

# Aizkraukles novada Sporta skola

## APSTIPRINU:

Aizkraukles novada Sporta skolas  
direktors Kaspars Židovs

---

Aizkrauklē, 2026.gada 13.aprīlī

Z.v.

## Sports

30V 813 00 1

Profesionālās izglītības programmas veids	<b>Profesionālās ievirzes izglītības programma</b>
Profesionālās ievirzes izglītības programma	<b>Basketbols</b>
Prasības attiecībā uz iepriekš iegūto izglītību	<b>Profesionālās ievirzes izglītība sportā</b>
Profesionālās izglītības programmas īstenošanas ilgums	<b>Trīs gadi</b>
Profesionālās izglītības ieguves forma	<b>Klātiene</b>
Izglītības dokuments, kas apliecina profesionālās izglītības programmas apguvi	<b>Apliecība par profesionālās ievirzes izglītību</b>

## SASKAŅOTS

Aizkraukles novada pašvaldība

Domes priekšsēdētājs Leons Līdums

---

Aizkrauklē, 2026.gada \_\_\_\_\_

Z.v.

## Profesionālās ievirzes izglītības programmas apraksts

<b>Programmas mērķi:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– attīstīt izglītojamā spējas un prasmes basketbolā;</li><li>– nodrošināt iespēju izglītojamam iegūt profesionālās kompetences tālākai izglītības turpināšanai augstākā pakāpē atbilstoši apgūtajai profesionālās ievirzes izglītībai vai izglītības turpināšanai mūža garumā.</li></ul>
<b>Programmas vispārīgie uzdevumi:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– padziļināti nodrošināt profesionālo zināšanu un prasmju apguvi basketbolā;</li><li>– veidot izpratni par veselīgu dzīvesveidu un basketbolu;</li><li>– radīt motivāciju spēju izkopšanai, veicināt vispusīgu fizisko un speciālo sagatavotību, rosināt individuālās izaugsmes motivāciju augstiem sasniegumiem sportā;</li><li>– nostiprināt zināšanas un prasmes izvēlētajā profesionālajā jomā izglītības turpināšanai augstākā pakāpē atbilstoši savām interesēm un tālākai profesionālās kompetences ieguvei;</li><li>– veicināt izziņas prasmju attīstību, pilnveidojot izglītojamā radošās spējas, profesionālās iemaņas un talantus basketbolā, kā arī sekmējot izcilību veidošanos;</li><li>– veidot daudzveidīgas profesionālās un vērtējošās darbības pieredzi;</li><li>– veidot pamatu, lai saglabātu un attīstītu sporta kā cilvēka kultūrvides neatņemamas sastāvdaļas vērtības, tai skaitā saglabātu un attīstītu sacensību sistēmas tradīcijas;</li><li>– sekmēt pozitīvas attieksmes veidošanos pret līdzcilvēkiem un valsti, attīstīt izglītojamā pašapziņu un spēju uzņemties pilsonisko atbildību;</li><li>– veicināt vispārīgo spēju attīstību, sekmēt vispusīgu un padziļinātu izpratni par sabiedrībā balstītām ētikas un morāles vērtībām.</li></ul>
<b>Programmas galvenie uzdevumi:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– nodrošināt izglītojamā vispusīgu attīstību, prieku, drošību, labjūtību;</li><li>– nodrošināt vispārējo un speciālo fizisko sagatavošanu;</li><li>– nodrošināt iemaņu un prasmju apguvi sporta veida tehnikā un taktikā.</li></ul>

