

PROJEKTAS SUDERINTAS  
Druskininkų savivaldybės administracijos  
2022 m. rugpjūčio 30 d.  
raštu Nr. S12-2660

PATVIRTINTA  
Druskininkų sporto centro direktoriaus  
2022 m. rugpjūčio 31 d. įsakymu Nr. V1-76

## **DRUSKININKŲ SPORTO CENTRO 2022-2023 MOKSLO METŲ UGDYMO PLANAS**

### **I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Druskininkų sporto centro (toliau – Centras) ugdymo planas (toliau – Ugdymo planas) reglamentuoja formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programų (futbolo, imtynių, kalnų slidinėjimo, krepšinio, lengvosios atletikos, plaukimo, rankinio, tinklinio) įgyvendinimą ir ugdymo proceso organizavimą Centre.

2. Ugdymo plane apibrėžiamas sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupių sudarymas ir asmenų sportinių pasiekimų vertinimas, nurodoma sportinio ugdymo ir (ar) rengimo trukmė ir apimtis, pateikiamos sportinio ugdymo ir (ar) rengimo plano rengimo ir derinimo rekomendacijos, nurodomi kiti sportinio ugdymo ir (ar) rengimo ypatumai.

3. Ugdymo planas ir programiniai reikalavimai parengti vadovaujantis Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis, patvirtintomis Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. rugsėjo 4 d. įsakymu Nr. V-976 „Dėl sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijų tvirtinimo“ (toliau – Rekomendacijos) 1 priedu „Formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliai ir ugdymui skiriamas maksimalus kontaktinių akademinų ugdymo valandų skaičius per savaitę pagal sporto šakas ir (arba) disciplinas“, Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu, Neformaliojo vaikų švietimo koncepcija, Bendrųjų iš valstybės ir savivaldybių biudžetų finansuojamų neformaliojo švietimo programų kriterijų aprašu, Lietuvos higienos normos HN 20:2012 „Neformaliojo vaikų švietimo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai, patvirtintais Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2012 m. birželio 25 d. įsakymu Nr. V-599 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 20:2012 „Neformaliojo vaikų švietimo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“, 2021-2022 ir 2022-2023 mokslo metų pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programų bendraisiais ugdymo planais, patvirtintais Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2021 m. gegužės 3 d. įsakymu Nr. V-688 „Dėl 2021 – 2022 ir 2022 – 2023 mokslo metų pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programų bendrųjų ugdymo planų patvirtinimo“, Druskininkų sporto centro nuostatais, kitais teisės aktais.

4. Ugdymo plane vartojamos sąvokos atitinka Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme, Lietuvos Respublikos sporto įstatyme, Sportinio ugdymo rekomendacijose ir kituose švietimą, kūno kultūrą ir sportą reglamentuojančiuose teisės aktuose vartojamas sąvokas.

### **II SKYRIUS SPORTINIO UGDYMO IR (AR) RENGIMO GRUPIŲ SUDARYMAS**

5. Sportinio ugdymo ir (ar) grupės sudaromos pagal asmens užimtą vietą arba pasiektą rezultatą varžybose, vadovaujantis meistriškumo pakopų rodikliais, nurodytais Rekomendacijų 1 priede.

6. Meistriškumo rodikliai vertinami vadovaujantis sporto (šakų) federacijų ir kitų organizacijų vykdomų varžybų tinkamai patvirtintų protokolų duomenimis.

7. Sudarant sportinio ugdymo ir (ar) rengimo atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų meistriškumo ugdymo arba meistriškumo tobulinimo etapo ugdymo grupę, vietoje vieno Rekomendacijų 1 priede nurodyto asmens į grupę gali būti įtraukti 2 viena pakopa žemesnės meistriškumo pakopos rodiklius atitinkantys asmenys.

8. Jeigu jaunesnio amžiaus asmuo atitinka Rekomendacijų 1 priede nurodytos aukštesnės meistriškumo pakopos rodiklius, jis gali būti įtrauktas į vyresnio amžiaus sportinio ugdymo grupę.

9. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupė gali būti sudaryta iš vienos lyties asmenų arba mišri.

10. Sportinio atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų ugdymo ir (ar) rengimo grupės sudaromos sportiniam sezonui.

11. Mokinių, atvykusių į Lietuvos Respubliką iš Ukrainos dėl Rusijos Federacijos karinių veiksmų Ukrainoje, priėmimas į Sportinio ugdymo grupes vykdomas vadovaujantis Rekomendacijų 1 priedu.

12. Naujos sportinio atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų ugdymo ir (ar) rengimo grupės sudarymas gali trukti ne ilgiau kaip 2 mėnesius.

