

RTU studiju kurss "Peldēšanas pamati un metodika I"**0L000 Liepājas akadēmija****Vispārējā informācija**

Kods	LA1431
Nosaukums	Peldēšanas pamati un metodika I
Studiju kursa statuss programmā	Obligātais/Ierobežotās izvēles
Atbildīgais mācītspēks	Helēna Vecenāne - Doktors, Asociētais profesors
Apjoms daļās un kredītpunktos	1 daļa, 3.0 kredītpunkti
Studiju kursa īstenošanas valodas	LV
Anotācija	Studiju kursā apgūst zināšanas un prasmes, lai iegūtu kompetences mācīt Veselības, drošības un fiziskās aktivitātes mācību jomā vispārējā izglītībā atbilstoši pamatprincipiem, kuri izvirzīti Skola 2030 un Ministru kabineta noteikumiem Nr. 747 par valsts pamatzglītības standartu un pamatzglītības programmu paraugiem un Nr. 416 par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības programmu paraugiem un veidots atbilstoši standartā noteiktajiem veselības, drošības un fiziskās aktivitātes mācību jomas plānotajiem skolēnam sasniedzamajiem rezultātiem prasmīgi, atbildīgi un ieinteresēti iesaistīties daudzveidīgās fiziskajās aktivitātēs, kas veicina garīgās un fiziskās spējas, kā arī spēt izmantot daudzveidīgas mācību organizācijas formas atbilstoši skolēna mācīšanās vajadzībām, vispārīgā un optimālā mācību satura apguves līmeņa rezultātu sasniegšanai moduļiem "Pārvietošanās (peldēšana)".
Mērķis un uzdevumi, izteikti kompetencēs un prasmēs	Studiju kursa mērķis: Atbalstīt studentu profesionālo kompetenču izaugsmi peldēšanas mācīšanas un mācīšanās procesa vadībā, ņemot vērā skolēnu individuālās iespējas un mācību rezultātu sasniegšanu, izmantojot holistisku pedagoģisko pieeju. Nodrošināt studentiem iespēju apgūt teorētiskās zināšanas par drošības noteikumiem slēgtās un atklātās ūdenstilpnēs, kā arī praktiskās iemaņas peldēšanā un peldēšanas tehnikas mācīšanas metodikā. Studiju kursa uzdevumi: 1. Nodrošināt iespēju apgūt veselības un fizisko aktivitāšu mācīšanas kompetences. 2. Veicināt pedagoģisko prasmju attīstību mācību procesa plānošanā un īstenošanā. 3. Nodrošināt iespēju apgūt izglītojamo snieguma un izaugsmes analītisko vērtēšanu. 4. Attīstīt kritiskās domāšanas, pašanalīzes un profesionālās pilnveides prasmes.
Patstāvīgais darbs, tā organizācija un uzdevumi	1. Peldēšanas izcelsme, attīstība, tā saturs Sporta un veselības mācību programmā pamatskolā un vidējā vispārējā izglītībā, darba mapes izveide nozīmīgāko materiālu apkopošanai un analīzei. 2. Peldēšanas tehnika – 2 peldēšanas stilu demonstrēšana (200 m bez laika kontroles) . 3. Peldēšanas mācīšanas metodika, to pielietojums atbilstoši kompetenču pieejai, ievada daļas (iesildīšanās) vingrinājumu demonstrēšana. 4. Peldēšanas mācību stundu modelēšana – peldēšanas iemaņu demonstrējums, peldēšanas mācību stundas organizēšanas un vadīšana izstrādāt 3 peldētmācīšanas mācību stundu plānu izstrāde un simulācija, refleksija par novadīto stundu. 5. Daudzveidīgas fiziskās aktivitātes ūdenī – pēc izvēles vienas aktivitātes izplānošana un vadīšana. 6. Kustību rotaļas ūdenī – apkopotas un novadītas 3 kustību rotaļas. 7. Peldēšanas drošības noteikumu un slīcēju glābšanas prasmju demonstrējums.

