

RTU studiju kurss "Ritmika un ritmiskās kombinācijas"**0L000 Liepājas akadēmija****Vispārējā informācija**

Kods	LA1437
Nosaukums	Ritmika un ritmiskās kombinācijas
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 "Dejas un ritmiskās kombinācijas" "Kustību māksla un fiziskās aktivitātes telpā".
Mērķis un uzdevumi, izteikti kompetencēs un prasmēs	Studiju kursa mērķis: Atbalstīt studentu profesionālo kompetenču izaugsmi ritmikā, ritmisko un aerobikas kombināciju mācīšanās un mācīšanās procesa vadībā, ņemot vērā skolēnu individuālās iespējas un mācību rezultātu sasniegšanu, izmantojot holistisku pedagoģisko pieeju. Nodrošināt studentiem iespēju apgūt teorētiskās zināšanas un praktiskās prasmes ritmikā, ritmiskā vingrošanā un dažādu aerobikas paveidos. Studiju kursa uzdevumi: 1. Nodrošināt iespēju apgūt veselības un fizisko aktivitāšu mācīšanās kompetences pamatzglītības un vispārējās vidējās izglītības sporta un veselības mācības moduļos "Dejas un ritmiskās kombinācijas", "Kustību māksla un fiziskās aktivitātes telpā". 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. Ritmikā, ritmiskā vingrošanas un aerobikas izcelsme, veidi un mūsdienu attīstības tendences. 2. Ritmikā, ritmiskā vingrošanas un aerobikas vingrinājumu pamatelementi, kombināciju sastādīšanas noteikumi. Muzikālā materiāla izvēle un atlase. Ritmisko kombināciju sastādīšana un demonstrēšana studentu grupā. Darbības pašanalīze, pašvērtēšana un grupas refleksija. 3. Ritmikā vingrinājumu pielietojums jaunākā sākumskolas vecuma bērniem. Sagatavot sporta un veselības mācības mini-stundu (1. vai 2.klasei). Prezentēt grupā. 4. Ritmiskās kombinācijas un aerobikas kopumu izplānošana un demonstrācija ar dažādu inventāru (hanteles, nūjas, mazās bumbas u.c.), prezentācijas analīze, pašrefleksija. 5. Sagatavot un novadīt sporta mācību stundas ievada daļu ar aerobikas elementiem (4.-6. un 7-9.klašu grupām, izvēloties konkrētu klasi katrā grupā), pašrefleksija. 6. Sagatavot un novadīt funkcionālās aerobikas nodarbības atbilstoši jauniešu fiziskajai sagatavotībai un kustību prasmēm 9.-12.klasei. 7. Ritmikā, ritmiskā vingrošanas vai aerobikas kompozīciju sastādīšana un demonstrēšana.

