

**ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS
TARYBA**

**SPRENDIMAS
DĖL ŠILALĖS SPORTO MOKYKLOS SPORTINIO UGDYMO ORGANIZAVIMO
TVARKO APRAŠO PATVIRTINIMO**

2024 m. birželio d. Nr. T1
Šilalė

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo 6 straipsnio 29 punktu, 15 straipsnio 4 dalimi, Lietuvos Respublikos švietimo įstatymo 58 straipsnio 1 dalies 1 punktu, Lietuvos Respublikos sporto įstatymo 8 straipsnio 1 dalies 2 punktu, vykdydama Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijas, patvirtintas Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. rugsėjo 4 d. įsakymu Nr. V-976 „Dėl sportinio ugdymo rekomendacijų tvirtinimo“, atsižvelgdama į Šilalės sporto mokyklos 2024 m. gegužės 16 d. raštą Nr. S6-80-(1.8) „Dėl Šilalės sporto mokyklos sportinio ugdymo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“, Šilalės rajono savivaldybės taryba **n u s p r e n d ž i a:**

1. Patvirtinti Šilalės sporto mokyklos sportinio ugdymo organizavimo tvarkos aprašą (pridedama).
2. Paskelbti informaciją apie šį sprendimą vietinėje spaudoje, o visą sprendimą – Šilalės rajono savivaldybės interneto svetainėje www.silale.lt ir Teisės aktų registre.

Savivaldybės meras

Šilalės sporto mokyklos sportinio ugdymo
organizavimo tvarkos aprašo
priedas

SPORTINIO UGDYMO GRUPIŲ SUDARYMO RODIKLIAI PAGAL SPORTO ŠAKAS

DVIRAČIŲ SPORTAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje						Maksimalus kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2		MP 1
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pradinio rengimo	1	12–13	12–13	9							6
	2	13–14	13–14	9 ¹							8
Meistriškumo ugdymo	1	13–15	12–14	7 ²	4						10
	2	14–16	14–16	7 ²	6	1					12
	3	15–17	15–17	7 ²	4	2	1				14
	4	16–18	16–18	6 ²		4	2				15
Meistriškumo tobulinimo	1	17–19	17–19	6 ²		2	4				15
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	6 ²		1	5				15
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	6			5	1			15
	4	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	6			4	2			15
Neformaliojo ugdymo		12-18		9							4

¹ – 7 sportininkai dalyvavo 3 varžybose.

² – Į sportinio ugdymo grupę gali būti įtrauktas ne daugiau kaip vienas sportininkas, pasiekęs atitinkamą meistriškumo pakopos rodiklį dviračių sporto šakos neolimpinių rungčių varžybose.

DVIRAČIŲ SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRISKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai									
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4	MP 5	MP 6	
		Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali arba komandinė rungtis	Individuali arba komandinė rungtis	Individuali arba komandinė rungtis	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
1.	Olimpinės žaidynės	1–24 ²	1–16 ²	D ²	D ²						
2.	Pasaulio čempionatas	1–24	1–16	25–42	17–24	D ²	D ²				
3.	Pasaulio čempionatas (neolimpinės rungtys)					1–3	1–3	4–6 ⁴			
4.	Europos čempionatas	1–12	1–8	13–30 ²	9–16	D ²	D ²				
5.	Europos čempionatas (neolimpinės rungtys)					1–3	1–3	4–6 ⁴			
6.	Pasaulio taurės varžybos	1–12	1–8	13–24	9–16	D ²	D ²				
7.	Pasaulio taurės varžybos (neolimpinės rungtys)					1–3	1–3	4–6 ⁴			
8.	Pasaulio studentų universiada	1–6	1–3	7–12	4–6	13–24 ²	7–12 ²				
9.	Pasaulio studentų universiada (neolimpinės rungtys)					1	1	2–6 ⁴			
10.	Tarptautinės varžybos ¹			1–3	1	4–8 ³	2–4 ³				
11.	Tarptautinės varžybos ¹ (neolimpinės rungtys)					1	1	2–6			
12.	Pasaulio jaunimo čempionatas (U–23)	1–6	1–3	7–12	4–8	D ²	D ²				
13.	Pasaulio jaunimo nacijų taurė			1–8	1–6	D ²	D ²				
14.	Europos jaunimo čempionatas (U–23)	1–3	1–3	4–8	4–6	D ²	D ²				
15.	Europos jaunimo čempionatas (U–23) (neolimpinės rungtys)							1–3	4–6	8–10	
16.	Tarptautinės jaunimo (U–23) varžybos ¹			1–3 ¹	1–3 ¹	4–6 ³	4–8 ³	7–16 ²			

17.	Tarptautinės jaunimo (U–23) varžybos ¹ (neolimpinės rungtys)							1	2–3	4–6 ³
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
18.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės			1–8	1–3	9–12	4–12			
19.	Pasaulio jaunių čempionatas			1–8	1–6	9–16	7–16			
20.	Pasaulio jaunių čempionatas (neolimpinės rungtys)							1	2–3	4–6 ³
21.	Pasaulio jaunių nacių taurė			1–6	1–4	7–16	5–8			
22.	Europos jaunių čempionatas			1–3	1–3	4–6	4–8	D ³		
23.	Europos jaunių čempionatas (neolimpinės rungtys)							1	2–3	4–6 ³
24.	Tarptautinės jaunių varžybos ¹					1	1	2–6	7–12	
25.	Europos jaunimo olimpinis festivalis			1–4	1	5–8 ³	2–4			
26.	Lietuvos Respublikos čempionatas					1–3 ⁴	1–3 ⁴	4–8		
27.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos					1–2 ⁴	1 ⁴	3–4 ³	5–6 ³	
28.	Lietuvos studentų čempionatas							1–3 ⁴	4–6 ³	
29.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai					1 ⁴	1 ⁴	2–6 ³	7–10 ²	
30.	Lietuvos Respublikos jaunimo žaidynės					1 ⁴	1 ⁴	2–4 ³	5–8 ²	
31.	Kitos jaunimo varžybos ⁵							1 ⁴	2–3 ⁴	4–6 ³
32.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai							1–3	4–8 ³	9–18 ²
33.	Lietuvos Respublikos jaunių žaidynės							1–3	4–6 ³	7–12 ²
34.	Kitos jaunių varžybos ⁵							1 ⁴	2–3	4–6 ³
35.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai							1 ⁴	2–8	9–16 ³
36.	Lietuvos Respublikos jaunučių žaidynės								1–6	7–12 ³
37.	Kitos jaunučių varžybos ⁵								1–3	4–12 ³
38.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai									D ⁴
39.	Lietuvos Respublikos vaikų žaidynės									D ⁴
40.	Kitos vaikų varžybos ⁵									D ⁴

Pastabos:

D – dalyvavimas;

¹ – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Tarptautinės dviračių federacijos arba Lietuvos dviračių sporto federacijų varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai ir pasiektas atitinkamas meistriškumo pakopos rodiklis pagal pasiektą rezultatą varžybose.

² – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių;

³ – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių;

⁴ – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių;

⁵ – varžybos, įtrauktos į Lietuvos dviračių sporto federacijos varžybų kalendorių.

DVIRAČIŲ SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRISKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE

Rungtis	Matavimo vienetai	MP 1 ¹		MP2 ¹		MP3 ¹		MP4		MP5		MP6	
		Vyrai	Moterys	Vyrai	Moterys	Vyrai	Moterys	Vyrai	Moterys	Vyrai	Moterys	Vyrai	Moterys
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Hitas 200 m iš eigos	s	10,25	11,40	10,60	11,60	10,80	11,80	11,20	12,20	11,40	12,40	11,60	12,60
Hitas 500 m iš vietos	s		35,50		36,00	34,50	36,50	35,00	37,00	35,50	37,50	36,00	38,50
Hitas 1000 m iš vietos	min.s	1.04,00		1.06,00		1.07,00		1.08,00		1.09,00		1.10,0	
Komandinis sprintas (vyrai – 3 ratai, moterys – 2 ratai)	s	45,50	34,50	46,00	35,00	46,50	35,50	47,00	36,00	48,00	36,50	49,00	37,00
Persekiojimas laikui 2 km	min.s				2.30,00	2.34,00	2.38,00	2.43,00	2.48,00	2.54,00	2.56,00	3.07,00	3.08,00

Persekiojimas laikui 3 km	min.s		3.38,00	3.38,00	3.43,00	3.48,00	3.55,00	3.59,00	4.00,00	4.10,00	4.05,00	4.15,00	4.15,00
Persekiojimas laikui 4 km	min.s	4.35,00		4.45,00		4.55,00							
Persekiojimas laikui poromis 2 km	min.s					2.30,00	2.34,00	2.38,00	2.49,00	2.48,00	3.00,00	3.01,00	3.12,00
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Persekiojimas laikui poromis 3 km	min.s					3.45,00	3.58,00	3.54,00	4.07,00	4.04,00	4.20,00		
Komandinis persekiojimas laikui 3 km	min.s					3.42,00	3.54,00	3.50,00	4.03,00	3.59,00	4.15,00	4.10,00	4.30,00
Komandinis persekiojimas laikui 4 km	min.s	4.15,00	4.24,00	4.25,00	4.36,00	4.36,00	4.40,00	4.50,00	4.45,00	5.10,00	5.10,00		

Pastaba: ¹ – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Tarptautinės dviračių federacijos arba Lietuvos dviračių sporto federacijų varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai ir pasiektas atitinkamas meistriškumo pakopos rodiklis pagal užimtą vietą varžybose.

Cementinis trekas (333 m)

Rungtis	Matavimo vienetai	MP 1 ¹		MP2 ¹		MP3 ¹		MP4		MP5		MP6	
		Vyrai	Moterys	Vyrai	Moterys	Vyrai	Moterys	Vyrai	Moterys	Vyrai	Moterys	Vyrai	Moterys
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Hitas 200 m iš eigos	s	10,60	12,20	10,80	12,80	11,00	13,70	11,20	14,60	11,70	15,60	12,20	16,70

Hitas 500 m iš vietos	s		37,00		37,50	37,50	39,00	39,50	41,00	42,00	42,00	45,00	45,50
Hitas 1000 m iš vietos	min.s	1.05,00		1.08,50		1.10,00		1.11,00		1.12,00		1.13,00	
Komandinis sprintas (vyrai – 3 ratai, moterys – 2 ratai)	min.s	1.02,50		1.04,50	54,00	1.05,00	55,50	1.06,00	57,50	1.07,00	1,00,0	1.08,00	1.03,00

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Persekiojimas laikui 2 km	min.s				2.42,00	2.43,00	2.50,00	2.51,00	2.59,00	3.00,00	3.10,00	3.15,00	3.25,00
Persekiojimas laikui 3 km	min.s		3.52,00	3.47,00	4.02,00	3.55,00	4.14,00	4.04,00	4.28,00	4.14,00	4.45,00	4.25,00	
Persekiojimas laikui 4 km	min.s	4.42,00		4.52,00		5.05,00		5.20,00					
Persekiojimas laikui poromis 2 km	min.s					2.34,00	2.45,00	2.42,00	2.56,00	2.52,00	3.08,00	3.06,00	3.21,00
Persekiojimas laikui poromis 3 km	min.s					3.50,00	4.04,00	3.59,00	4.18,00	4.09,00	4.35,00	4.15,00	4.55,00
Komandinis persekiojimas laikui 3 km	min.s					3.50,00	4.00,00	3.58,00	4.15,00	4.08,00	4.20,00	4.20,00	4.40,00
Komandinis persekiojimas laikui 4 km	min.s	4.25,00	4.50,00	4.35,00	5.02,00	4.46,00	5.15,00	5.00,00	5.30,00	5.20,00	5.50,00		

Pastaba: ¹ – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Tarptautinės dviračių federacijos arba Lietuvos dviračių sporto federacijų varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai ir pasiektas atitinkamas meistriškumo pakopos rodiklis pagal užimtą vietą varžybose.

DVIRAČIŲ SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRISKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE PLENTE

Lytis	Rungtis	Nuotolis	Matavimo vienetai	MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Moterys	Asmeninės lenktynės laikui	5 ² km	min:s	–	–	–	–	8:00	8:30
		10 ² km	min:s	–	–	–	15:30	16:30	17:30
		15 ² km	min:s	–	–	21:40	23:30	24:30	26:00
		20 ² km	min:s	–	–	29:00	31:30	33:00	35:30
		25 ² km	min:s	34:30	35:30	38:00	40:00	43:00	–
	Porinės lenktynės	10 ² km	min:s	–	–	–	–	15:30	16:30
		15 ² km	min:s	–	–	–	–	23:30	25:00
		20 ² km	min:s	–	–	28:00	30:00	32:00	34:30
		25 ² km	min:s	–	–	36:00	38:00	40:30	43:30
	Komandinės lenktynės	25 ² km	min:s	–	–	–	36:00	38:30	42:00
		50 ² km	val:min:s	1:06:30	1:09:30	1:12:30	1:15:00	–	–
	Grupinės lenktynės	30–50 km	vidutinis greitis	–	–	–	–	37 km/val.	35 km/val.
		51–80 km		–	–	–	39 km/val.	37 km/val.	35 km/val.
81 ir daugiau km		–		41 km/val.	40 km/val.	39 km/val.	37 km/val.	–	
Vyrai	Asmeninės lenktynės laikui	5 ² km	min:s	–	–	–	–	7:45	8:15
		10 ² km	min:s	–	–	–	14:00	14:45	15:30
		15 ² km	min:s	–	–	–	21:30	22:30	23:30
		20 ² km	min:s	–	–	–	29:00	30:30	31:00
		25 ² km	min:s	–	–	34:00	36:45	38:00	–
		30 ² km	min:s	–	–	41:00	44:00	46:00	–
		40 ² km	min:s	–	51:00	54:30	57:30	–	–
		50 ² km	min:s	1:04:00	1:07:30	1:09:30	1:15:30	–	–

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Porinės lenktynės	10 ² km	min:s	–	–	–	–	–	15:00
		15 ² km	min:s	–	–	–	–	21:30	22:30
		20 ² km	min:s	–	–	–	27:30	28:30	30:30
		25 ² km	min:s	–	–	32:00	34:00	35:30	37:30
		50 ² km	val:min:s	–	–	1:05.30	1:09:30	1:14:00	–
	Komandinės lenktynės	50 ² km	val:min:s	–	–	1:03:00	1:05:00	1:08:00	–
		75 ² km	val:min:s	–	–	1:30:30	1:32:30	1:42:00	–
	Grupinės lenktynės	40–70 km	vidutinis greitis	–	–	–		40 km/val.	38 km/val.
		71–99 km		–	–		43 km/val.	41 km/val.	39 km/val.
		100 ir daugiau km		–	44 km/val.	43 km/val.	42 km/val.		–

Pastabos:

¹ – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Tarptautinės dviračių federacijos arba Lietuvos dviračių sporto federacijų varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai ir pasiektas atitinkamas meistriškumo pakopos rodiklis pagal užimtą vietą varžybose.

