

UGNIES LINIJA

Mokytojo vadovas 2026–2027 mokslo metams

ĮVADAS

„Ugnies linija“ – tai mokyklų fizinio aktyvumo projektas, kuriame mokiniai išbando šiuolaikinės penkiakovės pagrindu sukurtą bėgimo, lazerinio šaudymo ir fizinių užduočių formatą.

Projektas skirtas skatinti mokinių fizinį aktyvumą, ugdyti susikaupimą, atsakomybę, discipliną, komandinį bendradarbiavimą ir pilietiškumo jausmą.

Šis vadovas skirtas fizinio ugdymo mokytojams, kurie dalyvauja projekte ir organizuoja veiklas savo mokykloje.

Vadove pateikiamas rekomenduojamas mokslo metų veiklų planas, testavimų struktūra, pasirengimo varžyboms gairės ir praktinių užduočių pavyzdžiai.

PROJEKTO STRUKTŪRA

Projektas vykdomas visus mokslo metus ir susideda iš šių pagrindinių etapų:

1. Mokytojų mokymai.
2. Mokinių supažindinimas su projektu.
3. Lazerinio šaudymo pagrindų mokymas.
4. Pirmasis testavimas.
5. Varžybų ir estafečių elementų integravimas.
6. Antrasis testavimas.
7. Pasirengimas tarpmokyklinėms varžyboms.
8. Miesto tarpmokyklinės varžybos.
9. Nacionalinis finalas.

MOKYTOJO VAIDMUO PROJEKTE

Mokytojas yra pagrindinis projekto įgyvendintojas mokykloje.

Mokytojo funkcijos:

- supažindinti mokinius su projekto veiklomis;
- užtikrinti saugų inventoriaus naudojimą;
- organizuoti šaudymo ir fizinio aktyvumo užduotis;
- vykdyti testavimus;
- fiksuoti rezultatus;
- atrinkti mokinius ir komandas varžyboms;
- palaikyti ryšį su projekto komanda.

SAUGUMAS IR INVENTORIAUS NAUDOJIMAS

Prieš pradėdant praktines veiklas mokiniai turi būti supažindinti su saugaus elgesio taisyklėmis.

Pagrindinės taisyklės:

- lazerinis pistoletas naudojamas tik mokytojui leidus;
- pistoletas laikomas nukreiptas tik į taikinį;
- draudžiama taikytis į kitus mokinius;
- šaudymo zona turi būti aiškiai pažymėta;
- prie taikinio einama tik mokytojui leidus;
- veiklos metu laikomasi mokytojo nurodymų.

Rekomenduojama, kad šaudymo veiklos vyktų sporto salėje arba kitoje saugioje erdvėje, kurioje galima aiškiai atskirti šaudymo ir laukimo zonas.

METINIS VEIKLŲ PLANAS

Sezono metu mokykloms gali būti siūlomos papildomos projekto partnerių edukacinės veiklos, pranešimai ar praktiniai užsiėmimai mokytojams ir mokiniams. Šios veiklos gali vykti gyvai arba nuotoliniu būdu, o apie jų datas, temas ir registraciją mokyklos bus informuojamos atskirai.

RUGSĖJIS

Projekto startas ir mokytojų pasirengimas

Tikslas: pasiruošti projekto įgyvendinimui mokykloje.

Veiklos: Mokytojų mokymai; projekto metodikos pristatymas; saugaus elgesio taisyklių pristatymas; metinio plano pristatymas; inventoriaus paskirstymas; mokinių grupių ir klasių planavimas.

Mokytojo užduotys: Susipažinti su projekto struktūra ir metodine medžiaga; įvertinti, kurios klasės dalyvaus veiklose; suplanuoti, kaip projektas bus integruojamas į fizinio ugdymo pamokas.

SPALIS

Mokinių supažindinimas su lazeriniu šaudymu

Tikslas: išmokyti mokinius saugiai naudotis lazeriniu pistoletu ir suprasti šaudymo pagrindus.

Veiklos: Projekto pristatymas mokiniams, saugaus elgesio taisyklės, taisyklinga stovėseną, pistoleto laikymas, taikymasis, kvėpavimo kontrolė, pirmieji šaudymo bandymai be laiko fiksavimo.

Mokytojo užduotys: Pristatyti mokiniams projekto tikslą ir metų eigą; pravesti saugaus elgesio instruktažą; parodyti bazinę šaudymo poziciją ir pistoleto laikymo principus; organizuoti pirmuosius šaudymo bandymus; mokyti pirmiausia tikslumo, o ne greičio.

