



## LIETUVOS RESPUBLIKOS ŠVIETIMO IR MOKSLO MINISTRAS

### ĮSAKYMAS

#### DĖL SPORTO IR SVEIKATOS UGDYMO SAMPRATOS TVIRTINIMO

2014 m. gruodžio 18 d. Nr. V-1228  
Vilnius

Vadovaudamasis Mokyklų, vykdančių formaliojo švietimo programas, tinklo kūrimo taisyklių, patvirtintų Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2011 m. birželio 29 d. nutarimu Nr. 768 „Dėl Mokyklų, vykdančių formaliojo švietimo programas, tinklo kūrimo taisyklių patvirtinimo“, 17 punktu, 23.1.4, 23.2.2, 23.3.3, 23.4.2 papunkčiais ir Netradicinio ugdymo koncepcijos, patvirtintos Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2010 m. kovo 5 d. įsakymu Nr. V-299 „Dėl Netradicinio ugdymo koncepcijos patvirtinimo“, 7 punktu,

t v i r t i n u Sporto ir sveikatos ugdymo sampratą (pridedama).

Švietimo ir mokslo ministras

Dainius Pavalkis

PATVIRTINTA  
Lietuvos Respublikos švietimo  
ir mokslo ministro  
2014 m. gruodžio 18 d. įsakymu Nr.V-1228

## **SPORTO IR SVEIKATOS UGDYMO SAMPRATA**

### **I SKYRIUS**

#### **BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Sporto ir sveikatos ugdymo sampratos (toliau – samprata) paskirtis – apibrėžti mokinių sporto ir sveikatos ugdymo mokykloje sistemą. Šią sistemą ar pasirinktus sporto ir sveikatos ugdymo sistemos elementus galėtų taikyti valstybinė, savivaldybės ir nevalstybinė bendrojo ugdymo mokykla (toliau –mokykla) teisės aktų nustatyta tvarka. Samprata apibrėžia sporto ir sveikatos ugdymo tikslą, uždavinius, principus ir pagrindines nuostatas, ugdymo turinio, ugdymo proceso organizavimo ypatumus, reikalavimus mokytojams ir mokyklos vadovui.

2. Vaikų sporto ir sveikatos ugdymas grindžiamas Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu, Netradicinio ugdymo koncepcija, patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2010 m. kovo 5 d. įsakymu Nr. V-299 „Dėl Netradicinio ugdymo koncepcijos patvirtinimo“, Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijomis, patvirtintomis Kūno kultūros ir sporto departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės generalinio direktoriaus 2014 m. gegužės 23 d. įsakymu Nr. V-219 „Dėl Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijų patvirtinimo“ (toliau – Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijos), Sveikatos ugdymo bendraja programa, patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2012 m. rugpjūčio 31 d. įsakymu Nr. V-1290 „Dėl Sveikatos ugdymo bendrosios programos patvirtinimo“ (toliau – Sveikatos ugdymo bendroji programa), ir šia samprata.

3. Sampratoje vartojamos sąvokos atitinka Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme, Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatyme, Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatyme, kituose teisės aktuose ir Sporto terminų žodyne vartojamas sąvokas.

## II SKYRIUS

### MOKINIŲ SPORTO IR SVEIKATOS UGDYMO TIKSLAS, UŽDAVINIAI, PRINCIPAI IR PAGRINDINĖS NUOSTATOS

4. Naujų technologijų plėtra, iššūkiai ir edukacinės paradigmos kaita skatina galvoti apie ugdymo kokybę ir jos kaitą, siekiant ugdyti fiziškai išsivysčiusį, pajėgų ir sveiką žmogų. Aktuali mokinių ugdymo problema – mažas mokinių fizinis aktyvumas ir pasyvus gyvenimo būdas. Aktyviam gyvenimo būdui užtikrinti reikalingas asmens teigiamas požiūris į sportą kaip sveikatos stiprinimo, savo kūno tobulinimo, asmenybės savybių ugdymosi šaltinį. Mokiniai turėtų giliau ir išsamiau pažinti fizinį aktyvumą kaip visaverčio gyvenimo ir ugdymosi vertybę, įgyti žinių apie fizinio aktyvumo įtaką sveikatai, mokymosi ir aktyvaus laisvalaikio dermę, grūdinimąsi, išmolti kritiškai analizuoti, suprasti ir įsisąmoninti fizinio aktyvumo reikšmę, reflektuoti savo patirtį.

