



VILNIAUS FUTBOLO MOKYKLA

VILNIAUS FUTBOLO MOKYKLOS 2017/2018 M.M. SPORTINIO UGDYMO PLANAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programų bendrasis ugdymo planas (toliau – Ugdymo planas) reglamentuoja Vilniaus futbolo mokyklos (toliau – futbolo mokykla) sportinio ugdymo plano įgyvendinimą.

2. Ugdymo plano tikslas – nustatyti ugdymo programų vykdymo bendruosius reikalavimus, kad kiekvienas ugdytinis galėtų pasiekti kuo aukštesnius ugdymo rezultatus ir įgytų visam gyvenimui būtinų bendrųjų ir dalykinių kompetencijų.

3. Ugdymo planas parengtas vadovaujantis Kūno kultūros ir sporto departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės generalinio direktoriaus 2014 m. gegužės 23 d. įsakymu Nr. V-219 patvirtintomis „Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis“ (toliau – KKSD rekomendacijomis) ir Kūno kultūros ir sporto departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės generalinio direktoriaus 2017 m. rugsėjo 29 d. įsakymu Nr. V-792 patvirtintą I priedą „Formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliai ir ugdymui skiriamų akademinį valandų skaičius per savaitę “(lentelę „Futbolas”) , Kūno kultūros ir sporto įstatymu ir kitais teisės aktais.

4. Ugdymo plane vartojamos sąvokos:

4.1.**Formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programa**–atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų discipline programa, kuria siekiama suteikti ir sistemingai gilinti ugdytinio 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.

4.2.**Meistriškumo pakopa**– ugdytinio sportinio meistriškumo lygį pagal sporto varžybose užimtą vietą arba pasiektą rezultatą apibrėžiančių rodiklių grupė.

4.3.**Sportinio ugdymo planas**– sporto mokyklos vykdomų sportinio ugdymo ar sporto ugdymo programų įgyvendinimo aprašas, parengtas vadovaujantis KKSD prie LRV rekomendacijomis ir kitais švietimą, kūno kultūrą ir sportą reglamentuojančiais teisės aktais.

4.4.**Sporto šakos disciplina**– atitinkamos tarptautinės sporto (šakos) federacijos išskirta sporto šakos dalis, kuri apima vieną arba keletą tos sporto šakos rungčių. Kitos ugdymo plane vartojamos sąvokos atitinka Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme, Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatyme ir kituose švietimą, kūno kultūrą ir sportą reglamentuojančiuose teisės aktuose vartojamas sąvokas.

II SKYRIUS FUTBOLO MOKYKLOS TIKSLAI IR UŽDAVINIAI, JŲ VERTINIMO KRITERIJAI

5.**Futbolo mokyklos tikslas** - per sportą skatinti vaikų ir jaunimo saviraišką, ieškoti talentingų sportininkų, sporto mokslo bei medicinos parengtomis specialistų parengtomis bei praktikoje patvirtintomis priemonėmis rengti sportininkus, galinčius deramai atstovauti Vilniaus savivaldybę Lietuvos sporto šakų pirmenybėse ir čempionatuose bei respublikos rinktinės tarptautinėse varžybose.

6.**Futbolo mokyklos uždaviniai:**

6.1Organizuoti sportininkų mokymo procesą , atsižvelgiant į bendruosius žmogaus fizinių ir psichinių savybių dėsningumus, lyties ir amžiaus ypatumus, optimalių varžybų poreikį it t.t.;

6.2Ieškoti talentingų sportininkų ir juos rengti savivaldybės ir Lietuvos Respublikos sporto šakų rinktinėms;

6.3Teikti mokymo įstaigoms, organizacijoms metodinę ir organizacinę paramą kūno kultūros ir sporto klausimais;

6.4Auklėti ir skatinti vaikus ir jaunimą būti gerais, dorais ir sąžiningais savo šalies patriotais ir piliečiais;

6.5Diegti visą gyvenimą išliekantį pomėgį ir poreikį sportuoti;

6.6Puoselėti dvasines, psichines ir fizines žmogaus galias.

7.Futbolo mokyklos vertinimo kriterijai

7.1Parengtų sportininkų Lietuvos rinktinėms skaičius;

7.2Sportininkų iškovotų prizinių vietų Lietuvos čempionatuose, pirmenybėse ir žaidynėse skaičius;

7.3Sportuojančių pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo ir didelio meistriškumo grupėse skaičius.

III SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO PLANO TIKSLAI IR UŽDAVINIAI, JŲ ĮGYVENDINIMO VERTINIMO KRITERIJAI

8.Sportinio ugdymo plano tikslas—talentingų sportininkų paieška per vaikų ir jaunimo saviraišką sporte.

9.Sportinio ugdymo plano uždaviniai:

9.1Organizuoti bendrąjį ir specialųjį fizinį rengimą;

9.2Orientuoti sportininkus vienai sporto šakai;

9.3Apmokyti pasirinktos sporto šakos pagrindų;

9.4Nuosekliai didinti treniruočių ir sporto varžybų apimtį.

10. Sportinio ugdymo plano įgyvendinimo kriterijai:

10.1Teorinių žinių testų vertinimo rezultatai;

10.2Bendrojo ir specialiojo fizinio parengimo testų vertinimo rezultatai;

10.3Planuotų futbolo varžybose rezultatų įvykdymas.

IV SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO ORGANIZAVIMO FORMOS IR PRIEMONĖS

11.Sportinio ugdymo formos:

11.1Teorinis mokymas;

11.2Praktinis mokymas;

11.3Kontroliniai teorinių žinių testai;

11.4Kontroliniai bendro ir specialaus fizinio pasirengimo testai;

11.5Dalyvavimas varžybose;

12.Sportinio ugdymo organizavimo priemonės:

12.1Teorinis mokymas organizuojamas futbolo centro patalpose.

12.2Praktinis ugdymas organizuojamas futbolo aikštynuose ir manieže, panaudojant futbolui skirtą sportinį inventorių.

12.3Varžybos ir turnyrai vyksta pagal Lietuvos futbolo federacijos sudarytus tvarkaraščius, varžybų nuostatuose ir varžybų kalendoriuje numatytuose futbolo stadionuose ir numatytu laiku.

V SKYRIUS

PASIRENGIMUI SKIRIAMŲ PAPILDOMŲ AKADEMINIŲ VALANDŲ TRUKMĖ

13.Formalųjį švietimą papildančio sporto ugdymo programoms įgyvendinti treneriams skiriamų papildomų akademinių valandų pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai turėtų būti ne mažesnis kaip 1 akademinė ugdymo valanda, tačiau ne didesnis kaip 2 akademinės ugdymo valandos per savaitę pradinio rengimo etape; ne mažesnis kaip 2 akademinės ugdymo valandos, tačiau ne didesnis kaip 3 akademinės ugdymo valandos per savaitę, meistriškumo ugdymo ir meistriškumo tobulinimo etapuose; ne mažesnis kaip 3 akademinės ugdymo

valandos, tačiau ne didesnis kaip 4 akademinės ugdymo valandos per savaitę didelio meistriskumo ugdymo etape.

VI SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO PROCESO ORGANIZAVIMO TRUKMĖ IR APIMTIS

14. Futbolo mokyklos ugdymo proceso organizavimas paremtas sporto mokslo įrodyta ir praktikoje patvirtinta daugiamete sportininkų rengimo sistema. Šis procesas skirstomas į keturias pakopas: pradinio rengimo, meistriskumo ugdymo, meistriskumo tobulinimo ir didelio meistriskumo.

15. Sportinio ugdymo programų pradinio renginio etapas per metus trunka 44 savaites, meistriskumo ugdymo etapas 46 savaites, meistriskumo tobulinimo ir didelio meistriskumo ugdymo etapai po 48 savaites.

16. Atskirų grupių ugdymo planus rengia treneriai, kuriuos tvirtina futbolo centro direktorius.

17. Planuodamas ugdymo turinį treneris planuoja ir sportininkų pažangos ir pasiekimų vertinimą jį siekia su ugdymo tikslais, atsižvelgdamas į sportininkų mokymosi patirtį ir gebėjimus.

18. Sportininkų fizinių savybių, funkcijų rodiklių lygis nustatomas vadovaujantis patvirtintais kontroliniais normatyvais pasibaigus ugdymo metams.

19. Ugdymo procesas organizuojamas tobulinti kūno kultūros ir sporto žinias, gebėjimus ir įgūdžius, sudaryti sąlygas gabių auklėtinių ugdymuisi.

