

LIETUVA+

LIETUVOS JAUNIMO MOTOKROSO RINKTINĖS UGDYMO PROGRAMA 2027-2030 M.

PASIŪLYMAS LIETUVOS MOTOCIKLŲ SPORTO FEDERACIJAI

Linas Šiaučiūnas / 2027 metų bandomasis sezonas

13 + 6 / 19 SPORTININKŲ

01 / PROGRAMA

PASIŪLYMAS LMSF

Programos paskirtis

Programos LIETUVA+ paskirtis – sudaryti sąlygas perspektyviems Lietuvos jauniesiems motokroso sportininkams nuosekliai tobulėti ir rengtis tarptautinėms varžyboms. Siekiama užtikrinti rengimo tęstinumą nuo pirmųjų varžybų patirties iki perėjimo į aukštesnes klases, atsižvelgiant į kiekvieno sportininko amžių, gebėjimus ir sveikatą.

Programa sujungtų Lietuvos motociklų sporto federacijos, klubų trenerių, specialistų ir šeimų pastangas. Bendrose stovyklose sportininkai tobulintų važiavimo techniką, o tarp stovyklų dirbtų pagal individualius planus. Periodinis pažangos vertinimas padėtų laiku pastebėti sunkumus ir parinkti tinkamas užduotis. Fizinio ir psichologinio rengimo, mitybos bei atsigavimo rekomendacijos papildytų kasdienes treniruotes klubuose.

Šeimoms programa padėtų aiškiau planuoti sezoną ir dalį su sportu susijusių išlaidų. Bendrai organizuojamos veiklos, aprangos užsakymai ir sutartos partnerių paslaugos galėtų sumažinti finansinę naštą bei palengvinti pasirengimą varžyboms. Tėvų mokymuose būtų aptariama, kaip palaikyti vaiką, derinti sportą su mokslu ir poilsiu bei išvengti perteklinio spaudimo siekti rezultatų.

2027 metais numatomas bandomasis sezonas, kuriame dalyvautų 13 pagrindinės rinktinės sportininkų ir 6 kandidatai. Įvertinus jų pažangą, šeimų atsiliepimus ir finansines galimybes, būtų sprendžiama dėl tolesnio programos įgyvendinimo 2028–2030 metais. Ilgalaikis tikslas – padėti jauniems sportininkams išlikti motokrose, saugiai tobulėti ir pasirengti aukštesnio lygio varžyboms.

Programos apimtis

Pagrindinę rinktinę sudaro 13 atrinktų sportininkų, papildomoje grupėje numatytos 6 kandidatų vietos. Iš viso programa apima 19 sportininkų. Kandidatų vietos pagal klases neskirstomos. Abiejų grupių dalyvavimo sąlygos ir teikiama pagalba apibrėžiamos prieš sezono pradžią.

Ugdymo principai

Sportininko rengimas grindžiamas individualiu planu ir reguliariu jo pažangos aptarimu. Bendros rinktinės veiklos papildo darbą klubuose, todėl užduotys derinamos su sportininko treneriu. Rengiantis varžyboms atsižvelgiama į mokymąsi, poilsį ir savijautą. Programos tęstinumas vertinamas pagal sportininkų pažangą, jų išlikimą sporte ir galimybes pereiti į aukštesnes klases.

Programos įgyvendinimas siejamas su patvirtintu finansavimu. Paslaugų kiekiai, nuolaidos ir tarptautinės veiklos galutinai nustatomi sutartyse su specialistais bei partneriais. Atrankos metodika ir detali sąmata pateikiamos prieduose.

13
PAGRINDINĖ RINKTINĖ

6
KANDIDATAI

19
SPORTININKŲ IŠ VISO

02 / PROGRAMA PASIŪLYMAS LMSF

Rinktinės sudėtis ir ugdymo kryptis

Pagrindinę rinktinę sudaro 13 atrinktų sportininkų. Jų vietos pagal klases išlaikomos pagal pateiktą sudėtį. Papildomą grupę sudaro 6 kandidatai, kuriems vietos pagal klases neskirstomos.

Klasė arba grupė	Vietos	Amžiaus orientyras	Ugdymo kryptis
50 cm³	1	7–10 metų	Važiavimo pagrindai ir pirmoji varžybų patirtis
65 cm³	2	9–12 metų	Technikos tobulinimas ir saugus važiavimas
85 cm³	2	11–14 metų	Nuoseklus rengimas ir pasirengimas EMX85 varžyboms
125 cm³	2	13–17 metų	Pasirengimas EMX125 ir perėjimui į aukštesnę klasę
250 cm³	3	15–18 metų	Meistriškumo ugdymas ir pasirengimas MX2
450 cm³	1	16–18 metų	Patirtis aukštesnėje klasėje ir perėjimas į suaugusiųjų sportą
Merginos	2	7–17 metų	Individualus rengimas ir pasirengimas moterų varžyboms
Iš viso	**13**		

Amžiaus ribos yra rengimo orientyrai. Teisė dalyvauti konkrečiose varžybose nustatoma pagal atitinkamo sezono ir klasės taisykles. Merginų rengimo užduotys parenkamos pagal jų klasę, amžių ir pasirengimą.

