



Latvijas Peldēšanas  
federācija



Sabiedrības integrācijas  
fonds

# Bērnu un jauniešu peldētprasme

---

Peldētāpmācības pieejamība vispārējās izglītības iestādēs un  
izglītojamo apgūtās ūdens kompetences prasmes



## Sabiedrības integrācijas fonds

Pasākumu finansiāli atbalsta Sabiedrības integrācijas fonds no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem

Projekta nr.2019.LV/NVOF/DAP/054/32.  
Projekta nr.2018.LV/NVOF/DAP/MAC/050/20

Ziņojums "Bērnu un jauniešu peldētpasme. Peldētapmācības pieejamība vispārējās izglītības iestādēs un izglītojamo apgūtās ūdens kompetences prasmes" ir sagatavots ar Sabiedrības integrācijas fonda finansiālu atbalstu no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem.

Par ziņojuma saturu atbild biedrība "Latvijas Peldēšanas federācija"

#NVOfonds2019

[www.swimming.lv](http://www.swimming.lv)

[www.pelddidrosi.lv](http://www.pelddidrosi.lv)

---

© **Latvijas Peldēšanas federācija, 2019**

Visas tiesības aizsargātas. Informatīvais ziņojums ir biedrības "Latvijas Peldēšanas federācija" autortiesību objekts un aizsargāts atbilstoši Latvijas Republikas normatīvajiem aktiem. Ziņojuma elektroniskā versija ir pieejama Latvijas Peldēšanas federācijas mājaslapā [www.swimming.lv](http://www.swimming.lv). Drukātu un iesietu versiju iespējams iegādāties Latvijas Peldēšanas federācijas birojā, Ķīpsalas ielā 5, Rīgā, LV-1048 (e-pasts: [info@swimming.lv](mailto:info@swimming.lv)).

Ziņojuma pavairošanai vai tulkošanai, neatkarīgi no tā vai mērķis ir komerciāls vai nekomerciāls, ir nepieciešama Latvijas Peldēšanas federācijas rakstiska piekrišana. Piekrišanu ir iespējams saņemt rakstot pieprasījumu uz Latvijas Peldēšanas federācijas e-pastu [info@swimming.lv](mailto:info@swimming.lv).

Latvijas Peldēšanas federācija ir veikusi visus nepieciešamos piesardzības un kontroles pasākumus, lai pārbaudītu šajā dokumentā iekļauto informāciju. Tomēr ziņojumā izmantotie statistikas dati, publikācijas un mediju ziņas ir publicēti paļaujoties uz to autoru kompetenci un pieņemot, ka iesniegtās ziņas ir patiesas. Latvijas Peldēšanas federācija nevar izsniegt nedz tiešas, nedz netiešas garantijas par datu nekļūdīgumu. Latvijas Peldēšanas federācija neuzņemas atbildību par zaudējumiem, kas var rasties vai radušies šī dokumenta lietošanas rezultātā.

## SATURA RĀDĪTĀJS

---

IEVADVĀRDI .....	5
KOPSAVILKUMS .....	7
PELDĒŠANAS MĀCĪŠANA VISPĀRĒJĀS IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒS .....	9
APMĀCĪBĀS IESAISTĪTIE PEDAGOGI UN MĀCĪBU PROGRAMMAS.....	15
SKDS PĒTĪJUMS. BĒRNU PELDĒTAPMĀCĪBA SKOLĀ UN PELDĒTPRASMES. ....	22
SECINĀJUMI UN PRIEKŠLIKUMI .....	28

## IEVADVĀRDI

Noslīkušo skaits Latvijā ilgstoši ir viens no lielākajiem visā Eiropas Savienībā. Diemžēl viņu vidū ir arī bērni un jaunieši – 2017.gadā noslīkstot dzīvību zaudēja 22 jaunieši vecumā līdz 24 gadiem. Savukārt pēdējo piecu gadu laikā šajā vecuma posmā noslīcis 81, tai skaitā – 29 bērni, kas jaunāki par 15 gadiem. Tā ir traģēdija.

Peldēšanas un drošības uz ūdens mācīšana ir viens no efektīvākajiem preventīvajiem pasākumiem, kuru starp 10 soļiem noslīkšanas novēršanā uzsver arī Pasaules Veselības organizācija un Sarkanais krusts. Lai gan nepastāv vispāratzīta vienošanās par peldētprasmes dominējošo vietu preventīvo pasākumu sarakstā noslīkšanas risku mazināšanai, vairums ES valstu rūpējas par to, lai ikvienam bērnam un jauniešiem būtu pieejama kvalitatīva un konkrētiem kritērijiem atbilstoša peldētāpmācība.

Arī Latvijā pēdējo gadu laikā strauji uzlabojas peldbaseinu pieejamības infrastruktūra un līdz ar to pieaug mūsu iespējas nodrošināt bērniem peldēšanas un drošības uz ūdens prasmju apguvi, tomēr valsts institūcijām nav precīzas informācijas un datu par faktiskajiem peldētāpmācības īstenošanas apmēriem, to apjomu un kvalitāti vispārējās izglītības iestādēs.

Šī ziņojuma mērķis ir iepazīstināt sabiedrību un politikas lēmumu pieņēmējus par patieso situāciju peldētāpmācības nodrošināšanā Latvijā, un mudināt visas iesaistītās puses kopīgi strādāt pie tā, lai nākotnē ikviens Latvijas bērns saņem pienācīgu un kvalitatīvu peldēšanas prasmju apmācību, tādējādi veicinot iedzīvotāju vispārējo drošību uz ūdens un noslīkušo skaita samazināšanos.



**Aivars Platonovs**

Latvijas Peldēšanas federācijas  
prezidents

## AUTORI

---

Šis ziņojums ir sagatavots balstoties uz tirgus un sabiedriskās domas pētījumu centra SIA "Pētījumu centrs SKDS" veikto Latvijas iedzīvotāju aptauju un biedrības "Fiziskās un intelektuālās pilnveides kompetenču centrs "Coeus"" veikto pašvaldību prakses datu apkopošanu un analīzi. Datu pieprasījumu no pašvaldībām ir veikusi biedrība "Latvijas Pašvaldību savienība".

Pētījumu rezultātā iegūtos secinājumus un to izvērtējumu ir veikusi biedrības "Latvijas Peldēšanas federācija" darba grupa. Darba grupas vadītājs un noslēguma ziņojuma autors ir Aivars Platonovs.



Latvijas Pašvaldību  
savienība



Fiziskās un intelektuālās pilnveides kompetenču centrs

## PATEICĪBAS

---

Latvijas Peldēšanas federācija izsaka lielu pateicību Sabiedrības integrācijas fondam par piešķirto finansējumu projekta "Atbalsts LPF cilvēkdrošības uz ūdens koordinācijas centra izveidei un darbības nodrošināšanai" īstenošanai un sadarbību tā īstenošanā.

Tāpat īpašs paldies par sadarbību projekta realizācijā un šī dokumenta tapšanā tiek teikts Latvijas Pašvaldību savienībai un apdrošināšanas kompānijai "BTA Baltic Insurance Company", kas sniedza finansiālu atbalstu pētījumu veikšanai.



Sabiedrības integrācijas  
fonds



VIENNA INSURANCE GROUP

## KOPSAVILKUMS

---

28% vispārējās izglītības iestāžu peldēšanas apmācību īsteno mācību priekšmeta "Sports" satura ietvaros. 26% skolu peldēšanas nodarbības izglītojamajiem tiek piedāvātas fakultatīvi, savukārt vēl 21% ir radušas iespēju īstenot peldētapmācību Eiropas Sociālā fonda vai citu ES projektu ietvaros. Katrā ceturtajā skolā peldētapmācība netiek īstenota vispār.

---

Mācību priekšmeta "Sports" saturā peldēšanas nodarbības izglītības iestādēs biežāk tiek īstenotas 1-4 mācību gadus: 39% skolu peldētapmācība noris tikai vienu gadu, 5% - divus mācību gadus, bet vēl 11% to nodrošina 3-4 mācību gadus.

---

No 140 izglītības iestādēm 91% peldētapmācību ir iekļāvušas mācību saturā 2.klasēm. Normatīvajos aktos noteiktās pamatprasības mācību priekšmeta apguvei, beidzot 6 klasi, ir iespējas apgūt vien 45% izglītības iestāžu izglītojamajiem, savukārt - 9.klasē peldēšanas nodarbības ir pieejamas vien 35% mācību iestāžu.

---

Izglītojamajiem, kuri skolā neapgūst peldētapmācību, ir ne vien zemāks praktisko iemaņu līmenis, bet arī vājākas teorētiskās zināšanas par drošību uz ūdens un spēja atbilstoši novērtēt dažādus riska faktoros.

---

52% skolas vecuma bērnu ir sliktas vai viduvējas peldētprasmes. Tomēr kopumā tās ir labākas nekā pieaugušajiem, kuru vidū 64% respondentu savas prasmes nav spējuši nosaukt par labām.

---

60% bērnu, kas apmeklē peldētapmācību, peld labi vai ļoti labi, tikmēr to bērnu, kuriem skolā nav peldēšanas nodarbības, peldētprasmes kā labas vai ļoti labas vērtē tikai 43% vecāku. Turklāt būtiski atšķiras tieši augstākais novērtējums ("peld ļoti labi") - 23% pret 12%.