5. Tikslas – ugdyti mokinių nuostatą sveikai ir saugiai gyventi, įtvirtinti teigiamą požiūrį į sveikatą ir ją stiprinančius veiksnius, puoselėti sveikatą stiprinantį fizinį aktyvumą, sudaryti palankias sąlygas įgyti sporto ir bendrųjų kompetencijų, skatinti siekti sporto rezultatų.

6. Uždaviniai. Sporto ir sveikatos ugdymu siekiama, kad mokiniai:

6.1. racionaliai derintų bendrąjį, sporto ir sveikatos ugdymą;

6.2. susiformuotų sporto ir sveikatos kaip vertybės sampratą;

6.3. stiprintų ir palaikytų savo sveikatą, fizines ir dvasines galias, susiformuotų fizinio aktyvumo poreikį visam tolesniam gyvenimui;

6.4. įvaldytų pasirinktos sporto šakos techniką ir taktiką, gebėtų bendrauti ir bendradarbiauti, garbingai rungtyniauti.

7. Sporto ir sveikatos ugdymas grindžiamas Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme įtvirtintais švietimo sistemos principais: lygių galimybių, kontekstualumo, veiksmingumo, tęstinumo ir šiais principais:

7.1. sveikos gyvensenos – stiprinamos ir tobulinamos organizmo galimybės, padedančios žmogui išlikti sveikam, rūpintis savo sveikata, sudaromos sąlygos sportuoti visiems norintiems mokiniams;

7.2. sistemingumo ir nuoseklumo – racionalus psichinių, fizinių krūvių ir poilsio kaitaliojimas ir derinimas, ugdymas(is) vykdomas nuosekliai, atsižvelgiant į mokinių amžiaus tarpsnių fiziologinius ir psichologinius ypatumus;

7.3. sąmoningumo ir aktyvumo – per patyrimą, išgyvenimą, veiklą formuojamas sąmoningas supratimas, kad fizinė veikla stiprina ir palaiko sveikatą, o sveikatos ugdymas(is) bus veiksmingesnis, įsitraukiant visai mokyklos bendruomenei į įvairias sveikatos veiklas – sportavimą, mankštinimąsi, išsklavimą, mokslinę-tiriamąją veiklą;

7.4. saugumo – sportiniai renginiai organizuojami ir materialinė sporto bazė tvarkoma griežtai, laikantis įstatymų ir kitų teisės aktų reikalavimų;

7.5. kilnaus elgesio – ugdomos nuostatos dorai ir garbingai elgtis sportinėse varžybose ir kasdieniame gyvenime.

8. Sporto ir sveikatos ugdymo pagrindinės nuostatos:

8.1. sukurti palankią ugdomąją aplinką, kurioje formuotūsi mokinių sveikatos įgūdžiai ir atsiskleistų sportiniai gebėjimai;

8.2. rinktis gyvenimo būdą pagal savo psichines, fizines ir dvasines išgales;

8.3. gyventi sveikai, mankštintis ir praktikuoti įvairias fizinio aktyvumo formas, sveikai maitintis, laikytis darbo ir poilsio ritmo, asmens ir aplinkos švaros;

8.4. palaikyti geranoriškus, pagarba ir tolerancija grindžiamus ir partneriškus vaikų, mokytojų, trenerių ir tėvų (globėjų, rūpintojų) tarpusavio santykius;

8.5. aktyviai dalyvauti socialiniame, kultūriniame ir sportiniame mokyklos bendruomenės gyvenime;

8.6. būti atsakingam už savo veiksmus, pilietiškam, besirūpinančiam ne tik savimi, bet ir savo aplinka, bendruomene ir savo šalimi.

