



Lilīta Mitrofanova

LOK Projektu vadītāja



sportovisaklase@olimpiade.lv



+371 28622447







PROJEKTA KLASĒM SPORTA STUNDAS JĀNODROŠINA

5x NEDĒĻĀ

Latvijas Olimpiskā komiteja sadarbībā ar Latvijas Sporta pedagogijas augstskolu un sporta veidu federācijām, izstrādājusi metodiskās rokasgrāmatas no 2. līdz 6.klasei 7 dažādās programmās, nodrošinot mācību materiālu katrai sporta stundai





VISPĀRĒJĀ
FIZISKĀ
SAGATAVOTĪBA



NODARBĪBAS
SVAIGĀ GAISĀ



PELDĒŠANA +
«PELDĒT
DROŠI!»



FUTBOLS/

SPĒLES UN
ROTAĻAS



DŽUDO
Latvijas Džudo federācija



PIESKĀRIENREGBIJS
Latvijas Regbija federācija

PROGRAMMAS





**IEINTERESĒT BĒRNUS UN
JAUNIEŠUS
NODARBOTIES AR
FIZISKĀM AKTIVITĀTĒM,
UZLABOJOT VIŅU
VESELĪBU UN DZĪVES
KVALITĀTI**

MĒRĶIS



DALĪBNIEKI



2.klases



3.klases



4.klases

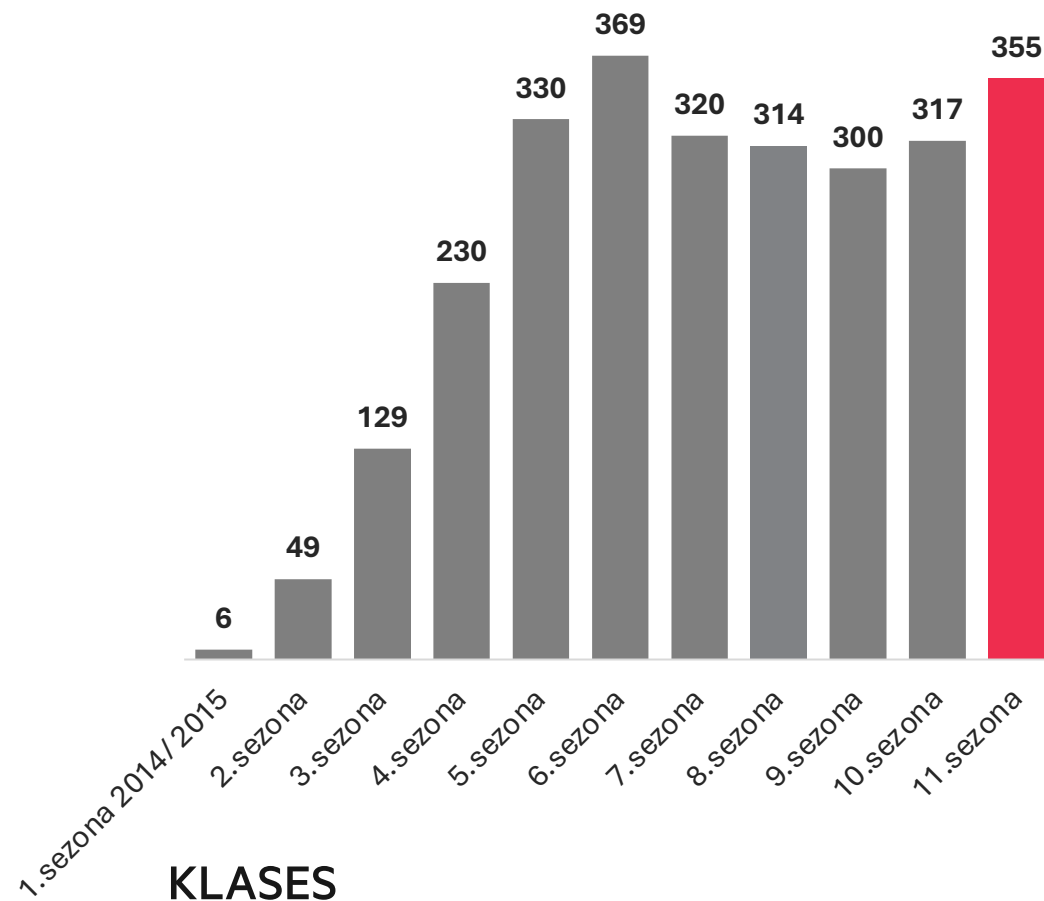
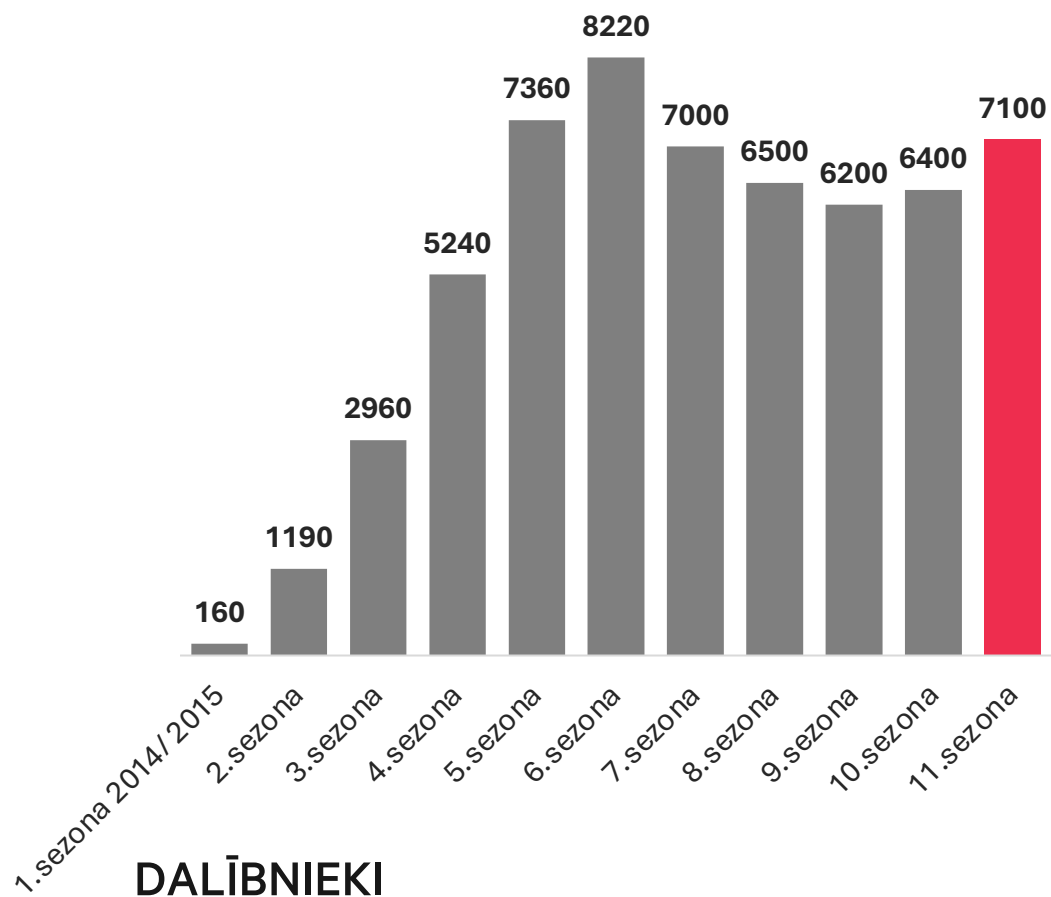


5.klases



6.klases







KAS NOTIEK?

ATKLĀŠANA



mācību gada atklāšana/
jauno dalībnieku sveikšana

18.OKT

Zemgales Olimpiskais centrs



sports
5x nedēļā

FEB - APR

CEĻŠ LĪDZ FINĀLSACENSĪBĀM

Klases sadalītas apakšgrupās, kur cīnās par 1.vietu, lai nokļūtu finālsacensībās, krājot punktus 4 disciplīnās:



sekmes
(vidējais klases vērtējums)



stafetes
diplomi/ suvenīri
visiem dalībniekiem



VFS uzdevumi



labie darbi

KAS NOTIEK?