Literatūra	Obligātā / Obligatory: 1. Jērcuma, L. (2000). Vingrinājumi ritmikā. 1.daļa. Rīga, RaKa, 127lpp. 2. Dziesmas un dejas bērniem. (n.d.). Pieejams: https://www.dziesmasberniem.lv/; 3. Nivbrant Wedin, E. (2015). Playing Music with the Whole Body. Eurhythmics and motor development. Stockholm, Gehrmans Musikforlag, 312p. 4. Pētersone, G. (2015). E.Žaka-Dalkroza ritmikas mācība. Rēzeknes Augstskola. DOI: http://dx.doi.org/10.17770/sie2015vol2.425. Pieejams: http://journals.ru.lv/index.php/SIE/article/viewFile/425/475 5. Pētersone, G. (2014). Skolēnu mūzikas uztveres attīstība ritmikas nodarbībās mūzikas skolā. Rīgas Pedagoģijas un izglītības vadības akadēmija. Promocijas darbs. Pieejams: https://dspacedev.lu.lv/server/api/core/bitstreams/f3af2bef-e2ea-4b84-b1d8-da0bd762f9d0/content 6. Pētersone, G. (n.d.). Mūzikas uztvere ritmikas nodarbībās. Proceeding of the International Scientific Conference. Volume I, Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmija. 7. Skola 2030 mācību materiāli. (n.d.). Pieejams https://skolo.lv/course/section.php?id=1133130&lang=de 8. Vecenāne, H. (2010). Aerobikas ABC. Liepāja, Liepa, 2010 Papildu / Additional: 1. DeFrancesco, C., Inesta, R. (n.d.). Principles of Functional Exercise. Pieejams: https://educacaoafisicaefcps.wordpress.com/wpcontent/uploads/2018/07/principles_of_functional_exercise.pdf 2. Latviešu dejas pamati. (2011). E.Saulītes red. Kultūrizglītības un nemateriālā mantojuma centrs. 3. Zelmene, M. (2004). Mūzika mazajiem. Dejas un rotaļas. Mācību līdzeklis: 3.grāmata, Rīga, RaKa. Citi informācijas avoti / Other sources of information: 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. Interneta resursi/ Internet resources: 1. https://skolo.lv/mod/url/view.php?id=15329676 2. https://acawave.org/Articles-More/AF-Lesson-Plans 3. https://www.cooperinstitute.org/ 4. https://www.rnc.gov.nl.ca/files/RCMP-Functional-Training-Level-1.pdf 5. https://www.visc.gov.lv/sites/visc/files/content/specizgl/programmas/mi_ritmika_spec.pdf 6. https://ncert.nic.in/pdf/publication/otherpublications/fehped101.pdf 7. https://darebee.com/
Nepieciešamās priekšzināšanas	Vispārējā vidējā izglītībā iegūtās zināšanas un prasmes par ritmiku, ritmiskām kombinācijām un aerobiku.

Studiju kursa saturs

Saturs	Pilna un nepilna laika klātienēs studijas		Nepilna laika neklātienēs studijas	
	Kontakt stundas	Patstāv. darbs	Kontakt stundas	Patstāv. darbs
1. temats. Sporta un veselības mācību programmas moduļu “Dejas un ritmiskās kombinācijas”, “Kustību māksla un fiziskās aktivitātes telpā” saturs un sasniedzamie rezultāti. 1. lekcija: Ritmikas, ritmiskās vingrošanas un aerobikas izcelsme un mūsdienu attīstības tendences, tās loma skolas sportā. 2. lekcija: Ritmikas un ritmikas elementu pielietojums jaunākā sākumskolas vecuma skolēniem.	4	8	2	10
2. temats. Ritmikas elementu pielietojums skolas sporta mācību stundās. Praktiskais darbs. Ritmikas vingrinājumi apguve: ritmiski soļošanas vingrinājumi nošu ilgumu analīze; ritmiski elpošanas vingrinājumi; ritmiski soļošanas vingrinājumi ar ritmiskām roku kustībām; ritma vingrinājumi un skanošie žesti. Ritmikas elementu iesaiste sporta mācību stundās veidojot starppriekšmetu saikni. Ritma rotaļas un spēles ar un bez priekšmeta vispusīgai harmoniskais bērnu-jauniešu attīstībai.	8	12	4	16
3. temats. Ritmiskās vingrošanas un aerobikas pamatelementi, to iesaiste kombinācijās. Mūzikas izvēle. Praktiskais darbs: Praktiska ritmiskā vingrošanas un aerobikas pamatelementu apguve, kombināciju veidošanas pamatprincipi.	4	6	2	8
4. temats. Ritmiskās kombinācijas un aerobika sporta mācību stundu dažādošanai. Praktiskais darbs: Ritmiskās kombinācijas un aerobikas kopumu sastādīšana un vadīšana ar dažādu inventāru (lentas, mazās bumbas, nūjas, hanteles u.c.) sporta mācību stundu dažādošanai; Sporta mācību stundas sastādīšana ar ritmiskās vingrošanas vai aerobikas elementiem 1.- 6. un 7.- 9.klašu grupām saskaņā ar programmas vadlīnijās izvirzītajiem sasniedzamajiem rezultātiem; Sporta mācību stundas sastādīšana izmantojot populārākās grupu nodarbību elementus (funkcionālā aerobika, zumba u.c.) elementiem 10.-12.klašu grupām saskaņā ar programmas vadlīnijās izvirzītajiem sasniedzamajiem rezultātiem.	12	18	6	24
5. temats. Ritmiskās vingrošanas, aerobikas un dejas kompozīciju sastādīšanas pamatprincipi. Praktiskais darbs. Ritmikas, ritmiskās vingrošanas un dejas kompozīciju sastādīšanas praktiskie piemēri.	4	8	2	10
Kopā:	32	52	16	68

