



Virtinu:

Kauno sporto mokyklos „Startas“

Direktorius Mantas Raila

**KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS ADMINISTRACIJA
SPORTO SKYRIAUS
KAUNO SPORTO MOKYKLA „STARTAS“
GIMNASTIKOS PADALINYS**

**GIMNASTIKOS
SPORTINIO UGDYMO PROGRAMA
2020-2021 m. m.**

**Gimnastikos padalinio vedėja Rita Naujokienė
Tel. +370 694 51860
El. paštas gimnastika@smstartas.lt**

1. Anotacija

Sportinio ugdymo programa suteikia ir sistemingai gilina ugdytinio pasirinktos sporto šakos žinias, ugdo gebėjimus ir formuoja įgūdžius, plėtoja sporto bendrąsias ir dalykines kompetencijas didelio meistriškumo, pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo, didelio meistriškumo etapais.

Programa skirta ugdytiniams nuo 4 m. iki 18 m. (ir vyresniems) amžiaus, norintiems išstiekti save ir įgyti žinių apie gimnastikos sporto šaką, ugdyti šios sporto šakos įgūdžius ir stiprinti bendrąsias kompetencijas. Programos trukmė priklausomai nuo ugdymo pakopos svyruoja nuo 2 iki 5 ugdymo metų. Užsiėmimų dažnumas priklausomai nuo meistriškumo ir gali svyruoti nuo 2 iki 6 kartų per savaitę. Programą gali lankyti vis išlaikę stojamųjų egzaminų testus norintys vaikai, pateikę raštišką tėvų sutikimą ir sveikatos įstaigos pažymą. Ugdymas organizuojamas mokymo grupėms ar individualiai. Vieną ar kitą mokymo turinio dalį, jo trukmę (valandomis) treneris pasirenka atsižvelgdamas į sportininkų meistriškumo lygį, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus ir t.t. Programoje: gimnastikos teorijos pagrindai, sporto praktika, varžybinė veikla. Vidutinis ugdytinių skaičius grupėje svyruoja nuo 12 (pradiniame rengime) iki 2 (didelio meistriškumo). Programoje numatytos aktyvios veiklos, vyrauja praktiniai ugdymo metodai, kurie leis ugdyti ir lavinti praktinius įgūdžius bei gebėjimus. Baigę pradinio ugdymo pakopą ir įvykdę numatytus pažangos vertinimo rodiklius vaikai turės galimybę tęsti ugdymą sportinio meistriškumo, o vėliau ir sportinio tobulumo ugdymo pakopose.

2. Programos kryptis

Sportas kodas 5 (*Pagal Neformaliojo vaikų švietimo kryptių klasifikatorių*

Patvirtinta Lietuvos respublikos švietimo ir mokslo ministro 2010 m. kovo 29 d. įsakymu Nr. V442)

3. Programos ugdymo pakraipa

Gimnastika kodas 552 (*Pagal Neformaliojo vaikų švietimo kryptių klasifikatorių*

Patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2012 m. rugpjūčio 17 d. įsakymu Nr. VI-102)

4. Tikslas

Programos tikslas – atsižvelgti į sporto šakos ypatumus, vaiko amžių sistemiškai plėsti vaiko pasirinktos ugdymo srities žinias, stiprinti gebėjimus ir įgūdžius bei suteikti sportuojančiam vaikui bendrųjų ir dalykinių kompetencijų. Siekti sportinių rezultatų.

Pradinio rengimo grupių (1 metų) tikslas – atrinkti vaikus, ir sistemingai plėsti vaiko pasirinktos sporto šakos žinias, stiprinti bendruosius gebėjimus ir įgūdžius, stiprinti bendrąjį ir specialųjį fizinį pasirengimą, formuoti bazinius sportinius įgūdžius, kurie gali būti pagrindu įvairiose sporto šakose.

Pradinio rengimo grupių (2 metų) tikslas – sistemingai plėsti vaiko pasirinktos sporto šakos žinias, stiprinti gebėjimus ir įgūdžius, suteikti bendrųjų ir dalykinių kompetencijų bei dalyvauti varžybose pagal numatytus sporto šakų varžybų kalendorius.

Meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo ir didelio meistriškumo grupių – tikslas – sistemingai dalyvauti varžybose ir siekti rezultatų pagal numatytos sporto šakų varžybų kalendorių.

5. Uždaviniai:

1. Užtikrinti pasirinktos sporto šakos (sportinės, meninės gimnastikos) ugdymo turinį, metodus ir priemones suteikti galimybes tobulėti, nekenkti sveikatai.

2. Plėtoti sportuojančiųjų gebėjimus pasirinktos sporto šakos raiškos įgūdžius.

6. Programos dermė

Gimnastikos sporto šakos ugdymo programa, jos tikslai, uždaviniai ir principai dėl savo specifikos dera su kitų sporto šakų programomis.

7. Programos apimtis, branduolio dalykai ir jiems skiriamos valandos

Privalomas ugdymo branduolio turinio dalis sudaro šie dalykai:

- Bendras fizinis (atletinis) parengimas
- Specialusis fizinis (atletinis) parengimas
- Sporto šakos technikos mokymas (kūno technikos, technikos su įrankiu, ant prietaisų mokymas, choreografinis rengimas).
- Sporto šakos taktikos mokymas
- Teorinis rengimas
- Psichologinis rengimas
- Varžybinis-integralusis rengimas
- Kontrolė (etapinė, einamoji, greitoji, visapusiška)

Ugdymo turinio sudėtis ir paskirstymas valandomis gali varijuoti priklausomai nuo rengimo etapo bei gimnastikos pakraipos. 1–2 lentelėse pateikta meninės ir sportinės gimnastikos sporto šakų sportininkų rengimo apimtys (metais, kontaktinėmis valandomis bei ugdytinių skaičiumi grupėse). 3-4 lentelėse pateikta meninės ir sportinės gimnastikos planuojamų grupių, ugdytinių ir darbo valandų savaitėje skaičius 2020-2021 m.m.

Sportinės gimnastikos ugdymo trukmė metais (žr.1 lentelę):p

Pradinio rengimo grupės – 1-2 metai.

Meistriškumo ugdymo grupės – 1-5 metai.

Meistriškumo tobulinimo grupės- 1-3 metai.

Didelio meistriškumo grupės – 2 metai

1 lentelė. Sportinės gimnastikos sportininkų ugdymo trukmė pagal skirtingas rengimo grupes.

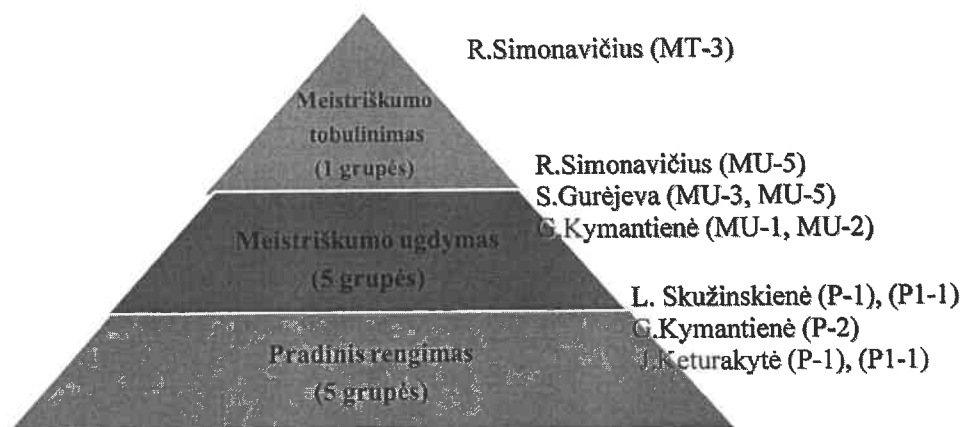
Ugdymo pakopa	Ugdymo metai	Ugdytinių amžius (mergaitės)	Ugdytinių amžius (berniukai)	Ugdytinių skaičius grupėje	Sportinio ugdymo valandų skaičius per savaitę
Pradinio rengimo	1	iki 8	iki 8	12	6
	2	iki 9	iki 9	10	8
Meistriškumo ugdymo	1	7-9	7-9	9	10
	2	8-9	8-9	8	12
	3	9-10	9-10	7	14
	4	10-11	10-12	6	16
	5	11-12	11-13	6	18
Meistriškumo tobulinimo	1	12-15	13-17	6	22
	2	13-16	14-18	5	27
	3	13 ir vyresnės	14 ir vyresni	4	32
Didelio meistriškumo	-	13 ir vyresnės	15 ir vyresni	2	34
	-	13 ir vyresnės	15 ir vyresni	2	36

3 lentelė. Sportinėje gimnastikoje planuojama grupių, ugdytinių ir darbo valandų savaitėje skaičius.