Šešių kandidatų grupė

Kandidatai atrenkami pagal gebėjimus, pažangą, motyvaciją ir tolesnio tobulėjimo galimybes. Iš anksto nenumatoma, kiek vietų tenka atskiroms klasėms ar grupėms. Dalyvavimo veiklose ir perėjimo į pagrindinę rinktinę sąlygos nustatomos bendroje programos tvarkoje.

Dalyvavimas ir pažangos peržiūra

Kiekvieno sportininko pažanga peržiūrima kas ketvirtį. Vertinama važiavimo technika, rezultatai, fizinis pasirengimas, motyvacija ir tobulėjimo galimybės. Vertinimo išvados padeda atnaujinti individualias užduotis ir, prireikus, svarstyti rinktinės sudėties keitimą. Atrankos balai, peržiūros terminai ir sprendimų apskundimo tvarka išdėstyti 1 priede.

Merginoms taikomi vienodi atitinkamos grupės ugdymo ir paramos principai. Liga ar trauma savaime nėra pagrindas pašalinti sportininką: jo situacija vertinama individualiai, o grįžimas į treniruotes derinamas pagal gydytojo rekomendacijas.

03 / PROGRAMA

PASIŪLYMAS LMSF

Ugdymo programa ir tarptautinė patirtis

Kiekvienam sportininkui rengiamas sezono planas. Kas ketvirtį jame numatomos 2–3 svarbiausios užduotys, kurias rinktinės specialistai aptaria su sportininku ir jo klubo treneriu. Krūvis derinamas su mokslu, poilsiu ir sveikatos būkle.

Šešių stovyklų ciklas

Stovykla	Laikas	Pagrindinės užduotys
Žiemos pasirengimas	Gruodis	Fizinio pasirengimo testai, teorija, individualūs planai ir tėvų mokymai.
Važiavimas smėlyje	Vasaris	Provėžos, stabdymas smėlyje, ištvermė ir psichologinis pasirengimas.
Važiavimas kietu gruntu	Balandis	Startai, posūkiai, saugūs šuoliai ir vaizdo įrašų analizė.
Pasirengimas EMX	Birželis	Varžybų situacijų modeliavimas, važiavimo tempas, taktika ir mityba.
Pažangos įvertinimas	Rugpjūtis	Individualių užduočių peržiūra ir pasirengimas rugsėjo vertinimui.
Sezono apibendrinimas	Spalis	Baigiamieji testai, kito sezono atranka ir tolesnis planavimas.

Biudžete numatytos šešios vienos dienos stovyklos. Pirmojo ciklo žiemos stovykla gali vykti 2026 m. gruodį; jos finansavimo laikotarpis ir galimos papildomos dienos derinami atskirai. Vietos ir datos tikslinamos pagal trasų prieinamumą, orus ir varžybų kalendorių.

Darbas tarp stovyklų

Fizinio rengimo treneris vyksta į regionus ir skiria individualias užduotis. Planuojama iki 24 vizitų per metus visai programai.

Numatoma sportininko vaizdo įrašų analizė bent kartą per mėnesį, patvirtinus tam reikalingą specialistų darbo apimtį ir finansavimą.

Psichologinio pasirengimo, mitybos ir atsigavimo klausimai įtraukiami į bendrą rengimo planą. Tėvams teikiamos rekomendacijos, kaip palaikyti sportininką ir išvengti perteklinio spaudimo.

Bendradarbiavimas su Nyderlandų specialistais

Siūloma tartis dėl vieno tarptautinio patarėjo vizito ir vienos nuotolinės konsultacijos per metus, savaitės stovyklos dviem pasirengusiems sportininkams Nyderlanduose bei pagalbos rengiantis pasirinktiems EMX etapams. Partnerystė ir konkrečios sąlygos dar derinamos.

Bendradarbiavimas su Nyderlandų specialistais papildytų Lietuvoje vykdomą rengimą. Tarptautinė patirtis būtų skiriama pagal sportininko pasirengimą, partnerystės susitarimus ir turimas lėšas.

Sąmatoje tarptautinei daliai numatyta 4 000 Eur. Dvi visiškai finansuojamos užsienio stovyklos kiekvienam pagrindinės rinktinės nariui į šią sumą neįtrauktos.

