

**Profesionālā bakalaura studiju programmas „Sporta zinātne”
studiju kursu anotācijas 4.studiju gads**

Kursa nosaukums:	Sporta dejas
Kursa kods:	PBNPS3050
Kursa veids:	Nozares profesionālās specializācijas kurss
Kursa līmenis:	Profesionālais bakalaurs sporta zinātnē
Studiju gads:	4.
Semestris:	7.
Kredīti:	1,5 KP/ 2,25 ECTS
Docētāji:	Lekt. L. Freimane
Prasības studiju kursa apguves uzsākšanai:	Vispārējās izglītības standarta „Sports” līmenī
Kursa mērķis:	Radīt priekšstatu par sporta dejām un to iedalījumu
Kursa uzdevumi:	<ol style="list-style-type: none">1. Iepazīstināt ar sporta deju vēsturi, terminoloģiju, klasifikāciju un uzvedības kultūru deju laukumā;2. Izanalizēt deju tehniku ST (W,V,F,T), LA (Ch,J), Polonēzes un Salsas dejām;3. Veidot zināšanas par ST, LA, Polonēzes un Salsas deju pamatsoļiem un kombināciju veidošanu
Plānotie studiju rezultāti:	<ol style="list-style-type: none">1. Zina sporta deju vēsturi, terminoloģiju, klasifikāciju;2. Zina ST, LA, Polonēzes un Salsas dejas un to tehniku;3. Prot precīzi izpildīt deju pamatsoļus un kombinācijas
Kursa saturs:	Sporta dejas, Polonēze un Salsa
Obligātā literatūra:	Ģ. Krombolca, A. Hāze-Tirka „Standartdejas”, Rīga: Madris 2009.g.
Papildliteratūra:	„Ballroom dancing”, A. Moore, London: A&C Black, 2002 „Technique of Latin dancing”, W. Laird, England, 1998
Citi izmantojamie informācijas avoti:	Uzziņu literatūra, periodiskie izdevumi, interneta resursi
Studējošo patstāvīgā darba organizācija un uzdevumi:	<ol style="list-style-type: none">1. Paststāvīgi pilnveidot zināšanas un prasmes sporta dejās, Salsā un Polonēzē2. Referāts – sporta deju vēsture, uzvedības kultūra deju laukumā, Polonēze, Salsa
Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji:	Vērtēšana 10 ballu skalā
Mācību valoda:	Latviešu

Kursa nosaukums:	OLIMPISKĀ IZGLĪTĪBA
Kursa kods :	PBNT 223
Kursa veids:	Nozares teorētiskais pamatkurss
Kursa līmenis:	Profesionālais bakalaura sporta zinātnē
Studiju gads:	4.
Semestris:	7.
Kredīti:	0,5/ 0,75 ECTS
Docētāji:	lektore Antra GULBE
Prasības studiju kursa apguves uzsākšanai:	sporta vēsturē; ģeogrāfijā; kultūras vēsturē, Audzināšanas teorijā; Skolas sports; Saskarsmes psiholoģijā
Kursa mērķis:	<ul style="list-style-type: none"> - sekmēt studentu izziņas metožu apguvi; - apgūt "godīgas spēles" principus kā sporta ētikas pamatprasību; - attīstīt prasmes un iemaņas profesionālās darbības vērtēšanas jomā; - sekmēt studentu zinātkāres attīstību; - veidot radošās darbības pieredzi; - sekmēt skolotāju kompetences prasmju veidošanos; - sekmēt studentu patstāvības attīstību pētnieciska rakstura uzdevumu risināšanā.
Kursa uzdevumi:	<p>Apgūt šādas zināšanas, prasmes mācīt tās interpretēt :</p> <ul style="list-style-type: none"> - olimpiskās kustības veidošanās, attīstība, problēmas, tās vēsturiskie pārstāvji Latvijā un pasaulē; - LOK pirmsākumi, atjaunošanās nozīme; - Latvijas olimpisko spēļu medaļnieki; - Olimpisko spēļu organizācija; - Olimpiskā izglītība pasaulē.
