

PATVIRTINTA
Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro
direktoriaus 2025 m. rugpjūčio 28 d. Nr. V-38

KUPIŠKIO R. KŪNO KULTŪROS IR SPORTO CENTRO 2025–2026 M. M. UGDYMO PLANAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro (toliau – Centro) ugdymo planas (toliau – ugdymo planas) reglamentuoja formalųjį švietimą papildančio ugdymo programų įgyvendinimą Centre 2025–2026 m. m.

2. Ugdymo planas sudarytas ir įgyvendinamas vadovaujantis Lietuvos Respublikos sporto įstatymu, Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu, Neformaliojo vaikų švietimo koncepcija, patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2005 m. gruodžio 30 d. įsakymu Nr. ISAK-2695 „Dėl neformaliojo vaikų švietimo koncepcijos patvirtinimo“, 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“, Lietuvos higienos norma HN 20:2018 „Neformaliojo vaikų švietimo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinta Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2012 m. birželio 25 d. Nr. V-599 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 20:2018 „Neformaliojo vaikų švietimo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“, mokinių priėmimo į Kupiškio rajono savivaldybės neformaliojo švietimo mokyklas ir ugdymo organizavimo tvarkos aprašu, patvirtintu Kupiškio Rajono savivaldybės tarybos 2020 m. birželio 23 d. sprendimu Nr. TS-149 „Dėl mokinių priėmimo į Kupiškio rajono savivaldybės neformaliojo švietimo mokyklas ir ugdymo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“, Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro nuostatais, patvirtintais Kupiškio rajono savivaldybės tarybos 2024 m. spalio 24 d. sprendimu Nr. TS-276 „Dėl Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro nuostatų patvirtinimo“.

3. Ugdymo plane vartojamos sąvokos ir terminai:

3.1. Formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programa – atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programa, kuria siekiama suteikti ir sistemingai gilinti ugdytinio pasirinktos sporto šakos žinias, ugdyti gebėjimus ir formuoti įgūdžius, plėtoti sporto

ir bendrąsias kompetencijas, siekti sportinio meistriškumo pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo meistriškumo etapais.

3.2. Meistriškumo pakopa – ugdytinio sportinio meistriškumo lygį pagal sporto varžybose užimtą vietą arba pasiektą rezultatą apibrėžiančių rodiklių grupė. Meistriškumo pakopos: pradinio rengimo (PR), meistriškumo ugdymo (MU), meistriškumo tobulinimo (MT).

3.3. Ugdymo planas – įstaigos ar organizacijos vykdomų sportinio ugdymo ar sporto ugdymo programų planas, parengtas vadovaujantis sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis ir kitais švietimą, kūno kultūrą ir sportą reglamentuojančiais teisės aktais.

3.4. Ugdymo grupė – vienodo amžiaus ir pasirengimo sportuojančių vaikų, paauglių, jaunuolių būrys, vadovaujant mokytojui arba mokytojų grupei.

4. Ugdymo plano tikslas – nustatyti ugdymo programų vykdymo bendruosius reikalavimus sudarant sąlygas ugdymo turiniui formuoti, ugdymo procesui organizuoti, užtikrinant kiekvieno ugdytinio asmeninio rezultatų ūgtį įgyjant bendrąsias ir pasirinktos sporto šakos kompetencijas.

5. Ugdymo plano uždaviniai:

5.1. formuoti visą gyvenimą išliekantį pomėgį ir poreikį sportuoti;

5.2. sudaryti sąlygas ugdymo turiniui ir ugdymo(si) aplinkai kurti ir pritaikyti pagal ugdytinių poreikius;

5.3. tobulinti ugdytinių kūno kultūros ir sporto žinias, gebėjimus ir įgūdžius;

5.4. rengti jaunuosius sportininkus mokyklos, savivaldybės, regionų ir Lietuvos atskirų sporto šakų rinktinėms;

5.5. nustatyti ugdymo grupėms skiriamų akademinių ugdymo valandų skaičių per savaitę.

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

7. Ugdymo planas parengtas vieneriems mokymo metams.

8. Centras mokslo metų eigoje gali koreguoti ugdymo planą, pakoreguotas Centro ugdymo planas derinamas su Centro taryba ir Kupiškio rajono savivaldybės vykdomąja institucijos įgaliotu asmeniu.

II SKYRIUS

UGDYMO PROCESO ORGANIZAVIMAS

9. 2025–2026 m. m. Centre vykdomos aštuonių sporto šakų ugdymo programos: futbolo, imtynių, irklavimo, lengvosios atletikos, krepšinio, stalo teniso, tinklinio, lietuviško ritinio (ripkos).

