PATVIRTINTA
Utenos daugiafunkcio sporto centro
direktoriaus 2022 m. spalio 6 d.
įsakymu Nr. V2-285

UTENOS DAUGIAFUNKCIO SPORTO CENTRO 2022 – 2023 M. M. SPORTINIO UGDYMO IR RENGIMO PLANAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Utenos daugiafunkcio sporto centro (toliau – Centras) sportinio ugdymo ir rengimo planas (toliau – Ugdymo planas) skirtas įgyvendinti formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo dviračių, karate imtynių, krepšinio, lengvosios atletikos, plaukimo, rankinio, slidinėjimo, stalo teniso, teniso programas.

2. Ugdymo plane apibrėžiamas sportinio ugdymo ir rengimo (toliau sportinio ugdymo) grupių sudarymas ir asmenų sportinių pasiekimų vertinimas, nurodoma sportinio ugdymo trukmė, apimtis ir kiti sportinio ugdymo ypatumai.

3. Centro Ugdymo planas sudaromas 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), Utenos daugiafunkcio sporto centro nuostatais, patvirtintais Utenos rajono savivaldybės tarybos 2017 m. kovo 30 d. sprendimu Nr. TS-81 „Dėl Utenos daugiafunkcio sporto centro nuostatų patvirtinimo“, ir kitais teisės aktais.

4. Ugdymo plane vartojamos sąvokos atitinka Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme, Lietuvos Respublikos sporto įstatyme, Rekomendacijose ir kituose švietimą, fizinį ugdymą ir sportą reglamentuojančiuose teisės aktuose vartojamas sąvokas.

II SKYRIUS TIKSLAI IR UŽDAVINIAI

5. Centro tikslas - per sportą skatinti vaikų, jaunimo ir suaugusiųjų saviraišką, ieškoti talentingų sportininkų, sporto bei medicinos specialistų parengtomis ir praktikoje patvirtintomis priemonėmis rengti juos tinkamai atstovauti Utenos rajonui šalies ir tarptautiniuose sporto renginiuose, tenkinti gyventojų kultūrinius poreikius.

6. Centro uždaviniai:

6.1. pagal savo veiklos sritis įgyvendinti Utenos rajono savivaldybės kokybiškos švietimo sistemos kūrimo ir jaunimo užimtumo programą;

6.2. sporto priemonėmis padėti ugdyti ir lavinti sveiką asmenybę;

6.3. propaguoti fizinį ugdymą ir sportą;

6.4. ieškoti talentingų sportininkų, kurie savo sportiniais pasiekimais garsintų Uteną;

6.5. organizuoti pramoginius renginius gyventojams, tenkinti vietos bendruomenės sveikatinimo, sportavimo bei užimtumo poreikius;

6.6. rengti ir vykdyti neformaliojo suaugusiųjų švietimo programas.

7. Centro tikslų ir uždavinių įgyvendinimas vertinamas pagal:

7.1. Centro veikloje dalyvaujančių Utenos rajono mokinių dalį;

7.2. sportinių renginių skaičių;

7.3. Centro sportininkų iškovotas prizines vietas Lietuvos Respublikos sporto žaidynėse, pirmenybėse, čempionatuose, tarptautinėse varžybose;

7.4. Centro sportininkų atstovavimą Utenos rajono bei Lietuvos Respublikos rinktinėse.

8. Sportinio ugdymo tikslas – apibrėžti ugdymo programų vykdymo bendruosius reikalavimus sportinio ugdymo ir turiniui formuoti, ugdymo ir procesui organizuoti, kad kiekvienas Centro sportininkas pasiektų kuo geresnių ugdymo (si) rezultatų ir įgytų mokymuisi visą gyvenimą būtinų bendrųjų ir dalykinių kompetencijų.

