



"Personības akadēmija"

Latvijas Olimpiskās komitejas projekts jauniešiem

Dalībnieki 60 jaunieši vecumā no 11-13 gadiem.

Projekta "Sporto visa klase" klašu dalībnieki

11.06 – 18.06 / Valmiera. J.Daliņa sporta komplekss

Programma.

11.06. svētdiena

Ierašanās no 15.00 iepazīšanās spēles / iekārtošanās

17.00 Atklāšana

LOK ģenerālsēkretārs Kārlis Lejnīeks

Olimpietis, vieglatlēts Arnis Rumbenīeks, dziedātāja Marta

12.06.pirmdiena

Tēma: "Olimpisko vērtību diena, vēsture, leģendas"

10.00 – 11.30 Latvijas basketbola leģenda Ainars Bagatskis

12.00 – 13.00 Olimpiskā stunda Antra Gulbe

14.00 – 16.00 Senās olimpiskās spēles

17.30 – 18.30 Eiropas čempione volejbolā, olimpiete Tīna Graudiņa (saruna translēta tiešsaistē YT/ olimpiade.lv)

10.00 Kino vakars. Valmieras kinoteātris, filma "Mūsējie"

Denisa Vasiļjeva video uzruna

Viesos režisors Matīss Spaile

13.06. otrdiena

Tēma: "Fiziskā un emocionālā labsajūta"

11.00 – 12.30 Nodarbības Valmieras OC peldbaseinā

15.00 – 16.30 LOV fizioterapeits Jānis Lācis – lekcija un nodarbība

17.00- 19.00 Spēles un aktivitātes

20.00 TV un radio personība Lauris Zalāns "Tik-tok meistarklase

14.06.–15.06., trešdiena, ceturtdiena

Pārgājiens dabā ar teltīm un laivām (kempings Jaunarāji, Gauja)

14.06.

Pārgājiens ar tūrisma gidu, velobraucēju un krosmintona entuziasti Santu Paegli

Vakars pie Gaujas, komandu spēles kopā ar piedzīvojumu ekspertu Māri Resni

Ugunskurs un naksņošana teltīs.

15.06

Brokastis. Aktivitātes kempingā

laivošana pa Gauju

Brain Games spēļu aktivitātes

20.00 Pasaules apceļotājs Kārlis Bardelis "Nekādu atrunu, seko savam sapnim"

16.06. piektdiena

Tēma "Sociālā joma"

- 10.00 – 11.00 Valmieras novada domes priekšsēdētājs Jānis Baiks
11.30 – 13.00 Pusaudžu resursu centra nodarbība "Vai zini, cik daudz ir par daudz?"
14.00 – 16.00 Zaļā Josta interaktīva nodarbība "Kāpēc svarīgi šķirot atkritumus?"
17.00 – 18.30 Pirmās palīdzības meistarklase ar Sarkanā Krustu
20.00 Īpašais viesis -leģedārais futbolists Kaspars Gorkšs

17.06., sestdiena

Tēma "Prasmes dzīvei / karjera"

- Viesos uzņēmēji Guntars Kokorevičs, dziedātāja Patrisha
Bobslejists, olimpiskās zelta medaļas ieguvējs Oskars Melbārdis
17.30 – 19.00 ASV olimpietis, uzņēmējs Buddy Lee
Vakarā nometnes ballīte "Talantu šovs"

18.06. svētdiena

Tēma : "Nākotnes vīziju diena"

Piedzīvojumi "Sajūtu parkā"

- 17.00 – nometnes noslēgums kopā ar partneriem un vecākiem
Viesos Latvijas hokeja izlases treneris Harijs Vītoliņš
Izglītības un zinātnes ministre Anda Čakša

Katru dienu personības attīstības treneris Guntis Jansons. Spēles, pārsteigumi un izaicinājumi no nometnes komandas.