13. Neformaliojo asmenų sportinio ugdymo grupės sudarymo procesas vyksta nuolat.

14. Sportinio ugdymo grupė laikoma nesukomplektuota, jeigu treniruotes lanko mažiau kaip 2/3 patvirtinto grupės mokinių skaičiaus:

14.1. Centro direktorius gali teikti siūlymą dėl ugdymo grupės uždarymo.

15. Centro direktorius, vadovaudamasis Centro trenerių tarifikacinės komisijos posėdžio protokolu, tvirtina sportinio ugdymo grupių ugdymui skiriamų kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičių per savaitę.

### **III SKYRIUS**

#### **ASMENŲ SPORTINIŲ PASIEKIMŲ VERTINIMAS**

16. Pagal sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programas ugdomų ir (ar) rengiamų asmenų sportiniai pasiekimai vertinami sportinio sezono pradžioje, sudarant sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupes, mokslo metų pabaigoje ir, esant poreikiui, bet kuriuo sportinio sezono metu.

17. Pagal sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programas ugdomų ir (ar) rengiamų asmenų sportinių pasiekimų vertinimas atliekamas vadovaujantis Rekomendacijų 1 priede nustatytais meistriškumo rodikliais.

18. Rekomendacijų 1 priede nurodyti meistriškumo rodikliai, pasiekti olimpinėse žaidynėse, pasaulio ir Europos čempionatuose, galioja 5 metus nuo pasiekimo dienos; tarptautinėse suaugusiųjų, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių aukšto meistriškumo sporto varžybose, Lietuvos Respublikos suaugusiųjų, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių čempionatų varžybose – 3 metus nuo pasiekimo dienos, kitose varžybose – 2 metus nuo pasiekimo dienos.

19. Sportinio ugdymo procese derinamas formuojamasis, diagnostinis ir apibendrinamasis vertinimas:

19.1. formuojamojo vertinimo paskirtis – teikti asmeniui grįžtamąjį ryšį, stebėti daromą pažangą, individualias galias, siekius ir suteikti pagalbą laiku;

19.2. diagnostiniu vertinimu nustatomi asmens pasiekimai, kad galima būtų tikslingai planuoti tolesnį ugdymą. Asmens pasiekimų diagnostinis vertinimas atliekamas Centre reguliariai, gauta informacija analizuojama, keliant tolimesnius ugdymo tikslus;

19.3 apibendrinamajam asmens pažangos ir pasiekimų vertinimui, baigiantis ugdymo laikotarpiui, gali būti naudojama testai.

20. Pagal neformaliojo asmenų sportinio ugdymo programas ugdomų asmenų pažangos ir pasiekimų pažangos vertinimui gali būti naudojama Eurofito fizinio pajėgumo testavimo metodika pagal 1987 m. gegužės 19 d. Europos Tarybos Ministrų Komiteto patvirtintas rekomendacijas Nr. R(87)9.

21. Asmenų fizinių savybių, funkcinių rodyklių lygis nustatomas kontroliniais normatyvais, kuriuos numato treneris.

22. Asmenims, baigusiems neformaliojo vaikų švietimo programą, išduodami Lietuvos Respublikos neformaliojo vaikų švietimo pažymėjimai.

#### **IV SKYRIUS**

#### **SPORTINIO UGDYMO IR (AR) RENGIMO TRUKMĖ IR APIMTIS**

22. Mokslo metų pradžia – 2022 m. rugsėjo 1 d., pabaiga – 2023 m. rugpjūčio 31 d.

23. Ugdymo organizavimas 2022–2023 mokslo metais:

23.1. mokslo metų ir sportinio ugdymo proceso pradžia – 2022 m. rugsėjo 1 d.;

23.2. sportinio ugdymo proceso trukmė pradinio rengimo grupėms – 242 d.;

23.3. sportinio ugdymo proceso trukmė meistriškumo ugdymo ir meistriškumo tobulinimo grupėms – 256 d.

24. Centro mokiniams vasaros atostogos skiriamos pasibaigus sportinio ugdymo procesui ir vasaros sporto stovykloms. Vasaros atostogos trunka iki einamųjų mokslo metų rugpjūčio 31 d.

25. Sportinio ugdymo ir rengimo procesas Centre vykdomas darbo dienomis po pamokų, poilsio, švenčių dienomis, mokinių atostogų metu. Vasaros atostogų metu Centre vykdomos mokinių užimtumo programos ir projektai. Mokinių atostogų metu sportinis ugdymas vykdomas pagal individualias užduotis, sportinių stovyklų planus.

26. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupėms ugdymui ir (ar) rengimui skiriamas maksimalus kontaktinių akademinų ugdymo ir (ar) rengimo valandų skaičius per savaitę pagal sporto šakas ir (arba) disciplinas nurodytas Rekomendacijų 1 priede.

27. Treneriams vienai kontaktinei akademinėi ugdymo valandai pasirengti numatyta 15 minučių, kurios įskaitomos į trenerio darbo laiką.

