

PATVIRTINTA

Kauno plaukimo mokyklos

direktoriaus 2018 m. spalio 1 d.

įsakymu Nr. 1-38

KAUNO PLAUKIMO MOKYKLOS 2018-2019 m. UGDYMO PLANAS

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

Kauno plaukimo mokyklos 2018- 2019 mokslo metų ugdymo planas (toliau - Ugdymo planas), reglamentuoja atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programą, kuria siekiama suteikti ir sistemingai gilinti sportininko pasirinktos sporto šakos žinias, ugdyti gebėjimus ir formuoti įgūdžius, plėtoti sporto ir bendrąsias kompetencijas, siekti didelio sportinio meistriškumo pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo, didelio meistriškumo etapais. Ugdymo planas sudarytas vadovaujantis Kauno plaukimo mokyklos nuostatais, atsižvelgiant į Kūno kultūros ir sporto departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės sportinio ugdymo rekomendacijas, parengtas vieneriems mokslo metams.

Tikslas - tikslingai, kryptingai, aiškiai organizuoti 2018-2019 m. m. sportinio ugdymo procesų veiklą.

Uždaviniai:

1. Tobulinti mokyklos tikslų įgyvendinimo būdus, padedančius siekti geresnių ugdymo rezultatų;
2. Konkrečiai numatyti ugdymo plano turinį ir jam planuojamas metines valandas.

II. UGDYMO TURINYS, METODAI, MOKYMO SI APLINKA, UGDYMO

PROCESO ORGANIZAVIMAS

1. Mokyklos sportininkų ugdymas organizuojamas vadovaujantis sporto šakų ugdymo programomis, grupiniais arba individualiaisiais mokymo planais, Lietuvos sportininkų meistriškumo pakopų rodiklių reikalavimais ir normomis, mokyklos renginių kalendoriais, mokomųjų grupių darbo apskaitos žurnalais, trenerių mokslo metų veiklos planais, kitais normatyviniais dokumentais.
2. Kauno plaukimo mokykla valdo patikėjimo teise 3 sporto bazes („Vilija“ Demokratų g. 34, „Šilainiai“ Baltų pr. 8, „Dainava“ Partizanų g. 46). Ugdymo procesas skirstomas į keturis etapus: pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo, didelio meistriškumo.

3. Mokymosi formos - grupinio mokymosi (kasdieninio proceso organizavimo būdas) ir pavienio mokymosi (individualaus mokymosi proceso organizavimo būdas).
4. Vieną ar kitą mokymo rūšį treneris pasirenka atsižvelgdamas į sportininko meistriskumo lygį, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus.
5. Sportininkai priimami į Mokyklą, šalinami iš Mokyklos vadovaujantis Kauno miesto savivaldybės tarybos nustatyta tvarka.
6. Sportinė veikla vykdoma – 2018 m. rugsėjo 1 diena, mokslo metų pabaiga 2019 m. rugpjūčio 31 d.
7. Mokestį už sporto mokymą Mokykloje ir Mokyklos teikiamas paslaugas nustato Kauno miesto savivaldybės taryba (toliau Taryba).
8. Pagrindiniai mokyklos sportininkų mokymo būdai: teorinės paskaitos, praktinės mokomosios pratybos sporto bazėje ir stovyklose, dalyvavimas sporto varžybose. Taip pat gali būti organizuojami seminarai, testai, kontroliniai normų patikrinimai.
9. Bendrame fiziniame Kauno plaukimo mokykloje kultivuojamų sporto šakų paruošime naudojamas įvairių rūšių sportas ir pratimai: plaukimas, bėgimo treniruotės, sportiniai žaidimai, bendro lavinimo pratimai.
10. Mokyklos didelio meistriskumo bei perspektyvūs sportininkai periodiškai testuojami Kauno sporto medicinos centre.
11. Mokyklos sportininkų mokymas organizuojamas ištisus metus, sportininkų laisvalaikiu. Mokymas organizuojamas atsižvelgiant į sporto šakos treniruotės proceso periodizavimo ypatumus.
12. Ugdymo turinio formavimo ir ugdymo proceso organizavimo klausimais mokyklos direktorius gali organizuoti trenerių, sporto instruktorių, plaukimo instruktorių- gelbėtojų, specialistų, medikų, psichologų, ir kitų specialistų, kurių veikla susijusi su nagrinėjamu klausimu, pasitarimus, seminarus.
13. Trenerių atostogų grafikas sudaromas taip, kad treniruočių procesas vyktų pagal metinį grupės planą, patvirtintą Mokyklos direktoriaus. Su atostogaujančio ir/ar sergančio trenerio grupe gali dirbti sutinkantis treneris, paskirtas Mokyklos direktoriaus įsakymu.
14. Teorinių paskaitų ir/ar pratybų minimali trukmė – 60 minučių.
15. Maksimalus sportinio ugdymo ir neįgaliųjų grupių ugdymui skiriamų valandų skaičius per savaitę pagal sporto šakas ir (arba) disciplinas nurodytas Rekomendacijų priede.

