



BEISBOLO MEISTRISKUMO UGDYMO ETAPO SPORTINIO UGDYMO PROGRAMA

I SKYRIUS

BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Beisbolo meistriskumo ugdymo etapo sportinio ugdymo programa (toliau – Programa) – dokumentas, apibrėžiantis Kauno sporto mokyklos „Gaja“ (toliau – Mokykla) ugdytinių sportinio ugdymo proceso vykdymą beisbolo sporto šakos meistriskumo ugdymo etape ir nustatantis tikslus bei uždavinius, kurių su ugdytiniais turėtų pasiekti atitinkamos sportinio ugdymo grupės ugdytojas.
2. Programoje vartojamos sąvokos:
 - 2.1. **Pratybos** – fizinio aktyvumo ir (arba) aukšto meistriskumo kontaktinės grupinės arba individualios treniruotės.
 - 2.2. **Ugdytinis** – asmuo, ugdomas Sporto mokykloje pagal Sportinio ugdymo programas ir dalyvaujantis fizinio aktyvumo veiklose ir aukšto meistriskumo sporte.
 - 2.3. **Ugdytojas** – asmuo – treneris, sporto mokytojas – ugdantis ir (ar) rengiantis asmenį pagal Sportinio ugdymo programas.
3. Kitos Programoje vartojamos sąvokos atitinka Lietuvos Respublikos sporto įstatyme, Rekomendacijose ir kituose fizinį aktyvumą ir sportą reglamentuojančiuose teisės aktuose vartojamos sąvokos.

II SKYRIUS

INFORMACIJA APIE PROGRAMĄ

4. Programos tikslas – lavinti ugdytinių fizines savybes ir suteikti jiems pradines taktines ir technines beisbolo žinias.
5. Siekiant įgyvendinti Programos tikslą, kontaktinių pratybų metu vykdomas:
 - 5.1. teorinis mokymas, kuris apima:
 - 5.1.1. gilinamasi į beisbolo specifines taisykles;
 - 5.1.2. asmens higienos taisyklių ugdymą;
 - 5.1.3. sąžiningo ir kultūringo elgesio mokymą sporto varžybų metu;

5.2. praktinį mokymą, kuris apima:

5.2.1. sudėtingų beisbolo techninių elementų mokymą: taisyklingo mosto su lazda, mosto smūgio didinimas, metikų mokėjimas užsimesti į bases, kamuoliuko metimo, pagavimo: po draugo metimo, nuo žemės, iš oro, bazių „vagimo“.

5.2.2. sudėtingų taktinių elementų mokymą: puolimo, gynybos.

5.2.3. psichologinio pasirengimo sporto varžyboms ugdymą;

5.2.4. bazinio fizinio pasirengimo lavinimą: greitumo, vikrumo, jėgos;

5.2.5. dalyvavimą Lietuvos beisbolo vasaros čempionate, tarptautiniuose turnyruose.

6. Programos įgyvendinimo trukmė – ketveri metai.

7. Programa įgyvendinama sportinio ugdymo grupėje, kurioje yra ugdytiniai, atitinkantys Kauno miesto savivaldybės administracijos direktoriaus 2022 m. sausio 7 d. įsakymu Nr. A-45 patvirtintame Sportinio ugdymo ir/ar rengimo organizavimo tvarkos apraše bei šio aprašo prieduose nustatytus reikalavimus.

III SKYRIUS

PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO REZULTATAI

8. Įgyvendinus šią Programą, ugdytiniai turi:

8.1. išmanyti pagrindines ir sudėtingesnes beisbolo taisykles;

8.2. mesti kamuoliuką draugui;

8.3. mokėti gaudyti kamuoliuką: nuo žemės, iš oro, bėgant.

8.4. atlikti taisyklingą smūgį su lazda;

8.5. mokėti žaidėjų rotavimo aikštėje specifika;

8.6. mokėti „vogti“ bases;

8.7. mokėti atlikti „pastatymą“;

8.8. metikai užmesti į bases;

8.9. reaguoti į kamuolio trajektorijos pasikeitimą;

8.10. mesti kamuoliuką ne mažiau nei 70 km/h greičiu.

9. Įgyvendinus šią Programą, ugdytiniai taip pat gebės:

9.1. pažinti save;

9.2. bendrauti su kitais asmenimis (komandos draugais, varžovais, teisėjais);

9.3. sąžiningai elgtis aikštėje ir už jos ribų;

9.4. pasirūpinti savimi;

9.5. suvokti savo atsakomybes ir jas prisiimti.

IV SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

10. Programa parengta atsižvelgiant į fizinio ugdymo ir sporto mokslininkų, trenerių, asmenų ugdymui skirtus metodinius bei mokslinius darbus, Kauno miesto savivaldybės ir Lietuvos Respublikos teisės aktus, Mokyklos nuostatus.

11. Programą parengė atitinkamos sporto šakos specialistai – treneriai.

12. Pagal šią Programą gali būti ir turėtų būti vykdoma ugdytinių stebėseną, gebėjimų ir kitų savybių lavinimo dinamika bei teikiamos rekomendacijos dėl tolimesnio sportinio ugdymo grupės ir jose esančių ugdytinių darbo.

13. Programa gali galioti ne vieną sportinį sezoną, bet, atsižvelgiant į besikeičiančius vaikų ir jaunimo poreikius bei fizines savybes, reikalavimus jų ugdymui, turėtų būti peržiūrima kasmet ir, reikalui esant, keičiama Mokyklos direktoriaus įsakymu atitinkamos sporto šakos specialistų – trenerių – siūlymu.