---

No visām kompetencēm viszemāk ir vērtējamas tieši peldēšanas prasmes - tikai puse izglītojamo spēj vai drīzāk spēj nopeldēt vismaz 50m, turot galvu gan ūdenī, gan virs tā. Tas pats attiecināms uz prasmi nopeldēt šādu distanci uz muguras vai sāniem. Vairāk kā 30% izglītojamo visticamāk neprot peldēt zem ūdens/nirt uz priekšu vismaz 5m garumā. Tāpat kā vājas ir vērtējamas pasīvās peldēšanas prasmes (spēja "gulēt uz ūdens" vai atrasties ūdenī vertikālā stāvoklī).

---

Tikai katrs desmitais izglītojamais spēj atpazīt uz ūdens nelaimē nonākušu cilvēku un atbilstoši reaģēt - saukt palīgā pieaugušos, izsaukt glābējus vai, ja iespējams, pasniegt sliēcējam piemērotus glābšanas palīgīdzekļus.

---



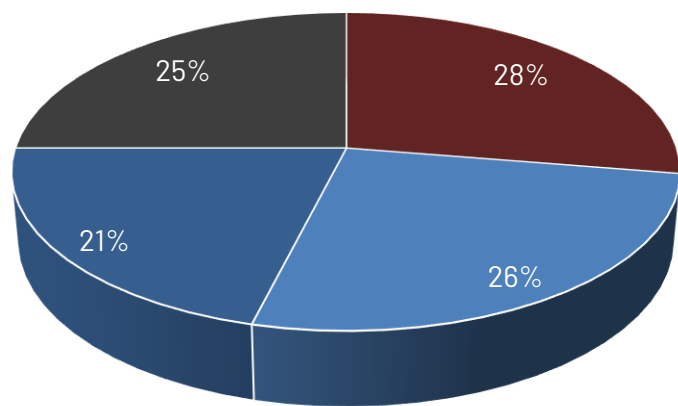


## PELDĒŠANAS MĀCĪŠANA VISPĀRĒJĀS IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒS

Latvijas Peldēšanas federācija (LPF) sadarbībā ar Latvijas Pašvaldību savienību (LPS) 2019.gada oktobrī veica pašvaldību aptauju, kurā lūdza sniegt informāciju par peldēšanas apmācību īstenošanu pašvaldības teritorijā esošajās vispārējās izglītības iestādēs (izņemot vakara, neklātienes un speciālās izglītības iestādes). Aptaujas rezultātā LPF saņēma informāciju par 508 vispārējās izglītības iestādēm jeb 87% no visām Latvijā reģistrētajām šāda tipa mācību iestādēm.

Apkopojot pašvaldību pārstāvju iesūtīto informāciju, konstatēts, ka ceturtajā daļā (25%) vispārīzglītojošo iestāžu izglītojamajiem nav iespēju apmeklēt peldēšanas nodarbības un līdz ar to nav iespēju apgūt ne vien peldēšanas, bet arī fundamentālas drošības uz ūdens prasmes. Lielākās pašvaldības, kurās izglītojamajiem nav iespēju apgūt peldēšanu ir Jūrmala (peldēšana tiek īstenota tikai sporta skolā), Madonas novads, Tukuma novads, Daugavpils novads, Alūksnes novads, kā arī citas reģionu pašvaldības.

¾ vispārējās izglītības iestāžu saviem izglītojamajiem piedāvā iespējas apmeklēt peldbaseinā organizētas nodarbības. Lai gan šāds skaitlis varētu šķist iepriecinošs, tomēr pašvaldību sniegtās atbildes norāda uz ļoti atšķirīgu nodarbību formātu, īstenošanas apjomu un



- Mācību priekšmetā "sports"      ■ Fakultatīvi vai interešu izglītība
- Īslaicīgi projekti (ES fondi)      ■ Peldētapmācība nenotiek

### Pašvaldību atbildes par peldētapmācības programmu īstenošanu

- Iniciatīva pilnībā gulstas uz vecākiem, jo pasākums ir par maksu un šo līdzmaksājumu 4 EUR par 1 apmeklējumu maksā vecāki. Līdzī brauc arī kāds no vecākiem;
- Organizē pašvaldība katru otro mācību gadu 10 – 12 reizes pa 2 mācību stundām 3. – 4. klašu izglītojamiem;
- ESF projekts "Veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumu pieejamības uzlabošana novada iedzīvotājiem";
- Projekts ilgs līdz 2019. gada decembrim, pēc tam nav iespēju nodrošināt peldētapmācību;
- Peldētapmācība notiek ESF projekta "Celies, velies, ripo droši" ietvaros;
- 6 nodarbības katram bērnam, kas tiek apmaksāts no novada budžeta un Veselības projekta "Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai novadā" ietvaros visi novada skolēni no 1.- 4. klasei - 2 nodarbības katram bērnam;
- Peldēšanas apmācību īsteno galvenokārt sporta skola;
- Apmācība tiek īstenota bez programmas. Uzdevums ir vienkārši iemācīt viņus peldēt.

mērķiem, kas tiešā veidā ietekmē arī sasniedzamos rezultātus.

Pirmkārt, jānorāda, ka atbilstoši pašvaldību sniegtajai informācijai tikai 28% (140) izglītības iestāžu peldēšana ir iekļauta mācību priekšmeta "sports" saturā, un jāatzīst, ka tas ir negaidīti zems rādītājs. Ministru kabineta noteikumi nr.468 "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem"<sup>1</sup> nosaka, ka mācību priekšmetā "sports" obligātajam saturam atbilstoši klimatiskajiem apstākļiem un izglītības iestādes materiāli tehniskajam nodrošinājumam jāietver vienu no šādiem sporta veidiem – slēpošana, slidošana, peldēšana. Varētu šķist tikai loģiski, ka tajās pašvaldībās, kurās ir pieejami publiskie peldbaseini, primāri no uzskaitītajiem sporta veidiem tiktu izvēlēta tieši peldēšana, taču diemžēl tā nav.

---

*Peldēšanas apmācības nodrošināšanai piemērotas infrastruktūras pieejamība negarantē izglītojamajiem iespējas apgūt drošai atpūtai uz ūdens nepieciešamās prasmes, tai skaitā – peldētprasmi*

---

Piemēram, Rīgā peldētapmācības programma mācību priekšmeta "Sports" ietvaros tiek īstenota tikai piecās pilsētas pašvaldības vispārējās izglītības iestādēs, nodrošinot peldbaseina apmeklējumu 1. – 12. klašu izglītojamiem. Minētās piecas izglītības iestādes ir tās, kurās atrodas peldbaseins un tādējādi ir iespēja bez liekiem apgrūtinājumiem nodrošināt peldēšanas apguvi visā izglītības iegūšanas periodā.

Tomēr ne visās pašvaldībās apmācība tiek nodrošināta tikai tajās skolās, kurās atrodas baseins. Te kā piemēru var minēt Siguldas un Bauskas novada pašvaldības, kuras ir spējušas nodrošināt peldēšanas prasmju apguvi mācību stundu ietvaros visās novada skolās, turklāt – faktiski visu klašu izglītojamajiem. Siguldā visām vispārējās izglītības iestādēm: Siguldas Valsts ģimnāzijai (511 skolēni); Siguldas pilsētas vidusskolai (929 skolēni); Siguldas 1.pamatskolai (524 skolēni); Laurenču sākumskolai (383 skolēni); Mores pamatskolai (97 skolēni) un Allažu pamatskolai (112 skolēni) peldētapmācība tiek nodrošināta Siguldas Sporta centra peldbaseinā sporta stundu ietvaros, sākot no 2. klases līdz 12.klasei. Atbilstoši novada sniegtajai informācijai – katra klase apmeklē 12 peldēšanas stundas mācību gadā (papildus – Siguldas pilsētas vidusskolas sporta klasei mācību gada laikā ir 36 peldēšanas stundas).