Sporto šaka	Grupių skaičius	Ugdytinių skaičius grupėje	Valandų savaitėje skaičius
Pradinio rengimo	9	104	
Meistriškumo ugdymo	8	69	
Meistriškumo tobulinimo	3	16	
Didelio meistriškumo	-	-	
Viso:	20	195	260

Sportinėje gimnastikoje ugdymo procesas vyksta piramidės principu gabūs ir talentingi vaikai yra perkeliama (perduodami) į aukštesnio meistriškumo ugdymo (MU) ir meistriškumo tobulinimo grupes (MT).

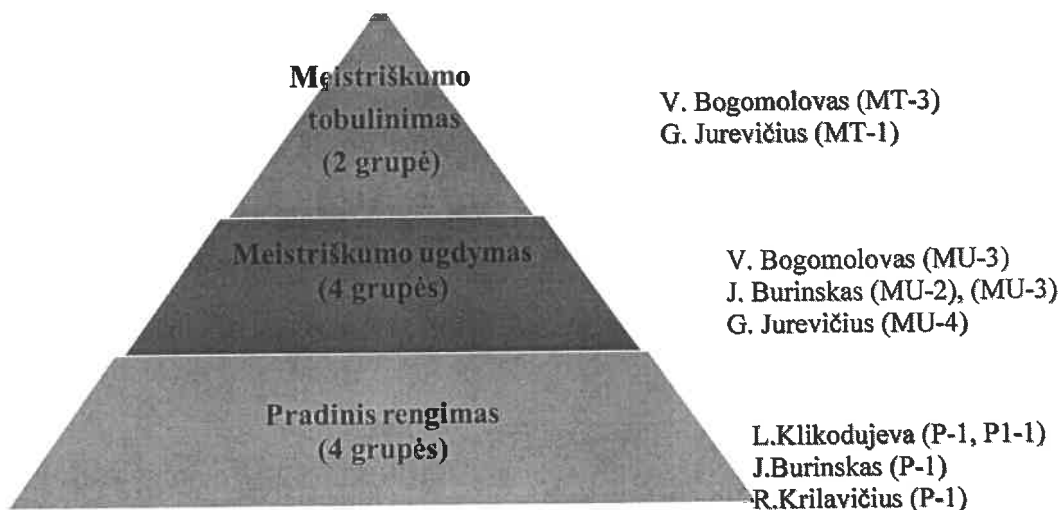
MOTERŲ SPORTINĖJE GIMNASTIKOJE TRENERIŲ PASISKIRSTYMAS PAGAL GRUPES



Moterų sportinėje gimnastikoje dirba 5 treneriai ir 1 meninio ugdymo pedagogė (choreografė) Z.Kliukevičienė

Vaiko auginimo atostogose: R.Baltramaitienė ir A.Šimbelienė

VYRŲ SPORTINĖS GIMNASTIKOS TRENERIŲ PASISKIRSTYMAS PAGAL GRUPES



Vyrų sportinėje gimnastikoje dirba 5 treneriai ir 1 meninio ugdymo pedagogė (choreografė) V. Šatkienė.

Meninės gimnastikos ugdymo trukmė metais (žr.2 lentelę):

Pradinio rengimo grupės – 1-2 metai.

Meistriškumo ugdymo grupės – 1-5 metai.

Meistriškumo tobulinimo grupės- 1-3 metai.