Literatūra	Obligātā / Obligatory: - Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem. (2018). Ministru kabineta noteikumi Nr. 747. https://likumi.lv/ta/id/303768-noteikumi-par-valstspamatizglitibas-standartu-un-pamatizglitibas-programmu-paraugiem - Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības programmu paraugiem. (2019). Ministru kabineta noteikumi Nr. 416. https://likumi.lv/ta/id/309597 - Sports un veselība 1.–9. klasei. (2019). Mācību priekšmeta programmas paraugs. Valsts izglītības satura centrs ESF projekts Nr.8.3.1.1/16/I/002 Kompetenču pieeja mācību saturā, 179lpp. https://mape.skola2030.lv/resources/170 - Sports un veselība. (2019). Pamatkursa programmas paraugs vispārējai vidējai izglītībai. Valsts izglītības satura centrs ESF projekts Nr.8.3.1.1/16/I/002 Kompetenču pieeja mācību saturā. Pieejams: https://mape.gov.lv/catalog/materials/09ED1F15-1AE1-4828-8366-DFD707DEEC98/view?preview=8592D578-A746-48E9-BAC7-4F94F4206C79 - Solovjova, J. (2017). Peldēšana. Latvijas Sporta federāciju padome, 141 lpp. - Sports un veselība 1.-3. klasei. Pieejams: https://skolo.lv/course/view.php?id=159351 - Sports un veselība 4.-6. klasei. Pieejams: https://skolo.lv/course/view.php?id=159354 - Sports un veselība 7.-9. klasei. Pieejams: https://skolo.lv/course/view.php?id=159558 - Sports un veselība 10.-12. klasei. Pieejams: https://skolo.lv/course/view.php?id=196449; https://skolo.lv/course/view.php?id=159627 Papildu/ Additional: - Peldēšanas stundas. Pieejams: https://www.olimpiade.lv/storage/app/uploads/public/66f289/af7/66f289af7f184432425263.pdf - Peldēt droši. Pieejams: https://www.olimpiade.lv/storage/app/uploads/public/66f289/531/66f28953127c5977143347.pdf 10. Droša atpūta pie ūdens. Pieejams: https://www.olimpiade.lv/storage/app/uploads/public/66f289/530/66f28953016ec513363697.pdf Citi informācijas avoti/ Other sources of information: - RTU LA bibliotēkā pieejamie žurnāli, grāmatas un datu bāzes, atbilstoši nozarei. - Studējošiem pieejams vairākas zinātnisko publikāciju datubāzes – EBSCO, Letonika, ScienceDirect, SCOPUS, Web of Science un Cambridge Journals Online u.c. Interneta resursi/Internet resources: - Latvijas peldēšanas federācija, pieejams: https://swimming.lv/
Nepieciešamās priekšzināšanas	Zināšanas lietiskajā biomehānikā, cilvēka anatomijā un fizioloģijā, sporta un motorās attīstības teorijā.

Studiju kursa saturs

Saturs	Pilna un nepilna laika klātienēs studijas		Nepilna laika neklātienēs studijas	
	Kontakt stundas	Patstāv. darbs	Kontakt stundas	Patstāv. darbs
1. daļa 1. temats. 1. Peldēšana kā dzīves prasme. 1. lekcija: Peldēšanas izcelsme, attīstības tendences Latvijā un citviet. 2. lekcija: Peldēšana Sporta un veselības mācības saturā, mācīšanas metodika. Drošības un higiēnas prasību ievērošana baseinā.	4	8	2	10
2. temats. Peldēšanas praktiskās izpildes metodes. Praktiskais darbs: 1. Sagatavojošie speciālie vingrojumi ūdenī, ūdens sajūtas veidošana. 2. Krauls uz krūtīm apguve un mācīšanas metodika: roku darbība un kāju darbība; elpošanas vingrinājumi; krauls pilnā koordinācijā. 3. Krauls uz muguras apguve un mācīšanas metodika: roku un kāju darbība; krauls uz muguras pilnā koordinācijā. 4. Brasa apguve un mācīšanas metodika: Roku un kāju darbība; elpošanas tehnika; brass pilnā koordinācijā. 5. Delfīna apguve un mācīšanas metodika: kāju un roku darbība delfīns, tehnika un mācīšanas metodika; elpošanas tehnika; peldēšana pilnā koordinācijā delfīns.	28	44	14	58
Kopā:	32	52	16	68