### **III SKYRIUS**

#### **MOKINIŲ SPORTO IR SVEIKATOS UGDYMO TURINYS**

9. Mokykloje, įgyvendinančioje sporto ir sveikatos ugdymo turinį, mokiniai mokosi pagal bendrąsias pradinio, pagrindinio, vidurinio ugdymo programas, Sveikatos ugdymo bendrąją programą ir mokyklos mokytojų parengtas sporto ugdymo programas.

10. Mokykla savo ugdomąją veiklą kuria atvirą, ramią, sportui ir sveikatai palankią aplinką.

11. Mokiniai pagal poreikius įsitraukia į sportinę ir sveikatos veiklą, renkasi jos formas ir būdus.

12. Siekiant užtikrinti ugdymo tęstinumą, keičiant mokyklą, bendrojo ugdymo programų dalykai kiekvienoje klasėje gali būti keičiami iki 25 procentų iš viso mokiniui skirtų pamokų skaičiaus.

13. Įgyvendinant sporto ir sveikatos ugdymo turinį, siekiama, kad mokinys tenkintų natūralų poreikį judėti, ugdytų gebėjimą atlikti įvairius judesius, lavintų motoriką ir kūno laikyseną, siektų judesių kultūros, įgytų saugaus elgesio ir nelaimingų atsitikimų prevencijos žinių ir įgūdžių; įgytų supratimą apie sporto šakas, ugdytų garbingo rungtyniavimo, bendravimo ir bendradarbiavimo komandoje nuostatas bei elgesį, puoselėtų olimpinės sporto vertybes; įgytų supratimą apie judėjimo formų pasirinkimo įvairovę, rinktūsi patinkančias fizinio aktyvumo formas, gerintų asmeninį fizinį

pasirengimą; gilintų žinias apie sveikatos stiprinimo ir saugojimo būdus, įtvirtintų teigiamą požiūrį į sveikatą ir ją stiprinančius veiksnius, formuotų sveikos gyvensenos įgūdžius ir įpročius.

14. Sporto ir sveikatos ugdymo turinys papildo pradinio, pagrindinio, vidurinio ugdymo turinį, jis įgyvendinamas, atsižvelgiant į mokinio asmenybės raidos tarpsnius, esminius augančio žmogaus poreikius. Sporto ir sveikatos ugdymo turinys integruojamas į formalųjį ir neformalųjį vaikų švietimą, komandinę ir individualią mokinių, klasių auklėtojų, bendrojo ugdymo bei sporto ir sveikatos ugdymo dalykų mokytojų veiklą.

15. 1–12 klasių mokiniai papildomai mokosi ne mažiau kaip vieno sporto ir sveikatos ugdymo dalyko.

16. Bendrojo ugdymo dalykų programų turinys siejamas su sporto ugdymo programų turiniu ir tokiu būdu užtikrinama ugdymo turinio integracija, diferenciacija bei optimalus mokymosi krūvis.

17. Mokydamiesi pagal pradinio ugdymo programą:

17.1. mokiniai mokosi sportinių ir judriųjų žaidimų, lengvosios atletikos, gimnastikos, choreografijos, aerobikos, sportinių šokių ir sporto šakos (pasirinktinai plaukimo, čiuožimo, krepšinio, futbolo ir kt.). Sveikatos ugdymo bendroji programa integruojama į bendrojo ugdymo dalykų turinį ir neformalųjį vaikų švietimą;

17.2. baigę pradinio ugdymo programą, mokiniai įgyja supratimą apie sporto šakas, judriuosius ir sportinius žaidimus, praktikuoja fizinį aktyvumą gryname ore, ugdomi garbingo rungtyniavimo, bendravimo ir bendradarbiavimo komandoje nuostatas bei elgesį, puoselėja olimpinės sporto vertybes; įgyja supratimą apie judėjimo formų pasirinkimo įvairovę, renkasi patinkančias fizinio aktyvumo formas, patiria judėjimo džiaugsmą bei teigiamų emocijų, gerina bendrąjį sportinį parengtumą ir stiprina sveikatą; formuojasi įprotį taisyklingai sėdėti, judėti, stovėti; laikosi pagrindinių sveikos mitybos reikalavimų; supranta asmens higienos ir aplinkos svarbą sveikatai; pozityviai žvelgia į aplinką, atpažįsta problemines situacijas, mokosi susitvardyti ir bendradarbiauti konfliktinėse situacijose.