Didelio meistriškumo grupės – 2 metai

2 lentelė Meninės gimnastikos sportininkų ugdymo trukmė pagal skirtingas rengimo grupes

Ugdymo pakopa	Ugdymo metai	Ugdytinių amžius (mergaitės)	Ugdytinių amžius (berniukai)	Ugdytinių skaičius grupėje	Sportinio ugdymo valandų skaičius per savaitę
Pradinio rengimo	1	Iki 8	-	12	7
	2	Iki 9		10	8
Meistriškumo ugdymo	1	8-11		9	12
	2	9-12		8	14
	3	10-14		7	17
	4	11-15		6	20
	5	12-16		5	24
Meistriškumo tobulinimo	1	13-16		5	27
	2	14-17		4	29
	3	14-18		4	30
Didelio meistriškumo	-	16 ir vyresni		2	32
	-	16 ir vyresni		2	36

4 lentelė. Meninėje gimnastikoje planuojama grupių, ugdytinių ir darbo valandų savaitėje skaičius.

Sporto šaka	Grupių skaičius	Ugdytinių skaičius grupėje	Valandų savaitėje skaičius
Pradinio rengimo	7	80	
Meistriškumo ugdymo	4	40	
Meistriškumo tobulinimo	2	14	
Didelio meistriškumo	-	-	
Viso:	13	134	178

Programos turinio skirtybės pagal ugdymo pakopas:

- pradinio pasirengimo etape siekiama sudominti gimnastikos sporto šaka, mokoma pagrindinių kūno judesių, veiksmų su įrankių ar ant prietaisų technikos, įsisavinami pagrindiniai elementai (A, B, C), pratimai be įrankio (laisvieji pratimai) ir su lengvesniais įrankiais (lanku, šokdyne, kamuoliu) ar ant lengvesnių/pažemintų prietaisų, lavinama koordinacija, lankstumas, dalyvauti masiniuose pasirodymuose. Šiame etape stiprinamas bendrasis ir specialusis fizinis pajėgumas, kuris gali būti pagrindu ne tik gimnastikos sporto šakose, bet ir kitose, pvz. futbole, plaukime, šokiuose, tinklinyje, lengvojoje atletikoje ir kt.;

- meistriškumo ugdymo etape treneris turi motyvuoti sportininkus siekti aukščiausių gimnastikos rezultatų, sportininkai pradeda dalyvauti nacionalinio ir tarptautinio lygio varžybose, formuojamas sudėtingų kūno judesių ir veiksmų su įrankiu, ant prietaisų įgūdžiai, specializuojamasi individualioms ar grupinių pratimų programoms, tobulinama varžybų taktinis ir psichologinis parengtumas, ieškoma individualaus atlikimo stiliaus, tobulinamas artistinis meistriškumas ir gimnastikos stilius, siekiama išlaikyti judamųjų gebėjimų reikalingą lygį ir vystyti silpnai išugdytus gebėjimus optimizuojami visi fiziniai lankstumo ir koordinacijos gebėjimai, tobulinamos atitinkamo sudėtingumo varžybinės kompozicijos;

- meistriškumo tobulinimo bei didelio meistriškumo etape siekiama stabilizuoti aukščiausiuosius rezultatus, tobulinti varžybų kompozicijas, didinti sudėtingų kūno veiksmų ir veiksmų su įrankių ant prietaisų įgūdžius, tobulinti individualųjį stilių, išlaikyti judamųjų gebėjimų reikalingą lygį ir vystyti silpnai išugdytus gebėjimus, tobulinti psichologinį parengtumą varžyboms, tobulinti varžybų taktiką.

Ugdymo programos įgyvendinimo vertinimas atliekamas pagal sportinio ugdymo rekomendacijose nustatytus meistriškumo pakopų rodiklius ir atsižvelgiant į šiuos kriterijus: grupės ugdytinių kaita, lankomumas, ugdytinių perdavimas į aukštesnio meistriškumo ugdymo grupes.

Pagrindinės sportininkų ugdymo formos yra šios: teorinis ir praktinis mokymas. Praktinis mokymas vyksta SMS sporto bazėje, nuomojamose patalpose, sporto stovyklose ir dalyvavime sporto varžybose.