² – Jeigu varžybų protokole nurodytas nuotolis yra kitoks, nei pateiktas šioje lentelėje, tai sportininko meistriškumo rodiklis vertinamas pagal formulę:

$$PL = \frac{N_1}{N_2} \times VL$$

PL – potencialus varžybų nuotolio įveikimo laikas;

N₁ – lentelėje „Dviračių sporto šakos sportininkų meistriškumo rodikliai pagal pasiektą rezultatą varžybose plente“ nurodytas varžybų nuotolis (m) (nurodomas lentelės rungties nuotolis, kuris buvo viršijamas varžybų metu);

N₂ – varžybų protokole nurodytas rungties nuotolis (m);

VL – varžybų nuotolio įveikimo laikas (sek).

SUNKIOJI ATLETIKA

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje									Maksimalus kontaktinių akademinų ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius								
					MP 8	MP 7	MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2	MP 1	
Pradinio rengimo	1	10–17	10–17	11									6
	2	11–14	11–14	11 ¹									8
Meistriškumo ugdymo	1	12–14	12–14	9	4								10
	2	13–15	13–15	8	6	2							12
	3	14–16	14–16	9	5	4							14
	4	15–17	15–17	6	1	3	2						15
	5	16–18	16–18	6			4	2					15
Meistriškumo tobulinimo	1	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	6			2	2	2				15
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	6				2	3	1			15
	3	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	6					2	2	2		15
Neformaliojo ugdymo		10-18		11									4

Pastaba: ¹ – 7 sportininkai dalyvavo 2 varžybose.

**SUNKIOSIOS ATLETIKOS MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI DVIKOVĖJE
PAGAL UŽIMTAS VIETAS VARŽBOSE**

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų rodikliai (toliau –MP)					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	D					
2.	Pasaulio čempionatas	1–16					
3.	Europos čempionatas	1–8	9–12 ²				
4.	Pasaulio studentų universiada, čempionatas	1–4	5–8 ²				
5.	Tarptautinės varžybos ¹		1	2–4	5–6 ²		
6.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–3	4–6	7–12 ²			
7.	Europos jaunimo čempionatas	1	2–4	5–8 ²			
8.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1–2	3–6 ²			
9.	Europos jaunimo olimpinis festivalis		1–2	3–6 ²			
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos ¹			1	2–4	5–8 ²	
11.	Pasaulio jaunių iki 17 m. čempionatas			1–3	4–6	7–12 ²	
12.	Europos jaunių iki 17 m. čempionatas			1–2	3–4	5–8 ²	
13.	Pasaulio jaunių iki 15 m. čempionatas			1–2	3–4	5–8 ²	
14.	Europos jaunių iki 15 m. čempionatas			1	2–3	4–6 ²	
15.	Tarptautinės jaunių varžybos ¹				1–2	3–4 ²	5–8 ²
16.	Lietuvos Respublikos čempionatas (finalo varžybos)			1–3	4–6 ²	7–9 ²	
17.	Lietuvos Respublikos čempionato (regiono varžybos)				1–3	4–6 ²	
18.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės (finalo varžybos)				1–4	5–8 ²	9–12 ²
19.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės (regiono varžybos)					1–3	4–6 ²

1	2	3	4	5	6	7	8
20.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės (finalo varžybos)				1–2	3–6 ²	7–10 ²
21.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės (regiono varžybos)					1–2	3–6 ²
22.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės (finalo varžybos)					1–4	5–8 ²
23.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės (regiono varžybos)					1	2–6 ²

Pastabos:

D – dalyvavimas;

¹ – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės sporto šakos federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai;

² – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių;

³ – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių;

⁴ – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių

**SUNKIOSIOS ATLETIKOS SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI DVIKOVĖJE PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ
VARŽBOSE**

Lytis	Amžiaus grupė	Svorio kategorija	Meistriškumo pakopų rodikliai (toliau – MP)							
			MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Vyrai	Suaugusieji	55 kg	225	210	167	131	115	100	90	70
		61 kg	245	225	180	141	125	110	96	75
		67 kg	260	245	200	151	132	120	102	80
		73 kg	275	260	212	163	140	128	108	87
		81 kg	305	275	225	173	148	137	115	92
		89 kg	325	290	240	183	155	145	121	98
		96 kg	345	305	260	193	160	152	126	102
		102 kg	360	330	277	205	163	158	130	107
		109 kg	375	345	290	216	170	165	134	112
		+109 kg	390	355	315	228	182	172	137	115
	Jaunimas iki 20 m.	55 kg	225	210	162	126	110	95	85	65
		61 kg	245	225	175	136	120	105	91	70
		67 kg	260	245	195	141	127	115	97	75
		73 kg	275	260	207	153	135	123	103	82
		81 kg	305	275	220	168	143	132	110	87
		89 kg	325	290	235	175	150	140	116	93
		96 kg	345	305	255	188	155	147	121	97
		102 kg	360	330	272	200	158	153	125	103
		109 kg	375	345	290	211	165	160	129	107
		+109 kg	390	355	310	223	177	167	132	110
	Jauniai iki 17 m.	50 kg	195	170	142	114	100	85	71	62
		55 kg	210	184	153	123	108	92	76	67
		61 kg	225	198	165	132	115	100	83	72

		67 kg	240	211	176	140	124	106	87	77	
		73 kg	253	222	185	150	130	112	93	81	
		81 kg	268	238	195	160	139	119	98	86	
		89 kg	280	249	210	175	145	124	102	90	
		96 kg	290	258	220	190	150	128	106	93	
		102 kg	296	265	225	205	164	132	109	95	
		+102 kg	315	274	245	220	173	140	115	97	
	Jauniai iki 15 m.	34 kg	-	-	-	-	-	-	50	47	45
		38 kg	-	-	-	-	-	63	57	52	50
		42 kg	-	-	-	-	83	69	63	57	55
		46 kg	-	-	-	-	90	75	68	63	60
		49 kg	150	140	125	97	81	74	74	68	65
		55 kg	164	151	135	104	87	79	79	73	69
		58 kg	173	160	140	110	92	83	83	74	73
		61 kg	185	174	146	115	96	87	87	80	77
		67 kg	195	189	153	120	100	91	91	83	80
		73 kg	215	205	160	127	106	96	96	90	86
		81 kg	220	210	165	131	109	99	99	93	88
		89 kg	230	218	171	136	113	104	104	97	91
		96 kg	235	225	180	142	116	108	108	101	93
		102 kg	240	230	187	147	120	112	112	103	96
		+102 kg	245	235	197	154	126	116	116	107	100
	Jaunučiai iki 13 m.	31 kg	-	-	-	-	-	-	46	40	38
		34 kg	-	-	-	-	-	-	47	43	41
		38 kg	-	-	-	-	-	60	54	49	47
		42 kg	-	-	-	-	78	66	60	55	51
		46 kg	-	-	-	-	85	73	65	60	55
		49 kg	146	142	112	92	78	71	71	64	59
		55 kg	160	152	120	97	84	75	75	68	63

		58 kg	169	160	132	105	88	80	72	67
		61 kg	181	186	145	111	92	84	76	71
		67 kg	190	190	151	116	96	88	80	75
		73 kg	205	197	157	121	100	92	84	79
		76 kg	215	205	167	131	105	96	88	83
		+76 kg	225	210	175	137	110	100	92	87
Moterys	Suaugusiosios	42 kg	-	102	95	79	70	55	45	40
		45 kg	150	112	105	86	77	60	50	44
		49 kg	163	121	112	95	81	66	55	48
		55 kg	175	130	120	102	87	74	60	50
		59 kg	185	137	130	108	92	82	65	54
		64 kg	195	145	137	116	97	88	70	58
		71 kg	212	152	145	125	102	93	75	61
		76 kg	220	160	152	135	108	99	80	65
		81 kg	227	170	161	144	114	104	85	70
		87 kg	236	181	170	157	122	111	91	80
		+87 kg	245	190	180	165	130	115	96	81
	Jaunės iki 17 m.	38 kg	-	-	82	67	59	47	37	33
		42 kg	-	99	92	76	67	52	42	37
		45 kg	145	109	102	83	74	57	47	41
		49 kg	158	118	109	92	78	63	52	45
		55 kg	167	126	116	98	84	70	56	46
		59 kg	177	132	126	104	88	78	61	50
		64 kg	186	141	133	112	93	84	66	54
		71 kg	206	148	141	121	98	89	70	57
		76 kg	213	155	147	130	103	94	75	60
81 kg		217	165	156	139	109	99	80	65	
+81 kg	235	175	164	150	116	105	85	77		

Pastaba. ¹ – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Tarptautinės sunkiosios atletikos arba Europos sunkiosios atletikos federacijos varžybų kalendorius.“

FUTBOLAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje						Maksimalus kontaktinių akademinų ugdymo valandų skaičius per savaitę	
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2		MP 1
Pradinio rengimo	1	6–9	6–7	12							6
	2	8–10	7–8	12 ¹							8
Meistriškumo ugdymo	1	7–12	8–14	12 ²							10
	2	10–12	9–17	14 ³	8						12
	3	10–12	12–17	14 ³	10						14
	4	13–15	13–17	14 ⁴	8	4					15
	5	13–15	14–17	14 ⁴	4	6	2				15
Meistriškumo tobulinimo	1	14–17	15–18	14 ⁵	2	8	4				15
	2	15–18	16–18	14 ⁵		8	6				15
	3	15–18	17–18	14 ⁵		6	8				15
Neformaliojo ugdymo		6-18		12							4

Pastabos:

¹ – 10 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 10 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus;

² – 10 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 15 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus;

- ³ – 10 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 20 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus;
⁴ – 12 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 25 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus;
⁵ – 12 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 30 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus;
⁶ – sportininkas dalyvavo pasaulio ir/ar Europos suaugusiųjų, jaunimo, jaunių, jaunučių atrankos ir/ar finalinio etapo varžybose arba Jaunimo olimpinėse žaidynėse ir pasiekė atitinkamą meistriškumo pakopos rodiklį pagal užimtą vietą varžybose.

FUTBOLU SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopos (MP) rodiklis					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	D					
2.	Pasaulio čempionatas (olimpinė rungtis)	1–16	D ¹				
3.	Europos čempionatas (olimpinė rungtis)	1–12	D ¹				
4.	Europos žaidynės	1–16	D ¹				
5.	Pasaulio studentų universiada	1–3	4–16 ¹				
6.	Pasaulio vaikų ir merginų U–21 čempionatas (olimpinė rungtis)	1	2–8	9–16			
7.	Pasaulio vaikų ir merginų U–19 čempionatas (olimpinė rungtis)	1	2–8	9–16			
8.	Pasaulio vaikų ir merginų U–17 čempionatas (olimpinė rungtis)	1	2–8	9–16			
9.	Europos vaikų ir merginų U–21 čempionatas (olimpinė rungtis)		1–8	9–16			
10.	Europos vaikų ir merginų U–19 čempionatas (olimpinė rungtis)		1–8	9–16			
11.	Europos vaikų ir merginų U–17 čempionatas (olimpinė rungtis)		1–3	4–8	9–16		
12.	Tarptautinės jaunimo varžybos ³ (olimpinė rungtis)			1	2–6 ¹		
13.	Jaunimo olimpinės žaidynės		1–4	5–8	9–16		
14.	Tarptautinės jaunių varžybos ³ (olimpinė rungtis)			1	2–3	4–6 ¹	
15.	Baltijos šalių taurė (olimpinė rungtis)			1	2–4 ²		
16.	Baltijos šalių vaikų ir merginų taurė U–17 (olimpinė rungtis)				1–3 ²		

17.	Baltijos šalių vaikinų ir merginų taurė U–15 (olimpinė rungtis)					1–3 ²	
18.	Lietuvos futbolo čempionatas (A lyga) (olimpinė rungtis)			1–3	4–8		
19.	Lietuvos futbolo pirmenybės (I lyga) (olimpinė rungtis)			1	2–3	4–16	
20.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–19 (olimpinė rungtis)				1–3	4–8	9–D ¹
21.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–17 (olimpinė rungtis)				1–3	4–8	9–D ¹
22.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–16 (olimpinė rungtis)				1–2	3–8	9–D ¹
23.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–15 (olimpinė rungtis)				1–2	3–8	9–D ¹

1	2	3	4	5	6	7	8
24.	Lietuvos vaikų ir jaunių futbolo asociacijos lygos pirmenybės U–14 (olimpinė rungtis)					1–4	D ¹
25.	Lietuvos vaikų futbolo čempionatas, lygos ir pirmenybės (olimpinė rungtis)					1–8	D ¹
26.	Lietuvos mokinių salės futbolo „Futsal“ pirmenybės						D ¹
27.	Lietuvos jaunučių / jaunių sporto žaidynės					1–3	4
28.	Lietuvos mokyklų futbolo žaidynės „Golas“ (5–12 kl.)						D ¹
29.	Moksleivių (merginų) salės futbolo „Futsal“ žaidynės „Ladygolas“					1–3	D ¹
30.	Moksleivių žaidynės „Pradinukų lyga“ (1– 4 kl.)						D ¹

Pastabos:

D – dalyvavimas;

¹ – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių;

² – laimėta ne mažiau 1/3 žaistų rungtynių;

³ – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės futbolo federacijos ir/ar Europos futbolo federacijų asociacijos varžybų kalendorių, kai dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.