9. Sportinio ugdymo uždaviniai:

9.1. numatyti gaires ugdymo procesui įgyvendinti, ugdymui pritaikyti pagal sportininkų ugdymosi poreikius;

9.2. nustatyti savaitinių valandų skaičių, skirtą formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programoms įgyvendinti;

9.3. ugdyti sportininkus atstovauti Centro, Utenos, šalies rinktinėms.

10. Sportinio ugdymo tikslų ir uždavinių įgyvendinimo vertinimo kriterijai:

10.1. suformuotos grupės atskiroms sporto šakų ugdymo programoms įgyvendinti;

10.2. sportininkų skaičius Centre veikiančiose sporto šakų: dviračių sporto, karate imtynių, krepšinio, lengvosios atletikos, plaukimo, rankinio, slidinėjimo, stalo teniso, teniso sporto grupėse;

10.3. ugdymo programų etapuose – pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo, aukšto meistriškumo – sudarytos optimalios sąlygos (treniruočių tvarkaraštis, aplinka, inventorius) skirtingų poreikių mokinių saviraiškai;

10.4. Centro mokinių pasiekti rezultatai, kandidatų į Lietuvos rinktines skaičius.

III SKYRIUS
SPORTINIO UGDYMO IR RENGIMO PROCESO ORGANIZAVIMAS

11. Mokslo metai ir ugdymo procesas prasideda 2022 m. rugsėjo 1 d., baigiasi 2023 m. rugpjūčio 31 d.

12. Sportininkų ugdymas organizuojamas laisvalaikiu: po pamokų, poilsio ir švenčių dienomis ir per mokinių atostogas.

13. Treneriai dirba šešias dienas per savaitę.

14. Sportinio ugdymo programos etapai ir trukmė metais:

14.1. pradinio rengimo etapas – 1-2 metai;

14.2. meistriškumo ugdymo etapas – 1-5 metai;

14.3. meistriškumo tobulinimo etapas – 1-4 metai;

14.4. aukšto meistriškumo etapas – 1 metai ir daugiau.

15. Sportinio ugdymo programų pradinio rengimo etapas per metus trunka 44 savaites, meistriškumo ugdymo etapas – 46 savaites, meistriškumo tobulinimo ir aukšto meistriškumo ugdymo etapai – po 48 savaites.

16. Ugdymas organizuojamas mokymo grupėmis ar individualiai. Vieną ar kitą mokymo rūšį treneris pasirenka, atsižvelgdamas į sportininko meistriškumo lygį, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus.

17. Pagrindinės sportininkų ugdymo organizavimo formos yra šios: teorinės ir praktinės mokomosios pratybos vietos sporto bazėje ir sporto stovyklose, dalyvavimas varžybose, testai, kontrolinių normatyvų patikrinimai. Gali būti organizuojami seminarai, diskusijos, ekskursijos, varžybų, rungtynių stebėjimai, jų aptarimai ir kita.

18. Pratybų minimali trukmė – 1 akademinė valanda (45 minutės). Maksimali pratybų trukmė priklauso nuo pedagogo grupinio ar individualiojo ugdymo plano reikalavimų. Teorinių paskaitų, treniruočių ar kitų mokymo pratybų laiką ir vietą nurodo treniruočių tvarkaraščiai, o dalyvavimo sporto varžybose – kalendoriniai varžybų planai, patvirtinti Centro direktoriaus įsakymu.

19. Formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programoms įgyvendinti treneriams (ugdytojams) vienai kontaktinei akademinei ugdymo valandai pasirengti turi būti numatyta 15 minučių, kurios įskaitomos į trenerio darbo laiką.

20. Visų lygių Centro sportininkams namų užduotys skiriamos trenerio nuožiūra, atsižvelgiant į sportininko sugebėjimus įvykdyti programinius reikalavimus, amžių ir kt.

21. Mokinių vasaros atostogų metu Centre gali būti vykdomos užimtumo programos, projektai, stovyklos, turistiniai – sportiniai žygiai.