---

<sup>1</sup> Latvijas Republikas Ministru kabineta 2014.gada 12.augusta noteikumi nr. 468 "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem"

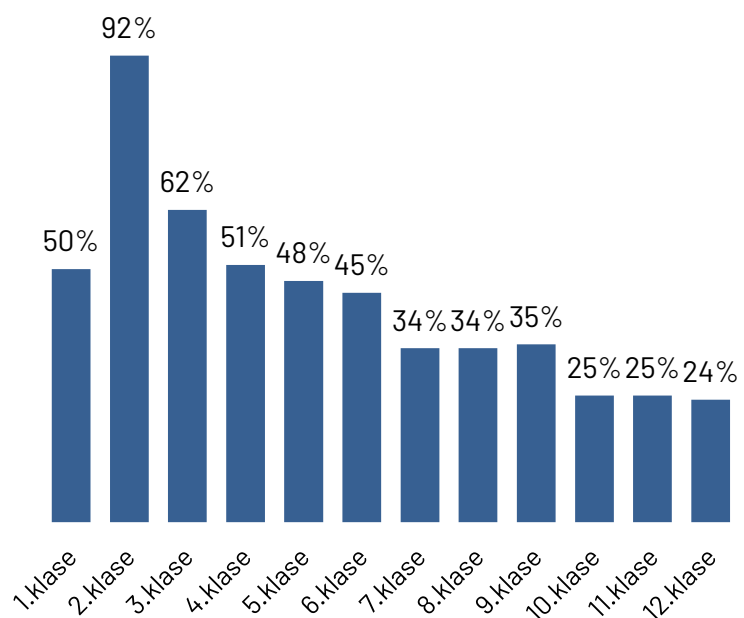
Arī citas pašvaldības ir norādījušas, ka visās izglītības iestādēs konkrētās klašu grupās mācību priekšmets "sports" ietver peldēšanas nodarbības. Šādas pašvaldības ir, piemēram, Līvānu novads, Cēsu novads, Jelgava, Rēzekne un Daugavpils, kas savos komentāros norādījuši – *programmas pamatuzdevumi ir iepazīstināt ar drošības noteikumiem, apgūt peldēšanas veidus, attīstīt fiziskās īpašības un kustību iemaņas, izmantojot speciālos vingrinājumus uz sauszemes un ūdenī.*

---

*Izglītības iestādēs, kurās peldēšana ir iekļauta mācību priekšmeta "Sports" saturā, nodarbības 6.klasēm īsteno vien 45%, savukārt 9.klasē – peldēšanas nodarbības ir pieejamas vien 35% mācību iestāžu*

---

Gan Daugavpils, gan arī vairums pārējo pašvaldību izglītības iestāžu, kurās peldēšana ir iekļauta "sporta" programmā, apmācību nodrošina 2.klašu izglītojamajiem – no 140 izglītības iestādēm 91% peldēšanas nodarbības ir iekļāvušas mācību saturā 2.klasēm. Tāpat vairāk kā puse izglītojošo iestāžu, kas īsteno peldēšanas nodarbības mācību stundu ietvaros, to nodrošina 3. un 4.klašu izglītojamajiem. Krietni retāk – 25% gadījumu – mācību stundu laikā peldbaseina apmeklējums ir iekļauts vidusskolas klašu (10.-12.) mācību programmās.



Krietni retāk – 25% gadījumu – mācību stundu laikā peldbaseina apmeklējums ir iekļauts vidusskolas klašu (10.-12.) mācību programmās.

Skatoties no drošības uz ūdens apmācības perspektīvas ir svarīgi apzināties, ka būtiskākie pamati, kas tiešā veidā ietekmē arī bērna attieksmes un vērtību sistēmu, ir jānodrošina bērniem līdz 10-12 gadu vecumam jeb beidzot 4.klasi. Turpmākajos gados izglītojamajiem peldēšanas stundās ir svarīgi nodrošināt iepriekš apgūto iemaņu un prasmju nostiprināšanu, kā arī veicināt dzīvības glābšanas prasmju apguvi. Sporta peldēšanas elementu apguve būtu īstenojama ārpus mācību stundu ietvara – interešu vai profesionālās ievirzes izglītības programmās.

Peldēšanas mācīšana tieši šī vecuma izglītojamajiem ir vispārpieņemta prakse un tai ir virkne loģisku pamatojumu, tomēr, analizējot citu Eiropas valstu pieredzi, ir novērojams, ka ar vien

biežāk peldēšanas apmācību uzsāk pirmsskolas vecumā un turpina 1.-2.klasē. Arī Latvijā, domājot par vienotu peldēšanas mācīšanas metodikas izstrādi, būtu svarīgi plānot nodarbību saturu tā, lai tas būtu piemērots tieši pirmo klašu izglītojamajiem.

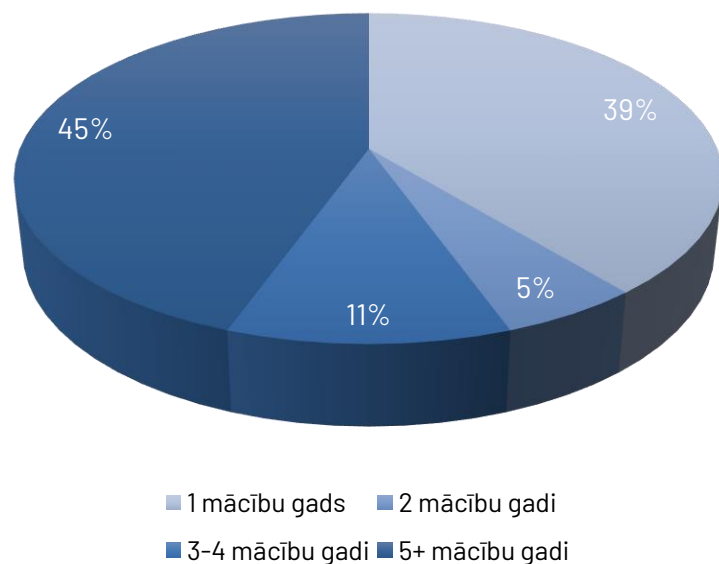
Vēl viens būtisks aspekts, kas jāņem vērā, vērtējot peldēšanas mācīšanas procesu izglītības iestādēs, ir mācību vielas apguves ilgums un tam veltīto stundu skaits. Jebkuru prasmju apguvei ir nepieciešams veltīt pietiekami daudz laika, nodrošinot pilnvērtīgu un secīgu teorētisko zināšanu un praktisko iemaņu mācīšanu. Nepieciešamais apmācību procesa ilgums ir atkarīgs no izvirzītā mērķa un sasniedzamajiem uzdevumiem – elementāru drošības uz ūdens ievērošanas noteikumu apguvei nepieciešamais laiks būs krietni mazāks, nekā pilna spektra ūdens kompetences attīstīšanai, tāpēc apmācībām veltītais laiks būtu skatāms kontekstā ar mācību programmas saturu un tajā izvirzītajiem mērķiem.

---

*39% izglītības iestāžu, kas nodrošina peldēšanas nodarbības mācību priekšmeta "Sports" saturā, to īsteno tikai vienu mācību gadu, 5% - divus mācību gadus, bet vēl 11% to nodrošina 3-4 mācību gadus*

---

Apkopotā informācija liecina, ka no visām izglītības iestādēm, kurās peldēšana tiek nodrošināta mācību priekšmeta "sports" ietvaros, 39% peldēšanas apmācību nodrošina tikai vienu mācību gadu, bet vēl 5% izglītības iestāžu peldēšanas nodarbības nodrošina divus mācību gadus pēc kārtas.



3-4 vai pat vairāk mācību

gadus peldēšanas apmācību saviem izglītojamajiem spēj piedāvāt 56% izglītības iestāžu. Lai gan to vidū ir gan pilsētas, gan novadu izglītības iestādes, biežāk ilgstošāku apmācību visiem izglītojamajiem spēj nodrošināt tieši novadu mācību iestādes (piemēram - Bauskas, Ilūkstes, Līvānu, Siguldas, Limbažu novadu skolas).

Mūsu ieskatā un arī atbilstoši vairumam Eiropas valstu pieredzei, pilnvērtīga ūdens kompetences prasmju apguve ir īstenojama ne mazāk kā 72 stundu apmērā, kas ir īstenojams 3

mācību gadu laikā. Vēl viens mācību gads būtu nepieciešams iegūto prasmju nostiprināšanai un praktisko iemaņu apguvei apstākļos, kas raksturīgi brīvdabas ūdenstilpnēm.

Analizējot Latvijas vispārīzglītojošo skolu praksi, redzams, ka tajās izglītības iestādēs, kas nodrošina peldēšanas prasmju apguvi vienā vai divos mācību gados, visbiežāk nodarbībām tiek veltītas 20 – 32 mācību stundas (reizi nedēļā), tomēr ir arī atsevišķi izņēmumi, kad nodarbību skaits ir ievērojami mazāks. Piemēram, Rucavas pamatskolā pirmo un otro klašu izglītojamajiem nodarbības notiek tikai divus mēnešus un pabeidzot 2.klasi skolēns ir apmeklējis 8 nodarbības. Novada izglītības speciāliste norāda, ka nodarbību mērķis ir *“veicināt drošību ūdenī, kā arī apgūt peldēšanas pamatprasmes – peldēšanu ar dēlīti, roku darbību, kāju darbību, elpošanu, dažādas spēles ūdenī”*. Lai gan izvirzītais mērķis un novada spēja nodrošināt peldbaseina apmeklējumu izglītojamajiem ir vērtējama pozitīvi, jāuzsver, ka 8 nodarbību ietvarā nav iespējams nodrošināt pilnvērtīgu prasmju apguvi un sasniegt definēto mērķi.

Izglītības iestādēs, kurās peldēšana tiek īstenota vairāku mācību gadu ciklā, pamatā viena mācību gada ietvaros tiek īstenotas 8-12 nodarbības, proti – uz baseinu izglītojamie dodas 1 līdz 2 reizes mēnesī. Pozitīvi uz kopējā fona izceļas tās izglītības iestādes, kurās visu klašu izglītojamajiem tiek nodrošinātas peldēšanas nodarbības reizi nedēļā (mācību gadā ~35 stundas).

Šādi pozitīvi piemēri ir atrodamī Rīgā un, piemēram, Inčukalnā. Rīgas pilsētā piecās skolās peldētapmācība 1.-12.klašu izglītojamajiem notiek reizi nedēļā, bet tās klases, kas ir iesaistītas projektā “sporto visa klase” peldbaseinu apmeklē pat divas reizes nedēļā. Rezultātā – 1/3 no 4908 izglītojamajiem – visa mācību gada garumā peld divas reizes nedēļā. Viena peldēšanas nodarbība reizi nedēļā visa mācību gada garumā katrai klasei (1.-9.klase) tiek nodrošināta arī Inčukalna pamatskolā, kurā mācās 256 izglītojamie.