<b>Programmas specifiskie uzdevumi:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– nodrošināt iespēju izglītojamajam apgūt un attīstīt prasmes un pilnveidot fiziskās īpašības: spēku, spēka izturību, jaudu, ātrumu, veiklību, izturību, vispārējo lokanību;</li> <li>– nodrošināt tehnisko, taktisko, speciālo fizisko, psiholoģisko, integrālo sagatavotību basketbolā;</li> <li>– nodrošināt teorētisko zināšanu apguvi – sporta veida vēsture Latvijā un pasaulē, sporta veida noteikumi, sporta veida tiesāšana, drošības noteikumi nodarbībā un sacensībās, medicīniskie jautājumi (anatomija, fizioloģija, biomehānika, kinezioloģijas minimums, uzturs, higiēna, dopings, traumu profilakse).</li> </ul>
<b>Programmas apguves kvalitātes novērtēšana:</b>	<p>Izglītojamie, kuri ir apguvuši izglītības programmu un ir ieguvuši nepieciešamo zināšanu, prasmju un fizisko īpašību novērtējumu, saņem apliecību par profesionālās ievirzes izglītības apguvi atbilstoši spēkā esošajiem normatīvajiem aktiem.</p>
<b>Mācību treniņu metodes:</b>	<p>Fizisko īpašību un spēju attīstību veicinoša (nepārtrauktā, intervālā, atkārtojuma, apļa treniņa utt.), kustību prasmju veidošanos sekmējoša, rotaļa, sacensības, situācijas analīze; demonstrēšana, novērošana, vārdiskā (stāstījums, izskaidrojums, pārrunas, analīze).</p>
<b>Tālākās izglītības iespējas:</b>	<p>Turpināt izglītību augstākās izglītības programmā.</p>
<b>Profesionālās ievirzes izglītības programmas īstenošanai nepieciešamā pedagoga profesionālā kvalifikācija</b>	<p>Atbilstoša izglītība sporta nozarē un pedagoģiskā izglītība, saskaņā ar spēkā esošo normatīvo aktu prasībām.</p>

## Profesionālās ievirzes izglītības programma

### Basketbola izglītības programmas 30V mācību plāns

Izglītības iestāde	Aizkraukles novada Sporta skola
Programmas veids	Profesionālās ievirzes izglītības programma
Programmu kopa	Sports
Programmas nosaukums	Basketbols
Izglītības programmas otrais klasifikācijas līmenis (1. un 2. koda cipars ar burtu)	30V 813 00 1
Izglītības programmas īstenošanas ilgums un apjoms	3 mācību gadi (2684 mācību stundas)
Ieguves forma	Klātiene
Izglītības programmas apguves uzsākšana	SMP-1 grupā izglītojamajam jāspēj izpildīt vismaz 75% no MT-7 grupas Vadlīnijās pamatdaļā iekļauto satura tēmu noteiktajiem kontroles kritērijiem

Nr. p.k.	Pamatdaļā iekļautās teorētiskās un praktiskās sagatavotības satura tēmas	Pārbaudes veids	Kontaktstundas gadā		
			SMP-1	SMP-2	SMP-3
<b>TEORĒTISKĀ DAĻA</b>					
1.	Drošības noteikumi nodarbībā un sacensībās	Pārbaudījumi	2	2	2
2.	Basketbola noteikumi	Pārbaudījumi	4	4	4
3.	Medicīniskie jautājumi (anatomija, fizioloģija, higiēna, uzturs, dopings, traumu profilakse)	Novērojumi/ Pārbaudījumi	10	10	12
4.	Basketbola tehnikas un taktikas teorija	Pārbaudījumi	5	5	5
5.	Basketbola vēsture, aktualitātes	Pārbaudījumi	3	3	3
6.	Basketbola tiesāšanas metodika	Pārbaudījumi	7	7	7
7.	Psiholoģiskā sagatavotība	Pārbaudījumi	20	20	25
<b>Kopā teorijas stundas</b>			<b>51</b>	<b>51</b>	<b>58</b>
<b>PRAKTISKĀ DAĻA</b>					
1.	Vispārējā fiziskā sagatavotība	Normatīvi	160	160	162
2.	Speciālā fiziskā sagatavotība	Normatīvi	70	70	75
3.	Tehniskā sagatavotība	Normatīvi	100	100	105
4.	Taktiskā sagatavotība	Normatīvi/ mācību spēles un sacensības	67	67	80
5.	Integrālā sagatavotība	Praktiski	70	70	75
6.	Sacensības (stundu skaits)	Dalība	80	80	80
7.	Treniņnometnes (stundu skaits)	Dalība	60*	60*	60*
8.	Kontrolnormatīvi	Normatīvi	30	30	30
9.	Rehabilitācijas pasākumi	Praktiski/ Normatīvi	50	50	50
10.	Tiesāšanas prakse	Praktiski	10	10	10
11.	Medicīniskās pārbaudes	reizes gadā	1x	1x	1x
<b>Kopā praktiskās stundas</b>			<b>697</b>	<b>697</b>	<b>727</b>
<b>Mainīgās daļas kontaktstundas<sup>1</sup></b>			<b>132</b>	<b>132</b>	<b>139</b>
<b>Kopā nedēļā kontaktstundas</b>			<b>20</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<b>Kopā kontaktstundas</b>			<b>880</b>	<b>880</b>	<b>924</b>

