**PATVIRTINTA**

**Molėtų r. kūno kultūros ir sporto centro direktoriaus**

**2020 m. spalio 12 d. įsakymu Nr. V1-77**

**MOLĖTŲ R. KŪNO KULTŪROS IR SPORTO CENTRO**

**2020-2021 M.M. UGDYMO PLANAS**

**I. BENDROSIOS NUOSTATOS**

1.Molėtų r. kūno kultūros ir sporto centro (toliau – Sporto centro) 2020-2021 mokslo metų ugdymo planas reglamentuoja Sporto centro krepšinio, rankinio, aerobinės gimnastikos, lengvosios atletikos, teniso neformaliojo ugdymo programų įgyvendinimą.

2. Planas sudarytas ir įgyvendinamas vadovaujantis Neformaliojo vaikų švietimo koncepcija, patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2005 m. gruodžio 30 d. įsakymu Nr. ĮSAK-2695 (Žin., 2006, Nr. 4-115), Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. rugsėjo 16 įsakymu Nr. V-1014 „Dėl švietimo ir mokslo ministro 2019 m. rugsėjo 4 d. įsakymo Nr. V-976 „Dėl sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijų tvirtinimo“ pakeitimo,

  Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. kovo 1 d. įsakymu Nr. V1-186 „Dėl mokytojų, dirbančių pagal bendrojo ugdymo, profesinio mokymo ir neformaliojo švietimo programas (išskyrus ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas), darbo krūvio sandaros nustatymo tvarkos aprašo patvirtinimo“, Molėtų r. kūno kultūros ir sporto centro nuostatais, Molėtų r. kūno kultūros ir sporto centro direktoriaus 2020-09-30 įsakymu Nr. V1-69 „Dėl Molėtų r. kūno kultūros ir sporto centro sportinių grupių sudarymo tvarkos aprašo“, ilgalaikėmis sporto šakų programomis, Molėtų r. kūno kultūros ir sporto 2020-2022 m. strateginiu planu.

3.Sporto centre ugdymo planas grindžiamas demokratiškumo, prieinamumo, bendradarbiavimo principais, meistriškumo įvertinimu įtraukiant mokytojus, mokinius, tėvus (globėjus, rūpintojus), vietos bendruomenę.

4. Sporto centro ugdymo planas parengtas vieneriems mokslo metams.

**II. UGDYMO PLANO TIKSLAI IR UŽDAVINIAI**

5. Ugdymo plano tikslai:

5.1.  Apibrėžti Ugdymo programų vykdymo bendruosius reikalavimus.

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

6. Ugdymo plano uždaviniai:

6.1. Nustatyti metinį ir savaitinių valandų skaičių, skirtą neformaliojo ugdymo programoms įgyvendinti.

6.2. Numatyti gaires ugdymo procesui Sporto centre įgyvendinti ir ugdymui pritaikyti pagal mokinių mokymosi poreikius.

**III. UGDYMO ORGANIZAVIMAS 2020-2021 MOKSLO METAIS**

7. Mokslo metai prasideda 2020 m. rugsėjo 1 d., baigiasi 2021 m. rugpjūčio 31 d.

7.1. Ugdymo procesas prasideda 2020 m. rugsėjo 1 d., baigiasi 2021 m. rugpjūčio 31 dieną.

8. Sportinio ugdymo programos etapai ir trukmė metais:

8.1. pradinio rengimo etapas – 1-2 metai;

8.2. meistriškumo ugdymo etapas – 1-5 metai;

8.3. meistriškumo tobulinimo etapas – 1-4 metai.

8.4. aukšto meistriškumo 2 metai

9. Sporto centras dirba penkias dienas per savaitę;

10. Treniruočių procesas organizuojamas mokymo grupėms ar individualiai. Pedagoginės

veiklos būdus ir formas neformaliojo švietimo mokytojas (NŠ) pasirenka atsižvelgdamas į sportininko meistriškumo lygį, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus. Pagrindinės sportininkų mokymo formos yra šios: teorinės ir praktinės mokomosios pratybos (treniruotės) vietos sporto bazėje, sporto stovyklose, dalyvavimas varžybose. Ugdytinių pažangos ir pasiekimų pažangos vertinimui gali būti naudojama „Eurofito“ ir kitais fizinio įvertinimo testais. Gali būti organizuojami seminarai, diskusijos, ekskursijos.

