



Valsts izglītības
attīstības aģentūra

„EuroSkills 2012” Latvijas komandas pretendenti nometnē attīsta psihiskās noturības pamatprasmes

Publicēts pirms vairāk nekā 13 gadiem

Publicēts: 05.07.2012.



29 konkursa „EuroSkills 2012” Latvijas komandas pretendenti no 30.jūnija līdz 2.jūlijam nometnē „Psihiskās noturības veicināšana un komandas veidošana” attīstīja komandas veidošanas prasmes, mācījās pārvarēt stresa situācijas un uzklusēja 2010.gada konkursantu pieredzes stāstus un ieteikumus.

Nometnē konkursam „EuroSkills 2012” gatavojās jaunieši, kuri uzvarējuši konkursā "Jaunais profesionālis 2012" un ir sekmīgākie absolventi, kas pārstāv 11 profesijas jeb astoņas konkursa disciplīnas: sausā būve un apmešana; flizēšana; kokapstrādes tehnoloģijas; frizierdarbi; ēdienu gatavošana un viesmīlība; informācijas un komunikācijas tehnoloģijas; mobilā robotika un metināšana.

Dalībnieki nometnes laikā savstarpējās sadarbības prasmi komandā pilnveidoja ar daudzveidīgu metožu palīdzību. Konkursanti, startējot savu profesiju komandās, piedalījās rotaļās, stafetēs, veica atjautības uzdevumus, veiksmīgi izpildīja dažādus aktīvā tūrisma un orientēšanās elementus. Tādējādi, veicinot prasmes vienoties par kopīgā lēmuma pieņemšanu, ātri sadalīt lomas, efektīvi panākt vienošanos laika trūkuma apstākļos, labāk izjust vienam otru un prast efektīvi strādāt komandā.

Psihiskās noturības (savu emociju izpratne, pašregulācijas prasmes, motivācijas izpratne) veicināšanai tika strādāts pie motivācijas izpratnes, un atsevišķu praktisko pašregulācijas metožu apguves stresa līmeņa korekcijai (īpaši ar pirms sacensību stāvokļiem: pirms sacensību drudzis; pirms sacensību apātija; pirms sacensību apmierinātība).

Konkursantiem ļoti vērtīga bija iespēja klātienē noklausīties 2010. un 2011. gada konkursantu personīgās pieredzes stāstus un dažādu profesiju ekspertu ieteikumus. Nometnes laikā pretendenti turpināja darbu pie profesionālās terminoloģiju vārdnīcas izveides angļu valodā savā profesijā, nodarbībās apguva darba kartības noteikumus, konkursantu pienākumus un tiesības, un iepazinās ar konkursa organizatoriskajiem jautājumiem.

Augustā visiem „EuroSkills 2012” Latvijas komandas pretendentiem notiks pārbaudījumi, kuros tiks atlasīti 15 dalībnieki dalībai konkursā, savukārt pārējiem būs rezervistu statuss, kas neliegs tiem turpināt gatavoties konkursam, lai vajadzības gadījumā varētu startēt sacensībās.







Saistītas tēmas

[EuroSkills](#)

[Aktualitātes](#)

<https://www.viaa.gov.lv/lv/jaunums/euroskills-2012-latvijas-komandas-pretendenti-nometne-attista-psihiskas-noturibas-pamatprasmes>