Kauno r. sporto centro ugdytinių
sportinio ugdymo grupių formavimo tvarkos
1 priedas

KAUNO R. SPORTO CENTRO SPORTINIO UGDYMO GRUPIŲ SUDARYMO RODIKLIAI IR UGDYMUI SKIRIAMAS MAKSIMALUS KONTAKTINIŲ AKADEMINIŲ UGDYMO VALANDŲ SKAIČIUS PER SAVAITĘ PAGAL SPORTO ŠAKAS IR (ARBA) DISCIPLINAS

BADMINTONAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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	7–10	7–10	12							7
	2	9–11	9–11	10							9
Meistriškumo ugdymo	1	10–12	10–12	8							12
	2	11–13	11–13	8	4	4					14
	3	12–14	12–14	8	2	6					16
	4	13–15	13–15	6		4	2				18
Meistriškumo tobulinimo	1	14–16	14–16	6		2	4				22
	2	15–17	15–17	6		1	5				24
	3	16–18	16–18	4			3	1			28
	4	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	4			2	2			28
Aukšto meistriškumo	–	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2				1	1		32
	–	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2					1	1	36

BADMINTONO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	1–16	D [2]				
2.	Pasaulio čempionatas	1–16	D [2]				
3.	Pasaulio taurės varžybos	1–8	9–16 [3]				
4.	Europos čempionatas	1–8	9–16 [3]				
5.	Europos taurės varžybos	1–4	5–12 [3]				
6.	Pasaulio studentų universiada	1	2–4 [3]	5–8 [2]			
7.	Tarptautinės varžybos [1]		1	2–6 [3]			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1	2–6	7–12 [3]			
9.	Europos jaunimo čempionatas	1	2–4	5–8 [3]			
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos [1]		1	2–6 [3]			
11.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1–4	5–12 [3]	13–18 [2]		
12.	Pasaulio jaunių čempionatas		1–4	5–12 [3]	13–18 [2]		
13.	Europos jaunių čempionatas		1–2	3–8 [3]	9–12 [2]		
14.	Europos jaunimo olimpinis festivalis		1–2	3–8 [3]	9–12 [2]		
15.	Tarptautinės jaunių varžybos [1]			1–4	5–8 [2]		
16.	Pasaulio jaunučių čempionatas			1–4	5–12 [3]		
17.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–4 [3]	5–8 [2]	9–12 [2]	
18.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos				1–4 [3]	5–8 [3]	
19.	Lietuvos studentų čempionatas				1 [4]	2–4 [3]	
20.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės				1–6 [3]	7–12 [2]	
21.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės				1–4 [3]	5–8 [2]	
22.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės, moksleivių pirmenybės					1–6 [3]	7–12 [2]
23.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės, moksleivių pirmenybės						1–6 [3]

Pastabos:
D – dalyvavimas.
[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės badmintono federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.
[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.
[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.
[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

BOKSAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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	9-12	9-12	10							7
	2	10–13	10–13	9							9
Meistriškumo ugdymo	1	11–14	11–14	8							12
	2	12–15	12–15	7	1	5	1				14
	3	14–17	14–17	6		4	2				16
	4	15–18	15–18	6		3	3				20
	5	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	5		1	4				22
Meistriškumo tobulinimo	1	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	5		1	3	1			24
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	4			2	2			28
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	3			1	2			30
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2				1	1		32
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2					1	1	36

BOKSO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP1	MP2	MP3	MP4	MP5	MP6
1.	Olimpinės žaidynės	1–24					
2.	Pasaulio čempionatas	1–16	D[2]				
3.	Europos čempionatas	1–8	9–16				
4.	Europos žaidynės	1–4	5–8[2]				
5.	Pasaulio studentų universiada, čempionatai	1	2–4	5–8[2]			
6.	Tarptautinės varžybos[1]		1	2–4[2]			
7.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–3	4–6	7–16[2]			
8.	Europos jaunimo čempionatas	1–2	3–4	5–8[2]	9–16[2]		
9.	Tarptautinės jaunimo varžybos[1]		1-2	3–4[2]			
10.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1–4	5–8[3]	9–16[2]		
11.	Pasaulio jaunių čempionatas		1–4	5–8[3]	9–16[2]		
12.	Europos jaunių čempionatas		1–4	5–8[3]	9–16[2]		
13.	Europos jaunimo olimpinis festivalis		1–2	3–8[3]	9–16[2]		
14.	Tarptautinės jaunių varžybos[1]			1–2	3–4[2]	5–8[2]	
15.	Europos jaunučių čempionatas			1–4	5–8[2]		
16.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–4	5–8[2]		
17.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai				1–4[3]	5–8[2]	
18.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai				1–4[3]	5–8[2]	
19.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai					1–4[3]	5–8[2]

Pastabos:

Meistriškumo rodiklis suteikiamas, jeigu sportininkas laimėjo ne mažiau kaip 1 kovą turnyre.

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės bokso federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

DZIUDO

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje						Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius					
					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	6–12	6–12	14							7
	2	8–13	8–13	13							9
Meistriškumo ugdymo	1	10–14	10–14	12							12
	2	11–15	11–15	10	6	4					15
	3	12–16	12–16	9	1	6	2				16
	4	13–17	13–17	8		5	3				18
	5	14–18	14–18	7		3	4				20
Meistriškumo tobulinimo	1	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	6		1	5				24
	2	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	5			4	1			28
	3	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	4			2	2			30
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2				1	1		32
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2					1	1	36

DZIUDO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	1–16	D [2]				
2.	Pasaulio čempionatas	1–16	D [3]				
3.	Pasaulio taurės varžybos	1–8	9–16 [3]				
4.	Europos čempionatas	1–8	9–16 [3]				
5.	Europos taurės varžybos	1–4	5–12 [3]				
6.	Pasaulio studentų universiada	1	2–4 [3]	5–8 [2]			
7.	Tarptautinės varžybos [1]		1	2–6 [3]			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1	2–6	7–12 [3]			
9.	Europos jaunimo čempionatas	1	2–4	5–8 [3]			
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos [1]		1	2–6 [3]			
11.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1–4	5–12 [3]	13–18 [2]		
12.	Pasaulio jaunių čempionatas		1–4	5–12 [3]	13–18 [2]		
13.	Europos jaunių čempionatas		1–2	3–8 [3]	9–12 [2]		
14.	Europos jaunimo olimpinis festivalis		1–2	3–8 [3]	9–12 [2]		
15.	Tarptautinės jaunių varžybos [1]			1–4	5–8 [3]		
16.	Pasaulio jaunučių čempionatas			1–4	5–12 [3]		
17.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–4 [3]	5–8 [2]	9–12 [2]	
18.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos				1–4 [3]	5–8 [3]	
19.	Lietuvos studentų čempionatas				1 [4]	2–4 [3]	
20.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės				1–6 [3]	7–12 [2]	
21.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės				1–4 [3]	5–8 [2]	
22.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės, moksleivių pirmenybės					1–6 [3]	7–12 [2]

23.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės, moksleivių pirmenybės						1–6 [3]

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės dziudo federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

FUTBOLAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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	6–9	6–7	12							8
	2	8–10	7–8	12							10
Meistriškumo ugdymo	1	7–12	8–14	12							12
	2	10–12	9–17	14[1]	10	4					12
	3	10–12	12–17	14[1]	8	6					14
	4	13–15	13–17	14[2]	8	6					16
					arba						
							2[4]				
	5	13–15	14–17	14[2]		10	4				18
					arba						
								2[4]			
Meistriškumo tobulinimo	1	14–17	15–18	14[3]		8	4				20
					arba						
								2[4]			
	2	15–18	16–18	14[3]			8	4			21
					arba						
									2[4]		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	3	15–18	17–18	16[3]			8	6			22
					arba						
									2[4]		
Aukšto meistriškumo	–	16 ir vyresnės	18 ir vyresni	16[3]				12	4		26
					arba						
										2[4]	
	–	16 ir vyresnės	18 ir vyresni	16[3]				10	6		26
					arba						
										2[4]	

Pastabos:

[1] – 10 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 20 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus.

[2] – 12 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 25 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus.

[3] – 12 sportininkų dalyvavo ne mažiau kaip 30 varžybų per mokslo metus ir išlaikė kontrolinius normatyvus.

[4] – sportininkas dalyvavo pasaulio ir/ar Europos suaugusiųjų, jaunimo, jaunių, jaunučių atrankos ir / ar finalinio etapo varžybose arba Jaunimo olimpinėse žaidynėse ir pasiekė atitinkamą meistriškumo pakopos rodiklį pagal užimtą vietą varžybose.

FUTBOLO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopos (MP) rodiklis					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	D					
2.	Pasaulio čempionatas (olimpinė rungtis)	1–16	D[1]				
3.	Europos čempionatas (olimpinė rungtis)	1–12	D[1]				
4.	Europos žaidynės	1–16	D[1]				
5.	Pasaulio studentų universiada	1–3	4–16[1]				
6.	Pasaulio vaikinų ir merginų U–21 čempionatas (olimpinė rungtis)	1	2–8	9–16			
7.	Pasaulio vaikinų ir merginų U–19 čempionatas (olimpinė rungtis)	1	2–8	9–16			
8.	Pasaulio vaikinų ir merginų U–17 čempionatas (olimpinė rungtis)	1	2–8	9–16			
9.	Europos vaikinų ir merginų U–21 čempionatas (olimpinė rungtis)		1–8	9–16			
10.	Europos vaikinų ir merginų U–19 čempionatas (olimpinė rungtis)		1–8	9–16			
11.	Europos vaikinų ir merginų U–17 čempionatas (olimpinė rungtis)		1–3	4–8	9–16		
12.	Tarptautinės jaunimo varžybos[3] (olimpinė rungtis)			1	2–6[1]		
13.	Jaunimo olimpinės žaidynės		1–4	5–8	9–16		
14.	Tarptautinės jaunių varžybos[3] (olimpinė rungtis)			1	2–3	4–6[1]	
15.	Baltijos šalių taurė (olimpinė rungtis)			1	2–4[2]		
16.	Baltijos šalių vaikinų ir merginų taurė U–17 (olimpinė rungtis)				1–3[2]		
17.	Baltijos šalių vaikinų ir merginų taurė U–15 (olimpinė rungtis)					1–3[2]	
18.	Lietuvos futbolo čempionatas (A lyga) (olimpinė rungtis)			1–3	4–8		
19.	Lietuvos futbolo pirmenybės (I lyga) (olimpinė rungtis)			1	2–3	4–16	
20.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–19 (olimpinė rungtis)				1–3	4–8	9–D[1]
21.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–18 (olimpinė rungtis)				1–3	4–8	9–D[1]
22.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–16 (olimpinė rungtis)				1–2	3–8	9–D[1]
23.	Lietuvos Elitinės lygos futbolo čempionatas U–15 (olimpinė rungtis)				1–2	3–8	9–D[1]
24.	Lietuvos vaikų ir jaunių futbolo asociacijos lygos pirmenybės U–14 (olimpinė rungtis)					1–4	D[1]
25.	Lietuvos vaikų futbolo čempionatas, lygos ir pirmenybės (olimpinė rungtis)					1–8	D[1]
26.	Lietuvos mokinių salės futbolo „Futsal“ pirmenybės						D[1]
27.	Lietuvos jaunučių / jaunių sporto žaidynės					1–3	4

28.	Lietuvos mokyklų futbolo žaidynės „Golas“ (5–12 kl.)						D[1]
29.	Moksleivių (merginų) salės futbolo „Futsal“ žaidynės „Ladygolas“					1–3	D[1]
30.	Moksleivių žaidynės „Pradinukų lyga“ (1– 4 kl.)						D[1]

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[2] – laimėta ne mažiau 1/3 žaistų rungtynių.

[3] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės futbolo federacijos ir/ar Europos futbolo federacijų asociacijos varžybų kalendorių, kai dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.

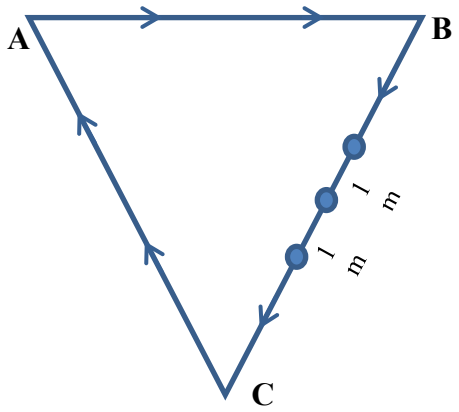
FUTBOLO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ KONTROLINIAI NORMATYVAI

Sportininko amžius	Testo pavadinimas	Vertinimas (balai)			
		2	**3**	**4**	**5**
9–10 metų	20 m. bėgimas iš aukšto starto (sek.)	4,6	4,5	4,3	4,2
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	mažiau 140	140	150	170
	„Trikampis“ [1] (sek.)	14,3	13,9	13,7	13,5
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kvadratinių metrų plote (kr.)	mažiau 10	10	11	13
	Smūgiavimas tikslumui į vartus iš 11 m atstumo (vartai padalinti į dešinę ir kairę dalis) (2 bandymai po 5 kartus)	2	3	4	5
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek.)	7 ir daugiau	6,9	6,6	6,4
11 metų	20 m. bėgimas iš aukšto starto (sek.)	4,1	4,0	3,9	3,8
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	160	170	180	185
	„Trikampis“ [1] (sek.)	14,1–14,5	13,6–14	13,1–13,5	13 ir greičiau
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek.)	6,8	6,6	6,4	6,2
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kvadratinių metrų plote (kr.)	10	12	13	15
	Smūgiavimas į tolį (m)	34	36	38	40
	Smūgiavimas tikslumui iš 14 m. atstumo į vartus (vartai padalinti į dešinę ir kairę dalis) (2 bandymai po 5 kartus)	2	3	4	5
12 metų	20 m. bėgimas iš aukšto starto (sek.)	4,1	4,0	3,8	3,6
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	170	180	190	200
	„Trikampis“ [1] (sek.)	13,6	13,3	13,0	12,8
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek.)	6,6	6,4	6,2	6,1
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kv. m. plote (kr.)	12	14	15	17
	Smūgiavimas į tolį (m)	36	38	40	42

	Smūgiavimas tikslumui iš 16 m. atstumo (vartai padalinti į dešinę ir kairę dalis) (2 bandymai po 5 kartus)	2	3	4	5
Sportininko amžius	**Testo pavadinimas**	**Vertinimas (balai)**			
		2	**3**	**4**	**5**
13 metų	20 m. bėgimas iš aukšto starto (sek)	4,0	3,9	3,7	3,5
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	180	190	200	210
	„Trikampis“ [1] (sek.)	13,2	13,0	12,8	12,6
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek.)	6,4	6,2	6,0	5,9
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kv. m. plote (kr.)	14	16	18	20
	Smūgiavimas į tolį (m)	38	40	42	44
	Smūgiavimas tikslumui iš 16 m. atstumo (vartai padalinti į dešinę ir kairę dalis) (2 bandymai po 5 kartus)	2	3	4	5
14 metų	30 m. bėgimas iš aukšto starto (sek.)	5,0	4,8	4,6	4,4
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	200	210	220	230
	„Trikampis“ [1] (sek.)	13	12,8	12,6	12,4
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek.)	6,0	5,8	5,7	5,6
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kv. m. plote (kr.)	18	20	22	25
	Smūgiavimas į tolį tikslumui į 20 m sektorių (m)	38	40	42	44
15 metų	30 m. bėgimas iš aukšto starto (sek.)	4,8	4,6	4,4	4,3
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	210	220	230	240
	6 min. bėgimo testas (m)	1100	1200	1300	1400
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek.)	5,9	5,7	5,6	5,4
	Žongliravimas abiem kojomis 4 kv. m. plote (kr.)	20	23	25	26
	Smūgiavimas į tolį tikslumui į 20 m sektorių (m)	44	46	48	50

16 metų	30 m. bėgimas iš aukšto starto (sek.)	4,6	4,5	4,3	4,2
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	220	230	240	250
	6 min. bėgimo testas (m)	1200	1300	1400	1500
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek.)	5,8	5,6	5,4	5,2
	Smūgiavimas į tolį tikslumui į vartus (m)	44	46	48	50
	5x30 bėgimas su kamuoliu (sek.)	29,0	28,0	27,0	26,0
Sportininko amžius	**Testo pavadinimas**	**Vertinimas (balai)**			
		2	**3**	**4**	**5**
17 metų	30 m bėgimas iš aukšto starto (sek.)	4,6	4,5	4,3	4,1
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	225	235	245	255
	2 km bėgimo testas stadione (min.)	8,30	8,00	7,30	7,00
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek.)	5,6	5,4	5,2	5,0
	Smūgiavimas į tolį tikslumui į vartus (m)	46	48	50	52
	5x30 bėgimas su kamuoliu (sek.)	28,0	27,0	26,0	25,0
18 metų	30 m. bėgimas iš aukšto starto (sek.)	4,4	4,3	4,2	4,0
	Šuolis į tolį iš vietos abiem kojom su rankų mostu (cm)	230	240	250	260
	2 km bėgimo testas stadione (min.)	7,30	7	6,30	6
	Kamuolio varymas 30 m (3 m zonoje) atliekant ne mažiau 3 lietimus, pabaigus pratimą privalomas kamuolio sustabdymas (sek.)	5,4	5,2	5,0	4,8
	Smūgiavimas į tolį tikslumui į vartus (m)	51	52	53	55
	5x30 bėgimas su kamuoliu (sek.)	29,0	28,0	27,0	26,0

[1] – Testas „Trikampis“. Iš aukšto starto futbolininkas visu greičiu turi įveikti tris nuotolio dalis po 15 m. Pirmą dalį (AB) – pristatomaisiais žingsniais į dešinę (kairę), antrą (BC) – apibėga 3 stovus ir trečią (CA) – finišuoja atbulomis. Galimi 2 bandymai, įskaitomas geriausias.



