

Projekta Sporto visa klase 2026/2027 mācību gads apraksts

Ierosinātāja nosaukums	Jura Neikena Dikļu pamatskola
Projekta iesniedzējs	Jura Neikena Dikļu pamatskola
Finansēšanas avots	Valsts budžeta mērķdotācija
Projekta indikatīvais īstenošanas termiņš	2026. gada 1. septembris - 2027. gada 31. maijs
Projekta kopējās izmaksas	0 euro
Projekta ārējais līdzfinansējums	0 euro
Pašvaldības līdzfinansējums	0 euro
Kopsavilkums par projekta ietvaros veicamajām darbībām (aktivitātēm) un sasniedzamajiem rezultātiem	Projekta īstenoātājs un mērķauditorija: Projekts "Sporto visa klase" Jura Neikena Dikļu pamatskolā tiek īstenots ar mērķi veicināt izglītojamo regulāru fizisko aktivitāti, sekmēt veselīga dzīvesveida paradumu veidošanos un atbalstīt bērnu vispusīgu fizisko, emocionālo un kognitīvo attīstību. Dalībnieku sastāvs un dalības kontinuitāte: 2. un 3. klases (apvienoti): Skolēnu skaita specifikas dēļ 2. un 3. klase startē apvienotajā sastāvā 3. klašu grupā. Šāds risinājums nodrošina agrīnu jaunāko klašu skolēnu iesaisti mērķtiecīgās fiziskās aktivitātēs, vienlaikus veicinot starpvecumu sadarbību, komandas saliedētību un pietiekamu skolēnu skaitu. 5. klase (dalības pēctecība): Klase turpina dalību projektā, nodrošinot aktivitāšu un veselīgu ieradumu pēctecību, pamatojoties uz iepriekšējā mācību gada un 2024./2025. mācību gada sekmīgo dalības pieredzi. Galvenās darbības (aktivitātes): 1. Papildu sporta nodarbības un fiziskās slodzes organizēšana: Nedēļas izglītības procesā tiek integrētas regulāras papildu sporta nodarbības, nodrošinot līdzsvarotu slodzi vairākas reizes nedēļā. 2. Sporta pasākumi, sacensības un komandas (klašu) saliedēšanās pārbaudījumi: Izglītojamo dalība projekta organizētajās novada un valsts mēroga stafetēs, draudzības sacensībās un normatīvu izpildē, attīstot veselīgu sacensību kultūru, atbildību par kopīgo rezultātu un cieņu pret konkurentiem. 3. Veselīga dzīvesveida izglītības pamatprincipi: Izglītojošu nodarbību un praktisku sarunu veidā tiek sniegta izpratne par sabalansēta uztura pamatprincipiem, pietiekamu šķidruma lietošanu, miega higiēnu un nepieciešamību sabalansēt digitālo ierīču lietošanu ar aktīvu atpūtu. 4. Kognitīvās un mācību koncentrēšanās spējas veicinošas aktivitātes: Kustību elementu un dinamisko paužu integrēšana mācību dienā, lai veicinātu asinsriti, mazinātu garīgo nogurumu un sekmētu smadzeņu darbību koncentrēšanās spējas mācību procesā. Sasniedzamie rezultāti 1. Fiziskās sagatavotības un motorikas rādītāju uzlabošanās: Attīstītas bērnu vispārējās fiziskās pamatprasmes (veiklība, ātrums, izturība, līdzsvars) un nostiprināts ieradums regulāri nodarboties ar sportu. 2. Kognitīvo funkciju un mācīšanās spēju pilnveide: Pateicoties sabalansētai kustību slodzei dienas gaitā, uzlabojas skolēnu uzmanības noturība, uztveres ātrums un spēja koncentrēties mācību saturam. 3. Emocionālā labsajūta un spriedzes mazināšana: Samazināts ikdienas stress, nervozitāte un negatīvās emocijas, radot

	labvēlīgu emocionālo mikroklimatu gan klasē, gan visā izglītības iestādē. 4. Sociālās un sadarbības prasmes komandā: Pilnveidota prasme sadarboties kopīga mērķa sasniegšanai, savstarpējais atbalsts, saliedēšanās un komunikācija; veiksmīga 2. un 3. klases skolēnu integrācija vienotā komandā un 5. klases skolēnu pozitīvā piemēra demonstrēšana jaunākajiem. 5. Veselības nostiprināšana un profilakse: Mazināti mazkustīga dzīvesveida un liekā svara riski, uzlabota stājas simetrija un vispārējā organisma imūnā aizsardzība.
--	---