

Tvirtinu:

Kauno sporto mokyklos „Startas“

Direktorius Mantas Raška



KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS ADMINISTRACIJA

SPORTO SKYRIAUS

KAUNO SPORTO MOKYKLA „STARTAS“

GIMNASTIKOS PADALINYS

GIMNASTIKOS

SPORTINIO UGDYMO PROGRAMA

2026-2027 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, pradinio rengimo, meistriško ugdymo, meistriško tobulinimo, didelio meistriško etapus.

Programa skirta ugdytiniais 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 meistriško ir gali svyruoti nuo 2 iki 6 kartų per savaitę. Programą gali lankyti vis vaikai išlaikę stojamųjų egzaminų testus (Patvirtinta 2018 m. kovo 6 d. įsakymu Nr. 1-19; 2018 m. kovo 7 d. įsakymu Nr. 1-20) ugdytiniai sudalyvavę atrankinėse treniruotėse, neturintys sveikatos sutrikimų, pasižymintys motyvacija sportui bei tobulėjimui, pateikę raštišką tėvų prašymą ir sveikatos įstaigos pažymą. Ugdymas organizuojamas mokymo grupėms ar individualiai. Vieną ar kitą mokymo turinio dalį, jo trukmę (valandomis) treneris pasirenka atsižvelgdamas į sportininkų meistriško lygį, sporto šakos specifiką, metodinius reikalavimus ir t.t.

Sportinio ugdymo programoje vykdoma gimnastikos teorijos pagrindai, sporto praktika, varžybinė veikla. Vidutinis ugdytinių skaičius grupėje svyruoja nuo 12 (pradiniame rengime) iki 2 (aukšto meistriško). 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 meistriško, o vėliau ir sportinio tobulumo ugdymo pakopose.

Įstaigos vadovo įsakymu gali būti sudaryta ugdytojų brigada darbui su sportinio ugdymo grupės ugdytiniais. Brigados nariams numatomas konkretus darbas ugdymo sportinio ugdymo grupėje ir darbo krūvis, neviršijantis sportinio ugdymo grupei maksimaliai galimų skirti valandų skaičiaus per savaitę.

Sudarant fizinio aktyvumo grupes rekomenduojamas asmenų skaičius grupėje yra 6–20 asmenų, skiriamų ugdymo valandų skaičius – iki 4 val. per savaitę, užsiėmimų skaičius – 2–3 kartai per savaitę, ugdytinių amžius – iki 18 metų (imtinai). Fizinio aktyvumo grupės sudarymo (papildymo) procesas vyksta nuolat, jei tik yra laisvų vietų fizinio aktyvumo grupėse.

2. Programos kryptis

Sportas

2.1. Fizinio aktyvumo grupė – ugdymo grupė, kurioje užsiimama fizine veikla siekiant stiprinti ugdytinių sveikatą, tobulinti fizines ir psichines savybes bei įgūdžius neturint tikslo pasirengti aukšto meistriško sporto varžyboms ir (ar) dalyvauti jose. Šioje grupėje ugdytiniai ugdomi pagal sportinio ugdymo pradinio rengimo etapo programą.

2.2. **Instruktorius** – ugdytojai talkinantys asmuo, atitinkantis Lietuvos Respublikos sporto įstatyme fizinio aktyvumo ar aukšto meistriškumo sporto instruktoriui nustatytus reikalavimus.

2.3. **Meistriškumo pakopa** – ugdytinio sportinio meistriškumo lygį pagal sporto varžybose užimtą vietą arba pasiektą rezultatą apibūdinančių rodiklių grupė.

2.4. **Neformaliojo sportinio ugdymo programa** – programa, kuria per fizinį aktyvumą siekiama ugdyti asmens gyvenimo įgūdžius, asmenines, socialines ir kitas bendrąsias kompetencijas.

2.5. **Sportinio ugdymo grupė** – ugdytinių grupė, kurioje užsiimama fizine veikla siekiant stiprinti ugdytinių sveikatą, tobulinti fizines ir psichines savybes bei įgūdžius turint tikslą pasirengti aukšto meistriškumo sporto varžyboms ir (ar) dalyvauti jose. Šioje grupėje ugdytiniai vienus sportinio ugdymo metus drauge ugdomi pagal to paties lygio pradinio rengimo, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo ar aukšto meistriškumo sportinio ugdymo programą.

2.6. **Ugdytinis** - asmuo, ugdomas Įstaigoje pagal sportinio ugdymo arba neformaliojo sportinio ugdymo programas.

2.7. **Ugdytojas** - treneris, sporto mokytojas, fizinio aktyvumo ar aukšto meistriškumo sporto specialistas, ugdantis ir (ar) rengiantis ugdytinį pagal sportinio ugdymo arba neformaliojo sportinio ugdymo programas.

3. Programos ugdymo pakraipa

Gimnastika.

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 ugdytiniui bendrųjų ir dalykinių kompetencijų. Siekti sportinių rezultatų.