**Fakultatīvās nodarbības un interešu izglītība.** Fakultatīvi (brīvprātīgi) vai interešu izglītības formā peldēšanas apmācību piedāvā ceturtdaļa jeb 134 izglītības iestādes. Šajā grupā ir iekļautas tās izglītības iestādes, par kurām pašvaldību pārstāvji ir norādījuši, ka tiek piedāvātas interešu izglītības, fakultatīvas vai “brīvprātīga apmeklējuma” nodarbības.

Statistiskā informācija par īstenotajām interešu izglītības programmām ir pieejama Izglītības un zinātnes ministrijai. Atbilstoši IZM datiem interešu izglītības programmu “peldēšana” īsteno 23 vispārējās izglītības iestādes, kopumā iesaistot 2633 izglītojamus.

Krietni lielāks ir to izglītības iestāžu skaits, par kurām ir sniegta informācija, ka tajās tiek īstenotas “fakultatīvas” vai “brīvprātīgas” nodarbības. Jau minētie MK noteikumi nosaka, ka fakultatīvas nodarbības nav obligātas un tiek organizētas izglītojamo grupai, ievērojot brīvprātības

principu. *Fakultatīvās nodarbības ir izglītojamo vispārējo attīstību veicinošas nodarbības, tajā skaitā kori, tautas deju kolektīvi, skolas pūtēju orķestri, teātra, svešvalodu apguves, uzņēmējspēju kompetenču attīstošās u.c. nodarbības.*

Teju divas trešdaļas no izglītības iestādēm, kurās tiek piedāvāta brīvprātīga peldēšanas prasmju apguve, atrodas Rīgā. Rīgas pilsētas pašvaldības pārstāvji norāda: *“pilsētas pašvaldība jau vairāk kā 20 gadus, ievērojot brīvprātības principu, īsteno Peldētapmācību pašvaldības dibināto vispārējās izglītības iestāžu otro klašu izglītojamiem. Nodarbības tiek īstenotas vienu reizi nedēļā visa mācību gada garumā. Pavisam Skolās 2018./2019. mācību gadā bija 5369 otro klašu izglītojamie, no kuriem Peldētapmācību apguva 3385 izglītojamie”.*

Fakultatīvas peldēšanas nodarbības tiek īstenotas arī visās Ventspils pilsētas skolās, kā arī, piemēram, Dobeles, Aizkraukles, Apes, Ozolnieku novados.

Vairums piedāvāto fakultatīvo un interešu izglītības nodarbību ir izstrādātas uz vienu, maksimums diviem mācību gadiem (pamatā – 2.-3.klase), ietverot 10 līdz 36 mācību stundām.

**Peldētapmācība par Eiropas Savienības fondu līdzekļiem.** Apkopojot pašvaldību sniegto informāciju, ir izkristalizējusies atsevišķa kategorija izglītības iestāžu, kas īsteno peldbaseinu apmeklējumu Eiropas Savienības (ES) fondu projektu ietvaros. 2019./2020.mācību gadā 29 pašvaldībās 107 izglītības iestāžu izglītojamajiem tiek nodrošinātas peldēšanas nodarbības Eiropas Sociālā fonda programmā realizēto projektu ietvaros.

Šie projekti tiek īstenoti ESF darbības programmas "Izaugsme un nodarbinātība" 9.2.4. specifiskā atbalsta mērķa *"Uzlabot pieejamību veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumiem, jo īpaši nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajiem iedzīvotājiem"* 9.2.4.2. pasākuma *"Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei"* ietvaros.<sup>2</sup>

ESF programmas mērķis ir uzlabot pieejamību veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumiem visiem Latvijas iedzīvotājiem, jo īpaši teritoriālās, nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajiem iedzīvotājiem, īstenojot vietēja mēroga pasākumus. Projektu ietvaros par atbalstāmām darbībām tiek atzīti slimību profilakses pasākumi mērķa

<sup>2</sup> MK noteikumi nr. 310 "Darbības programmas "Izaugsme un nodarbinātība" 9.2.4. specifiskā atbalsta mērķa "Uzlabot pieejamību veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumiem, jo īpaši nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajiem iedzīvotājiem" 9.2.4.1. pasākuma "Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi" un 9.2.4.2. pasākuma "Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei" īstenošanas noteikumi"

grupām un vietējai sabiedrībai, kā arī – veselības veicināšanas pasākumi mērķa grupām un vietējai sabiedrībai.

Latvijas Republikas Finanšu ministrijas sagatavotajā dokumentā *“Darbības programma “Izaugsme un nodarbinātība”*” norādīts, ka konkrētā specifiskā atbalsta mērķa indikatīvās atbalstāmās darbības ir – *veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumu īstenošana prioritāro (sirds un asinsvadu, onkoloģijas, perinatālā un neonatālā perioda aprūpe un garīgā veselība) veselības jomu ietvaros, jo īpaši nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajiem iedzīvotājiem (trūcīgās personas, bērni, personas ar invaliditāti, vecāka gadagājuma cilvēki u.c.), tai skaitā organizēti slimību profilakses pasākumi un informatīvie pasākumi par slimību profilakses un veselīga dzīvesveida nozīmi veselības saglabāšanā, veselības veicināšanas koordinatoru un atbildīgo amatpersonu apmācības, interešu grupu nodarbību organizēšana, jauniešu izglītošana līdzaudžu programmās par veselīga dzīvesveida paradumiem, dalība interaktīvās izglītojošās nodarbībās, konkrētu rīcību vai iespēju popularizējošu pasākumu organizēšana pašvaldībās, pētījumu veikšana u.c.*<sup>3</sup>

Iespējas un pašvaldību spēja piesaistīt ES fondu līdzekļus izglītojamo peldbaseinu apmeklējumam ir vērtējamas pozitīvi, tomēr, iepazīstoties ar šo projektu ietvaros īstenotajām aktivitātēm, secināms, ka vairumā gadījumu nevar runāt par potenciālu peldēšanas un drošības uz ūdens prasmju apgūšanai. Būtiskākā problēma ir projekta ietvaros realizēto nodarbību skaits – vairāk kā 2/3 šo projektu labuma saņēmējam sniedz iespēju apmeklēt peldbaseinu 6-19 reizes. Otrkārt, vairums pašvaldību savās atbildēs norādījuši, ka pēc projekta beigām pašvaldībai nebūs iespēju nodrošināt peldēšanas nodarbības, kas nozīmē, ka turpmāka prasmju apguve un pilnveidošana nebūs iespējama.

## APMĀCĪBĀS IESAISTĪTIE PEDAGOGI UN MĀCĪBU PROGRAMMAS

Atsevišķi būtu komentējama situācija attiecībā uz sporta speciālistiem, kas īsteno peldēšanas apmācību, kā arī izmantotajām mācību programmām.

Šī pētījuma ietvaros netika izvirzīts mērķis analizēt un novērtēt pedagogu, kas iesaistīti peldēšanas apmācību procesā, kvalifikāciju un faktiskās prasmes – tam ir nepieciešama ekspertu klātbūtne mācību procesā, taču atsevišķus novērojums bija iespējams iegūt arī no saņemtajām atbildēm un tie mudina nākotnē veikt padziļinātāku un plašāku analīzi tieši par apmācību procesā

<sup>3</sup> Darbības programma “Izaugsme un nodarbinātība”. Finanšu ministrija, 2014

iesaistīto speciālistu zināšanām, prasmēm, pieredzi un spējām ierobežota laika apstākļos nodrošināt maksimāli produktīvu un efektīvu apmācību procesu.

---

*Pašvaldībās, kurās nav savu peldbaseinu, vai kurās peldbaseinos netiek īstenota profesionālās ievirzes izglītība peldēšanā, peldēšanas nodarbības izglītojamajiem biežāk vada izglītības iestādes pedagogi.*

---

Novērots, ka pašvaldībās, kurās nav savu peldbaseinu, vai kurās peldbaseinos netiek īstenota profesionālās ievirzes izglītība peldēšanā, peldēšanas nodarbības izglītojamajiem biežāk vada izglītības iestādes pedagogi. Diemžēl šī pētījuma ietvaros nav bijis iespējams novērtēt pedagogu kvalifikāciju un prasmes nodrošināt kvalitatīvu apmācību procesu, tomēr LRF, rīkojot dažādus izglītojošus seminārus un kursus peldēšanas speciālistiem, ir novērojusi, ka vispārizglītojošo iestāžu pedagogu dalība šādosursos ir ārkārtīgi reta. Tas, protams, neļauj spriest par pedagoga prasmēm, taču nepārprotami ļauj apgalvot, ka vairums no viņiem pēdējo piecu gadu laikā nav apguvuši jaunas zināšanas ar peldēšanas mācīšanu saistītu pedagogu profesionālās kompetences pilnveides programmu ietvaros.

