

Šis tekstas yra parašytas lengvai suprantama kalba.

Lengvai suprantama kalba reikalinga žmonėms,

kuriems yra sunku suprasti ir perskaityti ilgus ir sudėtingus tekstus.

Lengvai suprantama kalba padeda žmonėms

sužinoti naujos informacijos.

Tokių tekstų jau yra ne tik Lietuvoje, bet ir kitose pasaulio šalyse.



© Europos lengvai suprantamos kalbos simbolis.

Daugiau informacijos rasite čia:

https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/

Kas yra Kauno sporto mokykla „Gaja“?

Nuotrauka: mokyklos ženklas

Sporto mokykla „Gaja“ yra

savivaldybės įstaiga.

Šiame tekste ją vadinsime sporto mokykla.



Sporto mokykloje vyksta

papildomas ugdymas.

Papildomas ugdymas yra mokymasis

po pamokų.

Sportuoti gali vaikai ir jaunimas.

Čia dirba patyrę treneriai.

Ką galima sportuoti?

Sporto mokykloje yra 15 sporto šakų.



Beisbolas yra sportas su kietu kamuoliuku

ir medine arba aliuminine lazda.

Žaidžia 2 komandos.

Vienas žaidėjas meta kamuoliuką.

Kitas žaidėjas muša kamuoliuką lazda.

Po smūgio žaidėjas bėga.

Žaidėjas bėga per bazes.

Bazės yra 4.

Reikia paliesti visas bazes.



Boksas yra sportas,

kai 2 žmonės kovoja ringe.

Tai yra kvadrato formos aikštelė.

Jie muša vienas kitą kumščiais

ir dėvi pirštines.



Dviračių sportas yra sportas,

kai žmonės važiuoja dviračiais.

Jie varžosi tarpusavyje.

Kas greičiau nuvažiuoja, tas laimi.



Dziudo yra kovos sportas,

kai 2 žmonės kovoja tarpusavyje.

Jie stengiasi parversti vienas kitą.

Jie naudoja rankas ir kūną.

Smūgiuoti negalima.



Fechtavimas yra sportas,

kai 2 žmonės kovoja tarpusavyje.

Jie naudoja ilgą ploną kardą

ir dėvi apsauginius drabužius.

Tikslas yra paliesti varžovą kardu.



Graikų-romėnų imtynės yra sportas,

kai 2 žmonės kovoja tarpusavyje.

Jie bando parversti vienas kitą.

Kovoti galima tik su viršutine kūno dalimi.

Negalima griebti kojų.



Laisvosios imtynės yra sportas,

kai 2 žmonės kovoja tarpusavyje.

Jie bando parversti vienas kitą.

Galima griebti ir kojas.

Galima naudoti visą kūną.



Orientavimosi sportas yra sportas,

kai žmogus turi surasti tam tikrus taškus.

Žmogui duodamas žemėlapis

su pažymėtais taškais.

Dažniausiai tai vyksta gamtoje arba mieste.



Rankinis yra sportas,

kai žaidžia 2 komandos.

Žaidėjai meta kamuolį rankomis

ir bando kamuolį įmesti į priešininkų vartus.



Regbis yra sportas,

kai žaidžia 2 komandos.

Žaidėjai neša kamuolį į priešininkų pusę

arba įmuša kamuolį į vartus.

Kamuolys yra ovalo formos.

Tai yra ne apvalus.

Žaidėjai gali bėgti su kamuoliu, pargriauti

ir atimti kamuolį.



Šachmatai yra stalo žaidimas,

kai reikia mąstyti ir planuoti ėjimus.

Žaidžia 2 žmonės.

Kiekvienas žaidėjas turi po 16 figūrų.

Figūros ant lentos juda skirtingais būdais.



Šaudymas iš lanko yra sportas,

kai žmogus šaudo strėles į taikinį.

Žmogus įtempia lanką ir paleidžia strėlę.



Šaudymo sportas yra sportas,

kai žmogus šaudo į taikinį.

Svarbiausia yra pataikyti kuo tiksliau.

Naudojami specialūs ginklai.

Šaudoma į taikinius iš tam tikro atstumo.



Stalo tenisas yra sportas,

kai du žaidėjai muša kamuoliuką per stalą.

Žaidžiama prie stalo

su tinklu per vidurį.

Žaidėjai naudoja raketes.

Kamuoliukas turi peršokti per tinklą

ir nusileisti ant stalo.

Priešininkas turi atmušti kamuoliuką atgal.



Tekvondo yra sportas,

kai 2 žmonės kovoja tarpusavyje.

Sportininkai dėvi specialią aprangą

ir apsaugas.

Galima smūgiuoti kojomis ir rankomis.

Kas gali sportuoti?



Priėmimas į sporto mokyklą

vyksta visada.

Galima kreiptis bet kuriuo metu.

Pirmiausia reikia užpildyti registraciją

internetu.

Registracijos formą galite rasti

šiame puslapyje:

https://www.smgaja.lt/priemimas/registracija-internetu/



Po registracijos internetu

mokyklai reikia pateikti sveikatos pažymą.

Sveikatos pažyma parodo,

kad žmogus gali sportuoti.



