

PATVIRTINTA

VšĮ „Šilutės sportas“ direktoriaus
2018 m. spalio 1 d. įsakymu Nr. V1-207

VIEŠOSIOS ĮSTAIGOS „ŠILUTĖS SPORTAS“ FUTBOLO PRADINIO UGDYMO RENGIMO PROGRAMA

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Programos rengėjai: vadybininkas Romualdas Taršauskas.
2. Programos pavadinimas „Vaikų futbolo pradinio ugdymo rengimo programa“.
3. Programos trukmė 5 metai (43 sav. / metus).
4. Programos apimtis 1763 val.

II. PROGRAMOS TIKSLAS, UŽDAVINIAI, STRUKTŪRA

5. Programos tikslas – organizuoti vaikų užimtumą, stiprinti jų sveikatą.
6. Programos uždaviniai:
 - 6.1. Pastebėti ir sudominti gabius vaikus, turinčius būtinas futbolininkui savybes.
 - 6.2. Mokyti vaikus reguliariai sportuoti ir pamilti futbolą.
 - 6.3. Mokyti futbolo technikos pagrindų.
 - 6.4. Mokyti individualios taktikos pagrindų.
 - 6.5. Lavinti fizinės ypatybes.
7. Pradinio rengimo grupių vaikų amžius 6-12 m. (berniukai), 7-13 m. (mergaitės).
8. Pradinio rengimo grupėse įgyjami nauji judėjimo, bendravimo įgūdžiai, vaikas susipažįsta su aplinka, mokosi.

III. PROGRAMOS TURINYS, METODAI IR PRIEMONĖS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
PR1	16-20	7-9 (mergaitės) 6-8 (berniukai)	5 val.
PR2	16-20	8-10 (mergaitės) 7-8 (berniukai)	6 val.
PR3	16-20	9-11(mergaitės) 8-9(berniukai)	8 val.
PR4	16-20	10-12(mergaitės) 9-10(berniukai)	10 val.
PR5	16-20	11-13(mergaitės) 10-12(berniukai)	12 val.

9. Pradinio rengimo 1 metų sportininkų rengimas:

Turinys	Ugdomi įgūdžiai	Taikomi metodai	Naudojamos priemonės	Trukmė
1. Fizinių ypatybių lavinimas. 2. Kūno valdymo veiksmų mokymas. 3. Kamuolio valdymo veiksmų mokymas.	1. 1. Bendroji ištvermė. 1. 2. Specialioji ištvermė. 1. 3. Judesių koordinacija. 2.1. Taisyklinga stovėsena. 2.2. Įvairūs judėjimo būdai. 2.3. Kovos dėl kamuolio veiksmai. 3.1. Futbolo technika. 3.2. Kamuolio perdavimas/priėmimas, varymas/atėmimas. 3.3. Kamuolio smūgiavimas/stabdymas.	1. Vaizdiniai, žodiniai (aiškinimas, rodymas). 2. Praktiniai (vientisinis, dalinis, kartojimas, klaidų taisymas, įgūdžių tikrinimas)	Kamuoliai, skirtukai, lėkštelės, kopėtėlės, lazdos, stoveliai, stulpeliai, varteliai.	Teorija - 30 val. Praktika - 141 val. Varžybos - 40 v. Testavimas - 4 val.
Iš viso:				215 val.

10. Pradinio rengimo 2 metų sportininkų rengimas:

Turinys	Ugdomi įgūdžiai	Taikomi metodai	Naudojamos priemonės	Trukmė
1. Fizinių ypatybių lavinimas. 2. Kūno valdymo veiksmų mokymas. 3. Kamuolio valdymo veiksmų mokymas. 4. Taktinis rengimas.	1. 1. Bendroji ištvermė. 1. 2. Specialioji ištvermė. 1. 3. Judesių koordinacija. 2.1. Taisyklinga stovėsena. 2.2. Įvairūs judėjimo būdai. 2.3. Kovos dėl kamuolio veiksmai. 3.1. Futbolo technika. 3.2. Kamuolio perdavimas/priėmimas, varymas/atėmimas. 3.3. Kamuolio smūgiavimas/stabdymas. 4.1. Taktikos veiksmai atakuojant. 4.2. Taktikos veiksmai ginantis.	1. Vaizdiniai, žodiniai (aiškinimas, rodymas). 2. Praktiniai (vientisinis, dalinis, kartojimas, klaidų taisymas, įgūdžių tikrinimas)	Kamuoliai, skirtukai, lėkštelės, kopėtėlės, lazdos, stoveliai, stulpeliai, varteliai, barjerai.	Teorija - 30 val. Praktika - 184 val. Varžybos - 40 v. Testavimas - 4 val.
Iš viso:				258 val.