GIMNASTIKA

AEROBINĖ GIMNASTIKA

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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 11	Iki 11	12							8
	2	Iki 12	Iki 12	11							10
Meistriškumo ugdymo	1	7–13	7–13	10							12
	2	11–14	11–14	9	6	3					16
	3	12–15	12–15	8	2	6					18
	4	13–16	13–16	7		5	2				20
	5	14–17	14–17	6		3	3				22
Meistriškumo tobulinimo	1	15–18	15–18	5		1	4				24
	2	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	4			3	1			26
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	4			2	2			28
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2				1	1		32
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2					1	1	36

AEROBINĖS GIMNASTIKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE (BALAI)

Amžiaus grupė	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
	MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7
Suaugusieji	16 ir daugiau[1]	14 ir daugiau[2]	13 ir daugiau[3]	12 ir daugiau[4]	10 ir daugiau[5]	8 ir daugiau[6]
Jaunimas	16 ir daugiau[1]	14 ir daugiau[2]	13 ir daugiau[3]	12 ir daugiau[4]	10 ir daugiau[5]	8 ir daugiau[6]
Jauniai	-	14 ir daugiau[2]	13 ir daugiau[3]	12 ir daugiau[4]	10 ir daugiau[5]	8 ir daugiau[6]
Jaunučiai	-	-	13 ir daugiau[3]	12 ir daugiau[4]	10 ir daugiau[5]	8 ir daugiau[6]
Vaikai	-	-	13 ir daugiau[3]	12 ir daugiau[4]	10 ir daugiau[5]	8 ir daugiau[6]

Pastabos:

[1] Meistriškumo pakopų rodiklis MP 1 gali būti įvykdytas sportininkui pasiekus lentelėje nurodytą rezultatą vienose iš šių varžybų:

1.1. pasaulio čempionate;
1.2. Europos čempionate;
1.3. pasaulio jaunimo čempionate;
1.4. Europos jaunimo čempionate;
1.5. tarptautinėse suaugusiųjų arba jaunimo varžybose, kurios yra įtrauktos į Tarptautinės gimnastikos federacijos (FIG) varžybų kalendorių.

[2] Meistriškumo pakopų rodiklis MP 2 gali būti įvykdyti sportininkui pasiekus lentelėje nurodytą rezultatą vienose iš šių varžybų:

2.1. pasaulio čempionate;
2.2. Europos čempionate;
2.3. pasaulio jaunimo čempionate;
2.4. Europos jaunimo čempionate;
2.5. pasaulio jaunių čempionate;
2.6. Europos jaunių čempionate;
2.7. tarptautinėse suaugusiųjų, jaunimo arba jaunių varžybose, kurios yra įtrauktos į Tarptautinės gimnastikos federacijos (FIG) varžybų kalendorių.

[3] Meistriškumo pakopų rodiklis MP 3 gali būti įvykdytas:

3.1. pasaulio čempionate;
3.2. Europos čempionate;
3.3. pasaulio jaunimo čempionate;

3.4. Europos jaunimo čempionate;
3.5. pasaulio jaunių čempionate;
3.6. Europos jaunių čempionate;
3.7. Lietuvos Respublikos čempionate;
3.8. Lietuvos Respublikos jaunimo čempionate;
3.9. Lietuvos Respublikos jaunių čempionate;
3.10. Lietuvos Respublikos jaunučių čempionate;
3.11. Lietuvos Respublikos vaikų čempionate;
3.12. Lietuvos Taurės varžybose (suaugę, jaunimas, jauniai, jaunučiai, vaikai);
3.13. Lietuvos nacionalinės lygos čempionate (suaugę, jaunimas, jauniai, jaunučiai, vaikai);
3.14. Lietuvos nacionalinės lygos Taurės varžybose (suaugę, jaunimas, jauniai, jaunučiai, vaikai);
3.15. tarptautinėse suaugusiųjų, jaunimo, jaunių, jaunučių ir vaikų varžybose, kurios yra įtrauktos į Tarptautinės gimnastikos federacijos (FIG) varžybų kalendorių.

[4] **Meistriškumo pakopų rodiklis MP 4 gali būti įvykdytas:**
4.1. Lietuvos Respublikos čempionate;
4.2. Lietuvos Respublikos jaunimo čempionate;
4.3. Lietuvos Respublikos jaunių čempionate;
4.4. Lietuvos Respublikos jaunučių čempionate;
4.5. Lietuvos Respublikos vaikų čempionate;
4.6. Lietuvos Taurės varžybose (suaugę, jaunimas, jauniai, jaunučiai, vaikai);
4.7. Lietuvos nacionalinės lygos čempionate (suaugę, jaunimas, jauniai, jaunučiai, vaikai);
4.8. Lietuvos nacionalinės lygos Taurės varžybose (suaugę, jaunimas, jauniai, jaunučiai, vaikai);
4.9. tarptautinėse saugusių, jaunimo, jaunių, jaunučių ir vaikų varžybose, kurios yra įtrauktos į Tarptautinės gimnastikos federacijos (FIG) varžybų kalendorių.

[5] **Meistriškumo pakopų rodiklis MP 5** gali būti įvykdytas:
5.1. Lietuvos Respublikos čempionate;
5.2. Lietuvos Respublikos jaunimo čempionate;
5.3. Lietuvos Respublikos jaunių čempionate;
5.4. Lietuvos Respublikos jaunučių čempionate;
5.5. Lietuvos Respublikos vaikų čempionate;
5.6. Lietuvos Taurės varžybose (suaugę, jaunimas, jauniai, jaunučiai, vaikai);
5.7. Lietuvos nacionalinės lygos čempionate (suaugę, jaunimas, jauniai, jaunučiai, vaikai);
5.8. Lietuvos nacionalinės lygos Taurės varžybose (suaugę, jaunimas, jauniai, jaunučiai, vaikai);

5.9. tarptautinėse suaugusiųjų, jaunimo, jaunių, jaunučių ir vaikų varžybose, kurios yra įtrauktos į Tarptautinės gimnastikos federacijos (FIG) varžybų kalendorių.

[6] **Meistriškumo pakopų rodiklis MP 6 gali būti įvykdytas** visose aerobinės gimnastikos varžybose, kurios yra įtrauktos į Lietuvos gimnastikos federacijos varžybų kalendorių.

GIMNASTIKA

MENINĖ GIMNASTIKA

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	2					1	1		32
	–	16 ir vyresnės	2						1	1	36

MENINĖS GIMNASTIKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų rodikliai (toliau –MP)						
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Olimpinės žaidynės	1–18	D [2]	D				
2.	Pasaulio čempionatas	1–18	D [2]	D				
3.	Pasaulio žaidynės	1–18	D [2]	D				
4.	Europos čempionatas	1–12	D [2]	D				
5.	Tarptautinės varžybos [1]		1 [4]	2–4 [3]				
6.	Europos jaunių čempionatas	1	D [4]	D [3]				
7.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–3	D [3]	D [2]				
8.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1–3	D [3]	D [2]			
9.	Europos jaunimo čempionatas	1	D [4]	D [3]				
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos[1]			1–2 [4]	3–4 [3]			
11.	Tarptautinės jaunių varžybos [1]			1–2 [4]	3–4 [3]			
12.	Lietuvos Respublikos asmeninis čempionatas			1–3[4]	4–6 [3]	7-14 [2]		
13.	Lietuvos Respublikos komandinis čempionatas				1–3 [3]	4–6 [2]		
14.	Lietuvos Respublikos grupinių pratimų čempionatas			1–3 [3]	4–6 [2]	7-12 [2]		
15.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos			1 [4]	2–4 [3]	5-12 [2]		
16.	Lietuvos Respublikos įrankių čempionatas			1-2 [4]	3–6 [3]			
17.	Lietuvos Respublikos jaunimo asmeninis čempionatas				1–4 [4]	5–8 [3]	D [2]	
18.	Lietuvos Respublikos jaunimo komandinis čempionatas					1–4 [3]	5–8[2]	9–12 [2]
19.	Lietuvos Respublikos jaunimo grupinių pratimų čempionatas				1–3 [3]	4–6 [2]		
20.	Lietuvos Respublikos jaunimo įrankių čempionatas				1–2 [4]	3–6 [3]	7–12 [2]	
21.	Lietuvos Respublikos jaunimo taurės varžybos				1–2 [4]	3–6 [3]	7–12 [2]	
22.	Lietuvos Respublikos jaunių asmeninis čempionatas				1–3 [4]	4–6 [3]	7–12 [2]	
23.	Lietuvos Respublikos jaunių komandinis čempionatas					1–2 [4]	3–6[3]	7–12 [2]
24.	Lietuvos Respublikos jaunių grupinių pratimų čempionatas				1–2 [4]	3–4 [3]	5–8 [2]	
25.	Lietuvos Respublikos jaunių įrankių čempionatas				1–2 [4]	3–4 [3]	5–8 [3]	9–12 [2]
26.	Lietuvos Respublikos jaunių taurės varžybos				1 [4]	2–4 [3]	5–8 [3]	9–12 [2]
27.	Lietuvos Respublikos jaunučių asmeninis čempionatas					1–4 [4]	5–8 [3]	9–12 [2]
28.	Lietuvos Respublikos jaunučių komandinis čempionatas						1–4 [4]	5–8 [3]

29.	Lietuvos Respublikos jaunučių grupinių pratimų čempionatas					1–2 [4]	3–6 [3]	7–12 [2]
30.	Lietuvos Respublikos vaikų asmeninis čempionatas						1–6 [3]	7–20 [2]
31.	Lietuvos Respublikos vaikų komandinis čempionatas							1–6 [3]
32.	Lietuvos Respublikos vaikų grupinių pratimų čempionatas						1–4 [4]	5–8 [2]

Pastabos:

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės (pasaulio ar Europos) gimnastikos federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 4 valstybių atstovai.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4]– aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

GIMNASTIKA

SPORTINĖ AKROBATIKA

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje									Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius								
					MP 8	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	13	14
Pradinio rengimo	1	iki 10	iki 10	10									7
	2	iki 12	iki 12	10									9
Meistriškumo ugdymo	1	8-12	8-12	9									12
	2	9-13	9-13	8	4	3	1						14
	3	10-14	10-14	7	2	3	2						16
	4	11-15	11-15	6		2	3	1					20
	5	12-16	12-16	6			3	3					23
Meistriškumo tobulinimo	1	12-16	12-16	5				4	1				25
	2	13-17	13-17	4					2	2			27
	3	13-17	13-17	4						2	2		30
Aukšto meistriškumo	–	14 ir vyresnės	14 ir vyresni	2							1	1	32
	–	14 ir vyresnės	14 ir vyresni	2								2	36

SPORTINĖS AKROBATIKOS SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE (BALAI)

Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai [1]							
MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8
72,5 ir daugiau	72 ir daugiau	48,5 ir daugiau	48 ir daugiau	16,8 ir daugiau	16,4 ir daugiau	16,0 ir daugiau	15,0 ir daugiau

Pastaba. [1] – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti įvykdyti sportininkui pasiekus lentelėje nurodytą rezultatą varžybose, kurios yra įtrauktos į tarptautinės gimnastikos (pasaulio arba Europos) federacijos ar Lietuvos gimnastikos federacijos varžybų kalendorius.

GIMNASTIKA

SPORTINĖ GIMNASTIKA

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje								Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	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	13
Pradinio rengimo	1	iki 8	iki 8	12								8
	2	iki 9	iki 9	10								8
Meistriškumo ugdymo	1	iki 10	iki 9	9								12
	2	Iki 11	iki 10	8	6	2						12
	3	7–12	7–11	7	3	4						14
	4	8–13	8–12	6		5	1					16
	5	9–14	9–14	6		3	3					18
Meistriškumo tobulinimo	1	11–16	10–16	6		1	4	1				22
	2	12–18	12–19	5			2	2	1			27
	3	12 ir vyresnės	14 ir vyresni	4				2	2			32
Aukšto meistriškumo	–	13 ir vyresnės	15 ir vyresni	2					1	1		34
	–	13 ir vyresnės	15 ir vyresni	2						1	1	36

SPORTINĖS GIMNASTIKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai						
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Olimpinės žaidynės	1–24	D [2]					
2.	Pasaulio čempionatas	1–16	17–32 [2]	D				
3.	Europos čempionatas, Europos žaidynės	1–12	13–24 [3]	D [2]				
4.	Pasaulio taurės varžybų galutinė įskaita	1–12	13–24 [3]					
5.	Pasaulio taurės varžybos	1–8	9–16 [3]					
6.	Pasaulio studentų universiada	1–6	7–12 [3]	13–24 [4]				
7.	Tarptautinės varžybos [1]		1–2	3–6 [3]	7–12 [2]			
8.	Europos jaunimo čempionatas	1–3	4–8	D [2]				
9.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–4	5–10	D [3]				
10.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1–8	D [3]	D [2]			
11.	Europos jaunimo olimpinis festivalis		1–4	5–8 [3]	D [2]			
12.	Tarptautinės jaunimo varžybos [1]		1	2–4	5–8 [3]			
13.	Tarptautinės jaunių varžybos[1]			1	2–4 [4]	5–8 [3]		
14.	Tarptautinės jaunučių varžybos[1]				1	2–4 [4]	5–8 [3]	
15.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–2[4]	3–4[3]	5–6 [2]		
16.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos			1 [4]	2–3 [3]	4–6 [2]		
17.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatas				1–3 [4]	4–6 [2]	7–9 [2]	
18.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatas				1 [4]	2–4 [3]	5–8 [2]	
19.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatas					1 [4]	2–3 [3]	4–10 [2]
20.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatas, taurės varžybos [5]						1–8 [3]	9–20 [2]

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės (pasaulio ar Europos) gimnastikos federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

[5] – meistriškumo pakopos rodiklis įvertinamas tik daugiakovės varžybose.