16. Sportinio ugdymo programoms įgyvendinti treneriams skiriamų papildomų valandų pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar sportininkams ugdyti individualiai turėtų būti ne mažesnis kaip 1 valanda, tačiau ne didesnis kaip 2 valandos per savaitę pradinio rengimo etape; ne mažesnis kaip 2 valandos, tačiau ne didesnis kaip 3 valandos per savaitę meistriškumo ugdymo ir meistriškumo tobulinimo etapuose; ne mažesnis kaip 3 valandos, tačiau ne didesnis kaip 4 valandos per savaitę didelio meistriškumo ugdymo etape.
17. Šiuolaikinės penkiakovės sporto šakos ugdymo grupių pratyboms skiriama 50 proc. daugiau valandų per savaitę; žirgų sporto, vandensvydžio, triatlono sporto šakų, disciplinos – 30 proc. daugiau valandų per savaitę.
18. Mokinių rudens, Kalėdų, Velykų atostogų metu popietinės treniruotės gali būti vykdomos ryte, suderinus su administracija.
19. Teorinių paskaitų, mokomųjų pratybų ar kitų pratybų laikas ir vieta nurodomi Mokyklos direktoriaus patvirtintuose mokomųjų pratybų tvarkaraščiuose ir Mokyklos direktoriaus įsakymuose.
20. Mokyklos treneriai, plaukimo instruktoriai- gelbėtojai dirba šešias, administracija - penkias dienas per savaitę.
21. Švenčių ar poilsio dienomis gali būti organizuojami turnyrai, varžybos, sporto šventės, stovyklos, išvykos į respublikinius ar tarptautinius renginius.
22. Oro temperatūrai esant 20 laipsnių šalčio ar žemesnei, į mokyklą gali neiti 7-10 metų sportininkai, esant 25 laipsnių šalčio ar žemesnei temperatūrai – 11 m. ir vyresni sportininkai. Šios dienos įskaičiuojamos į mokymosi dienų skaičių.
23. Pagrindinis Kauno plaukimo mokykloje kultivuojamų sporto šakų varžybų ir treniruočių procesas vykdomas sporto bazėse.
24. Visi sportininkai, treneriai, plaukimo instruktoriai- gelbėtojai, sporto instruktoriai turi laikytis Kauno plaukimo mokyklos vidaus tvarkos ir darbo saugos taisyklių.
25. Kiekvienas sportininkas turi mokėti plaukti (išskyrus žirginio sporto sportininkus).
26. Kauno plaukimo mokykla rūpinasi mokyklos psichologine ir socialine aplinka. Kuriama atmosfera, grindžiama mokyklos personalo ir tėvų abipuse pagarba, savitarpio supratimu ir bendradarbiavimu, siekiu dalytis atsakomybe už sportininkų ugdymą. Kultūrinė aplinka apima mokyklos puoselėjamas ir kuriamas tradicijas, mokyklos bendruomenės renginius. Vykdomos tradicinės varžybos: „Kauno mero taurė“, „Vilijos taurė“, „Šilainių taurė“.

27. Mokyklos sportinio ugdymo grupių individualiųjų sporto šakų sportininkams varžybų dienų skaičius per metus pradinio rengimo etape turėtų būti ne mažesnis kaip 4 varžybų dienos, vandensvydžio sportininkams – ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų; meistriško ugdymo etape – individualiųjų sporto šakų sportininkams varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų, vandensvydžio sportininkams – ne mažesnis kaip 20 varžybų dienų; meistriško tobulinimo etape – individualiųjų sporto šakų sportininkams varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 15 varžybų dienų, vandensvydžio sportininkams – ne mažesnis kaip 30 varžybų dienų; didelio meistriško etape – individualiųjų sporto šakų sportininkams varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 20 varžybų dienų, vandensvydžio sportininkams – ne mažesnis kaip 40 varžybų dienų.

28. Mokyklos sportinio ugdymo rinktinių grupių sportininkams planuojamas mokomųjų sporto stovyklų skaičius meistriško ugdymo etape – ne mažiau kaip keturios 10–12 dienų stovyklos per metus, meistriško tobulinimo etape – ne mažiau kaip keturios 10–14 dienų stovyklos per metus, didelio meistriško ugdymo etape – ne mažiau kaip penkios 14–18 dienų stovyklos per metus.