28. Sportinio ugdymo grupių individualių sporto šakų ir (arba) disciplinų asmenims varžybų dienų skaičius per metus:

28.1. pradinio rengimo etape ne mažesnis kaip 4 varžybų dienos, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų;

28.2. meistriškumo ugdymo etape – individualių sporto šakų ir (arba) disciplinų asmenims varžybų dienų skaičius per metus ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 20 varžybų dienų;

28.3. meistriškumo tobulinimo etape – individualių sporto šakų ir (arba) disciplinų asmenims varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 15 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 30 varžybų dienų.

29. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programų grupių asmenims rekomenduojamas mokomųjų sporto stovyklų skaičius:

29.1. pradinio rengimo etape yra ne mažiau kaip trys 8–10 dienų stovyklos per metus;

29.2. meistriško ugdymo etape – ne mažiau kaip keturios 10–12 dienų stovyklos per metus;

29.3. meistriško tobulinimo etape – ne mažiau kaip keturios 10–14 dienų stovyklos per metus.

30. Neformalus asmenų sportinis ugdymas vykdomas ne rečiau kaip du kartus per savaitę (ne mažiau kaip 4 akademinės ugdymo valandas per savaitę).

31. Sportinio ugdymo procesas organizuojamas šešias (6) dienas per savaitę.

32. Sportinio ugdymo ir rengimo trukmė bei apimtis, vaikams, atvykusiems į Lietuvos Respubliką iš Ukrainos dėl Rusijos Federacijos karinių veiksmų Ukrainoje, išlieka ta pati.

## **V SKYRIUS**

### **SPORTINIO UGDYMO IR (AR) RENGIMO PLANŲ RENGIMAS IR DERINIMAS**

33. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo planas rengiamas vienam sporto sezonui nurodant ugdymo ir (ar) rengimo pradžią ir pabaigą ir apima visas įgyvendinamas valstybės ar savivaldybių biudžetų lėšomis finansuojamos įstaigos ar organizacijos sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programas.

34. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo planas yra valstybės ar savivaldybių biudžeto lėšomis finansuojamos sporto, švietimo įstaigos ar organizacijos, rengiančios ir (ar) ugdančios sportininkus, įgyvendinančios neformaliojo sportinio ugdymo, formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programas, ugdymo ir (ar) rengimo plano dalis.

35. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo plano tikslas – apibrėžti ugdymo programų vykdymo bendruosius reikalavimus sportinio ugdymo turiniui formuoti ir ugdymo procesui organizuoti, sudarant lygias galimybes kiekvienam Centro mokiniui siekti geresnių ugdymo (si) rezultatų, asmeninės pažangos ir įgyti būtinų bendrųjų ir dalykinių kompetencijų.

36. Rengiant sportinio ugdymo ir (ar) planą atsižvelgiama į:

36.1. trenerių kvalifikaciją;

36.2. ugdomų ir (ar) rengiamų asmenų specialiuosius poreikius;

36.3. ugdymo ir (ar) rengimo grupių specifinius poreikius;

36.4. sportinio ugdymo ir (ar) rengimo programų įgyvendinimo laiką ir trukmę;

36.5. sporto šakos ir (arba) disciplinos, kurią kultivuojant vykdomas sportinis ugdymas ir (ar) rengimo, sporto varžybų kalendorių, patvirtintą atitinkamos sporto šakos nacionalinės sporto (šakos) federacijos ir tarptautinės sporto šakos federacijos;

36.6. Mokiniai, atvykę į Lietuvos Respubliką iš Ukrainos dėl Rusijos Federacijos karinių veiksmų Ukrainoje, dalyvauja tam tikros sporto šakos varžybose, kurių kalendorinį varžybų tvarkaraštį patvirtina atitinkamos sporto šakos nacionalinės sporto (šakos) federacijos ir tarptautinės sporto šakos federacijos.

37. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo plano uždaviniai:

37.1. numatyti ugdymo gaires Centro ugdymo turiniui kurti ir jo įgyvendinimą užtikrinančiam Centro sportinio ugdymo ir rengimo planui parengti;

37.2. nustatyti sportinio ugdymo ir rengimo plano trukmę ir ugdymo programų apimtis;

37.3. tobulinti kūno kultūros ir sporto žinias, gebėjimus ir įgūdžius, ieškoti talentingų sportininkų, sudaryti sąlygas gabių asmenų ugdymuisi;

37.4. rengti sportininkus Savivaldybės ir Lietuvos sporto rinktinėms.

38. Sportiniu ugdymo ir rengimo planu siekiama:

38.1. individualizuoti ir diferencijuoti ugdymo turinį;

38.2. tikslingai ir kryptingai planuoti ir organizuoti ugdymą;

38.3. nustatyti užsiėmimų skaičių, skirtų sporto šakų programoms įgyvendinti, ugdymo ir pasirengimo pratyboms valandų skaičių per savaitę.