SPORTINĖS GIMNASTIKOS SPORTININKŲ (MOTERŲ) MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE (BALAI)

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai				
		MP 3	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7
1	2	3	4	5	6	7
1.	Lietuvos Respublikos čempionatas	41,4	39,4			
2.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos	41,4	39,4			
3.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatas, taurės varžybos	41,0	39,4	38,0		
4.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatas, atitinkantis I kategorijos varžybų reikalavimus		39,4	38,0		
5.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatas, atitinkantis II kategorijos varžybų reikalavimus			39,4	37,0	
6.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatas, atitinkantis I kategorijos varžybų reikalavimus		39,4	38,0	36,4	
7.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatas, atitinkantis II kategorijos varžybų reikalavimus			39,4	37,0	
8.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatas, atitinkantis III kategorijos varžybų reikalavimus			40,0	37,0	36,0
9.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatas (V–1 programa)			34,0	32,5	31,2
10.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatas (V–2 programa)			35,0	33,0	31,5
11.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatas (V–3 programa)			36,4	34,0	32,5
12.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatas (jaunojo gimnasto programa)				35,0	34,5

Pastabos:

[1] – tik įvykdžius III kategorijos varžybų reikalavimus (meistriškumo rodiklius) gali dalyvauti tik viena pakopa aukštesnio rango varžybose.

[2] – tik įvykdžius II kategorijos varžybų reikalavimus (meistriškumo rodiklius) gali dalyvauti tik viena pakopa aukštesnio rango varžybose.

[3] – tik įvykdžius I kategorijos varžybų reikalavimus (meistriškumo rodiklius) gali dalyvauti tik viena pakopa aukštesnio rango varžybose.

SPORTINĖS GIMNASTIKOS SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ (VYRŲ) MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE (BALAI)

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai				
		MP 3	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7
1	2	3	4	5	6	7
1.	Lietuvos Respublikos čempionatas	67,0	65,0			
2.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos	67,0	65,0			
3.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatas	67,0	65,0	63,0		
4.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatas, atitinkantis I kategorijos varžybų reikalavimus		65,0	60,0		
5.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatas, atitinkantis II kategorijos varžybų reikalavimus		68,0	60,0		
6.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatas, atitinkantis II kategorijos varžybų reikalavimus			68,0	60,0	
7.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatas, atitinkantis III kategorijos varžybų reikalavimus			63,0	61,0	
8.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatas (V–1 programa)			64,5	61,5	
9.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatas (V–2 programa)			63,5	60,5	
10.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatas (V–3 programa)			45,0	42,0	
11.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatas (jaunojo gimnasto programa)					43,0

Pastabos:

[1] – tik įvykdžius III kategorijos varžybų reikalavimus (meistriškumo rodiklius) gali dalyvauti tik viena pakopa aukštesnio rango varžybose.

[2] – tik įvykdžius II kategorijos varžybų reikalavimus (meistriškumo rodiklius) gali dalyvauti tik viena pakopa aukštesnio rango varžybose.

[3] – tik įvykdžius I kategorijos varžybų reikalavimus (meistriškumo rodiklius) gali dalyvauti tik viena pakopa aukštesnio rango varžybose.

IRKLAVIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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 16	iki 16	6							8
	2	iki 16	iki 16	8							9
Meistriškumo ugdymo	1	iki 19	iki 19	8							11
	2	iki 19	iki 19	7	5	2					13
	3	iki 19	iki 19	7	3	3	1				16
	4	iki 19	iki 19	7		5	2				18
Meistriškumo tobulinimo	1	iki 23	iki 23	6		3	3				21
	2	iki 23	iki 23	5		1	4				24
	3	iki 23	iki 23	4			3	1			28
	4	iki 23	iki 23	3			1	2			30
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2				1	1		32
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2					1	1	36

IRKLAVIMO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4	MP 5	MP 6
		Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali arba komandinė rungtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	Olimpinės žaidynės	1–24	1–16	D [2]	D [2]					
2.	Pasaulio čempionatas	1–18	1–12	19–36	13–24					
3.	Europos čempionatas	1–12	1–8	13–24	9–16					
4.	Pasaulio taurės varžybos	1–12	1–8	13–24	9–16					
5.	Pasaulio studentų universiada	1	1	2–6	2–3	7–12	4–6			
6.	Europos taurės varžybos			1–6	1–3	7–12	4–6			
7.	Tarptautinės varžybos [1]			1	1	2–6	2–4			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–6	1–3	7–12	4–6	13–24 [2]	7–12 [2]			
9.	Europos jaunimo čempionatas	1–3	1	4–6	2–3	7–12 [2]	4–8 [2]			
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos[1]			1	1	2–4	2–4	5–8 [2]		
11.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės			1–6	1–3	7–12	4–6	D [2]		
12.	Pasaulio jaunių čempionatas			1–6	1–3	7–12	4–6	D [2]		
13.	Europos jaunių čempionatas			1–3	1–3	4–6	4–6	7–12		
14.	Europos jaunimo olimpinis festivalis			1–2	1–2	3–6	3–6	7–12		
15.	Tarptautinės jaunių varžybos[1]					1–2	1–2	3–8 [2]		
16.	Lietuvos Respublikos čempionatas					1–3 [4]	1–3 [4]	4–6 [3]		
17.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos					1 [4]	1 [4]	2–3 [3]	4–6 [3]	
18.	Lietuvos studentų čempionatas							1–3 [4]	4–6 [3]	
19.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatas							1–6 [3]	7–10 [3]	
20.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatas, žaidynės							1–4 [3]	5–8 [3]	
21.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės								1–6 [4]	7–10 [2]

22.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės									1–8 [3]

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės irklavimo federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 4 valstybių atstovai.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

KREPŠINIS 3X3

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

KREPŠINIO 3X3 SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	D					
2.	Pasaulio taurė	1–8	9–20				
3.	Europos taurė	1–8	9–12	D			
5.	Europos žaidynės		D				
6.	Tarptautinės varžybos[1]	1	2–4 [3]				
7.	U23 Pasaulio taurė	1	2–12	13-20			
8.	U23 Tautų lyga	1	2–8	D			
7.	Tarptautinės jaunimo varžybos[1]			1–3 [3]	4–8 [2]		
9.	Jaunimo olimpinės žaidynės		1–4	5–8	9–20		
10.	U18 pasaulio taurė		1–4	5–8	9–20		
11.	U17 pasaulio taurė		1–4	5–8	9–20		
12.	U18 Europos taurė		1–3	4–8	9–12	D	
13.	U17 Europos taurė		1–3	4–8	9–12	D	
14.	Tarptautinės jaunių varžybos[1]			1–3 [3]	4–8[2]		
15.	Lietuvos suaugusiųjų čempionatas Elito grupė		1–3	4–12	D[2]		
16.	Lietuvos jaunimo (U19) čempionatas			1–4	5–12	D	
18.	Lietuvos jaunių (U18) moksleivių krepšinio čempionatas			1–4	5–12	13–20	D[2]
19.	Lietuvos jaunių (U17) moksleivių krepšinio čempionatas			1–4	5–12	13–20	D[2]
20.	Lietuvos jaunučių (U16) moksleivių krepšinio čempionatas				1–12	13–20	D[2]
21.	Lietuvos jaunučių (U15) moksleivių krepšinio čempionatas				1–12	13–20	D[2]
22.	Lietuvos vaikų (U14) moksleivių krepšinio čempionatas					1–20	D[2]
23.	Lietuvos vaikų (U13) moksleivių krepšinio čempionatas					1–20	D[2]
24.	Lietuvos vaikų (U12 ir jaunesni) moksleivių krepšinio čempionatas					1–20	D[2]

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės krepšinio federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių rinktinės.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

LENGVOJI ATLETIKA

TRUMPI NUOTOLIAI, ŠUOLIAI, BARJERINIS BĖGIMAS
VIDUTINIAI NUOTOLIAI, ILGI NUOTOLIAI, SPORTINIS ĖJIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje										Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius									
					MP9	MP 8	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	13	14	15
Pradinio rengimo	1	iki 12	iki 13	12										9
	2	9–13	9–13	11										10
Meistriškumo ugdymo	1	10–13	10–13	10										11
	2	11–13	12–13	10	5	5								12
	3	12–14	13–14	9		3	3	3						14
	4	13–15	14–15	8			2	6						16
Meistriškumo tobulinimo	1	14–16	15–16	7				7						18
	2	15–17	16–17	6				3	3					20
	3	16–18	17–19	5					3	2				21
	4	17 ir vyresnės	18 ir vyresni	4						4				24
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2						1	1			28
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2							1	1		32
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2							1		1	36

LENGVOJI ATLETIKA

MĖTIMAI, DAUGIAKOVĖS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje										Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius									
					MP 9	MP 8	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	13	14	15
Pradinio rengimo	1	iki 12	iki 13	9										9
	2	9–13	9–13	9										10
Meistriškumo ugdymo	1	10–13	11–13	8										11
	2	11–13	12–13	8	6	2								12
	3	12–14	13–14	7		7								14
	4	13–15	14–15	7		3	4							16
Meistriškumo tobulinimo	1	14–16	15–16	6		1	2	3						18
	2	15–17	16–17	6			1	5						20
	3	16–18	17–19	5				3	2					21
	4	17 ir vyresnės	18 ir vyresni	4					2	2				24
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2						1	1			28
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2							1	1		32
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2								1	1	36

LENGVOSIOS ATLETIKOS SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai											
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4		MP 5		MP 6	
		Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1.	Olimpinės žaidynės	1–24	1–16	D	D								
2.	Pasaulio čempionatas	1–24	1–16	D	D								
3.	Europos čempionatas	1–12	1–8	13–24	9–16	D	D						
4.	Pasaulio uždarų patalpų čempionatas	1–8	1–3	9–16	4–10	D	D						
5.	Pasaulio taurės varžybos	1–12	1–8	13–24	9–16								
6.	Deimantinės lygos varžybos	1–12		D									
7.	Europos taurės varžybos, Europos žaidynės	1–6	1–4	7–12	5–8								
8.	Europos komandinis čempionatas (aukščiausioji lyga)	1–6	1–4	7–12	5–8								
9.	Europos komandinis čempionatas (I lyga)	1–3	1–2	4–6	3–4	7–12	5–6						
10.	Europos komandinis čempionatas (II lyga)	1	1	2–4	2–3	5–12	4–6						
11.	Pasaulio studentų universiada	1–6	1–3	7–12	4–6								
12.	Europos uždarų patalpų čempionatas	1–6	1	7–12	2–4	13–16	5–8						
13.	Tarptautinės varžybos [1]			1	1	2–6	2–3						
14.	Europos jaunimo (iki 23 m.) čempionatas	1–3	1–3	4–8	4–6	9–16	7–12						
15.	Pasaulio jaunimo (iki 20 m.) čempionatas	1–3	1–2	4–8	3–6	9–16	7–12						
16.	Europos jaunimo (iki 20 m.) čempionatas	1		2–6	1–3	7–12	4–8						

17.	Tarptautinės jaunimo varžybos[1]					1	1	2–6	2–3				
18.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės			1–2	1	3–8	2–6	9–12	7–8				
19.	Pasaulio jaunių (iki 18 m.) čempionatas			1–2	1	3–8	2–6	9–12	7–8				
20.	Pasaulio jaunių žaidynės			1–2	1	3–8	2–6	9–12	7–8				
21.	Europos jaunimo olimpinis festivalis					1–3	1–2	4–10	3–6				
22.	Tarptautinės jaunių varžybos[1]							1	1	2–6	2–6		
23.	Lietuvos Respublikos čempionatas (į olimpinių žaidynių programą įtrauktos rungtys)					1–3	1–2	3–6	3–4				
24.	Lietuvos Respublikos čempionatas (į olimpinių žaidynių programą neįtrauktos rungtys)					1		2–4	1–2				
25.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos							1–6	1–3				
26.	Lietuvos studentų universiada, čempionatas							1–4	1–3				
27.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės							1–4	1–3	5–8	4–6		
28.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės							1–3	1–2	4–6	3–4		
29.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės									1–5	1–3	6–10	4–6
30.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės											1–3	1–3

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Europos lengvosios atletikos asociacijos (EA) ir Tarptautinės lengvosios atletikos federacijos (IAAF) varžybų kalendorius.

LENGVOSIOS ATLETIKOS SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ (VYRŲ) MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE

Rungtys	Matavimo vienetai	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Bėgimo rungtys										
60 m	s	6,70	6,80	6,98	7,20	7,54	8,04	8,54	8,84	9,14
100 m	s	10,28	10,58	10,90	11,34	11,94	12,64	13,34	13,94	14,44
200 m	s	20,75	21,34	22,04	23,04	24,34	26,04	28,24	30,04	31,24
300 m	s			34,04	35,54	37,54	40,14	43,94	47,14	49,14
400 m	s	45,95	47,50	49,20	51,50	54,64	58,64	63,14	67,14	70,14
600 m	min:s			1:20,00	1:24,00	1:30,00	1:37,00	1:46,00	1:53,00	1:59,00
800 m	min:s	1:46,60	1:49,50	1:54,00	2:01,00	2:10,00	2:20,00	2:32,00	2:42,00	2:50,00
1000 m	min:s	2:18,00	2:21,00	2:27,00	2:35,00	2:47,00	3:00,00	3:15,00	3:30,00	3:42,00
1500 m	min:s	3:39,20	3:46,00	3:55,00	4:08,00	4:25,00	4:45,00	5:07,00	5:27,00	5:45,00
1 mylia	min:s	3:56,00	4:03,50	4:15,00	4:30,00	4:49,00	5:15,00	5:45,00	6:10,00	
2000 m	min:s			5:15,00	5:30,00	5:50,00	6:20,00	6:55,00	7:25,00	7:50,00
3000 m	min:s	7:52,00	8:10,00	8:30,00	8:55,00	9:30,00	10:15,00	11:10,00	12:00,00	12:40,00
5000 m	min:s	13:29,00	14:00,00	14:35,00	15:25,00	16:30,00	17:50,00	19:15,00	20:30,00	
10000 m	min:s	28:12,00	29:20,00	30:35,00	32:30,00	34:30,00	37:30,00			
5 km pl.	min:s			15:00	15:30	16:15	17:30	18:30	19:30	
10 km pl.	min:s			31:00	32:30	34:15	37:00			
15 km pl.	min:s			47:00	49:00	52:00	56:00			
30 km pl.	val:min:s			1:39:00	1:46:00	1:55:00	2:05:00			
1/2 maratono	val:min:s	1:02:30	1:05:00	1:08:00	1:12:00	1:16:30	1:22:00			
Maratonas	val:min:s	2:15:00	2:22:00	2:28:00	2:37:00	2:50:00	b.n.[2]			
50 km	val:min:s			3:07:00	3:24:00	3:45:00	b.n.[2]			
100 km	val:min:s	07:05:00	07:30:00	08:00:00	08:40:00	09:30:00	b.n.[2]			