Tāpat padziļinātākas izpētes un analīzes vērti ir gadījumi, kad peldēšanas prasmju apguvi nodrošina sporta treneri, kuriem nav peldēšanas trenera kvalifikācija. Te ir būtiski uzsvērt, ka LSPA studiju ietvaros visiem studentiem nodrošina peldēšanas apmācību viena semestra ietvaros, taču padziļinātu peldēšanas mācīšanas praksi apgūst tikai tie, kas izvēlējušies peldēšanas trenera specializāciju.

Novērots, ka sporta skolu treneri, kas ir ieguvuši specialitāti citos sporta veidos, nodrošina izglītojamajiem peldēšanas apmācību vairākās izglītības iestādēs. Tā piemēram, viena no pašvaldībām savās atbildēs norādījusi, ka "peldētāpmācības nodarbības [..] novadā vada 13 sporta skolas treneri un 8 vispārizglītojošo skolu sporta skolotāji", bet, iepazīstoties ar sporta skolas akreditētajām programmām un sporta speciālistiem, secināms, ka izglītības iestādē nav nedz šādas profesionālās ievirzes programmas, nedz arī sporta speciālistu ar peldēšanas trenera sertifikātu vai diplomu. Arī peldēšanas interešu izglītības programmu sporta skolā vada B kategorijas futbola treneris.

Pētījuma gaitā tika arī apkopota informācija par izglītības iestāžu izmantotajām mācību programmām un mācību satura apguves plāniem un veikta to saturiskā analīze, vērtējot divus no piecpadsmit ūdens kompetences elementiem – drošības uz ūdens teorētisko zināšanu (pārzina



drošības noteikumus, spēj identificēt riskus, utt.) un praktisko iemaņu apguvi (dzīvības saglabāšanas paņēmieni, peldēšana drēbēs, utt.).

Jautājumā par peldēšanas nodarbībās izmantotajām mācību programmām vai plāniem tika saņemtas atbildes par 122 izglītības iestādēm.

---

*Piektā daļa no visām peldēšanas mācīšanas nodarbībām tiek īstenota bez izstrādātas mācību programmas un/vai mācību plāniem.*

---

Pirmkārt, jāatzīmē, ka vairāk kā piektā daļa (22%) no šīm izglītības iestādēm peldēšanas apmācības īsteno bez jebkādas programmas. Atsevišķos gadījumos gan ir precizēts, ka apmācību nodrošina trešā puse, kas strādā pēc savas programmas (*"Peldētapmācības treneri savu programmu licencē un iesniedz, nododot sertifikāciju"*), tomēr parādās arī tādas atbildes, kuras rada šaubas arī par paša apmācību procesa kvalitāti un jēgu. Viena no šādām atbildēm skan tā: *"Treneris sniedza informāciju, ka peldētapmācībai nav sagatavota īpaša programma. Tas ir skaidrojams ar to, ka lielākā daļa no bērniem, kas ierodas uz peldētapmācību neprot peldēt. Tādejādi viņa uzdevums ir vienkārši iemācīt viņus peldēt. Programmu var sastādīt bērniem, kas jau peldētprasmi apgūst kā sporta veidu"*.

Savukārt citā pašvaldības sagatavotā atbilde ir bijusi šāda:

*"Sakarā ar to, ka nodarbības nav mācību satura apguves ietvaros, plāna un/vai metodiskā materiāla nav, bet mērķis ir:*

- *skolēni bez iepriekšējās peldēšanas pieredzes apgūst drošas, tehniski pareizas pamatiemaņas peldēt prasmē;*
- *skolēni uzlabo savas vispārējās fiziskās īpašības, veicina norūdišanos, nostiprina muskulatūru, uzlabo stāju un vispārējo pašsajūtu"*.

Šīs un līdzīgas atbildes ir sniegtas par tām izglītības iestādēm, kurās peldēšana ir īstenota ESF projektu konkursa ietvaros, kā arī interešu izglītības vai fakultatīvu nodarbību ietvaros.

Izglītības iestādes, kurās peldēšana tiek īstenota mācību priekšmeta "Sports" ietvaros, norādījušas, ka peldētapmācība tiek organizēta vadoties pēc VISC izstrādātās pamatzglītības mācību priekšmeta "Sports" programmas parauga, vai arī pēc savas izstrādātās mācību programmas.

Minētais programmas paraugs ir veidots atbilstoši Valsts pamatzglītības standartam un mācību priekšmeta "Sports" pamatzglītības standartam (MK 2014.gada 12. augusta noteikumi nr.

468). Standartā ir noteiktas pamatprasības mācību priekšmeta apguvei, beidzot 3.klasi un peldēšanā tās ir: 1) prast noturēties uz ūdens; 2) prast izpildīt elpošanas, roku un kāju darbības vingrinājumus. Savukārt, beidzot 6.klasi – prast veikt roku un kāju darbības, peldot kraulā uz krūtīm, kraulā uz muguras, brasā un apgriezienā, bet beidzot 9.klasi – peldēt kraulā uz krūtīm, kraulā uz muguras un brasā.

---

*Jaunais izglītības standarts paredz, ka prasmes demonstrēt drošu rīcību ūdenī un pieņemt lēmumu, kā rīkoties iespējamās bīstamās situācijās, izglītojamajam jāapgūst beidzot 9.klasi. Diemžēl pēc 6.klases peldēšanas nodarbības tiek īstenotas mazākumā izglītības iestāžu.*

---

Plašāki sasniedzamie rezultāti ir definēti programmas paraugā un ir iedalīti divos blokos – “zināšanas un izpratne” un “darbība”. Ar pilnu izklāstu ir iespējams iepazīties dokumentā, taču šī pētījuma ietvaros vērts norādīt tikai to, ka 1.-3.klasē izglītojamajiem ir jāapgūst uzvedības un drošības noteikumi peldēšanas stundās, bet attiecībā uz vispārējiem drošības uz ūdens jautājumiem apgūstamās zināšanas nav iekļautas. 6.klašu izglītojamajiem peldēšanas nodarbībās ir jāspēj “saprast drošības, uzvedības un personīgās higiēnas noteikumu nozīmi uz ūdens”, savukārt sasniedzamie rezultāti, beidzot 9.klasi, paredz, ka izglītojamais “izprot drošības, uzvedības un personīgās higiēnas noteikumus uz ūdens”.

Neiztirzājot izmantoto frāžu “saprast noteikumu nozīmi” un “izprast noteikumus” tvērumu un atšķirības, kuras iespējams bija paredzējuši tā autori, ir svarīgi piefiksēt un pat īpaši izcelt pavisam citu aspektu – esošais standarts paredz to, ka vispārējie drošības uz ūdens jautājumi tiek skatīti tikai 4.-6. klašu mācību programmā, lai gan realitātē lielākais vairums izglītojamo peldēšanu apgūst pirmajos četros mācību gados. 2/3 nenasiedz devītās klases absolventiem noteiktos sasniedzamos rezultātus pavisam banāla iemesla dēļ – apmācība vairs netiek īstenota.

Jaunie Ministru kabineta 2018.gada 27.novembra noteikumu nr. 747 “Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem”<sup>4</sup>, kas pēctecīgi stāsies spēkā no 2020.gada 1.septembra, paredz plašākus sasniedzamos rezultātus, kas ir attiecināmi uz drošības uz ūdens zināšanu un prasmju apguvi, kas ir vērtējami pozitīvi. Tā piemēram, beidzot 3.klasi skolēnam ir jāapgūst drošas uzvedības pamatnoteikumus uz ūdens, jāatpazīst drošas situācijas baseinā un atklātā ūdenī, kā arī jāatpazīst situācijas, kad nepieciešams lūgt palīdzību

---

<sup>4</sup> Latvijas Republikas Ministru kabineta 2018.gada 27.novembra noteikumi nr. 747 "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem"

pieaugušajam veselības stāvokļa pasliktināšanās gadījumā. Te gan jāsaprot, ka ar drošas uzvedības pamatnoteikumu apguvi un drošas situācijas atpazīšanu vien nepietiek – izglītojamajam ir jāprot uzvilkt un izmantot individuālos drošības līdzekļus (glābšanas vestī), demonstrēt drošu rīcību ūdenī un pieņemt lēmumu, kā rīkoties iespējamās bīstamās situācijās ūdenī (aizrīšanās ar ūdeni, upes un jūras zemūdens straumes, krampji kājās, aizpeldēšana par tālu no krasta, atrašanās aukstā ūdenī, laivas apgāšanās), utt. Un izglītības programmai tas ir jānodrošina 3 – 4 gadu laikā jeb līdz 4. klases beigšanai. Šādu pieeju šobrīd īsteno, piemēram, Valmieras pašvaldības iestādes, kurās peldētapmācība tiek īstenota 1.-3.klašu izglītojamajiem un, atbilstoši mācību programmas izvirzītajiem uzdevumiem, turpmākai peldēšanas prasmju apguvei izglītojamie tiek novirzīti uz Valmieras BSS profesionālās pilnveides sporta programmas grupām.

Ir vērts atkārtoti atgādināt – jau šobrīd 5.-6.klasēm peldētapmācību mācību priekšmeta “Sports” ietvaros turpina īstenot tikai puse no izglītības iestādēm, kas to piedāvā jaunākām klasēm. Savukārt 7.-9.klasēm peldētapmācību turpina tikai trešdaļa izglītības iestāžu. Otrkārt, pusaudzīm mācīt drošu un atbildīgu rīcību uz ūdens ir jau par vēlu – to apliecina gan psiholoģijas pētījumi, gan noslīkušo skaita statistikas rādītāji Latvijā.