Individualizuoti ir diferencijuoti ugdymo turinį.

Tikslingai ir kryptingai planuoti ir organizuoti ugdymą.

20. Futbolo mokykloje -viena sporto šaka - futbolas.

21. Sportininkų ugdymo procesas organizuojamas atsižvelgiant į bendruosius pilnaverčio šalies piliečio ugdymo reikalavimus, žmogaus fizinių ir psichinių savybių raidos dėsninumus, lyties ir amžiaus ypatumus, amžiaus zonas, kada pasiekiami geriausi futbolo šakos rezultatai, optimalų sporto varžybų poreikį.

22. Futbolo mokyklos sportininkų ugdymas organizuojamas vadovaujantis:

22.1.Futbolo mokyklos nuostatais;

22.2.Sportinio ugdymo planu;

22.3.Futbolo mokyklos metiniu veiklos planu;

22.4.Futbolo mokyklos strateginiu planu;- vizija

22.5.Grupiniais arba individualiaisiais mokymo planais.

22.6.KKSD prie LRV sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijų 1 priede nurodytais „Formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliais“.

22.7.Futbolo mokyklos varžybų kalendoriumi;

22.8.Futbolo mokyklos metiniais mokymo grupių darbo apskaitos žurnalais;

22.9.Kitais normatyviniais dokumentais.

23. Futbolo mokykloje dirba 22 futbolo treneriai, iš jų suteikta 1 treneriui 5-ą kvalifikacinę kategoriją, 2 treneriams 3-ia kvalifikacinė kategorija 11 trenerių 1-a kategorija, 8 treneriai be kvalifikacinių kategorijų.

24. Sportinio ugdymo pažanga ir pasiekimai vertinami pagal Bendrojoje programoje numatytus pasiekimus.

25. Pradinio rengimo, meistriskumo ugdymo, meistriskumo tobulinimo ir didelio meistriskumo grupių sportininkų pasiekimus rekomenduojama vertinti pagal mokomosios grupės stabilumą ir testavimo rezultatus (priedas).

26. Sportinio ugdymo pradžia spalio 1 d.

27. Švenčių ar poilsio dienomis gali būti organizuojami turnyrai, varžybos, sporto šventės, stovyklos, išvykos į zoninius bei respublikinius ar tarptautinius turnyrus.

28. Ugdymas futbolo mokykloje organizuojamas mokymo grupėmis atsižvelgdamas į sportininko meistriskumo lygį, metodinius reikalavimus. Pagrindinės sportininkų ugdymo formos yra šios: teorinės paskaitos, praktinės mokomosios pratybos sporto bazėse, dalyvavimas varžybose. Gali būti organizuojami seminarai, diskusijos, testai, kontrolinių normų patikrinimai.

29. Teorinis mokymas apima bendruosius kūno kultūros, sveikos gyvensenos, racionalios dietos, mitybos reikalavimus, asmens higienos taisykles ir savisekos principus, elgesio ir kultūros žinias, fizinių pratimų įtakos atskirų organų ir sistemų veikla, bendrųjų treniruotės dėsninumų, futbolo technikos elementų, taktinių gudrybių panaudojimo žinias, sporto varžybų taisyklių nagrinėjimą ir suvokimą, futbolo sporto šakos istorija.

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

31. Sportininkų ugdymas organizuojamas po pamokų, poilsio ar švenčių dienomis, per atostogas. Ugdymas organizuojamas mokymo grupėmis ar individualiai. Vieną ar kitą ugdymo rūšį pedagogas pasirenka, atsižvelgdamas į sportininko meistriškumo lygį, metodinius reikalavimus. Pagrindinės sportininkų ugdymo formos yra šios: teorinės paskaitos, praktinės mokomosios pratybos vietos sporto bazėje ir sporto stovykloje, dalyvavimas varžybose. Gali būti organizuojami seminarai, diskusijos, ekskursijos, testai, kontrolinių normų patikrinimai.

32. Teorinių paskaitų ir pratybų minimali trukmė – 45 minutės (1 akademinė valanda), o 15 min numatoma skirti pasirengimui treniruotei. beMaksimali trukmė priklauso nuo trenerio mokomojo plano reikalavimų . Į šį skaičių įeina ir oficialus kalendorinių varžybų laikas. Teorinių paskaitų, mokomųjų pratybų ar kitų mokymo pratybų laiką ir vietą nurodo mokomųjų pratybų tvarkaraščiai, dalyvavimo varžybose planai, patvirtinti direktoriaus.

