

ŠILUTĖS SPORTO MOKYKLA

2018/2019 MOKSLO METŲ UGDYMO PLANAS

2018
Šilutė

ŠILUTĖS SPORTO MOKYKLOS 2018/2019 MOKSLO METŲ UGDYMO PLANAS

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Šilutės sporto mokyklos (toliau - Mokykla) 2018–2019 mokslo metų ugdymo planas reglamentuoja formalųjį švietimą papildančio vaikų sportinio ugdymo programų įgyvendinimą mokykloje. Ugdymo plane apibrėžiamas sportinio ugdymo grupių sudarymas, aprašomas ugdymo proceso organizavimas trukmė ir apimtys.
2. Mokyklos ugdymo planas parengtas vadovaujantis:
 - 2.1. Mokyklos nuostatais;
 - 2.2. Mokyklos sportinio ugdymo grupių komplektavimo reikalavimais;
 - 2.3. Priėmimo į Mokyklą tvarkos aprašu;
 - 2.4. Mokyklos sporto šakų ugdymo programomis;
 - 2.5. LR Valstybės ir savivaldybių įstaigų darbuotojų darbo apmokėjimo įstatymu ir jo pakeitimais;
 - 2.6. Kūno kultūros ir sporto departamento sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis;
 - 2.7. LR švietimo ministro įsakymais, rajono savivaldybės tarybos sprendimais, rajono mero, administracijos direktoriaus įsakymais, potvarkiais, kitais norminiais teisės aktais;
3. Ugdymo planą sudaro aprašomoji dalis ir ugdymo plano valandų išdėstymo lentelės pagal sporto šakas, meistriškumą ir vaikų ar sportininkų skaičių grupėje.
4. Mokyklos ugdymo planą parengė 2018-09-04 direktoriaus įsakymu Nr. PSM -28 sudaryta darbo grupė.

II. MOKYKLOS, UGDYMO PLANO TIKSLAI, UŽDAVINIAI JŲ VERTINIMO KRITERIJAI

5. Mokyklos tikslai:
 - 5.1. Tenkinti mokinių sportinio lavinimosi ir saviraiškos poreikius;
 - 5.2. Ieškoti talentingų sportininkų;
 - 5.3. Auklėti ir skatinti vaikus ir jaunimą būti gerais, dorais ir sąžiningais savo šalies patriotais bei piliečiais.
6. Mokyklos uždaviniai:
 - 6.1. Padėti ugdyti ir lavinti sveiką asmenybę;
 - 6.2. Puoselėti mokinių dvasines, psichines ir fizines galias;
 - 6.3. Diegti visą gyvenimą išliekantį pomėgį ir poreikį sportuoti;
 - 6.4. ruošti sportininkus Mokyklos, rajono, apskrities ir Lietuvos Respublikos rinktinėms.
7. 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.
8. Ugdymo plano uždaviniai:
 - 8.1. Tikslingai planuoti ir organizuoti ugdymą;
 - 8.2. Pateikti gaires sporto šakų ugdymo programoms įgyvendinti;
 - 8.3. Nustatyti grupių skaičių, valandų skaičių skirtą sporto šakų ugdymo programoms

- įgyvendinti;
9. Ugdymo plano uždavinių įgyvendinimo vertinimo kriterijai:
 - 9.1. Grupių ir mokinių skaičius Mokyklos sporto šakų ugdymo programose;
 - 9.2. Ugdymo programų etapuose sudarytos optimalios sąlygos mokinių saviraiškai (treniruočių tvarkaraštis, aplinka, inventorius)‘
 - 9.3. Mokinių pasiekimai (respublikinių varžybų nugalėtojų ir prizininkų, šalies rinktinių narių skaičius, mokinių skaičius, kuriems suteiktos meistriško pakopos);

III. UGDYMO TURINYS

10. Pagrindinis ugdymo turinio uždavinys: per vaikų ir jaunimo saviraišką sporte – talentingų sportininkų paieška, optimalus bendrasis ir specialusis jų fizinis rengimas, orientavimas vienai ar kitai sporto šakai, pradinis jų apmokymas sporto šakų pagrindų, nuoseklus pratybių ir sporto varžybų apimčių didinimas, šiuolaikinių sporto mokslo laimėjimų pritaikymas siekiant optimalių rezultatų.

