

Apstiprinu: _____ 2023.g.

nometnes vadītāja / Gražina Stolovska /
27.03.2023.g.

NOMETNES PROGRAMMA

“Tīraines pienenes” 05.06.-16.06.2023 .g.

Mērķis: Lai nodrošinātu sākumskolas vecuma bērniem lietderīgu brīvā laika pavadīšanu vasaras brīvlaikā organizēt vasaras dienas nometni.

Uzdevumi:

1. Veikt nometnes sagatavošanās aktivitātes:
 - saņemt nepieciešamos atzinumus, slēgt līgumus un iesniegt informāciju;
 - veikt iepirkumus biedrības materiāli- tehniskās bāzes pilnveidei;
2. Veikt dalībnieku atlasu un slēgt līgumus ar nometnes dalībnieku vecākiem;
3. Organizēt nometni;
4. Izvērtēt nometnes norisi;
5. Veikt nometnes publicitātes pasākumus;
6. Iesniegt atskaiti par nometnes norisi Mārupes novada pašvaldībā.

Mērķa grupa: Mārupes novadā, Mārupes novada izglītības iestāžu sākumskolas un pamatskolas vecuma bērni.

<i>Laiks</i>	<i>Pirmdiena</i> <i>05.06.23.</i>	<i>Otrdiena</i> <i>06.06.23.</i>	<i>Trešdiena</i> <i>07.06.23.</i>	<i>Ceturtdiena</i> <i>08.06.23.</i>	<i>Piektdiena</i> <i>09.06.23.</i>
9:00- 9:30 9:30- 10:30	<p>Nometnes atklāšana.</p> <p>Dalībnieku iepazīstināšana ar drošības noteikumiem nometnē.</p> <p>VAV, FUTBOLS</p> <p>Bumbas piespēle starp vārtiem pa pāriem</p> <p>Spēlētāji tiek sadalīti pa pāriem un saskaita, cik reizes viņi ir piespēlējuši bumbu starp vārtiem. Pēc komandas "hop" spēlētājiem ar bumbu ir jāšēž uz bumbas, tiem, kuriem nav bumbas - lēkt.</p> <p>Vingrinājuma beigās treneris jautā, cik bumbas piespēles spēlētāji ir guvuši.</p>	<p>Rīta aplis Kopīga rīta rosme.</p> <p>VAV, FUTBOLS</p> <p>Spēle - Astes (bez bumbas)</p> <p>Katram spēlētājam šortos ir apmetnis (aste). Uzvar tas, kurš savāc visvairāk apmetņu. Ja apmetnis tiek atņemts, spēlētājs joprojām turpina spēli.</p>	<p>Rīta aplis. Kopīga rīta rosme.</p> <p>Defilē. Skatuves gaita; koncepcija atklāt bērna individualitāti</p>	<p>Rīta aplis. Kopīga rīta rosme.</p> <p>VAV, FUTBOLS</p> <p>Spēle - Astes (ar bumbam)</p> <p>Katramspēlētājam šortos ir apmetnis (aste). Uzvar tas, kurš savāc visvairāk apmetņu. Ja apmetnis tiek atņemts, spēlētājs joprojām turpina spēli. Tikai tagad katram spēlētājam ir bumba kājās un viņi vada bumbu.</p>	<p>Rīta aplis Kopīga rīta rosme.</p> <p>Defilē.</p> <p>Imidžs Nodarbībās</p> <p>Īpašu uzmanību pievēršim arī pašapziņas celšanai, jo defilē svarīga ir pārliecība pašam par sevi, gan stājā, gan skatienā, gan kustībā.</p>
10:30- 11:00	Brokastis	Brokastis	Brokastis	Brokastis	Brokastis