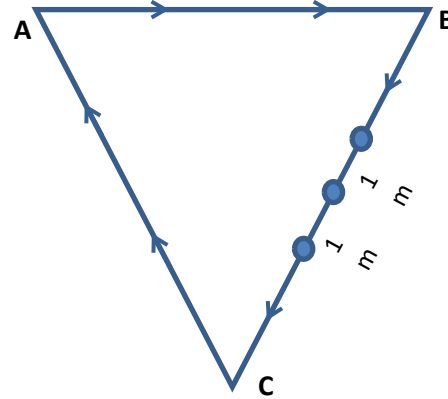
FUTBOLO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ KONTROLINIAI NORMATYVAI

Sportininko amžius	Testo pavadinimas	Vertinimas (balai)			
		2	3	4	5
9–10 metų	20 m. bėgimas iš aukšto starto (sek)	4,6	4,5	4,3	4,2
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	mažiau 140	140	150	170
	„Trikampis“ ¹ (sek.)	14,3	13,9	13,7	13,5
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kvadratinų metrų plote (kr.)	mažiau 10	10	11	13
	Smūgiavimas tikslumui į vartus iš 11 m atstumo (vartai padalinti į dešinę ir kairę dalis) (2 bandymai po 5 kartus)	2	3	4	5
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek)	7 ir daugiau	6,9	6,6	6,4
11 metų	20 m. bėgimas iš aukšto starto (sek)	4,1	4,0	3,9	3,8
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	160	170	180	185
	„Trikampis“ ¹ (sek.)	14,1–14,5	13,6–14	13,1–13,5	13 ir greičiau
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek)	6,8	6,6	6,4	6,2
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kvadratinų metrų plote (kr.)	10	12	13	15
	Smūgiavimas į tolį (m)	34	36	38	40
	Smūgiavimas tikslumui iš 14 m. atstumo į vartus (vartai padalinti į dešinę ir kairę dalis) (2 bandymai po 5 kartus)	2	3	4	5
12 metų	20 m. bėgimas iš aukšto starto (sek)	4,1	4,0	3,8	3,6
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	170	180	190	200
	„Trikampis“ ¹ (sek.)	13,6	13,3	13,0	12,8
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek)	6,6	6,4	6,2	6,1
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kv. m. plote (kr.)	12	14	15	17
	Smūgiavimas į tolį (m)	36	38	40	42

	Smūgiavimas tikslumui iš 16 m. atstumo (vartai padalinti į dešinę ir kairę dalis) (2 bandymai po 5 kartus)	2	3	4	5
Sportininko amžius	Testo pavadinimas	Vertinimas (balai)			
		2	3	4	5
13 metų	20 m. bėgimas iš aukšto starto (sek)	4,0	3,9	3,7	3,5
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	180	190	200	210
	„Trikampis“ ¹ (sek.)	13,2	13,0	12,8	12,6
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek)	6,4	6,2	6,0	5,9
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kv. m. plote (kr.)	14	16	18	20
	Smūgiavimas į tolį (m)	38	40	42	44
	Smūgiavimas tikslumui iš 16 m. atstumo (vartai padalinti į dešinę ir kairę dalis) (2 bandymai po 5 kartus)	2	3	4	5
14 metų	30 m. bėgimas iš aukšto starto (sek)	5,0	4,8	4,6	4,4
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	200	210	220	230
	„Trikampis“ ¹ (sek.)	13	12,8	12,6	12,4
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek)	6,0	5,8	5,7	5,6
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kv. m. plote (kr.)	18	20	22	25
	Smūgiavimas į tolį tikslumui į 20 m sektorių (m)	38	40	42	44
15 metų	30 m. bėgimas iš aukšto starto (sek)	4,8	4,6	4,4	4,3
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	210	220	230	240
	6 min. bėgimo testas (m)	1100	1200	1300	1400
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek)	5,9	5,7	5,6	5,4

	Žongliravimas abiem kojomis 4 kv. m. plote (kr.)	20	23	25	26
	Smūgiavimas į tolį tikslumui į 20 m sektorių (m)	44	46	48	50
16 metų	30 m. bėgimas iš aukšto starto (sek)	4,6	4,5	4,3	4,2
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	220	230	240	250
	6 min. bėgimo testas (m)	1200	1300	1400	1500
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek)	5,8	5,6	5,4	5,2
	Smūgiavimas į tolį tikslumui į vartus (m)	44	46	48	50
	5x30 bėgimas su kamuoliu (sek.)	29,0	28,0	27,0	26,0
	Sportininko amžius	Testo pavadinimas	Vertinimas (balai)		
2			3	4	5
17 metų	30 m. bėgimas iš aukšto starto (sek)	4,6	4,5	4,3	4,1
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	225	235	245	255
	2 km bėgimo testas stadione (min)	8,30	8,00	7,30	7,00
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek)	5,6	5,4	5,2	5,0
	Smūgiavimas į tolį tikslumui į vartus (m)	46	48	50	52
	5x30 bėgimas su kamuoliu (sek.)	28,0	27,0	26,0	25,0
	18 metų	30 m. bėgimas iš aukšto starto (sek)	4,4	4,3	4,2
Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)		230	240	250	260
2 km bėgimo testas stadione (min)		7,30	7	6,30	6
Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek)		5,4	5,2	5,0	4,8
Smūgiavimas į tolį tikslumui į vartus (m)		51	52	53	55
5x30 bėgimas su kamuoliu (sek.)		29,0	28,0	27,0	26,0

¹ – Testas „Trikampis“. Iš aukšto starto futbolininkas visu greičiu turi įveikti tris nuotolio dalis po 15 m. Pirmą dalį (AB) – pristatomaisiais žingsniais į dešinę (kairę), antrą (BC) – apibėga 3 stovus ir trečią (CA) – finiškuoja atbulomis. Galimi 2 bandymai, įskaitomas geriausias.



KREPŠINIS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje						Maksimalus kontaktinių akademinų ugdymo valandų skaičius per savaitę	
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2		MP 1
Pradinio rengimo	1	7–9	7–9	15							6
	2	9–11	9–11	15 ¹							8
Meistriškumo ugdymo	1	10–13	10–13	15 ¹							10
	2	11–17	11–17	15	10						12
	3	12–17	12–17	15	10	2					14
	4	13–17	13–17	14	6	6					15
	5	14–17	14–17	14	4	8	2				15
Meistriškumo tobulinimo	1	15–18	15–18	13	2	7	4				15
	2	16–18	16–18	12		6	6				15
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	10		3	7				15
Neformaliojo ugdymo	7-18		15							4	

KREPŠINIO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRISKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai
--	----------------------------	------------------------------------

Eil. Nr.		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	D					
1	2	3	4	5	6	7	8
2.	Pasaulio čempionatas	1–12	13–18				
3.	Europos čempionatas	1–12	13–24				
4.	Pasaulio studentų universiada	1–3	4–6 ³				
5.	Tarptautinės varžybos ¹	1	2–4 ³				
6.	Lietuvos suaugusiųjų čempionatas		1–5	6–14	15–30		
7.	Pasaulio jaunimo (U19) čempionatas, jaunimo olimpinės žaidynės	1	2–8	9–16			
8.	Europos jaunimo (U20) čempionatas	1	2–8	9–16			
9.	Tarptautinės jaunimo varžybos ¹			1–4 ⁴	5–8 ³		
10.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1–4	5–8	9–16		
11.	Pasaulio jaunių (U17) čempionatas		1–4	5–8	9–16		
12.	Europos jaunių (U18) čempionatas		1–3	4–8	9–16		
13.	Tarptautinės jaunių varžybos ¹			1–3 ⁴	4–6 ³	D	
14.	Europos jaunimo olimpinis festivalis			1–3	4–6	D	
15.	Europos jaunučių (U16) čempionatas			1–8	9–16	D	
16.	Tarptautinės jaunučių (U16) varžybos ¹			1–3	4–6	D	
17.	Tarptautinės jaunučių (U15) varžybos ²			1–2	3–4	D	
18.	Tarptautinės vaikų (U14) varžybos ²				1–2	3–4	D
19.	Lietuvos jaunimo (U19) čempionatas			1–4	5–12	D	

Meistriškum o ugdymo	2	11–13	12–13	8	8									12
	3	12–14	13–14	8	6	2								14
	4	13–15	14–15	8	1	4	3							15
Meistriškum o tobulinimo	1	14–16	15–16	7		1	3	3						15
	2	15–17	16–17	7			2	5						15
	3	16–18	17–19	7			1	5	1					15
	4	17 ir vyresnės	18 ir vyresni	7				3	3	1				15

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Neformaliojo ugdymo	7-18			12										4

Pastaba: ¹ – 7 sportininkai dalyvavo 2 varžybose

**LENGVOSIOS ATLETIKOS SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ
MEISTRISKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE**

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai												
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4		MP 5		MP 6		
		Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1.	Olimpinės žaidynės	1–24	1–16	D	D									
2.	Pasaulio čempionatas	1–24	1–16	D	D									
3.	Europos čempionatas	1–12	1–8	13–24	9–16	D	D							
4.	Pasaulio uždary patalpų čempionatas	1-8	1-3	9-16	4-10	D	D							
5.	Pasaulio taurės varžybos	1–12	1–8	13–24	9–16									
6.	Deimantinės lygos varžybos	1–12		D										
7.	Europos taurės varžybos	1–6	1–4	7–12	5–8									
8.	Europos komandinis čempionatas (aukščiausioji lyga)	1–6	1–4	7–12	5–8									
9.	Europos komandinis čempionatas (I lyga)	1–3	1–2	4–6	3–4	7–12	5–6							
10.	Europos komandinis čempionatas (II lyga)	1	1	2–4	2–3	5–12	4–6							
11.	Pasaulio studentų universiada	1–6	1–3	7–12	4–6									
12.	Europos uždary patalpų čempionatas	1-6	1	7-12	2-4	13-16	5-8							

13.	Tarptautinės varžybos ¹			1	1	2–6	2–3						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
14.	Europos jaunimo (iki 23 m.) čempionatas	1–3	1–3	4–8	4–6	9–16	7–12						
15.	Pasaulio jaunimo (iki 20 m.) čempionatas	1–3	1–2	4–8	3–6	9–16	7–12						
16.	Europos jaunimo (iki 20 m.) čempionatas	1		2–6	1–3	7–12	4–8						
17.	Tarptautinės jaunimo varžybos ¹					1	1	2–6	2–3				
18.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės			1–2	1	3–8	2–6	9–12	7–8				
19.	Pasaulio jaunių (iki 18 m.) čempionatas			1–2	1	3–8	2–6	9–12	7–8				
20.	Pasaulio jaunių žaidynės			1–2	1	3–8	2–6	9–12	7–8				
21.	Europos jaunimo olimpinis festivalis					1–3	1–2	4–10	3–6				
22.	Tarptautinės jaunių varžybos ¹							1	1	2–6	2–6		
23.	Lietuvos Respublikos čempionatas (į olimpinių žaidynių programą įtrauktos rungtys)					1–3	1–2	3–6	3–4				
24.	Lietuvos Respublikos čempionatas (į olimpinių žaidynių programą neįtrauktos rungtys)					1		2–4	1–2				
25.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos							1–6	1–3				
26.	Lietuvos studentų universiada, čempionatas							1–4	1–3				
27.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės							1–4	1–3	5–8	4–6		
28.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės							1–3	1–2	4–6	3–4		
29.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės									1–5	1–3	6–10	4–6
30.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės											1–3	1–3

Pastabos: D – dalyvavimas

¹ – varžybos, įtrauktos į Europos lengvosios atletikos asociacijos (EA) ir Tarptautinės lengvosios atletikos federacijos (IAAF) varžybų kalendorius

**LENGVOSIOS ATLETIKOS SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ (VYRŲ)
MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽBOSE**