18. Mokydamiesi pagal pagrindinio ugdymo programą:

18.1. pagal pagrindinio ugdymo programos pirmąją dalį mokiniai mokosi sportinių žaidimų, lengvosios atletikos, koordinacinių gebėjimų ugdymo, sporto šakos (pasirinktinai futbolo, krepšinio, rankinio, lengvosios atletikos, imtynių, irklavimo ir kt.), sporto istorijos;

18.2. baigę pagrindinio ugdymo programos pirmąją dalį, mokiniai išmano atskirų sporto šakų techniką ir taktiką, geba žaisti įvairius judriuosius ir sportinius žaidimus, yra susipažinę su pagrindinėmis taisyklėmis, savo praktinius gebėjimus realizuoja, rungtyniaudami ir siekdami sportinių rezultatų. Mokiniai apibūdina sveikatos požymius, gyvenimo būdo ir aplinkos veiksnių įtaką sveikatai, kasdien mankštinasi, atlieka mėgstamus, fizines ypatybes (jėgą, greitumą, ištvermę,

lankstumą, vikrumą) lavinančius pratimus, paaiškina ir laikosi sveikos mitybos principų bei taisyklių, žino jų įtaką sveikatai, laikosi miego, mokymosi ir laisvalaikio ritmo;

18.3. pagal pagrindinio ugdymo programos antrąją dalį mokiniai mokosi sportinių žaidimų, ugdomi lengvosios atletikos ir koordinacinius gebėjimus. Mokiniai, kurie siekia sportinių rezultatų, renkasi sporto šaką (futbolą, krepšinį, rankinį, lengvąją atletiką, imtynes, irklavimą ir kt.), kiti mokiniai – sveikatos ugdymą;

18.4. baigę pagrindinio ugdymo programą, mokiniai išmano pasirinktos sporto šakos taisykles, savo praktinius gebėjimus realizuoja, rungtyniaudami ir siekdami sportinių rezultatų, geba pasireikšti kaip savarankiškos ir iniciatyvios asmenybės. Mokiniai moka sporto šakos technikos ir taktikos veiksmus bei jų derinius, pasitiki savimi ir siekia lyderystės, žino ir domisi pasirinktos sporto šakos raida šalyje, geba rinktis sveiką gyvenimą ir aktyvų laisvalaikį, yra išmokę varžytis ir siekti meistriško, įvaldę pagrindinius pasirinktos sporto šakos individualius ir grupinius taktinius veiksmus, susiformavę treniruočių ir varžybų veiklos įgūdžius. Mokiniai sąmoningai renkasi sveiką gyvenimo būdą, tausoja ir stiprina sveikatą, nuosekliai laikosi sveikos mitybos principų ir taisyklių ir skatina tai daryti kitus, analizuoja sveikos mitybos principus ir taisykles, jų poveikį sveikatai, sąmoningai derina miego, mokymosi ir laisvalaikio veiklas, atsispiria provokacijai elgtis rizikingai, nenaudingai.

