

**SPORTO RĖMIMO FONDO FINANSUOJAMŲ
SPORTO PROJEKTŲ
GALUTINĖ ATASKAITA NR. R3968**

Projekto numeris	SRF-FAV-2021-1-1151	Projekto įgyvendinimo laikotarpis	2021-09-01 - 2023-10-01
Organizacijos pavadinimas	Nacionalinė dziudo asociacija	Projekto pavadinimas	Vaikų užimtumo organizavimo ir sporto specialistų kvalifikacijos tobulinimo veiklos, skirtos įtraukti ir išlaikyti vaikus fizinio aktyvumo veiklose.
Organizacijos adresas	Kovo 11-osios g. 20, Kaunas, LT 51346	Ataskaitos laikotarpis	2021-09-01 - 2023-10-01
Organizacijos telefono numeris	+37068245180	Pateikimo data	2023-09-18 17:01:01
Organizacijos statusas	Neperkančioji organizacija	Ataskaitą pateikė	Marius Paškevičius

1. PAREIŠKĖJO DUOMENYS

Ar vadovaujantis Lietuvos Respublikos viešųjų pirkimų įstatymu pareiškėjas yra perkančioji ar neperkančioji organizacija? Neperkančioji organizacija

2. PROJEKTO PARTNERIŲ DUOMENYS

Pareiškėjas projekte dalyvauja be partnerių.

3. SPORTO PROJEKTO AKTUALUMAS IR SVARBA

3.1. Kokia problema buvo sprendžiama šiuo sporto projektu?

Projekto veikla: Sportinių fizinio lavinimo stovyklų organizavimas.

Problema (1): ribotas vaikų fizinis užimtumas: šiuolaikiniams vaikams labai trūksta fizinio aktyvumo, nes technologinis progresas vaikų gyvenimą padarė itin patogų ir mažai judrų. Vaikams itin trūksta fizinio aktyvumo, kurio metu mokoma judesių įvairovės. LSU tyrėjų atlikti tyrimai parodė, kad per pastaruosius 20 metų blogėjo šalies mokinių beveik visų fizinių ypatybių lygis, o ypač – ištvermės rodikliai, stebimas drastiškas vaikų bei paauglių nutukimo didėjimas (>21% vaikų turi antsvorio).

Problema (2): ribotas kokybiškų sporto stovyklų prieinamumas. Didžiųjų šalies miestų savivaldybės daug dėmesio skiria vaikų vasaros užimtumo - stovyklų organizavimui, tačiau tik mažiau nei 1/3 iš pasiūlytų laisvalaikio užsiėmimų yra tikslinės vaikų sporto veiklos. Egzistuoja didelis nemokamų kokybiškų sporto stovyklų poreikis vasaros metu. Dar labiau šis poreikis pasireiškia regionuose, kur nemokamų vasaros užsiėmimų pasiūla yra labai menka. Tokių stovyklų poreikis itin reikšmingas socialiai remtinų, mažas pajamas gaunančių, daugiavaikių šeimų atvejais, kai nėra galimybės skirti lėšų vaikų sporto veikloms ir dėl to yra stipriai apribotos vaikų galimybės gauti kokybiškas neformalaus sportinio ugdymo paslaugas bei didėja jų socialinės atskirties rizika.

Projekto metu pasiekti rezultatai, sprendžiant šias problemas regioniniu ir nacionaliniu lygiu:

2022 - 2023 m. liepos rugpjūčio mėn buvo suorganizuotos iš viso 4 sportinės vaikų fizinio lavinimo stovyklos. Vienos stovyklos pamainos trukmė - 7 d.

Iš viso stovyklose sudalyvavo **258** unikalūs dalyviai: iš jų **216** unikalių dalyvių - vaikų (iš jų 46 asmenys - t.y. daugiau kaip 21% - priklausantys socialiai pažeidžiamoms grupėms) ir **42** unikalių dalyvių - sporto specialistų iš visos Lietuvos. Viso: **258** unikalūs dalyviai.

Planuoti pasiekti veiklos rezultatai: **240** vaikų (iš jų - ne mažiau kaip 25%, t.y. 60 asmenų, priklausančių socialiai pažeidžiamoms grupėms) ir **60** sporto specialistų - trenerių. Viso: **300** unikalių

dalyvių.

Bendras projekto veiklos rezultatų pasiekimas: Dalyvių skaičius - 86 proc.

Projekto veikla: Tarptautinių sporto specialistams skirtų kvalifikacijos kėlimo mokymų organizavimas.

Problema (1): nuolatinis poreikis didinti sporto specialistų kvalifikaciją. Lietuvoje įgyvendinama sporto srities politika siekiama artėti prie šių tarptautinių standartų, tačiau vis dar išlieka didelis sporto specialistams prieinamų mokymų poreikis, kurių metu būtų pristatomi naujausi tarptautiniai standartai, treniravimo technikos, trūksta gerųjų tarptautinės patirties perėmimo ir praktikos taikymo pvz. Sporto disciplinose gausu naujovių, todėl specialistams reikia nuolat atnaujinti žinias, susipažinti su aktualių mokslinių tyrimų rezultatais, metodinėmis naujovėmis, sporto psichologijos elementais. Pastebimas poreikis vykdyti didesnio kompleksiško (temų apimtimi) mokymus profesionaliems treneriams - ypač dirbantiems su vaikais ir jaunimu. Tai glaudžiai siejasi su poreikiu gilinti žinias ir kelti kvalifikaciją bei tinkamai taikyti galiojančius standartus. Verta pastebėti, jog šiuo metu kokybiški tarptautinės praktikos mokymai daugumai sporto specialistų yra neprieinami dėl jų kainos.

Projekto metu pasiekti rezultatai, sprendžiant šią problemą regioniniu ir nacionaliniu lygiu:

Pilnai įgyvendinta ir projekto veikla - Tarptautinių sporto specialistams skirtų kvalifikacijos kėlimo mokymų organizavimas. Iš viso vykdomo projekto apimtyje įgyvendinta **74 val.** trukmės mokymų programa, kurią išklausė 95 unikalūs dalyviai. Mokymų programą vedė patyrusių lektorių komanda: 6 aukštos kvalifikacijos specialistai iš Lietuvos ir 5 specialistai iš užsienio. Daugiau nei 25% mokymų programos apimties (val.) buvo orientuota į taikomąją - praktinę veiklą.