Pradinio rengimo grupių (1 metų) tikslas – atrinkti ugdytinius, ir sistemingai plėsti ugdytinio 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 ugdytinio 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. Tikslų ir uždavinių įgyvendinimo vertinimo kriterijai:

1. Mokykloje rengiamų sporto (meninės, sportinės gimnastikos) varžybų skaičius.
2. Mokykloje rengiamose sporto (meninės, sportinės gimnastikos) varžybose dalyvaujančių ugdytinių skaičius.
3. Ugdytinių dalyvaujančių Lietuvos, Europos ir pasaulio čempionatuose skaičius.
4. Ugdytinių užėmusių prizines vietas Lietuvos čempionatuose bei tarptautinėse varžybose, skaičius.
5. Parengtų ugdytinių skaičius Lietuvos rinktinėms (suaugusių, jaunimo) bei olimpinės rinktinės kandidatų ir olimpinės pamainos rinktinėms.
6. Vyresnių nei 19 metų ugdytinių skaičius ir jų meistriškumas.
7. Įgytų ugdytinių meistriškumo pakopų rodiklių skaičius per metus.

7. Programos dermė

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

8. 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

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 ugdytinių rengimo apimtys (metais, kontaktinėmis valandomis bei ugdytinių skaičiumi grupėse) sudaromos pagal *Kauno miesto savivaldybės mero 2023 m.*

rugpjūčio 3 d. potvarkį Nr. M-577 „Kauno miesto savivaldybės sporto įstaigų sportinio ugdymo ir rengimo organizavimo tvarkos aprašo pakeitimu-Patvirtinta 2025-08-04 Nr. M-1011).

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

Pradinio rengimo grupės – 1-2 metai.

Meistriškumo ugdymo grupės – 1-5 metai.

Meistriškumo tobulinimo grupės- 1-3 metai.

Aukšto meistriškumo grupės – 2 metai

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

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)	Ugdytinių skaičius grupėje								Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
			Mergaitės, merginos	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					MP 7	MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pradinio rengimo	1	iki 8	12								8
	2	iki 9	10								8
Meistriškumo ugdymo	1	iki 10	9								12
	2	iki 11	8	6	2						12
	3	7-11	7	3	4						14
	4	8-12	6		5	1					16
	5	9-14	6			3	3				18
Meistriškumo tobulinimo	1	10-16	6		1	4	1				22
	2	12-19	5			2	2	1			27
	3	14 ir vyresnės	4				2	2			32
Aukšto meistriškumo	–	15 ir vyresnės	4				1	2	1		34
	–	15 ir vyresnės	4					2	1	1	36

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

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 ugdytinių ugdymo trukmė pagal skirtingas rengimo grupes

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)	Ugdytinių skaičius grupėje								Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę	
		Mergaitės, merginos	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius								
				MP 7	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	iki 8	12								7	
	2	iki 9	10								8	
Meistriškumo ugdymo	1	8–11	9								12	
	2	9–12	8	4	4						14	
	3	10–14	7		5	2					17	
	4	11–15	6		2	3	1				20	
	5	12–16	5			3	2				24	
Meistriškumo tobulinimo	1	13–16	5			2	3				27	
	2	14–17	4				3	1			29	
	3	14–18	4				2	2			30	
Aukšto meistriškumo	–	16 ir vyresnės	4				1	2	1		32	
	–	16 ir vyresnės	4					2	1	1	36	

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, šokių, tinklinyje, lengvojoje atletikoje ir kt.;
- meistriškumo ugdymo etape treneris turi motyvuoti ugdytinius siekti aukščiausių gimnastikos rezultatų, ugdytiniai 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 aukšto 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 sporto mokyklos “Startas” sporto bazėje, nuomojamose patalpose, sporto stovyklose, 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 ar po kiekvienos treniruotės.

Teorinis mokymas organizuojamas ne tik sporto bazėje, nuomojamose patalpose bet ir stovyklose, organizuojant išvykas į renginius. 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);
- varžybinį 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. Ugdytinio ugdymas trunka atitinkamą savaitių 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, ugdytiniais 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.

Ugdytiniais 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.

9. Laisvai pasirenkami dalykai

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

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

10. 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.

11. 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 sveiką 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

12. Ugdytinių 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).

Ugdytinių 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; 2018 m. kovo 7 d. įsakymu Nr. 1-20*).

13. Pažangos ir pasiekimų įrodymai

Baigus pradinio, meistriškumo ugdymo, meistriškumo tobulinimo bei didelio meistriškumo rengimo etapus ugdytiniai įgyja 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.

14. Išteklių ugdymui

Sportinės gimnastikos praktinis mokymas vyksta sporto mokyklos „Startas“ sporto bazėje

Miško g. 3. Meninės gimnastikos praktinis mokymas vyksta sporto mokyklos „Startas“ sporto bazėse (Miško g. 3 ir Aušros g. 42) ir nuomojamose patalpose:

- M.M-Martyno Mažvydo progimnazija (Šiaurės pr. 50);
- Tarptautinė gimnazija (Vytauto pr. 50);
- Kauno sporto halė (Perkūno al.5);

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 porolono duobę, ugdytinių rengimui treneriai gali naudotis ir treniruoklių sale.

Atsižvelgiame, kad ugdytiniai ugdytųsi sveikoje ir saugioje aplinkoje

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