19. Mokydamiesi pagal vidurinio ugdymo programą:

19.1. mokiniai tęsia mokymąsi pasirinktos sporto šakos (krepšinio, futbolo, rankinio, lengvosios atletikos, imtynių, irklavimo ir kt.) arba sveikatos ugdymo, sportininkų treniravimo pagrindų, sveikatingumo pagrindų, varžybų organizavimo ir laisvai pasirenkamų dalykų (pvz.: sporto anglų kalbos, sporto kalbos kultūros, informacinių sporto technologijų, sporto istorijos, sporto psichologijos ir kt.);

19.2. baigę vidurinio ugdymo programą, mokiniai moka sudėtingų sporto šakos technikos veiksmų bei jų derinių, pasitiki savimi ir siekia lyderystės, žino ir domisi sporto šakos raida, geba laikytis sveikos gyvensenos nuostatų, įvaldę pagrindinius individualius ir grupinius taktinius veiksmus, susiformavę treniruočių ir varžybų veiklos įgūdžius. Mokiniai praktiškai panaudoja gebėjimus ir žinias, siekdami tolesnės profesinės karjeros sporto šakos srityje. Sveikatos programa suteikia žinių ir įgūdžių, kurie padeda mokiniams ugdyti, stiprinti, gerinti savo ir kitų sveikatą, įgyti imunitetą nepalankiems aplinkos veiksniams ir siekti gyvenimo kokybės. Mokiniai sąmoningai, atsakingai ir nuosekliai renkasi sveiką gyvenimo būdą, tausoja ir stiprina sveikatą, pasirenka savo organizmui reikalingus sveikus produktus, nuosekliai laikosi sveikos mitybos principų ir taisyklių, savarankiškai planuoja darbo ir poilsio ritmą, skatina ir padeda tai daryti kitiems. Mokiniai įsivertina skirtingų veiklų poveikį organizmui ir tikslingai / kokybiškai jas derina, atsakingai rūpinasi savo kūno ir aplinkos švara, skatina tai daryti kitus.

20. Per neformaliojo vaikų švietimo veiklas (pvz.: golfo, futbolo, kvadrato, krepšinio, aerobikos, baleto, šiuolaikinių šokių, sveikos gyvensenos ir kt.) mokiniai ugdo(si) sportines ir sveikatos kompetencijas. Mokiniai atstovauja mokyklai, miestui, šaliai individualiose ir komandinėse sporto šakų varžybose.

21. Mokinių bendrojo ugdymo dalykų ir sveikatos ugdymo pasiekimai vertinami, vadovaujantis Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu, Mokinių pažangos ir pasiekimų vertinimo samprata, patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2004 m. vasario 25 d. įsakymu Nr. ISAK-256 „Dėl Mokinių pažangos ir pasiekimų vertinimo sampratos“, ir mokyklos parengta Mokinių pažangos ir pasiekimų vertinimo tvarka.

22. Mokinių sportinė ir sveikatos raiška vertinama kaip sporto ir sveikatos ugdymo dalykų sudedamoji dalis, o mokinio pastangos ir akademiniai pasiekimai gali būti vertinami atskirai, skiriant dėmesį kasdienėms mokinio pastangoms.

23. Mokinių konkrečios sporto šakos pasiekimai vertinami pagal testavimo rezultatus, aukšto sportinio meistriškumo mokinių – vadovaujantis Lietuvos mokinių EUROFITO fizinio pajėgumo testavimu, atliktu pagal Europos Tarybos Ministrų Komiteto 1987 m. gegužės 19 d. patvirtintą rekomendaciją Nr. R(87)9 „Dėl Ministrų Komiteto rekomendacijos šalims narėms dėl EUROFITO fizinio pajėgumo testų“, bei Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijose nustatytais meistriškumo rodikliais.

#### **IV SKYRIUS**

##### **SPORTO IR SVEIKATOS UGDYMO ORGANIZAVIMO YPATUMAI**

24. Mokykloje ugdymo procesas gali vykti dalį dienos, visą dieną, penkias dienas per savaitę.

25. Pamokos kiekvieną rytą pradedamos mankšta.

26. Mokykloje taikomi įvairūs ugdymo metodai: sveikatingumo dienos, olimpiniai mėnesiai, saugaus eismo dienos, sveikatingumo takai, mankštinimasis, sveiko maisto mugės, konkursai, viktorinos, varžybos, turnyrai, mokslinės-tiriamosios konferencijos ir kt. Vykdomi tarpklasiniai, tarpdalykiniai mokykliniai projektai, projektinio mokymo savaitės, organizuojama aktyvi sportinė ir sveikatos, socialinė ir švietėjiška mokinių veikla miesto, nacionaliniu ir tarptautiniu lygmenimis.