22. Mokinių rudens, Kalėdų, Velykų atostogų metu treniruotės gali būti vykdomos nuo 10.00 val.

23. Mokinių veikla fiksuojama elektroniniame dienyne „Stats4sport“. Treneriai fiksuoja ugdomąją veiklą nuo rugsėjo 1 dienos iki rugpjūčio 31 dienos.

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

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

26. Sporto šakų treniruotės vyksta:

26.1. dviračių sportas – Utenos Aukštakalnio progimnazijos dviračių bazėje ir sporto salėje, Vyžuonos parko dviračių ir riedučių trasoje, Centro dviračių bazėse, Centro treniruoklių salėje, Centro baseine;

26.2. karatė imtynės – Utenos Krašuonos progimnazijos karate salėje;

26.3. krepšinis - Centro sporto komplekse, Centro krepšinio salėje, Utenos Aukštakalnio progimnazijos sporto salėje, Vyturių progimnazijos sporto salėje, Utenos Adolfo Šapokos gimnazijos sporto salėje, Utenos Dauniškio gimnazijos sporto salėje, Centro treniruoklių salėje, LR Gym klubo sporto salėje, Centro multifunkcinėje sporto aikštelėje;

26.4. lengvoji atletika - „Utenio“ stadione, A. Šapokos gimnazijos stadione, Centro sporto komplekse, Vyžuonos parke, Centro treniruoklių salėje, Centro baseine;

26.5. plaukimas - Centro baseine, Centro treniruoklių salėje, Utenos Aukštakalnio progimnazijos stadione, Vyžuonos parke;

26.6. rankinis - Centro sporto komplekse, Vyturių progimnazijos sporto salėje, Centro treniruoklių salėje, Vyžuonos parke;

26.7. slidinėjimas – Vyturių progimnazijos Daugailių skyriuje, Vyžuonos parko dviračių ir riedučių trasoje, Utenos Aukštakalnio progimnazijos slidinėjimo bazėje;

26.8. tenisas – Aukštakalnio progimnazijos sporto salėje, Teniso aikštyne K. Donelaičio 19A;

26.9. stalo tenisas – Utenos Krašuonos progimnazijos stalo teniso salėje.

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

28. Sportinio ugdymo grupių individualių sporto šakų ir disciplinų sportininkams varžybų dienų skaičius per metus pradinio rengimo etape turėtų būti ne mažesnis kaip 4 varžybų dienos, sportinių žaidimų šakų sportininkams – ne mažiau kaip 10 varžybų dienų; meistriškumo ugdymo etape - individualių sporto šakų ir disciplinų sportininkams varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų sportininkams – ne mažesnis kaip 20 varžybų dienų; meistriškumo tobulinimo etape - individualių sporto šakų ir disciplinų sportininkams varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 15 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų sportininkams – ne mažesnis kaip 30 varžybų dienų.

29. Varžybos nurodomos Centro veiklos plane, konkreti vieta ir laikas – varžybų nuostatuose.

30. Sportinio ugdymo programų grupių sportininkams rekomenduojamas mokomųjų sporto stovyklų skaičius pradinio rengimo etape yra ne mažiau kaip trys 8-10 dienų stovyklos per metus, meistriškumo ugdymo etape – ne mažiau kaip keturios 10-12 dienų stovyklos per metus, meistriškumo tobulinimo etape – ne mažiau kaip keturios 10-14 dienų stovyklos per metus.

31. Treneriui išvykus į stovyklą arba varžybas su vienu ar keliais grupės sportininkais, esant finansinėms galimybėms, dirba pavaduojantis treneris.