04 / PROGRAMA PASIŪLYMAS LMSF

Pagalba sportininkams ir šeimoms

Specialistų pagalba papildo stovyklas ir kasdienes treniruotes. Paslaugų apimtis tvirtinama pagal finansavimą ir sutartis, o pagrindinės rinktinės bei kandidatų grupės dalyvavimo sąlygos paskelbiamos prieš sezono pradžią.

Fizinis ir psichologinis pasirengimas

Planuojama iki 24 fizinio rengimo trenerio vizitų į regionus per metus visai programai. Jų metu būtų atliekami testai, aptariamos individualios užduotys ir krūvis. Taip pat siekiama bent kartą per mėnesį individualiai peržiūrėti sportininko važiavimo įrašus. Šiai veiklai reikia atskirai patvirtinti trenerio darbo, įrangos ir programų sąnaudas.

Pradinėje sąmatoje sporto psichologo pagalbai numatyti 4 grupiniai užsiėmimai ir 1 individuali konsultacija visai programai. Mitybos specialisto pagalbai numatytos 2 paslaugos per metus visai programai. Konsultacijų pobūdis ir dalyvių skaičius dar derinami. Individualių mitybos planų skaičius, jų atnaujinimas ir papildoma psichologinė pagalba kiekvienam sportininkui įkainojami atskirai.

Treniruočių ir varžybų sąlygos

Su organizatoriais siūloma tartis dėl galimybės į Lietuvos čempionato etapus registruotis 48 val. anksčiau ir dėl lengvatos pavėluotai registracijai. Sutartose trasose būtų siekiama iki 40 nemokamų treniruočių dienų per metus. Rezervavimo tvarka, dienų skaičius ir kandidatų galimybės nustatomi susitarimuose su trasomis.

Tarptautinėms varžyboms siekiama apmokėti reikalingas licencijas, padėti registruotis ir prisidėti prie kelionių į pasirinktus EMX etapus. Dėl draudimo siūloma derėtis įtraukiant EMX išvykas; 50 000 Eur apsaugos suma yra derybų orientyras. Su specializuotais partneriais taip pat būtų tariamasi dėl 2 motociklų pakabų bandymų dienų. Savaitės stovykla Nyderlanduose 2 sportininkams aprašyta ugdymo programoje.

Šeimos palaikymas ir sportininko pristatymas

Numatomi bent 2 tėvų ir trenerių seminarai apie šeimos išlaidas, vaiko palaikymą ir sporto derinimą su mokymusi. Jų finansavimas tikslinamas. Sportininkų pristatymui planuojama bendra fotosesija, trumpi vaizdo įrašai ir sportinių pasiekimų aprašo šablonas. Pažangos taškai ir skatinamieji prizai būtų taikomi pagal atskirai patvirtintas taisykles.

Sportininko paskyra ir programos kortelė

Paskyroje būtų saugomas individualus planas, testų bei vertinimo rezultatai, pažangos įrašai ir suteiktos paramos apskaita. Kortelė padėtų naudotis partnerių paslaugomis ir nuolaidomis. Ji nepakeičia sporto licencijos ar draudimo. Sveikatos ir vertinimo duomenys prieinami tik įgaliotiems asmenims. Nuotraukos, vaizdo įrašai ir pasiekimų aprašai viešinami arba siunčiami komandoms gavus reikiamus sutikimus.

05 / PROGRAMA PASIŪLYMAS LMSF

Rinktinės apranga ir partnerių parama

Bendra rinktinės apranga padėtų atpažinti komandą varžybose ir stovyklose. Siūlomos tamsiai žalia, geltona ir raudona spalvos. Galutinis dizainas, Lietuvos simbolikos ir rėmėjų ženklų naudojimas suderinami prieš užsakymą.

Aprangos dalis	Pagrindinės rinktinės narys	Kandidatas
Varžybų marškinėliai	2 vnt. su pavarde ir numeriu	1 vnt.
Marškinėliai	2 vnt.	1 vnt.
Lengva neperpučiama striukė	1 vnt.	Nenumatyta
Lietaus striukė	1 vnt.	1 vnt.
Kepurė ir žieminė kepurė	1 komplektas	1 komplektas
30 litrų kuprinė	1 vnt.	1 vnt.
Signalinė lenta ir vėliava	1 komplektas	Nenumatyta
Siūlomas metinis įnašas už aprangą	300 Eur	150 Eur

Prieš surenkant įnašus sutariama dėl aprangos nuosavybės, dydžių keitimo ir grąžinimo pasitraukus iš programos. Rėmėjų ženklų vietos derinamos su rinktinės įvaizdžiu ir varžybų reikalavimais.