Teorinis mokymas apima bendruosius kūno kultūros, sveikos gyvensenos, racionalios dienotvarkės, mitybos reikalavimus, asmens higienos taisykles ir savisekos principus, elgesio ir kultūros žinias; fizinių pratimų įtakos atskirų organų ir sistemų veiklai, bendrųjų treniruotės dėsningumą, sporto šakos technikos elementų, taktinių gudrybių panaudojimo žinias, sporto varžybų taisyklių nagrinėjimą ir suvokimą.

Teorinio mokymo ir sporto pratybų minimali trukmė -1 akademinė valanda (45 min.). Trenerio nekontaktiniam darbui (pasirengimo treniruotėms, pratyboms ir t.t. galima skirti 15 min. prieš ir po kiekvienos treniruotės.

Teorinis mokymas organizuojamas ne tik sporto bazėje, nuomojamose patalpose bet ir stovyklose, organizuojant išvykas į renginius (pvz. Operos ir baletu teatrą, muzikinį teatrą, sporto muziejų ir kt.). Taip pat organizuojami seminarai, ekskursijos, teorinių žinių apie teisėjimą, varžybas patikrinimas, įvairūs testai, viktorinos.

Praktinis mokymas apima:

- atletinį rengimą (bendrojo pajėgumo didinimas, specialiųjų gebėjimų, būtinų sėkmingam pratimų su įrankiu ar ant prietaisų įsisavinimui, rengimas didelio

intensyvumo ir apimties krūviams, nepageidautinų (nepalankių) pasekmių profilaktika ir atsigavimas);

- techninį (pratimų be įrankių įsisavinimo technika, pratimų su įrankių ir ant prietaisų įsisavinimo technika, klasikinio, istorinio-buitinio, liaudies ir šiuolaikinio šokio elementų įsisavinimas, muzikinių gebėjimų lavinimas, muzikinio raštingumo įsisavinimas; varžybinių pratimų sudarymas ir tobulinimas);
- taktinį (varžybinės programos parengimas, jėgų paskirstymas, veiksmų taktikos parengimas, varžybinės programos parengimas, gimnasčių veiksmų parinkimas, išdėstymas ir tobulinimas, komandos formavimas, komandos ir asmeninių tikslų nustatymas, pasirodymų eiliškumo sudarymas);
- psichologinį (psichologinis švietimas, lavinimas ir mokymas, reikšmingų motyvų ir palankaus nusiteikimo rengimo krūviams ir reikalavimams formavimas, „kovinės parengties“ ir gebėjimo susikaupti bei susitelkti formavimas);
- varžybinių integralųjų sportininko rengimą (varžybinės patirties įgavimas, prisitaikymo prie varžybinio streso ir pasirodymo patikimumo gerinimas);
- teorinis rengimas (specialių žinių sistemos apie sporto šakos rūšį, analizavimas).

Sportinio ugdymo proceso pradžia – spalio 1 d. Sportininko ugdymas trunka atitinkamą savaičių skaičių per metus (pagal sportininko amžiaus tarpsnį):

Pradinio rengimo grupėms - 44 savaitės, meistriško ugdymo grupėms - 46 savaitės, meistriško tobulinimo ir didelio meistriško grupėms – 48 savaitės.

Ugdymo proceso metu įgyti mokėjimai ir įgūdžiai realizuojami per sporto varžybas. Sportinio ugdymo grupių gimnastikos sporto šakų, ugdytiniams varžybų skaičius per metus *pradinio rengimo etape* ne mažiau, kaip 4 varžybų dienos, *meistriško ugdymo etape* ne mažiau kaip 10 varžybų dienų, meistriško tobulinimo etape ne mažesnis kaip 15 varžybų dienų skaičius per metus, didelio meistriško etape ne mažiau 20 varžybų dienų.

Ugdytiniams rekomenduojamas 1- 2 mokomosios sporto stovyklos pradinio rengimo etape 7-10 dienų trukmės per metus, meistriško ugdymo tobulinimo ir didelio meistriško etapuose 2-4 stovyklos 7-12 dienų trukmės per metus.

Gimnastikos sporto pratyboms galima skirti ne daugiau 30 proc. valandų per savaitę – choreografijai.

8. Laisvai pasirenkami dalykai

Laisvai pasirenkami dalykai, ugdytiniui nėra privalomi, juos sudaro šie dalykai:

- Vasaros poilsio – sporto stovyklos
- teisėjavimas ir varžybų organizavimo praktika
- dalyvavimas parodomuosiuose programose ir kituose masiniuose renginiuose.