32. Sportinio ugdymo grupių komplektavimas:

32.1. sportinio ugdymo grupės sudaromos pagal sportininko užimtą vietą arba pasiektą rezultatą varžybose vadovaujantis meistriškumo pakopų rodikliais, nurodytais Rekomendacijų 1 priede „Formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliai ir ugdymui skiriamų kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę pagal sporto šakas ir (arba) disciplinas“ (toliau – Rekomendacijų 1 priedas); sudarant formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų meistriškumo ugdymo arba meistriškumo tobulinimo etapo ugdymo grupę, vietoje vieno Rekomendacijų 1 priede nurodyto sportininko į grupę gali būti įtraukti 2 viena pakopa žemesnės meistriškumo pakopos rodiklius atitinkantys sportininkai;

32.2. sportinio ugdymo grupė gali būti sudaryta iš vienos lyties mokinių arba būti mišri;

32.3. formalųjį švietimą papildančio sportinio atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų ugdymo grupės sudaromos mokslo metams. Naujos formalųjį švietimą papildančio sportinio atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų ugdymo grupės sudarymas gali trukti ne ilgiau kaip 2 mėnesius. Neformaliojo vaikų sportinio ugdymo grupės sudarymo procesas gali vykti nuolat.

33. Paskelbus ekstremalią padėtį, nustačius ypatingąją epideminę padėtį dėl staigaus ir neįprastai didelio užkrečiamųjų ligų išplitimo viename ar keliuose administraciniuose teritoriniuose vienetuose ar esant kitoms aplinkybėms, keliančioms pavojų sportininkų sveikatai ar gyvybei Centro direktorius priima sprendimą dėl ugdymo proceso koregavimo. Oro temperatūrai esant 20 laipsnių šalčio ar žemesnei, į treniruotes gali neiti 1-5 klasių mokiniai, esant 25 laipsnių šalčio ar žemesnei temperatūrai - 6-12 klasių mokiniai. Ugdymo procesas atvykusiems į Centrą sportininkams vykdomas. Šios dienos įskaičiuojamos į ugdymo dienų skaičių.

34. Prieš pradedant lankyti sporto pratybas, ugdyti priimami sportininkai turi būti pasitikrinę sveikatą asmens sveikatos priežiūros įstaigoje ir pristatyti pažymą, kad yra sveiki ir gali treniruotis.

35. Vietoje į sporto mokyklą, sporto gimnaziją mokytis pagal specializuoto sportinio ugdymo krypties programą išvykusių sportininkų į formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo grupę gali būti įtraukti Rekomendacijų 1 priede nurodyti žemesnės meistriškumo pakopos rodiklius atitinkantys sportininkai, tačiau ne ilgiau kaip iki kitų mokslo metų pradžios.

IV SKYRIUS
UGDYMO TURINIO PLANAVIMAS IR SPORTININKŲ PAŽANGOS IR PASIEKIMŲ VERTINIMAS

36. Ugdymo procese derinamas formuojamasis, diagnostinis ir apibendrinamasis vertinimas:

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

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

36.3. apibendrinamajam sportininkų pažangos ir pasiekimų vertinimui, baigiantis ugdymo laikotarpiui, gali būti naudojama testai. Vertinimo rezultatai turi būti žinomi sportininkui.

37. Centro sportininkų pažangos ir sportinių pasiekimų vertinimas atliekamas vadovaujantis Rekomendacijų 1 priede nustatytais meistriškumo rodikliais (sportininkų užimtą vietą išvardintose varžybose arba varžybose pasiektą rezultatą).

38. Atskirų mokymo grupių formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programas, treniruočių planus rengia treneriai, o juos tvirtina Centro direktoriaus. Planuodamas ugdymo turinį, treneris planuoja ir sportininkų pažangos ir pasiekimų vertinimą, jį sieja su mokymo tikslais, atsižvelgdamas į sportininkų patirtį ir gebėjimus.

39. Pagal sportinio ugdymo programas ugdomų sportininkų sportiniai pasiekimai vertinami mokslo metų pradžioje, sudarant ugdymo grupes, mokslo metų pabaigoje ir esant poreikiui, bet kuriuo metu mokslo metais. Meistriškumo rodikliai vertinami vadovaujantis sporto (šakų) federacijų (asociacijų, sąjungų) ir kitų organizacijų vykdomų varžybų tinkamai patvirtintų protokolų duomenimis.

