

ŠILUTĖS SPORTO MOKYKLOS

2023 – 2024 MOKSLO METŲ UGDYMO PLANAS

2023 m.
Šilutė

ŠILUTĖS SPORTO MOKYKLOS 2023 – 2024 MOKSLO METŲ UGDYMO PLANAS

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Šilutės sporto mokyklos (toliau - Mokykla) 2023–2024 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, patvirtintais savivaldybės tarybos 2022 m. lapkričio 24 d. sprendimu Nr. T1-1149 (Šilutės rajono savivaldybės tarybos 2023 m. liepos 27 d. Sprendimo Nr. T1-83 redakcija);

2.2. Mokyklos sportinio ugdymo grupių komplektavimo reikalavimais, patvirtintais Mokyklos direktoriaus 2019 m. rugpjūčio 28 d. įsakymu Nr. 1SM-152;

2.3. Priėmimo į Mokyklą tvarkos aprašu, patvirtintu savivaldybės tarybos 2022 m. birželio 30 d. sprendimu Nr. T1-1071;

2.4. Mokyklos sporto šakų ugdymo programomis, patvirtintomis Mokyklos direktoriaus 2019 m. rugpjūčio 28 d. įsakymu Nr. 1SM-153;

2.5. Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis, patvirtintomis Švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. rugsėjo 4 d. įsakymu Nr. V-976;

2.6. 2023 m. mokyklos sporto renginių kalendoriniu planu, patvirtintu Mokyklos direktoriaus 2023 m. sausio 24 d. įsakymu Nr. 1SM-11;

2.7. Kitais teisės aktais.

3. Ugdymo planą sudaro aprašomoji dalis ir ugdymo plano valandų išdėstymo lentelės pagal sporto šakas, meistriškumą ir mokinių skaičių grupėje.

4. Mokyklos ugdymo planą parengė direktoriaus 2023 m. rugsėjo 26 d. įsakymu Nr. 1SM-113 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. Sistemingai gilinti mokinių pasirinktos sporto šakos žinias, ugdyti gebėjimus ir formuoti įgūdžius, plėtoti sporto ir bendrąsias kompetencijas;

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 sporto šakų rinktinėms.

7. Ugdymo plano tikslas – reglamentuoti mokyklos ugdomąją veiklą vieneriems mokslo metams.

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, inventorių);

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 pratybų 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, nuomojamose 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 dienos tvarkės, mitybos reikalavimus, asmens higienos taisykles ir savianalizės principus, elgesio ir kultūros žinias, fizinių pratimų įtakos atskirų organų ir sistemų veiklai, bendrųjų treniruotės dėsnų, 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 mokinių 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, mokyklos sporto 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 sporto renginių kalendorinio plano, kuris sudaromas pagal Lietuvos sporto federacijų ir asociacijų metinius planus. Mokyklos sporto 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. Mokinių atostogos numatomos 2023-2024 mokslo metais:

Ugdymo programos pavadinimas	Atostogų pradžia – pabaiga
Dziudo	Liepa – rugpjūtis
Stalo tenisas	Liepa – rugpjūtis
Lengvoji atletika	Liepa – rugpjūtis
Sunkioji atletika	Liepa – rugpjūtis
Baidarių ir kanojų irklavimas	Lapkritis – gruodis
Boksas	Liepa – rugpjūtis
Rankų lenkimas	Liepa – rugpjūtis
Žirginis sportas	Spalis – lapkritis

Atostogų laikotarpis gali būti koreguojamas atsižvelgiant į skirtingų sporto šakų Lietuvos sporto federacijų ir asociacijų sportinių renginių metinių planų pakeitimus.

18. 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.

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

20. Visų Mokyklos sporto šakų ir visų meistriškumo grupių mokinių ugdymas (kontaktinis darbas) trunka 42 savaites per metus.

