**CV**

Vārds, Uzvārds: Sandra Rozenštoka

Dzimšanas datums: 290876-10062

Adrese:                        Berģu iela 9-27, Rīga, LV-1024

Tālrunis:                      26557425

E-pasta adrese:            sandra@sportlab.lv

1. Galvenā kvalifikācija

**Sertificēts sporta ārsts**

**Sertificēts speciālists slodzes testa metodēs un elektrokardiogrāfijā**

**Eiropas sertifikāts Sporta ārsta specialitātē**

**Apmācīttiesīgs ārsts**

**Nacionālais sporta medicīniskais klasifikators sportistiem ar invaliditāti un cilvēkiem ar īpašām vajadzībām**

**Starptautiskais sporta medicīniskais klasifikators**

**Pasniedzēja, lektore**

1. Izglītība:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Laika posms** | **Izglītības iestādes nosaukums** | **Iegūtais grāds vai kvalifikācija** |
| 01.09.1983.-31.05.1991. | Jelgavas 4.vidusskola | Pamatizglītība |
| 01.09.1991.-10.06.1994. | Kalnciema vidusskola | Vidējā izglītība |
| 01.09.1995.-18.06.2001. | Rīgas Stradiņa universitāte | Ārsta grāds |
| 01.09.2001.-03.09.2005. | Latvijas Universitāte | Sporta ārsta diploms |
| 02.-10.2003. | Latvijas Universitāte | Augstskolu mācībspēku pedagoģiskās izglītības pamati |
| 01.09.2011.-pašlaik | Rīgas Stradiņa universitāte | Doktora studijas |

1. Darba pieredze

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Laika posms | Darbavieta | Amats un galveno darba pienākumu apraksts | Darba saturs (tai skaitā, ja nepieciešams, informācija par pieredzi cilvēku komandas vadīšanā) |
| 2007.-pašlaik | Sporta laboratorija, SIA – Starptautiskās Sporta medicīnas federācijas sadarbības centrs | Iestādes vadītāja, sporta ārste | Speciālists slodzes testa metodēs un elektrokardiogrāfijā, vielmaiņas diagnostikā, sporta traumu ārstēšanā un rehabilitācijā |
| 2014.-pašlaik | Rīgas Stradiņa universitāte  Tālākizglītības fakultāte | Sporta ārstu rezidentūras programmas vadītāja | Rezidentūras studiju programmas izpildes gaitas izvērtēšana un vadīšana |
| 2010.-pašlaik | Latvijas Paralimpiskā komiteja (LPK) | LPK sporta ārste,  Nacionālais un Starptautiskais sporta medicīniskais klasifikators | Diagnostika, ārstēšana un rehabilitācija |
| 2012.-pašlaik | Latvijas Basketbola savienība | Galvenā sporta ārste, medicīnas konsultante | Konsultāciju sniegšana |
| 2002.-pašlaik | BJBS Rīga | Sporta ārste | Diagnostika, ārstēšana un rehabilitācija |
| 2003.-2007. | Sporta medicīnas valsts aģentūra (SMVA) | Izglītojoši metodiskās un statistikas nodaļas vadītāja | Projektu izstrāde un vadīšana |
| 2000.-2004. | Nacionālais medicīnas apgāds | Medicīnas literatūras projektu vadītāja | Projektu izstrāde un vadīšana |

1. Dalība profesionālās organizācijās:

**Latvijas sporta medicīnas asociācijas prezidente**

**Latvijas kardiologu biedrības biedrs**

1. Citas prasmes:

Teicamas komunikācijas un organizatoriskās prasmes

Latviešu Tautas dejas, Tautas deju ansamblis “Līgo”

1. Pedagoģiskā darbība

Lekciju, semināru un nodarbību nodrošināšanas pakalpojumi Rīgas domes Labklājības departamentam “Interaktīvo nodarbību vadīšana skolu jauniešiem (5.-12.kl.) par traumatisma profilaksi”. 130 stundas 2018 gadā.