Rungtys	Matavimo vienetai	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Bėgimo rungtys										
60 m	s	6,70	6,80	6,98	7,20	7,54	8,04	8,54	8,84	9,14
100 m	s	10,28	10,58	10,90	11,34	11,94	12,64	13,34	13,94	14,44
200 m	s	20,75	21,34	22,04	23,04	24,34	26,04	28,24	30,04	31,24
300 m	s			34,04	35,54	37,54	40,14	43,94	47,14	49,14
400 m	s	45,95	47,50	49,20	51,50	54,64	58,64	63,14	67,14	70,14
600 m	min:s			1:20,00	1:24,00	1:30,00	1:37,00	1:46,00	1:53,00	1:59,00
800 m	min:s	1:46,60	1:49,50	1:54,00	2:01,00	2:10,00	2:20,00	2:32,00	2:42,00	2:50,00
1000 m	min:s	2:18,00	2:21,00	2:27,00	2:35,00	2:47,00	3:00,00	3:15,00	3:30,00	3:42,00
1500 m	min:s	3:39,20	3:46,00	3:55,00	4:08,00	4:25,00	4:45,00	5:07,00	5:27,00	5:45,00
1 mylia	min:s	3:56,00	4:03,50	4:15,00	4:30,00	4:49,00	5:15,00	5:45,00	6:10,00	
2000 m	min:s			5:15,00	5:30,00	5:50,00	6:20,00	6:55,00	7:25,00	7:50,00
3000 m	min:s	7:52,00	8:10,00	8:30,00	8:55,00	9:30,00	10:15,00	11:10,00	12:00,00	12:40,00
5000 m	min:s	13:29,00	14:00,00	14:35,00	15:25,00	16:30,00	17:50,00	19:15,00	20:30,00	
10000 m	min:s	28:12,00	29:20,00	30:35,00	32:30,00	34:30,00	37:30,00			
5 km pl.	min:s			15:00	15:30	16:15	17:30	18:30	19:30	
10 km pl.	min:s			31:00	32:30	34:15	37:00			
15 km pl.	min:s			47:00	49:00	52:00	56:00			
30 km pl.	val:min:s			1:39:00	1:46:00	1:55:00	2:05:00			
1/2 maratono	val:min:s	1:02:30	1:05:00	1:08:00	1:12:00	1:16:30	1:22:00			
Maratonas	val:min:s	2:15:00	2:22:00	2:28:00	2:37:00	2:50:00	b.n. ²			
50 km	val:min:s			3:07:00	3:24:00	3:45:00	b.n. ²			
100 km	val:min:s	07:05:00	07:30:00	08:00:00	08:40:00	09:30:00	b.n. ²			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
24 val bēgimas	km	238	225	208	190	170	b.n. ²			
4x100 m	s	39,10	40,65	42,35	44,14	46,64	49,14	52,14	54,64	57,14
4x400 m	min:s	3:03,30	3:09,00	3:16,00	3:25,00	3:36,00	3:52,00	4:08,00	4:23,00	4:36,00
100+200+300+400 m	min:s			1:59,00	2:02,00	2:06,00	2:13,00	2:22,00	2:32,00	2:40,00
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
60 m b.b. (76,2 cm)	s							10,24	11,04	12,04
110 m b.b. (106,7 cm)	s	13,62	14,35	15,15	16,00	17,24	18,74			
110 m b.b. (99 cm)	s			14,84	15,74	16,84	18,34	19,84	21,24	22,24
110 m b.b. (91,4 cm)	s			14,54	15,34	16,44	17,94	19,44	20,84	21,84
110 m b.b. (84 cm)	s				15,10	16,24	17,84	19,44	20,94	22,24
300 m b.b. (91,4 cm)	s			39,14	40,64	43,14	46,84	49,74	52,04	53,74
300 m b.b. (84 cm)	s				39,90	40,50	43,00	46,00	49,00	
300 m b.b. (76,2 cm)	s							44,00	47,00	49,00
400 m b.b. (91,4 cm)	s	49,80	52,40	55,20	58,64	62,94	68,34	72,64		
400 m b.b. (84 cm)	s			54,24	57,74	62,74	68,74	73,64	77,14	
1500 m kl.b. (76,2 cm)	min:s			4:15,00	4:32,00	4:53,00	5:20,00	5:45,00	6:08,00	6:25,00
2000 m kl.b. (84 cm)	min:s			6:00,00	6:20,00	6:45,00	7:20,00	7:50,00	8:15,00	
3000 m kl.b. (91,4 cm)	min:s	8:33,50	8:50,00	9:20,00	9:55,00	10:35,00	11:30,00	12:15,00		
Sportinis ējimas										
1000 m	min:s					04:27,0	04:42,0	05:02,0	05:28,0	05:50,0
2000 m	min:s				08:30,0	09:10,0	10:00,0	10:50,0	11:50,0	12:30,0
3000 m	min:s			12:45,0	13:35,0	14:40,0	15:50,0	17:00,0	18:00,0	19:00,0
5000 m	min:s			21:40,0	22:55,0	24:50,0	27:30,0	29:45,0	31:30,0	33:00,0
10 000 m	min:s		42:00,0	44:30,0	47:45,0	52:15,0	57:45,0	01:02:00,0	01:05:00,0	b.n.
20000 m	val:min:s	1:23:00	1:29:00	1:35:00	1:42:00	1:51:00	2:00:00	b.n. ²		
30000 m	val:min:s			2:30:00	2:45:00	3:00:00	b.n. ²			
35000 m	val:min:s			2:51:00	3:05:00	b.n. ²				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
50000 m	val:min:s	3:58:00	4:20:00	4:45:00	5:15:00	b.n. ²				
Krosas										
500 m	min:s						1:20,0	1:27,0	1:33,0	1:37,0
1 km	min:s					2:45,0	2:55,0	3:07,0	3:17,0	3:25,0
1,5 km	min:s					4:25,0	4:55,0	5:20,0	5:40,0	6:00,0
2 km	min:s					6:05,0	6:35,0	7:00,0	7:20,0	7:40,0
3 km	min:s			8:30,0	8:56,0	9:30,0	10:10,0	10:50,0	11:20,0	11:50,0
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
5 km	min:s			14:40,0	15:25,0	16:20,0	17:30,0	18:40,0	19:40,0	20:30,0
6 km	min:s			17:50,0	18:45,0	20:00,0	22:00,0	25:00,0		
8 km	min:s			24:20,0	25:20,0	27:00,0	29:20,0	30:40,0		
10 km	min:s			30:45,0	32:15,0	34:30,0	38:00,0			
12 km	min:s			37:40,0	39:30,0	42:30,0	46:30,0			
Šuolių rungtys										
Šuolis į aukštį	m	2,28	2,15	2,03	1,90	1,75	1,60	1,47	1,35	1,25
Šuolis į tolį	m	8,05	7,65	7,20	6,70	6,20	5,60	5,00	4,45	4,00
Šuolis su kartimi	m	5,55	5,10	4,60	4,10	3,50	3,05	2,60	2,20	1,90
Trišuolis	m	16,65	16,10	15,20	14,20	13,20	12,20	11,20	10,30	9,70
Metimų rungtys										
Disko metimas (2 kg)	m	62,50	56,00	51,00	45,00	37,00	30,00	26,00	23,00	
Disko metimas (1,75 kg)	m			55,00	49,00	41,00	34,00	29,00	26,00	
Disko metimas (1,5 kg)	m			59,00	52,00	44,00	37,00	32,00	29,00	26,00
Disko metimas (1 kg)	m				56,00	48,00	41,00	36,00	33,00	30,00
Kūjo metimas (7,257 kg)	m	74,30	68,00	61,00	54,00	47,00	40,00	35,00	31,00	28,00
Kūjo metimas (6 kg)	m			65,00	58,00	51,00	44,00	38,00	33,00	29,00
Kūjo metimas (5 kg)	m			69,00	62,00	55,00	48,00	41,00	35,00	30,00
Kūjo metimas (4 kg)	m				64,50	57,50	50,50	43,50	37,50	32,50

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Kūjo metimas (3 kg)	m						53,00	46,00	40,00	35,00
Ieties metimas (800 g)	m	78,00	73,00	67,00	60,00	52,00	45,00	40,00	36,00	32,00
Ieties metimas (700 g)	m			68,00	62,00	54,00	47,00	42,00	38,00	34,00
Ieties metimas (600 g)	m				64,00	56,00	49,00	44,00	40,00	36,00
Ieties metimas (500 g)	m						51,00	46,00	42,00	38,00
Rutulio stūmimas (7,257 kg)	m	19,90	17,50	15,60	13,80	12,00	10,20			
Rutulio stūmimas (6 kg)	m			17,20	15,00	12,80	11,20	9,80		
Rutulio stūmimas (5 kg)	m			18,20	16,50	14,40	12,30	10,70	9,50	
Rutulio stūmimas (4 kg)	m				17,00	14,90	13,20	11,40	10,00	9,00
Rutulio stūmimas (3 kg)	m						14,30	12,20	10,50	9,50
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
Kamuoliuko metimas (140 gr)	m							50,00	43,00	37,00
Daugiakovės										
Dešimtkovė	taškai	7730	7100	6400	5600	4600	3700	3000		
Dešimtkovė (jaunimas)	taškai		7300	6700	5900	4900	4000	3200	2600	
Dešimtkovė (jauniai)	taškai			6950	6200	5300	4300	3400	2700	2400
Aštunkovė (jauniai, jaunučiai)	taškai			5200	4600	3900	3300	2800	2400	2000
Septynkovė (jaunučiai)	taškai				4450	3800	3200	2700	2300	1900
Penkiakovė (vaikai)	taškai							1800	1500	1250
Keturkovė	taškai				3300	3000	2600	2200	1700	1200
Trikovė	taškai				1800	1500	1200	1000	800	600
Uždarų patalpų rungtys										
60 m	s	6,69	6,84	7,00	7,24	7,54	7,94	8,44	8,84	9,14
200 m	s			22,74	23,64	24,84	26,64	28,34	29,84	31,24
300 m	s			34,74	36,24	38,24	40,84	44,64	48,14	50,14
400 m	s	46,95	48,50	50,20	52,50	55,64	59,64	64,14	68,14	71,14
600 m	min:s			1:21,50	1:25,50	1:31,50	1:38,50	1:47,50	1:54,50	2:00,50

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
800 m	min:s	1:48,50	1:51,50	1:56,00	2:03,00	2:12,00	2:22,00	2:34,00	2:44,00	2:52,00
1000 m	min:s	2:20,50	2:23,50	2:29,50	2:37,50	2:49,50	3:02,50	3:17,50	3:32,50	3:44,50
1500 m	min:s	3:42,50	3:48,00	3:57,00	4:10,00	4:27,00	4:47,00	5:09,00	5:29,00	5:47,00
2000 m	min:s			5:17,00	5:32,00	5:52,00	6:22,00	6:57,00	7:27,00	7:52,00
3000 m	min:s	7:54,00	8:13,00	8:33,00	8:58,00	9:33,00	10:18,00	11:13,00	12:03,00	
60 m b.b. (106,7 cm)	s	7,74	8,10	8,54	9,04	9,64	10,24			
60 m b.b. (99 cm)	s			8,34	8,84	9,44	10,04	10,64		
60 m b.b. (91,4 cm)	s			8,14	8,64	9,24	9,84	10,44	11,24	
60 m b.b. (84 cm)	s				8,44	9,04	9,64	10,24	11,04	11,64
60 m b.b. (76,2 cm)	s							10,04	10,84	11,44
1500 m kl.b. (76,2 cm)	min:s			4:15,00	4:32,00	4:53,00	5:20,00	5:45,00	6:08,00	6:25,00
2000 m kl.b. (84 cm)	min:s			5:52,00	6:12,00	6:37,00	7:10,00	7:40,00		
3000 m kl.b. (91,4 cm)	min:s	8:33,50	8:50,00	9:20,00	9:55,00	10:35,00	11:30,00	12:15,00		
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
4x200 m	min:s			1:28,00	1:32,00	1:37,00	1:43,00	1:52,00	2:00,00	2:05,00
4x400 m	min:s	3:06,00	3:12,00	3:20,00	3:29,00	3:40,00	3:56,00	4:12,00	4:27,00	4:40,00
Septynkovė	taškai	5800	5300	4700	4100	3400	2800	2400		
Penkiakovė	taškai							1900	1550	1300

Pastaba:

¹ – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Europos lengvosios atletikos asociacijos (EA) ir Tarptautinės lengvosios atletikos federacijos (IAAF) varžybų kalendorius;

² – baigti nuotolį.

**LENGVOSIOS ATLETIKOS SPORTO ŠAKŲ SPORTININKŲ (MOTERŲ)
MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL REZULTATĄ**

Rungtys	Matavimo vienetai	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Bėgimo rungtys										
60 m	s	7,25	7,45	7,70	8,00	8,44	9,04	9,64	10,04	10,34
100 m	s	11,40	11,84	12,40	13,04	13,84	14,94	15,94	16,74	17,44
200 m	s	23,30	24,24	25,45	26,85	28,74	31,24	33,24	34,94	36,24
300 m	s			39,25	41,25	44,14	47,64	51,64	55,34	58,14
400 m	s	52,30	54,15	57,00	60,10	64,14	70,14	76,14	81,14	84,14
600 m	min:s			1:33,00	1:38,00	1:46,00	1:56,00	2:07,00	2:17,00	2:25,00
800 m	min:s	2:01,30	2:06,00	2:13,00	2:22,00	2:35,00	2:53,00	3:08,00	3:20,00	3:30,00
1000 m	min:s	2:37,00	2:44,00	2:53,00	3:05,00	3:20,00	3:40,00	4:00,00	4:20,00	4:35,00
1500 m	min:s	4:09,00	4:18,00	4:32,00	4:50,00	5:12,00	5:42,00	6:08,00	6:30,00	6:47,00
1 mylia	min:s	4:24,00	4:37,00	4:55,00	5:15,00	5:37,00	6:03,00			
2000 m	min:s			6:25,00	6:50,00	7:20,00	7:52,00	8:25,00	8:50,00	9:10,00
3000 m	min:s	8:55,00	9:17,00	9:50,00	10:30,00	11:28,00	12:35,00	13:35,00	14:30,00	
5000 m	min:s	15:25,00	16:10,00	17:05,00	18:15,00	19:45,00	21:30,00	23:00,00		
10000 m	min:s	32:20,00	34:00,00	35:50,00	38:20,00	41:30,00	45:00,00	48:00,00		
5 km pl.	min:s			17:20	18:30	20:00	21:45	23:15	24:30	
10 km pl.	min:s			36:20	38:50	42:00	45:30			
15 km pl.	min:s			55:00	58:45	1:04:00	1:10:00			
1/2 maratono	val:min:s	1:13:30	1:17:00	1:21:00	1:26:00	1:33:00	1:42:00			
30 km	val:min:s			2:00:00	2:09:00	2:21:00	2:40:00			

