



Pamokos medžiaga: I dalis pamoka „Laipiojimo pasaulio kūrėjai“

Pamokos tikslas yra ugdyti kūrybiškumą ir komandinį darbą, o ne praktinius laipiojimo įgūdžius, visa reikalinga medžiaga bus skirta idėjų generavimui ir pristatymui.

Kiekvienai komandai:

- A3 formato popieriaus lapas: skirtas trasos piešiniui ir idėjų užrašams.
- Piešimo priemonės: pieštukai, trintukai, spalvoti pieštukai arba flomasteriai.
- Užduoties lapas: spausdintas lapas su užduoties aprašymu ir klausimais, į kuriuos komandos turi atsakyti (trasos pavadinimas, vieta, atramos taškai, specialus elementas ir tikslas). Tai padės mokiniams sisteminti mintis.

Įstaigos atstovas / mokytojas:

- Pavyzdinės trasos koncepcijos: paruoštos iliustracijos ar trumpas aprašymas, kuris padės įkvėpti mokinius ir parodys, kaip galima atsakyti į užduoties klausimus.
- Laikmatis: padės sekti laiką, skirtą idėjų generavimui ir pristatymams.

Pamokos medžiaga: II dalis pamoka „Laipiojimo ir boulderingo pradžiamokslis“

Praktinė laipiojimo pamoka prasideda nuo dinaminio apšilimo, po kurio neformalaus švietimo pedagogas supažindina mokinius su pagrindine įranga (bateliais, apraišais ir virvėmis) bei išsamiai aptaria saugumo taisykles. Vėliau, mokiniai mokosi pagrindinių laipiojimo judesių, pavyzdžiui, kaip teisingai statyti kojas ir naudoti kūno svorio centrą, o ne vien rankų jėgą. Įgytas žinias iškart pritaiko praktikoje, laipiodami paprastomis trasomis, prižiūrimi pedagogo.

Pamoka užbaigiama atpalaiduojančiais tempimo pratimais ir bendra refleksija, aptariant pamokos įspūdžius. Šis kompleksinis požiūris užtikrina, kad mokiniai ne tik išmoktų laiptuoti, bet ir suprastų šio sporto principus bei svarbiausia – saugumą.