11. Sportininkų mokymas organizuojamas laisvalaikiu: po pamokų, poilsio ir švenčių dienomis, per atostogas. Vaikų užimtumas atostogų metu organizuojamos pagal atskirą sporto centro direktoriaus įsakymą. Mokinių vasaros atostogų metu sporto centre tęsiamos numatytos ugdymo programos, vykdomos vaikų užimtumo programos ir/ar projektai.

12. Ugdymo procese skiriamos atostogos:

|  |  |
| --- | --- |
| Rudens atostogos | 2020 m. spalio 26 d. – spalio 30 d. |
| Rudens atostogos Žiemos (Kalėdų) atostogos | 2020 m. gruodžio 23 d. – 2021 m. sausio 5 d. |
| Žiemos atostogos | 2021 m. vasario 15 d. – vasario 19 d. |
| Pavasario (Velykų) atostogos | 2021 m. balandžio 6 d. – balandžio 9 d. |

13. Pratybų minimali trukmė 1 akademinė valanda (60 minučių). Minimali pratybų trukmė priklauso nuo NŠ mokytojo grupinio ar individualiojo mokymo plano-programos reikalavimų. Į šį skaičių įeina ir oficialaus kalendorinių varžybų, jeigu jose dalyvauja sportininkas su NŠ mokytoju laikas. Teorinių paskaitų, mokomųjų pratybų ar kitų mokymo pratybų laiką ir vietą nurodo treniruočių tvarkaraščiai, o dalyvavimo sporto varžybose-kalendoriniai planai, patvirtinti direktoriaus.

14. Ugdymas vykdomas naudojant ugdymosi priemones (įranga, sportinis inventorius ir kt.).

15. Oro  temperatūrai esant 20 laipsnių šalčio ar žemesnei, į Sporto centro pratybas gali  neiti 1-5 klasių mokiniai, esant 25 laipsnių šalčio ar žemesnei temperatūrai 6-12 klasių mokiniai. Sporto centro direktoriaus sprendimu ugdymo procesas gali būti koreguojamas. Šios dienos įskaičiuojamos į mokymosi dienų skaičių.

16. Mokinių ugdymo veikla fiksuojama sporto centro elektroniniame dienyne nuo rugsėjo 2 d.

17. Paskelbus ekstremalią situaciją, keliančią pavojų sportininkų gyvybei ar sveikatai, sporto centro administracija priima sprendimą dėl ugdymo proceso koregavimo.

**IV. UGDYMO TURINIO PLANAVIMAS IR  MOKINIŲ**

**PAŽANGOS IR PASIEKIMŲ VERTINIMAS**

18. Ugdymo turinys sporto centre planuojamas 42 savaitėms.

19. Atskirų grupių metinius ugdymo planus-programas rengia NŠ mokytojas.

20. Planuodamas ugdymo turinį NŠ mokytojas planuoja, sportininkų pažangos ir pasiekimų vertinimą, jį sieja su tam tikros sporto šakos tikslais ir uždaviniais atsižvelgdamas į sportininkų pasiruošimo lygį, patirtį ir gebėjimus. Mokinių meistriškumo lygį, meistriškumo pakopos (MP) nustatomos pagal pasiektą rezultatą, vadovaujantis LR švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. rugsėjo 4 įsakymu Nr. V-976 „Dėl sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijų“.

21. Sportininkų fizinių savybių, funkcinių rodyklių lygis vertinamas fizinio pajėgumo testavimo metodais mokslo metų pradžioje-rugsėjo-spalio mėn., mažiausiai vieną kartą metu eigoje ir pasibaigus mokslo metams-birželio mėn.

22. Siekiant padėti sportininkui sėkmingai ugdyti fizinius gebėjimus, ugdymas individualizuojamas sudarant sportininko individualų ugdymo planą, kuriuo siekiama padėti sportininkui planuoti, kaip pagal savo išgales pasiekti aukštesnių ugdymo (si) pasiekimų, ugdyti asmeninę atsakomybę dėl sąmoningo mokymosi, gebėjimo įgyvendinti išsikeltus tikslus.

23. Individualus ugdymo planas – aukštesnio meistriškumo pasiekusio sportininko, besimokančio pagal neformaliojo ugdymo programą, ugdymo planas tam tikram laikotarpiui.