Sasniedzamie studiju rezultāti un to vērtēšana

Sasniedzamie studiju rezultāti	Rezultātu vērtēšanas metodes
ZINĀŠANAS: - Zina peldēšanas izcelsmi, attīstības tendences un variāciju daudzveidību. - Zina peldēšanas nodarbību un pasākumu organizēšanas un vadīšanas pamatprincipus. - Zina drošības noteikumi slēgtās un atklātās ūdenstilpnēs.	Pārbaudes darbs – studentu darba mapes prezentācija par būtiskākajiem peldēšanas teorētiskajiem aspektiem
PRASMES: - Prot plānot, demonstrēt un vadīt peldēšanas nodarbības, prot novērtēt izglītojamā sniegumu atbilstoši programmā paredzētajiem sasniegšanajiem rezultātiem. - Prot vadīt peldēšanas nodarbības, kustību rotaļas ūdenī un peldēšanas prasmes citās ar peldēprasmī saistītās fiziskās aktivitātēs. - Prot pielietot zināšanas par peldēšanas drošības noteikumiem slēgtās un atvērtās ūdenstilpnēs mācību situācijās sporta stundās un ārpus klases organizētajās fiziskajās aktivitātēs.	Starppārbaudījums: - peldēšanas iemaņu demonstrējums, peldēšanas mācību stundas plānošana, organizēšana un vadīšana; - peldēšanas drošības noteikumu un slīcēju glābšanas prasmju demonstrējums; - daudzveidīgas fiziskās aktivitātes ūdenī – pēc izvēles vienas aktivitātes izplānošana un vadīšana.

KOMPETENCE: 1. Spēj veidot skaidrus snieguma un izglītojamo izaugsmes vērtēšanas kritērijus. 2. Spēj analizēt skolēnu sniegumu caurviju prasmju apguvē un sekot skolēna izaugsmei, identificēt nepieciešamos atbalsta pasākumus kustību iemaņu un caurviju prasmju pilnveidei. 3. Spēj plānot, vadīt starpdisciplināru un individualizētu mācību procesu saistītu ar peldētprasmi kā dzīves prasmi, atbilstoši sporta un veselības mācību programmā izvirzītajiem sasniegšanajiem rezultātiem.	Starppārbaudījums: 1. peldēšanas iemaņu demonstrējums, peldēšanas mācību stundas organizēšanas un vadīšana; 2. peldēšanas drošības noteikumu un slīcēju glābšanas prasmju demonstrējums; 3. daudzveidīgas fiziskās aktivitātes ūdenī – pēc izvēles vienas aktivitātes izplānošana un vadīšana. Eksāmens: 2 sporta mācību stundu konspektu izplānošana, peldēšanas mācību stundas organizēšana un vadīšana atbilstoši izvēlētam vecuma posmam – ievada daļa un visas nodarbības plāns. Nodarbības analīze un pašvērtējums.
--	--

Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji

Kritērijs	% no kopējā vērtējuma
Pārbaudes darbs: Studentu darba mapes prezentācija par būtiskākajiem peldēšanas teorētiskajiem aspektiem.	20
Starppārbaudījums: 1. Peldēšanas iemaņu demonstrējums (visos apgūtos peldēšanas stilos). 2. Ievada daļas (iesildīšanās) vingrinājumu demonstrēšana.	40
Starppārbaudījums: 1. Peldēšanas iemaņu demonstrējums (visos apgūtos peldēšanas stilos). 2. Ievada daļas (iesildīšanās) vingrinājumu demonstrēšana.	40
Kopā:	100

Studiju kursa plānojums

Daļa	KP	Stundas			Pārbaudījumi		
		Lekcijas	Prakt d.	Laborat	Ieskaite	Eksām.	Darbs
1.	3.0	16.0	16.0	0.0		*	