteikia treneriui ir sportininkui grįžtamąją informaciją apie ugdymo(si) pažangą. Formuojamojo vertinimo tikslas – padėti mokytis, bet ne kontroliuoti. Pagrindiniai formuojamojo vertinimo būdai: stebėjimas, informacijos rinkimas, analizė, informacijos pateikimas.

22. Diagnostinis vertinimas padės išsiaiškinti, ar pasiekti ugdymo(si) tikslai ir uždaviniai. Diagnostinis vertinimo būdas taikomas pradedant ir baigiant treniruočių ciklą, kai reikia numatyti ugdytinių tolesnio treniravimo(si) poreikius. Dažniausias diagnostinio vertinimo metodas – etapinis kontrolinių normatyvų (testų) vykdymas ir palyginimas su ankstesniais rezultatais.

23. Apibendrinamasis vertinimas atliekamas ugdymo(si) metų ir ugdymo programos pabaigoje. Keliant vaiką aukštesne sportinio ugdymo programą remiamasi apibendrinamojo vertinimo informacija.

24. Diagnostinis ir apibendrinamasis vertinimas vykdomas pagal Sporto mokyklos veiklos kriterijus.

25. Baigę pradinio ugdymo programą, sportininkai keliama į meistriško ugdymo programą.

## V. INDIVIDUALIŲ ŽAIDIMŲ TEORIJOS DALYKO NUOSTATOS

26. Individualių sporto žaidimų teorijos paskirtis – suteikti mokiniui pasirinkto žaidimo teorijos pradmenis.

27. Individualių sporto žaidimų teorijos uždaviniai:

27.1. suteikti žinių apie sporto žaidimų kilmę ir raidą;

27.2. supažindinti su individualių sporto žaidimų judesių atlikimo technika ir taktika;

27.3. padėti pažinti save, formuoti gebėjimą bendrauti, atsakomybę už bendrą veiklą ir siekiamus tikslus;

27.4. suvokti individualių sporto žaidimų taisykles;

27.5. ugdyti asmeninės higienos, sveikos gyvensenos nuostatas.

28. Individualių sporto žaidimų teorijos metodinės nuostatos:

28.1. teorinis sportininkų rengimas realizuojamas per paskaitas arba integruojamas į sporto pratybas;

28.2. treneris išanalizuoja visas teorinį sportininko rengimą sudarančias temas;

28.3. paskaitos skaitomos sportininkų grupei;

28.4. individualių sporto žaidimų teorijos dalyko programoje numatyta veikla turi būti siejama su kitais Programos branduolio dalykais.

29. Teorinį parengtumą lemia trenerio vedamų paskaitų kokybė ir sportininko savišvieta.

30. Individualių sporto žaidimų teorijos dalyko turinys nulemia programą įvykdžiusių sportininkų gebėjimus ir pasiekimus.

<b>INDIVIDUALIŲ SPORTO ŽAIDIMŲ TEORIJA</b>		
<b>Žaidimų istorija</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Individualių sporto žaidimų kilmė ir raida	Žinos sporto žaidimo kilmę ir raidą.	Pažinimo, asmeninė, socialinė
Socialinė individualių sportinių žaidimų reikšmė	Žinos socialinę individualių sportinių žaidimų reikšmę.	
Socialinės individualių sportinių žaidimų funkcijos	Žinos socialines individualių sportinių žaidimų funkcijas.	
<b>Judesių atlikimo technika ir taktika</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Žaidimų judesių technika	Žinos pasirinkto žaidimo pagrindinius technikos ir taktikos veiksmus bei jų taikymą.	Asmeninė, mokėjimo mokyti
Žaidimų taktika		
<b>Asmenybės ugdymas</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Žaidėjų santykiai	Gebės pažinti save, bendrauti ir bendradarbiauti, suvoks bendros veiklos ir siekiamų tikslų atsakomybę. Gebės garbingai elgtis per sporto pratybas ir varžybas.	Pažinimo, asmeninė, socialinė, iniciatyvumo ir kūrybingumo
Garbingo žaidimo principai		
Dorovinių asmenybės savybių ugdymas lavinantis ir rungtyniaujant		
<b>Žaidimų taisyklės</b>		

Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Igytos kompetencijos
Supaprastintos individualių sporto žaidimų taisyklės	Žinos pasirinkto žaidimo pagrindines taisykles.	Pažinimo, asmeninė
Varžybų organizavimo pagrindai		
<b>Fizinio ir protinio darbingumo regeneracijos priemonės</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Igytos kompetencijos
Miegas, darbo ir poilsio ritmas, grūdinimasis	Žinos dienos mitybos, darbo ir poilsio režimo principus. Suvoks kūno, aprangos, apavo, sporto reikmenų ir aplinkos higieninius veiksnius. Suvoks fizinių pratimų poveikio organizmo augimui, vystymuisi svarbą bei fizinio darbingumo regeneracijos pagrindinius principus.	Socialinė, pažinimo, motyvacijos, asmeninė

## VI. INDIVIDUALIŲ ŽAIDIMŲ PRAKTIKOS DALYKO NUOSTATOS

31. Individualių sporto žaidimų praktikos paskirtis – sukurti tikslingo sportinio vaikų rengimo prielaidas.

32. Individualių sporto žaidimų praktikos uždaviniai:

32.1. ugdyti koordinacines, lankstumo, vikrumo ir kitas fizines ypatybes;

32.2. išmokyti kontroliuoti raketės laikymą;

32.3. išmokyti nuolat stebėti kamuolį;

32.4. išmokyti kūno laikysenos ir orientavimosi tarp smūgių;

32.5. mokyti pagrindinių smūgių iš kairės ir dešinės;

32.6. stabilizuoti smūgius ir juos keisti;

32.7. sugebėti koncentruoti dėmesį į įvairų kamuolio atšokimą, jo greitį, aukštį, ilgį ir t.t;

32.8. sugebėti žaisti tarp padavimo ir galinės linijos;

33. Individualių sporto žaidimų praktikos metodinės nuostatos:

33.1. suformuoti fizinės veiklos įpročius pirmajame daugiamečio žaidėjo rengimo etape, kurie lems jo sportinio meistriškumo lygį vėlesniais rengimo etapais;

33.2. taikyti įvairius judesių mokymo metodus formuojamiems pasirinkto žaidimo veiksmams;

33.3. užtikrinti vaiko atliekamų judesių stabilumą ir įvairovę;

33.4. mokyti vaiką atlikti judesius reikiamu greičiu ir ritmu besikeičiančiose sąlygose;

33.5. skatinti vaiko judesių individualumą ir gebėjimą kurti judesius;

33.6. mokyti vaikui malonaus žaidimo veiksmų, sudarant sąlygas jo prigimčiai artima fizine veikla išreikšti savo individualumą, kūrybiškumą, ugdyti bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius.

34. Ugdymo procese taikomi auklėjimo, mokymo, mokymosi metodai, ugdytinių veiklos organizavimo per pratybas metodai, pažinimo metodas, fizinių savybių lavinimo metodai, treniruotės metodai, klaidų nustatymo ir taisymo metodas, žinių, mokėjimų ir įgūdžių vertinimo metodai.

35. Auklėjimo metodas taikomas kuriam nors auklėjimo tikslui siekti. Taikomi rodomieji (pvz., asmeninis pavyzdys, vadovavimo stilius), žodiniai (pamokymas, patarimas), veikdinamieji (pratimas, įpareigojimų vykdymas, kontrolė ir vertinimas), skatinamieji (pritarimas, pagyrimas, pasitikėjimo pareiškimas, apdovanojimas), bausmės (nepritarimas, pastaba). Taikomos šios svarbiausios metodinės priemonės: sportinio rengimosi perspektyvų nurodymas, gerų tradicijų skiepijimas, sportinės veiklos motyvų stiprinimas, gyrimas ir peikimas, sektinų pavyzdžių nurodymas, pagalbininko funkcijų patikėjimas, pagaliau sporto varžybos.

36. Realizuojant mokymo metodą pedagogo vadovaujami mokiniai įgyja žinių, lavina mokėjimus ir įgūdžius, plėtoja pažintines galias ir ugdo gebėjimus toliau savarankiškai įgyti ir kūrybingai taikyti žinias bei įgūdžius. Mokant individualaus sporto žaidimo technikos veiksmų, suteikiamos teorinės žinios, formuojami judesių mokėjimai, kurie po daugkartinio kartojimo virsta įgūdžiais. Suformuoti judesių įgūdžiai mokomi taikyti varžybose, savarankiškai tobulinami, kuriami nauji. Taikomi šie mokymo metodai: 1) aiškinimo, 2) dalinis, 3) individualusis, 4) kartojimo, 5) vientisinis.

