

**BIUDŽETINĖS ĮSTAIGOS KLAIPĖDOS „GINTARO“ SPORTO CENTRO
PLAUKIMO SPORTO ŠAKOS ASMENŲ, TURINČIŲ NEGALIA,
UGDYMO PROGRAMA**

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Biudžetinės įstaigos Klaipėdos „Gintaro“ sporto centro (toliau – Centro) plaukimo sporto šakos neįgaliųjų (toliau – NĮ) sportinio ugdymo programa reglamentuoja formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo plaukimo sporto šakos NĮ programos įgyvendinimą Centre.
2. Programos pavadinimas - plaukimo sporto šakos asmenų, turinčių negalią (toliau – NĮ) programa.
3. Programos apimtis – 2-6 val./sav., ne mažiau kaip 2 k./sav., 40 sav./ per metus.

II. PROGRAMOS TIKSLAS, UŽDAVINIAI, STRUKTŪRA

4. Programos tikslas – suteikti sportininkams plaukimo sporto šakos judesių atlikimo technikos ir taktikos, fizinių pratimų atlikimo tikslingumo žinias, formuoti judesių atlikimo technikos ir taktikos suvokimą, suteikti bendrųjų ir dalykinių kompetencijų.
5. Programos uždaviniai:
 - 5.1. ugdyti požiūrį į sportą, padėti jaunajam sportininkui suvokti kūno kultūros, sporto ir sveikatos ryšį;
 - 5.2. užtikrinti gerą psichologinę būseną: emocinės ir socialinės sveikatos ugdymą;
 - 5.3. taikant optimalius fizinius krūvius, siekti tinkamo mokinio fizinio pajėgumo augimo ir emocinės brandos;
 - 5.4. tobulinti įgytus gebėjimus, siekti judesių ir technikos veiksmų kokybės, suinteresuotumo treniruotis, varžytis, lenktyniauti.
 - 5.5. Lavinti motorinius gebėjimus: judėjimo įgūdžius ir fizines ypatybes.
6. Programos struktūra:
 - 6.1. teorija;
 - 6.2. praktika;
 - 6.3. varžybinė veikla.
7. Programoje dalyvauja ugdytiniai su negalia nuo 7 iki 21 m. Tenkinami jų saviraiškos poreikiai, individualumas, noras tobulėti, siekti rezultatų.
8. Ugdomi įgūdžiai: požiūris į sportą, puoselėjami bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžiai, savigarbos, pagarbos kitam asmeniui, savitarpio pagalbos ir rūpinimosi kitais.

III. PROGRAMOS TURINYS, METODAI IR PRIEMONĖS

Ugdymo programa	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
NĮ	6-8	7 - 21	2-6

9. NĮ grupių sportininkų rengimas:

Turinys	Tikslai	Taikomi metodai	Naudojamos priemonės	Trukmė
Teorija	Skiepijama sveikos gyvensenos samprata, suteikiama techninio ir taktinio rengimo žinių, supažindinama su individualios technikos ir taktikos veiksmais	Pokalbiai, diskusijos, integruojant į sporto pratybas	Pokalbis, diskusija	-

Praktika	Gerinamos organizmo funkcinės galios, techniniai bei taktiniai gebėjimai, stiprinamos fizinės savybės, siekiama atliekamų judesių stabilumo ir įvairovės.	Auklėjimo, mokymo (-si), pažinimo, fiz savybių lavinimo, treniruotės, klaidų nustatymo ir taisymo, mokėjimų vertinimo.	Treniruotė, pratybos, žaidimai	80-238
Varžybų veikla	Vertinamas savo parengtumo ir varžybų veiklos efektyvumas	Įgytų žinių ir įgūdžių pritaikymas varžybinėje veikloje	Varžybos, testų laikymas	0-2
Iš viso:				80-240

IV. PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS

15. Vertinami mokinių pasiekimai ir padaryta pažanga.

16. Vertinimo kriterijai: bendrojo ir specialiojo fizinio pasirengimo testų, pasirinktos plaukimo - rungties varžybose planuotų rezultatų įvykdymas.

17. Taikomi formuojamasis ir apibendrinamasis vertinimas:

17.1. Formuojamasis vertinimas atliekamas nuolat ir turi suteikti treneriui ir sportininkui grįžtamąją informaciją apie ugdymo(-si) pažangą. Ši informacija turi padėti treneriui tinkamai planuoti tolesnio ugdymo strategiją, padėti mokytis. Pagrindiniai vertinimo būdai: stebėjimas, informacijos rinkimas, analizė, informacijos pateikimas.

17.2. Apibendrinamasis vertinimas atliekamas ugdymo(-si) metų ir ugdymo programos pabaigoje.

18. Baigę NĮ programą, sportininkai keliami į kitus mokslo metus.