11: 00 -13:00	Radošo aktivitāšu darbnīca (vizuālā māksla) Mandeles zīmējums	Radošo aktivitāšu darbnīca (vizuālā māksla) Glezniņa no ģipša izmantojot augu valsts materiālus	Radošo aktivitāšu darbnīca (vizuālā māksla) Glezniņa no ģipša izmantojot augu valsts materiālus	Radošo aktivitāšu darbnīca (vizuālā māksla) origami no krāsainiem papīriem	Radošo aktivitāšu darbnīca (vizuālā māksla) Nozīmītes veidošana no ģipša (pienenīte)
13:00- 13:45	Pusdienas	Pusdienas	Pusdienas	Pusdienas	Pusdienas
13:45- 14:00 14:00- 14:30	Brīvās rotaļas, spēles (Yoga, Ā.vingrošana) Ar kuras palīdzību : bērniem stimulē organisma augšanu, attīstību un veidošanos; veicina psihisko un emocionālo attīstību; aktivizē dzīvībai svarīgo orgānu un sistēmu darbību, uztur un attīsta tās; veicina organisma vispārējā tonusa paaugstināšanos	Brīvās rotaļas, spēles (Yoga, Ā.vingrošana)) Ar kuras palīdzību : bērniem stimulē organisma augšanu, attīstību un veidošanos; veicina psihisko un emocionālo attīstību; aktivizē dzīvībai svarīgo orgānu un sistēmu darbību, uztur un attīsta tās; veicina organisma vispārējā tonusa paaugstināšanos	Brīvās rotaļas, spēles (Yoga, Ā. vingrošana) Ar kuras palīdzību : bērniem stimulē organisma augšanu, attīstību un veidošanos; veicina psihisko un emocionālo attīstību; aktivizē dzīvībai svarīgo orgānu un sistēmu darbību, uztur un attīsta tās; veicina organisma vispārējā tonusa paaugstināšanos	Brīvās rotaļas, spēles (Yoga, Āvingrošana)) Ar kuras palīdzību : bērniem stimulē organisma augšanu, attīstību un veidošanos; veicina psihisko un emocionālo attīstību; aktivizē dzīvībai svarīgo orgānu un sistēmu darbību, uztur un	Brīvās rotaļas, spēles (Yoga, Ā.vingrošana)) Ar kuras palīdzību : bērniem stimulē organisma augšanu, attīstību un veidošanos; veicina psihisko un emocionālo attīstību; aktivizē dzīvībai svarīgo orgānu un sistēmu darbību, uztur un

					attīsta tās; veicina organisma vispārējā tonusa paaugstināšanos
14:30- 15:30	<p>Interesešu grupu nodarbības</p> <p>Ritmika un ritmizēšana.</p> <p>Body percussion, Ķermeņa perkusija ir ļoti populāra visā pasaulē ka koordināciju un ritma izjūtas attīstības metode.</p> <p>Roku ritmi. Dziesma – nometnes himna “Pienenītes”</p>	<p>Interesešu grupu nodarbības</p> <p>Ritmika un ritmizēšana. Body percussion (Ķermeņa perkusija) Glāzes ritmi. (Un arī roku ritmi, iedziedāšanas – atkātojums). Kāda no tautas spēlēm (maori, latviešu, spāņu)</p>	<p>Interesešu grupu nodarbības</p> <p>– Ievads body percussion pasaulē.</p> <p>Pamāt kustības. Veidosim pavadījumu kādai pazīstamai melodijai. (Spēle, dziesma, glāzes, rokas – jebkura brīvā minūtē)</p>	<p>Interesešu grupu nodarbības</p> <p>Body percussion – ar savu ķermeni.</p> <p>Sēžot uz krēsla / grīdas.</p>	<p>Interesešu grupu nodarbības</p> <p>Atbilstoši tam kas bērniem patiks, labāk sanāks, – veidosim priekšnesumu.</p>
16:30- 17:00	<p>LAUNAGS</p> <p>Dienas noslēgums, došanās mājās</p>	<p>LAUNAGS</p> <p>Dienas noslēgums, došanās mājās</p>	<p>LAUNAGS</p> <p>Dienas noslēgums, došanās mājās</p>	<p>LAUNAGS</p> <p>Dienas noslēgums, došanās mājās</p>	<p>LAUNAGS</p> <p>Dienas noslēgums, došanās mājās</p>

<i>Laiks</i>	<i>Pirmdiena 12.06.23.</i>	<i>Otrdiena 13.06.23.</i>	<i>Trešdiena 14.06.23.</i>	<i>Ceturtdiena 15.06.23.</i>	<i>Piektdiena 16.06.23.</i>
9:00- 9:30 9:30- 10:30	Rita aplis Kopīga rīta rosme. Defilē. mūzika Mācīsim skatuves gaitu – pozas, pagriezienus, skatuvisku attieksmi, skatienu	Ekskursija https://www.daba.gov.lv/lv/gaujas-nacionala-parka-dabas-centrs Nodarbības izbraukumā: Gaujas Nacionālā parka dabas centrs. Gaujas Nacionālā parka dabas centrs piedāvā iepazīties ar ģeoloģijas vēsturi, cilvēka un dabas mijiedarbību, daudzām Latvijā sastopamām augu un dzīvnieku sugām, kā arī apgūt jaunas zināšanas par Gaujas senleju un tās rašanos iesaistoties praktiskās nodarbībās – izmantojot spēles, interaktīvu inventāru, aizraujošus apskates materiālus un mācīties arī dodoties dabā.	Rita aplis Kopīga rīta rosme. Defilē. Mācīsim skatuves gaitu – pozas, pagriezienus, skatuvisku attieksmi, skatienu	Rita aplis Kopīga rīta rosme. Defilē. horeogrāfija savienosim mūziku un horeogrāfiju	Rita aplis Kopīga rīta rosme. VAV, FUTBOLS Sacensības "bumbas piespēles precizitāti" Spēlētāji pa pāriem veic 10 precīzas bumbas piespēles starp konusiem un skrien paņemt micītes. Kuram pārim ir vismazāk micītes, tie veic "soda uzdevumu".
10:30- 11:00	BROKASTIS		BROKASTIS	BROKASTIS	BROKASTIS
11:00- 13:00	Radošo aktivitāšu darbnīca. Nozīmītes veidošana no ģipša (pienenīte)	Dabas izglītības centrs aktīvi sadarbojas ar sava reģiona skolām un piedāvā dažādas izbraukuma lekcijas un nodarbības ar atraktīviem uzdevumiem un vides spēlēm par dabas aizsardzības tēmām.	Radošo aktivitāšu darbnīca. Sapņu ķērji	Radošo aktivitāšu darbnīca. Sapņu ķērji.	Radošo aktivitāšu darbnīca. "Mūsu piedzīvojumi nometnē".