11. Pagrindinės mokinių ugdymo formos yra šios: teorinis ir praktinis mokymas sporto bazėse, nuomojamuose patalpose ir sporto stovyklose, dalyvavimas sporto varžybose. Taip pat gali būti organizuojami seminarai, disputai, ekskursijos, testai, kontroliniai normų patikrinimai ir t.t.

12. Teorinis mokymas apima bendruosius kūno kultūros, sveikos gyvensenos, racionalios dienvartinės, mitybos reikalavimus, asmens higienos taisykles ir savisekos principus, elgesio ir kultūros žinias, fizinių pratimų įtakos atskirų organų ir sistemų veiklai, bendrųjų treniruotės dėsningumą, pasirinktos sporto šakos technikos elementų, taktinių gudrybių panaudojimo žinias, sporto varžybų taisyklių nagrinėjimą ir suvokimą.

13. Praktinis mokymas apima bendrąjį ir specialųjį fizinį, techninį, taktinį ir psichologinį mokinio rengimą, jo metu įgyti mokėjimai ir įgūdžiai realizuojami per sporto varžybas.

14. Mokykloje organizuojamas grupinių treniruočių ugdymo metodas.

IV. UGDYMO PLANO ĮGYVENDINIMAS

15. Mokslo metai (ugdymas) mokykloje prasideda rugsėjo 1 dieną, 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;

16. 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. Mokyklos sportinių renginių kalendorinis planas patvirtinamas mokyklos direktoriaus sausio mėnesį. Treneriai – sporto mokytojai dalyvauja kalendorinio plano sudaryme, informuoja mokinius apie sporto varžybas, kurioms ruošis ir dalyvaus, informuoja mokinius apie planuojamą atostogų laiką.

17. Trenerių – sporto mokytojų atostogos planuojamos taip, kad mokiniai dalyvautų visose Mokyklos sportinių renginių kalendoriniame plane numatytose varžybose. Trenerių – sporto mokytojų atostogos, jų prašymu, gali būti skaidomos į keletą dalių.

18. Ugdymas Mokykloje organizuojamas laisvalaikio, po pamokų, atostogų bendrojo ugdymo mokykloje metu.

19. Visų Mokyklos sporto šakų ir visų meistriško grupių mokinių ugdymas (kontaktinis darbas) trunka 43 savaites per metus.

20. Sportinės varžybos ir kiti sporto, sveikatingumo renginiai gali būti vykdomi darbo, švenčių ir poilsio dienomis;

21. Vasaros atostogų metu, atsižvelgiant į finansines galimybes gali būti organizuojamos sporto stovyklos;

V. UGDYMO TRUKMĖ IR APIMTYS

22. Mokykloje komplektuojamos šių sporto šakų ugdymo programų grupės ir nustatoma mokymo trukmė metais:

22.1. krepšinio 1 – 2 pradinio rengimo, 1 – 5 meistriško ugdymo, 1 – 3 meistriško tobulinimo;

22.2. lengvosios atletikos 1 – 2 pradinio rengimo, 1 – 4 meistriško ugdymo, 1 – 4 meistriško tobulinimo;

22.3. stalo teniso 1 – 2 pradinio rengimo, 1 – 4 meistriško ugdymo, 1 – 4 meistriško tobulinimo;

22.4. sunkiosios atletikos 1 – 2 pradinio rengimo, 1 – 5 meistriško ugdymo, 1 – 3 meistriško tobulinimo;

22.5. baidarių ir kanojų irklavimas 1 – 2 pradinio rengimo, 1 – 5 meistriško ugdymo, 1 – 3 meistriško tobulinimo;

22.6. dziudo imtynių 1 – 2 pradinio rengimo, 1 – 5 meistriško ugdymo, 1 – 3 meistriško tobulinimo;

22.7. bokso 1 – 2 pradinio rengimo, 1 – 5 meistriško ugdymo, 1 – 3 meistriško tobulinimo;

22.8. rankų lenkimo (neolimpinė sporto šaka) sportinio ugdymo grupė iki 10 metų;

23. Ugdymo programa per metus trunka 43 savaites, treniruočių skaičius per savaitę priklauso nuo grupės meistriško lygio ir nurodomas ugdymo plano lentelėse, bei treniruočių tvarkaraštyje.