Siekiant pristatyti gerosios tarptautinės praktikos taikymo pavyzdžius bei kokybiško praktinio šių žinių taikymo vaikų ir jaunimo kryptingo sportinio ugdymo veiklose, mokymų temos apėmė šias temines sritis:

1. Dziudo technikos naujovės, tarptautiniai reikalavimai/standartai ir bazinė kvalifikacija.
2. Tarptautiniai varžybų standartai ir reikalavimai.
3. Laikysenos korekcija, sportinių traumų tipai ir jų prevencija (metodinės naujovės).
4. Pagrindiniai sportininkų mitybos principai. Mityba ir kūno masės valdymas.
5. Vaikų ir jaunimo fizinių gebėjimų lavinimas ir treniruočių planų sudarymas.
6. Sporto psichologija (metodinės naujovės).
7. Antidopingas ir sporto personalo atsakomybė.

Vykdytų tarptautinių kvalifikacijos kėlimo mokymų pagrindais, pagal lektorių pateiktą informaciją buvo parengta taikomoji metodinė medžiaga (leidinys skaitmeniniame formate). Joje gausu teorinės ir iliustruotos praktinės informacijos. Pagal poreikį ji prieinama šalies dziudo bendruomenės nariams, LSU akademinėi bendruomenei, neformalaus sportinio ugdymo įstaigoms ir pan. Ši metodinė medžiaga skatina tikslinės grupės atstovus (t.y. sporto specialistus ir profesionalius trenerius), vykdamt savo profesinę veiklą, praktiškai taikyti naujas žinias ir metodus vaikų ir jaunimo fizinio ugdymo procese.

Projekto paraiškoje planuota: 72 val. ir 80 dalyvių.

Bendras projekto veiklos rezultatų pasiekimas: Dalyvių skaičius - 118 proc.

4. SPORTO PROJEKTO VEIKSMINGUMAS, POVEIKIS, TĘSTINUMAS

4.1. Aprašykite, kaip įgyvendintos projekto veiklos padėjo pasiekti projekto tikslų. Pagrįskite, kaip pasiekti rezultatai atitinka numatytus projekto tikslus ir tikslinės grupės poreikius.

Projekto tikslas - didinti šalies vaikų fizinio užimtumo kokybę, skatinant kryptingą sportinį ugdymą ir taikomosios praktikos pagrindais kelti sporto specialistų kvalifikaciją.

Įgyvendintos projekto veiklos tiesiogiai atliepė ataskaitos **3.1. punkte** išdėstyta problematiką ir buvo

orientuotos į realius sprendimus, kuriant pridėtinę vertę tikslinėms projekto dalyvių grupėms regioniniu ir nacionaliniu lygiu.

Tikslinė grupė - vaikai ir jaunimas. Poreikiai: šiai tikslinei grupei - labai svarbus yra sužaidybintas fizinio aktyvumo veiklų turinys ir judrieji žaidimai. Labai svarbu supažindinti vaikus su jiems tinkamu sportiniu inventoriumi, įtraukti motyvuojančius ir įdomius sportinės veiklos atributus. Brendimo laikotarpiu vaikų smegenys bando prisitaikyti prie naujų kūno proporcijų, vaikai gali jausti skausmus ir yra pažeidžiamesni, taip pat jų aerobinė ir anaerobinė sistemos neveikia pilnu pajėgumu iki pat paauglystės, todėl labai svarbu gebėti nustatyti jiems tinkamus fizinius krūvius. Itin svarbu ugdyti pagrindinių judesių (bėgimo, ėjimo, šuolių, metimų, daiktų nešimo ir kt.) motorinius įgūdžius, tobulinti judesių koordinaciją. Treniruočių ir fizinio lavinimo užsiėmimų metu turi būti skatinamas vaikų kūrybinis žaismingumas, kurio dėka tobulėtų psichinės ir fizinės (sumanumas, stiprumas, vikrumas, ištvermė) bei moralinės savybės, formuotųsi komandinio darbo įgūdžiai, būtų ugdoma valia. Viso to pasekoje - vaikams natūraliai turi formuotis teigiamos nuostatos, susijusios su fiziniu aktyvumu, kurios labai svarbios jų sąmoningam pasirinkimui reguliariai mankštintis ir sportuoti.

Sprendimai ir pasiekti rezultatai:

2022 - 2023 m. liepos rugpjūčio mėn buvo suorganizuotos iš viso **4** sportinės vaikų fizinio lavinimo stovyklos. Vienos stovyklos pamainos trukmė - 7 d. Skaičiuojama, kad stovyklų metu vienas tikslinės grupės dalyvis buvo aktyvus ne mažiau kaip 48 val., iš viso šioje veikloje buvo įgyvendintos **192** (4 stovyklos x 48 val.) fizinio aktyvumo val. Iš viso stovyklose sudalyvavo **258** unikalūs dalyviai: iš jų **216** unikalų dalyvių - vaikų (iš jų 46 asmenys - t.y. daugiau kaip 21% - priklausantys socialiai pažeidžiamoms grupėms) ir **42** unikalų dalyvių - sporto specialistų iš visos Lietuvos. Viso: **258** unikalūs dalyviai.

Planuoti pasiekti veiklos rezultatai: **240** vaikų (iš jų - ne mažiau kaip 25%, t.y. 60 asmenų, priklausančių socialiai pažeidžiamoms grupėms) ir **60** sporto specialistų - trenerių. Viso: **300** unikalų dalyvių.

Bendras projekto veiklos rezultatų pasiekimas: Dalyvių skaičius - 86 proc.

Tikslinė grupė - sporto specialistai. Poreikiai: būtinas nuolatinis kompetencijų ugdymas. Tikslinę grupę svarbu supažindinti ir skatinti taikyti metodines naujoves, kurios leistų sporto specialistams organizuoti įtraukiančią sportinę vaikų veiklą, sukurti saugią ir motyvuojančią atmosferą, lavinti pamatinius judėjimo įgūdžius per judriuosius žaidimus ir sužaidybintą treniruočių turinį, taip pat naudoti įv. metodus, skatinančius mokymąsi. Tiek bendrosios vaikų sportinės veiklos, tiek ir kryptingo sporto talentų ugdymo atvejais, ne mažiau aktualu yra sporto specialisto gebėjimas komunikuoti ir įtraukti tėvus (globėjus) į konstruktyvią bendrą veiklą. Bet kurios amžiaus grupės vaikų atveju, svarbu lavinti sporto specialistų gebėjimą suprasti ir nustatyti, kokiam treniravimo metodui ir kada vaikas ar grupė yra pasiruošę, kada geriausias metas formuoti ir išlaikyti tam tikrą įgūdį, taip pat gebėti užtikrinti, kad varžybų formatas ir atmosfera atitiktų vaikų raidos etapą ir jų poreikius. Lietuvoje trūksta gerųjų tarptautinės patirties perėmimo ir praktikos taikymo pavyzdžių. Sporto disciplinose gausu naujovių, todėl specialistams reikia nuolat atnaujinti žinias, susipažinti su svarbių mokslinių tyrimų rezultatais, metodinėmis naujovėmis, sporto psichologijos elementais, tarptautiniais standartais ir praktikomis.