37. Realizuodami mokymosi metodą sportininkai įgyja fizinio, techninio, taktinio rengimosi, judesių įsisavinimo, technikos veiksmų atlikimo žinių.

38. Ugdytiniai per pratybas organizuojami taikant šiuos metodus: 1) frontalią, 2) grupinį, 3) rato, 4) srautinį. Jie nulemia pratybų kokybę, todėl labai svarbus yra tinkamas jų taikymas.

39. Raumenų jėgos ugdymo metodai taikomi siekiant lavinti pamatinę sportininko fizinę ypatybę – jėgą. Taikomi šie raumenų jėgos lavinimo metodai: daugelio serijų, kartotinių pastangų, lengvinimo, piramidės, serijų.

40. Ištvėrmės lavinimo metodai skirstomi į dvi grupes: ištisinės nepertraukiamos veiklos metodai (tolygusis, pakaitis, fartlekas) ir pertraukiamos veiklos metodai (kartotinis intervalinis ir t.t.).

41. Trenerio ir sportininko bendros veiklos būdai konkrečioms sportinio rengimo uždaviniams spręsti realizuojami taikant treniruotės metodus. Treniruotės metodai padeda įgyti reikiamų žinių ir įgūdžių, jais ugdomos būtinos ypatybės ir gebėjimai, siekiama geriausių sportinių rezultatų. Dažniausiai naudojami treniruotės metodai: 1) individualusis, 2) intervalinis (intensyvusis ir ekstensyvusis), 3) kartojimo, 4) pakaitinis, 5) tolydusis, 6) varžybų, 7) žaidimo ir kt.

42. Treneris turi suvokti klaidų kilimo priežastį (nauji ir tuo pačiu neįprasti pratimai, nepakankamas individualus parengtumas, sudėtingos žaidimo sąlygos ar pernelyg didelė įtampa, netinkamai suformuotų, lėti žaidimo judesiai) ir parinkti pratimus klaidoms ištaisyti. Tokiu būdu realizuojamas klaidų nustatymo ir taisymo metodai.

43. Individualių sporto žaidimų praktikos turinys lemia programą įvykdžiusių vaikų gebėjimus ir pasiekimus.

<b>INDIVIDUALIŲ SPORTO ŽAIDIMŲ PRAKTIKA</b>		
<b>Fizinių ypatybių ugdymas</b>		
<b>Veiklos kryptis</b>	<b>Esminiai gebėjimai</b>	<b>Įgytos kompetencijos</b>
Bendrosios ir specialiosios ištvėrmės bei greitumo lavinimas	Gebės nepertraukiamai bėgti 15 minučių	Asmeninė, iniciatyvumo ir kūrybingumo
Raumenų greitumo ir ištvėrmės jėgos lavinimas	Gebės taisyklingai atlikti judesius su nedidele išorine sunkmena	
Aktyvaus ir pasyvaus lankstumo lavinimas	Gebės atlikti judesius reikiama amplitude ir ritmu	
Judesių koordinacijos, vikrumo lavinimas		
Įvairių judėjimo būdų lavinimas	Gebės greitai veikti, keisti judesių atlikimo tempą ir dažnį	
Jėgos lavinimas taikant intervalinį pratimų atlikimo metodą	Gebės galingai 10-12 kartų atlikti 10-15 s trukmės pratimus su nedidele išorine sunkmena	
<b>Kūno valdymo veiksmų mokymas</b>		
<b>Veiklos kryptis</b>	<b>Esminiai gebėjimai</b>	<b>Įgytos kompetencijos</b>
Stovėsenos mokymas	Mokės pasirinkti reikiamą stovėseną ginantis ir puolant	Asmeninė, komunikavimo
Judėjimo būdų mokymas	Žinos pagrindinius judėjimo būdus bei gebės juos taikyti	

