

Jelgavas 4. vidusskola



Pamatzglītības programma ar palielinātu sporta nodarbību skaitu (ar sporta ievirzi)

Sporta novirziens– vēsture un tradīcijas

- Sporta novirziens Jelgavas 4. vidusskolā kopš 2011.gada
- Sporta novirziena pedagogi ir LSPA, DPU un LLU studiju bakalauri, maģistri, kompetenti mācību priekšmetā «Sports un veselība», regulāri pilnveido savas zināšanas tālākizglītībā, ir LSFP sertificēti treneri dažādos sporta veidos, ir arī aktīvi sportisti.
- Sporta novirziens pārstāv skolu Jelgavas valstspilsētas skolu sacensībās dažādos sporta veidos, Zemgales reģiona skolu sacensībās dažādos sporta veidos, Latvijas skolu sacensībās dažādos sporta veidos ar izciliem rezultātiem un godalgotām vietām. Piedalās arī skolas organizētajās sacensībās un skolas iekšējos pasākumos.
- Daudzi sporta novirziena absolventi turpina izglītību dažādās Latvijas vidējās un augstākās izglītības iestādēs, darbojas sporta jomā kā treneri, fizioterapeiti, sporta pedagogi vai ir aktīvi sportisti.

Projekts «Sporto visa klase»

Projekts «Sporto visa klase» radīts 2014. gadā ar mērķi veicināt fizisko sagatavotību skolēnu fizisko sagatavotību, palielinot sporta stundu skaitu līdz piecām nodarbībām nedēļā, dodot motivāciju nodarboties ar sportu, kā arī vērtēt sporta veiksmes mācībās. Tā ir iespēja izzināt dažādus sporta veidus, kā arī stiprināt izpratni par kopīga rezultāta sasniegšanu kā vienotai komandai.



Sasniegumi

Katru gadu šajā projektā piedalās četras klases un lielajā Latvijas skolu konkurencē (vairāk kā 100 skolu) iegūst godalgotas vietas katrā klašu grupā.



3.c klase 1.vieta



4.c.klase



5.c klase 3.vieta



6.c klase 1.vieta

/2023./2024.m.g. dati/

Atšķirības no vispārējās izglītības programmas

Papildus 3 sporta stundām nedēļā:

- 1.klasē - basketbols, slidošana
- 2.klasē- basketbols, slidošana
- 3.klasē- peldēšana, futbols
- 4.klasē- peldēšana, futbols
- 5.klasē- peldēšana, futbols
- 6.klasē- peldēšana, orientēšanās
- 7.klasē- nūjošana, volejbols
- 8.klasē- tūrisms, volejbols
- 9.klasē- āra fiziskās aktivitātes, volejbols



Ko prasa no bērna

- Sportiskas iemaņas, dotības (iemaņas ir anatomiski-fizioloģiski un psiholoģiski priekšnoteikumi, kuriem pievienojot pacietību un smāgu darbu, iespējams sasniegt noteiktus panākumus sporta jomā).
- Spēja noturēt uzmanību (uzmanība ir viens no cilvēka prāta un smadzeņu pamata procesiem, bez kuriem nevar neko iemācīties. Bez pienācīgas uzmanības nav iespējams rezultatīvi domāt un darboties bez kļūdām. Kļūdas sportā rada traumas).
- Fiziskās spējas (koordinācija, ātrums, spēks, lokanība, veiklība, izturība). Izturība sportā ir spēja ilgstoši turpināt darbību, nesamazinot tās efektivitāti – turpināt darbību ar nemainīgu ātrumu, spēku un precizitāti, taču izturība ir nepieciešama arī **paaugstinātai slodzei un augstu rezultātu sasniegšanai**, kas noteikti būs lielāka nekā klasēs, kur sports nebūs katru dienu.
- **Disciplīna** (ievēro noteikto kārtību neatkarīgi no emocionālā stāvokļa- **negribu, nevaru!** tā ir pūļu pielikšana pildot kādu uzdevumu, vai pildīt tādu uzdevumu, kurš nepatīk vai vēl nesanāk).
- Atbildība (pret sevi, komandu, klasi, skolu, pilsētu, valsti un skolotājiem). Tā ietver saliedētu komandu, kur viens otru atbalsta un katrs izdara maksimumu cik viņš spēj.
- Laiks (prioritāte pārstāvēt klasi un skolu sacensībās un projektos)

Sporta nozīme bērnu attīstībā

- Emocionālā attīstība
- Fizisko spēju attīstība (koordinācija, ātrums, spēks, lokanība, veiklība, izturība)
- Sabalansēts uzturs
- Atmiņa, izpratne
- Mērķtiecība
- Pašvērtēšanas prasmes
- Laika un darba plānošanas prasmes, režīms
- Saskarsmes, sevis prezentēšanas prasmes

Uzņemšana

- Iesniegumi no 3. -31.martam (rakstot iesniegumu, jāpiesakās uz kādu no dotajiem konsultāciju laikiem);
- Konsultācijas tikai bērniem 17.marts 17.00
- Konsultācijas tikai bērniem 18.marts 17.00
- Balstoties uz dalību projektā SVK, 1.klasē jāuzņem līdzīgs skaits zēnu un meiteņu

Paldies par uzmanību!

Uz tikšanos!