13:00- 13:45 13:35- 14:00	Pusdienas Brīvās rotaļas, spēles meditācija		Pusdienas Brīvās rotaļas, spēles meditācija	Pusdienas Brīvās rotaļas, spēles meditācija	Pusdienas Brīvās rotaļas, spēles meditācija
14:00- 15:00	Zirgu ikdienas dzīve stallī- ekskursija Zirgu ikdienas dzīve stallī- barošana, apkopšana, praktiski darbi stallī. Drošības tehnikas noteikumi saskarsmē ar zirgiem. Zirga sagatavošana jāšanas nodarbībai- tīrīšana, seglošana, pareiza zirga vešana pie pavadas.	KAS IR DABAS IZGLĪTĪBA? Tā ir tava iespēja mācīties par dabu dabā. Atkarībā no vecuma saprast cilvēka un dabas harmoniskās līdzāspastāvēšanas iespējas, izziņāt mūsu dabas un ainavu unikalitāti un vērtības, darbojoties kopā ar ekspertiem, apgūt saudzīgas rīcības un saimniekošanas metodes.	Mazs ieskats zirgu šķirnes vēsturē; zirgu šķirnes, to pielietojums- sports, darbs, atpūta. Zirgu krāsas, to noteikšana praktiski. Jāšanas nodarbība- pareiza uzsēde, pavadu turēšana, līdzsvars soļu un rikšu gaitā. Zirga vadība- pagriešana, apstādināšana, izsūtīšana uz priekšu.	Jāšanas nodarbība- pareiza uzsēde, pavadu turēšana, līdzsvars soļu un rikšu gaitā. Zirga vadība- pagriešana, apstādināšana, izsūtīšana uz priekšu.	Noslēguma pasākums – “Mūsu piedzīvojumi nometnē”.
15:00- 16:30	Interesu grupu nodarbības Body percussion – ar savu ķermeni Un tālāk - Priekšnesuma repetīcijas.	Dabas centros ir pieejami: B daudzveidīgi informatīvie materiāli; B tematiskās ekspozīcijas un izstādes; B speciāls inventārs dabas izzināšanai; B darba lapas; B dažādas izziņas spēles.	Patriotiska audzināšana: Gods dzīvot Mārupe! Tikšanas “Tiraines zirgu stalli” ar Latvijas jātnieku Rihardu Snikusu un ar ar zirgu "King of the Dance", kurš paraolimpiskajās spēlēs izcīnīja sudraba medaļu iejādes sacensību otrā disciplīnā, jau otro reizi Tokijā nopelnot vietu uz goda pjedestāla otrā pakāpiena. Rihards Snikus Dzimšanas gads: 1988 Medicīniskā sporta klase: I a Sporta veids: Iejāde	Patriotiska audzināšana: Sadaliet bērņus 4. grupās. Katra grupa veido savu projektu. 1- 4. prezentēs šo projektu. Tēma : iemesli, kāpēc Latvija ir labākā valsts". - 1 iemesls (izgatavo un runā par tiem); - 2. iemesls (parāda); - 3 iemesli (uzzīmējiet attēlu); - 4. iemesls (izgatavo no papīra); - 5 iemesli (izveidojiet plakātu).	Pikniks Ar perfomens surpice

			<p>Eiropas čempionāts Gēteborga, 2017 – SUDRABA medaļa izvēles programma; BRONZAS medaļa individuāli obligātā programma.</p> <p>XV Paralimpiskās spēles, Riodežaneiro, 2016 – PIEKTĀ vieta izvēles programma.</p> <p>XIV Paralimpiskās spēles, Londona, 2012 – CETURTĀ vieta izvēles programma.</p>		
16:30-17:00	<p>LAUNAGS</p> <p>Dienas noslēgums, došanās mājās</p>	<p>LAUNAGS</p> <p>Dienas noslēgums, došanās mājās</p>	<p>LAUNAGS</p> <p>Dienas noslēgums, došanās mājās</p>	<p>LAUNAGS</p> <p>Dienas noslēgums, došanās mājās</p>	