33. Mokiniai, pageidaujantys lankyti futbolo treniruotes Vilniaus futbolo mokykloje, pateikia futbolo mokyklos direktoriui sveikatos patikrinimo medicininę pažymą, mokinio gimimo liudijimą ar pasą, priėmimas įforminamas prašymu-sutartimi.

34. Mokinių priėmimas į ugdymo grupes vykdomas per visus ugdymo metus.

35. Jeigu jaunesnio amžiaus sportininkas įvykdo aukštesnės kategorijos reikalavimus, tai treneriui leidžiama jį įrašyti į aukštesnės kategorijos ugdymo grupę.

36. Sportininkai priimami ir atleidžiami iš futbolo mokyklos direktoriaus įsakymu.

37. Pradinio rengimo grupių komplektavimus tvirtina futbolo mokyklos direktorius.

38. Futbolo mokykloje gali būti sudaromos ir vadovo patvirtintos kelių trenerių vienoje komandoje brigados. Brigada kartu sprendžia sportininkų atrankos, jų pradinio rengimo ir auklėjimo, perdavimo tolimesniai meistriškumo tobulinimui ir kitus klausimus.

39. Paskelbus ekstremalią situaciją, keliančią pavojų mokinių gyvybei ar sveikatai, futbolo mokykla priima sprendimą dėl ugdymo proceso koregavimo.

VII SKYRIUS

SPORTININKŲ PASIEKIMŲ VERTINIMAS

40. Sportininkų pažangos ir pasiekimų vertinimas atliekamas priede nustatytais meistriškumo pakopų rodikliais, pagal sportininko užimtą vietą išvardintose varžybose arba varžybose pasiektą rezultatą. Priede nurodyti meistriškumo rodikliai, pasiekti olimpinėse žaidynėse, pasaulio ir Europos čempionatuose galioja 5 metus nuo pasiekto rezultato dienos, tarptautinėse suaugusių, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių varžybose, Lietuvos Respublikos suaugusių, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių čempionatų varžybose – 3 metus nuo pasiekimo dienos, kitose varžybose – 2 metus nuo pasiekimo dienos.

41. Pagal sportinio ugdymo programas ugdomų ugdytinių sportiniai pasiekimai vertinami mokslo metų pradžioje, sudarant sportinio ugdymo grupes, mokslo metų pabaigoje ir, esant poreikiui, bet kuriuo metu mokslo metais.

VIII SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO SĄLYGOS

42. Trenerių atostogų grafikas sudaromas taip, kad sporto pratybų procesas vyktų planuotu laiku. Su atostogaujančio trenerio ugdymo grupe gali dirbti jį pavaduojanti treneris. Mokinių atostogų metu sportinis darbas vykdomas pagal individualias užduotis, sportinių stovyklų planus.

*Sportinio ugdymo plano
priedas*

**FUTBOLO SPORTO ŠAKOS SPORTINIO UGDYMO GRUPIŲ SUDARYMO RODIKLIAI
IR UGDYMIUI SKIRIAMŲ KONTAKTINIŲ AKADEMINIŲ UGDYMO VALANDŲ SKAIČIUS
PER SAVAITĘ**

„Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje						Maksimalus kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę		
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius							
					MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2		MP 1	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Pradinio rengimo	1	6–9	6–7	12							8	
	2	8–10	7–8	12 ¹							10	
Meistriškumo ugdymo	1	7–12	8–14	12 ²							12	
	2	10–12	9–17	14 ³	10	4					12	
	3	10–12	12–17	14 ³	8	6					14	
	4	13–15	13–17	14 ⁴	8	6						16
					arba							
	5	13–15	14–17	14 ⁴		10	2 ⁶ 4					18
arba												
Meistriškumo tobulinimo	1	14–17	15–18	14 ⁵		8	4				20	
					arba							
	2	15–18	16–18	14 ⁵			8	4			21	
					arba							
								2 ⁶				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	3	15–18	17–18	16 ⁵			8	6			22
					arba						
									2 ⁶		
Didelio meistriškumo	–	16 ir vyresnės	18 ir vyresni	16 ⁵				12	4		26
					arba						
										2 ⁶	
	–	16 ir vyresnės	18 ir vyresni	16 ⁵				10	6		26
				arba							
										2 ⁶	