10. Mokslo metai prasideda 2025 m. rugsėjo 1 dieną, baigiasi 2026 m. rugpjūčio 31 d.

11. Centro ugdymo grupės dirba 5 dienas per savaitę.

12. Ugdymas organizuojamas laisvalaikiu: po pamokų, mokinių atostogų metu.

13. Užsiėmimai pradedami ne anksčiau kaip 12.00 val. o mokinių rudens, Kalėdų, Velykų atostogų metu pratybos gali būti vykdomos nuo 10.00 val. Minimali užsiėmimų trukmė – 45 min.

14. Ugdymo turinys planuojamas 10 mėnesių, 44 savaitėms.

15. Ugdytiniai pirmo užsiėmimo metu pasirašytinai supažindinami su saugaus elgesio instruktažu.

16. Atostogos planuojamos:

Eil. Nr.	Ugdymo programos pavadinimas	Numatomas atostogų laikotarpis
1.	Futbolas (PR, MU)	Liepos mėn. – rugpjūčio mėn.
2.	Imtynės (PR, MU)	Liepos mėn. – rugpjūčio mėn.
3.	Irklavimas (MU, MT)	Liepos mėn., sausio mėn.
4.	Krepšinis (PR, MU, MT)	Liepos mėn. – rugpjūčio mėn.
5.	Lengvoji atletika (PR, MU)	Liepos mėn. – rugpjūčio mėn.
6.	Stalo tenisas (MU)	Liepos mėn. – rugpjūčio mėn.
7.	Tinklinis (PR, MU)	Liepos mėn. – rugpjūčio mėn.
8.	Lietuviškas ritinis (PR)	Lapkričio mėn. – gruodžio mėn.

Atostogų datos gali kisti priklausomai nuo konkrečios sporto šakos federacijos patvirtinto / koreguoto varžybų kalendoriaus.

17. Užsiėmimų temos fiksuojamos el. dienyne „Mano dienyne“.

18. Ugdymas organizuojamas ugdymo grupėse. Ugdymo grupė gali būti sudaryta iš vienos lyties ugdytinių arba mišri.

19. Užsiėmimų metu derinama teorija ir praktika, vyksta fizinių ypatybių testavimas.

20. Užsiėmimų vieta ir laikas nurodomas užsiėmimų tvarkaraštyje, kurį tvirtina Centro direktorius nuostatuose, dalyvavimo sporto varžybose - varžybų kalendoriuje.

21. Oro temperatūrai esant – 20 laipsnių šalčio ar žemesnei, į pratybas gali neiti 1–5 klasių mokiniai, esant – 25 laipsniams šalčio ar žemesnei temperatūrai gali neiti 6–12 klasių mokiniai. Oro temperatūrai esant + 30 laipsnių karščio pratybos lauke nevyksta. Šios dienos įskaičiuojamos į mokslo dienų skaičių.

22. Sporto šakų užsiėmimai vyksta:

21.1. *Krepšinio:*

22.1.1. Kupiškio Lauryno Stuokos-Gucevičiaus gimnazijos sporto salėje;

22.1.2. Kupiškio Povilo Matulionio progimnazijos sporto salėje;

22.1.3. Kupiškio miesto stadiono krepšinio aikštelėje;

22.2. *Futbolo:*

22.2.1. Kupiškio miesto stadione;

22.2.2. Kupiškio Povilo Matulionio progimnazijos sporto salėje, stadione ir kitose sporto erdvėse;

22.3. *Stalo teniso:*

22.3.1. Kupiškio Povilo Matulionio progimnazijos sporto salėje, kitose sporto erdvėse;

22.4. *Imtynių:*

22.4.1. Kupiškio rajono savivaldybės kultūros centro Subačiaus padalinio salėje;

22.4.2. Kupiškio Lauryno Stuokos-Gucevičiaus gimnazijos choreografijos salėje.

22.5. *Lengvosios atletikos:*

22.5.1. Kupiškio miesto stadione;

22.5.2. Kupiškio Povilo Matulionio progimnazijos sporto salėje ir kitose sporto erdvėse;

22.6. *Irklavimo:*

22.6.1. Kupiškio mariose;

22.6.2. Kupiškio baseine;

22.6.3. Kupiškio Lauryno Stuokos-Gucevičiaus gimnazijos sporto salėje;

22.7. *Tinklinio:*

22.7.1. Kupiškio Lauryno Stuokos-Gucevičiaus gimnazijos sporto salėje;

22.8. *Lietuviško ritinio (ripkos):*

22.8.1. Kupiškio r. Rudilių Jono Laužiko daugiavfunkcio centro stadione / sporto salėje.

22.8.2. Kupiškio miesto stadione.

23. Ugdyimo grupės užsiėmimų vieta gali keistis.

24. Sporto mokytojai išvykus į stovyklą ar varžybas su vienu ar keliais ugdytojų grupės nariais, esant finansinėms galimybėms, su likusiais ugdytiniais gali dirbti pavaduojantis sporto mokytojas. Jei šių galimybių nėra į varžybas nevykstantiems ugdytiniais sporto

