

2023 m. vasario 8 d.
Sutarties Nr. NVP-119
1 priedas

PATVIRTINTA
Kėdainių rajono savivaldybės tarybos
2023 m. sausio 27 d. sprendimu Nr. TS-1

KĖDAINIŲ PLAUKIMO KLUBAS

VAIKŲ MOKYMO PLAUKTI PROGRAMA 2023 M.

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Vaikų mokymo plaukti programa (toliau – Programa) yra tęstinė, parengta įgyvendinant Kėdainių rajono savivaldybės strateginio plėtros plano iki 2030 metų, patvirtinto Kėdainių rajono savivaldybės tarybos 2019 m. spalio 25 d. sprendimu Nr. TS-217 „Dėl Kėdainių rajono strateginio plėtros plano iki 2030 metų patvirtinimo“, II prioriteto „Aukšta gyvenimo kokybė socialiai atsakingame rajone“ 2.3 tikslo „Gyventojų sveikatos išsaugojimas ir stiprinimas“ 2.3.4 uždavinio „Didinti gyventojų fizinį aktyvumą, ugdyti sportišką bendruomenę“ 2.3.4.7 priemonę „Skatinti Kėdainių rajono sporto organizacijas, sporto komandas ir sportininkus, sporto veiklos projektus ir programas“ ir 2.3.4.8 priemonę „Skatinti sporto renginių organizavimą Kėdainių rajone bei dalyvavimą juose“ ir atsižvelgiant į Mokinių, besimokančių pagal pradinio ugdymo programas, mokymo plaukti proceso vykdymo rekomendacijas, patvirtintas Lietuvos Respublikos Švietimo ir mokslo ministro 2016 m. gruodžio 5 d. įsakymu Nr. V-1087 „Dėl Mokinių, besimokančių pagal pradinio ugdymo programas, mokymo plaukti proceso vykdymo rekomendacijų patvirtinimo“.

2. Programos paskirtis – padėti mokiniams išsiugdyti reikalingus plaukimo įgūdžius, išmokti plaukti ir saugiai elgtis vandenyje ir prie vandens, užtikrinti plaukimo sporto šakos plėtrą rajone, kuo veiksmingiau naudoti turimą mokymui plaukti reikalingą infrastruktūrą ir žmogiškuosius išteklius.

II SKYRIUS SITUACIJOS ANALIZĖ

3. Įgyvendinus 2022 m. vaikų mokymo plaukti programą, plaukimo treneriai, instruktoriai įvertino vaikų fizinio išsivystymo ir judamųjų gebėjimų lavėjimo netolygumus taip pat aiškiai įvardino pasiekimus, pateikė išvadas, kurios buvo pateiktos pažymėjimuose. Programoje dalyvavo 300 mokinių (1 lentelė).

1 lentelė. 2022 m. programos efektyvumo vertinimas pagal mokinių testų rezultatus

Lygiai	Testų aprašymas	Dalyviai
I	Nuplaukė taisyklingai ir savarankiškai 25 m bei 50 m pasirinktu plaukimo būdu	256
II	Nuplaukė taisyklingai 25 m bei 50 m pasirinktu plaukimo būdu su viena pagalbine priemone	34
III	Nuplaukė 25 m bei 50 m su pagalbine priemone atliekant tik kojų judesius	10
	Viso	300

III SKYRIUS PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

4. Programos tikslas – išmokyti 300 Kėdainių rajono 2–4 klasių moksleivių plaukti, ugdyti saugaus elgesio vandenyje ir prie vandens įgūdžius bei juos tobulinti, skatinti vaikų fizinį aktyvumą, stiprinti sveikatą ir gerinti jų fizinį parengtumą.

5. Programos tikslui pasiekti numatomi šie uždaviniai:

5.1. kartu su Kėdainių rajono bendrojo ugdymo mokyklų (Kėdainių rajono Akademijos gimnazijos, Kėdainių rajono Šėtos gimnazijos, Kėdainių Juozo Paukštelio progimnazijos, Kėdainių rajono Labūnavos pagrindinės mokyklos, Kėdainių „Ryto“ progimnazijos, Kėdainių rajono Truskavos pagrindinės mokyklos, Kėdainių rajono Vilainių mokyklos-darželio „Obelėlė“) bendruomenėmis sudaryti Programos dalyvių sąrašus, suderinti užsiėmimų grafikus;

5.2. organizuoti plaukimo užsiėmimus: skatinti mokinius įveikti vandens baimę ir išmokti judėti vandenyje, savarankiškai veikti judant vandenyje;

5.3. organizuoti saugaus elgesio baseine ir atvirose vandens telkiniuose pamokas;

5.4. vykdyti talentingų vaikų atranka į plaukimo sporto šaką;

5.5. viešinti šią Programą ir atlikti pasiektų rezultatų stebėseną.