24. Individualiųjų sporto šakų ugdytiniais varžybų dienų skaičius per metus pradinio rengimo etape turėtų būti ne mažesnis kaip 4 varžybų dienos, sportinių žaidimų šakų ugdytiniais – ne mažesnis kaip 8 varžybų dienų; meistriško ugdymo etape – individualiųjų sporto šakų ugdytiniais varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 6 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų ugdytiniais – ne mažesnis kaip 15 varžybų dienų; meistriško tobulinimo etape – individualiųjų sporto šakų ugdytiniais varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 8 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų ugdytiniais – ne mažesnis kaip 18 varžybų dienų.

25. Mokinys maksimaliai gali vykdyti 2 treniruotes per dieną, jeigu jos skaidomos į rytinę ir vakarinę, per dieną gali dalyvauti ne daugiau kaip 2 varžybose ir per savaitę ne daugiau kaip 3 varžybose.

26. Treniruotės trukmė priklauso nuo sportininko amžiaus, fizinio pasiruošimo. Trumpiausia treniruotė – 45 minutės (1 akademinė valanda).

27. Mokyklos mokinių ugdymas vykdomas nuomojamose sporto bazėse, (krepšinio sporto salėse, specializuotose sporto salėse, stadiono lengvosios atletikos sektoriuose, raižytoje vietovėje, irklavimo bazėje, Šyšos ir Nemuno upėse) kurių adresai nurodyti treniruočių tvarkaraštyje ir trenerių – sporto mokytojų darbo grafike. Sporto bazės turi būti saugios, atitikti higienos reikalavimus.

28. 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 varžybos.

29. Kai oro temperatūra yra 20 laipsnių šalčio ar žemesnė, į treniruotes gali neiti 1-5 klasių mokiniai, esant 25 laipsnių šalčio ar žemesnei temperatūrai visi vyresniųjų klasių mokiniai. Šios dienos įskaičiuojamos į ugdymo dienų skaičių. Jei treniruotės nevyko dėl šalčio, karantino ar stichinių nelaimių, žurnale žymimos datos ir parašoma: „Treniruotės nevyko dėl...“.

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

31. Apie mokinių sėkmę, mokinių tėvai žodžiu ar raštu informuojami mokyklos nustatyta tvarka.

VI. UGDYMO GRUPĖS, MOKINIŲ SKAIČIUS, TRENIRUOČIŲ APIMTYS

32. Vadovaujantis Mokyklos sportinio ugdymo grupių komplektavimo reikalavimais, 2018 – 2019 mokslo metais planuojamos tokios ugdymo grupės:

32.1. baidarių ir kanojų irklavimas;

Eil. nr.	Mokymo grupių lygis	Mokinių amžius	Mokinių skaičius mokymo grupėje		Skiriamas pratybų valandų skaičius per savaitę	
			Turi būti (minimalus)	Yra	Gali būti skiriamas valandų skaičius	Paskirta valandų
1.	Pradinio rengimo II - metų	Iki 14 m.	10	8	6-8	7
2.	Meistriškumo tobulinimo I- metų	Iki 19 m.	7	7	13-15	14
3.	Pradinio rengimo II - metų	Iki 14 m.	10	8	6-8	7

Viso: 23 mok.

Viso: 28 val.

32.2. boksas;

Eil. nr.	Mokymo grupių lygis	Mokinių amžius	Mokinių skaičius mokymo grupėje		Skiriamas pratybų valandų skaičius per savaitę	
			Turi būti (minimalus)	Yra	Gali būti skiriamas valandų skaičius	Paskirta valandų
1.	Pradinio rengimo II - metų	Iki 14 m.	11	12	6-8	8
2.	Meistriškumo tobulinimo II - metų	Iki 19 m.	7	10	14-16	15

Viso: 22 mok.

Viso: 23 val.

32.3. sunkioji atletika;

Eil. Nr.	Mokymo grupių lygis	Mokinių amžius	Mokinių skaičius mokymo grupėje		Skiriamas pratybų valandų skaičius per savaitę	
			Turi būti (minimalus)	Yra	Gali būti skiriamas valandų skaičius	Paskirta valandų
1.	Pradinio rengimo I - metų	Iki 15m.	10	10	3-5	5
2.	Pradinio rengimo II - metų	Iki 15m.	10	10	6-8	7
3.	Meistriškumo tobulinimo - I metų	Iki 19m.	7	7	13-15	14
4.	Meistriškumo tobulinimo - II metų	Iki 19m.	6	6	14-16	16

33

Viso: 33 mok.