Sprendimai ir pasiekti rezultatai:

Projekto metu pilnai įgyvendinta projekto veikla - Tarptautinių sporto specialistams skirtų kvalifikacijos kėlimo mokymų organizavimas. Iš viso vykdomo projekto apimtyje įgyvendinta **74 val.** trukmės mokymų programa, kurią išklausė 95 unikalūs dalyviai. Mokymų programą vedė patyriusių lektorių komanda: **6** aukštos kvalifikacijos specialistai iš Lietuvos ir **5** srities ekspertai iš užsienio. Daugiau nei 25% mokymų programos apimties (val.) buvo orientuota į praktinę veiklą.

Projekto paraiškoje atitinkamai buvo suplanuota - 72 val. ir 80 dalyvių. Rezultatų pasiekimas: mokymų valandos - 102.7 proc., mokymų dalyvių skaičius - 118 proc.

Aprašykite projekto metu įgyvendintas veiklas, pasiektus rezultatus. Jei keitėsi veiklos, rezultatų rodikliai nuo tų, kuriuos nurodėte paraiškoje, aprašykite ir pagrįskite pasikeitimus.

4.1. Tarptautinių sporto specialistams skirtų kvalifikacijos kėlimo mokymų organizavimas.

Ar projekto metu įgyvendinote kvalifikacijos tobulinimo veiklas? Jei taip, prašome vienu sakiniu nurodyti, kokiai tikslinei grupei ir kokios kompetencijos buvo tobulinamos, jei ne - šią dalį praleisti.

Treneriai ir sporto specialistai (dirbantys su vaikais ir jaunimu) tobulino kvalifikaciją įtraukios sportinės veiklos organizavimo, naujų treniravimo metodų taikymo ir sportinių įgūdžių formavimo kompetencijas įvairiais vaikų raidos etapais.

Projekto veiklos tipas

Kvalifikacijos tobulinimas

Projekto uždavinys

Tarptautinių sporto specialistams skirtų kvalifikacijos kėlimo mokymų organizavimas.

Projekto veiklos aprašymas, veiklos įvykdymo data, vieta

Pilna apimtimi įgyvendintas antrasis (paskutinis) tarptautinių kvalifikacijos kėlimo mokymų ciklas. Šio ciklo mokymai buvo išdėstyti laikotarpyje nuo 2023 m. vasario mėn. 4 iki balandžio mėn. 8 d. imtinai. II mokymo cikle sudalyvavo 40 unikalių dalyvių. Ataskaitiniu laikotarpiu įgyvendinta paskutinė šio mokymų ciklo sesija (2023 m. balandžio 8 d.), kurios apimtis - 8 val. Šiuose mokymuose dalyvavo 32 dalyviai (iš jų - 13 unikalių). Mokymus vedė ir savo patirtimi dalijosi aukštos kvalifikacijos specialistas iš Belgijos - Val van Neste (IJF tarptautinės A klasės teisėjas). *Pridedama detali mokymų sesijos programa (Priedas nr. 1)*. Iš viso antrąjį mokymų ciklą sudarė 32 val. mokymų, iš kurių daugiau kaip 10 val., t.y. daugiau kaip 30% mokymų laiko buvo dedikuota praktikai, orientuotai į teorinių žinių taikymą. Veikla vykdyta adresais: Kovo 11-osios g. 20 ir Miško g. 11 (Kaunas).

Su kokia sporto šaka labiausiai buvo susijusios pratybos?

Dziudo

Paraiškoje numatytas kvalifikacijos tobulinimo dalyvių skaičius. 80

Faktinis dalyvių skaičius

13

Rezultato pasiekimas, proc. Jei yra skirtumas, prašome paaiškinti, kodėl.

Pilna apimtimi įgyvendintas antrasis (paskutinis) tarptautinių kvalifikacijos kėlimo mokymų ciklas. Šio ciklo mokymai buvo išdėstyti laikotarpyje nuo 2023 m. vasario mėn. 4 iki balandžio mėn. 8 d. imtinai. Ataskaitiniu laikotarpiu įgyvendinta paskutinė šio mokymų ciklo sesija (2023 m. balandžio 8 d.), kurios apimtis - 8 val. Iš viso antrąjį mokymų ciklą sudarė 32 val. mokymų, iš kurių daugiau kaip 10 val., t.y. daugiau kaip 30% mokymų laiko buvo dedikuota praktikai, orientuotai į teorinių žinių taikymą. Įgyvendinus antrąjį mokymų ciklą, pilnai įgyvendinta ir projekto veikla - Tarptautinių sporto specialistams skirtų kvalifikacijos kėlimo mokymų organizavimas.

Iš viso vykdomo projekto apimtyje įgyvendinta 74 val. trukmės mokymų programa, kurią per abu mokymų ciklus 2021-2023 m. laikotarpiu išklausė **95** unikalūs dalyviai.

Projekto paraiškoje atitinkamai buvo suplanuota - 72 val. ir 80 dalyvių. Rezultatų pasiekimas: mokymų valandos - 102.7 proc., mokymų dalyvių skaičius - 118 proc.

Darome prielaidą, kad didesnę dalyvių skaičių lėmė kelios priežastys: aktualus ir esamus poreikius atitinkantis

turinys (mokymų temos), patogus mokymų formatas ir galimybė peržiūrėti mokymų medžiagą nuotoliniu būdu (NDA mokymų platformoje).