9. Programoje taikomi ugdymo metodai (veiklos būdai):

Teoriniam ir praktiniam ugdymui taikomi metodai:

Žodiniai : aiškinimas, pasakojimas, analizavimas, aptarimas.

Vaizdiniai: veiksmo technikos rodymas, vaizdo įrašo rodymas, taktikos situacijos rodymas, klaidų analizė.

Praktiniai: kartojimo, intervalinis, pakaitinis, žaidimo, varžybų, pratimų kombinacijų, kombinuotų pratimų, situacijų.

Klaidų nustatymo ir taisymo: nustatytų klaidų priežasčių analizavimas ir ieškoma sprendimo būdų jų šalinimui.

Organizavimo: individualusis, grupinis, frontalusis, srautinis (ratu), savarankiškas, kombinuotų ir įtemptų situacijų.

Žinių mokėjimų ir įgūdžių tikrinimo ir vertinimo: parengiamoji, einamoji, suvestinė.

10. Ugdomos kompetencijos

Ugdyti bendrąsias kompetencijas

Komunikacija ir socialinė integracija:

- ugdyti įgūdžius, vertybes, sąžiningumą ir kilnų elgesį sporte,
- ugdytis ir puoselėti olimpinės sporto vertybes.

Lyderystės ir bendradarbiavimo:

- ugdyti lyderiavimo savybes
- dalyvauti komandinėje veikloje
- gebėti objektyviai vertinti ugdytinio galias sportinėje veikloje išlaikant savigarbą ir pasitikėjimą

Nuolatinio tobulėjimo sportinėje veikloje:

- sistemingai planuoti, tobulinti ir įvertinti ugdytinio sportinės veiklos privalumus ir trūkumus
- ugdyti bendražmogiškąsias vertybes: toleranciją, atsakomybę, teisingumą, lygiateisiškumą

Ugdyti dalykines kompetencijas

Fizinio pajėgumo bei fizinio aktyvumo:

- nuolat lavinti bei tobulinti ugdytinio fizinės ypatybės, jas kritiškai vertinti
- ugdyti sveikatą stiprinančio, visą gyvenimą trunkančio fizinio aktyvumo įgūdžius

Kūno technikos valdymo:

- gebėti išlaikyti statinę ir dinaminę pusiausvyrą
- gebėti atlikti įvairaus sudėtingumo, koordinacijos reikalaujančius judesius, besikeičiančioje aplinkoje
- gebėti atlikti įvairaus sudėtingumo choreografinius junginius prie atramos ir aikštelėje

Įrankių technikos bei pratimų ant prietaisų valdymo:

- gebėti atlikti sudėtingus pratimus su įvairiais gimnastikos įrankiais, derinti juos su sudėtingais kūno technikos veiksmais
- gebėti atlikti sudėtingus pratimus ant įvairių gimnastikos prietaisų, derinti juos su sudėtingais kūno technikos veiksmais

Muzikinių–ritminių bei estetinių gebėjimų:

- ugdyti muzikinius–ritminius gebėjimus
- ugdyti ritmo pojūtį
- ugdyti meninį, estetinį supratimą apie judesio grožį, plastiką, eleganciją

11. Pažangos vertinimas

Apibendrinamojo vertinimo – vertinimas taikomas orientuojantis į ugdymo(si) laikotarpio pradžioje numatytus ugdymo(si) tikslus, apibendrina diagnostinio, formuojamojo vertinimo rezultatus. Apibendrinamojo vertinimo informacija naudojasi treneris, skirdamas sportininką į aukštesnę ugdymo grupę ar vertindamas savo pedagoginę veiklą. Pagrindiniai apibendrinamojo vertinimo metodai – ugdymosi rezultatų ir pažangos suvestinė (kontroliniai normatyvai, dalyvavimas varžybose ir pasiektas rezultatas (tikslas) bei įgytos kompetencijos.

