

RTU studiju kurss "Slidošanas pamati un metodika"**OL000 Liepājas akadēmija****Vispārējā informācija**

Kods	LA1433
Nosaukums	Slidošanas pamati un metodika
Studiju kursa statuss programmā	Obligātais/Ierobežotās izvēles
Atbildīgais mācītspēks	Linda Pavītola - Doktors, 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", "Priekšmetu pārvietošana", "Fizisko aktivitāšu komandu spēles ar atvieglotiem vai mainītiem noteikumiem".
Mērķis un uzdevumi, izteikti kompetencēs un prasmēs	Studiju kursa mērķis: Sekmēt studējošo profesionālās kompetences attīstību slidošanas mācīšanas un mācīšanās organizācijā un vadībā, ievērojot izglītojamo individuālās iespējas un atbilstību sasniedzamajam mācīšanās rezultātam, kā arī dot iespēju studējošiem apgūt teorētiskās zināšanas un praktiskās prasmes slidošanas rotaļu un spēļu organizēšanā ar atvieglotiem vai mainītiem noteikumiem. Studiju kursa uzdevumi: 1. Nodrošināt iespēju apgūt veselības un fizisko aktivitāšu mācīšanas kompetences. 2. Veicināt pedagogisko 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. Slidošanas izcelsme, attīstības tendences, slidošanas kustību iemaņu pielietojums radniecīgos sporta veidos un to integrēšanas iespējas sporta mācības stundas saturā pamatskolā un vidējā vispārējā izglītībā, darba mapes izveide nozīmīgāko materiālu apkopošanai un analīzei. 2. Slidošanas tehnikas mācīšanas metodika un vienkāršākie taktikas paņēmieni, to pielietojums atbilstoši kompetenču pieejai. Slidošanas drošības noteikumu apguve. 3. Starppārbaudījums: Praktiska slidošanas tehnikas demonstrēšana. 4. Starppārbaudījums: Mācību stundas izstrāde katrai klašu grupai (1.-3.kl., 4.-6.kl.7-9.kl., 10.12.kl.) un praktiska slidošanas tehnikas demonstrēšana, balstoties uz paša izveidotu stundas plānu, refleksija par novadīto stundu.