Dalyvių grupė	Dalyvių skaičius	Kiek iš jų anksčiau nedalyvavo jūsų veiklose?
nuo 18 iki 64 metų	13	5
nuo 65 iki 84 metų	0	0
nuo 85	0	0
Kiek iš jų vyrų	10	3
Kiek iš jų moterų	3	2
Kiek iš jų neįgalių	0	0
Anksčiau nebuvo fiziškai aktyvūs	0	
Veiklos specialisto vardas, pavardė		Patirtis metais
Val van Neste		11-20 metų

Kiek valandų truko kvalifikacijos tobulinimo veiklos?

-

Kiek vidutiniškai vienas dalyvis gavo kvalifikacijos tobulinimo valandų?

-

Koks buvo lankomumas? Kaip nustatėte? Jei dalyvių lankomumas mažėjo, kokios buvo pagrindinės iškritimo / nelankymo priežastys?

Mokymų metu dalyvių sk. buvo fiksuojamas, taikant dalyvių sąrašus su parašais. Lankomumą lėmė keletas aplinkybių:

1. Mokymų dalyviai - treneriai ir sporto specialistai buvo iš skirtingų Lietuvos miestų, tad buvo atsižvelgiama į dirbančių trenerių/sporto specialistų užimtumą ir galimybes dalyvauti. Mokymai buvo planuojami ir anonsuojami iš anksto, kad dalyviai galėtų atitinkamai planuoti savo užimtumą. Svarbu akcentuoti, kad visi be išimties registruoti mokymų dalyviai turi galimybę peržiūrėti įrašą ir susipažinti su mokymų medžiaga jiems patogiu metu internetinėje mokymų platformoje.

2. Gana sudėtinga rasti visiems aktyviai dirbantiems mokymų dalyviams (treneriams ir sporto specialistams) tinkamą mokymų laiką, tačiau visiems, kurie išreiškė norą, bet negalėjo sudalyvauti mokymuose gyvai, yra sudarytos galimybės peržiūrėti mokymų įrašą. Nacionalinės dziudo asociacijos iniciatyva buvo sukurta internetinė mokymų platforma. Šioje platformoje talpinama ir saugoma visa mokymų metu pristatyta metodinė medžiaga, video įrašai ir kt. informacija, kuri yra pasiekiamą visiems be išimties registruotiems mokymų dalyviams, tad asmenys kurie dėl asmeninių aplinkybių negalėjo dalyvauti tam tikrose mokymų ciklo sesijose, turi galimybę peržiūrėti įrašus ir susipažinti su mokymų medžiaga jiems patogiu metu, prireikus - ir pakartotinai. Tai ypač aktualu metodinių priemonių ir praktinio taikymo mokymų atvejais.

Ar tikslingai didinate lankomumą? Jei taip, prašome detalizuoti, kokiomis priemonėmis.

Komunikuojant su mokymų dalyviais, buvo stengiamasi mokymų laiką derinti taip, kad jis būtų palankus didžiajai daugumai registruotų dalyvių. Buvo atsižvelgiama į sporto specialistų užimtumo laikotarpius (Lietuvoje vykstantys vaikų ir jaunimo čempionatai, varžybos ir kt. prioritetiniai renginiai), kurie galėtų riboti jų įsitraukimą į kvalifikacijos kėlimo veiklas.

Nacionalinės dziudo asociacijos iniciatyva buvo sukurta ir internetinė mokymų platforma. Šioje platformoje talpinama ir saugoma visa mokymų metu pristatyta metodinė medžiaga, video įrašai ir kt. informacija, kuri yra pasiekiamą visiems be išimties registruotiems mokymų dalyviams, tad asmenys kurie dėl asmeninių aplinkybių negalėjo dalyvauti tam tikrose mokymų ciklo sesijose, turi galimybę peržiūrėti įrašus ir susipažinti su mokymų

medžiaga jiems patogių metu, prireikus - ir pakartotinai. Tai ypač aktualu metodinių priemonių ir praktinio taikymo mokymų atveju.

Ar keitėsi informacija nuo nurodytos paraiškoje? (jei taip, aprašykite ir pagrįskite)

-

Nuoroda į nuotrauką (jei taikoma)

https://drive.google.com/drive/folders/1vlj7rncIejjb-1rQk88VBv-kvNk2Rx1J?usp=drive_link

Renginio nuostatai, veiklos programa ir kt, projekto dalyvių sąrašas (jei taikoma)

Peržiūra	Failo aprašymas
Peržiūra	1 priedas. 2023 04 08 mokymų sesijos programa
Peržiūra	Dalyvių sąrašas 2023 04 08

4.2. Sportinių fizinio lavinimo stovyklų organizavimas.

Ar projekto metu įgyvendinote reguliarias fizinio aktyvumo pratybas? Jei taip, prašome vienu sakiniu nurodyti, kokiai tikslinei grupei ir kokio pobūdžio pratybas įgyvendinote. Jei ne - šią dalį praleisti.

Įgyvendintos iš viso 2 vaikams ir jaunimui (5 - 17 m.) skirtos sportinės vasaros stovyklos.

Projekto veiklos tipas

Fizinio aktyvumo pratybos

Projekto uždavinys

Sportinių fizinio lavinimo stovyklų organizavimas.

Projekto veiklos aprašymas, veiklos įvykdymo data, vieta

2023 m. liepos - rugpjūčio mėn. buvo suorganizuotos ir pilna apimtimi įgyvendintos dvi (2) sportinės vaikų fizinio lavinimo stovyklos. Iš viso šiose stovyklose sudalyvavo **170 asmenų (iš jų - 64 unikalūs dalyviai)**: 137 vaikai ir 33 sporto specialistai. Iš jų 45 moterys/mergaitės, kas sudarė daugiau kaip 26% visos stovyklų dalyvių imties. Iš 137 stovyklose dalyvavusių vaikų daugiau kaip 26% (t.y. 36 asmenys) sudarė socialinę atskirtį galimai patiriantys vaikai.

Bendras unikalių dalyvių skaičius 2023 m. liepos - rugpjūčio mėn. vaikų vasaros stovyklose - **64** asmenys (56 dalyviai - vaikai ir 8 dalyviai - sporto specialistai).

Bendra abiejuose stovyklose vykdytų aktyvių sportinių veiklų apimtis valandomis sudaro ~ 96 val. (48 val. x 2 stovyklos). Stovyklų metu vykdytos veiklos buvo orientuotos į du pagrindinius tikslus: 1) vaikų fizinio aktyvumo skatinimą ir aktyvaus laisvalaikio organizavimą; 2) sporto specialistų žinių ir kvalifikacijos ugdymą per praktines veiklas ir darbą su vaikais stovyklų metu.