Kūno technikos veiksmų mokymas paduodant, priimant ir smūgiuojant kamuoliuką..	Gebės pasirinkti tinkamą kūno padėtį atliekant technikos veiksmus.	
Sustojimo būdų mokymas	Pasirinks ir taikys tinkamus sustojimo būdus	
<b>Technikos veiksmų mokymas</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Žaidimų technikos veiksmų mokymas, panaudojant judriuosius žaidimus ir estafetes.	Gebės taikyti technikos elementus žaižiant judriuosius žaidimus ir estafetes	Asmeninė, iniciatyvumo ir kūrybingumo, mokėjimo mokytis
Kamuoliuko, raketės valdymo veiksmų: smūgiavimo/priėmimo ir padavimo mokymas.	Taikys pagrindinius kamuoliuko padavimo, smūgiavimo ir priėmimo būdus. Gebės taisyklingai atlikti kūno ir raketės valdymo pagrindinius veiksmus.	
<b>Taktinis rengimas</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Taktikos veiksmų mokymas atakuojant	Taikys individualius ir grupinius, žaidimo situacijas atitinkančius veiksmus atakuojant ir ginantis. Gebės pasirinkti tinkamą vietą gynyboje bei puolime	Asmeninė, iniciatyvumo ir kūrybingumo

## VII. VARŽYBŲ VEIKLOS DALYKO NUOSTATOS

44. Individualių sporto žaidimų varžybų veiklos paskirtis – įvertinti išmuktų žaidimo technikos ir taktikos veiksmų kokybę rungtyniaujant.

45. Varžybų veiklos uždaviniai:

45.1. realizuoti išmuktus technikos veiksmus rungtyniaujant;

45.2. realizuoti išmuktus taktikos veiksmus rungtyniaujant;

45.3. įvertinti individualų varžybinės veiklos efektyvumą;

45.4. skatinti vaikus siekti užsibrėžto tikslo.

46. Individualių sporto žaidimų varžybų veiklos metodinės nuostatos:

46.1. 1-ųjų rengimo metų sportininkai turėtų sužaisti ne mažiau kaip 3-5, 2-ųjų rengimo metų –7 turnyrus;

46.2. rengdamiesi pagrindinėms (kalendorinėms) varžyboms, jaunieji sportininkai turi sužaisti ne mažiau kaip 4-5 kontrolinius susitikimus;

46.3. varžybų technikos ir taktikos veiksmai turi būti tobulinami ir per pratybas. Kartojami technikos veiksmai, taktiniai sumanymai lenktyniaujant ir varžantis (kas taisyklingiau, kas geriau, kas greičiau, kas daugiau ir kt.);

46.4. įgyvendinant pradinio ugdymo programas reikėtų vengti pernelyg dažno testavimo, kontrolinių treniruočių, varžymosi.

47. Individualių sporto žaidimų varžybų veiklos programos turinys lemia programą įvykdžiusių vaikų gebėjimus ir pasiekimus.

<b>VARŽYBŲ VEIKLA</b>		
<b>Varžybų įgūdžių lavinimas pratybose</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Taikyti varžybinius veiksmus pratybose	Demonstruos įgytas žinias praktinėje veikloje	Komunikavimo, asmeninė

<b>Draugiški susitikimai</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Igytos kompetencijos
Dalyvauti draugiškose susitikimuose.	Taikys išmoktus technikos ir taktikos elementus varžybinėje veikloje	Asmeninė, iniciatyvumo ir kūrybingumo
<b>Kontroliniai susitikimai</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Igytos kompetencijos
Nustatyti parengtumo lygį ir koreguoti rengimo procesą	Gebės vykdyti individualias užduotis	Komunikavimo, asmeninė
<b>Pagrindinės (kalendorinės) varžybos</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Igytos kompetencijos
Realizuoti savo parengtumą dalyvauti sporto mokymo įstaigos metiniame varžybų plane numatytose varžybose	Suvoks varžybų veiklą lemiančių veiksnių poveikį Gebės siekti numatytą tikslą.	Komunikavimo
<b>Turnyrai</b>		
Veiklos kryptis	Esminiai gebėjimai	Igytos kompetencijos
Dalyvauti turnyruose	Gebės atsakingai atlikti nurodytas varžybinės užduotis.	Asmeninė, iniciatyvumo ir kūrybingumo.

## **IX. PROGRAMOS DERMĖ SU KITOMIS PROGRAMOMIS**

48. Individualių sporto žaidimų pradinio ugdymo programos savo paskirtimi, ugdymo tikslais, uždaviniais, principais ir turiniu dera su Bendrosiomis ugdymo programomis ir išsilavinimo standartais, Kūno kultūros pradinio ugdymo 1–4 klasių programa, sporto krypties neformalaus ugdymo programa, Lietuvos kūno kultūros ženklo „Augti ir stiprėti“ programa.