Viso: 42 val.

32.4. rankų lenkimas;

Eil. Nr.	Mokymo grupių lygis	Mokinių amžius	Mokinių skaičius mokymo grupėje		Skiriamas pratybų valandų skaičius per savaitę	
			Turi būti (minimalus)	Yra	Gali būti skiriamas valandų skaičius	Paskirta valandų
1.	Mišri rankų lenkimo mokymo grupė	Iki 19m.	12	12	4-12	5

Viso: 12 mok.

Viso: 5 val.

32.7. dziudo;

Eil. Nr.	Mokymo grupių lygis	Mokinių amžius	Mokinių skaičius mokymo grupėje		Skiriamas pratybų valandų skaičius per savaitę	
			Turi būti (minimalus)	Yra	Galima būti skiriamas valandų skaičius	Paskirta valandų
1.	Meistriškumo tobulinimo I metų	Iki 19m.	7	7	13-15	14
2.	Pradinio rengimo I metų Nesuformavus grupės Vainuto sk., grupę suformuoti Šilutėje iki spalio 1d.	Iki 14m.	11	11	6-8	6

Viso:18 mok.

Viso:20 val.

32.6. krepšinis;

Eil. Nr.	Mokymo grupių lygis	Mokinių amžius	Mokinių skaičius mokymo grupėje		Skiriamas pratybų valandų skaičius per savaitę	
			Turi būti (minimalus)	Yra	Galima būti skiriamas valandų skaičius	Paskirta valandų
1.	Meistriškumo ugdymo I metų	(2007 metų gim.)	15	11	5-7	6
2.	Meistriškumo ugdymo I metų	(2008 metų gim.)	15	13	5-7	6
3.	Pradinio rengimo II metų	(2009 metų gim.)	15	17	4-6	4
4.	Meistriškumo tobulinimo II metų	(2001 metų gim.)	12	10	10-12	10
5.	Meistriškumo ugdymo V metų	(2003 metų gim.)	13	12	9-10	7
6.	Meistriškumo ugdymo IV metų	(2004 metų gim.)	14	11	8-9	8
7.	Meistriškumo ugdymo III metų	(2005 metų gim.)	14	14	7-9	8
8.	Meistriškumo ugdymo II metų	(2006 metų gim.)	14	16	6-8	7
9.	Pradinio rengimo I metų (grupę suformuoti iki spalio 1 d.)	(2010-11 metų gim.)	15	14	3-5	4

Viso: 118 mok.

Viso: 60 val.

32.8. stalo tenisas;

Eil. Nr.	Mokymo grupių lygis	Mokinių amžius	Mokinių skaičius mokymo grupėje		Skiriamas pratybų valandų skaičius per savaitę	
			Turi būti (minimalus)	Yra	Galima būti skiriamas valandų skaičius	Paskirta valandų
1.	Pradinio rengimo II metų	Iki 14m.	12	15	4-6	4
2.	Meistriškumo tobulinimo I metų	Iki 19m.	8	9	11-13	11

32.5. lengvoji atletika;

Eil. Nr.	Mokymo grupių lygis	Mokinių amžius	Mokinių skaičius mokymo grupėje		Skiriamas pratybų valandų skaičius per savaitę	
			Turi būti (minimalus)	Yra	Gali būti skiriamas valandų skaičius	Paskirta valandų
1.	Pradinio rengimo I metų	Iki 13m.	12	16	4-6	6
2.	Pradinio rengimo II metų	Iki 13m.	12	12	5-8	8
3.	Pradinio rengimo I metų (Švėkšnos sk.) nuo spalio 1 d.	Iki 13m.	12	12	4-6	6
4.	Meistriškumo tobulinimo I metų	Iki 17m.	10	10	10-13	12
5.	Meistriškumo tobulinimo II metų	Iki 19m.	9	9	11-15	14

55

Viso: 59 mok.

Viso: 46 val.

33. Mokykloje mokysis 309 mokiniai.

34. Mokykloje bus 28 mokomosios grupės.

35. Už mokomasias grupes paskirta 239 kontaktinės valandos.

SUDERINTA

Šilutės rajono savivaldybės administracijos

Švietimo skyriaus vedėja

Birutė Tekorienė

2018-09-21