40. Meistriškumo rodikliai, pasiekti Olimpinėse žaidynėse, pasaulio ir Europos čempionatuose, galioja 5 metus nuo pasiekimo dienos; tarptautinėse suaugusiųjų, 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.

V SKYRIUS
UGDYMO DIFERENCIJAVIMAS

41. Ugdymo diferencijavimas – tai ugdymo tikslų, uždavinių ugdymo turinio, metodų, ugdymo aplinkos, vertinimo pritaikymas sportininkams. Jo tikslas – sudaryti sąlygas kiekvienam sportininkui sėkmingai ugdytis.

42. Centro sportininkai skiriasi turima patirtimi, motyvacija, interesais, siekiais, gebėjimais, pasiekimo lygiu ir kt., tai lemia skirtingus ugdymosi poreikius. Diferencijuotu ugdymu atsižvelgiama į šiuos poreikius pritaikant sportininkui užduotis, ugdymo turinį, metodus, priemones, tempą ir skiriamą laiką.

43. Diferencijavimas taikomas: sportininkui individualiai, sportininkų grupei, tam tikriems tikslams pasiekti, tam tikroms veikloms atlikti.

VI SKYRIUS
BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

44. Mokslo metų eigoje keičiantis sportininkų ir trenerių skaičiui, Ugdymo planas gali būti koreguojamas ir pakeitimai tvirtinami Centro direktoriaus įsakymais.

45. Už Ugdymo ir rengimo plano įgyvendinimą atsako Centro direktorius.

SUDERINTA
Utenos rajono savivaldybės administracijos direktorius

_____
(parašas)
Vidas Žvinys
(vardas, pavardė)

_____
(data)

Utenos daugiafunkcio sporto centro
2022-2023 m. m. sportinio ugdymo ir rengimo plano
priedas

SPORTINIO UGDYMO GRUPIŲ IR KONTAKTINIŲ VALANDŲ SKAIČIUS PAGAL SPORTO ŠAKAS

1. Dviračių sportas

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	Grupių skaičius
		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		
Pradinio rengimo	1	12–13	12–13	9							8	
	2	13–14	13–14	9[1]							11	1
Meistriškumo ugdymo	1	13–15	12–14	7[2]	6	1					12	
	2	14–16	14–16	7[2]	4	3					13	
	3	15–17	15–17	7[2]	2	3	2				15	
	4	16–18	16–18	6[2]		4	2				20	2
Meistriškumo tobulinimo	1	17–19	17–19	6		3	3				22	
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	5		1	4				24	
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	4			3	1			26	
	4	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	4			2	2			28	
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2				1	1		32	
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni						1	1	36	

Pastabos:
1 – 7 sportininkai dalyvavo 3 varžybose.
2 – Į sportinio ugdymo grupę gali būti įtrauktas ne daugiau kaip vienas sportininkas, pasiekęs atitinkamą meistriškumo pakopos rodiklį dviračių sporto šakos neolimpinių rungčių varžybose.

2. Karate imtynės

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	Grupių skaičius
		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		
Pradinio rengimo	1	6–12	6–12	12							6	1
	2	10–13	10–13	12[1]							9	
Meistriškumo ugdymo	1	11–14	11–14	12	7	1					12	
	2	12–15	12–15	10	8	2					14	
	3	13–16	13–16	9	5	4					16	
	4	14–17	14–17	8		6	2				18	
	5	15–18	15–18	7		4	3				20	
Meistriškumo tobulinimo	1	16–18	16–18	6		2	4				24	1
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	5			4	1			26	
	3	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	4			2	2			28	
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2				1	1		32	
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2					1	1	36	