Partnerių parama ir nuolaidos

Partnerių parama būtų teikiama pagal aiškias sutartis. Sutarti nuolaidų dydžiai, naudojimosi paslaugomis tvarka ir naudos apskaita padėtų šeimoms planuoti išlaidas. Lentelėje pateikiami derybų orientyrai.

Prekės arba paslaugos	Derybų tikslas pagrindinei rinktinei	Derybų tikslas kandidatams
Dalys, tepalai ir filtrai	Iki 25 proc.	Iki 15 proc.
Apsaugos, šalmai ir batai	25–30 proc.	15 proc.
Padangos	20 proc.	12 proc.
Remonto darbai	20 proc.	10 proc.
Pakabų priežiūra	30 proc.	Derinama
Treniruočių trasos	50 proc. arba 30–40 nemokamų dienų	Iki 25 proc., derinama

Tai derybų tikslai, o ne patvirtintos nuolaidos. Siekiama maždaug 6 partnerių tinklo ir iki 3 metų sutarčių. Konkretūs tiekėjai ir trasos pasirenkami patikrinus jų pasiūlymus.

Naudos šeimai apskaita

Partneris suteikia sutartą nuolaidą ar paslaugą, o programoje registruojama faktiškai gauta nauda. Preliminarus metinės naudos orientyras pagrindinės rinktinės nariui – 1 800–2 400 Eur, kandidatui – 800–1 200 Eur. Šios sumos tikslinamos pagal sutartis ir realų naudojimąsi paslaugomis.

Nuolaidos nepadengia visų šeimos išlaidų technikai, kurui ir kelionėms. Jei dalį nuolaidų kompensuotų programa, tam reikėtų atskiros biudžeto eilutės. Šiuo metu tokia eilutė nenumatyta.

06 / PROGRAMA PASIŪLYMAS LMSF

Programos valdymas ir įgyvendinimas

LMSF priimtų sprendimus dėl programos principų, taisyklių, biudžeto ir finansavimo bei vertintų metinę ataskaitą. Kasdienį įgyvendinimą organizuotų koordinatorius: derintų kalendorių, partnerystes ir sutartis, rūpintųsi komunikacija, finansų suvestinėmis ir sezono ataskaita. Koordinatoriui siūlomas 0,5 etato darbo krūvis.

Vyriausiasis treneris kartu su klubų treneriais derintų individualius planus, techninį rengimą ir kasdienes užduotis. Fizinio rengimo ir medicinos specialistai parinktų amžiui tinkamus testus bei krūvį, rūpintųsi traumų prevencija ir saugiu grįžimu į sportą. Tarptautinis patarėjas teiktų metodines konsultacijas ir padėtų rengti mainus pagal atskirą susitarimą.

Trijų asmenų komisija užtikrintų nepriklausomą vertinimą, pagrįstų sprendimus ir valdytų interesų konfliktus. Du tėvų atstovai teiktų siūlymus ir stebėtų finansinį skaidrumą, tačiau sportininkų atrankoje nebalsuotų. Sportininkas ir jo šeima vykdytų sutartas užduotis, palaikytų ryšį su treneriais ir derintų sportą su mokymusi.

Sportininkų saugumas

Programoje nustatoma vaikų apsaugos ir pranešimų apie netinkamą elgesį tvarka, paskiriamas už saugumą atsakingas asmuo. Dalyvavimo ir išvykų sąlygos derinamos su tėvais ar globėjais. Sveikatos duomenys tvarkomi konfidencialiai, o grįžimas po ligos ar traumos grindžiamas gydytojo rekomendacijomis.

Atrankos ir skundų nagrinėjimo tvarka skelbiama iš anksto. Vertintojas nusišalina, jei kyla interesų konfliktas. Merginoms taikomi vienodi atitinkamos grupės paramos ir ugdymo principai. Šeimoms, kurioms įnašas būtų kliūtis, numatomos aiškios paramos išimtys.

Įgyvendinimo etapai

Laikotarpis	Veiksmai
2026 m. lapkritis–gruodis	Suderinti programą, atsakomybes ir dalyvavimo sąlygas; įvertinti pasirengimą ir parengti individualius planus.
Per 60 dienų nuo pritarimo	Surinkti tiekėjų pasiūlymus, patikslinti 19 sportininkų biudžetą ir parengti sutartis. Aprangos dizainui numatyti 2 savaites.
2026 m. gruodis arba suderinta pradžios data	Surengti įvadinę stovyklą ir pradėti ugdymo ciklą, patvirtinus finansavimą.
2027 m. sausis–birželis	Vykdyti rengimo planą, stovyklas ir pažangos peržiūras; pateikti tarpinę ataskaitą.
2027 m. liepa–gruodis	Vykdyti tarptautines veiklas, įvertinti sezoną ir finansus, priimti sprendimą dėl 2028 metų.