Rīgas Stradiņa univesitātes, Rīgas domes Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmijas, Treneru tālākizglītības centra studentu, Latvijas tenisa savienības, Starptautiskās tenisa federācijas, Latvijas basketbola savienības, semināru vadītāja un lektore Sporta medicīnas un fiziskās slodzes ietekmes uz organismu pamatjautājumos.

2016.gadā lektore IZM izsludinātajā un Rīgas izglītības un informatīvi metodiskā centra organizētajā mācību programmā “Mācību pakalpojumi pedagogu profesionālās kompetences pilnveides A programme apguvei” - “Dinamiskās pauzes izmantošana mācību procesā izglītojamo stājas attīstīšanai un nostiprināšanai pirmsskolas, pamatskolas sporta pedagogiem”, apmācīti 500 speciālisti.

2014.-2015.gadā Programmas vadītāja, lektore un prakses vadītāja, mācību materiāla autore Rīgas Stradiņa universitātes Eiropas Sociālā fonda darbības programmas „Cilvēkresursi un nodarbinātība” papildinājuma 1.3.2.3. aktivitātes „Veselības aprūpes un veselības veicināšanas procesā iesaistīto institūciju personāla kompetences, prasmju un iemaņu līmeņa paaugstināšana” projekta „Veselības aprūpes un veselības veicināšanas procesā iesaistīto institūciju personāla tālākizglītība nozares ilgtspējīgai attīstībai” ietvaros programma “Sporta medicīnas pamati primārās veselības aprūpes profesionāļu praksē”, apmācīti 300 speciālisti.

2009. – 2017.gadā Lattelekom Rīgas maratona sagatavošanās publisko treniņu vadīšana, lekciju lasīšana, metodisko materiālu sagatavošana par uzturu sportistiem, medicīnas studentu – voluntieru apmācība darbam maratona dienā.

1. Zinātniskās publikācijas:

Rozenstoka S., Lace A., Raibarts J. «Physical load tolerance of the amateur sportsmen», Eiropas sporta medicīnas kongresā, Strasburga, Francija, 2013.

Rozenstoka S., Lace A., Rinkule S. «Adequate recovery importance for athletes with disabilities», Eiropas sporta medicīnas kongresā, Strasburga, Francija, 2013 .

Rozenstoka S., Lāce A. «Iesildīšanās un atsildīšanās nozīme pilnvērtīgā treniņu procesā», Rīgas Stradiņa universitātes 13. zinātniskajā konferencē, 2014.

Rinkule S., Zariņš Z., Rozenštoka S., Vētra A. „Ķermeņa kompozīcijas un vielmaiņas intensitātes salīdzinājums sportistiem ar muguras smadzeņu bojājumiem ar spasticitāti un bez", Rīgas Stradiņa universitātes 13. zinātniskajā konferencē, 2014.

Rozenštoka S., Atte S. „Locītavu hipermobilitāte izplatības biežums Rīgas peldētāju vidū”, Rīgas Stradiņa universitātes 14. zinātniskajā konferencē, 2014.

Rozenstoka S., Spalva K., Raibarts J. “Adolescent athlete cardiorespiratory system adaptation to the regular training”, British Journal of Sports medicine, Pasaules Sporta medicīnas kongress, 2016.

Zahare A., Rozenstoka S. “Organised workout load impact on health and fitness among Latvian army recruits”, British Journal of Sports medicine, Pasaules Sporta medicīnas kongress, 2016.

Steina S., Rozenstoka S. “Overuse sports injuries in children”, British Journal of Sports medicine, Pasaules Sporta medicīnas kongress, 2016.

Rozenstoka S., Lace A., Golubcova K., Erglis A. “The influence of training program on the functionality of respiratory system”, British Journal of Sports medicine, Pasaules Sporta medicīnas kongress, 2016.