IV SKYRIUS PROGRAMOS VYKDYTOJAI IR DALYVIAI

6. Programos vykdytojas – Kėdainių plaukimo klubas, už kokybišką Programos įgyvendinimą atsakingas klubo prezidentas. Programoje dalyvaus 5 plaukimo treneriai- instruktoriai.

7. Programos dalyviai – Kėdainių rajono bendrojo ugdymo mokyklų pradinį 2–4 klasių mokiniai.

V SKYRIUS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS

8. Programos įgyvendinimo laikotarpis 2023 m. sausio 1 d. – gruodžio 31 d.

9. Programa susideda iš 32 pamokų. 14 plaukimo pamokų (pavasario ciklas) finansuojamos Kėdainių savivaldybės biudžeto lėšomis, 18 pamokų (rudens ciklas) – Lietuvos plaukimo federacijos lėšomis.

10. 2023 m. sausio–birželio mėn. Programoje dalyvaus Kėdainių rajono švietimo įstaigos: Kėdainių r. Akademijos gimnazija, Kėdainių r. Šėtos gimnazija, Kėdainių Juozo Paukštelio progimnazija, Kėdainių r. Labūnavos pagrindinė mokykla, Kėdainių „Ryto“ progimnazija, Kėdainių r. Truskavos pagrindinė mokykla, Kėdainių r. Vilainių mokykla-darželis „Obelėlė“. Programa skirta 2–4 klasių moksleiviams. Ši mokinių grupė pasirinkta dėl to, kad: 1. šio amžiaus vaikai imlūs naujai fiziniai veiklai; 2. vykdoma prevencija nelaimingiems atsitikimams vandenyje; 3. šio amžiaus mokiniai jau sugeba greitai persirengti ir pasiruošti plaukimo užsiėmimui; 4. plaukimo užsiėmimai praplečia fizinio aktyvumo spektrą šios grupės mokiniams; 5. paslankus pamokų tvarkaraštis leidžia mokiniams organizuotai atvykti į baseiną.

11. Sausio mėn. vykdomi Programos organizaciniai darbai. Bus vykdomos mokymo plaukti pamokos 2–3 klasių mokiniams Kėdainių rajono baseinuose, pagal paruoštą 14 pamokų vienam moksleiviui mokymo plaukti ir saugaus elgesio vandenyje programą. Pamokos vyks 1–2 kartus per savaitę, vienos pamokos trukmė 45 min. Vienas treneris treniruoja iki 12 mokinių. Ugdymo tikslai diferencijuojami ir individualizuojami, parenkamos atitinkamo sudėtingumo pratybos ir užduotys. Mokiniai skatinami įveikti vandens baimę ir judėti vandenyje, savarankiškai veikti judant vandenyje. Pirmoje pamokoje mokiniai supažindinami su saugaus elgesio vandenyje ir prie vandens taisyklėmis, baseino vidaus elgesio taisyklėmis, vandens fizikinėmis savybėmis. Kiekvienos pamokos metu mokiniai supažindinami su pamokos uždaviniais, atliekami parengiamieji pratimai sausumoje. Vandenyje mokiniai pradeda mokytis plaukti nuo apsipylimo, vaikščiojimo, bėgiojimo dugnu, kvėpavimo pratimų vandenyje, skęstančių daiktų traukimo iš dugno. Plaukimo būdų technikos

mokomasi prie sienelės, vėliau su judančia atrama t. y. lentelėmis, plūdurais, dar vėliau plaukiama be priemonių. Mokantis plaukimo būdų technikos mokomi kojų ir rankų judesių atskirai, vėliau derinami judesiai tarpusavyje. Plaukiami nuotoliai be sustojimo pradedant nuo 15 iki 25 bei 50 m. Po 6 ir 14 pamokų vykdomas mokinių testavimas, kurių metu vertinami mokinių gebėjimai atlikti užduotis, kurios parodo mokinių gebėjimus vandenyje. Mokiniai, kurie atlieka puikiai visas užduotis, pagiriami, mokiniams, kurie neatlieka visų užduočių puikiai, skiriamos papildomos užduotys, kai kuriems skiriamos individualios mokymo plaukti pamokos. Į 14 pamoką prašome atvykti mokinių tėvelius stebėti vaikų pasiekimų ir jais pasidžiaugti. Pasibaigus mokymo plaukti programai organizuojamas bendras baigiamasis renginys, kuriame dalyvauja mokyklų komandos ir plaukiama estafetė 8 x 25 m laisvu stiliumi.