Pastaba. [1] 8 sportininkai dalyvavo 2 varžybose

3. Krepšinis

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	Grupių skaičius
		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		
Pradinio rengimo	1	Iki 6	Iki 6	15							6	2
	1	7–9	7–9	15							7	4
	2	9–11	9–11	15[1]							8	
Meistriškumo ugdymo	1	10–13	10–13	15[1]							10	2
	2	11–17	11–17	15	10						12	3
	3	12–17	12–17	15	10	2					14	
	4	13–17	13–17	14	8	5					16	2
					arba							
							1					
	5	14–17	14–17	14		10	3				18	1
					arba							
Meistriškumo tobulinimo								1				
	1	15–18	15–18	13		6	6				22	
					arba							
								1				
	2	16–18	16–18	12		3	6	3			24	
					arba							
									1			
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	10		1	5	4			26	
					arba							
									1			
Aukšto meistriškumo	–	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	10			6	4			28	
					arba							
								1	1			
	–	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	10			5	4	1		32	

4. Lengvoji atletika

4.1. Trumpi nuotoliai, šuoliai, ilgi nuotoliai, sportinis ėjimas

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje										Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	Grupių skaičius
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius										
					MP9	MP8	MP7	MP6	MP5	MP4	MP 3	MP2	MP 1		
Pradinio rengimo	1	Iki 12	Iki 13	12										9	
	2	9–13	9–13	11[1]										10	
Meistriškumo ugdymo	1	10–13	10–13	10	10									11	
	2	11–13	12–13	10	5	5								12	2
	3	12–14	13–14	9		3	3	3						14	
	4	13–15	14–15	8			2	6						16	
Meistriškumo tobulinimo	1	14–16	15–16	7				7						18	1
	2	15–17	16–17	6				3	3					20	1
	3	16–18	17–19	5					3	2				21	
	4	17 ir vyresnės	18 ir vyresni	4						4				22	
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2						1	1			28	
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2							1	1		32	
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2							1		1	36	

Pastaba. [1] 8 sportininkai dalyvavo 2 varžybose

4.2. Metimai, daugiakovės

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje										Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	Grupių skaičius
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius										
					MP9	MP8	MP7	MP6	MP5	MP4	MP 3	MP2	MP1		
Pradinio rengimo	1	Iki 12	Iki 13	9										9	
	2	9–13	9–13	9[1]										10	
Meistriškumo ugdymo	1	10–13	11–13	8	8									11	
	2	11–13	12–13	8	6	2								12	
	3	12–14	13–14	7		7								14	
	4	13–15	14–15	7		3	4							16	
Meistriškumo tobulinimo	1	14–16	15–16	6		1	2	3						18	
	2	15–17	16–17	6			1	5						20	
	3	16–18	17–19	5				3	2					21	
	4	17 ir vyresnės	18 ir vyresni	4					2	2				22	
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2						1	1			10	1
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2							1	1		32	
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2								1	1	36	

Pastaba. [1] 7 sportininkai dalyvavo 2 varžybose

5. Plaukimas

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje										Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	Grupių skaičius
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius										
					MP9	MP8	MP7	MP6	MP5	MP4	MP3	MP2	MP1		
Pradinio rengimo	1	7–9	7–9	12										6	9
	2	8–10	8–11	12	6									8	1
Meistriškumo ugdymo	1	9–11	10–12	11	4	6	1							10	1
	2	10–12	11–13	10		5	4	1						12	
	3	11–13	12–14	9			2	5	2					14	
	4	12–14	13–15	8				2	4	2				16	1
	5	13–15	14–16	7					3	4				20	1
Meistriškumo tobulinimo	1	14–16	15–17	6						4	2			22	
	2	15–17	16–18	5						1	3	1		24	
	3	16–18	17–19	5							3	2		28	
Aukšto meistriškumo	–	17 ir vyresnės	18 ir vyresni	3								3		32	
	–	18 ir vyresnės	19 ir vyresni	2								1	1	36	