<sup>1</sup>Basketbola padziļināta apgušana vai pilnveidošana; fizisko un funkcionālo spēju uzlabošana; jauna satura tēma, kura ir aktuāla, bet nav iekļauta pamatdaļas saturā; treniņnometnes stundu skaita palielināšana; rehabilitācijas pasākumu stundu skaita palielināšana; pamatdaļas teorētiskās daļas stundu skaita palielināšana. Mainīgās daļas kontaktstundas basketbola treneris iestrādā individuālajā grupas mācību plānā.

\* Treniņnometnes stundu skaits atkarīgs no sportista sagatavotības, izglītojamā mērķiem, IP mērķiem u.c. faktoriem.

**Profesionālās ievirzes izglītības programmas īstenošanai  
nepieciešamie materiāltehniskais nodrošinājums un mācību līdzekļi**

<b>Nr. p.k.</b>	<b>Nosaukums (pa veidiem)</b>	<b>Daudzums</b>
1.	Mācību vide un aprīkojums	
1.1.	Basketbola zāle vai universālā sporta spēļu zāle	2
1.2.	Basketbola āra laukums	2
1.3.	Inventāra noliktava	3
1.4.	Telpa teorētiskām nodarbībām	1
1.5.	Basketbola grozi	6
1.6.	Digitālais rezultātu tablo	1
1.7.	Video analīzes sistēma	1
2.	Tehnoloģiskās iekārtas, aprīkojums un darba instrumenti	
2.1.	Informācijas sistēma E-klase	1
2.2.	Taktiskā mape basketbolam	5
2.3.	Rezultātu tablo uz galda liekamais	2
2.4.	Basketbola treneru, tiesnešu svilpes	10
2.5.	Bumbu pumpis	2
2.6.	Medicīnas soma	1
2.7.	Portatīvais dators	1
2.8.	Hronometri	5
2.9.	Sporta formas	24
3.	Mācību līdzekļi, materiāli, palīgmateriāli u.tml.	
3.1.	Basketbola bumba, izmērs Nr.5	20
3.2.	Basketbola bumba, izmērs Nr.6	15
3.3.	Basketbola bumba, izmērs Nr.7	12
3.4.	Maiss, soma bumbām	2
3.5.	Vingrošanas paklāji	15
3.6.	Bumbu rati	3
3.7.	Konusi, atzīmes	60
3.8.	Komandu atšķirības vestes treniņiem	25
3.9.	Treniņu barjeras	24
3.10.	Pildbumbas	12
3.11.	Hanteles	10
3.12.	Spēka un pretestības gumijas	8
3.13.	Treniņu trepīte 3,7m	2
3.14.	Basketbola manekens	1
3.15.	Medicīnas bumbas (dažādi izmēri)	8
3.16.	Vingrošanas-masāžas rullis	4
3.17.	Lecamauklas	20
3.18.	Līdzsvara platformas	4
4.	Metodiskā literatūra	
4.1.	Trenera rokasgrāmata Nr.2;3	2
4.2.	Bērnu un pusaudžu trenera rokasgrāmata	1
4.3.	Vispusīgās fiziskās sagatavotības trenera rokasgrāmata	1