39. Sportinio ugdymo ir rengimo plano tikslų ir uždavinių įgyvendinimo vertinimo kriterijai:

39.1. suformuotos grupės atskiroms sporto šakų ugdymo programoms įgyvendinti;

39.2. sportininkų skaičius Centre veikiančiose sporto šakų ugdymo programose (futbolo, imtynių, kalnų slidinėjimo, krepšinio, lengvosios atletikos, plaukimo, rankinio, tinklinio);

39.3. Centro sportininkų pasiekti rezultatai;

39.4. kandidatų į šalies rinktinės skaičius.

40. Sportinio ugdymo grupių metines sporto ugdymo programas, vadovaujantis Rekomendacijomis ir atsižvelgiant į programai skirtą kontaktinių valandų skaičių, mokinių fizines ypatybes, lyties ir amžiaus tarpsnių ypatumus bei Centro galimybes, rengia treneriai iki rugsėjo 1 d., o juos tvirtina Centro direktorius.

41. Sportinis ugdymas vykdomas naudojant ugdymo ir ugdymosi priemones (įranga, sportinis inventorių ir kt.), kurias treneris nurodo grupės sportinio ugdymo programoje.

42. Fizinė aplinkai priskiriamos Centro ir kitos patalpos, inventorių ir įrengimai, skirti treniruotėms, varžyboms. Visa fizinė aplinka tarnauja ugdytinių aktyviam ugdymui (si). Treneriams sudaromos galimybės (kiek leidžia ištekliai) dirbti inovatyviai.

43. Pagrindinės mokinių ugdymo formos yra šios: teorinis ir praktinis mokymas Druskininkų savivaldybės sporto bazėse, dalyvavimas sporto varžybose, stovyklose, projektuose. Taip pat gali būti organizuojami seminarai, disputai, ekskursijos, testai.

44. Teorinis mokymas apima bendruosius kūno kultūros, sveikos gyvensenos, racionalios dienotvarkės, mitybos reikalavimus, asmens higienos taisykles, savisekos principus, elgesio ir kultūros žinias. Fizinių pratimų įtaka atskirų organų sistemų veiklai, bendrųjų treniruotės dėsningumą, pasirinktos sporto šakos technikos elementų, faktinių galimybių panaudojimo žinias, sporto varžybų taisyklių nagrinėjimą ir suvokimą.

45. Praktinis mokymas apima bendrąjį ir specialųjį fizinį, techninį, kontaktinį ir psichologinį asmens rengimą, jo metu įgyti mokėjimai ir įgūdžiai realizuojami per sporto varžybas.

46. Ugdymo turinį, grupių metinius, mėnesio mokinių mokomųjų treniruotėlių planus, pasiektus rezultatus, treneris planuoja ir pildo „Treniruotėlių planavimo ir apskaitos žurnale“ ir (ar) elektroniniame dienyne.

47. Asmens veikla fiksuojama dokumente – „Treniruotėlių planavimo ir apskaitos žurnale“ ir (ar) elektroniniame dienyne:

47.1. treneriai fiksuoja ugdomąją veiklą nuo rugsėjo 1 dienos iki rugpjūčio 31 dienos.

48. Treneriui išvykus į stovyklą arba varžybas su vienu ar keliais grupės mokiniais, esant finansinėms galimybėms, dirba vaduojantis treneris.

49. Ugdymo diferencijavimas – tai ugdymo tikslų, uždavinių ugdymo turinio, metodų, ugdymo aplinkos, vertinimo pritaikymas asmenims, kurio tikslas – sudaryti sąlygas kiekvienam

asmeniui sėkmingai ugdytis. Diferencijavimas taikomas: asmeniui individualiai, asmenų grupei, tam tikriems tikslams pasiekti, tam tikroms veikloms atlikti;

49.1. 49 punkte aprašytas ugdymo diferencijavimas taikomas ir vaikams, atvykusiems į Lietuvos Respubliką iš Ukrainos dėl Rusijos Federacijos karinių veiksmų Ukrainoje.

50. Sporto šakų treniruotės vyksta:

50.1. futbolo – Druskininkų sporto centro universaliame aikštyne, Druskininkų „Atgimimo“ mokyklos stadione, Druskininkų „Saulės“ pagrindinės mokyklos sporto salėje;

50.2. imtynių – Druskininkų savivaldybės socialinių paslaugų centre;

50.3. kalnų slidinėjimo – Druskininkų „Snow arenoje“ (UAB „Druskininkų sveikatinimo ir poilsio centras AQUA”);

50.4. krepšinio – Druskininkų sporto centre, Druskininkų „Atgimimo“ mokyklos sporto salėje, Druskininkų „Ryto“ gimnazijos sporto salėje;

50.5. lengvosios atletikos – Druskininkų sporto centro ir treniruoklių salėse, Druskininkų „Atgimimo“ mokyklos stadione ir sporto salėje;

50.6. plaukimo – Lietuvos sporto centro komplekse „Druskininkai“;

50.7. rankinio – Druskininkų sporto centre ir Druskininkų „Atgimimo“ mokyklos sporto salėje;

50.8. tinklinio – Druskininkų „Ryto“ gimnazijos sporto salėje, Druskininkų sporto centro salėje.