Pastabos:

¹ – 10 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 10 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus;

² – 10 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 15 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus;

³ – 10 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 20 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus;

⁴ – 12 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 25 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus;

⁵ – 12 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 30 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus;

⁶ – sportininkas dalyvavo pasaulio ir/ar Europos suaugusiųjų, jaunimo, jaunių, jaunučių atrankos ir/ar finalinio etapo varžybose arba Jaunimo olimpinėse žaidynėse ir pasiekė atitinkamą meistriškumo pakopos rodiklį pagal užimtą vietą varžybose.“

„Futbolo sporto šakos sportininkų meistriškumo pakopų rodikliai pagal užimtą vietą varžybose“

„Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopos (MP) rodiklis					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	D					
2.	Pasaulio čempionatas (olimpinė rungtis)	1–16	D ¹				
3.	Europos čempionatas (olimpinė rungtis)	1–12	D ¹				
4.	Europos žaidynės	1–16	D ¹				
5.	Pasaulio studentų universiada	1–3	4–16 ¹				
6.	Pasaulio vaikinių ir merginų U–21 čempionatas (olimpinė rungtis)	1	2–8	9–16			
7.	Pasaulio vaikinių ir merginų U–19 čempionatas (olimpinė rungtis)	1	2–8	9–16			
8.	Pasaulio vaikinių ir merginų U–17 čempionatas (olimpinė rungtis)	1	2–8	9–16			
9.	Europos vaikinių ir merginų U–21 čempionatas (olimpinė rungtis)		1–8	9–16			

1	2	3	4	5	6	7	8
10.	Europos vaikinų ir merginų U–19 čempionatas (olimpinė rungtis)		1–8	9–16			
11.	Europos vaikinų ir merginų U–17 čempionatas (olimpinė rungtis)		1–3	4–8	9–16		
12.	Tarptautinės jaunimo varžybos ³ (olimpinė rungtis)			1	2–6 ¹		
13.	Jaunimo olimpinės žaidynės		1–4	5–8	9–16		
14.	Tarptautinės jaunių varžybos ³ (olimpinė rungtis)			1	2–3	4–6 ¹	
15.	Baltijos šalių taurė (olimpinė rungtis)			1	2–4 ²		
16.	Baltijos šalių vaikinų ir merginų taurė U–17 (olimpinė rungtis)				1–3 ²		
17.	Baltijos šalių vaikinų ir merginų taurė U–15 (olimpinė rungtis)					1–3 ²	
18.	Lietuvos futbolo čempionatas (A lyga) (olimpinė rungtis)			1–3	4–8		
19.	Lietuvos futbolo pirmenybės (I lyga) (olimpinė rungtis)			1	2–3	4–16	
20.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–19 (olimpinė rungtis)				1–3	4–8	9–D ¹
21.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–17 (olimpinė rungtis)				1–3	4–8	9–D ¹
22.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–16 (olimpinė rungtis)				1–2	3–8	9–D ¹
23.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–15 (olimpinė rungtis)				1–2	3–8	9–D ¹
24.	Lietuvos vaikų ir jaunių futbolo asociacijos lygos pirmenybės U–14 (olimpinė rungtis)					1–4	D ¹
25.	Lietuvos vaikų futbolo čempionatas, lygos ir pirmenybės (olimpinė rungtis)					1–8	D ¹
26.	Lietuvos mokinių salės futbolo „Futsal“ pirmenybės						D ¹
27.	Lietuvos jaunučių / jaunių sporto žaidynės					1–3	4
28.	Lietuvos mokyklų futbolo žaidynės „Golas“ (5-12 kl.)						D ¹
29.	Moksleivių (merginų) salės futbolo „Futsal“ žaidynės „Ladygolas“					1–3	D ¹
30.	Moksleivių žaidynės „Pradinukų lyga“ (1- 4 kl.)						D ¹

Pastabos:

D – dalyvavimas;

¹ – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių;

² – laimėta ne mažiau 1/3 žaistų rungtynių;

³ – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės futbolo federacijos ir/ar Europos futbolo federacijų asociacijos varžybų kalendorių, kai dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.“