24 val. bėgimas	km	238	225	208	190	170	b.n.[2]			
4x100 m	s	39,10	40,65	42,35	44,14	46,64	49,14	52,14	54,64	57,14
4x400 m	min:s	3:03,30	3:09,00	3:16,00	3:25,00	3:36,00	3:52,00	4:08,00	4:23,00	4:36,00
100+200+300+400 m	min:s			1:59,00	2:02,00	2:06,00	2:13,00	2:22,00	2:32,00	2:40,00
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
60 m b.b. (76,2 cm)	s							10,24	11,04	12,04
110 m b.b. (106,7 cm)	s	13,62	14,35	15,15	16,00	17,24	18,74			
110 m b.b. (99 cm)	s			14,84	15,74	16,84	18,34	19,84	21,24	22,24
110 m b.b. (91,4 cm)	s			14,54	15,34	16,44	17,94	19,44	20,84	21,84
110 m b.b. (84 cm)	s				15,10	16,24	17,84	19,44	20,94	22,24
300 m b.b. (91,4 cm)	s			39,14	40,64	43,14	46,84	49,74	52,04	53,74
300 m b.b. (84 cm)	s				39,90	40,50	43,00	46,00	49,00	
300 m b.b. (76,2 cm)	s							44,00	47,00	49,00
400 m b.b. (91,4 cm)	s	49,80	52,40	55,20	58,64	62,94	68,34	72,64		
400 m b.b. (84 cm)	s			54,24	57,74	62,74	68,74	73,64	77,14	
1500 m kl.b. (76,2 cm)	min:s			4:15,00	4:32,00	4:53,00	5:20,00	5:45,00	6:08,00	6:25,00
2000 m kl.b. (84 cm)	min:s			6:00,00	6:20,00	6:45,00	7:20,00	7:50,00	8:15,00	
3000 m kl.b. (91,4 cm)	min:s	8:33,50	8:50,00	9:20,00	9:55,00	10:35,00	11:30,00	12:15,00		
Sportinis ėjimas										
1000 m	min:s					04:27,0	04:42,0	05:02,0	05:28,0	05:50,0
2000 m	min:s				08:30,0	09:10,0	10:00,0	10:50,0	11:50,0	12:30,0
3000 m	min:s			12:45,0	13:35,0	14:40,0	15:50,0	17:00,0	18:00,0	19:00,0
5000 m	min:s			21:40,0	22:55,0	24:50,0	27:30,0	29:45,0	31:30,0	33:00,0
10 000 m	min:s		42:00,0	44:30,0	47:45,0	52:15,0	57:45,0	01:02:00,0	01:05:00,0	b.n.
20000 m	val:min:s	1:23:00	1:29:00	1:35:00	1:42:00	1:51:00	2:00:00	b.n.[2]		
30000 m	val:min:s			2:30:00	2:45:00	3:00:00	b.n.[2]			
35000 m	val:min:s			2:51:00	3:05:00	b.n.[2]				
50000 m	val:min:s	3:58:00	4:20:00	4:45:00	5:15:00	b.n.[2]				

Krosas										
500 m	min:s						1:20,0	1:27,0	1:33,0	1:37,0
1 km	min:s					2:45,0	2:55,0	3:07,0	3:17,0	3:25,0
1,5 km	min:s					4:25,0	4:55,0	5:20,0	5:40,0	6:00,0
2 km	min:s					6:05,0	6:35,0	7:00,0	7:20,0	7:40,0
3 km	min:s			8:30,0	8:56,0	9:30,0	10:10,0	10:50,0	11:20,0	11:50,0
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
5 km	min:s			14:40,0	15:25,0	16:20,0	17:30,0	18:40,0	19:40,0	20:30,0
6 km	min:s			17:50,0	18:45,0	20:00,0	22:00,0	25:00,0		
8 km	min:s			24:20,0	25:20,0	27:00,0	29:20,0	30:40,0		
10 km	min:s			30:45,0	32:15,0	34:30,0	38:00,0			
12 km	min:s			37:40,0	39:30,0	42:30,0	46:30,0			
Šuolių rungtys										
Šuolis į aukštį	m	2,28	2,15	2,03	1,90	1,75	1,60	1,47	1,35	1,25
Šuolis į tolį	m	8,05	7,65	7,20	6,70	6,20	5,60	5,00	4,45	4,00
Šuolis su kartimi	m	5,55	5,10	4,60	4,10	3,50	3,05	2,60	2,20	1,90
Trišuolis	m	16,65	16,10	15,20	14,20	13,20	12,20	11,20	10,30	9,70
Metimų rungtys										
Disko metimas (2 kg)	m	62,50	56,00	51,00	45,00	37,00	30,00	26,00	23,00	
Disko metimas (1,75 kg)	m			55,00	49,00	41,00	34,00	29,00	26,00	
Disko metimas (1,5 kg)	m			59,00	52,00	44,00	37,00	32,00	29,00	26,00
Disko metimas (1 kg)	m				56,00	48,00	41,00	36,00	33,00	30,00
Kūjo metimas (7,257 kg)	m	74,30	68,00	61,00	54,00	47,00	40,00	35,00	31,00	28,00
Kūjo metimas (6 kg)	m			65,00	58,00	51,00	44,00	38,00	33,00	29,00
Kūjo metimas (5 kg)	m			69,00	62,00	55,00	48,00	41,00	35,00	30,00
Kūjo metimas (4 kg)	m				64,50	57,50	50,50	43,50	37,50	32,50
Kūjo metimas (3 kg)	m						53,00	46,00	40,00	35,00
Ieties metimas (800 g)	m	78,00	73,00	67,00	60,00	52,00	45,00	40,00	36,00	32,00

Ieties metimas (700 g)	m			68,00	62,00	54,00	47,00	42,00	38,00	34,00
Ieties metimas (600 g)	m				64,00	56,00	49,00	44,00	40,00	36,00
Ieties metimas (500 g)	m						51,00	46,00	42,00	38,00
Rutulio stūmimas (7,257 kg)	m	19,90	17,50	15,60	13,80	12,00	10,20			
Rutulio stūmimas (6 kg)	m			17,20	15,00	12,80	11,20	9,80		
Rutulio stūmimas (5 kg)	m			18,20	16,50	14,40	12,30	10,70	9,50	
Rutulio stūmimas (4 kg)	m				17,00	14,90	13,20	11,40	10,00	9,00
Rutulio stūmimas (3 kg)	m						14,30	12,20	10,50	9,50
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
Kamuoliuko metimas (140 g)	m							50,00	43,00	37,00
Daugiakovės										
Dešimtkovė	taškai	7730	7100	6400	5600	4600	3700	3000		
Dešimtkovė (jaunimas)	taškai		7300	6700	5900	4900	4000	3200	2600	
Dešimtkovė (jauniai)	taškai			6950	6200	5300	4300	3400	2700	2400
Aštunkovė (jauniai, jaunučiai)	taškai			5200	4600	3900	3300	2800	2400	2000
Septynkovė (jaunučiai)	taškai				4450	3800	3200	2700	2300	1900
Penkiakovė (vaikai)	taškai							1800	1500	1250
Keturkovė	taškai				3300	3000	2600	2200	1700	1200
Trikovė	taškai				1800	1500	1200	1000	800	600
Uždarų patalpų rungtys										
60 m	s	6,69	6,84	7,00	7,24	7,54	7,94	8,44	8,84	9,14
200 m	s			22,74	23,64	24,84	26,64	28,34	29,84	31,24
300 m	s			34,74	36,24	38,24	40,84	44,64	48,14	50,14
400 m	s	46,95	48,50	50,20	52,50	55,64	59,64	64,14	68,14	71,14
600 m	min:s			1:21,50	1:25,50	1:31,50	1:38,50	1:47,50	1:54,50	2:00,50
800 m	min:s	1:48,50	1:51,50	1:56,00	2:03,00	2:12,00	2:22,00	2:34,00	2:44,00	2:52,00
1000 m	min:s	2:20,50	2:23,50	2:29,50	2:37,50	2:49,50	3:02,50	3:17,50	3:32,50	3:44,50
1500 m	min:s	3:42,50	3:48,00	3:57,00	4:10,00	4:27,00	4:47,00	5:09,00	5:29,00	5:47,00

2000 m	min:s			5:17,00	5:32,00	5:52,00	6:22,00	6:57,00	7:27,00	7:52,00
3000 m	min:s	7:54,00	8:13,00	8:33,00	8:58,00	9:33,00	10:18,00	11:13,00	12:03,00	
60 m b.b. (106,7 cm)	s	7,74	8,10	8,54	9,04	9,64	10,24			
60 m b.b. (99 cm)	s			8,34	8,84	9,44	10,04	10,64		
60 m b.b. (91,4 cm)	s			8,14	8,64	9,24	9,84	10,44	11,24	
60 m b.b. (84 cm)	s				8,44	9,04	9,64	10,24	11,04	11,64
60 m b.b. (76,2 cm)	s							10,04	10,84	11,44
1500 m kl.b. (76,2 cm)	min:s			4:15,00	4:32,00	4:53,00	5:20,00	5:45,00	6:08,00	6:25,00
2000 m kl.b. (84 cm)	min:s			5:52,00	6:12,00	6:37,00	7:10,00	7:40,00		
3000 m kl.b. (91,4 cm)	min:s	8:33,50	8:50,00	9:20,00	9:55,00	10:35,00	11:30,00	12:15,00		
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
4x200 m	min:s			1:28,00	1:32,00	1:37,00	1:43,00	1:52,00	2:00,00	2:05,00
4x400 m	min:s	3:06,00	3:12,00	3:20,00	3:29,00	3:40,00	3:56,00	4:12,00	4:27,00	4:40,00
Septynkovė	taškai	5800	5300	4700	4100	3400	2800	2400		
Penkiakovė	taškai							1900	1550	1300

Pastaba:

[1] – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Europos lengvosios atletikos asociacijos (EA) ir Tarptautinės lengvosios atletikos federacijos (IAAF) varžybų kalendorius.

[2] – baigti nuotolį.

LENGVOSIOS ATLETIKOS SPORTO ŠAKŲ SPORTININKŲ (MOTERŲ) MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL REZULTATĄ

Rungtys	Matavimo vienetai	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Bėgimo rungtys										
60 m	s	7,25	7,45	7,70	8,00	8,44	9,04	9,64	10,04	10,34
100 m	s	11,40	11,84	12,40	13,04	13,84	14,94	15,94	16,74	17,44
200 m	s	23,30	24,24	25,45	26,85	28,74	31,24	33,24	34,94	36,24
300 m	s			39,25	41,25	44,14	47,64	51,64	55,34	58,14
400 m	s	52,30	54,15	57,00	60,10	64,14	70,14	76,14	81,14	84,14
600 m	min:s			1:33,00	1:38,00	1:46,00	1:56,00	2:07,00	2:17,00	2:25,00
800 m	min:s	2:01,30	2:06,00	2:13,00	2:22,00	2:35,00	2:53,00	3:08,00	3:20,00	3:30,00
1000 m	min:s	2:37,00	2:44,00	2:53,00	3:05,00	3:20,00	3:40,00	4:00,00	4:20,00	4:35,00
1500 m	min:s	4:09,00	4:18,00	4:32,00	4:50,00	5:12,00	5:42,00	6:08,00	6:30,00	6:47,00
1 mylia	min:s	4:24,00	4:37,00	4:55,00	5:15,00	5:37,00	6:03,00			
2000 m	min:s			6:25,00	6:50,00	7:20,00	7:52,00	8:25,00	8:50,00	9:10,00
3000 m	min:s	8:55,00	9:17,00	9:50,00	10:30,00	11:28,00	12:35,00	13:35,00	14:30,00	
5000 m	min:s	15:25,00	16:10,00	17:05,00	18:15,00	19:45,00	21:30,00	23:00,00		
10000 m	min:s	32:20,00	34:00,00	35:50,00	38:20,00	41:30,00	45:00,00	48:00,00		
5 km pl.	min:s			17:20	18:30	20:00	21:45	23:15	24:30	
10 km pl.	min:s			36:20	38:50	42:00	45:30			
15 km pl.	min:s			55:00	58:45	1:04:00	1:10:00			
1/2 maratono	val:min:s	1:13:30	1:17:00	1:21:00	1:26:00	1:33:00	1:42:00			
30 km	val:min:s			2:00:00	2:09:00	2:21:00	2:40:00			
Maratonas	val:min:s	2:35:00	2:48:00	3:00:00	3:16:00	3:30:00	b.n.[2]			
50 km	val:min:s			3:45:00	4:04:00	4:30:00	b.n.[2]			
100 km	val:min:s	08:35:00	09:00:00	09:30:00	10:10:00	11:10:00	b.n.[2]			

24 val. bėgimas	km	210	200	185	170	155	b.n.[2]			
4 x 100 m	s	43,90	45,70	48,25	51,20	54,54	58,64	62,94	66,24	69,24
4 x 400 m	min:s	3:28,00	3:36,00	3:47,00	4:00,00	4:18,00	4:40,00	5:02,00	5:20,00	5:35,00
100+200+300+400 m	min:s			2:12,00	2:20,00	2:30,00	2:43,00	2:58,00	3:10,00	3:20,00
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
60 m b.b. (76,2 cm)	s							11,74	12,54	13,14
100 m b.b. (84 cm)	s	13,11	14,00	15,04	16,24	17,64	19,04	20,24		
100 m b.b. (76,2 cm)	s			14,84	16,04	17,44	18,84	20,04	21,24	22,24
300 m b.b. (76,2 cm)	s				46,50	50,64	55,34	60,14	64,64	68,14
400 m b.b. (76,2 cm)	min:s	0:56,55	0:59,50	1:03,14	1:08,14	1:14,14	1:22,14	1:31,14	1:38,14	
1500 m kl.b. (76,2 cm)	min:s			4:52,00	5:11,00	5:35,00	6:05,00	6:30,00	6:50,00	7:05,00
2000 m kl.b. (76,2 cm)	min:s		6:33,00	6:50,00	7:10,00	7:33,00	8:00,00	8:30,00		
3000 m kl.b. (76,2 cm)	min:s	9:48,00	10:20,00	10:55,00	11:40,00	12:30,00	13:25,00			
Sportinio ėjimo rungtys										
1000 m	min:s				4:30,0	4:50,0	5:15,0	5:45,0	6:08,0	6:25,0
2000 m	min:s				9:40,0	10:40,0	11:45,0	12:45,0	13:25,0	13:50,0
3000 m	min:s		13:35,0	14:25,0	15:25,0	16:35,0	18:00,0	19:30,0	20:45,0	21:45,0
5000 m	min:s		23:10,0	24:30,0	26:10,0	28:15,0	31:00,0	33:30,0	36:00,0	37:45,0
10000 m (10 km)	val:min:s		0:48:10,0	0:51:00,0	0:55:00,0	1:00:00,0	1:05:00,0	1:09:00,0	1:12:00,0	b.n.[2]
20000 m	val:min:s	1:34:00	1:41:00,0	1:47:00,0	1:55:00,0	2:05:00,0	b.n.[2]			
Krosas										
500 m	min:s					1:26,0	1:34,0	1:45,0	1:54,0	2:00,0
1 km	min:s				3:03,0	3:18,0	3:37,0	4:00,0	4:20,0	4:35,0
1,5 km	min:s			4:37,0	4:54,0	5:18,0	5:50,0	6:20,0	6:50,0	7:10,0
2 km	min:s			6:20,0	6:47,0	7:20,0	8:00,0	8:40,0	9:15,0	9:40,0
3 km	min:s			9:50,0	10:35,0	11:30,0	12:40,0	13:40,0	14:30,0	15:15,0
4 km	min:s			13:35,0	14:30,0	15:40,0	17:00,0	18:05,0	19:00,0	
5 km	min:s			17:20,0	18:25,0	19:50,0	21:40,0	23:20,0	24:40,0	

6 km	min:s			21:00,0	22:20,0	24:00,0	26:15,0	28:15,0		
Šuolių rungtis										
Šuolis į aukštį	m	1,91	1,83	1,75	1,65	1,50	1,39	1,30	1,22	1,15
Šuolis su kartimi	m	4,10	3,82	3,48	3,10	2,70	2,40	2,15	1,95	1,80
Šuolis į tolį	m	6,62	6,30	6,00	5,60	5,15	4,60	4,20	3,85	3,60
Trišuolis	m	14,00	13,45	12,80	12,00	11,20	10,40	9,65	9,00	8,50
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
Metimų rungtys										
Disko metimas (1 kg)	m	58,50	54,00	48,00	42,00	35,00	29,00	24,00	20,00	17,00
Disko metimas (750 g)	m			50,00	44,50	38,00	32,00	27,00	23,00	20,00
Kūjo metimas (4 kg)	m	67,50	59,00	50,00	42,00	35,00	29,00	24,00	20,00	
Kūjo metimas (3 kg)	m			54,00	46,00	39,00	33,00	28,00	24,00	21,00
Kūjo metimas (2 kg)	m						35,00	30,00	26,00	23,00
Ieties metimas (600 g)	m	59,00	54,00	48,00	41,00	33,00	27,00	23,00	19,00	16,00
Ieties metimas (500 g)	m			50,00	43,00	35,00	29,00	24,50	20,50	17,50
Ieties metimas (400 g)	m				45,00	37,00	31,00	26,00	22,00	19,00
Rutulio stūmimas (4 kg)	m	17,20	15,80	14,00	12,00	10,00	8,50	7,20	6,50	6,00
Rutulio stūmimas (3 kg)	m			15,20	13,20	11,00	9,50	8,00	7,20	6,50
Rutulio stūmimas (2 kg)	m							9,00	8,00	7,10
Kamuoliuko metimas (140 g)	m							39,00	32,00	25,00
Daugiakovės										
Dešimtkovė	tšk.	8000	7400	6600	5700	4800	4000	3300	2800	2400
Septynkovė	tšk.	5900	5400	4750	4000	3200	2400	1900	1500	1200
Septynkovė	tšk.			4850	4100	3300	2500	2000	1600	1300
Septynkovė	tšk.				4200	3400	2600	2100	1700	1400
Trikovė	tšk.							950	750	600
Uždarų patalpų rungtys										
60 m	s	7,25	7,45	7,70	8,00	8,44	9,04	9,64	10,04	10,34