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

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

V. UGDYMO ORGANIZAVIMAS KARANTINO, EKSTREMALIOS SITUACIJOS, EKSTREMALIAUS ĮVYKIO AR ĮVYKIO, KELIANČIO PAVOJŲ MOKINIŲ SVEIKATAI IR GYVYBEI, LAIKOTARPIU AR ESANT APLINKYBĖMS MOKYKLOJE, DĖL KURIŲ UGDYMO PROCESAS NEGALI BŪTI ORGANIZUOJAMAS KASDIENIU MOKYMO PROCESO ORGANIZAVIMO BŪDU

23. Karantino, ekstremalios situacijos, ekstremalaus įvykio ar įvykio (ekstremali temperatūra, gaisras, potvynis, pūga ir kt.), keliančio pavojų mokinių sveikatai ir gyvybei (toliau – ypatingos aplinkybės), laikotarpiu ar esant aplinkybėms mokykloje, dėl kurių ugdymo procesas negali būti organizuojamas kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu (mokykla yra dalykų brandos egzaminų centras, vyksta remonto darbai mokykloje ir kt.), ugdymo procesas gali būti koreguojamas arba laikinai stabdomas, arba organizuojamas nuotoliniu mokymo proceso organizavimo būdu (toliau – nuotolinis mokymo būdas).

24. Mokyklos vadovas, nesant valstybės, savivaldybės lygio sprendimų dėl ugdymo proceso organizavimo esant ypatingoms aplinkybėms ar esant aplinkybėms Mokykloje, dėl kurių ugdymo procesas negali būti organizuojamas kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu, gali priimti sprendimus:

24.1. laikinai koreguoti ugdymo proceso įgyvendinimą:

24.1.1. keisti nustatytą treniruočių trukmę;

24.1.2. keisti nustatytą treniruočių pradžios ir pabaigos laiką;

24.1.3. ugdymo procesą perkelti į kitas aplinkas;

24.1.4. priimti kitus aktualius ugdymo proceso organizavimo sprendimus, mažinančius / šalinančius pavojų mokinių sveikatai ir gyvybei;

24.2. laikinai stabdyti ugdymo procesą, kai dėl susidariusių aplinkybių Mokyklos aplinkoje nėra galimybės jo koreguoti ar tęsti ugdymo procesą grupinio mokymosi forma kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu bei grupinio mokymosi forma nuotoliniu mokymo būdu, pvz., sutrikus elektros tinklų tiekimui ir kt. Ugdymo procesas Mokyklos vadovo sprendimu gali būti laikinai stabdomas 1–2 darbo dienas. Jeigu ugdymo procesas turi būti stabdomas ilgesnį laiką, Mokyklos vadovas sprendimą dėl ugdymo proceso stabdymo derina su savivaldybės vykdomąja institucija ar jos įgaliotu asmeniu.

25. Savivaldybės lygiu ar mokyklos vadovui priėmus sprendimą ugdymą organizuoti nuotoliniu mokymo būdu, Mokykla:

25.1. vadovaujasi Mokyklos parengtomis ugdymo organizavimo gairėmis dėl ugdymo organizavimo ypatingomis aplinkybėmis ar esant aplinkybėms Mokykloje, dėl kurių ugdymo procesas negali būti organizuojamas kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu;

25.2. ugdymą vykdo pagal Mokykloje parengtas nuotolinio (visi mokiniai mokosi nuotoliniu būdu) ar mišraus (kai kurių sporto šakų pratybos vyksta lauko sąlygomis) ugdymo programas;

25.3. įvertina, ar visi mokiniai gali dalyvauti ugdymo procese pasirinkta kita mokymo forma ir būdu, susitarti dėl galimų šios problemos sprendimo būdų, pasirinkimo alternatyvų, galimos pagalbos priemonių;