Maratonas	val:min:s	2:35:00	2:48:00	3:00:00	3:16:00	3:30:00	b.n. ²			
50 km	val:min:s			3:45:00	4:04:00	4:30:00	b.n. ²			
100 km	val:min:s	08:35:00	09:00:00	09:30:00	10:10:00	11:10:00	b.n. ²			
24 val. bėgimas	km	210	200	185	170	155	b.n. ²			
4 x 100 m	s	43,90	45,70	48,25	51,20	54,54	58,64	62,94	66,24	69,24
4 x 400 m	min:s	3:28,00	3:36,00	3:47,00	4:00,00	4:18,00	4:40,00	5:02,00	5:20,00	5:35,00
100+200+300+400 m	min:s			2:12,00	2:20,00	2:30,00	2:43,00	2:58,00	3:10,00	3:20,00
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
60 m b.b. (76,2 cm)	s							11,74	12,54	13,14
100 m b.b. (84 cm)	s	13,11	14,00	15,04	16,24	17,64	19,04	20,24		
100 m b.b. (76,2 cm)	s			14,84	16,04	17,44	18,84	20,04	21,24	22,24
300 m b.b. (76,2 cm)	s				46,50	50,64	55,34	60,14	64,64	68,14
400 m b.b. (76,2 cm)	min:s	0:56,55	0:59,50	1:03,14	1:08,14	1:14,14	1:22,14	1:31,14	1:38,14	
1500 m kl.b. (76,2 cm)	min:s			4:52,00	5:11,00	5:35,00	6:05,00	6:30,00	6:50,00	7:05,00
2000 m kl.b. (76,2 cm)	min:s		6:33,00	6:50,00	7:10,00	7:33,00	8:00,00	8:30,00		
3000 m kl.b. (76,2 cm)	min:s	9:48,00	10:20,00	10:55,00	11:40,00	12:30,00	13:25,00			
Sportinio ėjimo rungty										
1000 m	min:s				4:30,0	4:50,0	5:15,0	5:45,0	6:08,0	6:25,0
2000 m	min:s				9:40,0	10:40,0	11:45,0	12:45,0	13:25,0	13:50,0
3000 m	min:s		13:35,0	14:25,0	15:25,0	16:35,0	18:00,0	19:30,0	20:45,0	21:45,0
5000 m	min:s		23:10,0	24:30,0	26:10,0	28:15,0	31:00,0	33:30,0	36:00,0	37:45,0
10000 m (10 km)	val:min:s		0:48:10,0	0:51:00,0	0:55:00,0	1:00:00,0	1:05:00,0	1:09:00,0	1:12:00,0	b.n. ²

20000 m	val:min:s	1:34:00	1:41:00, 0	1:47:00, 0	1:55:00, 0	2:05:00, 0	b.n. ²			
Krosas										
500 m	min:s					1:26,0	1:34,0	1:45,0	1:54,0	2:00,0
1 km	min:s				3:03,0	3:18,0	3:37,0	4:00,0	4:20,0	4:35,0
1,5 km	min:s			4:37,0	4:54,0	5:18,0	5:50,0	6:20,0	6:50,0	7:10,0
2 km	min:s			6:20,0	6:47,0	7:20,0	8:00,0	8:40,0	9:15,0	9:40,0
3 km	min:s			9:50,0	10:35,0	11:30,0	12:40,0	13:40,0	14:30,0	15:15, 0
4 km	min:s			13:35,0	14:30,0	15:40,0	17:00,0	18:05,0	19:00,0	
5 km	min:s			17:20,0	18:25,0	19:50,0	21:40,0	23:20,0	24:40,0	
6 km	min:s			21:00,0	22:20,0	24:00,0	26:15,0	28:15,0		
Šuolių rungtis										
Šuolis į aukštį	m	1,91	1,83	1,75	1,65	1,50	1,39	1,30	1,22	1,15
Šuolis su kartimi	m	4,10	3,82	3,48	3,10	2,70	2,40	2,15	1,95	1,80
Šuolis į tolį	m	6,62	6,30	6,00	5,60	5,15	4,60	4,20	3,85	3,60
Trišuolis	m	14,00	13,45	12,80	12,00	11,20	10,40	9,65	9,00	8,50

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
Metimų rungty										
Disko metimas (1 kg)	m	58,50	54,00	48,00	42,00	35,00	29,00	24,00	20,00	17,00
Disko metimas (750 g)	m			50,00	44,50	38,00	32,00	27,00	23,00	20,00
Kūjo metimas (4 kg)	m	67,50	59,00	50,00	42,00	35,00	29,00	24,00	20,00	
Kūjo metimas (3 kg)	m			54,00	46,00	39,00	33,00	28,00	24,00	21,00
Kūjo metimas (2 kg)	m						35,00	30,00	26,00	23,00
Ieties metimas (600 g)	m	59,00	54,00	48,00	41,00	33,00	27,00	23,00	19,00	16,00
Ieties metimas (500 g)	m			50,00	43,00	35,00	29,00	24,50	20,50	17,50
Ieties metimas (400 g)	m				45,00	37,00	31,00	26,00	22,00	19,00
Rutulio stūmimas (4 kg)	m	17,20	15,80	14,00	12,00	10,00	8,50	7,20	6,50	6,00
Rutulio stūmimas (3 kg)	m			15,20	13,20	11,00	9,50	8,00	7,20	6,50
Rutulio stūmimas (2 kg)	m							9,00	8,00	7,10
Kamuoliuko metimas (140g)	m							39,00	32,00	25,00
Daugiakovės										
Dešimtkovė	tšk.	8000	7400	6600	5700	4800	4000	3300	2800	2400
Septynkovė	tšk.	5900	5400	4750	4000	3200	2400	1900	1500	1200
Septynkovė	tšk.			4850	4100	3300	2500	2000	1600	1300
Septynkovė	tšk.				4200	3400	2600	2100	1700	1400
Trikovė	tšk.							950	750	600
Uždary patalpų rungty										
60 m	s	7,25	7,45	7,70	8,00	8,44	9,04	9,64	10,04	10,34
200 m	s			25,95	27,35	29,24	31,74	33,74	35,44	36,74
300 m	s			40,05	42,05	44,84	48,34	52,34	56,04	58,84
400 m	s	53,30	55,15	58,00	1:01,10	1:05,14	1:11,14	1:17,14	1:22,14	1:25,14
600 m	min:s			1:34,50	1:39,50	1:47,50	1:57,50	2:08,50	2:18,50	2:26,50

800 m	min:s	2:04,00	2:08,00	2:15,00	2:24,00	2:37,00	2:55,00	3:10,00	3:22,00	3:32,0 0
1000 m	min:s	2:38,00	2:46,00	2:55,00	3:07,00	3:22,00	3:42,00	4:02,00	4:22,00	4:37,0 0
1500 m	min:s	4:11,00	4:20,00	4:34,00	4:52,00	5:14,00	5:44,00	6:10,00	6:32,00	6:49,0 0
2000 m	min:s			6:27,00	6:52,00	7:22,00	7:54,00	8:27,00	8:52,00	9:12,0 0

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
3000 m	min:s	8:58,00	9:20,00	9:53,00	10:33,00	11:31,00	12:38,00	13:38,00	14:33,00	
60 m b.b. (84 cm)	s	8,18	8,50	8,90	9,50	10,24	11,24	12,34	13,14	13,74
60 m b.b. (76,2 cm)	s				9,24	9,84	10,84	11,94	12,74	13,34
1500 m kl.b. (76,2 cm)	min:s				5:06,00	5:30,00	6:00,00	6:25,00	6:45,00	
2000 m kl.b. (76,2 cm)	min:s		6:25,00	6:42,00	7:02,00	7:25,00	7:52,00	8:22,00		
3000 m kl.b. (76,2 cm)	min:s		10:08,00	10:40,00	11:25,00	12:15,00	13:10,00			
4 x 200 m	min:s			1:42,00	1:47,50	1:55,00	2:05,00	2:14,00	2:21,00	2:27,00
4 x 400 m	min:s	3:31,00	3:39,00	3:50,00	4:03,00	4:21,00	4:43,00	5:05,00	5:23,00	5:38,00
Penkiakovė	tšk.	4500	4100	3650	3100	2500	2000	1600	1250	1000

Pastaba:

¹ – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Europos lengvosios atletikos asociacijos (EA) ir Tarptautinės lengvosios atletikos federacijos (IAAF) varžybų kalendorius;

² – baigti nuotolį.

STALO TENISAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Iš viso	Ugdytinių skaičius grupėje						Maksimalus kontaktinių akademinų ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai		Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2	MP 1	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pradinio rengimo	1	7–10	7–10	12							6
	2	8–11	8–11	10 ¹							8
	1	9–12	9–12	9	4						10

Meistriškumo ugdymo	2	10–13	10–13	8	6	2					12
	3	11–14	11–14	7	4	3					14
	4	12–15	12–15	7	1	4	2				15

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Meistriškumo tobulinimo	1	13–16	13–16	7	1	3	3				15
	2	14–17	14–17	7		3	4				15
	3	15–18	15–18	7		2	3	2			15
	4	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	7			3	3	1		15
Neformaliojo ugdymo	7-18			12							4

Pastaba: 1 – 8 sportininkai dalyvavo 3 varžybose.

STALO TENISO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRISKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai												
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4		MP 5		MP 6		
		Asmeninė rungtis	Komandinė	Asmeninė rungtis	Komandinė rungtis	Asmeninė rungtis	Komandinė rungtis	Asmeninė rungtis	Komandinė	Asmeninė rungtis	Komandinė	Asmeninė rungtis	Komandinė rungtis	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1	Olimpinės žaidynės	D	D											
2	Pasaulio čempionatas	1–32	1–24	D	D									
3	Pasaulio taurės varžybos	1–24	1–16	25–48	17–48	D	D							
4	Europos čempionatas	1–24	1–16	25–48	17–32	D	D							
5	Europos žaidynės	1–24	1–12	25–48	13–24	D	D							
6	Europos čempionų lyga		1–16		17–32		D							
7	Europos taurės varžybos	1–16	1–12	17–32	13–24	D	D							
8	Europos pajėgiausių TOP taurės varžybos	1–12		13–16		D								
9	Pasaulio studentų universiada	1–6	1–4	7–16	5–8	D	D							

10	Šiaurės Europos šalių čempionatas	1	1	2–8	2–4	D	D						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
11	Tarptautinės varžybos ¹			1–16	1–16	17–32	17–32						
12	Baltijos šalių čempionatas ²			1–3	1	4–8	2–3	D	D				
13	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–12	1–6	13–24	7–12	25–48	D	D	D				
14	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės	1–12	1–6	13–24	7–12	25–48	D	D	D				
15	Europos jaunimo čempionatas	1–8	1–4	9–16	5–8	17–32	12–16	D	D				
16	Tarptautinės jaunimo varžybos ¹			1–8	1–4	9–16	5–12	D	D				
17	Europos jaunimo olimpinis festivalis			1–8	1–4	9–16	5–12	17–32	13–24	D	D		
18	Pasaulio jaunių čempionatas, pirmenybės			1–12	1–6	13–24	7–12	25–48	D	D	D		
19	Europos jaunių čempionatas			1–8	1–4	9–16	5–8	17–32	12–16	D	D		
20	Europos pajėgiausių jaunių TOP varžybos			1–6		7–12							
21	Šiaurės Europos šalių jaunių čempionatas			1–4	1–3	5–16	4–8						
22	Baltijos šalių jaunių čempionatas ²					1–4	2–3	5–8	4–6				
23	Tarptautinės jaunių varžybos ¹					1–2	1–2	3–8	3–6	9–16	7–12		
24	Baltijos šalių pajėgiausių jaunių TOP varžybos ²					1		2–6		7–10			
25	Pasaulio jaunučių čempionatas, pirmenybės					1–12	1–6	13–24	7–12	25–48	D		
26	Europos jaunučių čempionatas					1–8	1–4	9–16	5–8	17–32	12–16		
27	Europos pajėgiausių jaunučių TOP varžybos					1–8		9–12					

28	Šiaurės Europos šalių jaunučių pirmenybės					1-4	1-3	5-16	4-8				
29	Baltijos šalių jaunučių čempionatas ¹					1-4	2-3	5-8	4-6				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
30	Tarptautinės jaunučių varžybos ¹					1	1	2-8	2-6	9-16	7-12		
31	Europos vaikų pirmenybės							1	1	2-16	2-6	D	D
32	Tarptautinės vaikų varžybos ¹									1-8	1-4	D	D
33	Lietuvos Respublikos čempionatas					1-8	1-6	9-16	7-12				
34	Lietuvos pajėgiausių TOP varžybos					1-6		7-12					
35	Lietuvos Respublikos taurės varžybos					1-4	1-3	5-8	4-6				
36	Lietuvos pirmenybės (1 lyga)						1-3		4-8				
37	Lietuvos pirmenybės (2 lyga)						1		2-6				
38	Lietuvos studentų čempionatas					1-3	1-2	4-8	3-4				
39	Rajonų čempionatai, pirmenybės, žaidynės					1-2		3-6					
40	Miestų čempionatai, pirmenybės, žaidynės					1	1	2-4		5-6			
41	Lietuvos jaunimo čempionatai, žaidynės							1-8	1-6	9-16	7-12		
42	Rajonų jaunimo čempionatai, pirmenybės, žaidynės							1-4	1-3	8-12	5-8		
43	Miestų jaunimo čempionatai, pirmenybės, žaidynės							1-2		3-8			

Pastabos:

D – dalyvavimas;

1 – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės stalo teniso federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 4 valstybių atstovai;

2 – varžybos, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 3 valstybių atstovai.

TINKLINIS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje						Maksimalus kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2		MP 1
Pradinio rengimo	1	7–11	7–11	12							6
	2	9–12	9–12	12 ¹							8
Meistriškumo ugdymo	1	11–13	11–13	12 ²							10
	2	12–14	13–15	12 ³	6						12
	3	13–15	14–16	12	6	2					14
	4	14–16	15–17	12	2	6	4				15
	5	15–17	16–18	12		4	6	2			15
Meistriškumo tobulinimo	1	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	12		2	6	4			15
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	12			6	6			15
	3	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	12			4	8			15
Neformaliojo ugdymo		7-18		12							4

Pastabos:

¹ – 8 sportininkai dalyvavo 8 rungtynėse;

² – 10 sportininkų dalyvavo 10 rungtynių;

³ – 10 sportininkų dalyvavo 12 rungtynių.