200 m	s			25,95	27,35	29,24	31,74	33,74	35,44	36,74
300 m	s			40,05	42,05	44,84	48,34	52,34	56,04	58,84
400 m	s	53,30	55,15	58,00	1:01,10	1:05,14	1:11,14	1:17,14	1:22,14	1:25,14
600 m	min:s			1:34,50	1:39,50	1:47,50	1:57,50	2:08,50	2:18,50	2:26,50
800 m	min:s	2:04,00	2:08,00	2:15,00	2:24,00	2:37,00	2:55,00	3:10,00	3:22,00	3:32,00
1000 m	min:s	2:38,00	2:46,00	2:55,00	3:07,00	3:22,00	3:42,00	4:02,00	4:22,00	4:37,00
1500 m	min:s	4:11,00	4:20,00	4:34,00	4:52,00	5:14,00	5:44,00	6:10,00	6:32,00	6:49,00
2000 m	min:s			6:27,00	6:52,00	7:22,00	7:54,00	8:27,00	8:52,00	9:12,00
Rungtys	Matavimo vienetai	MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
3000 m	min:s	8:58,00	9:20,00	9:53,00	10:33,00	11:31,00	12:38,00	13:38,00	14:33,00	
60 m b.b. (84 cm)	s	8,18	8,50	8,90	9,50	10,24	11,24	12,34	13,14	13,74
60 m b.b. (76,2 cm)	s				9,24	9,84	10,84	11,94	12,74	13,34
1500 m kl.b. (76,2 cm)	min:s				5:06,00	5:30,00	6:00,00	6:25,00	6:45,00	
2000 m kl.b. (76,2 cm)	min:s		6:25,00	6:42,00	7:02,00	7:25,00	7:52,00	8:22,00		
3000 m kl.b. (76,2 cm)	min:s		10:08,00	10:40,00	11:25,00	12:15,00	13:10,00			
4 x 200 m	min:s			1:42,00	1:47,50	1:55,00	2:05,00	2:14,00	2:21,00	2:27,00
4 x 400 m	min:s	3:31,00	3:39,00	3:50,00	4:03,00	4:21,00	4:43,00	5:05,00	5:23,00	5:38,00
Penkiakovė	tšk.	4500	4100	3650	3100	2500	2000	1600	1250	1000

Pastaba:

[1] – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Europos lengvosios atletikos asociacijos (EA) ir Tarptautinės lengvosios atletikos federacijos (IAAF) varžybų kalendorius.

[2] – baigti nuotolį.

LENGVOSIOS ATLETIKOS SPORTO ŠAKŲ SPORTININKŲ (VYRŲ IR MOTERŲ)
MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL REZULTATĄ

Rungtys	Matavimo vienetai	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Bėgimo rungtys										
4 x 400 m mišri estafetė	min:s	3:16,00	3:22,50	3:32,50	3:45,00	4:02,50	4:28,00	4:53,00	5:12,50	5:30,00

Pastaba:
[1] – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Europos lengvosios atletikos asociacijos (EA) ir Tarptautinės lengvosios atletikos federacijos (IAAF) varžybų kalendorius.

PIKLBOLAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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	7–10	7–10	12							7
	2	8–11	8–11	10							9
Meistriškumo ugdymo	1	10–12	10–12	8							12
	2	11–13	11–13	8	4	4					14
	3	12–14	12–14	8	2	6					16
	4	13–15	13–15	6		4	2				18
Meistriškumo tobulinimo	1	14–16	14–16	6		2	4				22
	2	15–17	15–17	6		1	5				24
	3	16–18	16–18	4			3	1			28
	4	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	4			2	2			28
Aukšto meistriškumo	–	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2				1	1		32
	–	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2					1	1	36

PIKLBOLO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	1–16	D [2]				
2.	Pasaulio čempionatas	1–16	D [2]				
3.	Pasaulio taurės varžybos	1–8	9–16 [3]				
4.	Europos čempionatas	1–8	9–16 [3]				
5.	Europos taurės varžybos	1–4	5–12 [3]				
6.	Pasaulio studentų universiada	1	2–4 [3]	5–8 [2]			
7.	Tarptautinės varžybos [1]		1	2–6 [3]			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1	2–6	7–12 [3]			
9.	Europos jaunimo čempionatas	1	2–4	5–8 [3]			
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos [1]		1	2–6 [3]			
11.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1–4	5–12 [3]	13–18 [2]		
12.	Pasaulio jaunių čempionatas		1–4	5–12 [3]	13–18 [2]		
13.	Europos jaunių čempionatas		1–2	3–8 [3]	9–12 [2]		
14.	Europos jaunimo olimpinis festivalis		1–2	3–8 [3]	9–12 [2]		
15.	Tarptautinės jaunių varžybos [1]			1–4	5–8 [2]		
16.	Pasaulio jaunučių čempionatas			1–4	5–12 [3]		
17.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–4 [3]	5–8 [2]	9–12 [2]	
18.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos				1–4 [3]	5–8 [3]	
19.	Lietuvos studentų čempionatas				1 [4]	2–4 [3]	
20.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės				1–6 [3]	7–12 [2]	
21.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės				1–4 [3]	5–8 [2]	
22.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės, moksleivių pirmenybės					1–6 [3]	7–12 [2]
23.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės, moksleivių pirmenybės						1–6 [3]

Pastabos:
D – dalyvavimas.
[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės piklbolo federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.
[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.
[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.
[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

PLAUKIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje										Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius									
					MP9	MP8	MP7	MP6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2	MP 1	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Pradinio rengimo	1	7–9	7–9	12										6
	2	8–10	8–11	12										8
Meistriškumo ugdymo	1	9–11	10–12	11										10
	2	10–12	11–13	10		5	4	1						14
	3	11–13	12–14	9			2	5	2					15
	4	12–14	13–15	8				2	4	2				16
	5	13–15	14–16	7					3	4				20
Meistriškumo tobulinimo	1	14–16	15–17	6						4	2			22
	2	15–17	16–18	5						1	3	1		24
	3	16–18	17–19	5							3	2		28
Aukšto meistriškumo	–	17 ir vyresnės	18 ir vyresni	3								3		32
	–	18 ir vyresnės	19 ir vyresni	2								1	1	36

PLAUKIMO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai											
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4		MP 5		MP 6	MP 7
		Individualios rungtis	Komandinės rungtis	Individualios rungtis	Komandinės rungtis	Individualios rungtis	Komandinės rungtis	Individualios rungtis	Komandinės rungtis	Individualios rungtis	Komandinės rungtis	Individualios rungtis	Individualios rungtis
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1.	Olimpinės žaidynės	1–32	1–16	D [2]	D [2]								
2.	Pasaulio čempionatas	1–24	1–12	25–32	13–16								
3.	Europos čempionatas	1–16	1–8	17–24	9–16 [2]								
4.	Pasaulio čempionatas (25 m baseine)	1–16	1–8	17–24	9–16 [2]								
5.	Europos čempionatas (25 m baseine)	1–12	1–6	13–18	7–9								
6.	Universiada	1–8	1–4	9–16	5–8								
7.	Tarptautinės varžybos[1]			1 [3]		2–3 [3]							
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–8	1–4	9–16	5–8								
9.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės	1–4	1–2	5–8	3–8								
10.	Europos jaunimo čempionatas	1–3	1–2	4–8	3–8	9–16							
11.	Europos jaunimo olimpinis festivalis			1	1	2–8	2–4						
12.	Lietuvos Respublikos čempionatas (olimpinės rungtys)					1–3 [4]	1 [4]	4–8 [3]	2–3 [3]				
13.	Lietuvos Respublikos čempionatas (neolimpinės rungtys)					1–2 [4]		3–8 [3]	1–3 [3]				
14.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, pirmenybės, žaidynės							1–2 [4]	1 [3]	3–6 [3]	2–3 [3]		
15.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, pirmenybės, žaidynės							1–3 [4]	1 [4]	4–8 [3]	2–3 [3]	9–12 [2]	
16.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, pirmenybės, žaidynės									1–8 [3]	1–3 [3]	9–16 [2]	

17.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, pirmenybės											1–12 [3]	13–24 [2]

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės plaukimo federacijos (FINA) arba Europos plaukimo federacijos (LEN) varžybų kalendorių.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

PLAUKIMO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE

Lytis	Rungtis	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
25 m baseinas										
Moterys	50 m laisvuoju stiliumi	24,94	26,18	27,56	29,60	32,60	37,00	41,00	46,00	51,00
	100 m laisvuoju stiliumi	54,67	57,44	1.00,47	1.05,10	1.11,80	1.21,50	1.31,00	1.42,00	1.54,00
	200 m laisvuoju stiliumi	1.58,67	2.05,20	2.11,80	2.22,00	2.36,60	2.58,00	3.19,00	3.43,00	4.10,00
	400 m laisvuoju stiliumi	4.10,07	4.24,57	4.38,52	5.00,50	5.31,00	6.17,00	7.01,00	7.53,00	8.51,00
	800 m laisvuoju stiliumi	8.36,19	9.05,70	9.34,47	10.20,00	11.23,00	12.58,40	14.30,00	16.13,90	18.16,00
	1500 m laisvuoju stiliumi	–	17.23,41	18.17,99	19.48,00	21.50,00	24.53,60	27.50,00	30.58,40	35.06,00
	50 m nugara	–	28,87	30,38	32,70	36,00	41,00	45,50	51,00	57,00
	100 m nugara	59,22	1.02,20	1.05,48	1.10,50	1.17,80	1.28,50	1.39,00	1.51,00	2.05,00
	200 m nugara	2.08,65	2.15,18	2.22,31	2.33,50	2.49,50	3.12,50	3.36,00	4.02,00	4.32,00
	50 m krūtine	–	32,35	34,05	36,60	40,40	46,00	51,00	57,00	1.04,00
	100 m krūtine	1.07,26	1.10,61	1.14,33	1.20,00	1.28,30	1.40,50	1.52,00	2.05,00	2.21,00
	200 m krūtine	2.24,36	2.31,55	2.39,55	2.51,80	3.09,60	3.36,00	4.02,00	4.30,00	5.04,00
	50 m peteliške	–	27,39	28,82	31,00	34,20	38,80	43,00	48,50	55,00
	100 m peteliške	59,05	1.01,99	1.05,26	1.10,30	1.17,50	1.28,00	1.38,00	1.50,00	2.05,00
	200 m peteliške	2.09,56	2.16,02	2.23,20	2.34,50	2.51,00	3.14,00	3.36,00	4.02,00	4.35,00
	100 m kompleksinis plaukimas	–	1.04,87	1.08,26	1.13,80	1.21,80	1.32,80	1.44,00	1.56,00	2.12,00
	200 m kompleksinis plaukimas	2.13,66	2.20,363	2.27,72	2.39,30	2.56,70	3.21,00	3.45,00	4.11,40	4.44,80
	400 m kompleksinis plaukimas	4.39,97	4.53,99	5.09,49	5.34,00	6.10,40	7.01,20	7.52,00	8.48,00	10.00,00

Lytis	Rungtis	MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
25 m baseinas										
Vyrai	50 m laisvuoju stiliumi	21,77	22,86	23,93	25,80	28,50	32,30	36,00	40,00	45,00
	100 m laisvuoju stiliumi	47,76	50,61	52,98	57,20	1.03,20	1.12,00	1.20,00	1.30,00	1.41,00
	200 m laisvuoju stiliumi	1.46,50	1.51,91	1.57,16	2.06,60	2.20,00	2.39,00	2.57,00	3.19,00	3.45,00
	400 m laisvuoju stiliumi	3.48,25	3.59,63	4.10,88	4.31,20	5.00,00	5.41,00	6.20,00	7.07,00	8.02,00
	800 m laisvuoju stiliumi		8.18,21	8.41,42	9.25,00	10.25,00	11.50,00	13.10,00	14.50,00	16.45,00
	1500 m l.stiliumi	15.08,23	15.57,42	16.42,36	18.05,00	20.00,00	22.45,00	25.20,00	28.22,70	32.09,00
	50 m nugara		25,40	26,58	28,70	31,80	36,00	40,00	45,00	51,00
	100 m nugara	52,43	55,11	57,70	1.02,30	1.09,00	1.18,00	1.27,50	1.38,00	1.51,00
	200 m nugara	1.53,83	1.59,50	2.05,11	2.15,20	2.30,00	2.50,00	3.10,00	3.33,00	4.02,00
	50 m krūtine		28,37	29,69	32,10	35,50	40,20	45,00	50,00	57,00
	100 m krūtine	59,10	1.02,63	1.05,57	1.10,80	1.18,50	1.29,00	1.39,50	1.51,00	2.06,00
	200 m krūtine	2.07,68	2.15,90	2.22,28	2.33,70	2.50,50	3.13,50	3.36,00	4.02,00	4.35,00
	50 m peteliške		24,49	25,63	27,70	30,60	34,70	39,00	43,00	49,00
	100 m peteliške	52,00	54,60	57,16	1.01,70	1.08,50	1.17,50	1.27,00	1.37,00	1.50,00
	200 m peteliške	1.57,04	2.02,88	2.08,65	2.19,00	2.34,50	2.55,00	3.16,00	3.39,00	4.08,00
	100 m kompleksinis plaukimas		57,03	59,68	1.04,50	1.11,80	1.21,50	1.31,00	1.42,00	1.56,00
	200 m kompleksinis plaukimas	1.58,09	2.03,97	2.09,79	2.20,50	2.35,80	2.57,00	3.18,00	3.42,00	4.13,00
	400 m kompleksinis plaukimas	4.12,63	4.25,23	4.37,68	5.01,00	5.33,60	6.19,00	7.05,00	7.56,00	9.02,00

Lytis	Rungtis	MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
50 m baseinas										
Moterys	50 m laisvuoju stiliumi	25,45	26,72	27,98	30,20	33,30	37,70	42,00	47,00	52,00
	100 m laisvuoju stiliumi	55,42	58,64	1.01,39	1.06,50	1.13,20	1.23,00	1.33,00	1.44,00	1.57,00
	200 m laisvuoju stiliumi	1.59,79	2.07,24	2.13,21	2.24,50	2.39,00	3.01,00	3.22,00	3.46,00	4.14,00
	400 m laisvuoju stiliumi	4.12,78	4.29,34	4.41,98	5.06,00	5.37,00	6.24,00	7.10,00	7.59,40	9.00,00
	800 m laisvuoju stiliumi	8.42,45	9.12,96	9.39,48	10.26,50	11.33,20	13.06,80	14.50,00	16.19,50	18.22,00
	1500 m l.stiliumi		17.39,01	18.24,34	20.04,50	22.11,70	25.00,00	28.10,00	31.15,00	35.18,00
	50 m nugara		30,40	31,82	34,40	38,00	43,00	48,00	53,50	1.00,00
	100 m nugara	1.01,87	1.05,45	1.08,53	1.14,20	1.22,00	1.33,00	1.44,00	1.56,00	2.10,00
	200 m nugara	2.12,82	2.19,72	2.26,28	2.38,50	2.55,00	3.19,00	3.43,00	4.09,00	4.40,00
	50 m krūtine		33,48	35,04	37,90	41,90	47,40	53,00	59,00	1.06,00
	100 m krūtine	1.09,13	1.12,58	1.15,99	1.22,40	1.31,00	1.43,00	1.55,00	2.09,00	2.24,00
	200 m krūtine	2.29,41	2.37,21	2.44,59	2.58,60	3.17,00	3.44,00	4.10,00	4.40,00	5.13,00
	50 m peteliške		28,16	29,48	31,90	35,30	40,00	44,50	50,00	56,00
	100 m peteliške	59,71	1.03,04	1.06,00	1.11,50	1.19,00	1.30,00	1.40,00	1.52,00	2.06,00
	200 m peteliške	2.10,67	2.17,18	2.23,62	2.36,00	2.52,50	3.16,00	3.39,00	4.05,00	4.35,00
	200 m kompleksinis plaukimas	2.15,10	2.22,07	2.28,74	2.41,60	2.59,00	3.23,00	3.47,00	4.14,00	4.46,00
	400 m kompleksinis plaukimas	4.46,93	5.02,31	5.16,51	5.44,00	6.21,00	7.12,50	8.04,00	8.58,50	10.11,00