Stovyklų metu, vykdant iš anksto suplanuotus aktyvius sportinius užsiėmimus, buvo ugdomas vaikų ir paauglių gebėjimas mankštintis ir praktikuoti įvairias fizinio aktyvumo formas, lavinti savo fizinius gebėjimus, mažinti sėdimos gyvensenos įpročius bei skatinti sveikatingumo įpročius. Pagal iš anksto sudarytas stovyklų užsiėmimų programas, aktyvios vaikų sportinės veiklos su pertraukomis sudarė ne mažiau kaip 4 val. per dieną, likusią laiką užpildydavo judrieji žaidimai lauke bei aktyvus poilsis prie jūros/ežero. Vidutinė vieno nepertraukiamo sportinių užsiėmimo trukmė buvo ~ 1,5 val.

Vasaros sporto stovyklų metu sporto specialistams buvo sudarytos sąlygos įgyti naujų žinių, dalyvaujant praktiniuose užsiėmimuose, orientuotose į atletinių vaikų ir paauglių rengimą ir kognityvinių jų funkcijų

lavinimą. Atlikus šių mokymų dalyvių apklausą, daugiau kaip 90% respondentų mokymus įvertino kaip labai gerai (skalėje nuo 1 iki 5), o daugiau kaip 95% dalyvavusių sporto specialistų apklausoje teigia, jog savo veikloje jau artimiausiu metu planuoja pritaikyti arba jau taiko stovyklose pristatytas naujas vaikų sportinio rengimo praktikas. Tai indikuoja, kad tokio tipo mokymai išlieka aktualūs, o parengtos mokymų temos atitinka praktinius dalyvių poreikius.

Su kokia sporto šaka labiausiai buvo susijusios pratybos?

Dziudo

Paraiškoje numatytas veiklos dalyvių skaičius. 300

Faktinis dalyvių skaičius

64

Rezultato pasiekimas, proc. Jei yra skirtumas, prašome paaiškinti, kodėl.

Iš viso, įgyvendinant projekto veiklą - Sportinių fizinio lavinimo stovyklų organizavimas" - 2022 - 2023 m. liepos rugpjūčio mėn buvo suorganizuotos iš viso 4 sportinės vaikų fizinio lavinimo stovyklos. Vienos stovyklos pamainos trukmė - 7 d. Iš viso stovyklose sudalyvavo **258** unikalūs dalyviai: iš jų **216** unikalūs dalyvių - vaikų (iš jų 46 asmenys - t.y. daugiau kaip 21% - priklausantys socialiai pažeidžiamoms grupėms) ir **42** unikalūs dalyvių - sporto specialistų iš visos Lietuvos. Viso: **258** unikalūs dalyviai.

Paraiškoje planuota: **300** unikalūs dalyvių: **240** unikalūs dalyvių vaikų (iš jų - ne mažiau kaip 25% asmenų, priklausančių socialiai pažeidžiamoms grupėms) ir **60** sporto specialistų - trenerių.

Planuoti pasiekti veiklos rezultatai: **240** vaikų (iš jų - ne mažiau kaip 25%, t.y. 60 asmenų, priklausančių socialiai pažeidžiamoms grupėms) ir **60** sporto specialistų - trenerių. Viso: **300** unikalūs dalyvių.

Bendras projekto veiklos rezultatų pasiekimas: Dalyvių skaičius - 86 proc.

Mažesnis nei buvo numatyta unikalūs dalyvių skaičius buvo dėl kelių priežasčių: po pirmųjų stovyklų buvo itin didelis susidomėjimas, tėvai ir globėjai buvo suinteresuoti ir kitais metais leisti vaikus į tokio tipo stovyklas, registracijos užsipildė itin greitai. Kadangi pirmosios stovyklos dalyvių sutartyse nebuvo apribota galimybė ir toliau dalyvauti aktualiose projekto veiklose, buvo atvejų kai vienas ir tas pats vaikas dalyvavo vasaros fizinio aktyvumo stovyklose ir 2022 ir 2023 m.

Dalyvių grupė	Dalyvių skaičius	Kiek iš jų anksčiau nedalyvavo jūsų veiklose?
Vaikai iki 5 metų	0	0
nuo 5 iki 17 metų	56	32
nuo 18 iki 64 metų	8	3
nuo 65 iki 84 metų	0	0
nuo 85	0	0
Kiek iš jų vyrų	50	23
Kiek iš jų moterų	14	12
Kiek iš jų neįgalių	0	0
Anksčiau nebuvo fiziškai aktyvūs	0	

Kelioms grupėms įgyvendinote reguliarias fizinio aktyvumo pratybas? Grupėmis vadinami dalyviai, kurie pratybas lanko atskirai (ne pas tuos pačius specialistus ir/arba ne tuo pačiu laiku (pvz., viena grupė mankštinasi pirmadienį ir trečiadienį, antra - antradienį ir ketvirtadienį).

Veiklos specialisto vardas, pavardė	Patirtis metais
Marius Paškevičius	11-20 metų
Matas Gailevičius	5-10 metai
Stanislav Bajurin	5-10 metai

Kiek savaičių vidutiniškai truko pratybos (vienai grupei nuo pirmo iki paskutinio susitikimo)?

-

Kiek pratybų vyko per savaitę?

-

Ar padėjo savanoriai? Detalizuokite, kaip buvo organizuojama savanorystė ir kokios buvo savanorių užduotys.

Veiklų metu savanorių įtraukta nebuvo. Visas reikalingas organizacines paruošiamąsias veiklas atlikto Nacionalinės dziudo asociacijos projekto komanda.

Kokioje aplinkoje vyko pratybos?

Po atviru dangumi

Koks buvo lankomumas? Kaip nustatėte? Jei dalyvių lankomumas mažėjo, kokios buvo pagrindinės iškritimo / nelankymo priežastys?

Buvo pasiektas ir išlaikytas 100% lankomumas. Į stovyklas atvyko visi užsiregistravę dalyviai, buvo pasiektas suplanuotas stovyklų dalyvių skaičius. Stovyklų pobūdis lėmė, kad jų dalyviai visam stovyklos laikotarpiui buvo apgyvendinti nurodytose poilsiavietėse/stovyklavietėse (Šventoji/Molėtai), užtikrinant reikiamas apgyveninimo sąlygas ir maitinimą (3 kartus per dieną). Tai nebuvo dienos stovyklos, tad lankomumas buvo užtikrintas be papildomų kontrolės priemonių. Dalyvių užimtumas buvo vykdomas pagal suplanuotas ir iš anksto paskelbtas stovyklų programas, kas leido tinkamai valdyti poilsio ir intensyvaus fizinio krūvio periodus ir racionaliai suplanuoti veiklas visiems dalyvių srautams.