51. Sporto šakos grupės treniruočių vieta gali keistis, tiksli vieta nurodoma treniruočių tvarkaraštyje.

52. Darbo grupė, sudaryta Centro direktoriaus 2022 m. rugpjūčio 10 d. įsakymu Nr. V1-74 „Dėl 2022-2023 mokslo metų Druskininkų sporto centro ugdymo plano rengimo darbo grupės sudarymo“, parengia Centro ugdymo plano projektą, kuris suderinamas su Centro taryba, taip pat su savininko teises ir pareigas įgyvendinančia institucija.

53. Centro ugdymo planą Centro direktorius tvirtina iki mokslo metų pradžios.

## **VI SKYRIUS**

### **SPORTINIO UGDYMO IR (AR) RENGIMO YPATUMAI**

54. Ugdyti priimami asmenys prieš pradėdami lankyti fizinio aktyvumo ar aukšto meistriškumo sporto pratybas turi būti pasitikrinę sveikatą asmens sveikatos priežiūros įstaigose ir pristatyti pažymą, kad yra sveiki ir gali treniuotis.

55. Fizinio aktyvumo ar aukšto meistriškumo sporto pratybas lankantys ir (ar) sporto varžybose dalyvaujantys asmenys privalo periodiškai tikrintis sveikatą asmens sveikatos priežiūros įstaigose. Sveikatos tikrinimo reikalavimus asmenims, periodiškumą ir tvarką nustato Lietuvos sveikatos apsaugos ministerija:

55.1. asmenys, kurie sistemingai ir nuolat treniuojasi, dalyvauja sporto varžybose, privalo tikrintis sveikatą (1 kartą per 4 – 6 mėnesius) – sporto medicinos centruose (sporto medicinos gydytojai), o kur jų nėra – pirminės sveikatos priežiūros įstaigose (bendrosios praktikos gydytojas ar apylinkės terapeutas, pediatras pagal Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2000 m. gegužės 31 d. įsakymu Nr. 301 „Dėl profilaktinių sveikatos tikrinimų sveikatos priežiūros įstaigose“ 5 priedą);

55.2. asmuo, lankantis Centro treniuotes, iki 2022 m. rugsėjo 10 d. privalo pateikti ugdymo grupės treneriui sportuojančio sveikatos patikrinimo medicininę pažymą (forma Nr. 068/a).

56. Sportinio ugdymo ir (ar) rengimo metu dėl traumos ar ligos (esant asmens sveikatos priežiūros įstaigos pažymai) pradinio rengimo etapo ugdymo grupėje asmenų skaičius gali sumažėti 3 asmenimis, meistriško ugdymo etapo ugdymo grupėje – 2 asmenimis, o meistriško tobulinimo etapo ugdymo grupėje – 1 asmeniu.

57. Vietoje į sportininkų ugdymo ir (ar) rengimo įstaigą, sporto gimnaziją mokytis pagal specializuoto sportinio ugdymo ir (ar) rengimo krypties programą išvykusių asmenų į sportinio ugdymo ir (ar) rengimo grupę gali būti įtraukti Rekomendacijų prieduose nurodyti žemesnės meistriško pakopos rodiklius atitinkantys asmenys arba asmenys be meistriško pakopos rodiklių.

58. 2022 – 2023 mokslo metais ugdymą vykdo pagal Centro parengtas ilgalaikes futbolo, imtynių, kalnų slidinėjimo, krepšinio, lengvosios atletikos, plaukimo, rankinio ir tinklinio sportinio ugdymo programas.

59. Asmenų ugdymo procesas organizuojamas atsižvelgiant į bendruosius pilnaverčio šalies piliečio ugdymo reikalavimus, žmogaus fizinių ir psichinių savybių raidos dėsningumas, lyties ir amžiaus ypatumus, amžiaus tarpsnius, kada pasiekiami geriausi tos sporto šakos rezultatai, optimalų sporto varžybų poreikį.

60. Ugdymas organizuojamas mokymo grupėms ir individualiai atskiram asmeniui. Vieną ar kitą ugdymo formą treneris pasirenka atsižvelgdamas į asmens meistriško lygį, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus ir t.t..

61. Centro mokinių ugdymas organizuojamas ištikus metus atsižvelgiant į sporto šakos treniruotės proceso periodizavimo ypatumus.

62. Teorinių paskaitų ir pratybų minimali trukmė – 1 kontaktinė akademinė ugdymo valanda (45 minutės).

63. Maksimali treniruotės trukmė priklauso nuo trenerio ugdymo plano reikalavimų:

63.1. į šį skaičių įeina ir oficialus kalendorinių varžybų, jeigu jose dalyvauja sportininkas su treneriu, laikas.