Lytis	Rungtis	MP 1 [1]	MP 2 [1]	MP 3 [1]	MP 4	MP 5	MP 6	MP 7	MP 8	MP 9
Vyrai	50 m laisvuoju stiliumi	22,43	23,54	24,65	26,50	29,30	33,20	37,00	41,00	46,00
	100 m laisvuoju stiliumi	49,50	52,83	55,31	59,70	1.05,90	1.15,00	1.24,00	1.33,00	1.45,00
	200 m laisvuoju stiliumi	1.49,08	1.54,87	2.00,26	2.10,10	2.24,00	2.43,00	3.02,00	3.24,00	3.50,00
	400 m laisvuoju stiliumi	3.53,03	4.07,85	4.19,48	4.40,90	5.10,00	5.52,00	6.34,00	7.20,00	8.16,00
	800 m laisvuoju stiliumi	–	8.27,99	8.51,65	9.39,00	10.35,00	12.02,00	13.30,00	15.00,00	17.00,00
	1500 m laisvuoju stiliumi	15.27,35	16.20,98	17.07,03	18.32,90	20.30,00	23.14,00	26.10,00	28.55,00	32.50,00
	50 m nugara	–	27,01	28,26	30,50	33,80	38,20	43,00	47,00	53,00
	100 m nugara	55,25	58,49	1.01,24	1.06,10	1.13,00	1.23,00	1.33,00	1.43,00	1.56,00
	200 m nugara	2.00,06	2.06,04	2.11,96	2.23,00	2.38,00	2.59,00	3.20,00	3.43,00	4.14,00
	50 m krūtine	–	29,96	31,36	33,80	37,50	42,30	47,50	52,00	59,00
	100 m krūtine	1.01,83	1.05,84	1.08,93	1.14,30	1.22,20	1.33,20	1.44,00	1.56,00	2.11,00
	200 m krūtine	2.13,77	2.23,04	2.29,75	2.41,50	2.59,00	3.23,00	3.46,00	4.13,00	4.45,00
	50 m peteliške	–	25,20	26,37	28,40	31,50	35,60	40,00	44,00	50,00
	100 m peteliške	53,23	56,10	58,74	1.03,40	1.10,00	1.19,70	1.29,00	1.39,00	1.52,00
	200 m peteliške	1.59,54	2.05,58	2.11,48	2.22,50	2.37,50	2.58,50	3.20,00	3.42,00	4.10,00
	200 m kompleksinis plaukimas	2.02,11	2.08,39	2.14,41	2.25,50	2.41,00	3.03,00	3.24,00	3.47,00	4.15,00
	400 m kompleksinis plaukimas	4.21,35	4.34,62	4.47,51	5.12,00	5.45,00	6.32,00	7.18,00	8.08,00	9.10,00

Pastaba: [1] – Meistriškumo pakopų rodikliai gali būti pasiekti tik varžybose, įtrauktose į Tarptautinės plaukimo federacijos (FINA) arba Europos plaukimo federacijos (LEN) varžybų kalendorius.

RANKINIS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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 9	Iki 9	8							5
	2	8–11	8–11	14							9
Meistriškumo ugdymo	1	9–12	9–12	14							10
	2	10–13	10–13	14							12
	3	11–14	11–14	14	12	2					14
	4	12–15	12–15	13	7	6					16
					arba						
								1 [1]			
	5	13–17	13–17	13		9	4				18
					arba						
								1 [1]			
Meistriškumo tobulinimo	1	14–18	14–19	12		6	6				20
					arba						
								1 [1]			
	2	15–19	15–20	12		3	6	3			22
					arba						
									1 [1]		
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	12		1	7	4			24
					arba						
									1 [2]		

Aukšto meistriškumo	_	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	11			6	4	1		26
					arba						
								1 [1]	1 [1]		
	_	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	11				8	2	1	28
					arba						
									1 [1]	1 [1]	

Pastabos:

[1] – sportininkas dalyvavo pasaulio ir (ar) Europos suaugusiųjų, jaunimo, jaunių, jaunučių čempionato aukščiausio diviziono finaliniame varžybų etape.

RANKINIO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	D [2]					
2.	Pasaulio čempionatas	1–16	17–32				
3.	Europos čempionatas	1–12	13–24 [2]	D			
4.	Europos taurės varžybos	1–4	5–8				
5.	Pasaulio studentų universiada	1–2 [4]	3–6 [3]				
6.	Pasaulio studentų čempionatas		1 [4]	2–4 [3]			
7.	Tarptautinės varžybos[1]		1	2–6 [3]			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–4	5–8	9–16	17-32		
9.	Europos jaunimo čempionatas	1–3	4–6	7–12 [3]	13-24		
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos[1]			1–3	4–8 [3]		
11.	Pasaulio jaunių čempionatas		1–4	5–8	9–24 [2]		
12.	Europos jaunių čempionatas		1–3	4–6	7–16 [2]		
13.	Tarptautinės jaunių varžybos[1]			1	2–6 [3]		
14.	Tarptautinės jaunučių varžybos[1]			1	2–3 [3]		
15.	Baltijos lyga		1–2 [4]	3–6 [3]	7–12 [2]		
16.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–3 [4]	4–8 [4]	9–12 [2]	
17.	Lietuvos rankinio federacijos taurė			1 [4]	2–4 [3]	5–8 [2]	
18.	Lietuvos studentų čempionatas				1 [4]	2–4 [3]	
19.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės				1–4 [3]	5–8 [2]	
20.	Lietuvos rankinio federacijos jaunimo taurė				1–2 [4]	3–6 [2]	
21.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės				1–3 [4]	4–8 [3]	
23.	Lietuvos rankinio federacijos jaunių taurė				1 [4]	2–4 [4]	
24.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės				1–2 [4]	3–6 [3]	
25.	Lietuvos rankinio federacijos jaunučių taurė					1 [4]	2–4 [3]
26.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai					1–3 [4]	D [3]

Pastabos:
D – dalyvavimas;

[1] – varžybos, kurios įtrauktos į Tarptautinės rankinio federacijos (IHF) arba Europos rankinio federacijos (EHF) varžybų kalendorių ir kuriose dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

STALO TENISAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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	7–10	7–10	12							8
	2	8–11	8–11	10							10
Meistriškumo ugdymo	1	9–12	9–12	8							12
	2	10–13	10–13	7	5	1					14
	3	11–14	11–14	6	4	2					16
	4	12–15	12–15	5	2	3					18
Meistriškumo tobulinimo	1	13–16	13–16	4		3	1				20
	2	14–17	14–17	4		2	2				22
	3	15–18	15–18	3		1	2				24
	4	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	3			2	1			26
Aukšto meistriškumo	1	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	2				2			28
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2				1	1		32
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2					1	1	36

STALO TENISO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai											
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4		MP 5		MP 6	
		Asmeninė rungtis	Komandinė rungtis	Asmeninė rungtis	Komandinė rungtis	Asmeninė rungtis	Komandinė rungtis	Asmeninė rungtis	Komandinė rungtis	Asmeninė rungtis	Komandinė rungtis	Asmeninė rungtis	Komandinė rungtis
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1.	Olimpinės žaidynės	D	D										
2.	Pasaulio čempionatas	1–32	1–24	D	D								
3.	Pasaulio taurės varžybos	1–24	1–16	25–48	17–48	D	D						
4.	Europos čempionatas	1–24	1–16	25–48	17–32	D	D						
5.	Europos žaidynės	1–24	1–12	25–48	13–24	D	D						
6.	Europos čempionų lyga		1–16		17–32		D						
7.	Europos taurės varžybos	1–16	1–12	17–32	13–24	D	D						
8.	Europos pajėgiausių TOP taurės varžybos	1–12		13–16		D							
9.	Pasaulio studentų universiada	1–6	1–4	7–16	5–8	D	D						
10.	Šiaurės Europos šalių čempionatas	1	1	2–8	2–4	D	D						
11.	Tarptautinės varžybos [1]			1–16	1–16	17–32	17–32						
12.	Baltijos šalių čempionatas [2]			1–3	1	4–8	2–3	D	D				
13.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–12	1–6	13–24	7–12	25–48	D	D	D				
14.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės	1–12	1–6	13–24	7–12	25–48	D	D	D				
15.	Europos jaunimo čempionatas	1–8	1–4	9–16	5–8	17–32	12–16	D	D				
16.	Tarptautinės jaunimo varžybos [1]			1–8	1–4	9–16	5–12	D	D				
17.	Europos jaunimo olimpinis festivalis			1–8	1–4	9–16	5–12	17–32	13–24	D	D		
18.	Pasaulio jaunių čempionatas, pirmenybės			1–12	1–6	13–24	7–12	25–48	D	D	D		

19.	Europos jaunių čempionatas			1–8	1–4	9–16	5–8	17–32	12–16	D	D		
20.	Europos pajėgiausių jaunių TOP varžybos			1–6		7–12							
21.	Šiaurės Europos šalių jaunių čempionatas			1–4	1–3	5–16	4–8						
22.	Baltijos šalių jaunių čempionatas [2]					1–4	2–3	5–8	4–6				
23.	Tarptautinės jaunių varžybos [1]					1–2	1–2	3–8	3–6	9–16	7–12		
24.	Baltijos šalių pajėgiausių jaunių TOP varžybos [2]					1		2–6		7–10			
25.	Pasaulio jaunučių čempionatas, pirmenybės					1–12	1–6	13–24	7–12	25–48	D		
26.	Europos jaunučių čempionatas					1–8	1–4	9–16	5–8	17–32	12–16		
27.	Europos pajėgiausių jaunučių TOP varžybos					1–8		9–12					
28.	Šiaurės Europos šalių jaunučių pirmenybės					1–4	1–3	5–16	4–8				
29.	Baltijos šalių jaunučių čempionatas [1]					1–4	2–3	5–8	4–6				
30.	Tarptautinės jaunučių varžybos [1]					1	1	2–8	2–6	9–16	7–12		
31.	Europos vaikų pirmenybės							1	1	2–16	2–6	D	D
32.	Tarptautinės vaikų varžybos[1]									1–8	1–4	D	D
33.	Lietuvos Respublikos čempionatas					1–8	1–6	9–16	7–12				
34.	Lietuvos pajėgiausių TOP varžybos					1–6		7–12					
35.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos					1–4	1–3	5–8	4–6				
36.	Lietuvos pirmenybės (1 lyga)						1–3		4–8				
37.	Lietuvos pirmenybės (2 lyga)						1		2–6				
38.	Lietuvos studentų čempionatas					1–3	1–2	4–8	3–4				

39.	Lietuvos jaunimo čempionatai, žaidynės							1–8	1–6	9–16	7–12		
40.	Lietuvos jaunių čempionatas, pirmenybės, žaidynės							1–8	1–4	9–16	5–8		
41.	Lietuvos pajėgiausių jaunių TOP varžybos							1–6		7–12			
42.	Lietuvos mokyklų žaidynės							1–4	1–3	5–12	4–8		
43.	Rajonų jaunių čempionatai, pirmenybės, žaidynės							1–3	1–2	4–12	6–8		
44.	Lietuvos jaunučių čempionatas, pirmenybės, žaidynės							1	1	2–8	2–8	9–24	9–16
45.	Pajėgiausių jaunučių TOP varžybos							1		2–8			
46.	Lietuvos vaikų čempionatas, pirmenybės									1	1	2–10	2–8

Pastabos:

D – dalyvavimas.

1 – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės stalo teniso federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 4 valstybių atstovai.

2– varžybos, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 3 valstybių atstovai.

SPORTINIAI ŠOKIAI

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)	Ugdytinių skaičius grupėje						Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos / berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius					
				MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2	MP 1	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Pradinio rengimo	1	iki 9	12							7
	2	8–10	11							9
Meistriškumo ugdymo	1	9–11	10							12
	2	12–14	9	5	4					13
	3	13–15	8	2	5					16
	4	14–16	7		2	2				18
	5	15–17	6		4	3				21
Meistriškumo tobulinimo	1	16–18	5		1	4				24
	2	17–19	4			3	1			28
	3	18–20	4			2	2			30
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresni	2				1	1		32
	–	18 ir vyresni	2				1		1	36

SPORTINIŲ ŠOKIŲ SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4	MP 5	MP 6
		Porinė rungtis	Komandinė rungtis	Porinė rungtis	Komandinė rungtis	Porinė rungtis	Komandinė rungtis	Porinė arba komandinė rungtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	Pasaulio sporto žaidynės	1–24	1–16	D [2]	D [2]					
2.	Pasaulio čempionatas	1–24	1–16	D [2]	D [2]					
3.	Europos čempionatas	1–12	1–8	13–24	9–16					
4.	Pasaulio atvirasis čempionatas	1–12	1–8	13–24	9–16	D [2]	D [2]			
5.	Pasaulio taurės varžybos	1–12	1–8	13–24	9–16	D [2]	D [2]			
6.	Europos taurės varžybos	1–6	1–3	7–12	4–6	13–24 [3]	7–12 [3]			
7.	Europos Sąjungos čempionatas	1–6	1–3	7–12	4–6	13–24 [3]	7–12 [3]			
8.	Tarptautinės varžybos [1]			1–3	1	4–8 [3]	2–4 [3]			
9.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–3	1	4–8 [3]	2–6 [3]	9–16 [3]	7–12 [3]			
10.	Europos jaunimo čempionatas	1	1	2–6 [3]	2–3 [3]	7–12 [3]	4–8 [3]			
11.	Pasaulio atvirasis čempionatas			2–6 [3]	2–3 [3]	7–12 [3]	4–8 [3]			
12.	Tarptautinės jaunimo varžybos[1]			1	1	2–6 [4]	2–6 [4]	7–12 [3]		
13.	Pasaulio jaunių čempionatas			1–2	1–2	3–6 [4]	3–6 [4]	7–12 [3]		
14.	Europos jaunių čempionatas			1	1	2–4 [4]	2–4 [4]	5–8 [3]		
15.	Tarptautinės jaunių varžybos[1]					1	1	2–6 [4]	7–12 [3]	
16.	Lietuvos Respublikos čempionatas					1–2 [4]	1–2 [4]	3–6 [3]		
17.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės							1–4 [4]	5–8 [3]	
18.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės							1–2 [4]	3–6 [3]	
19.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės								1–6 [4]	7–12 [3]

20.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės									1–6 [3]

Pastabos:
D – dalyvavimas.
[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės sporto šakos federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.
[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.
[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.
[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

ŠACHMATAI

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius	Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
			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 12	12								6
	2	7 – 13	12								9
Meistriškumo ugdymo	1	8 – 14	10								12
	2	9 – 15	9	4	3	2					12
	3	10 – 16	8		2	4	2				14
	4	11 – 17	7			4	3				16
	5	12 – 18	6			2	4				18
Meistriškumo tobulinimo	1	13 ir vyresni	5			1	3	1			20
	2	14 ir vyresni	4				2	2			22
	3	15 ir vyresni	4					3	1		24
Aukšto meistriškumo	–	17 ir vyresni	2						1	1	26