TINKLINIO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	D					
2.	Pasaulio čempionatas	1–16	17–24				
3.	Pasaulio taurės varžybos	1–8	9–12 ²				
4.	Europos čempionatas	1–8	9–12 ²				
5.	Europos taurės varžybos	1–3	4–8				
6.	Pasaulio studentų universiada	1	2–4 ³	5–8 ²			
7.	Tarptautinės varžybos ¹		1	2–6 ³			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–3	4–6	7–12 ²			

9.	Europos jaunimo čempionatas	1	2–3	4–6 ³			
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos ¹		1	2–6 ²			
11.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1	2–6 ³	7–12 ²		
12.	Pasaulio jaunių čempionatas		1–3	4–6	7–12 ²		
13.	Europos jaunių čempionatas		1	2–4	5–8 ³		
14.	Europos jaunimo olimpinis festivalis		1	2–3 ³	4–8 ²		
1	2	3	4	5	6	7	8
15.	Tarptautinės jaunių varžybos ¹			1	2–6 ³		
16.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–2 ³	3–4 ²		
17.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos				1–3 ³	4–6 ²	
18.	Lietuvos studentų čempionatas				1–3 ³	4–6 ²	
19.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės				1–4 ⁴	5–8 ²	
20.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės				1–3 ⁴	4–6 ²	7–8 ²
21.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės					1–6 ³	D ²
22.	Lietuvos Respublikos vaikų, „Mini“ čempionatai, žaidynės						D

Pastabos:

D – dalyvavimas;

¹ – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės tinklinio federacijos varžybų kalendorių ir šiose varžybose dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai;

² – apsenkti 25 proc. varžybų dalyvių;

³ – apsenkti 50 proc. varžybų dalyvių;

⁴ – apsenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

RANKINIS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje						Kontaktinių akademių ugdymo valandų skaičius per savaitę	
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2		MP 1
Pradinio rengimo	1	7 – 9	7 – 9	16							6
	2	8 – 11	8 – 11	16 ¹							8
Meistriškumo ugdymo	1	9 – 12	9 – 12	14 ²							10
	2	10 – 13	10 – 13	14 ³	8						12
	3	11 – 14	11 – 14	14	10						14
	4	12 – 15	12 – 15	14	8	4					15
	5	13 – 17	13 – 17	14	4	10					15
Meistriškumo tobulinimo	1	14 – 18	14 – 18	12		6	4	2			15
	2	15 – 19	15 – 19	12		2	4	6			15
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	12			8	4			15
Neformaliojo ugdymo		7-18		16							4

Pastabos:

¹ – 11 sportininkų dalyvavo 4 varžybose;

² – 13 sportininkų dalyvavo 10 varžybų;

³ – 13 sportininkų dalyvavo 15 varžybų;

⁴ – sportininkas dalyvavo pasaulio ir (ar) Europos suaugusiųjų, jaunimo, jaunių, jaunučių čempionato aukščiausio diviziono finaliniame varžybų etape.

RANKINIO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1.	Olimpinės žaidynės	D ²					
2.	Pasaulio čempionatas	1 – 16	17 – 24				
3.	Europos čempionatas	1 – 12	13 – 24 ²				
4.	Europos taurės varžybos	1 – 4	5 – 8				
5.	Pasaulio studentų universiada	1 – 2 ⁴	3 – 6 ³				
6.	Pasaulio studentų čempionatas		1 ⁴	2 – 4 ³			
7.	Tarptautinės varžybos ¹		1	2 – 6 ³			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1 – 4	5 – 8	9–16			
9.	Europos jaunimo čempionatas	1 – 3	4 – 6	7–12 ³			
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos ¹			1 – 3	4 – 8 ³		
11.	Pasaulio jaunių čempionatas		1 – 4	5 – 8	9 – 12 ²		
12.	Europos jaunių čempionatas		1 – 3	4 – 6	7 – 16 ²		
13.	Tarptautinės jaunių varžybos ¹			1	2 – 6 ³		
14.	Tarptautinės jaunučių varžybos ¹			1	2 – 3 ³		
15.	Baltijos lyga		1 – 3 ⁴	4 – 6 ³			
16.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1 ⁴	2 – 4 ⁴	5 – 8 ³	
17.	Lietuvos Respublikos taurė			1 – 2 ⁴	3 – 4 ³	5 – 8 ²	
18.	Lietuvos studentų čempionatas				1 ⁴	2 – 4 ³	
19.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės				1 – 4 ³	5 – 8 ²	
20.	Lietuvos Respublikos jaunimo taurė				1 – 2 ⁴	3 – 6 ²	
21.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės				1 – 3 ⁴	4 – 8 ³	
23.	Lietuvos Respublikos jaunių taurė				1 ⁴	2 – 4 ⁴	
24.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės				1 – 2 ⁴	3 – 6 ³	
25.	Lietuvos Respublikos jaunučių taurė					1 ⁴	2 – 4 ³
26.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai					1 – 3 ⁴	D ³

Pastabos:

D – dalyvavimas;

PLAUKIMO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRISKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai												
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4		MP 5		MP 6	MP 7	
		Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Individuali rungtis	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1.	Olimpinės žaidynės	1–32	1–16	D ²	D ²									
2.	Pasaulio čempionatas	1–24	1–12	25–32	13–16									
3.	Europos čempionatas	1–16	1–8	17–24	9–16 ²									
4.	Pasaulio čempionatas (25 m baseine)	1–16	1–8	17–24	9–16 ²									
5.	Europos čempionatas (25 m baseine)	1–12	1–6	13–18	7–9									
6.	Universiada	1–8	1–4	9–16	5–8									
7.	Tarptautinės varžybos ¹			1 ³		2–3 ³								
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–8	1–4	9–16	5–8									
9.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės	1–4	1–2	5–8	3–8									
10.	Europos jaunimo čempionatas	1–3	1–2	4–8	3–8	9–16								
11.	Europos jaunimo olimpinis festivalis			1	1	2–8	2–4							
12.	Lietuvos Respublikos čempionatas (olimpinės rungtys)					1–3 ⁴	1 ⁴	4–8 ³	2–3 ³					

13.	Lietuvos Respublikos čempionatas (neolimpinės rungtys)					1-2 ⁴		3-8 ³	1-3 ³				
14.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, pirmenybės, žaidynės							1-2 ⁴	1 ³	3-6 ³	2-3 ³		
15.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, pirmenybės, žaidynės							1-3 ⁴	1 ⁴	4-8 ³	2-3 ³	9-12 ²	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	11	12	13	14	15	
16.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, pirmenybės, žaidynės										1–8 ³	1–3 ³	9–16 ²	
17.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, pirmenybės											1–12 ³	13–24 ²	

Pastabos:

D – dalyvavimas;

¹ – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės plaukimo federacijos (FINA) arba Europos plaukimo federacijos (LEN) varžybų kalendorių;

² – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių;

³ – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių;

⁴ – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

PLAUKIMO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRISKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE

Lytis	Rungtis	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
25 m baseinas										
Moterys	50 m laisvuoju stiliumi	24,94	26,18	27,56	29,60	32,60	37,00	41,00	46,00	51,00
	100 m laisvuoju stiliumi	54,67	57,44	1.00,47	1.05,10	1.11,80	1.21,50	1.31,00	1.42,00	1.54,00
	200 m laisvuoju stiliumi	1.58,67	2.05,20	2.11,80	2.22,00	2.36,60	2.58,00	3.19,00	3.43,00	4.10,00
	400 m laisvuoju stiliumi	4.10,07	4.24,57	4.38,52	5.00,50	5.31,00	6.17,00	7.01,00	7.53,00	8.51,00
	800 m laisvuoju stiliumi	8.36,19	9.05,70	9.34,47	10.20,00	11.23,00	12.58,40	14.30,00	16.13,90	18.16,00
	1500 m laisvuoju stiliumi	–	17.23,41	18.17,99	19.48,00	21.50,00	24.53,60	27.50,00	30.58,40	35.06,00
	50 m nugara	–	28,87	30,38	32,70	36,00	41,00	45,50	51,00	57,00
	100 m nugara	59,22	1.02,20	1.05,48	1.10,50	1.17,80	1.28,50	1.39,00	1.51,00	2.05,00
	200 m nugara	2.08,65	2.15,18	2.22,31	2.33,50	2.49,50	3.12,50	3.36,00	4.02,00	4.32,00
	50 m krūtine	–	32,35	34,05	36,60	40,40	46,00	51,00	57,00	1.04,00
100 m krūtine	1.07,26	1.10,61	1.14,33	1.20,00	1.28,30	1.40,50	1.52,00	2.05,00	2.21,00	

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	200 m krūtine	2.24,36	2.31,55	2.39,55	2.51,80	3.09,60	3.36,00	4.02,00	4.30,00	5.04,00
	50 m peteliške	–	27,39	28,82	31,00	34,20	38,80	43,00	48,50	55,00
	100 m peteliške	59,05	1.01,99	1.05,26	1.10,30	1.17,50	1.28,00	1.38,00	1.50,00	2.05,00
	200 m peteliške	2.09,56	2.16,02	2.23,20	2.34,50	2.51,00	3.14,00	3.36,00	4.02,00	4.35,00
	100 m kompleksinis plaukimas	–	1.04,87	1.08,26	1.13,80	1.21,80	1.32,80	1.44,00	1.56,00	2.12,00
	200 m kompleksinis plaukimas	2.13,66	2.20,363	2.27,72	2.39,30	2.56,70	3.21,00	3.45,00	4.11,40	4.44,80
	400 m kompleksinis plaukimas	4.39,97	4.53,99	5.09,49	5.34,00	6.10,40	7.01,20	7.52,00	8.48,00	10.00,00
25 m baseinas										
Vyrai	50 m laisvuoju stiliumi	21,77	22,86	23,93	25,80	28,50	32,30	36,00	40,00	45,00
	100 m laisvuoju stiliumi	47,76	50,61	52,98	57,20	1.03,20	1.12,00	1.20,00	1.30,00	1.41,00
	200 m laisvuoju stiliumi	1.46,50	1.51,91	1.57,16	2.06,60	2.20,00	2.39,00	2.57,00	3.19,00	3.45,00
	400 m laisvuoju stiliumi	3.48,25	3.59,63	4.10,88	4.31,20	5.00,00	5.41,00	6.20,00	7.07,00	8.02,00
	800 m laisvuoju stiliumi		8.18,21	8.41,42	9.25,00	10.25,00	11.50,00	13.10,00	14.50,00	16.45,00
	1500 m laisvuoju stiliumi	15.08,23	15.57,42	16.42,36	18.05,00	20.00,00	22.45,00	25.20,00	28.22,70	32.09,00
	50 m nugara		25,40	26,58	28,70	31,80	36,00	40,00	45,00	51,00
	100 m nugara	52,43	55,11	57,70	1.02,30	1.09,00	1.18,00	1.27,50	1.38,00	1.51,00
	200 m nugara	1.53,83	1.59,50	2.05,11	2.15,20	2.30,00	2.50,00	3.10,00	3.33,00	4.02,00
	50 m krūtine		28,37	29,69	32,10	35,50	40,20	45,00	50,00	57,00
	100 m krūtine	59,10	1.02,63	1.05,57	1.10,80	1.18,50	1.29,00	1.39,50	1.51,00	2.06,00
	200 m krūtine	2.07,68	2.15,90	2.22,28	2.33,70	2.50,50	3.13,50	3.36,00	4.02,00	4.35,00
	50 m peteliške		24,49	25,63	27,70	30,60	34,70	39,00	43,00	49,00
	100 m peteliške	52,00	54,60	57,16	1.01,70	1.08,50	1.17,50	1.27,00	1.37,00	1.50,00
	200 m peteliške	1.57,04	2.02,88	2.08,65	2.19,00	2.34,50	2.55,00	3.16,00	3.39,00	4.08,00
	100 m kompleksinis plaukimas		57,03	59,68	1.04,50	1.11,80	1.21,50	1.31,00	1.42,00	1.56,00