Tuomet reikia pasirašyti sutartį su mokykla.

Sutartis su mokykla yra susitarimas

su mokykla.

Mokyklos vadovas ir žmogus susitaria

dėl mokymosi.

Sutartyje parašyta svarbi informacija.

Pavyzdžiui:

• kaip vyks mokymas

• kokios yra taisyklės

• kokios yra pareigos

Sutartį turi pasirašyti abi pusės.



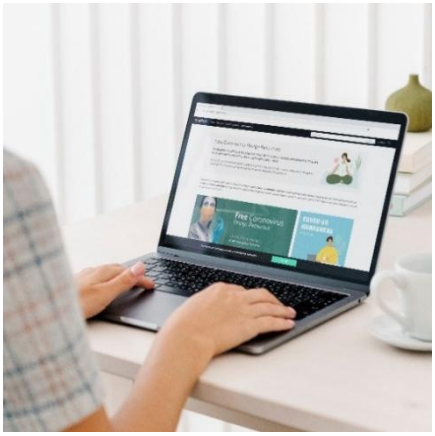
Treniruotės kainuoja 20 eurų per mėnesį.

Kai kurie žmonės gali nemokėti mokesčio.

Kai kuriems žmonėms treniruotės

gali kainuoti mažiau.

Kokia informacija apie sporto mokyklą yra internete?



Sporto mokykla turi savo internetinį puslapį.

Ten galite paskaityti apie sporto mokyklos veiklas.

Jeigu norite apie tai paskaityti,

paspauskite šią nuorodą:

https://www.smgaja.lt/

Šiame tekste parašyta tik pati svarbiausia informacija apie sporto mokyklą.

Sporto mokyklos internetiniame puslapyje jos yra daugiau.

Ten informacija suskirstyta pagal skirtingas temas.



Interneto puslapio viršuje yra skyrius,

kuris vadinasi **Priėmimas**.

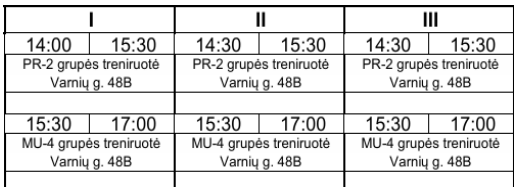
Skyriuje **Priėmimas** parašyta informacija

naujiems žmonėms.

Nauji žmonės yra tie,

kurie dar tik pradės

arba pradeda sportuoti.



I		II		III	
14:00	15:30	14:30	15:30	14:30	15:30
PR-2 grupės treniruotė Varnių g. 48B		PR-2 grupės treniruotė Varnių g. 48B		PR-2 grupės treniruotė Varnių g. 48B	
15:30	17:00	15:30	17:00	15:30	17:00
MU-4 grupės treniruotė Varnių g. 48B		MU-4 grupės treniruotė Varnių g. 48B		MU-4 grupės treniruotė Varnių g. 48B	

Skyriuje **Tvarkaraščiai** nurodyti treniruočių

laikai ir vietos.



Kontaktų skyriuje yra parašyti darbuotojų

telefonų numeriai.

Šiais numeriais galima kreiptis.

Ten taip pat yra darbuotojų elektroninio pašto

adresai.



Skyrius **Naujienos** skirtas svarbiems pranešimams.

Ten skelbiami kvietimai į varžybas ir renginius.



DUK yra dažniausiai užduodamų klausimų skyrius.

Turint klausimą pirmiausia galima patikrinti šią skiltį.

Ten parašyti atsakymai į klausimus, kuriuos žmonės labai dažnai užduoda.



Sporto mokyklos interneto puslapyje informacija pateikiama ir gestų kalba.

Jeigu norite pamatyti informaciją gestų kalba, spauskite rankų ženklą.

Rankų ženklą rasite internetinio puslapio viršuje.

Kur yra sporto mokykla?



Sporto mokykla yra Kaune.

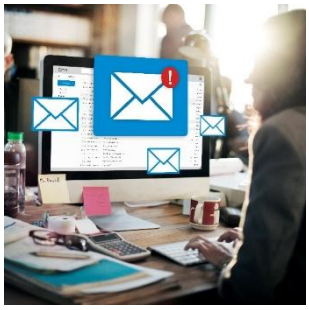
Sporto mokyklos adresas yra

Partizanų gatvė 180.

Kokie yra sporto mokyklos kontaktai?



Telefono numeris: +370 652 03 056.



Elektroninis paštas: info@smgaja.lt.



Sporto mokykla dirba:

• pirmadienį,

• antradienį,

• trečiadienį

• ketvirtadienį

nuo 8 valandos iki 17 valandos.

• penktadienį

nuo 8 valandos iki 15 valandų 45 minučių.

Dieną prieš šventę sporto mokykla dirba

1 valanda trumpiau.

Tekstą lengvai suprantama kalba rengė: Kristina Dūdonytė.

Tekstą vertino: Renatas Stumbrys

Tekstą vertinti padėjo: Tadas Šlajus

Tekste panaudoti paveikslėliai iš:

- Kauno sporto mokykla „Gaja“,
- https://www.magnific.com/app.