Plānotie studiju rezultāti:	<ul style="list-style-type: none"> - zināšanas par olimpisko izglītību, saikni ar citām zināšanām sekmējot profesionālo kvalifikāciju - prasme veikt pētniecisku un izglītojošu darbību - kompetences pielietot zināšanas un prasmes sporta nodarbībās un pedagoģisko prakšu ietvaros
Kursa saturs:	<ul style="list-style-type: none"> - Mūsdienu olimpiskās kustības atjaunošanās; - Olimpiskā harta; - Mūsdienu olimpisko spēļu raksturojums, izcilākās personības; - Latvijas olimpiskās kustības vēsture; - Latvijas olimpisko spēļu medaļnieki; - Olimpisko spēļu organizācija, komercalizācija, reklāma; - Olimpiskā izglītība pasaulē; - Olimpiskā diena.
Obligātā literatūra:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jansone R., Gulbe A. <i>Materiāli par sporta vēsturi un olimpisko izglītību</i>. Rīga: Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmija, 2006. 2. <i>Latvijas olimpiskā vēsture : no Stokholmas līdz Soltleiksitijai</i>. Rīga : Latvijas Olimpiskā komiteja, 2003. 3. Erta A. <i>Olimpiskā ABC: olimpiskās izglītības rokasgrāmata</i>. Rīga : Latvijas Olimpiskā komiteja, 1999. 4. Muller N. <i>Pierre de Coubertin. Olympism</i>. Selected writings. Lausanne IOC, 2000. 5. <i>Olimpiskā ābece: olimpiskās izglītības rokasgrāmata</i>. Rīga : Latvijas Olimpiskā komiteja, 2008. 6. <i>Olympic Charter</i>. Lausanne: International Olympic committee, 1997.
Papildliteratūra:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Džifords K. <i>Olimpiskās spēles</i>. Rīga : Zvaigzne ABC,2004. 2. Hūnolds T. <i>Olimpiskās spēles : visas spēles no senākajiem laikiem līdz mūsdienām : uzvaras, traģēdijas, rekordī</i>. Rīga : Jumava, 2007. 3. Lāms O. <i>Olimpiskās tradīcijas. Kultūrvēsturiskā dimensija</i>.LU. Klasiskās filoloģijas katedra. Hellēnistikas centrs .Rīga, 2004. 4. Oksleids K. <i>Olimpiskās spēles</i> Rīga: Zvaigzne ABC,2000. 5. <i>Olimpiskā kustība: Olimpiskās izglītības rokasgrāmata</i>. Palīgs studējošai jaunatnei un skolotājiem - Rīga: Latvijas Olimpiskā komiteja, 2004 6. Исаев А. <i>Олимпийская педагогика: опыт моделирования психолого-педагогических технологий детско-юношеского спорта</i> .Москва : Физкультура и спорт,1998. 7. <i>Олимпийский учебник студента: учебное пособие для системы олимпийского образования в высших учебных заведениях</i>.Москва: Советский спорт,2007. 8. Платонов В.Н., Гуськов С.И. <i>Олимпийский спорт</i>.- Киев.: Олимпийская литература, 1997
Citi izmantojamie informācijas avoti:	www.olimpiade.lv , www.loa.lv , www.olympic.org , www.fairplayinternational.org
Studējošo patstāvīgā darba organizācija un uzdevumi:	Patstāvīgie darbi "Olimpiskā diena skolā", "Olimpiskā izglītība pasaulē(pēc izvēles valsts)", "Latvija olimpiskā kustībā".
Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji:	Sistemātisks darbs lekcijās un semināros, patstāvīgo uzdevumu izstrāde
Mācību valoda:	Latviešu

Kursa nosaukums:	Speciālā sporta terminoloģija (vācu valoda)
Kursa kods:	PBNPSR 3058
Kursa veids:	Nozares profesionālās specializācijas kurss
Kursa līmenis:	Profesionālais bakalaurs sporta zinātnē
Studiju gads:	4.