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	200 m kompleksinis plaukimas	1.58,09	2.03,97	2.09,79	2.20,50	2.35,80	2.57,00	3.18,00	3.42,00	4.13,00
	400 m kompleksinis plaukimas	4.12,63	4.25,23	4.37,68	5.01,00	5.33,60	6.19,00	7.05,00	7.56,00	9.02,00
Lytis	Rungtis	MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
50 m baseinas										
Moterys	50 m laisvuoju stiliumi	25,45	26,72	27,98	30,20	33,30	37,70	42,00	47,00	52,00
	100 m laisvuoju stiliumi	55,42	58,64	1.01,39	1.06,50	1.13,20	1.23,00	1.33,00	1.44,00	1.57,00
	200 m laisvuoju stiliumi	1.59,79	2.07,24	2.13,21	2.24,50	2.39,00	3.01,00	3.22,00	3.46,00	4.14,00
	400 m laisvuoju stiliumi	4.12,78	4.29,34	4.41,98	5.06,00	5.37,00	6.24,00	7.10,00	7.59,40	9.00,00
	800 m laisvuoju stiliumi	8.42,45	9.12,96	9.39,48	10.26,50	11.33,20	13.06,80	14.50,00	16.19,50	18.22,00
	1500 m l.stiliumi		17.39,01	18.24,34	20.04,50	22.11,70	25.00,00	28.10,00	31.15,00	35.18,00
	50 m nugara		30,40	31,82	34,40	38,00	43,00	48,00	53,50	1.00,00
	100 m nugara	1.01,87	1.05,45	1.08,53	1.14,20	1.22,00	1.33,00	1.44,00	1.56,00	2.10,00
	200 m nugara	2.12,82	2.19,72	2.26,28	2.38,50	2.55,00	3.19,00	3.43,00	4.09,00	4.40,00
	50 m krūtine		33,48	35,04	37,90	41,90	47,40	53,00	59,00	1.06,00
	100 m krūtine	1.09,13	1.12,58	1.15,99	1.22,40	1.31,00	1.43,00	1.55,00	2.09,00	2.24,00
	200 m krūtine	2.29,41	2.37,21	2.44,59	2.58,60	3.17,00	3.44,00	4.10,00	4.40,00	5.13,00
	50 m peteliške		28,16	29,48	31,90	35,30	40,00	44,50	50,00	56,00
	100 m peteliške	59,71	1.03,04	1.06,00	1.11,50	1.19,00	1.30,00	1.40,00	1.52,00	2.06,00
	200 m peteliške	2.10,67	2.17,18	2.23,62	2.36,00	2.52,50	3.16,00	3.39,00	4.05,00	4.35,00
	200 m kompleksinis plaukimas	2.15,10	2.22,07	2.28,74	2.41,60	2.59,00	3.23,00	3.47,00	4.14,00	4.46,00
400 m kompleksinis plaukimas	4.46,93	5.02,31	5.16,51	5.44,00	6.21,00	7.12,50	8.04,00	8.58,50	10.11,00	
Lytis	Rungtis	MP 1 ¹	MP 2 ¹	MP 3 ¹	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
Vyrai	50 m laisvuoju stiliumi	22,43	23,54	24,65	26,50	29,30	33,20	37,00	41,00	46,00
	100 m laisvuoju stiliumi	49,50	52,83	55,31	59,70	1.05,90	1.15,00	1.24,00	1.33,00	1.45,00
	200 m laisvuoju stiliumi	1.49,08	1.54,87	2.00,26	2.10,10	2.24,00	2.43,00	3.02,00	3.24,00	3.50,00

400 m laisvuoju stiliumi	3.53,03	4.07,85	4.19,48	4.40,90	5.10,00	5.52,00	6.34,00	7.20,00	8.16,00
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
800 m laisvuoju stiliumi	–	8.27,99	8.51,65	9.39,00	10.35,00	12.02,00	13.30,00	15.00,00	17.00,00
1500 m laisvuoju stiliumi	15.27,35	16.20,98	17.07,03	18.32,90	20.30,00	23.14,00	26.10,00	28.55,00	32.50,00
50 m nugara	–	27,01	28,26	30,50	33,80	38,20	43,00	47,00	53,00
100 m nugara	55,25	58,49	1.01,24	1.06,10	1.13,00	1.23,00	1.33,00	1.43,00	1.56,00
200 m nugara	2.00,06	2.06,04	2.11,96	2.23,00	2.38,00	2.59,00	3.20,00	3.43,00	4.14,00
50 m krūtine	–	29,96	31,36	33,80	37,50	42,30	47,50	52,00	59,00
100 m krūtine	1.01,83	1.05,84	1.08,93	1.14,30	1.22,20	1.33,20	1.44,00	1.56,00	2.11,00
200 m krūtine	2.13,77	2.23,04	2.29,75	2.41,50	2.59,00	3.23,00	3.46,00	4.13,00	4.45,00
50 m peteliške	–	25,20	26,37	28,40	31,50	35,60	40,00	44,00	50,00
100 m peteliške	53,23	56,10	58,74	1.03,40	1.10,00	1.19,70	1.29,00	1.39,00	1.52,00
200 m peteliške	1.59,54	2.05,58	2.11,48	2.22,50	2.37,50	2.58,50	3.20,00	3.42,00	4.10,00
200 m kompleksinis plaukimas	2.02,11	2.08,39	2.14,41	2.25,50	2.41,00	3.03,00	3.24,00	3.47,00	4.15,00
400 m kompleksinis plaukimas	4.21,35	4.34,62	4.47,51	5.12,00	5.45,00	6.32,00	7.18,00	8.08,00	9.10,00

Pastaba: ¹ – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Tarptautinės plaukimo federacijos (FINA) arba Europos plaukimo federacijos (LEN) varžybų kalendorius

KARATE

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius(metai)		Ugdytinių skaičius grupėje						Maksimalus kontaktinių akademinų ugdymo valandų skaičius per savaitę	
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2		MP 1
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	1	9–12	9–12	14							6

Pradinio rengimo	2	10–13	10–13	13 ¹							8
Meistriškumo ugdymo	1	12–14	12–14	12	6	2					10
	2	13–15	13–15	10	6	4					12
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	3	14–16	14–16	10	3	2	1				14
	4	15–17	15–17	9	1	5	3				15
	5	16–18	16–18	9		4	4	1			15
Meistriškumo tobulinimo	1	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	8		1	5	2			15
	2	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	8			5	2	1		15
	3	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	8			4	3	1		15
Neformaliojo ugdymo	9-18			14							6

Pastaba: ¹ – 10 sportininkų dalyvavo 2 varžybose

**KARATE SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRISKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI
PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE**

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	1–16	D ²				
2.	Pasaulio čempionatas	1–16	D ³				
3.	Pasaulio taurės varžybos	1–8	9–16 ³				
4.	Europos čempionatas	1–8	9–16 ³				
5.	Europos taurės varžybos	1–4	5–12 ³				
6.	Pasaulio studentų universiada	1	2–4 ³	5–8 ²			

7.	Tarptautinės varžybos ¹		1	2–6 ³			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1	2–6	7–12 ³			
9.	Europos jaunimo čempionatas	1	2–4	5–8 ³			
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos ¹		1	2–6 ³			
11.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1–4	5–12 ³	13–18 ²		
12.	Pasaulio jaunių čempionatas		1–4	5–12 ³	13–18 ²		
1	2	3	4	5	6	7	8
13.	Europos jaunių čempionatas		1–2	3–8 ³	9–12 ²		
14.	Europos jaunimo olimpinis festivalis		1–2	3–8 ³	9–12 ²		
15.	Tarptautinės jaunių varžybos ¹			1–4	5–8 ³		
16.	Pasaulio jaunučių čempionatas			1–4	5–12 ³		
17.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–4 ³	5–8 ²	9–12 ²	
18.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos				1–4 ³	5–8 ³	
19.	Lietuvos studentų čempionatas				1 ⁴	2–4 ³	
20.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės				1–6 ³	7–12 ²	
21.	Miestų jaunimo čempionatai				1–6 ³	7–12 ²	
22.	Kitos jaunimo varžybos				1–4 ³	5–8 ²	
23.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės				1–4 ³	5–8 ²	
24.	Miestų jaunių čempionatai				1–4 ³	5–8 ²	
25.	Kitos jaunių varžybos					1–4 ³	5–8 ²
26.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės, moksleivių pirmenybės					1–6 ³	7–12 ²
27.	Lietuvos Respublikos regionų jaunučių čempionatai					1–2 ⁴	3–6 ²
28.	Miestų jaunučių čempionatai					1 ⁴	2–6 ²
29.	Kitos jaunučių varžybos						1–6 ³
30.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės, moksleivių pirmenybės						1–6 ³

31.	Lietuvos Respublikos regionų vaikų čempionatai						1–5 ³
32.	Miestų vaikų čempionatai						1–4 ³
33.	Kitos vaikų varžybos						1–3 ³

Pastabos:

D – dalyvavimas;

¹ – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės karate federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai;

² – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių;

³ – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių;

⁴ – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

SVEIKATINGUMO GRUPĖS

Mokymo programa	Ugdytinių amžius	Mokinių skaičius ugdymo grupėje	Maksimalus kontaktinių akademinų ugdymo valandų skaičius per savaitę
Neformaliojo ugdymo	9-18	14	4

AIŠKINAMASIS RAŠTAS

Šilalės rajono savivaldybės administracijos Švietimo, kultūros ir sporto skyrius

Dėl Šilalės sporto mokyklos sportinio ugdymo organizavimo tvarko aprašo patvirtinimo

1. Parengto sprendimo projekto tikslai.

Sprendimo projekto tikslas – patvirtinti Šilalės sporto mokyklos sportinio ugdymo organizavimo tvarkos aprašą (toliau – Aprašas), reglamentuojantį atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programų vykdymą, rodiklius, grupių komplektavimą.

2. Kas inicijavo, kokios priežastys paskatino ir kuo vadovaujantis parengtas sprendimo projektas.

Sprendimas parengtas Šilalės sporto mokyklos iniciatyva, gavus 2024 m. gegužės 16 d. raštą Nr. S6-80-(1.8) „Dėl Šilalės sporto mokyklos sportinio ugdymo organizavimo tvarkos aprašo“. Apraše reglamentuojamas Šilalės sporto mokykloje vykdomų sporto šakų ar disciplinų grupių sudarymas, sportinių pasiekimų vertinimas, sportinio ugdymo trukmė ir apimtis, numatyti kiti sportinio ugdymo ypatumai. Aprašas parengtas vadovaujantis Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. rugsėjo 4 d. įsakymu Nr. V-976 „Dėl sportinio ugdymo rekomendacijų tvirtinimo“ patvirtintomis Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis, skirtomis valstybės ir savivaldybių biudžeto lėšomis finansuojamoms įstaigoms, vykdančioms formalųjį švietimą papildančio neformaliojo sportinio ugdymo programas, neformaliojo sportinio ugdymo programas.

Sprendimas parengtas vadovaujantis Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo 6 straipsnio 29 punktu, 15 straipsnio 4 dalimi, Lietuvos Respublikos sporto įstatymo 8 straipsnio 1 dalies 2 punktu, Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis, patvirtintomis Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. rugsėjo 4 d. įsakymu Nr. V-976 „Dėl sportinio ugdymo rekomendacijų tvirtinimo“.

3. Galimos neigiamos pasekmės priėmus sprendimo projektą, kokių priemonių reikėtų imtis, kad tokių pasekmių būtų išvengta.

Nenumatoma

4. Laukiami rezultatai.

Patvirtinus Aprašą, Šilalės sporto mokykloje pagal Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro patvirtintas rekomendacijas bus reglamentuotas vykdomų sporto šakų ar disciplinų grupių sudarymas, sportinių pasiekimų vertinimas bei numatyti kiti ugdymo ypatumai, tuo siekiant ugdymo kokybės.

5. Kokie šios srities aktai tebegalioja ir kokius galiojančius aktus būtina pakeisti, papildyti ar pripažinti netekusiais galios, priėmus teikiamą sprendimo projektą.

Pagal Aprašo nuostatas reikės koreguoti Šilalės rajono savivaldybės tarybos 2022 m. rugsėjo 29 d. sprendimu Nr.T1-224 „Dėl mokinių priėmimo į Šilalės sporto mokyklą tvarkos aprašo patvirtinimo“ patvirtintą Mokinių priėmimo į Šilalės sporto mokyklą tvarkos aprašą.

Švietimo, kultūros ir sporto skyriaus vyr. specialistė

A. Žąsytienė

ŠILALĖS SPORTO MOKYKLOS SPORTINIO UGDYMO ORGANIZAVIMO TVARKOS APRAŠAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Šilalės sporto mokyklos sportinio ugdymo organizavimo tvarkos aprašas (toliau – Aprašas) nustato Šilalės sporto mokyklos, įgyvendinančios neformaliojo sportinio ugdymo programas ir formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programas, ugdymo organizavimą.

2. Aprašas parengtas vadovaujantis Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. rugsėjo 4 d. įsakymu Nr. V-976 „Dėl Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijų tvirtinimo“ patvirtintomis sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis ir kitais teisės aktais.

3. Apraše apibrėžtas sportinio ugdymo grupių sudarymas, ugdytinių sportinių pasiekimų vertinimas, sportinio ugdymo trukmė ir apimtis, sportinio ugdymo plano rengimas ir derinimas bei nurodomi kiti sportinio ugdymo ypatumai.

4. Apraše vartojamos sąvokos:

4.1. **Formalųjį švietimą papildančio sportinio ugdymo programa** (toliau – sportinio ugdymo) – atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programa, kuria siekiama suteikti ir sistemingai gilinti mokinio pasirinktos sporto šakos žinias, ugdyti gebėjimus ir formuoti įgūdžius, plėtoti sporto ir bendrąsias kompetencijas, siekti aukšto sportinio meistriško pradinio rengimo, meistriško ugdymo, meistriško tobulinimo etapai.

4.2. **Neformaliojo sportinio ugdymo programa** (toliau – neformaliojo ugdymo) – programa, kuria siekiama ugdyti mokinio gyvenimo įgūdžius, asmenines, socialines ir kitas bendrąsias kompetencijas panaudojant sportą kaip priemonę.

4.3. **Meistriško pakopa** – asmens sportinio meistriško lygį pagal sporto varžybose užimtą vietą arba pasiektą rezultatą apibrėžiančių rodiklių grupė (toliau – MP).

4.4. **Sportinio ugdymo planas** – įstaigos ar organizacijos vykdomų sportinio ugdymo programų įgyvendinimo aprašas.

4.5. **Sporto šakos disciplina** – atitinkamos tarptautinės sporto (šakos) federacijos išskirta sporto šakos dalis, kuri apima vieną arba keletą tos sporto šakos rungčių.

5. Kitos Apraše vartojamos sąvokos atitinka Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme, Lietuvos Respublikos sporto įstatyme ir kituose švietimą, fizinį aktyvumą ir sportą reglamentuojančiuose teisės aktuose vartojamas sąvokas.

II SKYRIUS SPORTINIO UGDYMO GRUPIŲ SUDARYMAS

6. Sportinio ugdymo grupės sudaromos mokslo metams nuo rugpjūčio 20 d. iki rugsėjo 15 d. (I etapas) ir nuo vasario 1 d. iki vasario 28 d. (II etapas) pagal asmens užimtą vietą arba pasiektą rezultatą varžybose, vadovaujantis Sportinio ugdymo grupių sudarymo rodikliais pagal sporto šakas (priedas) (toliau – Aprašo priedas).