PIEDALĀS KATRAS APAKŠGRUPAS 1.VIETA

SACENSĪBAS NOTIEK 2 DIENAS:

- pirmā diena - 5. un 6.klases
- otrā diena – 3. un 4.klases

MAIJS

Zemgales Olimpiskais centrs



stafetes/ spēles/
citas aktivitātes



erudīcijas
uzdevums



disciplīna klašu
pedagogiem



izklaide/
koncerts

FINĀLSACENSĪBAS



samazinātas negatīvās emocijas/
uzlabota emocionālā pašsajūta



uzlabotas kognitīvās funkcijas, spēja
koncentrēties un mācību sasniegumi



uzlabotas sportiskās iemaņas un
izveidots ieradums nodarboties ar sportu



samazināts liekais svars (tiem, kam paaugstināts),
uzlabota veselība/ imūnsistēma (bērni retāk slimo)



uzlabota spēja strādāt komandā un
komunikācijas prasmes

IEGUVUMI



informācija sagatavota balstoties uz zinātniskā pētījuma datiem,
vecāku un pedagogu aptauju rezultātiem;
nav attiecināms 100% uz visiem dalībniekiem.

SPORTLAND

BVL 1st

**PIEVIENTĀ
VĒRTĪBA**

Sporta preču tirgotājs «Sportland» 20 klases (tās, kuras pieteikušās pirmo gadu) nodrošina ar ekipējumu (t-krekls + īsās sporta bikses (bērniem) + t-krekls klases audzinātājam un sporta pedagogam + apdruka) bez maksas.

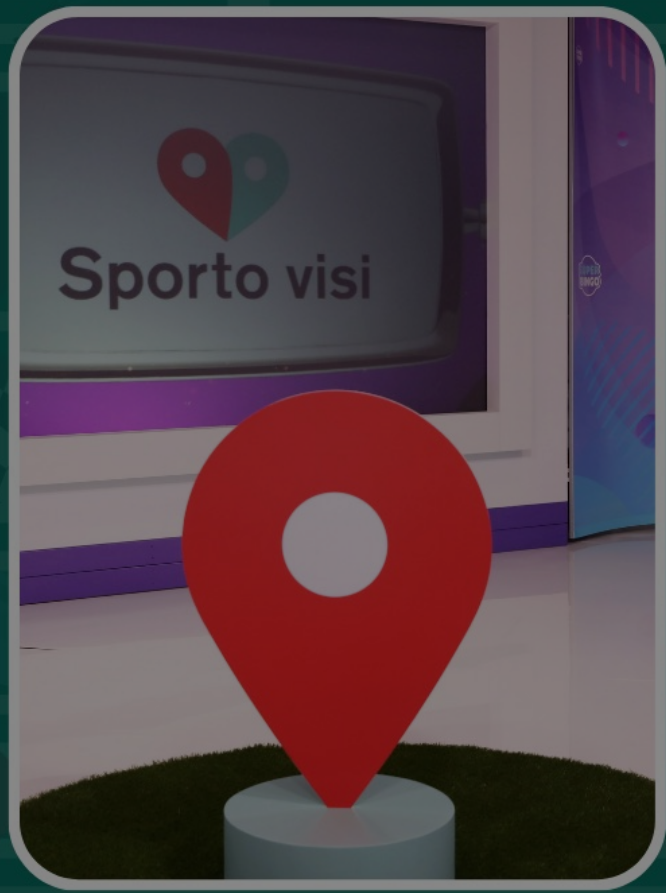


ekipējums tiek
nodrošināts vienu
sezonu



klases, kuras saņem
ekipējumu, tiek
noteiktas izlozes
kārtībā





PIEVIENTĀ VĒRTĪBA

KUSTĪBA, KAS VIENO!

Interaktīvā izloze Sporto visi ir loterijas produkts VAS Latvijas Loto un Latvijas Olimpiskās komitejas kopīgi īstenotajā aktīva dzīvesveida atbalsta iniciatīvā - Kustība, kas vieno.

Lai skola varētu pretendēt uz finansējumu, **tai ir jābūt projekta Sporto visa klase dalībnieci.**

[Vairāk par loteriju](#)



KATRU NEDĒĻU

no 2021.gada
16.oktobra

līdz 2025.gada
4.oktobrim



VIENA SKOLA

projekta
«Sporto visa klase»
dalībniece



SAŅEM 5000 EUR

kurus iespējams izmantot izglītības iestādes sporta dzīves norišu veicināšanai, sporta infrastruktūras uzlabošanai, sporta ekipējuma un inventāra iegādei, sporta pedagogu, treneru un citu speciālistu atalgojumam

Nometne “Personības akadēmija” tiek īstenota pēc LOK iniciatīvas ar Latvijas Loto kapitāldaļu turētāja Latvijas Republikas Finanšu ministrijas atbalstu, sadarbībā ar Izglītības un zinātnes ministriju, Nometnes īstenošanai atvēlot valsts budžeta finansējumu, daļas no Latvijas Loto valsts budžetā iemaksāto dividenžu apmēra.