27. Sportinių rezultatų siekiantiems mokiniams racionaliai derinamas sportinis ir bendrasis ugdymas, sudarant galimybes:

27.1. ugdytis ir tobulinti sportinį meistriškumą, bendradarbiaujant su kitais švietimo teikėjais;

27.2. dalyvauti šalies ir tarptautinėse stovyklose, varžybose ir turnyruose, derinant mokymosi būdus ir formas;

27.3. likviduoti žinių spragas, atsiradusias dėl ilgalaikių sporto stovyklų ir išvykų (pvz.: rengiant dalykines konsultacijas, skiriant papildomas pamokas ir užduotis, derinant atsiskaitymų grafiką ir kt.);

27.4. derinti tvarkaraščius ir sportinės veiklos grafikus.

28. Mokyklos ugdymo planas turi neprieštarauti bendriesiems ugdymo planams, turi būti suderintas su mokyklos taryba, taip pat su mokyklos savininko teises ir pareigas įgyvendinančia institucija (dalyvių susirinkimu), savininku.

29. Mokiniai, kurių sportiniai rodikliai neatitinka nustatytųjų Sportinio ugdymo organizavimo rekomendacijose, kurie negali toliau sportuoti dėl traumos, mokosi sveikatos ugdymo dalykų.

## **V SKYRIUS**

### **MOKINIŲ PRIĖMIMAS**

30. Mokiniai į mokyklą priimami laisvu savo ir (ar) tėvų (globėjų, rūpintojų) apsisprendimu teisės aktų nustatyta tvarka.

31. Mokiniai, jų tėvai (globėjai, rūpintojai) supažindinami su pagrindiniais ugdymo principais, galimais ugdymo pasiekimų ir programų nesutapimais, jei lyginama su mokyklos kitų atitinkamų klasių bendrojo ugdymo programomis, kitomis tėvams (globėjams, rūpintojams) ir mokiniams svarbiomis ugdymo turinio ir proceso ypatybėmis.

## **VI SKYRIUS**

### **REIKALAVIMAI MOKYTOJAMS IR VADOVUI**

32. Mokyklos vadovas ir mokytojai, dirbantys pagal bendrojo ugdymo programas, turi atitikti reikalavimus, nustatytus Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme.

33. Rekomenduojama, kad kūno kultūros mokytojai turėtų ne žemesnę nei vyresniojo mokytojo kvalifikacinę kategoriją, o sporto ir sveikatos ugdymo bei kiti neformaliojo vaikų švietimo mokytojai turėtų sporto ir sveikatos ugdymo ar socialinės veiklos patirties ir (ar) būtų įvertinti už nuopelnus nacionaliniu lygiu.

34. Mokyklos vadovai, mokytojai turi aktyviai dalyvauti ugdymo projektinėje veikloje, nuolat tobulinti kvalifikaciją sporto ir sveikatos, olimpinio ugdymo srityse.

35. Mokykla turi sporto salę, aikštyną, stadioną. Sporto šakų, kurioms reikiamos sportinės bazės mokykloje nėra, treniruotės vykdomos sporto mokyklose. Mokykla sutarčių pagrindu naudoja sporto mokyklų sportinę bazę.



## **VII SKYRIUS**

### **BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

36. Sporto ir sveikatos ugdymas daro įtaką mokyklos kultūrai, keičia tradicinį mokymosi stilių, išlaiko intelektualio ugdymo ir fizinio aktyvumo dermę, suformuoja sveikos gyvensenos kompetenciją, aktyvaus gyvenimo būdo įtakos sveikatai suvokimą, emocinį nusiteikimą sveikai gyventi, elgsenos pasirinkimą.

37. Mokiniai, baigę mokyklą, geba savarankiškai adaptuotis socialinėje aplinkoje, įveikti technologinius iššūkius, nepakenkdami savo sveikatai.

---