LAPKRITIS

Pirmasis testavimas. Šaudymas su fiziniu krūviu.

Tikslas: nustatyti pradinį mokinių rezultatą ir pasirengimo lygį.

Veiklos: Pirmojo testavimo organizavimas pagal patvirtintą testavimo tvarką. Testo metu derinamas trumpa bėgimo ir šaudymo užduotis, fiksuojamas bendras rezultatas.

Mokytojo užduotys: Paruošti testavimo vietą ir trasą; užtikrinti vienodas sąlygas visiems mokiniams; fiksuoti rezultatus pagal nustatytą formą; pažymėti mokinių klases ir amžiaus grupes; suvesti rezultatus į numatytą sistemą.

Papildomai: po pirmojo testavimo gali būti organizuojamos rezultatų ir veiklų aptarimas, partnerių edukacinės veiklos, skirtos mokinių motyvacijai, fizinio aktyvumo įpročiams ar sporto pažinimui.

GRUODIS

Judėjimo, vikrumo ir varžybų elementų pradžia

Tikslas: Supažindinti mokinius su judėjimo užduotimis, kurios bus vykdomos rengiantis varžyboms.

Veiklos: Vikrumo estafetės, kugelių apibėgimai, krypties keitimas, šliaužimo pradmenys, perlipimo / peršokimo elementai, šaudymo integravimas į judėjimo užduotis.

Mokytojo užduotys: Pradėti taikyti paprastus varžybų elementus; mokyti mokinius saugiai įveikti kliūtis; jungti bėgimą, vikrumą ir šaudymą į trumpas užduotis; skatinti komandinį darbą ir mokinių tarpusavio palaikymą; stebėti, kurie mokiniai gerai reaguoja į judėjimo ir šaudymo derinimą.

SAUSIS

Šaudymas po fizinio krūvio.

Tikslas: paruošti mokinius antrajam testavimui.

Veiklos: Trumpi bėgimo intervalai, šaudymas po fizinio krūvio, kvėpavimas, reakcijos ir greičio pratimai.

Mokytojo užduotys: palaipsniui didinti fizinio krūvio ir šaudymo derinimą; mokyti mokinius po bėgimo stabilizuoti kvėpavimą; paruošti mokinius antrajam testavimui.

Papildomai: sausio mėnesį gali būti organizuojami nuotoliniai arba gyvi partnerių užsiėmimai apie pasirengimą fiziniam krūviui, susikaupimą, sporto psichologiją, motyvaciją ar sveikos gyvensenos įpročius.

VASARIS

Antrasis testavimas

Tikslas: įvertinti mokinių pažangą ir fiksuoti antrojo testavimo rezultatus.

Veiklos: Antrojo testavimo organizavimas pagal patvirtintą testavimo tvarką, fiksuojamas bendras rezultatas.

Mokytojo užduotys: Paruošti testavimo vietą ir trasą; užtikrinti vienodas sąlygas visiems mokiniams; fiksuoti rezultatus pagal nustatytą formą; pažymėti mokinių klases ir amžiaus grupes; suvesti rezultatus į numatytą sistemą.

KOVAS

Pasirengimas tarpmokyklinėms varžyboms

Tikslas: paruošti mokinius miesto tarpmokyklinėms varžyboms.

Veiklos: Estafetės, varžybų trasos elementai, komandų formavimas, kontroliniai startai, šaudymo ir bėgimo derinimas.

Mokytojo užduotys: organizuoti mini trasas ir estafetes; formuoti mokyklos komandas pagal amžiaus grupes; organizuoti kontrolinius startus.

Papildomai: artėjant miesto tarpmokyklinėms varžyboms gali būti organizuojamos partnerių veiklos, skirtos komandiniam darbui, atsakomybei, pasirengimui varžyboms ir tolimesnėms sporto ar studijų galimybėms pristatyti.

BALANDIS

Miesto tarpmokyklinės varžybos

Tikslas: suformuoti komandas ir dalyvauti miesto tarpmokyklinėse varžybose.

Veiklos: Mokyklų komandų dalyvavimas miesto tarpmokyklinėse varžybose.

Mokytojo užduotis: užregistruoti mokyklos komandas į miesto tarpmokyklinės varžybas.

GEGUŽĖ

Nacionalinis finalas ir sezono užbaigimas

Tikslas: patekus, dalyvavimas nacionaliniame finale.

Veiklos: Mokyklų komandų dalyvavimas nacionaliniame finale..

Mokytojo užduotis: užregistruoti mokyklos komandas į nacionalinį finalą.