III. UGDYMO GRUPIŲ SUDARYMAS IR SPORTININKŲ SPORTINIŲ

PASIEKIMŲ VERTINIMAS

1. Mokomoji grupė gali būti mišri arba sudaryta iš vienos lyties sportininkų.
2. Mokomoji grupė laikoma nesukomplektuota, jeigu pratybas lanko mažiau kaip 2/3 grupės sportininkų skaičiaus, patvirtinto Mokyklos direktoriaus.
3. Naujos grupės komplektavimas gali trukti ne ilgiau kaip 1 mėnesį tik naujai į darbą priimtiems treneriams.
4. Sportinio ugdymo grupės sudaromos pagal sportininko užimtą vietą arba pasiektą rezultatą varžybose vadovaujantis meistriško pakopų rodikliais, nurodytais Rekomendacijų priede.
5. Meistriško rodikliai vertinami vadovaujantis sporto (šakų) federacijų (asociacijų, sąjungų) ir kitų organizacijų vykdomų varžybų tinkamai patvirtintų protokolų duomenimis.
6. Sudarant atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų meistriško ugdymo arba meistriško tobulinimo etapo ugdymo grupę, vietoje vieno Rekomendacijų prieduose nurodyto vieno (ne daugiau) ugdytinio į grupę gali būti įtraukti 2 viena pakopa žemesnės meistriško pakopos rodiklius atitinkantys sportininkai.

7. Jeigu jaunesnio amžiaus sportininkas atitinka Rekomendacijų prieduose nurodytos aukštesnės meistriskumo pakopos rodiklius, jis gali būti įtrauktas į vyresnio amžiaus sportinio ugdymo grupę.
8. Ugdomų sportininkų sportinių pasiekimų vertinimas atliekamas vadovaujantis Rekomendacijų prieduose nustatytais meistriskumo rodikliais.
9. Rekomendacijų prieduose nurodyti meistriskumo rodikliai, pasiekti olimpinėse žaidynėse, pasaulio ir Europos čempionatuose, galioja 5 metus nuo pasiekimo dienos; tarptautinėse suaugusiųjų, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių varžybose, Lietuvos Respublikos suaugusiųjų, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių čempionatų varžybose – 3 metus nuo pasiekimo dienos, kitose varžybose – 2 metus nuo pasiekimo dienos.
10. Jeigu jaunesnio amžiaus sportininkas įvykdo aukštesnės meistriskumo pakopos rodiklius, tai treneriui leidžiama jį įrašyti į aukštesnės kategorijos mokomąją grupę.
11. Jeigu mokomosios grupės sportininkai per metus įvykdo aukštesnius reikalavimus arba netenka turėtų kvalifikacinių kategorijų, Mokyklos direktorius gali padidinti arba sumažinti mokomosios grupės maksimalų savaitinį pratybų valandų skaičių.
12. Išimties atveju, kai Mokykloje sukomplektuotoje mokomojoje grupėje sportininkai labai išsiskiria iš kitų savo talentu ir sportiniais rezultatais, papildomam jų mokymui Mokyklos direktorius, suderinęs su Steigėju, prie grupės skirtų pratybų valandų maksimalaus skaičiaus per savaitę gali pridėti pratybų valandų iki 3 savaitinių valandų.
13. Mokyklos direktorius gali sudaryti ir tvirtinti sporto šakos trenerių brigadas. Brigada kartu sprendžia sportininkų atrankos, jų pradinio rengimo ir auklėjimo, perdavimo tolesniam meistriskumui tobulinti ir kitus klausimus.
14. Treneris yra atsakingas už sportininkų grupių komplektavimą, bendravimą su tėvais, mokesčio už sporto mokymą kontrolę.

IV. UGDYMO TURINIO PLANAVIMAS

1. Mokomojo sportinio darbo planavimo ir apskaitos žurnale treneris iki kiekvienų metų spalio 31 d. užpildo mokomosios grupės mokslo metų treniruočių krūvio planą ir pateikia mokyklos direktoriui patvirtinti, iki spalio 15 d. pateikia mokomosios grupės mokslo metų įvykdyto krūvio ataskaitą.
2. Mokomojo sportinio darbo planavimo ir apskaitos žurnale planuojamas sportininkų dalyvavimas varžybose, fiksuojami jų pasiekimai, pildomi duomenys apie sportininkų sveikatos būklę, sportininkų lankomumas.

3. Patvirtinus mokslo metų mokomąją grupę (išskyrus pradinio rengimo) treneris parengia metinį mokomosios grupės planą, nuolat pildo mokyklos direktoriaus įsakymu patvirtintų mikrociklų planų formas, kuriose užfiksuoja treniruotės turinį bei išdirbtas valandas. Minėtus dokumentus saugo trenerių bylose.
4. Kiekvienas mokyklos treneris rengia tarifikuotų grupių mokslo metų veiklos planą ir iki 2018 m. spalio 15 d. pateikia mokyklos direktoriui tvirtinti.
5. Trenerio mokslo metų veiklos plane turi būti ugdomosios veiklos tikslingumas, veiksmingumas ir rezultatyvumas (rezultatų planavimas, pasiekti rezultatai).
6. Už pateiktų duomenų teisingumą ataskaitose atsako treneris.
7. Mokslo metų veiklos plano ataskaita pateikiama 2018 m. spalio 1 d. mokyklos direktoriui.

SUDERINTA

Kauno miesto savivaldybės administracijos

Sporto skyriaus

Vedėjas _____

2018 m. _____