Literatūra	Obligātā / Obligatory: 1. Kupčs, J., Balderis, H. (1998). Hokejs. Rīga, Zvaigzne, 214lpp. 2. Kupčs, J. (1984). Slidošanas apmācība. Rīga, LVFKI, 34lpp. 3. Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem (2018). Ministru kabineta noteikumi Nr. 747. https://likumi.lv/ta/id/303768-noteikumi-par-valsts-pamatizglitibasstandartu-un-pamatizglitibas-programmu-paraugiem 4. 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 5. Sports un veselība 1.–9. klasei Mācību priekšmeta programmas paraugs. (2019). 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 6. Sports un veselība. Pamatkursa programmas paraugs vispārējai vidējai izglītībai. (2019). 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 7. Skola 2030 izstrādātās metodiskās izsīrādes. Pieejams: https://mape.gov.lv/catalog/materials/565A747B-B3B2-4B2B-8B68-F282718FE76C/view https://mape.gov.lv/catalog/collections/04117530-03ED-4956-B53C-9DC6358FD3DA/view https://mape.gov.lv/catalog/materials/E5FEF6AA-71D6-4EF2-A585-B453679C04E7/view 8. Saiva, L. (1997). Slidošana skolā. Rīga, LSPA, 38lpp. 9. Sports un veselība 1.-3. klasei. Pieejams: https://skolo.lv/course/view.php?id=159351 10. Sports un veselība 4.-6. klasei. Pieejams: https://skolo.lv/course/view.php?id=159354 11. Sports un veselība 7.-9. klasei. Pieejams: https://skolo.lv/course/view.php?id=159558 12. Sports un veselība 10.-12. klasei. Pieejams: https://skolo.lv/course/view.php?id=196449 Papildu / Additional: 1. Adaptive skating manual. (2019). US Figure Skating. Pieejams: https://www.usfigureskating.org/sites/default/files/media-files/Adaptive%20Skating%20Manual.pdf 2. Wotherspoon, B. (n.d.). On the Edge Curriculum. A skating program for schools. Pieejams: https://www.indyspeed.org/technique/Skating_Curriculum_Manual.pdf Citi informācijas avoti / Other sources of information: 1. https://lhf.lv/lv 2. https://www.isu.org/ 3. https://www.skatelatvia.lv/ Interneta resursi/Internet resources: 1. RTU LA bibliotēkā pieejamie žurnāli, grāmatas un datu bāzes, atbilstoši nozarei. 2. Studējošiem pieejams vairākas zinātnisko publikāciju datubāzes – EBSCO, Letonika, ScienceDirect, SCOPUS, Web of Science un Cambridge Journals Online u.c.
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. temats: Slidošana 1. lekcija: Slidošanas izcelsme, attīstības tendences, slidošanas kustību iemaņu pielietojums radniecīgos sporta veidos un to integrēšanas iespējas sporta mācības stundas saturā.	4	8	2	12
2. temats: Slidošanas pamatu mācīšana 3. lekcija: Slidošanas mācīšanas un mācīšanās didaktiskie, teorētiskie un metodiskie pamatprincipi. Drošības noteikumi un ekipējums. Praktiskā nodarbība: Taisnvirziena slidošanas uz priekšu un atpakaļ mācīšana. Stāja, slīdējums, atspēriens, roku un kāju mijiedarbība. Krišanas mācīšana. Slidošana pāros, trijātā. Soļu tehnika, svāra pārnešana, līdzsvars uz vienas slidas. Virziena maiņa slīdējumā. Apstāšanās. Lokveida slidošanas uz priekšu mācīšana. Ķermeņa stāvokļa slīdējuma uz vienas slidas, kāju krustošanas mācīšana. Atspēriena tehnika un kāju mijiedarbība lokveida slidojumā. Bremzēšana balstā uz abām slīdām, sagriežot augumu par 900 mācīšana. Bremzēšana uz vienas slidas. Pagriezieni slīdsolī, uz vienas slidas. Praktiskais darbs: Slidošanas tehnikas mācīšanas paņēmieni, slidošanas iemaņu integrācija sporta stundās, t.sk. dažādās āra aktivitātēs un ārpus klases stundās.	6	12	4	12
3. temats: Slidošanas praktizēšana Praktiskā nodarbība: Taisnvirziena slidošanas uz priekšu mācīšana. Stāja, slīdējums, atspēriens, roku un kāju mijiedarbība. Krišanas mācīšana. Slidošana pāros, trijātā. Praktiskā nodarbība: Soļu tehnika, svāra pārnešana, līdzsvars uz vienas slidas. Virziena maiņa slīdējumā. Apstāšanās. Praktiskā nodarbība: Taisnvirziena slidošanas at muguriski mācīšana. Stāja, slīdējums, atspēriens. Kāju mijiedarbība. Bremzēšana at muguriskā slidojumā. Pāreja slidojumā uz priekšu. Praktiskā nodarbība: Lokveida slidošanas uz priekšu mācīšana. Ķermeņa stāvokļa slīdējuma uz vienas kājas, kāju krustošanas mācīšana. Atspēriena tehnika un kāju mijiedarbība lokveida slidojumā. Praktiskā nodarbība: Bremzēšana balstā uz abām slīdām, sagriežot augumu par 900. Bremzēšana uz vienas slidas. Pagriezieni slīdsolī, uz vienas slidas. Praktiskais darbs: Ieteikumu prezentācija skolas slidošanas pasākumu (kustību rotaļu un spēļu) nodrošināšanai.	4	6	2	12