Ar tikslingai didinote lankomumą? Jei taip, prašome detalizuoti, kokiomis priemonėmis.

Lankomumas buvo nepertraukiamas visą stovyklų laikotarpį dėl ankstesniame punkte įvardintų priežasčių. Papildomo skatinimo nereikėjo, tiek vaikai, tiek stovyklose dalyvavę sporto specialistai noriai įsitraukė į stovyklos užsiėmimus ir veiklas, išskyrus kelis vaikus, kurie stovyklose išbuvo ne pilną pamainos laiką (vos kelias dienas) ir, dėl šios priežasties, nebuvo įtraukti į galutinę dalyvių suvestinę.

Ar keitėsi informacija nuo nurodytos paraiškoje? (jei taip, aprašykite ir pagrįskite)

-

Nuoroda į nuotraukas (jei taikoma)

https://drive.google.com/drive/folders/1aTI031Ez5G38fGdL36dVU5M1MygeHTBZ?usp=drive_link

Renginio nuostatai, veiklos programa ir kt, projekto dalyvių sąrašas (jei taikoma)

Peržiūra	Failo aprašymas
Peržiūra	Dalyvių sąrašai Šventoji 2023 liepos 22-28 d.
Peržiūra	Dalyvių sąrašas Molėtai 2023 rugpjūčio -14 d.
Peržiūra	Stovyklos programa Molėtai 2023 rugpjūčio -14 d.

Peržiūra	Failo aprašymas
Peržiūra	Stovyklos programa Šventoji 2023 liepos 22-28 d.

5. PROJEKTO SKLAIDA / VIEŠINIMAS

Kada ir kokias veiklas per ataskaitinį laikotarpį įgyvendinote tam, kad pasidalintumėte informacija apie projektą ir rezultatus savo, projekto partnerių organizacijose, tikslinėms grupėms ir kitoms suinteresuotoms šalims?

5.1 Informacijos viešinimas projekto vykdytojo interneto tinklalapyje ir socialinio tinklo paskyroje.

Projekto veikla

Fizinio aktyvumo pratybos

Kaip potencialūs dalyviai ir žiūrovai buvo informuoti apie projekto veiklas ir pakviesti dalyvauti? Jei tai vieša informacija, prašome pateikti nuorodas.

Projekto komunikacija, veiklų viešinimas ir potencialių dalyvių informavimas apie stovyklų registraciją buvo vykdomas dviem pagrindiniais informacinės sklaidos kanalais:

- Pareiškėjo (Nacionalinės dziudo asociacijos) internetinėje svetainėje: <https://www.lietuvosdziudo.lt/srf-projektas/>. Joje yra nuolat atnaujinama ir viešinama visa su projekto įgyvendinimu susijusi informacija (pristatomos projekto veiklos ir tikslai, pateikiamos stovyklos dalyvių registracijos formos, viešinama vaizdinė medžiaga). Siekiant sukaupti ir tęstiniam naudojimui išsaugoti stovyklų metu sporto specialistams pristatytą metodinę medžiagą, Nacionalinės dziudo asociacijos iniciatyva sukurtoje internetinėje mokymų platformoje buvo toliau talpinama ir saugoma įvairaus pobūdžio metodinė medžiaga - video įrašai ir kt. informacija, kuri yra pasiekama visiems be išimties registruotiems dalyviams (sporto specialistams). Tokiu būdu yra sukuriama galimybė pakartotinai peržiūrėti įrašus, prireikus - dalintis gerąja praktika ir pavyzdžiais su kolegomis. Tai ypač aktualu metodinių priemonių ir praktinio jų taikymo atvejais. Adresas prisijungimui: <https://www.lietuvosdziudo.lt/srf-mokymu-platforma> Slaptažodis:1dziudo
- Socialinė medija - Facebook. Projektui dedikuotoje soc. tinklo Facebook paskyroje: <https://www.facebook.com/Vaik%C5%B3-u%C5%BEimtumas-ir-dziudo-specialist%C5%B3-kvalifikacijos-tobulinimas-108700371544418/> nuo projekto pradžios vidutinis įrašų pasiekiamumas (angl. reach) yra ~1500 unikalių vartotojų/įrašui, pati paskyra turi 244 nuolatinius sekėjus, joje nuolat atnaujinama su projekto veiklomis susijusi informacija. Socialiniame tinkle stovyklų veiklos viešinimo tikslais taip pat buvo sukurtos dvi uždarnos grupės. Šiose grupėse buvo įtraukti stovyklos dalyvių - vaikų tėvai, globėjai ir stovyklose kvalifikacijos kėlimo tikslais dalyvavę sporto specialistai. Šiose grupėse buvo viešinama visa savalaikė vaizdinė medžiaga (nuotraukos, video įrašai) ir kita vaikų užimtumą ir stovyklos užsiėmimų kokybę iliustruojanti informacija. Šios informacijos publikavimui reikalingi sutikimai buvo pasirašyti kartu su pagrindinėmis stovyklos sutartimis. Nuorodos į minėtas grupes:
<https://www.facebook.com/groups/189850270747286> (Molėtų raj. vykusi stovykla)
/ <https://www.facebook.com/groups/6281917818590319> (Šventijoje vykusi stovykla).

Nuoroda į sklaidos medžiagą

-

Viešinimo priemonių įrodymai

-

5.2 Informavimas dienraštyje - potencialių tiekėjų kvietimas dalyvauti pirkimuose (konkurso būdu).

Projekto veikla

Fizinio aktyvumo pratybos

Kaip potencialūs dalyviai ir žiūrovai buvo informuoti apie projekto veiklas ir pakviesti dalyvauti? Jei tai vieša informacija, prašome pateikti nuorodas.