64. Teorinių paskaitų, pratybų ar kitų užsiėmimų laiką ir vietą, nurodo treniruočių tvarkaraštis patvirtintas Centro direktoriaus, o dalyvavimo sporto varžybose – sporto šakų federacijų varžybų kalendoriai ir varžybų nuostatai.

65. Centro mokiniams ir vaikams, atvykusiems į Lietuvos Respubliką iš Ukrainos dėl Rusijos Federacijos karinių veiksmų Ukrainoje, treniruotės darbo dienomis po pamokų pradedamos nuo 13:00 val. iki 21:00 val., savaitgaliais nuo 10:00 val. iki 14:00 val.

66. Centro mokinių ir vaikų, atvykusių į Lietuvos Respubliką iš Ukrainos dėl Rusijos Federacijos karinių veiksmų Ukrainoje, ugdymas organizuojamas vadovaujantis:

66.1. Centro nuostatais;

66.2. sportinio ugdymo ir (ar) rengimo organizavimo rekomendacijomis;

66.3. Centro metiniu ugdymo planu;

66.4. Centro strateginiu planu;

66.5. grupiniais arba individualiaisiais ugdymo planais;

66.6. Centro metiniu varžybų ir renginių kalendoriumi;

66.7. metiniais ugdomųjų grupių darbo apskaitos žurnalais.

67. Mokinių vasaros atostogų metu (birželio, liepos, rugpjūčio mėnesiais) sportinis ugdymas vykdomas pagal individualias trenerio užduotis, organizuojamos sporto stovyklos ir kiti sporto renginiai.

68. Mokinių treneriočių lankomumas vykdomas vadovaujantis Druskininkų sporto centro direktoriaus 2020 m. sausio 23 d. įsakymo Nr. V1-4 „Dėl Druskininkų sporto centro treneriočių lankomumo apskaitos tvarkos aprašo tvirtinimo“.

69. Karantino, ekstremalios situacijos, ekstremalaus įvykio ar įvykio (ekstremali temperatūra, gaisras, potvynis, pūga ir kt.), keliančio pavojų mokinių sveikatai ir gyvybei, laikotarpiu (toliau – ypatingos aplinkybės) ar esant aplinkybėms Centre, dėl kurių ugdymo procesas negali būti organizuojamas kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu, ugdymo procesas gali būti koreguojamas arba laikinai stabdomas, arba organizuojamas nuotoliniu mokymo proceso organizavimo būdu (toliau – nuotolinis mokymo būdas).

70. Ekstremali temperatūra Centre ir (ar) gyvenamojoje teritorijoje:

70.1. minus 20 °C ar žemesnė – 1–4 ir 5 klasių mokiniams;

70.2. minus 25 °C ar žemesnė – 6–10, I–IV gimnazijos klasių mokiniams;

70.3. 30 °C ar aukštesnė – 5–10, I–IV gimnazijos klasių mokiniams.

71. Centro direktorius, nesant valstybės, savivaldybės lygio sprendimų dėl ugdymo proceso organizavimo esant ypatingoms aplinkybėms ar esant aplinkybėms Centre, dėl kurių ugdymo procesas negali būti organizuojamas kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu, gali priimti ugdymo organizavimo sprendimus:

71.1. mažinančius / šalinančius pavojų mokinių sveikatai ir gyvybei;

71.2. laikinai stabdyti ugdymo procesą, kai dėl susidariusių aplinkybių Centro aplinkoje nėra galimybės jo koreguoti ar tęsti ugdymo procesą grupinio mokymosi forma kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu nei grupinio mokymosi forma nuotoliniu mokymo būdu, pvz., sutrikus elektros tinklų tiekimui ir kt., ugdymo procesas Centro direktoriaus sprendimu gali būti laikinai stabdomas 1–2 darbo dienas. Jeigu ugdymo procesas turi būti stabdomas ilgesnį laiką, Centro direktorius sprendimą dėl ugdymo proceso stabdymo derina su Centro – savininko teises ir pareigas įgyvendinančia institucija.

71.3. ugdymo procesą ar jo dalį organizuoti nuotoliniu mokymo būdu, kai nėra galimybės tęsti ugdymo proceso ar jo dalies grupinio mokymosi forma kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu. Centro direktorius sprendimą ugdymo procesą ar jo dalį organizuoti nuotoliniu mokymo būdu prima Mokymosi pagal Neformaliojo vaikų švietimo programas, nustatyta tvarka.

72. Mokymosi pagalba dėl praradimų įgyvendinant nuotolinį ugdymą kompensuojama vadovaujantis Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2021 m. sausio 20 d. įsakymu Nr. V-85 „Dėl mokymosi praradimų dėl Covid-19 pandemijos kompensavimo plano 2021 metams patvirtinimo ir projekto darbo grupės mokymosi praradimų dėl COVID-19 pandemijos kompensavimo plano 2021 metams veikloms įgyvendinti sudarymo“.