7. Meistriško rodikliai vertinami vadovaujantis sporto (šakų) federacijų ir kitų organizacijų vykdomų varžybų protokolų duomenimis.

8. Sudarant sportinio ugdymo atskirų sporto šakų programų meistriško ugdymo arba meistriško tobulinimo etapo ugdymo grupę, vietoje vieno Aprašo priede nurodyto asmens į grupę gali būti įtraukti 2 viena pakopa žemesnės meistriško pakopos rodiklius atitinkantys asmenys.

9. Jeigu jaunesnio amžiaus asmuo atitinka Aprašo priede nurodytos aukštesnės meistriško pakopos rodiklius, jis gali būti įtrauktas į vyresnio amžiaus sportinio ugdymo grupę.

10. Sportinio ugdymo grupė gali būti sudaryta iš vienos lyties asmenų arba būti mišri.

11. Įgyvendinant neformaliojo asmenų sportinio ugdymo programas, minimalus sportinio ugdymo grupės asmenų skaičius nurodytas Aprašo priede.

12. Nustačius, kad sportinio ar neformaliojo ugdymo grupės užsiėmimus lanko mažiau kaip 2/3 nustatyto grupės asmenų skaičiaus, mokymo grupė laikoma nesukomplektuota. Naujos sportinio ugdymo grupės sudarymas gali trukti ne ilgiau kaip 1 mėnesį. Nepavykus sukomplektuoti reikiamo parengtumo grupės, įstaigos vadovo įsakymu komplektuojama tos sporto šakos neformaliojo ugdymo grupė arba ugdymo grupė yra naikinama. Neformaliojo asmenų sportinio ugdymo grupių sudarymo procesas gali vykti nuolat.

III SKYRIUS

ASMENŲ SPORTINIŲ PASIEKIMŲ VERTINIMAS

13. Pagal sportinio ugdymo programas ugdomų asmenų sportiniai pasiekimai vertinami sportinio sezono pradžioje, sudarant sportinio ugdymo grupes, mokslo metų pabaigoje ir, esant poreikiui, bet kuriuo sportinio sezono metu.

14. Pagal neformaliojo sportinio ugdymo programas ugdomų asmenų sportinių pasiekimų vertinimas atliekamas vadovaujantis Aprašo priede nustatytais meistriško rodikliais.

15. Aprašo priede nurodyti meistriško rodikliai, pasiekti olimpinėse žaidynėse, pasaulio ir Europos čempionatuose, galioja 5 metus nuo pasiekimo dienos; tarptautinėse suaugusiųjų, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių aukšto meistriško sporto varžybose, Lietuvos Respublikos suaugusiųjų, jaunimo ir jaunių amžiaus grupių čempionatų varžybose – 3 metus nuo pasiekimo dienos, kitose varžybose – 2 metus nuo pasiekimo dienos.

16. Sportinio ugdymo grupės asmeniui metų laikotarpiu netekus turėtų ar neįvykdžius MP keliamų reikalavimų, Sporto mokyklos vadovas gali sumažinti ugdymui skiriamų kontaktinių valandų skaičių, palikdamas ugdymo grupę tuose pačiuose ugdymo metuose vienus mokymo metus.

17. Sportinio ir neformaliojo ugdymo žaidimų grupėms metų laikotarpiu laimėjus 14 rungtynių, stalo teniso 18 pergalių prieš bet kokias komandas ar sportininkus, įstaigos vadovas gali papildomai skirti 2 kontaktines valandas per savaitę. Iki 4 kontaktinių valandų per savaitę – už iškovotas 8 pergales Lietuvos Respublikos čempionatuose, žaidynėse, tarptautinėse varžybose (kai dalyvauja ne mažiau kaip 3 valstybių atstovai).

18. Asmenims, lankiusiems sportinio ugdymo programoje nustatytą valandų skaičių ir įvykdžiusiems MP rodiklius, įteikiamas Neformaliojo vaikų švietimo pažymėjimas pagal Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro nustatytą tvarką.

IV SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO TRUKMĖ IR APIMTIS

19. Sportinio ugdymo programų pradinio rengimo etapas per metus trunka 44 savaites, meistriško ugdymo etapas – 46 savaites, meistriško tobulinimo – 48 savaites, neformaliojo ugdymo – 44 savaites.

20. Treneriams vienai kontaktinei ugdymo valandai pasirengti turi būti numatyta 15 minučių, kurios įskaitomos į trenerio darbo laiką.

21. Sportinio ugdymo grupėms skiriamų kontaktinių ugdymo valandų skaičius per savaitę nuodytas Aprašo sporto šakos priede.

22. Sportinio ugdymo grupių individualių sporto šakų asmenims varžybų dienų skaičius per metus pradinio rengimo etape turėtų būti ne mažesnis kaip 4 varžybų dienos, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų; meistriško ugdymo etape – individualių sporto šakų asmenims varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 10 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 20 varžybų dienų; meistriško tobulinimo

etape – individualių sporto šakų asmenims varžybų dienų skaičius per metus turėtų būti ne mažesnis kaip 15 varžybų dienų, sportinių žaidimų šakų asmenims – ne mažesnis kaip 30 varžybų dienų.

23. Sportinio ugdymo programų grupių asmenims rekomenduojamas mokomųjų sporto stovyklų skaičius pradinio rengimo etape yra ne mažiau kaip trys 8–10 dienų stovyklos per metus, meistriškumo ugdymo etape – ne mažiau kaip keturios 10–12 dienų stovyklos per metus, meistriškumo tobulinimo etape – ne mažiau kaip keturios 10–14 dienų stovyklos per metus.

24. Neformalusis asmenų sportinis ugdymas vykdomas ne rečiau kaip 2 kartus per savaitę (ne mažiau kaip 4 akademinės ugdymo valandas per savaitę).

V SKYRIUS

SPORTINIO UGDYMO PLANŲ RENGIMAS IR DERINIMAS

25. Sportinio ugdymo planas, rengiamas vadovaujantis Aprašu ir kitais švietimą, fizinį ugdymą ir sportą reglamentuojančiais teisės aktais, vieneriems arba dvejiems mokslo metams, nurodant ugdymo pradžią, pabaigą ir apima visas įstaigos sportinio ugdymo programas.

26. Rengiant sportinio ugdymo planą atsižvelgiama į fizinio ugdymo ir sporto mokslininkų, trenerių, neformaliojo ugdymo specialistų, sportininkų ir sportuojančių asmenų ugdymui skirtus metodinius ir mokslinius darbus.

27. Sportinio ugdymo plane nurodoma:

27.1. įstaigos tikslai ir uždaviniai, tikslų ir uždavinių įgyvendinimo vertinimo kriterijai;

27.2. įstaigos sportinio ugdymo programų tikslai ir uždaviniai, tikslų ir uždavinių įgyvendinimo vertinimo kriterijai;

27.3. sportinio ugdymo (grupinio ir (arba) pavienio) organizavimo formos, veiklos (treniruotės, fizinio aktyvumo ir aukšto meistriškumo sporto pratybos, užsiėmimai, stovyklos, varžybos, projektai ir kt.) ir veiklų trukmė, fizinė aplinka (pastatai, patalpos, teritorija, sporto salės, maniežai, aikštynai ir kt.) ugdymo ir ugdymosi priemonės (įranga, inventorius ir kt.);

27.4. sportinio ugdymo atskirų sporto šakų ir (arba) sporto šakų disciplinų programoms įgyvendinti ugdytojams skiriamų papildomų akademinėjų valandų pasirengimui fizinio aktyvumo ir aukšto meistriškumo sporto pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje;

27.5. sportinio ugdymo programoms įgyvendinti varžyboms, stovykloms ir kitoms veikloms skiriamų ugdymo valandų skaičius;

27.6. asmenų sportinių pasiekimų vertinimo būdai, laikotarpiai ir kriterijai;

27.7. asmenų sportinio ugdymo sąlygos juos ugdantiems asmenims išvykus į stovyklą ar varžybas su vienu ar keliais ugdymo grupės asmenimis.

28. Rengiant sportinio ugdymo planą turi būti atsižvelgiama į:

28.1. trenerių kvalifikaciją;

28.2. ugdomų asmenų specialiuosius poreikius;

28.3. ugdymo grupių specifinius poreikius;

28.4. sportinio ugdymo programų įgyvendinimo laiką ir trukmę ir į tai, kad sportinio ugdymo procesas gali vykti darbo dienomis po pamokų, poilsio ir švenčių dienomis ir per asmenų atostogas;

28.5. sporto šakos, kurią kultivuojant vykdomas sportinis ugdymas, sporto varžybų kalendorių, patvirtintą atitinkamos sporto šakos nacionalinės sporto (šakos) federacijos ir tarptautinės sporto šakos federacijos;

28.6. daugiamečę konkrečios sporto šakos struktūrą, kurią sudaro ilgalaikė (8 ir daugiau metų) sportinio ugdymo grandžių tvarka, nuoseklumas ir tarpusavio ryšys. Daugiamečį sportinio ugdymo procesą sudaro keturmečiai, dvimečiai ir metiniai ciklai (parengiamasis, varžybų, pereinamasis ir kt.), etapai (pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo ir kt.), mezociklai, mikrociklai, varžybos, darbingumo atgavimo dienos, fizinio aktyvumo pratybos, šių pratybų dalys, pratimai.

29. Sportinio ugdymo plano rengimą organizuoja įstaigos vadovas arba jo įgaliotas asmuo. Sportinio ugdymo plano projektas derinamas su Šilalės rajono savivaldybės meru. Sportinio ugdymo planas įstaigos vadovo turi būti patvirtintas iki sportinio ugdymo proceso pradžios.

30. Įstaiga neprivalo kasmet atnaujinti sprendimo dėl sportinio ugdymo organizavimo, jeigu jis atitinka Apraše nustatytus reikalavimus ir įstaigos iškeltus tikslus ir uždavinius.

VI. SPORTINIO UGDYMO YPATUMAI

31. Ugdyti priimami asmenys prieš pradėdami lankyti fizinio aktyvumo ar aukšto meistriškumo sporto pratybas turi būti pasitikrinę sveikatą asmens sveikatos priežiūros įstaigose ir pristatyti pažymą, kad yra sveiki ir gali treniruotis.

32. Fizinio aktyvumo ar aukšto meistriškumo sporto pratybas lankantys ir (ar) sporto varžybose dalyvaujantys asmenys privalo periodiškai tikrintis sveikatą asmens sveikatos priežiūros įstaigose. Sveikatos tikrinimo reikalavimus asmenims, periodiškumą ir tvarką nustato sveikatos apsaugos ministras.

33. Sportinio ugdymo metu dėl traumos ar ligos (esant asmens sveikatos priežiūros įstaigos pažymai) pradinio rengimo etapo ugdymo grupėje asmenų skaičius gali sumažėti 3 asmenimis, meistriškumo ugdymo etapo ugdymo grupėje – 2 asmenimis, o meistriškumo tobulinimo etapo ugdymo grupėje – 1 asmeniu.

34. Vietoje į sportininkų ugdymo įstaigą mokytis pagal specializuoto sportinio ugdymo krypties programą išvykusių asmenų į sportinio ugdymo grupę gali būti įtraukti Aprašo prieduose nurodyti žemesnės meistriškumo pakopos rodiklius atitinkantys asmenys arba asmenys be meistriškumo pakopos rodiklių.

35. Dviračių sporto šakos sportinių grupių asmenys turi būti supažindinti su kelių eismo taisyklėmis.

VI SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

36. Už šio Aprašo įgyvendinimą atsako įstaigos vadovas.

37. Aprašo įgyvendinimo priežiūrą vykdo Šilalės rajono savivaldybės administracijos Švietimo, kultūros ir sporto skyrius.

DETALŪS METADUOMENYS	
Dokumento sudarytojas (-ai)	Šilalės rajono savivaldybė
Dokumento pavadinimas (antraštė)	Dėl Šilalės sporto mokyklos sportinio ugdymo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo
Dokumento registracijos data ir numeris	2024-06-11 Nr. T25-171
Dokumento gavimo data ir dokumento gavimo registracijos numeris	-
Dokumento specifikacijos identifikavimo žymuo	ADOC-V1.0
Parašo paskirtis	Registravimas
Parašą sukūrusio asmens vardas, pavardė ir pareigos	Geda Kačinauskienė Vyriausiasis specialistas
Parašo sukūrimo data ir laikas	2024-06-11 14:26
Parašo formatas	Einamojo galiojimo (XAdES-EPES)
Laiko žymoje nurodytas laikas	
Informacija apie sertifikavimo paslaugų teikėją	ADIC CA-A
Sertifikato galiojimo laikas	2022-11-09 09:48 - 2025-11-08 09:48
Informacija apie būdus, naudotus metaduomenų vientisumui užtikrinti	-
Pagrindinio dokumento priedų skaičius	3
Pagrindinio dokumento pridedamų dokumentų skaičius	0
Priedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Priedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	Šilalės sporto m. sportinio ugd. aprašo priedas.docx
Priedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Priedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Priedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	Sportinio ugd. aprašo a. raštas.docx
Priedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Priedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Priedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	Aprašas (koreguotas 1).docx
Priedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Programinės įrangos, kuria naudojantis sudarytas elektroninis dokumentas, pavadinimas	Elpako v.20240610.1
Informacija apie elektroninio dokumento ir elektroninio (-ių) parašo (-ų) tikrinimą (tikrinimo data)	Tikrinant dokumentą nenustatyta jokių klaidų (2024-06-12)
Elektroninio dokumento nuorašo atspausdinimo data ir ją atspausdinęs darbuotojas	2024-06-12 nuorašą suformavo Geda Kačinauskienė
Paieškos nuoroda	-
Papildomi metaduomenys	-