4. temats: Mācību stundu modelēšana. 4. lekcija: Mācību stundas modelēšana, praktiska prezentācija slidošanas vingrinājumu vadīšanā pēc paša izstrādāta stundas plāna un apguves novērtēšana pēc paša izveidota skolēnu snieguma līmeņu apraksta caurviju prasmi vērtēšanai un pašvērtēšanai. Praktiskā nodarbība: Sporta stundas modelēšana, (simulācija), skolēnu snieguma līmeņu vērtēšanas pašnovērtēšana. Stundas plāna un vadītās sporta nodarbības analīze, snieguma līmeņu vērtēšanas savstarpējā vērtēšana.	10	12	4	16
5. temats: Skolas slidošanas sacensību organizēšana un vadīšana. Praktiskais darbs: Sacensību nolikuma izstrādāšana	8	14	4	16
Kopā:	32	52	16	68

Sasniedzamie studiju rezultāti un to vērtēšana

Sasniedzamie studiju rezultāti	Rezultātu vērtēšanas metodes
ZINĀŠANAS: 1. Zina slidošanas attīstības vēsturi Latvijā un citviet pasaulē. 2. Zina slidošanas tehnikas un taktikas paņēmieni mācīšanas metodoloģijas pamatus. 3. Zina slidošanas vingrinājumu apguves formatīvā, summatīvā un pašvērtējuma pamatprincipus.	1. Mērķtiecīga aktivitāte lekcijās un praktiskajās nodarbībās, darba mapes prezentācija. 2. Starppārbaudījums – patstāvīgā darba prezentācija.
PRASMES: 1. Prot plānot, demonstrēt un vadīt vingrinājumus ar slidošanas elementiem, prot novērtēt izglītojamā sniegumu atbilstoši programmā paredzētajiem sasniegtajiem rezultātiem. 2. Prot integrēt slidošanas elementus daudzveidīgās fiziskās aktivitātēs. 3. Prot pielietot zināšanas par slidošanas prasmju izmantošanu sporta spēlēs ar atvieglotiem noteikumiem, kustību mākslā un līdzīgos sporta veidos, organizējot sporta mācību stundas, āra fiziskās aktivitātes un pienākumus mācību situācijās sporta stundās un ārpus klases organizētajās fiziskajās aktivitātēs.	1. Mērķtiecīga aktivitāte lekcijās un praktiskajās nodarbībās, darba mapes prezentācija. 2. Starppārbaudījums – patstāvīgā darba prezentācija.
KOMPETENCE: 1. Spēj veidot skaidrus snieguma un izglītojamo izaugsmes vērtēšanas kritērijus un pārbaudes veidus slidošanas elementu apguvē. 2. Spēj analizēt skolēnu sniegumu slidošanas elementu apguvē un sekot skolēna izaugsmei, identificēt nepieciešamos atbalsta pasākumus kustību iemaņu pilnveidei. 3. Spēj plānot, vadīt starpdisciplināru un individualizētu mācību procesu daudzveidīgās slidošanas vingrinājumu aktivitātēs, atbilstoši sporta un veselības mācību programmā izvirzītajiem sasniegtajiem rezultātiem. 4. Spēj identificēt drošības apdraudējumus un riskus dažādās vidēs un slidošanas apstākļos, veic preventīvus drošības pasākumus, izvēloties piemērotākās problēmrisināšanas stratēģijas.	1. Mērķtiecīga aktivitāte lekcijās un praktiskajās nodarbībās, darba mapes prezentācija. 2. Starppārbaudījums – patstāvīgā darba prezentācija. 3. Eksāmens – mācību stundas vadīšana pēc paša izstrādāta plāna.

Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji

Kritērijs	% no kopējā vērtējuma
Pārbaudes darbs – nozīmīgāko studiju kursā apkopoto materiālu darba mapes prezentācija.	30
Pārbaudes darbs – patstāvīgā darba prezentācija.	30
Eksāmens – mācību stundas vadīšana pēc paša izstrādāta plāna, pašanalīze.	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		*	