73. Valstybės, savivaldybės lygiu ar Centro direktoriaus sprendimu ugdymo procesą ar jo dalį organizuojant nuotoliniu mokymo būdu, Centras:

73.1. priima sprendimus ugdymo procesui nuotoliniu mokymo būdu organizuoti, atsižvelgdamas į Centro ugdymo plane numatytas gaires nuotoliniam mokymo procesui organizuoti, ugdymo plano nuostatas;

73.2. vadovujasi Mokymo nuotoliniu ugdymo proceso organizavimo būdu kriterijų aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2020 m. liepos 3 d. įsakymu Nr. V-1006 „Dėl Mokymo nuotoliniu ugdymo proceso organizavimo būdu kriterijų aprašo patvirtinimo“;

73.3. įvertina, ar visi mokiniai gali dalyvauti ugdymo procese nuotoliniu mokymo būdu. Išsiaiškinus, kad mokinio namuose nėra sąlygų mokytis, sudaromos sąlygos mokytis Centre, jeigu



Centre nėra aplinkybių, kurios keltų pavojų mokinio gyvybei ir sveikatai. Nesant galimybių ugdymo proceso organizuoti Centre, ugdymo proceso organizavimas laikinai perkeliamas į kitas saugias patalpas;

73.4. susitaria dėl mokinių emocinės sveikatos stebėjimo, taip pat mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, ugdymo specifikos ir švietimo pagalbos teikimo;

73.5. įgyvendindamas ugdymo programas, ne mažiau kaip 50 procentų ugdymo procesui numatyto laiko (per savaitę ir (ar) mėnesį) skiria sinchroniniam ugdymui ir ne daugiau kaip 50 procentų – asinchroniniam ugdymui. Nepertraukiamo sinchroninio ugdymo trukmė – iki 90 min.;

73.6. pertvarko pamokų tvarkaraštį, pritaikydamas jį ugdymo procesą organizuoti nuotoliniu mokymo būdu: konkrečios ugdymo grupės tvarkaraštyje numato sinchroniniam ir asinchroniniam ugdymui skiriamas treniruotes;

73.7. pritaiko pamokos struktūrą sinchroniniam ir asinchroniniam ugdymui, atsižvelgdamas į mokinių amžių, dalyko programos ir ugdymo programos ypatumus;

73.8. susitaria dėl mokymosi pagalbos mokiniui teikimo būdų ir savalaikiškumo, dėl užduočių, skiriamų atlikti namuose, apimties, pobūdžio, dėl mokymosi krūvių stebėsenos ir jų koregavimo, grįžtamosios informacijos teikimo, dėl mokinio darbotvarkės nustatymo, atsižvelgdama į mokinių amžių;

73.9. numato mokinių ir jų tėvų (globėjų, rūpintojų) informavimo būdus;

73.10. paskiria asmenį (-is), kuris (-ie) teiks bendrąją informaciją apie ugdymo proceso organizavimo tvarką, švietimo pagalbos teikimą, komunikuos kitais aktualiais švietimo bendruomenei klausimais tol, kol neišnyksta ypatingos aplinkybės ar aplinkybės, dėl kurių ugdymo procesas Centre negalėjo būti organizuojamas kasdieniu būdu. Informacija apie tai skelbiama Centro tinklalapyje;

73.11. numato planą, kaip pasibaigus ypatingoms aplinkybėms sklandžiai grįžti prie įprasto ugdymo proceso organizavimo;

73.12. numato, kaip, esant poreikiui, dalį – ugdymo proceso organizuoti nuotoliniu mokymo būdu ir dalį grupinio mokymosi forma kasdieniu mokymo proceso organizavimo būdu.

## VII SKYRIUS SPORTINIO UGDYMO GRUPĖS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Grupių, ugdytinių skaičius (ne mažiau)	Grupės ugdytinių gimimo metai (berniukai, mergaitės)	Valandų skaičius per savaitę	Užduotys, numatomi įvykdyti meistriškumo pakopų rodikliai (MP)
<b>FUTBOLAS</b>					
Pradinio rengimo	1	1/12 – 17	2013 – 2014 m. gim. berniukai	8	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis rengimas. Dalyvavimas ne mažiau kaip 10 varžybų. Kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	2	1/12 – 17	2009 – 2010 m. gim. berniukai	10	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis rengimas.