mokytojas pateikia savarankiško darbo užduotis (el. dienyne „Mano dienyne“ atitinkamoje grafoje fiksuojama „savarankiškas darbas“).

III SKYRIUS

UGDYMO TURINIO PLANAVIMAS IR UGDYTINIŲ PAŽANGOS IR PASIEKIMŲ VERTINIMAS

25. Atskirų ugdymo grupių formalųjį švietimą papildančius ugdymo planus rengia mokytojai (priedas).

26. Planuodamas ugdymo turinį sporto mokytojas planuoja ir ugdytinių pažangos, ir pasiekimų vertinimą, jį sieja su ugdymo tikslais atsižvelgdamas į ugdytinių patirtį ir gebėjimus.

27. Mokinių meistriškumo lygis, meistriškumo pakopos (toliau – MP) nustatomos pagal pasiektą rezultatą, 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“, Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro sportininkų sportinių pasiekimų vertinimo tvarkos aprašu, patvirtintu Centro direktoriaus 2020 m. birželio 8 d. įsakymu Nr. V-25 „Dėl Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro sportininkų sportinių pasiekimų vertinimo tvarkos aprašo tvirtinimo“.

28. Sportinių pasiekimų vertinimą atlieka Centro direktoriaus įsakymu sudaryta meistriškumo pakopų suteikimo komisija, kuri, atsižvelgdama į sporto mokytojo pateiktą prašymą, teikia siūlymą Centro direktoriui tvirtinti ugdytinių atitiktį keliamiems reikalavimams. Ugdytinių sportiniai pasiekimai vertinami ne rečiau kaip 2 kartus per metus, suteikiant meistriškumo pakopas.

29. Ugdytinių fizinių savybių rodiklių lygis vertinamas vadovaujantis kontroliniais normatyvais mažiausiai du kartus per mokslo metus.

IV SKYRIUS

UGDYMO SRITYS, SPORTO ŠAKOS

30. 2025–2026 m. m. sudaryta 18 ugdymo grupių.

31. Ugdymo grupės sudaromos ir perkeliamos į aukštesnio meistriškumo lygį, vadovaujantis Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro ugdymo grupių komplektavimo tvarkos aprašu, patvirtintu Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro direktoriaus 2022 m. birželio 3 d. įsakymu Nr. V-34 „Dėl priėmimo į Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro ugdymo grupes, ugdymo grupių komplektavimo tvarkos aprašo tvirtinimo“.

32. Ugdymo valandų skaičius per savaitę ugdymo grupei nustatomas vadovaujantis Centro direktoriaus 2023 m. rugpjūčio 31 d. įsakymu Nr. V-34-1 „Dėl Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro direktoriaus 2022 m. birželio 3 d. įsakymo Nr. V-34 „Dėl priėmimo į Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro ugdymo grupes, grupių komplektavimo tvarkos aprašo tvirtinimo“ pakeitimo“.

33. Futbolas:

33.1. Atsižvelgiant į futbolininkų ugdymo (si) metus ir parengtumą 2025–2026 m. m. ugdymo grupėms numatomas šis valandų skaičius per savaitę:

Futbolas	Minimalus ugdytinių skaičius grupėje	Kontaktinių akademinių valandų skaičius	
		Per savaitę	Per metus
MU-2	14	8–9	352–396
MT-2	12	10–14	440–616

33.2. Maksimalus ugdytinių skaičius ugdymo grupėje neribojamas.

34. Imtynės:

34.1. Atsižvelgiant į imtynininkų ugdymo (si) metus ir parengtumą 2025–2026 m. m. ugdymo grupėms numatomas šis valandų skaičius per savaitę:

Imtynės	Minimalus ugdytinių skaičius grupėje	Kontaktinių akademinių valandų skaičius	
		Per savaitę	Per metus
MU-2 (Kupiškis)	9	8–10	352–440
PR-1 (Subačius)	12	6–8	264–352
MU-2 (Subačius)	9	8–10	352–440