PIEVIENOTĀ VĒRTĪBA

SACENSĪBAS

klases, kuras
iekļuvušas
finālsacensībās,
katra saņem 2
(zēns + meitene)
ceļazīmes

50
dalībnieki

INDIVIDUĀLIE PIETEIKUMI

Skolēniem no
visām projekta 5.
un 6.klasēm ir
iespēja aizpildīt
anketu, lai
pieteiktu sevi uz
vietu nometnē

Atlases sistēma 2025.gada nometnei var tikt koriģēta.

Nometnes tās dalībniekiem ir bez maksas.

[Vairāk par nometni](#)





9 IEDVESMAS UN SPĒKA DIENAS JAUNIEŠU UN LATVIJAS IZAUGSMEI

diennakts nometne "Personības
akadēmija"





MĒRĶIS



Sportiskas, harmoniskas,
iedvesmojošas personības attīstīšana

Patriotisma veicināšana

Globālo iespēju horizontu
paplašināšana

Sporta draugu kopienas, atbalsta
grupas veidošana



DALĪBNIĒKU ATLASE



Projekta “Sporto visa klase”
5. un 6.klašu skolēni

- skolēni no finālklasēm
- skolēni, kuri pieteikušies izmantojot pieteikuma anketu



[SKATIES VIDEO](#)





DALĪBNIEKU ATLASE



Finālsacensībās piedalās vairāk kā 400 skolēni

Pieteikties nometnei ir iespēja jebkurai no 1700 5. un 6.klašu skolēnam, kuri piedalās projektā "Sporto visa klase"



[SKATIES VIDEO](#)



TĒMAS



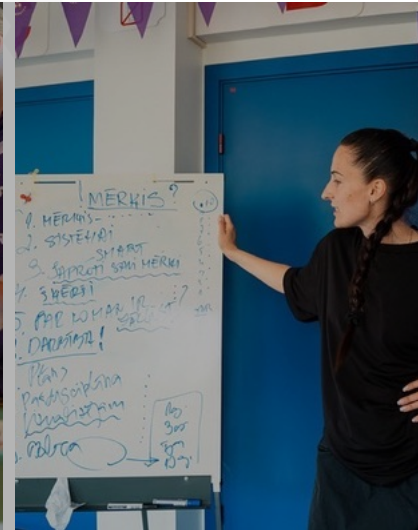
OLIMPISKĀS
VĒRTĪBAS,
VĒSTURE,
LEĢENDAS



FIZISKĀ UN
EMOCIONĀLĀ
LABSAJŪTA



SOCIĀLĀ JOMA



PRASMES
DZĪVEI UN
KARJERAI



NĀKOTNES
VĪZIJU DIENA



SMAIDS UN
IZKLAIDE



OLIMPISKĀS VĒRTĪBAS, VĒSTURE, LEĢENDAS

Ievadlekcija par Antīko Olimpisko vēsturi/
mūsdienu Olimpisko kustību

Senās Olimpiskās spēles

Tikšanās ar Olimpieti/ Olimpisko
medaļnieku

Tikšanās ar sporta leģendu



[SKATIES VIDEO](#)



FIZISKĀ UN EMOCIONĀLĀ LABSAJŪTA

Kustība - sporta aktivitātes, treniņi

Fiziskā veselība - fizioterapijas nodarbība, vingrošana, elpošanas prakse

Psiholoģija - sevis izzināšana, mērķu filozofija, attiecības ar līdzcilvēkiem, mentālā veselība

Ēdiens - ēdiena nozīme ikdienā, ieteikumi

Emocionālā labsajūta - pieredzes stāsti, testi, individuāls mentoring



[SKATIES FOTO GALERIJU](#)



SOCIĀLĀ JOMA



Komanda - kā strādāt komandā, darbs grupās, pieredzes stāsti un analīze

Sociāli aktīva persona - izglītība, labdarība, politikas veidošana



[SKATIES VIDEO](#)

PRASMES DZĪVEI UN KARJERA

Runas argumentācijas un prezentēšanas prasmes

Vizuālais tēls, mode, sociālo tīklu nozīme, foto/ video veidošanas prasmes, u.c..

