“Esi neticamais sporta stundās!” – spēļošanā balstīta uz stiprajām pusēm vērsta mācīšanās situācija sākumskolā

Ilgums: 7 nodarbības (katra 60 minūtes)
Dalībnieku vecums: 10–11 gadi (5. klase)
Mācību priekšmets: sports

Labklājības joma: fiziskā

Aktivitāte veicina:
• stresa pārvaldību
• izpratni par mentālo labklājību
• vērtību izglītību
• pozitīvas mijiedarbības un sadarbības veicināšanu skolēnu vidū
• iekļaujošas izglītības veicināšanu
• fiziskās aktivitātes starpbrīžos un mācību stundās
• spēļošanas (gamifikācijas) izmantošanu fizisko aktivitāšu veicināšanai

Skolēnu līdzdalība: augsta
Īstenošanas iespējamība skolotājiem: vidēja

Materiāli: konusi, paklājiņi, riņķi; vingrinājumi ar ķermeņa svaru; spēļošanas elementi (punkti, nozīmītes, izaicinājumi, stāstu kartītes); sporta zāle un āra sporta laukumi.**Apraksts:**
Šī aktivitāte ir spēļošanā balstīta mācību situācija sākumskolas sporta stundās, kas vērsta uz muskuļu spēka attīstīšanu, izmantojot aktīvās mācīšanās metodes. Priekšlikums balstīts supervaroņu stāstā, iedvesmojoties no filmas *The Incredibles*, kur skolēniem jāpilda sadarbības uzdevumi un misijas, lai atgūtu zaudētās spējas un uzvarētu ļaundari. Izmantojot vingrinājumus ar ķermeņa svaru, spēka apļtreniņus, kustību izaicinājumus un problēmu risināšanas uzdevumus, skolēni pakāpeniski un drošā, vecumam atbilstošā veidā attīsta spēku. Tiek izmantota punktu, nozīmīšu un līderu tabulu pieeja motivācijas un iesaistes palielināšanai. Nodarbības veicina komandas darbu, iekļaušanu, autonomiju un prieku, kā arī veselīga dzīvesveida paradumus un pozitīvu attieksmi pret fiziskajām aktivitātēm sporta mācību programmas ietvaros.

Pieredze testēšanas laikā:
Skolēni uzrādīja augstu motivāciju, prieku un aktīvu līdzdalību visās nodarbībās. Sadarbības uzdevumi un supervaroņu stāsts veicināja komandas darbu, iekļaušanu un pozitīvu sociālo mijiedarbību, mazinot konfliktus, kas saistīti ar sacensībām. Pakāpeniskās un uzraudzītās spēka aktivitātes tika labi pieņemtas un palīdzēja skolēniem vairot pārliecību par sevi bez drošības riskiem. Skolotāji norādīja, ka programma ir īstenojama ar ierastajiem skolas resursiem un pozitīvi ietekmē skolēnu attieksmi pret fiziskajām aktivitātēm, spēka treniņiem un veselīgiem paradumiem.

Līdzfinansē Eiropas Savienība
Eiropas Savienības finansēts. Paustie viedokļi un uzskati atspoguļo autora(-u) personīgos uzskatus un ne vienmēr sakrīt ar Eiropas Savienības vai Eiropas Izglītības un Kultūras izpildaģentūras (EACEA) viedokli. Ne Eiropas Savienība, ne EACEA nenes atbildību par paustajiem uzskatiem.
[Pr.number: 2023-1-SE01-K220-SCH-000159394]

Uzzini vairāk: pilns materiālu, nodarbību plānu, spēļošanas resursu un vērtēšanas rīku komplekts pieejams saitē.

Līdzfinansē Eiropas Savienība

Eiropas Savienības finansēts. Paustie viedokļi un uzskati atspoguļo autora(-u) personīgos uzskatus un ne vienmēr sakrīt ar Eiropas Savienības vai Eiropas Izglītības un Kultūras izpildaģentūras (EACEA) viedokli. Ne Eiropas Savienība, ne EACEA nenes atbildību par paustajiem uzskatiem.
[Pr. number: 2023-1-SE01-K220-SCH-000159394]