- 25.4. vykdo ugdymą sinchroniniu ir asinchroniniu būdu;
- 25.5. pertvarko pamokų tvarkaraštį, pritaikydama jį ugdymo procesui organizuoti nuotoliniu mokymo būdu, atsižvelgiant į bendrojo ugdymo mokyklose organizuojamą nuotolinį ugdymą;
- 25.6. susitaria su treneriais-sporto mokytojais, kad asinchroniniu būdu vykdomas ugdymo procesas būtų įvairus ir prasmingas: tikslingas tiesioginio transliavimo internetu ar televizijoje sportinių renginių stebėjimas, filmuotų užduočių atlikimas, užduočių atlikimas elektroninėse platformose ir t. t., atsižvelgiant į mokinių galimybes ir amžiaus ypatumus;
- 25.7. susitaria, kaip bus skiriamos mokymosi užduotys, kaip pateikiama ugdymui(si) reikalinga medžiaga ar informacija, kada ir koku būdu mokinsys gali paprašyti mokytojo pagalbos ir paaiškinimų, kiek mokiniai turės skirti laiko užduotims atlikti, kaip reguliuojamas jų krūvis, kaip suteikiamas grįžtamasis ryšys mokiniams, jų tėvams (globėjams, rūpintojams) ir fiksuojami įvertinimai ir pan.;
- 25.8. paskiria asmenį(-is), kuris(-ie) teiks bendrąją informaciją apie ugdymosi proceso organizavimo tvarką, ar komunikuos kitais svarbiais klausimais tol, kol neišnyksta ypatingos aplinkybės ar aplinkybės Mokykloje, dėl kurių ugdymo procesas negalėjo būti organizuojamas kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu. Informacija apie tai skelbiama Mokyklos tinklalapyje.

VI. UGDYMO TRUKMĖ IR APIMTYS

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

26.1. lengvosios atletikos: pradinio rengimo – 1-2 metus, meistriško ugdymo – 1-4 metus, meistriško tobulinimo – 1-4 metus;

26.2. stalo teniso: pradinio rengimo – 1-2 metus, meistriško ugdymo – 1-4 metus, meistriško tobulinimo – 1-4 metus;

26.3. sunkiosios atletikos: pradinio rengimo – 1-2 metus, meistriško ugdymo – 1-5 metus, meistriško tobulinimo – 1-3 metus;

26.4. baidarių ir kanojų irklavimo: pradinio rengimo – 1-2 metus, meistriško ugdymo – 1-5 metus, meistriško tobulinimo – 1-3 metus;

26.5. dziudo imtynių: pradinio rengimo – 1-2 metus, meistriško ugdymo – 1-5 metus, meistriško tobulinimo – 1-3 metus;

26.6. bokso: pradinio rengimo – 1-2 metus, meistriško ugdymo – 1-5 metus, meistriško tobulinimo – 1-3 metus;

26.7. žirginio sporto ir rankų lenkimo (neolimpinė sporto šaka) sportinio ugdymo grupės iki 10 metų.

27. Ugdymo programa (kontaktinis darbas) per metus trunka 42 savaites, treniruočių skaičius per savaitę priklauso nuo grupės meistriško lygio ir nurodomas ugdymo plano lentelėse, bei treniruočių tvarkaraštyje.

28. Individualių 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 – individualių 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 – individualių 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.

29. Mokinsys maksimaliai gali vykdyti 2 treniruotes per dieną, jeigu jos skaidomos į rytinę ir vakarinę. Per dieną gali dalyvauti ne daugiau kaip 2 varžybose, o per savaitę ne daugiau kaip 3 varžybose.

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

31. Nuo šių mokslo metų lengvosios atletikos, sunkiosios atletikos, dziudo imtynių ir bokso

treniruotės vyksta naujose Šilutės sporto mokyklos salėse, esančiose Rusnės g. 10A. Mokyklos mokinių ugdymas vykdomas ir nuomojamosiose sporto bazėse (sporto salėse, specializuotose sporto salėse, stadiono lengvosios atletikos sektoriuose, lauko 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.