Semestris:	7.
Kreditīti:	1KP /1,5 ECTS
Docētāji:	doc. Malahova L., doc. Stirna N.
Prasības studiju kursa apguves uzsākšanai:	Vācu valodas zināšanas, iemaņas un prasmes atbilstoši vidējās izglītības standartam un apgūtajam speciālās terminoloģijas kursam.
Kursa mērķis:	Apgūt un pilnveidot speciālo sporta terminoloģiju vācu valodā.
Kursa uzdevumi:	Dot iespēju apgūt speciālo sporta terminoloģiju vācu valodā. Balstoties uz profesionālo leksiku un vācu valodā izmantotajām gramatikas struktūrām, veidot publiskās uzstāšanās iemaņas un prasmi strādāt ar speciālo literatūru un attīstīt starpkultūru un komunikatīvo kompetenci.
Plānotie studiju rezultāti:	Speciālās sporta terminoloģijas, vācu valodas profesionālās leksikas un gramatisko struktūru zināšanas; prasme publiski uzstāties un diskutēt, prasme patstāvīgi strādāt ar speciālo literatūru vācu valodā; attīstīta starpkultūru un komunikatīvā kompetence.
Kursa saturs:	Speciālās sporta terminoloģijas apguve vācu valodā komunikācijai specialitātē.
Obligātā literatūra:	1. Stirna N. Deutsch für Sportstudenten, Teil 1., Rīga, 1997. 2. Malahova L. Muster des Geschäftsschreibens in Deutsch Rīga, 2001.
Papildliteratūra:	3. Sport-Bild.
Citi izmantojamie informācijas avoti:	Sporta terminu vārdnīcas, terminu skaidrojošās vārdnīcas.
Studējošo patstāvīgā darba organizācija un uzdevumi:	Patstāvīgi izvēlēta teksta lasīšana vācu valodā atbilstoši specialitātei, gatavošanās testam, semināram un diskusijai atbilstoši studiju kursa saturam.
Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji:	Ar testiem tiek vērtētas zināšanas sporta leksikā; ar prezentācijām: publiskās uzstāšanās un individuālā darba prasmes; veicot kursa uzdevumus: attieksme un grupu darba iemaņas; izvērtējot zināšanu, prasmju un iemaņu izaugsmi kursa laikā, tiek noteikta individuālā dinamika.
Mācību valoda	Vācu.

Kursa nosaukums:	Speciālā sporta terminoloģija (angļu v.)
Kursa kods:	PBNPSR 3058
Kursa veids:	Nozares profesionālās specializācijas kurss
Kursa līmenis:	Profesionālais bakalaura sporta zinātnē
Studiju gads:	4.
Semestris:	7.
Kredīti:	1 / 1,5 ECTS
Docētāji:	Doc. Berga I., Doc. I.Boge , Lekt. Rudzinska I.
Prasības studiju kursa apguves uzsākšanai:	Angļu valodas zināšanas, iemaņas un prasmes atbilstoši vidējās izglītības standartam un apgūtajam speciālās terminoloģijas kursam.
Kursa mērķis:	Apgūt un pilnveidot speciālo sporta terminoloģiju angļu valodā.
Kursa uzdevumi:	Dot iespēju apgūt speciālo sporta terminoloģiju angļu valodā. Balstoties uz profesionālo leksiku un angļu valodā izmantotajām gramatikas struktūrām, veidot publiskās uzstāšanās iemaņas un prasmi strādāt ar speciālo literatūru un attīstīt starpkultūru un komunikatīvo kompetenci.
Plānotie studiju rezultāti:	Speciālās sporta terminoloģijas, profesionālās leksikas un gramatisko struktūru zināšanas angļu valodā; prasme publiski uzstāties un diskutēt, patstāvīgi strādāt ar speciālo literatūru angļu valodā; attīstīta starpkultūru un komunikatīvā kompetence.
Kursa saturs:	Speciālās sporta terminoloģijas angļu valodā apguve komunikācijai specialitātē.