Ugdytinių sportiniai pasiekimai vertinami mokslo metų pradžioje sudarant sportinio ugdymo grupes, mokslo metų pabaigoje ir esant poreikiui mokslo metų eigoje. Ugdytinių sportinių pasiekimų vertinimas atliekamas vadovaujantis sportininkų meistriškumo pakopų rodikliais pagal užimtas vietas varžybose, sportinėje gimnastikoje pagal pasiektą rezultatą varžybose (balais).

Sportininkų pažangumas vertinamas pagal jų aktyvumą, lankomumą bei atliktus amžiaus grupių bendrojo ir specialaus fizinio parengimo testus (*patvirtinti 2018 m. kovo 6 d. įsakymu Nr. 1-19; 2018m. kovo 7 d. įsakymu Nr. 1-20*).

12. Pažangos ir pasiekimų įrodymai

Baigus pradinio, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo bei didelio meistriškumo rengimo etapus ugdytiniai įgyja SMS pažymėjimą apie baigtą tam tikrą ugdymo pakopą bei pasiektus rezultatus. Varžybų metu ugdytiniai gauna diplomus, medalius, asmeninius prizus. Kiekvienų metų pabaigoje renkamas geriausių padalinio ugdytinių dešimtukas, kurie vėliau gali pretenduoti ir į mokyklos geriausių sportininkų dešimtuką.

13. Tikslinė grupė

Minimalus vaikų skaičius grupėje 12

Vaikų priėmimo į grupes principai Programa rekomenduojama vaikams nuo 4 m. (berniukams ir mergaitėms), turintiems sportinių gabumų

Numatomi priėmimo/perėjimo į grupes principai Į ugdymo grupes ugdytiniai skirstomi kiekvienais metais priklausomai pagal pasiektus sportinius rezultatus (įvykdytus meistriškumo kriterijus)

14. Atrankos į programą būdai

Gimnastikos sporto šakos programą, pradinio rengimo grupėse, gali lankyti išlaikę stojamųjų egzaminų testus (*Patvirtinta 2019 m. balandžio 9 d. įsakymu Nr. 1-23*) ugdytiniai sudalyvavę atrankinėse treniruotėse, neturintys sveikatos sutrikimų, pasižymintys motyvacija sportui bei tobulėjimui.

15. Ištekliai ugdymui

Sportinės gimnastikos praktinis mokymas vyksta SMS sporto bazėje (Miško 3) sporto stovyklose (Lietuvoje ir užsienyje). Meninės gimnastikos praktinis mokymas vyksta SMS sporto bazėje (Miško g. 3) ir nuomojamose patalpose ir sporto stovyklose (Lietuvoje ir užsienyje). Nuomojamos sporto salėse meninės gimnastikos ugdytinių rengimui:

- B.Brazdžionio mokykla (Radvilėnų pl. 7);
- M.M-Martyno Mažvydo progimnazija (Šiaurės pr. 50);
- A. Puškino gimnazija (Vytauto pr. 50);
- UAB "Vilungė" (Energetikų g. 15)
- Santaros gimnazija (Baltų pr. 51)

Sportinės gimnastikos ugdytinių rengimui mokykla turi įsigijusi visus prietaisus (buomas, daugiaaukštės lygiagretės, atraminio šuolio takelis ir stalas, laisvųjų pratimų aikštelė, lygiagretės vyrams, arklys skersinis, žiedai). Meninės gimnastikos ugdytinių rengimui reikalingi šie įrankiai – lankas, šokdynė, kamuolys, kuokelės, kaspinas. Bendrajam ir specialiajam sportininkų rengimui naudojamos priemonės: svareliai, gimnastikos lazdos, gimnastikos suoliukai, gimnastikos sienelė, batutas, šokdynės, gimnastikos čiužiniai, takeliai ir kt. priemonės. Šuoliams ir akrobatikos pratimų tobulinimui naudojama specialus įsibėgėjimo takelis į šuolio ir para lono duobę, ugdytinių rengimui treneriai gali naudotis ir treniruoklių sale.

Atsižvelgiame kad ugdytiniai ugdytūsi sveikoje ir saugioje aplinkoje

Vaikų saugumas rengimo proceso metu užtikrinamas pagal visas higienos normos taisyklės numatytas rekomendacijas ir taisykles. Už salių ir patalpų higienines sąlygas SMS patalpose atsako mokyklos personalas, nuomojamose patalpose – nuomotojas. Už vaikų saugumą per treniruotes atsako dirbantis treneris ar kitas dirbantis personalas.