ŠACHMATŲ SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai						
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6	MP7
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Pasaulio šachmatų olimpiada	1–16	17–24	25–42				
2.	Pasaulio šachmatų čempionatas	1–16	17–24	25–42				
3.	Europos šachmatų čempionatas	1–8	9–16	17–24	25–36			
4.	Europos sąjungos šachmatų čempionatas [1]	1–4	5–8	9–16	17–25			
5.	Pasaulio jaunimo iki 20 m. čempionatas	1–6	7–12	13–24	25–36			
6.	Europos sąjungos šalių jaunimo iki 20 m. čempionatas [1]	1	2–8	9–16	17–25			
7.	Pasaulio jaunių iki 18 m. čempionatas	1	2–8	9–16	17–25			
8.	Europos jaunių iki 18 m. čempionatas	1	2–6	7–12	13–24			
9.	Europos sąjungos šalių jaunių iki 18 m. čempionatas [1]	1	2–6	7–12	13–24			
10.	Pasaulio jaunių iki 16 m. čempionatas		1–8	9–16	17–24			
11.	Europos jaunių iki 16 m. čempionatas		1–6	7–12	13–20			
12.	Europos sąjungos šalių jaunių iki 16 m. čempionatas [1]		1–4	5–12	13–18			
13.	Pasaulio jaunių iki 14 m. čempionatas		1–4	5–12	13–20			
14.	Europos jaunių iki 14 m. čempionatas		1	2–8	9–16	17–24		
15.	Europos sąjungos jaunių iki 14 m. čempionatas [1]		1	2–6	7–12	13–18		
16.	Pasaulio jaunučių iki 12 m. čempionatas			1–4	5–12	13–24		
17.	Europos jaunučių iki 12 m. čempionatas			1	2–8	9–16		
18.	Europos sąjungos jaunučių iki 12 m. čempionatas [1]			1	2–6	7–12		
19.	Pasaulio jaunučių iki 10 m. čempionatas			1	2–6	7–12	13–24	
20.	Europos jaunučių iki 10 m. čempionatas				1–3	4–10	11–20	
21.	Europos sąjungos jaunučių iki 10 m. čempionatas [1]				1–3	4–8	9–16	
22.	Pasaulio vaikų iki 8 m. čempionatas					1–3	5–12	13–36
23.	Europos vaikų iki 8 m. čempionatas					1	2–8	9–24

24.	Europos sąjungos vaikų iki 8 m. čempionatas [1]					1	2–6	7–18
25.	Lietuvos Respublikos suaugusiųjų čempionatas		1 [5]	2–4 [4]	5–8 [3]	9–16 [2]		
26.	Lietuvos jaunimo iki 20 m. čempionatas			1 [5]	2–6 [3]	7–12 [2]		
27.	Lietuvos jaunių iki 18 m. čempionatas			1 [5]	2–4 [3]	5–8 [2]	9–12 [2]	
28.	Lietuvos jaunių iki 16 m. čempionatas				1–3 [4]	4–6 [3]	7–12 [2]	
29.	Lietuvos jaunių iki 14 m. čempionatas				1–2 [4]	3–6 [3]	7–12 [2]	13–16 [2]
30.	Lietuvos jaunučių iki 12 m. čempionatas				1 [5]	2–3 [4]	4–6 [3]	7–16 [2]
31.	Lietuvos jaunučių iki 10 m. čempionatas					1–3 [4]	4–6 [3]	7–16 [2]
32.	Lietuvos vaikų iki 8 m. čempionatas						1–3 [4]	4–12 [2]

Pastaba:

[1] – dalyvavo ne mažiau kaip 8 valstybių sportininkai (komandos) vaikinų rungtyje arba ne mažiau kaip 6 valstybių sportininkai (komandos) merginų rungtyje.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

[5] – dalyvavo ne mažiau kaip 12 sportininkų (komandų) vyrų (vaikinų) rungtyje arba 8 sportininkės (komandos) moterų (merginų) rungtyje.

ŠACHMATŲ SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE

Varžovų Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai [1] ir siektinas taškų procentas partijose su varžovais								Nugalėjus varžovą arba sužaidus lygiosiomis pasiekiamas šių meistriškumo pakopų rodikliams prilygstantis rezultatas
Sportininkas, neįvykdęs meistriškumo rodiklio	MP 7	MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2	MP 1	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
65	50	35	20	5				MP 7
	65	50	35	20	5			MP 6
		65	50	35	20	5		MP 5
			65	50	35	20	5	MP 4

Pastaba: [1] Meistriškumo rodikliai gali būti vykdomi varžybose (šveicariška arba rato sistema), kuriose turų skaičius yra ne mažesnis kaip 7. Taškai gali būti skaičiuojami tokia tvarka: pergalė – 1 taškas, lygiosios – ½ taško, pralaimėjimas – 0 taškų.

ŠACHMATININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL TARPTAUTINĖS ŠACHMATŲ FEDERACIJOS ELO REITINGŲ SISTEMĄ

Meistriškumo pakopų rodikliai (MP)	Reitingo taškai pagal Tarptautinės šachmatų federacijos patvirtintą Elo reitingavimo sistemą[1]	
	Vyrai	Moterys
MP 7	1000 – 1200	1000 – 1200
MP 6	1201 – 1400	1201 – 1400
MP 5	1401 – 1600	1401 – 1600
MP 4	1601 – 1800	1601 – 1800
MP 3	1801 – 2000	1801 – 2000
MP 2	2001 – 2500	2001 – 2300
MP 1	2501 ir daugiau	2301 ir daugiau

PASTABA: [1] – Meistriškumo pakopų rodikliai vertinami pagal sportininko užimtą vietą Standartinių, Greitųjų (*angl. Rapid*), Žaibo (*angl. Blitz*) šachmatų varžybų reitinguose.

ŠACHMATININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL TARPTAUTINĖS ŠACHMATŲ FEDERACIJOS (FIDE) KVALIFIKACINĘ SISTEMĄ

Meistriškumo rodikliai (MP)	Šachmatininko titulas pagal FIDE kvalifikacinę sistemą	
	Vyrai	Moterys
MP 3	Kandidatas į meistrus (*angl. CM*)	Kandidatė į meistrus (*angl. WCM*)
MP 2	FIDE meistras (*angl. FM*)	FIDE meistrė (*angl. WFM*)
MP 1	Tarptautinis meistras (*angl. IM*) Tarptautinis didmeistris (*angl. GM*)	Tarptautinė meistrė (*angl. WIM*) Tarptautinė didmeistrė (*angl. WGM*)

ŠAŠKĖS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius	Ugdytinių skaičius grupėje										Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
			Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius									
				MP 9	MP 8	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	13	14
Pradinio rengimo	1	iki 12	12										6
	2	7–13	12										8
Meistriškumo ugdymo	1	8–14	10										12
	2	9–15	9	2	3	4							13
	3	10–16	8		1	3	4						16
	4	11–17	7			2	2	3					18
	5	12–18	6				1	2	3				21
Meistriškumo tobulinimo	1	13 ir vyresni	5					1	3	1			24
	2	14 ir vyresni	4						2	2			27
	3	15 ir vyresni	4						1	2	1		29
Aukšto meistriškumo	–	16 ir vyresni	2								1	1	32
	–	17 ir vyresni	2									2	36

ŠAŠKIŲ SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6	MP7	MP8	MP 9
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	Pasaulio olimpiada	1–12	13–18	19–24						
2.	Pasaulio čempionatas	1–12	13–18	19–24						
3.	Pasaulio taurės varžybos	1–12	13–18	19–24						
4.	Europos čempionatas	1–8	9–12	13–16						
5.	Europos sąjungos čempionatas[1]	1–4	5–8	9–12						
6.	Tarptautinės varžybos[2]		1–2	3–6	7–12					
7.	Pasaulio jaunimo olimpiada	1	2–4	5–8	9–16					
8.	Pasaulio jaunimo iki 19 m. čempionatas	1	2–4	5–8	9–16					
9.	Europos jaunimo ir studentų iki 26 m. čempionatas	1	2–3	4–6	7–12					
10.	Europos jaunimo iki 19 m. čempionatas		1–3	4–6	7–12					
11.	Europos sąjungos šalių jaunimo iki 19 m. čempionatas [1]		1–2	3–6	7–12					
12.	Tarptautinės jaunimo iki 19 m. varžybos[1]		1	2–6	7–12					
13.	Pasaulio jaunių iki 16 m. čempionatas		1–2	3–8	9–16					
14.	Europos jaunių iki 16 m. čempionatas		1–3	4–6	7–12					
15.	Europos sąjungos šalių jaunių iki 16 m. čempionatas [1]			1–2	3–6	7–12				
16.	Tarptautinės jaunių iki 16 m. varžybos [1]			1–2	3–6	7–12				
17.	Pasaulio jaunučių iki 13 m. čempionatas			1–4	5–8	9–16				
18.	Europos jaunučių iki 13 m. čempionatas			1–3	4–6	7–12				
19.	Europos sąjungos jaunučių iki 13 m. čempionatas [1]			1–2	3–6	7–12				
20.	Tarptautinės jaunučių iki 13 m. varžybos[1]				1–2	3–6	7–12			
21.	Pasaulio vaikų iki 10 m. čempionatas				1	2–4	5–8	9–16		
22.	Europos vaikų iki 10 m. čempionatas					1–3	4–6	7–12		
23.	Europos sąjungos vaikų iki 10 m. čempionatas [1]					1–2	3–6	7–12		
24.	Pasaulio vaikų iki 8 m. čempionatas						1	2–8		
25.	Europos vaikų iki 8 m. čempionatas						1	2–6		
26.	Europos sąjungos vaikų iki 8 m. čempionatas [1]						1	2–6		

27.	Lietuvos suaugusiųjų čempionatas [1]			1–2	3–6	7–12				
28.	Lietuvos jaunimo ir studentų iki 26 m. čempionatas [1]				1–3	4–6	7–12			
29.	Lietuvos jaunimo iki 19 m. čempionatas[1]				1–3	4–6	7–12			
30.	Lietuvos jaunimo iki 19 m. moksleivių pirmenybės [1]				1–2	3–6	7–12			
31.	Lietuvos jaunių iki 16 m. čempionatas, žaidynės[1]				1–2	3–6	7–12			
32.	Lietuvos jaunių iki 16 m. moksleivių pirmenybės [1]				1	2–3	4–8	9–12		
33.	Lietuvos mokyklų (5–12 kl.) olimpinio festivalio varžybos					1	2–3	4–8		
34.	Lietuvos jaunučių iki 13 m. čempionatas, žaidynės[2]					1–6	7–12	13–16		
35.	Lietuvos jaunučių iki 13 m. moksleivių pirmenybės [2]					1–3	4–8	9–12		
36.	Lietuvos mokyklų (1–4 kl.) olimpinio festivalio varžybos						1–2	3–6	7–12	
37.	Lietuvos vaikų iki 10 m. čempionatas[2]						1–2	3–6	7–12	
38.	Lietuvos vaikų iki 10 m. moksleivių pirmenybės [2]						1	2–3	4–8	9–12
39.	Lietuvos vaikų iki 8 m. čempionatas[2]								1–2	3–6
40.	Lietuvos vaikų iki 8 m. moksleivių pirmenybės [2]								1	2–3

Pastaba:

[1] – rungtyje dalyvavo ne mažiau kaip 8 sportininkai ar komandos.

[2] – rungtyje dalyvavo ne mažiau kaip 12 sportininkų ar komandų.

ŠAŠKIŲ SPORTO ŠAKOS SPORTININIKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE

Varžovų Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai										**Nugalėjus varžovą arba sužaidus lygiosiomis pasiekiamas šių meistriškumo pakopų rodikliams prilygstantis rezultatas**
Sportininkas, neįvykdęs meistriškumo rodiklio	MP 9	MP 8	MP 7	MP 6	MP 5	MP 4	MP 3	MP 2	MP 1	
65	50	35	20	5						MP 9
	65	50	35	20	5					MP 8
		65	50	35	20	5				MP 7
			65	50	35	20	5			MP 6
				65	50	35	20	5		MP 5
					65	50	35	20	5	MP 4

Pastaba:

[1] – Meistriškumo rodikliai gali būti vykdomi varžybose (šveicariška arba rato sistema), kuriose turų skaičius yra ne mažesnis kaip 7.

Taškai gali būti skaičiuojami tokia tvarka:

1. pergalė – 2 taškai, lygiosios – 1 taškas, pralaimėjimas – 0 taškų, taškai apvalinami didesnio sveiko skaičiaus link.
2. pergalė – 1 taškas, lygiosios – ½ taško, pralaimėjimas – 0 taškų, taškai apvalinami didesnio pustaškio link.

MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL TARPTAUTINĖS ŠAŠKIŲ FEDERACIJOS ELO SPORTININKŲ REITINGAVIMĄ

Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai	Sportininko reitingo taškai pagal Elo sistemą	
	Vyrai	Moterys
MP 4	2000–2100	iki 2000
MP 3	2101–2200	2001–2200
MP 2	2201–2300	2201–2300
MP 1	2301 ir daugiau	2301 ir daugiau

ŠAUDYMAS (KULKINIS ŠAUDYMAS)

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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	10–13	10–13	11							7
	2	11–14	11–14	10							9
Meistriškumo ugdymo	1	12–15	12–15	9							12
	2	13–16	13–16	8	4	4					14
	3	14–17	14–17	8	2	6					16
	4	15–18	15–18	7		6	1				18
	5	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	6		3	3				20
Meistriškumo tobulinimo	1	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	5		1	4				24
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	4			3	1			28
	3	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	4			2	2			32
Aukšto meistriškumo	–	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	2				1	1		32
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2					1	1	36

ŠAUDYMO SPORTO ŠAKOS KULKINIO ŠAUDYMO DISCIPLINOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4	MP 5	MP 6
		Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali arba komandinė rungtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	Olimpinės žaidynės	1–24		D [2]						
2.	Pasaulio čempionatas	1–24	1–16	D [2]	D [2]					
3.	Europos čempionatas	1–12	1–8	13–24 [3]	9–16 [3]					
4.	Pasaulio taurės varžybos	1–12	1–8	13–24 [3]	9–16 [3]	D [2]	D [2]			
5.	Pasaulio taurės finalinės varžybos	D								
6.	Pasaulio studentų universiada	1–6	1–3	7–12	4–6	13–24 [2]	7–12 [2]			
7.	Tarptautinės varžybos[1]			1–3	1	4–8 [3]	2–4 [3]			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–6	1–3	7–12	4–6	9–16 [2]	7–12 [2]			
9.	Europos jaunimo čempionatas	1–3	1	4–6	2–3	7–12 [2]	4–8 [2]			
10.	Europos jaunimo lygos komandinis čempionatas						1-8			
11.	Tarptautinės jaunimo varžybos[1]					1–6 [4]	1–6 [4]	7–12 [3]		
12.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės			1–3	1–3	4–6 [3]	4–6 [3]	7–12 [2]		
13.	Pasaulio jaunių čempionatas			1–3	1–3	4–6 [3]	4–6 [3]	7–24 [2]		
14.	Europos jaunių čempionatas			1	1	2–4	2–4	5–18 [3]		
15.	Europos jaunimo olimpinis festivalis			1	1	2–4	2–4	5–18 [3]		
16.	Tarptautinės jaunių varžybos[1]					1	1	2–6 [4]	7–12 [3]	
17.	Lietuvos Respublikos čempionatas					1–2 [4]	1–2 [4]	3–6 [3]		
18.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos					1 [4]	1 [4]	2–3 [3]	4–6 [2]	
19.	Lietuvos studentų čempionatas							1–3 [4]	4–6 [3]	
20.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės							1–4 [4]	5–8 [3]	
21.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės							1–2 [4]	3–6 [3]	
22.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės								1–6 [3]	7–12 [2]
23.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės									1–6 [3]