12. Programos efektyvumas bus vertinamas pagal mokinių testų rezultatus t. y. bus suskaičiuota, kiek vaikų pasiekė I lygį (nuplaukia taisyklingai ir savarankiškai 25 m bei 50 m pasirinktu plaukimo būdu), II lygį (nuplaukia taisyklingai 25 m bei 50 m pasirinktu plaukimo būdu su viena pagalbine priemone) ir III lygį (nuplaukia 25 m bei 50 m su pagalbine priemone atliekant tik kojų judesius). Plaukimo treneriai, instruktoriai įvertindami vaikų fizinio išsivystymo ir judamųjų gebėjimų lavėjimo netolygumus, programos pabaigoje aiškiai įvardina mokinių pasiekimus, pateikdami individualias vaikų pasiekimų charakteristikas tėveliams.

VI SKYRIUS

PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO REZULTATAI IR VERTINIMO KRITERIJAI

13. Įgyvendinus Programą, mokiniai žinos saugaus elgesio vandenyje ir prie vandens taisykles, saugaus elgesio taisykles baseine, išmoks parengiamųjų pratimų, skirtų susipažinti su vandeniu (sulaikyti kvėpavimą, plūduriuoti, atsimerkti po vandeniu, panerti), mokės įvairių žaidimų vandenyje, saugių šuolių į vandenį, pratimų negilame ir gilame vandenyje. Taip pat turės gebėjimą judėti vandenyje, įveikiant vandens pasipriešinimą, pasinerti, atsimerkti vandenyje, sulaikyti kvėpavimą, plūduriuoti horizontalioje padėtyje ant krūtinės, nugaros, vertikaliajoje padėtyje, slinkti vandenyje neatliekant judesių, atliekant judesius kojomis, rankomis, saugiai išokti į vandenį nuo baseino krašto, išlipti iš baseino, mokės atlikti įvairius judesius žaidžiant. Mokiniai žinos, kad vandenyje žmogaus kūnas gali plūduriuoti, kūną veikia plūdumo jėgos ir galima plūduriuoti tarsi nesvarumo būklėje be tvirtos atramos. Mokiniai žinos vandens teikiamus malonumus ir galimus pavojus, jei nesilaikoma saugaus elgesio vandenyje taisyklių. Žinos skendimų priežastis.

14. Ši vaikų mokymo plaukti programa vertinama periodiškai po kiekvienų jos vykdymo metų.

15. Kokybiniai ir kiekybiniai jos vertinimo kriterijai:

16.1. dalyvaujančių vaikų programoje skaičius (300);

16.2. išmokusių plaukti mokinių skaičius (298);

16.3. plaukimą populiariančių renginių skaičius (4);

16.4. suorganizuotų mokymosi plaukti užsiėmimų skaičius kiekvienam moksleiviui (14);

16.5. programoje dalyvaujančių rajono ugdymo įstaigų skaičius (7).

VII SKYRIUS LĖŠŲ POREIKIS

17. Programa finansuojama Lietuvos plaukimo federacijos informacijos ir paslaugų biuro (18 pamokų rudens ciklas) ir Kėdainių rajono savivaldybės biudžeto lėšomis (14 pamokų pavasario ciklas). 2023 m. programos įgyvendinimui reikalingas lėšų poreikis iš Kėdainių rajono savivaldybės biudžeto – **10 300 Eur (2 lentelė).**

2 lentelė. Lėšų poreikis

Veiklos / Priemonės	Bendros lėšos Eur	
	Savivaldybės biudžeto lėšos Eur (14 pamokų)	Lietuvos plaukimo federacijos (18 pamokų)
Programos vykdytojų darbo užmokestis	8 500	11 500
Bazių nuoma	1 500	3 290
Inventorius	300	600
Viso	10 300	15 390

PARENGĖ

Kėdainių plaukimo klubo prezidentas Dainius Kaziukaitis