Obligātā literatūra	1.Trullis G., Trappe T. New Insights into Business, Longman, 2000. 2.Trullis G., Trappe T. Intelligent Business, Longman, 2005. 4. Clare A., Wilson J.J. Language to Go, Longman, 2002. 5.
Papildliteratūra:	4. Periodikas izdevumi par sportu.
Citi izmantojamie informācijas avoti:	Sporta terminu vārdnīcas, terminu skaidrojošās vārdnīcas; internets: www.oup.com/elt/headway .
Studējošo patstāvīgā darba organizācija un uzdevumi:	Patstāvīgi izvēlēta teksta lasīšana angļu valodā atbilstoši specialitātei, gatavošanās testam, semināram un diskusijai atbilstoši studiju kursa saturam.
Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji:	Ar testiem tiek vērtētas zināšanas sporta leksikā; ar prezentācijām: publiskās uzstāšanās un individuālā darba prasmes; veicot kursa uzdevumus: attieksme un grupu darba iemaņas; izvērtējot zināšanu, prasmju un iemaņu izaugsmi kursa laikā, tiek noteikta individuālā dinamika.
Mācību valoda	Angļu.

Kursa nosaukums:	Pašaizsardzība un didaktika
Kursa kods:	PBNPSS3023
Kursa veids:	Nozares profesionālais studiju kurss
Kursa līmenis:	Profesionālais bakalaura sporta zinātnē 4.
Studiju gads:	7.
Semestris:	1 KP/1.5 ECTS
Kredīti:	
Docētāji:	doc. A.Pimenovs, lekt.N. Peļņika
Prasības studiju kursa apguves uzsākšanai:	Ķermeniskā kondīcija atbilstoša LSPA prasībām.
Kursa mērķis:	Radīt priekšstatu par paš aizsardzības pamatiem, paš aizsardzības didaktiku un mācēt tās pielietot profesionālajā darbībā.
Kursa uzdevumi:	Kursa uzdevums apmācīt programmā minēto aizsardzības un pretpaņēmienu tehniku, veidot un nostiprināt iemaņas šo paņēmienu izpildei pret uzbrukumu ar sitieniem, ar rokām un kājām, satvērieniem, metieniem, sāpju paņēmienu, žņaugšanu, pretuzbrukumu ar auksto ieroci.
Plānotie studiju rezultāti:	Tiks izveidota prasme izpildīt paš aizsardzības pamattehnikas vingrinājumus un izvēlēties to izmantojumu atbilstošās situācijās.
Kursa saturs:	Paš aizsardzības elementu un tehnikas apgūšana. Dažādu paņēmienu klašu savienojumu apgūšana un to pielietošana pret dažādiem uzbrukuma veidiem.
Obligātā literatūra:	1. M. Arājs. Aizstāvaties bez ieročiem. Rīga: Grāmatu zieds, 1973. – 120 lpp. 2. V. Kolosovs. Paš aizsardzības paņēmienu. Rīga, mācību grāmata, 1994. – 64 lpp.
Papildliteratūra:	1. A. Pimenovs. Sporta cīņu veidi. Rīga: LSPA, 1998. – 41 lpp. 2. A. Liepiņš. Boksa tehnikas pamati. Rīga: LVFKI, 1975. – 55 lpp. 3. A. Тарас. Искусство рукопашного боя. Минск, 1991. – 112 с.
Citi izmantojamie informācijas avoti:	1. Internets 2. Sporta žurnāli un cita veida publikācijas.
Studējošo patstāvīgā darba organizācija un uzdevumi:	Patstāvīgas kursa teorētiskās daļas studijas un gatavošanās mācību praksei.
Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji:	1.Paš aizsardzības tehnikas demonstrēšana stāv cīņā un guļus cīņā (eksāmens). 2. Apmeklējums 3. Referāta uzrakstīšana
Mācību valoda:	Latviešu

Kursa nosaukums:	Atlētiskā sagatavošana
Kursa kods:	PBNPSS 3022
Kursa veids:	Nozares profesionālās specializācijas studiju kurss
Kursa līmenis:	Profesionālais bakalaura sporta zinātnē
Studiju gads:	4.