Ēst gatavošanas prasme, svētku organizēšana

Pieredzes stāsti



[SKATIES FOTO GALERIJU](#)



NĀKOTNES VĪZIJU DIENA



Kas es vēlos būt, kad izaugšu

Veiksmes kods, pieredzes stāsti

Sports kā pamats veiksmīgai karjerai



[SKATIES VIDEO](#)

SMAIDS UN IZKLAIDE

Piedzīvojumi un izaicinājumi dabā
(pārgājiens, laivu brauciens)

Komandu vienojoši uzdevumi, darbs
grupās

Katru dienu kāds izaicinājums, balvas,
motivējoši prieki



[SKATIES VIDEO](#)





Dons



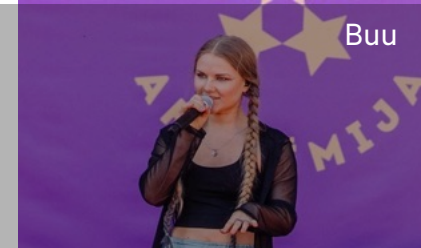
Diāna Krūmiņa



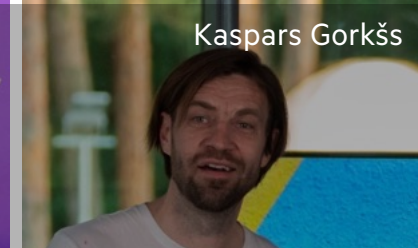
Patrisha



Raimonds Bergmanis

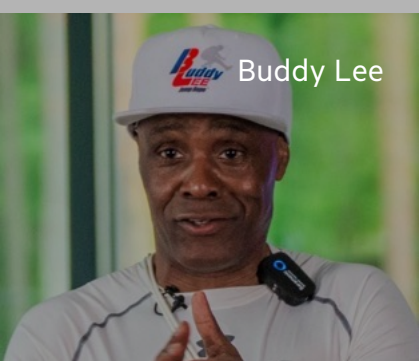


Buu



Kaspars Gorkšs

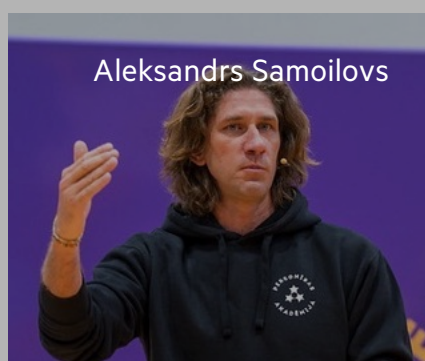
VIESI UN IEDVESMA