24. Individualus ugdymo planas sudaromas sportininkui, kuris treniruojasi individualiai. Ugdymo planą sudaro NŠ mokytojas.

25. Individualus ugdymo planas sudaromas tik rašytine forma sporto centre treniruočių nustatytam laikotarpiui.

**V. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

26. Mokslo metų eigoje keičiantis sportininkų ir trenerių skaičiui, Ugdymo planas gali būti

koreguojamas ir pakeitimai tvirtinami Centro direktoriaus įsakymais, pakeitimus suderinus su savininko teises ir pareigas įgyvendinančios institucijos atsakingu asmeniu.

27. Už Ugdymo plano įgyvendinimą atsako Centro direktorius.

**VI. UGDYMO SRITYS, SPORTO ŠAKOS**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Mokymo grupė | Mokymo metai | Mokinių amžius grupėse,  lytis | | Mokinių skaičius  grupėse | Valandų skaičius  per savaitę | | Tikslas, uždaviniai | NŠ mokytojas |
| K | P |  |  |
| **RANKINIS** | | | | | | | | |
| Pradinio rengimo | 1 | 7-9 m. berniukai | | 12 | 3 | 1,26 | Sukomplektuoti berniukų grupę.  Pradinių rankinio technikos veiksmų mokymas.  Dalyvauti „Mini“ rankinio varžybose | Rita Bimbirienė |
| 2 | 8-10 m.  berniukai | | 12 | 4,5 | 1,88 | LR vaikų berniukų U-11 rankinio čempionate užimti 1-3 vietą.  Mokyti vaikus rankinio taisyklių 7x7.  Mokyti vaikus pagrindinių rankinio žaidimo technikos elementų, taktikos pagrindų. | Martynas Žala |
| 2 | 10-12 m.  mergaitės | | 12 | 6 | 3,6 | LR vaikų mergaičių U-13 rankinio čempionate iškovoti 6-10 vietas.  Baigti komplektuoti komandą.  Dalyvauti 2 turnyruose išvykoje. Organizuoti Molėtuose. | Lina Umbrasaitė |
| 2 | 13-15 berniukai | | 12 | 4 | 2,40 | LR rankinio jaunių U-17 čempionate iškovoti 3-6 vietas.  Dalyvauti 2 turnyruose išvykoje, organizuoti Molėtuose. | Lina Umbrasaitė |
| Meistriškumo ugdymo | 1 | 9-12 m.  berniukai | | 12 | 9 | 3,78 | LR vaikų berniukų U-13 rankinio čempionate iškovoti 1-3 vietas.  Rankinio turnyras „Pasvalio taurė-2020“  Rankinio turnyras „Panevėžio taurė-2021“  Rankinio turnyras „Molėtų ruduo 2020“  Rankinio turnyras „Pasvalio rankinio festivalis 2021“ | Rita Bimbirienė |
| 1 | 15-18 m.  merginos | | 12 | 6 | 3,6 | LR jaunių merginų U-17 rankinio čempionate iškovoti 4-8 vietą.  Kelti grupės mokinių fizinį, techninį ir taktinį pasirengimo lygį. | Lina Umbrasaitė |
| Meistriškumo tobulinimo | 2 | 15-18 m  vaikinai | | 12 | 10 | 4,19 | LR rankinio jaunimo U-19 čempionate iškovoti 1-2  vietą.  LR rankinio jaunių U-17 čempionate iškovoti 3-6 vietas. | Rita Bimbirienė |
| **VISO** | **7** |  | |  | **42,5** | **20,71** |  |  |
| **KREPŠINIS** | | | | | | | | |
| Pradinio  rengimo | 1 | 7-9 m.  berniukai | | 12 | 4 | 2,40 | Sukomplektuoti berniukų grupę.  Pradinių krepšinio technikos veiksmų mokymas. | Žydrūnas Beigeris |
| 1 | 10-11 m.  berniukai | | 12 | 4,5 | 1,88 | Sukomplektuoti berniukų grupę.  Pradinių krepšinio technikos veiksmų mokymas. | Marius Pociukonis |
| Meistriškumo ugdymo | 1 | 12-13 m. berniukai | | 12 | 7,5 | 3,14 | Lietuvos MKL U-13 vaikų čempionate patekti į 2 ą etapą.  Dalyvauti turnyruose. | Marius Pociukonis |