Apskatot izglītības iestāžu vai peldētapmācības pedagogu individuāli sagatavotās mācību programmas vai plānus, jāatzīst, ka programmas ir ļoti dažādas – ir gan tādas, kuru saturs ir kvalitatīvs un visaptverošs, un tādas, kas ir vispārīgas un nekonkrētas. Šobrīd minēsim tikai vienu piemēru, kas norāda uz programmas autora nepietiekamu izpratni par drošu un kvalitatīvu nodarbību procesa organizēšanu: *“Ierobežoto nokļūšanas iespēju dēļ nodarbība tiek organizēta visām klašu grupām (1.-9.klase) vienlaicīgi. Nodarbības laikā klašu grupas tiek dalītas apakšgrupās atbilstoši apguves līmenim. Optimālais skolēnu skaits šajās sporta nodarbībās ir 32 audzēkņi, ko ierobežo viena pedagoga klātbūtne nodarbībā, pretējā gadījumā zūd nodarbību kvalitāte, jo individuālās pieejas iespējas krasi samazinās un tiek apdraudēts drošības līmenis sporta nodarbībā, kas saistīta ar specifisku norises vietu (ūdens), savukārt, minimālais skolēnu skaits pēc normatīvo dokumentu regulācijas”.*

32 izglītojamo apmācība viena pedagoga vadībā ir absolūti nepieņemama – šādos apstākļos grupā ne tikai nav iespējams nodrošināt prasmju apguvi, bet arī ir paaugstināti drošības riski, jo baseinā fiziski nav iespējams izsekot visu izglītojamo aktivitātēm. Tā ir tikai laimīga sagādīšanās, ka konkrētajā vietā nav notikušas nekādas nelaimes.

Iepazīstoties ar programmu dokumentācijā izvirzītajiem mērķiem, secināms, ka nevienā izglītības iestādē drošības uz ūdens (ūdens kompetences) apmācība nav izvirzīta par prioritāti. Tā

vietā biežāk ir parādās ļoti abstrakti un nekonkrēti mērķi, kas ir attiecināmi uz jebkuru fizisko aktivitāti:

- *Veselas, fiziski, emocionāli un garīgi attīstītas personības, kas motivētas aktīvam, kustīgam dzīvesveidam un apzinās sporta nozīmi.*
- *Sniegt skolēniem iespēju veidoties kā vispusīgi harmoniski attīstītām personībām, kas izprot veselīga dzīves veida nozīmi, ir motivēti uz sportiskiem sasniegumiem un ieinteresēti risināt ar sportu saistītas problēmas.*
- *Sekmēt izglītojamo pozitīvas attieksmes veidošanos pret sportu un veicināt izpratni par fizisko aktivitāšu nepieciešamību.*
- *Nostiprināt un uzlabot izglītojamo veselību, sekmēt zināšanu apguvi, attīstot fiziskās spējas un pamatprasmju sistemātiskās fiziskās aktivitātēs.*

Arī sasniedzamo uzdevumu vidū drošības uz ūdens teorētisko un praktisko iemaņu apgūšana ir atrodama ļoti reti (drošības noteikumi un instruktāža nodarbību laikā nav pietiekami). Pārsvarā programmās iekļautie uzdevumi ietver tādas darbības, kas ir saistītas ar iekšējo drošības noteikumu un higiēnas prasību apguvi, peldēšanas pamatprasmju un vēlāk – peldēšanas stilu apgūšanu, veselības nostiprināšanu un speciālās fiziskās sagatavotības attīstīšanu. Tomēr ir atrodami arī atsevišķi pozitīvi izņēmumi. Šie pozitīvie piemēri ietver šādus uzdevumus:

- *Peldētprasmju apgūšana kā "drošības līdzeklis", uzturoties brīvdabas ūdenstilpņu tuvumā.*
- *Mācās ievērot uzvedības un drošības noteikumus uz ūdens.*
- *Peldēšanas tehnikas pamatu apmācība un iepazīstināšana ar drošības noteikumiem uz ūdens.*
- *Drošības noteikumu ievērošana ūdenī un tā tuvumā.*
- *Drošības uz ūdens ievērošana, peldoties vasarā atklātos ūdeņos (ziemā – pārvietojoties pa ledu).*

Apkopojot iegūto informāciju jāsecina, ka valstī nepastāv vienota prakse un izpratne attiecībā uz programmas mērķiem, uzdevumiem un nepieciešamo apjomu to sasniegšanai. Tāpat nav arī vienotas prakses apgūto prasmju un rezultātu fiksēšanai un izvērtēšanai. Būtiskas atšķirības ir vērojamas arī izglītojamo iesaistē un apgūto prasmju līmenī. Būtiskākais šo atšķirību un dažādo pieeju iemesls nepārprotami ir atšķirīgās pašvaldību finanšu iespējas, kā arī piekļuve peldbaseinam, taču vienlaikus jāakcentē arī valstiskas vīzijas un vienotas apmācību programmas un metodikas neesamība. Apskatītās peldētāpmācības programmas ir ļoti dažādas gan kvalitātes,

gan satura ziņā, taču novērojams, ka programmas, kuru īstenošanai ir lielāks stundu skaits, ietver izteiktu koncentrāciju uz sporta peldēšanas prasmju apguvi.

Kvalitatīvai un atbilstoši izstrādātai peldētapmācības programmai tomēr ir jāspēj nodrošināt ūdens kompetences apguvi. Tā bērnam sniedz ne vien peldēšanai nepieciešamās prasmes, bet arī iemāca viņam cienīt un novērtēt ūdens potenciālos riskus, atpūsties ūdens tuvumā un atrodoties ūdenī, kā arī rīkoties dažādās ekstremālās situācijās, kad nepieciešama operatīva un drosmīga rīcība, lai glābtu savu vai līdzcilvēku dzīvību.

Starptautiskie eksperti drošības uz ūdens veicināšanas kontekstā ir nonākuši pie secinājuma, ka peldētprasme ir tikai viens no elementiem, kurš būtu jāapgūst ikvienam, un aicina peldēšanas mācīšanas programmā attīstīt "ūdens kompetenci".

---

*Ūdens kompetence - visu cilvēka ūdenī veikto kustību summa, kas palīdz novērst slīkšanu, kā arī ar to saistītās ūdens drošības zināšanas, attieksmes un uzvedības modeļu kopums, kas veicina drošību ūdenī un pie tā*

---

Ūdens kompetence ir visu cilvēka ūdenī veikto kustību summa, kas palīdz novērst slīkšanu, kā arī ar to saistītās ūdens drošības zināšanas, attieksmes un uzvedības modeļu kopums, kas veicina drošību ūdenī un pie tā. Ūdens kompetenci veido 15 pamatelementi un katrs no tiem ir cieši saistīts ar vienu vai vairākiem citiem. Visi šie 15 pamatelementi individuāli vai kopumā ir kritiski nepieciešami, lai palielinātu izdzīvošanas iespējas vairumā no izplatītākajiem noslīkšanas gadījumiem. Šie elementi ir 1) droša iekļūšana ūdenī, 2) elpošanas kontrole, 3) pasīvā peldēšana, 4) orientācija ūdenī, 5) peldēšanas prasmes, 6) zemūdens prasmes, 7) drošas izkļūšanas prasmes, 8) individuālo drošības līdzekļu izmantošana, 9) prasmes peldēt apģērbā, 10) prasmes peldēt atklātā ūdenī, 11) vides apdraudējumu pārzināšana, 12) risku apzināšanās, novērtēšana un izvairīšanās no tiem, 13) personisko prasmju novērtēšana, 14) prasmes atpazīt un palīdzēt slīkstošam cilvēkam, 15) ūdens drošības kompetence (attieksme un vērtības).

Starptautiskie pētījumi apliecina - valstīs ar zemu noslīkušo skaitu ir augsts iedzīvotāju ūdens kompetences līmenis, kas sasniegts nodrošinot visās izglītības iestādēs vienotu, uz iepriekš uzskaitīto kompetenču apguvi vērstu, mācību saturu. Spilgti šādu valstu piemēri ir Skandināvijas valstis, Lielbritānija, Nīderlande. Un viņu vidū jābūt arī Latvijai.