6. Rankinis

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	Grupių skaičius
		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		
Pradinio rengimo	1	7–9	7–9	16							8	
	2	8–11	8–11	16 [1]							9	
Meistriškumo ugdymo	1	9–12	9–12	14 [2]							10	3
	2	10–13	10–13	14 [3]	10						12	2
	3	11–14	11–14	14	12	2					14	
	4	12–15	12–15	14	8	6					16	1
					arba							
								1 [4]				
	5	13–17	13–17	14		10	4				18	1
					arba							
								1 [4]				
Meistriškumo tobulinimo	1	14–18	14–18	12		6	6				22	
					arba							
								1 [4]				
	2	15–19	15–19	12		3	6	3			24	
					Arba							
									1 [4]			
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	12		1	7	4			26	
					arba							
									1 [4]			
Aukšto meistriškumo	–	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	12			7	4	1		28	
					arba							
								1 [4]	1 [4]			
	–	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	12				9	2	1	32	
					arba							
									1 [4]	1 [4]		

Pastaba. [1] 11 sportininkų dalyvavo 4 varžybose

[2] 13 sportininkų dalyvavo 10 varžybose

[3] 13 sportininkų dalyvavo 15 varžybose

[4] sportininkas dalyvavo pasaulio ir(ar) Europos suaugusiųjų, jaunimo, jaunių, jaunučių čempionato aukščiausio diviziono finaliniame varžybų etape

7. Slidinėjimas

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje										Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	Grupių skaičius
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius										
					MP9	MP8	MP7	MP6	MP5	MP4	MP 3	MP2	MP 1		
Pradinio rengimo	1	iki 10	iki 10	11										8	1
	2	9–12	9–12	11	4	6								10	
Meistriškumo ugdymo	1	10–13	10–13	10		1	6	2						12	
	2	11–14	11–14	10			7	2	1					14	
	3	12–15	12–15	9			4	3	2					16	
	4	13–16	13–16	8			1	4	3					18	
	5	14–17	14–17	7				2	4	1				20	1
Meistriškumo tobulinimo	1	15 ir vyresnės	15 ir vyresni	6					4	2				24	
	2	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	5					2	3				26	
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	4						3	1			28	
Aukšto meistriškumo	–	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2							1	1		24	1
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2							1		1	36	

8. Stalo tenisas

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	Grupių skaičius
		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		
Pradinio rengimo	1	7–10	7–10	12							8	
	2	8–11	8–11	10[1]							10	
Meistriškumo ugdymo	1	9–12	9–12	8	4						12	1
	2	10–13	10–13	7	5	1					14	
	3	11–14	11–14	6	4	2					16	
	4	12–15	12–15	5	2	3					18	
Meistriškumo tobulinimo	1	13–16	13–16	4		3	1				20	1
	2	14–17	14–17	4		2	2				22	
	3	15–18	15–18	3		1	2				24	
	4	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	3			2	1			26	
Aukšto meistriškumo	1	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	2				2			28	
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2				1	1		32	
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2					1	1	36	

Pastaba. [1] 8 sportininkai dalyvavo 3 varžybose

9. Tenisas

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	Grupių skaičius
		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		
Pradinio rengimo	1	iki 10	Iki 10	12							8	
	2	9-11	9–11	8[1]							10	1
Meistriškumo ugdymo	1	10-12	10–12	6	6						12	
	2	11-13	11–13	6	4	2					14	
	3	12-14	12–14	6		4	2				16	
	4	13-15	13–15	4		1	3				18	
Meistriškumo tobulinimo	1	14-16	14–16	4			4				22	
	2	15-17	15–17	4			3	1			24	
	3	15–18	15–18	4			2	2			28	
	4	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	4			1	3			28	
Aukšto meistriškumo	1	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2				1	1		30	
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2					1	1	36	

[1] Pastaba. [1] 8 sportininkai dalyvavo 3 varžybose