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės šaudymo federacijos varžybų kalendorių, kai rungtyje dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.
[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.
[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.
[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

ŠAUDYMO SPORTO ŠAKOS KULKINIO ŠAUDYMO DISCIPLINOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL PASIEKTĄ REZULTATĄ VARŽYBOSE

Lytis	Ginklo rūšis	Nuotolis	Rungtis	Mato vienetai	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai		
					MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	6	7	8	9
Vyrai	Pneumatinis šautuvas (toliau – PŠ)	10 m	PŠ–10	taškai	–	–	76/79,5
			PŠ–20		–	182/187,0	150/156,8
			PŠ–30		282/290,1	270/279,0	220/229,5
			PŠ–40		375/385,5	360/372,0	300/314,0
			PŠ–60		560/576,0	535/550,0	–
			PŠ–10+10BT		–	166	150
			PŠ–20+20BT		360	330	300
			PŠ–30+30BT		545	490	–
			PŠ–40m BT		350	310	–
			MIX PŠ 40+40		764	724	–
			MIX PŠ 30+30		571,4	543,0	–
	Pneumatinis pistoletas (toliau –PP)	10 m	**2** PP–10	taškai	–	–	70
			PP–20		–	165	142
			PP–30		267	248	210
			PP–40		362	340	290
			PP–60		546	525	–
			MIX PP 40+40		720	670	–
			MIX PP 30+30		540	502	–
	Mažo kalibro šautuvas (toliau –MŠ)	25 m	MŠ–10	taškai	–	–	90
		50 m	MŠ–2x10	taškai	–	175	150
			MŠ–3x10		272	260	210
			MŠ–3x20		550	530	–
			MŠ–3x40		1110	1050	–
			MŠ–10		–	–	85/86,5
			MŠ–20		–	184/189,0	168/172,0
			MŠ–30		287/294,0	276/285,0	250/257,0
			MŠ–60		578/595,0	562/576,0	–
			MŠ–20 BT		–	–	160
			MŠ–10+10BT		–	170	150

			MŠ–20+20BT		360	340	295
			MŠ–30+30BT		555	530	–
			MŠ–40mBT		360	340	290
	Mažo kalibro pistoletas (toliau –MP)	25m	MP–10	taškai	–	–	78
			MP–20		–	178	162
			MP–30 (3 s)		277	272	260
			MP–30–N		275	268	248
			MP–30+30		552	520	–
			MP–G 20 (8, 6 s)		–	–	164
			MP–G 30 (8, 6, 4 s)		270	264	230
			MP–G 60 (8, 6, 4 s)		545	530	–
		50m	MP–L 20	taškai	–	155	145
			MP–L 30		255	235	215
			MP–L 40		340	320	280
			MP–L 60		520	480	–
Moterys	Pneumatinis šautuvas	10 m	PŠ–10	taškai	–	–	70/73,5
			PŠ–20		–	165/170,0	145/149,5
			PŠ–30		275/283,5	248/258,5	220/229,5
			PŠ–40		368/378,5	345/352,0	290/310,5
			PŠ–60		553/569,0	538/550,0	–
			PŠ–BT 10+10		–	300	140
			PŠ–BT 20+20		335	290	280
			PŠ–BT 40m		320	–	–
			MIX PŠ 40+40		764	724	–
			MIX PŠ 30+30		571,4	543	–
	Mažo kalibro šautuvas	25 m	MŠ–10		–	–	87
		50 m	MŠ 2x10	taškai	–	170	147
			MŠ–3x10		270	257	215
			MŠ–3x20		540	515	–
			MŠ–3x40		1082	1032	–
			MŠ–10		–	–	82
			MŠ–20		–	182	165
			MŠ–30		284	273	245

			MŠ–60		587	567	–
	Pneumatinis pistoletas	10 m	PP–10	taškai	–	–	68
			PP–20		–	160	140
			PP–30		270	245	205
			PP–40		358	330	285
			PP-60		538	493	–
			MIX PP 40+40		720	670	–
			MIX PP 30+30		540	502	–
	Mažo kalibro pistoletas	25 m	MP–10	taškai	–	–	75
			MP–20		–	175	160
			MP–30 (3s)		280	270	258
			MP–30–N		275	263	245
			MP–30+30		545	505	–“

TINKLINIS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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	7–11	7–11	12							8
	2	9–12	9–12	12							10
Meistriškumo ugdymo	1	11–13	11–13	12							12
	2	12–14	13–15	12[1]	6	4					14
	3	13–15	14–16	12	6	6					16
	4	14–16	15–17	12	2	8	2				18
	5	15–17	16–18	12		8	4				20
Meistriškumo tobulinimo	1	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	12		6	6				22
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	12		4	8				24
	3	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	12		2	8	2			28
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	10			4	4	2		32
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	10				7	2	1	36

Pastabos:

[1] – 10 sportininkų dalyvavo 12 rungtynių.

TINKLINIO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	D					
2.	Pasaulio čempionatas	1–16	17–24				
3.	Pasaulio taurės varžybos	1–8	9–12 [2]				
4.	Europos čempionatas	1–8	9–12 [2]				
5.	Europos taurės varžybos	1–3	4–8				
6.	Pasaulio studentų universiada	1	2–4 [3]	5–8 [2]			
7.	Tarptautinės varžybos [1]		1	2–6 [3]			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–3	4–6	7–12 [2]			
9.	Europos jaunimo čempionatas	1	2–3	4–6 [3]			
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos [1]		1	2–6 [2]			
11.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1	2–6 [3]	7–12 [2]		
12.	Pasaulio jaunių čempionatas		1–3	4–6	7–12 [2]		
13.	Europos jaunių čempionatas		1	2–4	5–8 [3]		
14.	Europos jaunimo olimpinis festivalis		1	2–3 [3]	4–8 [2]		
15.	Tarptautinės jaunių varžybos [1]			1	2–6 [3]		
16.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–2 [3]	3–4 [2]		
17.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos				1–3 [3]	4–6 [2]	
18.	Lietuvos studentų čempionatas				1–3 [3]	4–6 [2]	
19.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės				1–4 [4]	5–8 [2]	
20.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės				1–3 [4]	4–6 [2]	7–8 [2]
21.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės					1–6 [3]	D [2]
22.	Lietuvos Respublikos vaikų, „Mini“ čempionatai, žaidynės						D

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės tinklinio federacijos arba Europos tinklinio konfederacijos kalendorių ir šiose varžybose dalyvauja ne mažiau kaip 4 valstybių atstovai.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

PAPLŪDIMIO TINKLINIS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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	7–11	7–11	12							8
	2	9–12	9–12	12							8
Meistriškumo ugdymo	1	11–13	11–13	8							10
	2	12–14	12–14	8	6	2					12
	3	13–15	13–15	8	4	4					14
	4	14–16	14–16	7	2	5					16
	5	15–17	15–17	7		5	2				18
Meistriškumo tobulinimo	1	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	6		3	3				24
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	5		2	3				28
	3	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	4			3	1			30
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2				1	1		32
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	2					1	1	36

PAPLŪDIMIO TINKLINIO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1.	Olimpinės žaidynės	D					
2.	Pasaulio čempionato finalinis etapas	1–24	25–48 [2]				
3.	FIVB Kontinentinė taurė	1–16	17–32 [2]				
4.	Europos čempionato finalinis etapas	1–16	17–32 [2]				
5.	Europos žaidynės	1–8	9–16				
6.	Pasaulio studentų universiada	1–8	9–16 [2]	17–24 [3]			
7.	Tarptautinės varžybos[1]		1–3	4–8 [2]			
8.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės	1–6	7–12 [2]	13–16 [3]			
9.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–4	5–8	9–12 [2]	13–16 [3]		
10.	Pasaulio jaunių čempionatas		1–4	5–8	9–16 [2]		
11.	Europos jaunimo čempionatas		1–2	3–6	7 –12 [2]		
12.	Europos jaunių čempionatas		1	2–4	5 – 8		
13.	Europos jaunučių čempionatas			1	2 – 6		
14.	Tarptautinės jaunių varžybos [1]			1	2–6 [3]		
15.	Europos jaunimo olimpinis festivalis			1–2 [4]	3–6 [3]		
16.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–4 [2]	5–8 [2]	9 –12 [2]	
17.	Lietuvos studentų čempionatas				1–4 [4]	5–8 [3]	
18.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės				1–4 [3]	5–8 [2]	
19.	Lietuvos Respublikos jaunimo uždarų patalpų čempionatai, žaidynės				1–4 [3]	5–8 [2]	
20.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės				1–2 [4]	3–6 [3]	
21.	Lietuvos Respublikos jaunių uždarų patalpų čempionatai, žaidynės				1–2 [4]	3–6 [3]	

22.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės					1 –4 [2]	D
23.	Lietuvos Respublikos jaunučių uždarų patalpų čempionatai, žaidynės					1–4 [2]	D
24.	Lietuvos Respublikos vaikų, „Mini“ čempionatai, žaidynės						D
25.	Lietuvos Respublikos vaikų, „Mini“ uždarų patalpų čempionatai, žaidynės						D

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės tinklinio federacijos arba Europos tinklinio konfederacijos kalendorių ir šiose varžybose dalyvauja ne mažiau kaip 4 valstybių atstovai.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

VANDENSVYDIS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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	8–10	8–10	12							7
	2	9–11	9–11	12							9
Meistriškumo ugdymo	1	10–12	10–12	12							12
	2	12–14	12–14	12	8	4					14
	3	13–15	13–15	12	7	5					16
	4	14–16	14–16	10	2	6	2				18
	5	15–17	15–17	10		6	4				21
Meistriškumo tobulinimo	1	16–18	16–18	8		3	5				24
	2	17 ir vyresnės	17 ir vyresni	8		3	5	2			27
	3	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	8		2	2	4			29
Aukšto meistriškumo	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	6			2	2	2		32
	–	18 ir vyresnės	18 ir vyresni	6			2	2	1	1	36

VANDENSVYDŽIO SPORTO ŠAKOS SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai					
		MP 1	MP 2	MP 3	MP 4	MP 5	MP 6
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Olimpinės žaidynės	D [2]					
2.	Pasaulio čempionatas	1–16	17–24				
3.	Pasaulio taurės varžybos	1–8	9–12 [2]				
4.	Europos čempionatas	1–8	9–12 [2]				
5.	Europos taurės varžybos	1–3	4–8				
6.	Pasaulio studentų universiada	1	2–3 [3]	4–8 [2]			
7.	Tarptautinės varžybos[1]		1	2–6 [3]			
8.	Pasaulio jaunimo čempionatas	1–3	4–6	7–12 [3]			
9.	Europos jaunimo čempionatas	1	2–3	4–6 [3]			
10.	Tarptautinės jaunimo varžybos[1]		1	2–6 [3]			
11.	Pasaulio jaunimo olimpinės žaidynės		1	2–6 [3]	7–12 [2]		
12.	Pasaulio jaunių čempionatas		1	2–6 [3]	7–12 [2]		
13.	Europos jaunių čempionatas		1	2–3 [3]	4–8 [2]		
14.	Europos jaunimo olimpinis festivalis		1	2–3 [3]	4–8 [2]		
15.	Tarptautinės jaunių varžybos[1]			1	2–6 [3]		
16.	Lietuvos Respublikos čempionatas			1–3 [4]	4–6 [3]		
17.	Lietuvos Respublikos taurės varžybos				1–3 [4]	4–6 [3]	
18.	Lietuvos studentų čempionatas				1–3 [4]	4–6 [3]	
19.	Lietuvos Respublikos jaunimo čempionatai, žaidynės				1–4 [4]	5–8 [2]	
20.	Lietuvos Respublikos jaunių čempionatai, žaidynės				1–2 [4]	3–6 [2]	
21.	Lietuvos Respublikos jaunučių čempionatai, žaidynės					1–6 [3]	D [2]
22.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės						1–6 [3]

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, kuriose dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

ŽIRGINIS SPORTAS

Ugdymo programos etapai	Ugdymo programos etapo metai	Ugdytinių amžius (metai)		Ugdytinių skaičius grupėje							Kontaktinių akademinių ugdymo valandų skaičius per savaitę
		Mergaitės, merginos	Berniukai, vaikinai	Iš viso	Iš jų – pasiekusių Meistriškumo pakopos (MP) rodiklius						
					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	10–13	10–13	9							7
	2	11–14	11–14	9							9
Meistriškumo ugdymo	1	12–15	12–15	8							12
	2	13–16	13–16	7	3	4					15
	3	14 ir vyresnės	14 ir vyresni	6	1	4	1				18
	4	15 ir vyresnės	15 ir vyresni	6		4	2				22
	5	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	5		2	3				24
Meistriškumo tobulinimo	1	15 ir vyresnės	15 ir vyresni	4			4				26
	2	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	4			3	1			28
	3	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	4			2	2			30
Aukšto meistriškumo	–	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	2				1	1		32
	–	16 ir vyresnės	16 ir vyresni	2				1		1	36

ŽIRGINIO SPORTO SPORTININKŲ MEISTRIŠKUMO PAKOPŲ RODIKLIAI PAGAL UŽIMTĄ VIETĄ VARŽYBOSE

Eil. Nr.	Sporto varžybų pavadinimas	Meistriškumo pakopų (MP) rodikliai								
		MP 1		MP 2		MP 3		MP 4	MP 5	MP 6
		Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali rungtis	Komandinė rungtis	Individuali arba komandinė rungtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	Olimpinės žaidynės	1–24	1–16	D [2]	D [2]					
2.	Pasaulio konkūrų taurės finalas	1–24	1–16	D [2]	D [2]					
3.	Pasaulio konkūrų taurės etapas	1–12	1–8	13–24	9–16	D [2]	D [2]			
4.	Tarptautinės dailiojo jojimo, konkūrų, trikovės, ištvermės, kinkinių varžybos [1]			1–3	1	4–8 [3]	2–4 [3]			
5.	Europos jaunimo čempionatas	1–3	1	4–6	2–3	7–12 [2]	4–8 [2]			
6.	Tarptautinės jaunimo varžybos[1]			1	1	2–6 [3]	2–6 [3]	7–12 [2]		
7.	Europos jaunių čempionatas			1	1	2–4 [3]	2–4 [3]	5–8 [2]		
7.	Tarptautinės jaunių varžybos[1]					1	1	2–6 [3]	7–12 [2]	
8.	Pasaulio vaikų neakivaizdinės konkūrų varžybos							1	2–6 [3]	7–12 [2]
9.	Lietuvos Respublikos konkūrų, dailiojo jojimo, trikovės, ištvermės čempionatas					1–2 [4]	1–2 [4]	3–6 [3]		
10.	Lietuvos Respublikos konkūrų, dailiojo jojimo, trikovės, ištvermės, kinkinių taurės varžybos					1 [4]	1 [4]	2–3 [3]	4–6 [2]	
11.	Lietuvos Respublikos dailiojo jojimo, konkūrų jaunimo, ištvermės čempionatai, žaidynės							1–4 [4]	5–8 [2]	
12.	Lietuvos Respublikos dailiojo jojimo, konkūrų, ištvermės jaunių čempionatai, žaidynės							1–2 [4]	3–6 [2]	
13.	Lietuvos Respublikos dailiojo jojimo, konkūrų jaunučių čempionatai, žaidynės, LTU3* konkūrų varžybos								1–6 [4]	7–12 [2]

14.	Lietuvos Respublikos vaikų čempionatai, žaidynės									1–6 [3]

Pastabos:

D – dalyvavimas.

[1] – varžybos, įtrauktos į Tarptautinės žirginio sporto federacijos varžybų kalendorių, kuriose dalyvauja ne mažiau kaip 6 valstybių atstovai.

[2] – aplenkti 25 proc. varžybų dalyvių.

[3] – aplenkti 50 proc. varžybų dalyvių.

[4] – aplenkti 75 proc. varžybų dalyvių.

_____