16. Sportinio ugdymo ypatumai

a) Į gimnastiką (sportinę, meninę) priimami sportininkai kurie turi būti gavę sporto medicinos centro pažymą (forma 068 a), kad yra sveiki ir gali treniruotis.

b) Sportinio ugdymo metu dėl traumos ar ligos (esant sveikatos priežiūros įstaigos pažymai) sportinio ugdymo atskirų sporto šakų meistriško ugdymo grupėje gali sumažėti –dviejų ugdytiniais, o meistriško tobulinimo grupėje –vienu ugdytiniu.

17. Ugdytojai

Gimnastikos padalinyje dirba treneriai bei meninio ugdymo pedagogai turintys išsilavinimą ir kvalifikaciją (4 lentelė).

Trenerio Vardas, Pavardė	Sporto šaka, darbo pobūdis	Turima kvalifikacija	Turima trenerio kategorija
Meninė gimnastika			
Aurelija Talačkienė	Meninės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKI-1994 m.	III kategorija
Violeta Šestakovienė	Meninės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKI-1981 m.	II kategorija
Kristina Urbonavičienė	Meninės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKA-2000, magistras-2002 m.	II kategorija
Aušra Stanevičienė	Meninės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKA-2000 m.	I kategorija
Audronė Astrauskienė	Meninės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKA-2000, magistras-2002 m.	III kategorija
Rita Simonavičienė	Meninės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKI-2001 m.	III kategorija
Eglė Černeckytė	Meninės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKA-2002 m.	Be kategorijos
Audronė Einienė	Treneris meniniam ugdymui	Aukštasis universitetinis, Vilniaus M. K. Čiurlionio vidurinė meno mokykla, 1976 m.	II kategorija
Natalija Simonavičienė	Treneris meniniam ugdymui	Aukštasis universitetinis, Vilniaus M. K. Čiurlionio vidurinė meno mokykla, 1974 m.	Be kategorijos
Judita Grabauskienė	Treneris meniniam ugdymui	Aukštasis universitetinis LKKA-2007m.	III kategorija
Rytis Česaitis	Treneris meniniam ugdymui	Aukštasis universitetinis Lietuvos muzikos ir teatro akademija, 2015 m.	II kategorija
Sportinė gimnastika			
Svetlana Gurejeva	Sportinės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis Maskvos KKI-1983 m.	II kategorija
Gitana Kymantienė	Sportinės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKA-1997, magistras-1999 m.	I kategorija
Rasa Baltramaitienė	Sportinės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LSU-2013 m.	Be kategorijos
Asta Šimbelienė	Sportinės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKA-2007, magistras-2009 m.	Be kategorijos
Jolita Keturakytė	Sportinės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKI-1993 m.	I kategorija
Rytis Simonavičius	Sportinės gimnastikos treneris	Aukštasis universitetinis LKKI-1993 m.	III kategorija
Lina Skužinskienė	Sportinės gimnastikos treneris	Aukštasis universitetinis LKKA-2009 m.	Be kategorijos
Vladislovas Bogomolovas	Sportinės gimnastikos treneris	Aukštasis universitetinis LKKA-2000 m.	IV kategorija
Gediminas Jurevičius	Sportinės gimnastikos treneris	Aukštasis universitetinis LKKA-2010 m.	II kategorija
Laurita Klikodujeva	Sportinės gimnastikos trenerė	Aukštasis universitetinis LKKA-2001, magistras-2010 m.	Be kategorijos
Julius Burinskas	Sportinės gimnastikos treneris	Aukštasis universitetinis LSU-2015 m.	I kategorija
Robertas Krilavičius	Sportinės gimnastikos treneris	Aukštasis universitetinis LKKA-2015 m.	Be kategorijos
Zita Kliukevičienė	Treneris meniniam ugdymui	Specialus vidurinis Kauno J. Naujaliao meno mokykla 1973 m.	II kategorija
Vilija Šatkienė	Treneris meniniam ugdymui	Aukštasis universitetinis LKKI-1988 m.	II kategorija