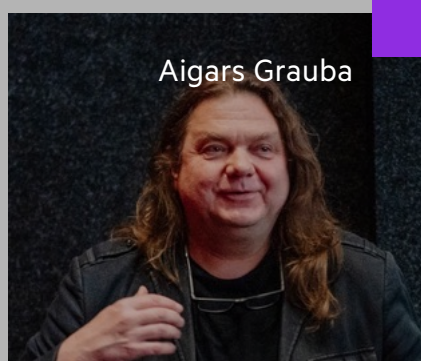
Buddy Lee



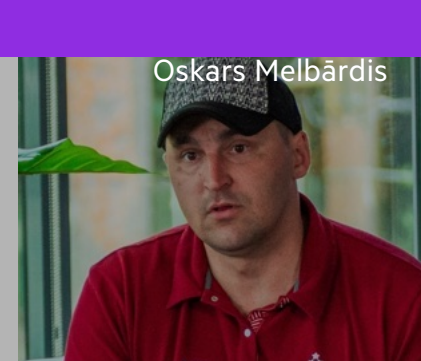
Sandis Ozoliņš



Aleksandrs Samoilovs



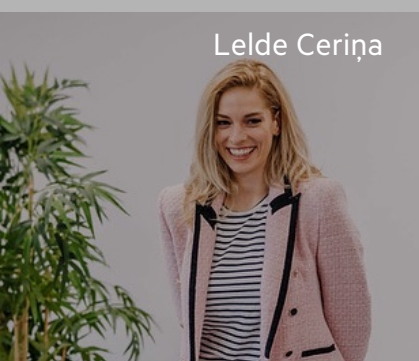
Aigars Grauba



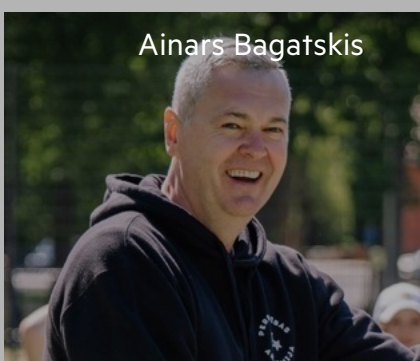
Oskars Melbārdis



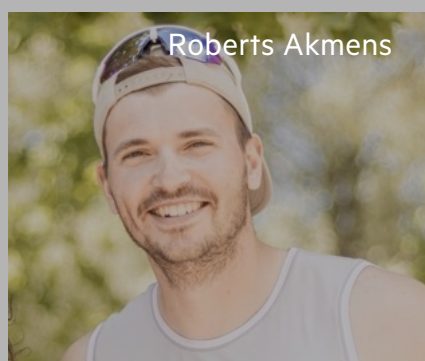
Aivis Ceriņš



Lelde Ceriņa



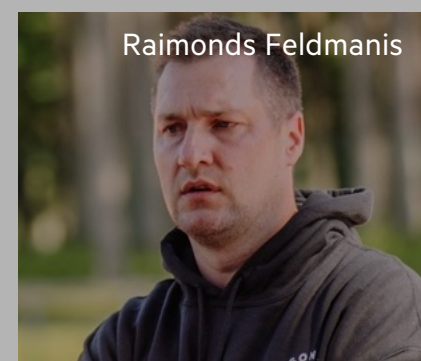
Ainars Bagatskis



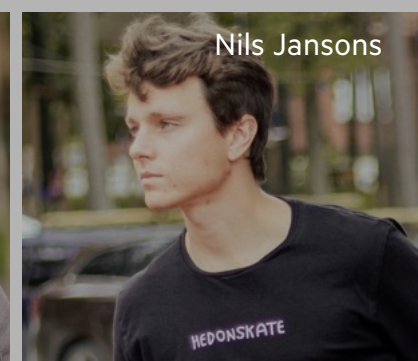
Roberts Akmens



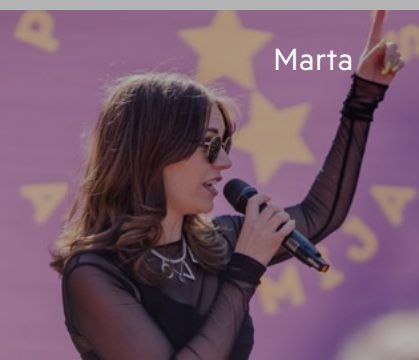
Tīna Graudiņa



Raimonds Feldmanis



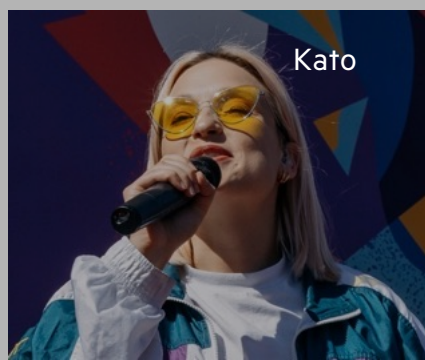
Nils Jansons



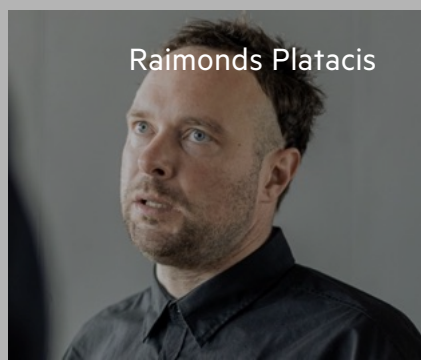
Marta



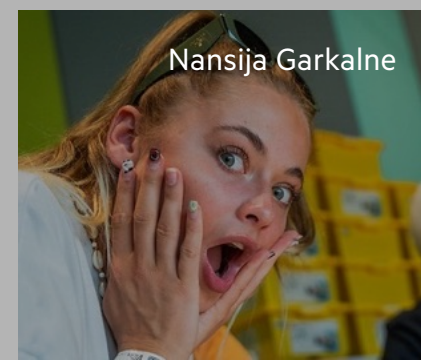
Guntars Kokorevičs



Kato



Raimonds Platacis



Nansija Garkalne



Edgars Krūmiņš