11. Pradinio rengimo 3 metų sportininkų rengimas:

Turinys	Ugdomi įgūdžiai	Taikomi metodai	Naudojamos priemonės	Trukmė
1. Fizinių ypatybių lavinimas. 2. Kūno valdymo veiksmų mokymas. 3. Kamuolio valdymo veiksmų mokymas. 4. Taktinis rengimas.	1. 1. Bendroji ištvermė. 1. 2. Specialioji ištvermė. 1. 3. Judesių koordinacija. 2.1. Taisyklinga stovėsena. 2.2. Įvairūs judėjimo būdai. 2.3. Kovos dėl kamuolio veiksmai. 3.1. Futbolo technika. 3.2. Kamuolio perdavimas/priėmimas, varymas/atėmimas. 3.3. Kamuolio smūgiavimas/stabdymas. 4.1. Taktikos veiksmai atakuojant. 4.2. Taktikos veiksmai ginantis.	1. Vaizdiniai, žodiniai (aiškinimas, rodymas). 2. Praktiniai (vientisinis, dalinis, kartojimas, klaidų taisymas, įgūdžių tikrinimas)	Kamuoliai, skirtukai, lėkštelės, kopėtėlės, lazdos, stoveliai, stulpeliai, varteliai, barjerai.	Teorija - 36 val. Praktika - 246 val. Varžybos - 56 v. Testavimas - 6 val.
Iš viso:				344 val.

12. Pradinio rengimo 4 metų sportininkų rengimas:

Turinys	Ugdomi įgūdžiai	Taikomi metodai	Naudojamos priemonės	Trukmė
1. Fizinių ypatybių lavinimas. 2. Kūno valdymo veiksmų mokymas. 3. Kamuolio valdymo veiksmų mokymas. 4. Taktinis rengimas.	1. 1. Bendroji ištvermė. 1. 2. Specialioji ištvermė. 1. 3. Judesių koordinacija. 2.1. Taisyklinga stovėseną. 2.2. Įvairūs judėjimo būdai. 2.3. Kovos dėl kamuolio veiksmai. 3.1. Futbolo technika. 3.2. Kamuolio perdavimas/priėmimas, varymas/atėmimas. 3.3. Kamuolio smūgiavimas/stabdymas. 4.1. Taktikos veiksmai atakuojant. 4.2. Taktikos veiksmai ginantis.	1. Vaizdiniai, žodiniai (aiškinimas, rodymas). 2. Praktiniai (vientisinis, dalinis, kartojimas, klaidų taisymas, įgūdžių tikrinimas)	Kamuoliai, skirtukai, lėkštelės, kopėtelės, lazdos, stoveliai, stulpeliai, varteliai, barjerai.	Teorija - 30 val. Praktika - 306 val. Varžybos - 68 val. Testavimas - 6 val.
			Iš viso:	430 val.

13. Pradinio rengimo 5 metų sportininkų rengimas:

Turinys	Ugdomi įgūdžiai	Taikomi metodai	Naudojamos priemonės	Trukmė
1. Fizinių ypatybių lavinimas. 2. Kūno valdymo veiksmų mokymas. 3. Kamuolio valdymo veiksmų mokymas. 4. Taktinis rengimas.	1. 1. Bendroji ištvermė. 1. 2. Specialioji ištvermė. 1. 3. Judesių koordinacija. 2.1. Taisyklinga stovėseną. 2.2. Įvairūs judėjimo būdai. 2.3. Kovos dėl kamuolio veiksmai. 3.1. Futbolo technika. 3.2. Kamuolio perdavimas/priėmimas, varymas/atėmimas. 3.3. Kamuolio smūgiavimas/stabdymas. 4.1. Taktikos veiksmai atakuojant. 4.2. Taktikos veiksmai ginantis.	1. Vaizdiniai, žodiniai (aiškinimas, rodymas). 2. Praktiniai (vientisinis, dalinis, kartojimas, klaidų taisymas, įgūdžių tikrinimas)	Kamuoliai, skirtukai, lėkštelės, kopėtelės, lazdos, stoveliai, stulpeliai, varteliai, barjerai.	Teorija - 44 val. Praktika - 377 val. Varžybos - 86 val. Testavimas - 6 val.
			Iš viso:	516 val.

IV. PASIEKIMAI IR JŲ VERTINIMAS

14. Ugdytinių vertinimas yra grindžiamas individualios pažangos vertinimo principu, lyginant dabartinius ugdytinio pasiekimus su ankstesniaisiais, stebima ir vertinama pažanga.

15. Vertinimo kriterijai:

15.1. 20 m bėgimas iš vietos ir įsibėgėjus laikui (greitumo kriterijus).

15.2. 60 m ar 100 m bėgimas iš vietos laikui (ištvermės kriterijus).

15.3. Kamuolio varymas be kliūčių laikui (kamuolio valdymo kriterijus).

16. Vertinimo metodas pradinio ugdymo etape yra testai.

17. Ugdytiniai vertinami mokslo metų pradžioje, sudarant sportinio ugdymo grupes, mokslo metų pabaigoje ir, esant poreikiui, bet kuriuo metu mokslo metais.

18. Mokymas yra tęstinis ir baigus šią programą rekomenduojama mokytis MU programoje, jeigu ugdytinis atitinka nustatytus kriterijus.