| 2 | 14-15m. vaikinai | | 12 | 8 | 4,80 | Lietuvos MKL U-16 vaikinų čempionate patekti į 2-ą etapą.  Dalyvauti turnyruose.  Tobulinti individualius ir komandinius žaidimo technikos ir taktikos veiksmus. | Žydrūnas Beigeris |
| Fizinio aktyvumo |  | 18 m. ir j.  merginos | | 12 | 3 | 1,26 | Mokytis krepšinio žaidimo abėcėlės. Formuoti judesių atlikimo technikos ir taktikos suvokimą, suteikti bendrųjų ir dalykinių krepšinio žaidimo kompetencijų.  Mokysis teisėjavimo varžybose, rašyti varžybų protokolus.  Dalyvaus fizinio aktyvumo sporto renginiuose. Dalyvaus krepšinio turnyruose. Kėdainiuose. | Ieva Vaicekauskienė |
| **VISO** | **5** |  | |  | **27** | **13,48** |  |  |
| **LENGVOJI ATLETIKA** | | | | | | | | |
| Pradinio  Rengimo | 1 | 16 m ir j.  mišri | | 10 | 4,5 | 1,88 | Dalyvauti 4 lengvosios atletikos varžybose ar bėgimuose.  Ieškoti gabių vaikų, skirtų bėgimui, svarbiausių fizinių savybių ugdymas.  Organizmo funkcijų tobulinimas, stiprinant bėgiko sveikatą.  Mokyti bėgimo technikos.  Poreikio reguliariai sportuoti ugdymas. | Gailutė Keliuotienė |
| **VISO** |  | **1** |  | 10 | **4,5** | **1,88** |  |  |
| **TENISAS** | | | | | | | | |
| Pradinio rengimo | 2 | 8-16 m.  mišri | | 8 | 6 | 2,52 | Susitikimuose aplenkti nuo 25% iki 75 % dalyvių.  Ruošti tenisininkus rajono, apskrities ir respublikinėms „Raudonojo korto„ ir „Oranžinio korto“ varžyboms.  Mokyti žaisti pagal teniso taisykles. Vadovautis oficialia „Tennis 10 s“ programa, patvirtinta ITF.  Mokyti teniso įvairių smūgių technikos. | Algirdas Šėža |
| Meistriškumo ugdymo | 1 | 14-15 m.  mišri | | 6 | 8 | 3,19 | Susitikimuose aplenkti nuo 25 iki 75 proc. dalyvių.  Gerinti lauko teniso smūgių techniką.  Mokyti žaidimo taktikos. | Algirdas Šėža |
| 2 | 11-12 m.  mišri | | 6 | 8 | 3,19 | Mokyti žaidimo taktikos  Dalyvauti reitinginiuose turnyruose.  Dalyvauti turnyruose:  2020-09 Utenos SC taurė  2020-11 TOP 8 turnyras  Kalėdinis turnyras  Molėtų Dvejetų čempionatas  Molėtų Vienetų žiemos čempionatas  Molėtų vasaros čempionatas  Utenos Vasaros turnyras  Susitikimuose aplenkti nuo 25 iki 75 proc. dalyvių. | Algirdas Šėža |
| VISO | 3 |  | |  | **22** | **8,9** |  |  |
| **AEROBINĖ GIMNASTIKA** | | | | | | | | |
| Pradinio rengimo | 1 | 7-9 m. mergaitės | | 10 | 2 | 0,83 | Populiarinti aerobinės gimnastikos sportą, ieškoti gabių,  talentingų vaikų.  Propaguoti sveiką gyvenimo būdą ir stiprinti sportininkų  sveikatą.  Siekti meistriškumo su pažengusiais. | Kristina Knezienė |
|  | 2 | 10-14 m.  mišri | | 10 | 5 | 2.10 | Populiarinti aerobinės gimnastikos sportą, ieškoti gabių, talentingų sportininkų, sudaryti sąlygas jiems tobulėti | Kristina Knezienė |
| **VISO** | 2 |  | |  | **7** | **2.93** |  |  |

SUDERINTA

Molėtų r. kūno kultūros ir sporto

centro tarybos posėdyje

2020 m. rugsėjo 30 d. protokolo Nr. CT-6

SUDERINTA

Molėtų rajono savivaldybės administracijos

Kultūros ir švietimo skyriaus vedėjo

2020 m. spalio 12 d. įsakymu Nr. V- 44