34.2. Maksimalus ugdytinių skaičius ugdymo grupėje neribojamas.

35. Irklavimas:

35.1. Atsižvelgiant į irkluotojų ugdymo (si) metus ir parengtumą 2025–2026 m. m. ugdymo grupėms numatomas šis valandų skaičius per savaitę:

Irklavimas	Minimalus ugdytinių skaičius grupėje	Kontaktinių akademinių valandų skaičius	
		Per savaitę	Per metus
MT-2	8	10–16	440–704

35.2. Maksimalus ugdytinių skaičius ugdymo grupėje neribojamas.

36. Krepšinis:

36.1. Atsižvelgiant į krepšininkų ugdymo (si) metus ir parengtumą 2025–2026 m. m. ugdymo grupėms numatomas šis valandų skaičius per savaitę:

Krepšinis	Minimalus	Kontaktinių akademinių valandų skaičius	
		Per savaitę	Per metus

	ugdytinių skaičius grupėje		
PR-1	14	6–8	264–352
PR-1	14	6–8	264–352
PR-2	14	6–8	264–352
MU-2	14	8–10	352–440
MU-3	14	9–11	396–484
MT-2	13	10–15	440–660
MT-3	12	10–15	440–660

36.2. Maksimalus ugdytinių skaičius ugdymo grupėje neribojamas.

37. Lengvoji atletika:

37.1. Atsižvelgiant į lengvaatlečių ugdymo (si) metus ir parengtumą 2025–2026 m. m. ugdymo grupėms numatomas šis valandų skaičius per savaitę:

Lengvoji atletika	Minimalus ugdytinių skaičius grupėje	Kontaktinių akademinių valandų skaičius	
		Per savaitę	Per metus
PR-4	10	6–10	264–440
MT-1	8	9–16	396–704

37.2. Maksimalus ugdytinių skaičius ugdymo grupėje neribojamas.

38. Stalo tenisas:

38.1. Atsižvelgiant į stalo teniso žaidėjų ugdymo (si) metus ir parengtumą 2025–2026 m. m. ugdymo grupėms numatomas šis valandų skaičius per savaitę:

Stalo tenisas	Ugdytinių skaičius grupėje	Kontaktinių akademinių valandų skaičius	
		Per savaitę	Per metus
MU-4	8	6–10	264–440

38.2. Maksimalus ugdytinių skaičius ugdymo grupėje neribojamas.

39. Tinklinis:

39.1. Atsižvelgiant į tinklinio žaidėjų ugdymo (si) metus ir parengtumą 2025–2026 m. m. ugdymo grupėms numatomas šis valandų skaičius per savaitę:

Grupės pavadinimas	Ugdytinių skaičius grupėje	Kontaktinių akademinių valandų skaičius	
		Per savaitę	Per metus
MU-1	14	8–10	352–440
MU-3	14	9–11	396–484

39.2. Maksimalus ugdytinių skaičius ugdymo grupėje neribojamas.

40. Lietuviškas ritinis (ripka):

40.1. Atsižvelgiant į lietuviško ritinio žaidėjų ugdymo (si) metus ir parengtumą 2025–2026 m. m. ugdymo grupėms numatomas šis valandų skaičius per savaitę:

Grupės pavadinimas	Ugdytinių skaičius grupėje	Kontaktinių akademinių valandų skaičius	
		Per savaitę	Per metus
PR-1	14	6–8	264–352
PR-1	14	6–8	264–352

40.2. Maksimalus ugdytinių skaičius ugdymo grupėje neribojamas.

SUDERINTA

Kupiškio r. kūno kultūros ir sporto centro tarybos
2025 m. rugpjūčio 19 d.
posėdžio protokoliniu nutarimu Nr. CT- 3

SUDERINTA

Kupiškio rajono savivaldybės
Švietimo ir sporto skyriaus vedėja
Jurgita Trifeldienė



KUPIŠKIO R. KŪNO KULTŪROS IR SPORTO CENTRAS

(sporto šaka, grupė)

(Atskirų ugdymo grupių formaliųjų švietimą papildančio ugdymo plano forma)

2025-2026 m. m.

Eil. Nr.	Branduolio dalykai	Val. sk.	Turinys/temos	Metodai/būdai	Pažangos vertinimo būdai, dažnumas
1.	Sporto šakos teorija (integruota į visą ugdymo turinį)				
2.	Sporto šakos praktika				
3.	Sporto šakos varžybinė veika				

(Sporto šaka, kvalifikacinė kategorija, vardas, pavardė)