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

33. Kai oro temperatūra yra 20 laipsnių šalčio ar žemesnė, į treniruotes gali neiti 1-5 klasių mokiniai, esant 25 laipsniams šalčio ar žemesnei temperatūrai visi vyresniųjų klasių mokiniai. Treniruotės nevykdomos visų klasių mokiniams esant +30 laipsnių ir aukštesnei temperatūrai. Šios dienos įskaičiuojamos į ugdymo dienų skaičių. Jei treniruotės nevyko dėl šalčio, karantino ar stichinių nelaimių, žurnale žymimos datos ir parašoma: „Treniruotės nevyko dėl...“.

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

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

VI. UGDYMO GRUPĖS, MOKINIŲ SKAIČIUS, TRENIRUOČIŲ APIMTYS

36. Vadovaujantis Mokyklos sportinio ugdymo grupių komplektavimo reikalavimais, 2023 – 2024 mokslo metais planuojamos tokios ugdymo grupės:

36.1. 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 I metų	Iki 14 m.	10	11	6-11	11
2.	Pradinio rengimo II metų	Iki 14 m.	10	11	6-8	6
3.	Meistriškumo ugdymo IV metų	Iki 18 m.	8	9	11-13	12

Iš viso: 31 mok.

Iš viso: 29 val.

36.2. 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	6-10	10
2.	Pradinio rengimo II metų	Iki 14 m.	11	15	6-8	7
3.	Meistriškumo tobulinimo II metų	Iki 19 m.	7	7	14-16	14

Iš viso: 34 mok.

Iš viso: 31 val.

36.3. 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 II metų	Iki 15m.	10	11	4-6	5
2.	Meistriškumo ugdymo I metų	Iki 18m.	9	12	6-8	7
3.	Meistriškumo ugdymo IV metų	Iki 18m.	8	6	10-13	12
4.	Meistriškumo tobulinimo II metų	Iki 19m.	6	6	14-16	14

Viso: 35 mok.

Iš viso: 38 val.

36.4. rankų lenkimas:

Eil. Nr.	Mokymo grupių lygis	Mokinių amžius	Mokinių skaičius mokymo grupėje		Skiriamas pratybų valandų skaičius per	
			Turi būti (maksimalus)	Yra	Gali būti skiriamas valandų skaičius	Paskirta valandų
1.	Mišri rankų lenkimo mokymo grupė	Iki 19m.	12	10	4-12	6

Iš viso: 10 mok.

Iš viso: 6 val.

36.5. dziudo:

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.	Meistriškumo ugdymo III metų	Iki 18m.	8	8	10-12	11
2.	Pradinio rengimo II metų	Iki 14m.	10	12	6-8	6

Iš viso: 20 mok.

Iš viso: 17 val.

36.6. stalo tenisas:

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 13m.	10	10	4-6	4
2.	Meistriškumo ugdymo IV metų	Iki 15m.	9	16	8-11	8

Iš viso: 26 mok.**Iš viso: 12 val.****36.7. 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.	Meistriškumo ugdymo I metų	Iki 14m.	12	18	6-9	8
2.	Meistriškumo ugdymo I metų (Švėkšnos sk.)	Iki 14m.	12	15	6-9	8
3.	Meistriškumo tobulinimo III metų	Iki 19m.	8	13	10-16	12

Viso: 46 mok.**Viso: 28 val.****36.8. žirginis sportas:**

Eil. Nr.	Mokymo grupių lygis	Mokinių amžius	Mokinių skaičius mokymo grupėje		Skiriamas pratybų valandų skaičius per savaitę	
			Gali būti (maksimalus)	Yra	Gali būti skiriamas valandų skaičius	Paskirta valandų
1.	Mišri žirginio sporto ugdymo grupė	Iki 19m.	12	8	4-12	10

Viso: 8 mok.**Viso: 10 val.**

- 37. Mokykloje mokosi 210 mokinių.
- 38. Mokykloje yra 19 mokomųjų grupių.
- 39. Už mokomąsias grupes paskirta 171 kontaktinė valanda.

SUDERINTA

Šilutės rajono savivaldybės meras
Vytautas Laurinaitis

PRITARTA

Šilutės sporto mokyklos
tarybos 2023 m. rugsėjo 28 d.
protokolu Nr. MTP-3