Dienraščiuose Kauno diena ir Klaipėdos diena bei Nacionalinės džiudo asociacijos interneto svetainėje buvo išviešinta konkurso būdu organizuotų dviejų vaikų vasaros stovykloms reikalingų apgyvendinimo ir maitinimo paslaugų pirkimų informacija (konkurso sąlygos ir techninės specifikacijos) ir potencialių tiekėjų kvietimas dalyvauti pirkimuose, teikiant savo pasiūlymus. Pridedami ekranvaizdžiai, sąskaitos-faktūros ir dienraščių išklotinės. Sąskaitą už skelbimų viešinimą NDA apmokėjo savomis lėšomis ir į projekto apskaitą jos nėra/nebus įtrauktos (pateikiama tik kaip įrodymai).

Nuoroda į sklaidos medžiagą

-

Viešinimo priemonių įrodymai

Peržiūra	Failo aprašymas
Peržiūra	PVM SF UAB Diena media news KDA-0378727
Peržiūra	PVM SF UAB Klaipėdos dienraštis KL-0101330 ir skelbimo išklotinė 2023 05 11
Peržiūra	UAB Diena media news Kauno diena išklotinė 2023 05 11

5.3 Vieša publikacija - straipsnis apie vykdomas projekto veiklas ir pasiektus rezultatus

Projekto veikla

Kvalifikacijos tobulinimas

Kaip potencialūs dalyviai ir žiūrovai buvo informuoti apie projekto veiklas ir pakviesti dalyvauti? Jei tai vieša informacija, prašome pateikti nuorodas.

Buvo parengta ir 2023 m. gegužės 4 d. portale sportas.lt išplatinta išsami publika apie pasiektus projekto rezultatus ir vykdomas veiklas, pateikta statistinė informacija ir nuotraukos. Publikacijos nuoroda pateikiama žemiau. Straipsnis papildomai buvo viešinamas projekto vykdytojo internetinėje svetainėje ir socialinių tinklų paskyrose.

https://www.sportas.lt/m/naujiena/476559/judejimas-ir-fizinis-aktyvumas-raktas-i-vaiko-gerove?fbclid=IwAR1bRfGssODQv2XceesbbAz5A7eZokfZvO_cJnXzIVz4hynZ7UmCu1Op8mc#google_vignette

Nuoroda į sklaidos medžiagą

https://www.sportas.lt/m/naujiena/476559/judejimas-ir-fizinis-aktyvumas-raktas-i-vaiko-gerove?fbclid=IwAR1bRfGssODQv2XceesbbAz5A7eZokfZvO_cJnXzIVz4hynZ7UmCu1Op8mc#google_vignette

Viešinimo priemonių įrodymai

-

5.4 Taikomoji metodinė medžiaga (leidinys skaitmeniniame formate)

Projekto veikla

Kvalifikacijos tobulinimas

Kaip potencialūs dalyviai ir žiūrovai buvo informuoti apie projekto veiklas ir pakviesti dalyvauti? Jei tai vieša informacija, prašome pateikti nuorodas.

Vykdytų tarptautinių kvalifikacijos kėlimo mokymų pagrindais, pagal lektorių pateiktą informaciją buvo parengta (sumaketuota) taikomoji metodinė medžiaga (leidinys skaitmeniniame formate). Įvykdžius mokymus šia metodine medžiaga galima naudotis neatlygintinai. Joje gausu teorinės ir iliustruotos praktinės informacijos. Pagal poreikį ji prieinama šalies dziudo bendruomenės nariams, LSU akademeinei bendruomenei, neformalaus sportinio ugdymo įstaigoms ir pan. Ši metodinė medžiaga skatina tikslinės grupės atstovus (t.y. sporto specialistus ir profesionalius trenerius), vykdant savo profesinę veiklą, praktiškai taikyti naujas žinias ir metodus vaikų ir jaunimo fizinio ugdymo procese net ir pasibaigus projekto veikloms.

Metodinės medžiagos apimtis itin didelė (268 MB), todėl žemiau pridedama nuoroda (wetransfer), kurios pagalba galima parsisiųsti ir peržiūrėti metodinę medžiagą pdf formatu. Nuoroda galioja iki 2023 09 24 d., esant poreikiui - gali būti atnaujinta.

Nuoroda į sklaidos medžiagą

<https://we.tl/t-aSJ9GKfLEs>

Viešinimo priemonių įrodymai

-

6. SPORTO PROJEKTO IR RIZIKŲ VALDYMAS

6.1. Projekto administravimo komandos sudėtis, narių funkcijos, atsakomybės.

Projekto administravimo komandos sudėtis nekito per visą projekto vykdymo laikotarpį. Projekto komandą sudarė iš viso 4 asmenys: projekto vadovas Marius Paškevičius, projekto koordinatore Lina Žuravliova-Šalavėjė, projekto pirkimų komisijos narės - Rasa Baltienienė ir Lolita Dudėnienė. Projekto komandos narių f-jos ir atsakomybės:

1. Projekto vadovas. Funkcijos: projekto įgyvendinimo veiklų planavimas ir organizavimas, projekto biudžeto kontrolė, projekto tiesioginių veiklos vykdytojų komandos koordinavimas, komunikacija su projektą prižiūrinčia institucija. Atsakomybės: tiesiogiai atsakingas už projekto įgyvendinimą, strateginę kryptį ir susitarimus instituciniame lygmenyje.
2. Projekto koordinatore. Funkcijos: projekto komunikacijos plano sudarymas ir priežiūra, projekto dokumentacijos plano sudarymas ir priežiūra, sutarčių administravimas ir priežiūra, ataskaitų rengimas, pirkimo procedūrų administravimas. Atsakomybės: tiesiogiai atsakingas už korektiškos ir objektyvios projekto apskaitos ir atskaitomybės užtikrinimą bei projekto komunikaciją.
3. Projekto pirkimų komisijos narės: pirkimo procedūrų inicijavimas ir priežiūra (pirkimų planų sudarymas, pirkimų organizavimas konkurso ir apklausos būdais).

6.2. Įvardinkite pagrindines įgyvendinamo projekto stiprybes.