Semestris:	7.
Kredīti:	1KP/1.5 ECTS
Docētāji:	prof. L.Čupriks, lekt. U.Ciematnieks, asist. M.Lesčinskis
Kursa mērķis:	Studentu teorētiskās sagatavotības pilnveidošana sporta skolotāja profesijā, izmantojot atlētiskās sagatavošanas līdzekļus un metodes.
Kursa uzdevumi:	1) Sniegt padziļinātu ieskatu par atlētiskās sagatavošanas līdzekļiem citu sporta veidu fiziskajā sagatavotībā; 2) Nodrošināt daudzveidīgu atlētiskās sagatavošanas fizisko vingrinājumu apguvi; 3) Sniegt studentiem zināšanas par dažādu sporta veidu fizisko īpašību attīstīšanas līdzekļu un metožu specifiku; 4) Skaidrot un praktiski pielietot sensitīvo periodizāciju dažāda vecuma bērniem ar atlētiskās sagatavošanas līdzekļiem; 5) Pamatot un praktiski pielietot vispārējās fiziskās sagatavošanas uzlabošanas un nostiprināšanas ar atlētiskās sagatavošanas līdzekļiem; 6) Skaidrot atlētiskās sagatavošanas līdzekļu dinamisko anatomiju.
Plānotie studiju rezultāti:	1) Izmanto atlētiskās sagatavošanas līdzekļus citu sporta veidu fiziskajā sagatavotībā 2) Zina un praktiski lieto lielu fizisko vingrinājumu klāstu; 3) Orientējās plašā fizisko īpašību attīstīšanas metožu un tehnisko līdzekļu specifikā; 4) Izmantot sensitīvos periodus sporta nodarbību organizēšanā bērniem un pusaudžiem; 5) Students spēj individuāli pielietot dažādus atlētiskās sagatavošanas līdzekļus vispārējās fiziskās sagatavotības uzlabošanā un nostiprināšanā; 6) Studenti izprot atlētiskās sagatavošanas līdzekļu dinamisko anatomiju.
Kursa saturs:	Terminoloģija, smagatlētikas sporta veidu raksturojums, vēsture. Vingrinājumi ar personīgo ķermeņa svaru, ar brīviem atsvariem, lokanības attīstīšanas vingrinājumi, vingrinājumi trenāžieros, vispārattīstošie vingrinājumi. Paškontrolē atlētiskās sagatavošanas nodarbībās, spēka īpašību attīstīšana, testēšana, plānošana, vingrinājumu kopu sastādīšana.
Obligātā literatūra:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Čupriks L., Knipše G. Atlētiskā sagatavošana. Metodiskais līdzeklis LSPA studentiem. – Rīga, LSPA, 2003. 2. Čupriks L., Sporta ierīču klasifikācija un struktūra sastādot vingrinājumu kopumus. Lekcija. Rīga, LSPA, 2001. 3. Trenera Rokasgrāmata 2 daļa. Latvijas Sporta federāciju padome. Latvijas Treneru tālākizglītības centrs, Rīga, 2003. gads. 4. Vološins V., Krauksts V., Čupriks L. Spēka attīstīšanas netradicionālie vingrinājumi. Mācību metodiskais līdzeklis. Rīga, LSPA 1994. 5. Vološins V., Upmalis J., Cepelis I. Smagatlētikas sporta termini. Rīga, 1992.
Papildliteratūra:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Čupriks L., Pimenovs A. Lokanības attīstīšanas vingrojumi smagatlētikas, cīņas sporta veidos. LSPA. Lekcija. Rīga, 2000. 2. Krauksts V. Biomotoro spēju treniņu teorija. Rīga, LSPA, 2003. 3. Lesčinskis M., Ciematnieks U., Čupriks L. Raksturīgākās kļūdas, izpildot sacensību vingrinājumus svarbumbu celšanas sportā. Rīga, LSPA, 2009. Lekciju materiāli. 4. Lesčinskis M., Čupriks L., Belkovskis G. Noteikumi svarbumbu celšanas sportā. Rīga, LSPA, 2009. Lekciju materiāli. 5. Vološins V., Lāriņš V. Atlētiskā vingrošana nepareizas stājas labošanā un profilaksē. LSPA, Rīga, 1997.