Sasniedzamie studiju rezultāti un to vērtēšana

Sasniedzamie studiju rezultāti	Rezultātu vērtēšanas metodes
--------------------------------	------------------------------

ZINĀŠANAS: 1. Zina par ritmikas un aerobikas izcelsmi un mūsdienu attīstības tendencēm. 2. Zina par ritmikas un aerobikas teorētiskiem aspektiem, nodarbību plānošanu, organizēšanu un vadīšanu skolas vecuma bērniem-jauniešiem.	1.Mērķtiecīga aktivitāte lekcijās un praktiskajās nodarbībās. 2.Starppārbaudījumi – patstāvīga darba prezentācija.
PRASMES: 1. Prot izvēlēties atbilstošu mūzikas materiālu ritmikas un aerobikas vingrinājumu kombināciju izveidei. 2. Prot iesaistīt un vadīt ritmiskās un aerobikas kombinācijas, atbilstoši skolēnu vecuma posmam un paredzētiem sasniežamajiem rezultātiem. 3. Prot atbilstoši izvirzītajiem mērķim, plānot, organizēt, vadīt ritmikas, ritmiskās vingrošanas vai aerobikas kombinācijas izmantojot dažāda žanra un stila mūziku. 4. Prot modelēt un analizēt sporta un veselības mācību stundas ar ritmikas, ritmiskās vingrošanas vai aerobikas elementiem ar un bez inventāra.	1.Mērķtiecīga aktivitāte lekcijās un praktiskajās nodarbībās. 2.Starppārbaudījumi – patstāvīga darba prezentācija.
KOMPETENCE: 1. Spēj veidot skaidrus snieguma un izglītojamo izaugsmes vērtēšanas kritērijus un pārbaudes veidus ritmikas un aerobikas elementu apgūvē. 2. Spēj analizēt skolēnu sniegumu ritmiskās un aerobikas elementu apgūvē, sekot skolēna izaugsmei, identificēt nepieciešamos atbalsta pasākumus kustību iemaņu pilnveidei. 3. Spēja plānot, vadīt starpdisciplināru un individualizētu mācību procesu, izmantojot daudzveidīgus ritmikas un aerobikas vingrinājumus un kombinācijas, atbilstoši sporta un veselības mācību programmā izvirzītajiem sasniežamajiem rezultātiem.	1.Mērķtiecīga aktivitāte lekcijās un praktiskajās nodarbībās. 2.Starppārbaudījumi – patstāvīga darba prezentācija Eksāmens: 2 sporta stundu izplānošana, organizēšana un vadīšana atbilstoši izvēlētam vecuma posmam, izmantojot ritmikas, ritmisko kombināciju vai aerobikas satura elementus, mācību stundu analīze un pašvērtēšana.

Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji

Kritērijs	% no kopējā vērtējuma
1.Mērķtiecīga aktivitāte lekcijās un praktiskajās nodarbībās.	30
2.Starppārbaudījumi – patstāvīga darba prezentācija	30
Eksāmens: 2 sporta stundu izplānošana, organizēšana un vadīšana atbilstoši izvēlētam vecuma posmam, izmantojot ritmikas, ritmisko kombināciju un aerobikas satura elementus, mācību stundu analīze un pašvērtēšana.	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		*	