## SKDS PĒTĪJUMS. BĒRNU PELDĒTAPMĀCĪBA SKOLĀ UN PELDĒTPRASMES

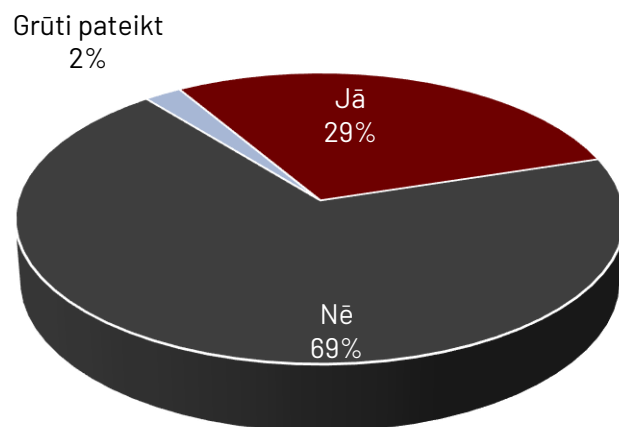
Tirgus un sabiedriskās domas pētījumu centrs SKDS veica Latvijas iedzīvotāju aptauju, ar mērķi noskaidrot peldēšanas apmācībā iesaistīto izglītojamo, kas mācās 5.-12.klasē, skaitu un viņu apgūtās ūdens kompetences prasmes. Ņemot vērā dažādus juridiskos ierobežojumus, pētījums tika veikts aptaujājot izglītojamo vecākus. *Sasniegtās izlases lielums ir 1042 respondenti, kuriem ir bērni, kas mācās no 5. līdz 12. klasei. 295 respondentiem ir vairāk nekā 1 bērns dotajā klašu grupā. Kopumā ir apkopotas atbildes par 1337 bērniem.*

Sabiedriskās domas aptaujas rezultāti liecina, ka 5.-12. klašu izglītojamo vidū iespēja mācību stundu laikā apmeklēt peldēšanas nodarbības ir tikai 29% jauniešu, kas pat pie Latvijā esošās peldbaseinu infrastruktūras ir nesamērīgi mazs rādītājs. Daži no iemesliem tika jau aprakstīti, analizējot pašvaldību sniegtās atbildes. Proti – pirmkārt,

peldētapmācība biežāk tiek īstenota 2.-4. klašu izglītojamajiem, un, otrkārt, virkne pašvaldību, kurās ir pieejami peldbaseini nespēj vai nevēlas nodrošināt peldēšanu mācību priekšmeta "Sports" ietvaros visu pašvaldības izglītības iestāžu izglītojamajiem.

Apskatot detalizētāki respondentu sniegtās atbildes uz šo jautājumu, redzams, ka biežāk peldētapmācība ir pieejama 5.-6.klašu izglītojamajiem (34%), savukārt 7.-9. klašu un 10.-12.klašu izglītojamo vidū šīs nodarbības tiek nodrošinātas attiecīgi 29 un 23 procentiem respondentu.

Interesanti, ka biežāk 5.-12. klašu izglītojamajiem peldēšanas nodarbības stundu ietvaros nodrošina novadu teritorijas (36%), bet Rīgā un citās pilsētās peldēšanas nodarbības stundu ietvaros tiek nodrošinātas mazāk kā trešdaļai attiecīgā vecuma izglītojamo.



*Latvijā 52% skolas vecuma bērnu ir sliktas vai viduvējas peldētprasmes. Tomēr kopumā tās ir labākas nekā pieaugušajiem, kuru vidū 64% respondentu savas prasmes nav spējuši nosaukt par labām.*

Novērtējot savu atvašu peldētprasmi, 52% respondentu ir norādījuši, ka viņu bērni neprot peldēt (5%), peld slikti (16%) vai viduvēji (31%). Tikmēr kā ļoti labu savu bērnu peldētprasmi ir novērtējuši 16% aptaujāto.

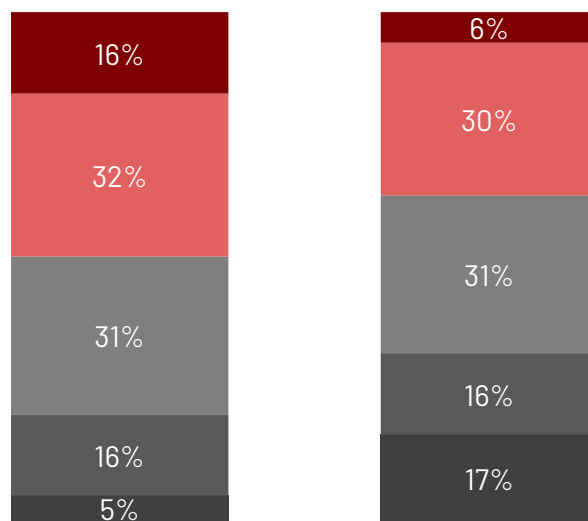
Bērnu, kuru izglītības iestādēs tiek nodrošināta peldētapmācība, peldēšanas prasmes tiek novērtētas ievērojami labāk, nekā to bērnu, kuriem šādu iespēju nav. Proti – atbilstoši vecāku sniegtajām atbildēm 60% bērnu, kas apmeklē peldētapmācību peld labi vai ļoti labi, kamēr to bērnu, kuriem skolā nav peldēšanas nodarbības, peldētprasmes kā labas vai ļoti labas atzīst tikai 43% respondentu. Turklāt būtiski atšķiras tieši augstākais novērtējums (“peld ļoti labi”) – 23% pret 12%.

Zīmīgi, ka labākas peldēšanas prasmes ir tieši novadu izglītojamo vidū – 57% (!) novados dzīvojošo prasmes respondenti ir novērtējuši kā labas vai ļoti labas, savukārt Rīgā šāds pozitīvais novērtējums ir sniegts tikai par 43% izglītojamo. Šādas atšķirības bija vērojamas arī attiecībā uz peldētapmācības nodarbību nodrošināšanu izglītības iestādēs.

Lai gan kopējie peldētprasmes rādītāji ir vērtējami kā viduvēji, jāatzīst, ka jauniešu

peldētprasmes ir novērtētas labāk, nekā pieaugušo prasmes – 2018.gadā SKDS veiktajā aptaujā tika konstatēts, ka 18-65 gadus vecu respondentu vidū kopumā sliktas peldēšanas prasmes bija 64% respondentu, tai skaitā – 17% atzina, ka neprot peldēt. Šādas būtiskas izmaiņas, pirmkārt, ir pamatojamas ar to, ka pēdējo piecu gadu laikā Latvijā ir ievērojami pieaudzis peldbaseinu skaits un līdz ar to pieaug arī peldētapmācībā iesaistīto bērnu skaits. Ir vērts atgādināt, ka pieaugušo vidū

Peldētprasmi novērtējums



5.-12. klašu izglītojamie

- Neprot peldēt
- Peld viduvēji
- Peld teicami

Pieaugušie (18-65 gadi)

- Peld ļoti slikti vai slikti
- Peld labi



veiktajā aptaujā tikai 12% respondentu norādīja, ka peldētprasmi ir apguvuši galvenokārt apmeklējot skolas peldēšanas nodarbības. Šobrīd skolās peldēt mācās teju trešdaļa izglītojamo.

Aptaujā ir noskaidrots arī 5.-12. klašu izglītojamo vecāku viedoklis par to vai bērna peldētprasme nodrošinās viņa drošību, atpūšoties atklātos ūdeņos. Kopumā 74% bērnu vecāki uzskata, ka bērna prasmes spēj nodrošināt viņa drošību, lai gan pilnīga pārliecība par to ir attiecībā uz 34% izglītojamo. Sniegtās atbildes liecina, ka pozitīvāku viedokli uz šo jautājumu sniedz tie vecāki, kuru atvasēm skolā tiek nodrošināta peldētāpmācība. Vienlaikus – pilnīga pārliecība, ka bērnu peldētprasme nespēj nodrošināt viņa drošību, atpūšoties atklātos ūdeņos, divas reizes biežāk ir izteikta attiecībā uz tiem izglītojamajiem, kuriem skolās nav peldētāpmācības.

Vēl izteiktāka atšķirība par drošai atpūtai uz ūdens nepieciešamo prasmju nepietiekamību starp bērniem, kas skolās apgūst peldētāpmācību, un tiem, kas neapgūst atspoguļojas atbildēs uz jautājumu *“vai Jūsu bērnam ir lielāks risks nokļūt nelaimē uz ūdens, nekā citiem vienaudžiem?”*

Teju ceturtajai daļai jeb 24% bērnu, kas skolā neapgūst peldētāpmācību, ir lielāks risks nokļūt nelaimē uz ūdens, nekā citiem vienaudžiem. Turklāt par 7% izglītojamo tas tiek teikts ar pārliecinošu “jā”. Salīdzinājumam – to bērnu vidū, kas skolā apgūst peldētāpmācību, paaugstinātu risku attiecina tikai uz 14% izglītojamo (drīzāk jā – 12%, jā – 25%).

Analizējot respondentu sniegtās atbildes, gan jānorāda, ka vecāku pārliecība par savu atvašu peldētprasmi un attiecīgi arī šo prasmju spēju nodrošināt viņu drošību, atpūšoties atklātos ūdeņos parādās, pieaug attiecīgi izglītojamā vecumam: 5.-6.klašu audzēkņu vidū pozitīva atbilde ir sniegta par 65%, savukārt 7.-9. un 10.-12.klašu vecuma grupās tā pieaug attiecīgi līdz 75% un 81%.

Aptaujas noslēgumā respondentiem tika lūgts novērtēt bērna zināšanas, prasmi, izvēli vai rīcību par 14 dažādiem apgalvojumiem, kas ir izstrādāti, ņemot vērā ūdens kompetences elementus (zināšanu un prasmju kopumu, kas nodrošina personas drošību uz ūdens). Apkopojot sniegtās atbildes, secināms, ka ir vairāki ūdens kompetences elementi, kuros lielai daļai izglītojamo zināšanas un prasmes nav pietiekamas, kas tādējādi palielina potenciālos riskus.