Pagal aktualumą išskirtume šias projekto stiprybes:

1. **Projektą atliepta itin aktuali problematika** (ribotas vaikų fizinis užimtumas, nemokamų kokybiškų vaikų sporto stovyklų poreikis vasaros metu, itin reikšmingas socialiai remtinų, mažas pajamas gaunančių, daugiavaikių šeimų atvejais, didelis sporto specialistams prieinamų mokymų poreikis, kurių metu būtų būtų pristatomi naujausi tarptautiniai standartai, treniravimo technikos, gerųjų tarptautinės patirties perėmimo ir praktikos taikymo pavyzdžiai, didesnio kompleksškumo (temų apimtimi) mokymų poreikis profesionaliems treneriams). Tai įrodė didelis susidomėjimas projekto veiklomis - tiek kvalifikacijos kėlimo mokymais, tiek didelis stovyklos dalyvių aktyvumas ir itin aktyvios registracijos į abi projekto veiklas. Taip pat ir mokymų bei stovyklos dalyvių apklausos rezultatai, kurie indikavo teigiamą poveikį tikslinėms projekto grupėms (padidėjęs vaikų susidomėjimas sportu, reguliarios treniruotės ar kita fizinė veikla, sporto specialistų atveju - praktikoje taikomos mokymų metu įgytos žinios ir praktiniai pavyzdžiai, aktyvesnis tarpusavio bendradarbiavimas ir bendravimas profesiniame lygmenyje).

2. **Organizacijos patirtis panašaus pobūdžio veiklose.** Vykdamas suplanuotas veiklas labai pravertė per ilgus veiklos metus organizacijoje sukaupia patirtis ir sukonzentruotos reikalingos kompetencijos. Būtent tai padėjo operatyviai ir sistemingai organizuoti projekto veiklas, suburti motyvuotą projekto administravimo ir tiesioginių veiklų vykdytojų komandą, nepatirti nereikalingų laiko nuostolių operatyviam veiklų organizavimui. Visa tai leido skirti itin daug dėmesio projekto veiklų turinio kokybei ir projekto dalyvių pritraukimui.

3. **Platus organizacijos tarptautinių kontaktų tinklas.** Ilgametė patirtis ir kontaktai padėjo pagal projekto veiklose reikalaujamą kvalifikaciją atrinkti ir pakviesti į tiekėjų apklausas aukštos kvalifikacijos specialistus tiek iš Lietuvos, tiek ir iš užsienio. Tokiu būdu buvo pasiektas aukštas turinio kokybinis lygmuo (ypač sporto specialistų kvalifikacijos kėlimo mokymų atveju).

6.3. Ką tobulintumėte įgyvendindami panašų projektą ateityje?

Derėtų skirti daugiau dėmesio projekto planavimo rizikoms - ypač planuojant biudžetą ilgesniam nei vienerių metų laikotarpiui. Projekto metu pasireiškiosios rizikos (pandemija ir karas Ukrainoje, sukėlę drąstiškumą pokyčius prekių ir paslaugų rinkose) parodė, jog dera skirti daugiau dėmesio detalesniam biudžeto planavimui bei poreikiui numatyti alternatyvius projekto veiklų vykdymo būdus (pvz. mokymai nuotoliniu būdu) bei tam reikalingus resursus ir sąnaudas biudžete. Atsižvelgiant į projekto administravimo komandai tekusią krūvį, panašiuose projektuose ateityje matytume poreikį suplanuoti kur kas didesnę projekto administravimo komandą (ypač vaikų vasaros stovyklų atveju - esant didelės apimties pamainoms).

6.4 Projekto rizikos ir jų valdymas.

Su kokiomis problemomis susidūrėte įgyvendindami projektą ir kokios įtakos jos turėjo projekto rezultatams?

Veiklos apribojimai pandemijos (Covid-19) fone. Paraiškoje buvo numatyta, jog visos mokymų ciklo sesijos bus vykdomos kontaktiniu būdu, tačiau dalis mokymų ciklo apimties buvo įgyvendinta nuotoliniu būdu. 2022 m. laikotarpiu nuotolinis mokymų vykdymo būdas pasirinktas, siekiant sumažinti pandemijos laikotarpiu kilusias rizikas ir tuo pačiu pritraukti didesnę dalyvių sk. Priimtas sprendimas didžiąją dalį teorinės mokymų informacijos pateikti nuotoliniu būdu (zoom konferencinių pokalbių platformoje), tokiu būdu užtikrinant mokymų kokybę ir informacijos sklaidą. Tai neturėjo neigiamos įtakos projekto rezultatams, tačiau pateikalavo didesnių organizacinių išteklių projekto komunikacijos valdymui.

Įsigyjamų paslaugų kainos pokyčiai. Pandemijos ir karo Ukrainoje pokyčiai prekių ir paslaugų rinkose padarė itin didelę įtaką projekto biudžeto pokyčiams. Drąstiškai kilo kuro kainos (tai lėmė beveik 30 proc. pabrangusias transportavimo paslaugas), maisto produktų kainos ženkliai keitė projekto apimtyje numatytų stovyklų dalyvių maitinimo kainas. Šių pokyčių projekto rengimo laikotarpiu (2021m.) nebuvo galima numatyti, todėl buvo atliekamas ne vienas projekto biudžeto keitimas, perskirstant turimas lėšas, atsisakant dalies suplanuotų įsigyti paslaugų ar žmogiškųjų išteklių (pvz. techninis darbuotojas stovyklų infrastruktūros parengimui) - šias atsakomybes neatlygintinai paskirstant projekto administravimo komandos nariams. Tokiu būdu suvaldyta projekto planavimo rizika ir pasiekti planuoti projekto rezultatai bei išlaikytas reikalaujamas projekto veiklų kokybinis lygmuo.

Būtume dėkingi, jei pateiktumėte pasiūlymų programos administravimo tobulinimui.

Būtų reikalinga aiškesnė informacija dėl projektų pirkimų organizavimo ir vykdymo - galėtų būti organizuojami tarpiniai mokymai, informuojama apie reglamentuojančių norminių aktų pasikeitimus, kurie gali turėti įtakos pirkimų proceso organizavimui ir principams. Taip pat išryškėjo ribojantis veiksnys - negalėjimas projekto išlaidų skirstyti tarp skirtingų projekto išlaidų kategorijų. Administravimo prasme tai gal ir sukuria papildomus laiko nuostolius administruojančiai institucijai, tačiau projekto įgyvendinimui ir kokybei tai galėtų būti labai naudinga (ypač *force major* atvejais - pandemija ir pan. aplinkybės). Būtų sveikintina, jog nuo projekto pradžios iki pabaigos projektui būtų priskirtas vienas atsakingas koordinatorius. Įgyvendinto projekto atveju keitėsi trys koordinatoriai. To pasekoje teko dubliuoti informaciją, atsirado vienas kitam prieštaraujančių teiginių, tad procesas būtų gerokai paprastesnis, jei būtų galima užtikrinti mažesnę žmogiškųjų išteklių kaitą.