Citi izmantojamie informācijas avoti:	Interneta resursi
Studējošo patstāvīgā darba organizācija un uzdevumi:	Fizisko īpašību attīstīšana individuāli un grupās, saskaņojot individuālos nosacījumus.
Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji:	Ieskaite, nodarbību apmeklējums
Mācību valoda:	Latviešu

Kursa nosaukums:	Hokejs
Kursa kods:	PBNPS3014
Kursa veids:	Nozares profesionālās specializācijas kurss.
Kursa līmenis:	Profesionālais bakalaurs sporta zinātnē.
Studiju gads:	4.
Semestris:	7.
Kredīti:	1 KP/1.5 ECTS
Docētāji:	as.prof. I.Ķīsis.
Prasības studiju kursa apguves uzsākšanai:	Zināšanas studijuursos: Anatomija. Sporta fizioloģija. Sporta treniņa teorija. Hokeja pamati un didaktika. Hokejistu tehniskā un taktiskā sagatavošana.
Kursa mērķis:	Radīt priekšnoteikumus prasmei un spējai mācīt hokeja pamata paņēmienus.
Kursa uzdevumi:	<p>Iegūt zināšanas standartā paredzēto hokeja pamata tehnikas paņēmienu mācīšanas tehnoloģijā.</p> <p>Iegūt zināšanas hokeja pamata paņēmienu mācīšanas procesa didaktisko principiem, līdzekļiem un metodēm.</p> <p>Sniegt zināšanas par sporta veida treniņu procesa likumsakarībām.</p>
Plānotie studiju rezultāti:	<p>Spēja plānot un vadīt dažādas ievirzes tehniskās sagatavošanas treniņu nodarbības;</p> <p>Zināšanas un prasme realizēt tehniskās sagatavošanas procesu ar hokeja speciāli – sagatavojošiem vingrinājumiem;</p> <p>Prasme vadīt tehniskās sagatavošanas procesu dažāda vecuma, dzimuma, amplituā un kvalifikācijas hokejistu tehniskās sagatavošanas procesu.</p>
Kursa saturs:	Lekcijas, praktiski metodiskas nodarbības, semināri un patstāvīgais darbs hokejistu fizisko īpašību attīstīšanai un funkcionālai sagatavošanai.
Obligātā literatūra:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hokeja spēles noteikumi. Rīga. Starptautiskā hokeja federācija, 2002. – 49 lpp. 2. Sporta spēles skolā. J. Kupča red. Rīga, Zvaigzne, 1991. - 82.-102. lpp. 3. Kupčs J., Balderis H. Hokejs. Rīga, Zvaigzne, 1988.g. -214 lpp.
Papildliteratūra:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ķīsis I. Sporta teorija 1.daļa. Mācību līdzeklis, Rīga: LSPA, 2002. 67. lpp. 2.Sporta spēles sākumskolā. (1.-4.kl). Autoru kolektīvs. Rīga. LSPA. 67 lpp. <p>Interneta avoti, zinātniskas publikācijas, promocijas un maģistru darbi.</p>
Citi izmantojamie informācijas avoti:	
Studējošo patstāvīgā darba uzdevumi:	Literatūras u.c. meklēšana un studēšana. Dažādas ievirzes sagatavotības kontrolēšana, izvērtēšana. Saprast šo pasākumu nozīmīgumu un iegūto rezultātu pielietošanu.
Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji:	Atsevišķi 10 ballu sistēmā tiek novērtēts katrs izpildītais uzdevums, uzstāšanās seminārā, nodarbību apmeklējums un aprēķināta vidējais aritmētiskais novērtējums.
Mācību valodas:	Latviešu, krievu, angļu.