---

*Starp visiem ūdens kompetences elementiem viszemāk ir vērtējamās peldētprasmes, tai skaitā – izdzīvošanas peldēšanas stilu prasmes, niršanas un pārvietošanās zemūdens prasmes, kā arī “pasīvās peldēšanas” prasmes.*

---

No visām kompetencēm viszemāk ir vērtējamās tieši peldēšanas prasmes – tikai 50% izglītojamo spēj vai drīzāk spēj nopeldēt vismaz 50m, turot galvu gan ūdenī, gan virs tā. Šajā

kompetences jomā ir arī vislielākais sniegto "nē" atbilžu skaits – 18% pilnīgi noteikti to nespēj izdarīt. Līdzīgi ir novērtētas arī bērnu prasmes nopeldēt šādu distanci uz muguras vai sāniem; pilnīgi droši vai ar augstu ticamību to spēj izdarīt vien 51% bērnu. 16% to noteikti nespēj, bet vēl 18% to drīzāk nespēj izdarīt.

Vairāk kā 30% izglītojamo visticamāk neprot peldēt zem ūdens/nirt uz priekšu vismaz 5m garumā. Šī prasme varētu šķist nevajadzīga, taču tās var noderēt, piemēram, gadījumos, kad peldētājs atrodas dažādu nelielu kuģošanas līdzekļu ceļā vai nokļūst zem apgāzušās laivas, cita peldlīdzekļa (piemēram, plostas). Tāpat niršanas prasmes var izglābt dzīvību gadījumos, kad cilvēks atrodas grimstošā objektā vai nokļūst zem ledus. Jāņem vērā, ka zemūdens peldēšanas prasmes nav automātiskas – ne visi, kas iemācījušies peldēt, spēj pilnvērtīgi un efektīvi ienirt zem ūdens un/vai pārvietoties nirstot.

Tāpat visai vājas ir pasīvās peldēšanas prasmes – ceturtdaļa izglītojamo drīzāk vai pilnīgi noteikti neprot nedz brīvi un bez atbalsta līdzekļiem 1 minūti "gulēt ūdenī" uz muguras, nedz vismaz 2 minūtes turēties ūdenī vertikālā stāvoklī, vienmērīgi turot galvu virs ūdens. Abas šīs prasmes tiek atzītas par ūdens kompetences apguves pamatelementiem – šādas pozīcijas ūdenī var tikt izmantotas kā alternatīva metode atpūtai vai apstāšanai, lai sauktu pēc palīdzības vai gaidītu to. Tāpat, turoties ūdenī šādā veidā, ir iespēja ilgstoši noturēt galvu virs ūdens, kas ir būtiski atrodoties aukstā ūdenī, jo tādejādi tiek ne vien nodrošināta redzamība, bet arī samazināts ķermeņa siltuma zudums. Palielinoties siltuma zudumam, paātrināsies enerģijas izsīkums un var iestāties ātrāka hipotermija, tāpēc šāda statiskā stratēģija ir noderīga situācijās, kad paša spēkiem nav iespējams izkļūt no ūdens un jāgaida palīdzība.

---

*Pēc vecāku ieskatiem 5.-12.klašu izglītojamie nespēj atpazīt uz ūdens nelaimē nonākušu cilvēku un atbilstoši reaģēt – saukt palīgā pieaugušos, izsaukt glābējus vai, ja iespējams, pasniegt slīcējam piemērotus glābšanas palīglīdzekļus.*

---

Zemākais pārliecinošu atbilžu skaits ir jautājumā par bērna spēju atpazīt uz ūdens nelaimē nonākušu cilvēku un atbilstoši reaģēt – saukt palīgā pieaugušos, izsaukt glābējus vai, ja iespējams, pasniegt slīcējam piemērotus glābšanas palīglīdzekļus – vecāku skatījumā tikai katrs desmitais bērns to spētu izdarīt. Šajā jautājumā ir saņemts arī lielākais nekonkrētu ("grūti pateikt") atbilžu skaits – 29%.

Visaugstāk ir novērtētas bērnu spējas apzināties savas peldēšanas prasmes un zināšanas par drošību uz ūdens un nepārvērtēt tās – drīzāk pozitīvs vai apstiprinošs vērtējums šajā jautājumā ir sniegts 76% gadījumu.

Lai arī šobrīd nepastāv pētījumos balstīti pierādījumi, risku novērtēšanas prasmes tiek uzskatītas par būtiskām pareizu lēmumu pieņemšanā un sekojoši arī riska iestāšanās iespējamības mazināšanā. Te gan jānorāda, ka pārlietu optimistisks pašvērtējums un nekritiska iespējamā vides apstākļu ietekme uz spēju realizēt iedomātās prasmes, nereti palielina noslīkšanas riskus ne tikai konkrētajam indivīdam, bet arī viņa uzraudzībā esošajiem (piemēram, bērniem).

Ņemot vērā šīs iespējamās briesmas, ir saprātīgi jau pašā sākumā iekļaut reālistiskas kompetences novērtēšanas stratēģijas un nepārtraukti asociēt indivīda fizisko prasmju atbilstību mainīgajām prasībām, kuras tai, iespējams, izvirzīs izaicinošas aktivitātes un vide. Ir svarīgi, lai katrs indivīds izprastu būtisko atšķirību starp peldbaseinā apgūtajām prasmēm un to citādākām izpausmēm atklātās peldvietās, kurās nereti pastāv tādi apstākļi, kas ievērojami samazina prasmju un spēju līmeni.

Tāpat izteikti pozitīvi ir novērtētas bērnu spējas patstāvīgi novērtēt vai izvēlēta peldvieta un laikapstākļi ir piemēroti peldei, un atturēties no došanās peldēt šādos apstākļos (71%), spējas novērtēt peldvietu dziļumu, piemērotāko ūdenī ieiešanas vietu un droši ieiet/ielēkt ūdenī (70%), prasme peldēšanas laikā turēt galvu ūdenī un brīvi izcelt to, lai veiktu ieelpu (70%), kā arī prasme lietot lābšanas vesti un izmantot to, atrodoties uz kuģošanas līdzekļiem (68%).

Kopumā jāsecina, ka tiem izglītojamajiem, kuri skolā neapgūst peldētapmācību, ir ne vien zemāks praktisko iemaņu līmenis, bet arī vājākas teorētiskās zināšanas par drošību uz ūdens un spēja atbilstoši novērtēt dažādus riska faktoros. Tas savukārt palielina riskus iekļūt dažādās potenciāli bīstamās situācijās un pieņemt nepareizus lēmumus. Vēl vairāk – vecāki, kuru bērni izglītības iestādēs neapgūst peldēšanas prasmes, biežāk atzinuši, ka viņu bērnam ir lielāks risks nokļūt nelaimē uz ūdens nekā citiem vienaudžiem.

## SECINĀJUMI UN PRIEKŠLIKUMI

Iespējas nodrošināt organizētu un sistemātisku peldēšanas, tai skaitā drošības uz ūdens, apmācību pēdējo gadu laikā ir strauji pieaugušas un tas paver iespējas ievērojami uzlabot arī vispārējo situāciju cilvēkdrošības uz ūdens jomā. Diemžēl pētījumos iegūtie secinājumi liecina, ka labvēlīgā situācija netiek izmantota pilnvērtīgi un kvalitatīvi – sasniedzamie rezultāti mācību jomā noteikti neatbilstoši pašvaldību izglītības iestāžu īstenotajai praksei, izvēloties konkrētu mācību vielas apguves apjomu, saturu un sasniedzamos mērķus. Rezultātā mācību programmu autoru labie nodomi un ieceres netiek sasniegtas, savukārt izglītojamie mācību procesā neapgūst pietiekamas prasmes, kas veicinātu viņu drošību uz ūdens gan bērna vecumā, gan tālākā nākotnē.

Mūsu skatījumā situācijas uzlabošanai ir veicamas šādas savstarpēji saistītas un secīgas darbības:

- 1) Jāizstrādā peldēšanas nodarbību 1.-4.klasei metodiskais materiāls, kas paredz pilnu ūdens kompetences prasmju apguvi 72 – 96 mācību stundu ietvaros. Izglītojamajiem, beidzot 4.klasi, ir jāspēj prezentēt konkrētas prasmes un izpratne par drošību uz ūdens. Turpmākos gadus izglītības iestādes var piedāvāt padziļinātāku peldēšanas prasmju apguvi un koncentrēšanos uz lietīšķo stilu pilnveidi;
- 2) Atbilstoši metodiskajam materiālam jāizstrādā profesionālās kompetences pilnveides programma pedagogiem, kas īsteno peldēšanas nodarbības mācību priekšmeta "Sports" mācību saturā, un jāīsteno sistemātiska pedagogu apmācība;
- 3) Jāizstrādā mācību vielas apguves rezultātu fiksēšanas un novērtēšanas mehānismi, nodrošinot pilnvērtīgu un objektīvu datu par izglītojamo apmācību procesu ieguvī un izvērtējumu, ar mērķi efektīvizēt apmācību gaitu un nodrošināt nosprausto mērķu sasniegšanu;
- 4) Pilnvērtīgai un kvalitatīvai mācību priekšmeta apguves nodrošināšanai nepieciešams ieviest valsts atbalsta mehānismus, definējot līdzfinansējuma piešķiršanas mehānismus un apjomu.



Latvijas Peldēšanas  
federācija