					Dalyvavimas ne mažiau kaip 15 varžybų. Kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Meistriškumo ugdymo	1	1/12 – 17	2011 – 2012 m. gim. berniukai	12	Bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas ne mažiau kaip 20 varžybų, MP 6, MP 5 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	1	1/12 – 17	2009 – 2010 m. gim. berniukai	12	Bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas ne mažiau kaip 20 varžybų, MP 6, MP 5 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	1	1/12 – 17	2007 – 2008 m. gim. berniukai	12	Bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas ne mažiau kaip 20 varžybų, MP 6, MP 5 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	2	1/14 – 17	2005 – 2006 m. gim. berniukai	8	Bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas ne mažiau kaip 20 varžybų, MP 6, MP 5 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Viso:		6/74		62	
<b>IMTYNĖS</b>					
Pradinio rengimo	2	1/12 – 16	2010 – 2013 m. gim. mišri	9	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 6, MP 5 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	2	1/12 – 16	2006 – 2009 m. gim. mišri	9	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis ir

					specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 6, MP 5 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Viso:		2/24		18	
<b>KALNŲ SLIDINĖJIMAS</b>					
Pradinio rengimo	1	1/11 – 15	2009 – 2012 m. gim. mišri	7	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis rengimas. Dalyvavimas varžybose ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	2	1/11 – 15	2012 – 2014 m. gim. mišri	9	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 7 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	1	1/11 – 15	2015 – 2017 m. gim. mišri	7	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis rengimas. Dalyvavimas varžybose ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Meistriškumo ugdymo	1	1/10 – 14	2006 – 2008 m. gim. mišri	12	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 7, MP 6 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Viso:		4/43		35	
<b>KREPŠINIS</b>					
Pradinio rengimo	1	1/15 – 19	2011 – 2013 m. gim. mišri	8	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis rengimas. Dalyvavimas varžybose ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.

Meistriškumo ugdymo	1	1/15 – 19	2008 – 2010 m. gim. berniukai	10	Sportinis ugdymas, bendrasis ir specialusis fizinis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 6 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	4	1/14 – 18	2006 – 2007 m. gim. berniukai	16	Bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 5, MP 4 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	4	1/14 – 18	2004 – 2005 m. gim. berniukai	16	Bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 5, MP 4 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Viso:		4/58		50	
<b>LENGVOJI ATLETIKA</b>					
Pradinio rengimo	2	1/11 – 15	2006 – 2008 m. gim. mišri	10	Sportinis ugdymas, Bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 9 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Meistriškumo tobulinimo	2	1/6 – 8	2003 – 2005 m. gim. mišri	20	Bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 5, MP 4 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Viso:		2/17		30	
<b>PLAUKIMAS</b>					
Pradinio rengimo	1	1/12 – 16	2012 – 2014 m. gim. mišri	6	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis ir specialusis rengimas.

					Dalyvavimas varžybose, MP 6 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	1	1/12 – 16	2009 – 2011 m. gim. mišri	6	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 6 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	1	1/12 – 16	2006 – 2008 m. gim. mišri	6	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 6 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Viso:		3/36		18	
<b>RANKINIS</b>					
Pradinio rengimo	1	1/16 – 20	2010 – 2012 m. gim. berniukai	8	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis rengimas. Dalyvavimas ne mažiau kaip 4 varžybose ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Meistriškumo ugdymo	1	1/14 – 18	2009 – 2011 m. gim. berniukai	10	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 6 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
	2	1/14 – 18	2004 – 2006 m. gim. mergaitės	12	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas varžybose, MP 6, MP 5 meistriškumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Viso:		3/44		30	

<b>TINKLINIS</b>					
Pradinio rengimo	2	1/12 – 16	2009 – 2012 m. gim. berniukai	8	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis rengimas. Dalyvavimas ne mažiau kaip 10 varžybų, MP 6 meistriskumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas
Meistriskumo ugdymo	2	1/12 – 16	2007 – 2009 m. gim. mergaitės	12	Sportinis ugdymas, bendrasis fizinis ir specialusis rengimas. Dalyvavimas ne mažiau kaip 12 varžybų, MP 6, MP 5 meistriskumo pakopos rodiklių ir kontrolinių normatyvų išlaikymas.
Viso:		2/24		20	
Iš viso (grupių ir mokinių skaičius):		26/320	Iš viso val. skaičius:	263	

74. 2022-2023 mokslo metais bus sukomplektuotos 8 sporto šakų 26 sportinio ugdymo grupės: pradinio rengimo – 14, meistriskumo ugdymo – 11, meistriskumo tobulinimo – 1. Sporto šakų treniruotes lankys ne mažiau kaip 320 mokinių. Ugdytinių skaičius grupėse gali būti didesnis nei nurodyta Rekomendacijų 1 priede:

74.1. mokiniai, atvykę į Lietuvos Respubliką iš Ukrainos dėl Rusijos Federacijos karinių veiksmų Ukrainoje, integruojami į bendras Sportinio ugdymo grupes atsižvelgiant į jų amžių.

75. 2022-2023 mokslo metais Centro ugdymo programų vykdymui skiriama 263 valandos per savaitę.

76. Už Centro Ugdymo plano įgyvendinimą atsakingas Centro direktorius.

77. Ugdymo planas įsigalioja nuo 2022 m. rugsėjo 1 d.

#### PROJEKTAS SUDERINTAS

Druskininkų sporto centro tarybos

2022 m. rugpjūčio 23 d. protokoliniu nutarimu

(protokolas Nr. K2-17)