

Integratīva nometne bērniem un viņu ģimenēm  
projekta “Kurzeme visiem” ietvaros

## NOMETNES PROGRAMMA

Iespējamā Nometnes norises vieta/as **Talsu novads, Vandzenes pagasts, Uguņciems, Upesgrīvas pamatskola**

Nometnes vīzija - nometne **“Veselīgie piedzīvojumi Uguņos”** ir vērsta uz nometnes dalībnieku emocionālo un garīgo labklājību, kas stiprinās asu prātu, čaklas rokas, stipru veselību, labu sirdi un ciešu draudzību. Nometnes dalībnieki veicinās savstarpējo sadarbību un piepildīs nedēļu ar pozitīvām emocijām.

Nometnes mērķis - **sniegt nometnes dalībniekiem iespēju attīstīt, pilnveidot un nostiprināt savas teorētiskās, praktiskās, fiziskās un radošās spējas savas personības izaugsmei, veicinot bērnu ar funkcionāliem traucējumiem un viņu ģimeņu integrāciju sabiedrībā.**

Izvēlētās darba metodes - **teorētisko un praktisko metožu izmantošana mijiedarbojoties komandā. Spēļu metodēs orientējas uz sadarbības prasmju attīstību un pilnveidi. Radošās darbnīcās attīsta savu individuālo vēlmi aktīvi līdzdarboties nodarbībās un aktivitātēs. Radošās darbnīcas, fiziskās aktivitātes, izzinoši pārgājieni, ekskursija, mūzikas terapija, smilšu terapija vērsta uz nometnes dalībnieku asu prātu, čaklu roku, stipru veselību, labu sirdi un ciešas draudzības veicināšanu.**

Sasniedzamie rezultāti - **nometnes dalībnieki, bērni un jaunieši ar funkcionāliem traucējumiem un viņu ģimenes locekļi būs attīstījuši un pilnveidojuši savu personību ar aktīvu un radošu mijiedarbību, guvuši teorētiskas un praktiskas zināšanas, kā arī pozitīvu emociju piepildījumu savai izaugsmei un integrācijai sabiedrībā.**

Norises laiks	Nometnes dienas aktivitāšu apraksts (plānotais), norādot norises laiku, ilgumu, nodarbības/pasākuma nosaukumu un iesaistīto personālu		Atbildīgie
	<b>1. DIENA - ASĀ PRĀTA DIENA</b>		
10:30- 11:30	Ierašanās nometnes vietā. Reģistrēšanās.		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b>

	Iekārtošanās.		Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie.</b>
11:30- 12:00	Iepazīšanās ar nometnes teritorijas apkārtni. <b>Iepazīšanās ar nometnes dienas kārtību, nodarbību laikiem, drošības un kārtības noteikumiem.</b>	<b>KOPIĢĀ NODARBĪBA</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie.</b>
12:00- 13:00	<b>Pusdienas</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie.</b>
13:00- 14:00	<b>Nometnes karoga</b> izgatavošana <b>Nometnes himnas</b> sacerēšana Svinīgā <b>nometnes atklāšana</b> , karoga pacelšana	<b>KOPIĢĀ NODARBĪBA</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie.</b>
14:00- 14:30	<b>Fiziskās aktivitātes, sporta spēles</b> <b>Mērķis:</b> Nometnes dalībnieku un darbinieku savstarpēja iepazīšanās ar dažādu aktivitāšu un rotaļu elementiem <b>Uzdevumi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt prasmi publiski pastāstīt par sevi</li> <li>• Pilnveidot prieku un gandarījumu par paveikto uzdevumu</li> <li>• Nostiprināt pozitīvu emociju gūšanu un došanu</li> </ul>	<b>KOPIĢĀ NODARBĪBA</b>	Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
14:30 -15:30	<b>Mākslas nodarbība "Mana dizaina T-krekls"</b> <b>Mērķis:</b> Nometnes T-krekla personalizēšana <b>Uzdevumi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt iemaņas radīt dizainu atspiešanas un attēla pārnesšanas tehnikā</li> <li>• Pilnveidot zināšanas par trafaretu un dažādu faktūru elementu pielietojumu</li> <li>• Nostiprināt zināšanas par auduma unikāliem dizaina veidošanas piederumiem</li> </ul>		Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
15:30- 16:00	<b>Launags</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b>

			Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
16:00- 18:30	Nodarbība “Ass prāts” <b>Mērķis:</b> Apkārtējās vides iepazīšana orientējoties nometnes teritorijā, izmantojot QR kodus <b>Uzdevumi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pielietojot IT tehnoloģijas, pilnveidot orientēšanās prasmes apkārtējā vidē;</li> <li>• Nostiprināt zināšanas par ģeogrāfiskiem jēdzieniem.</li> </ul>	<b>KOPIĢĀ NODARBĪBA</b>	Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
18:30- 19:00	<b>Vakariņas</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
19:00- 20:30	<b>Brīvā laika aktivitātes pie Uguņciema ezera, sporta laukumā</b> <b>Mērķis:</b> Tuvākās apkārtnes iepazīšana, atpūšanās no dienas piedzīvojumiem <b>Uzdevumi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt fizisko sagatavotību</li> <li>• Pilnveidot orientēšanos apkārtnē</li> <li>• Nostiprināt sociālās prasmes</li> </ul> Nodarbība - “ <b>Stāstu stāstiem izstāstīju</b> ” <b>Mērķis:</b> Iepazīšanās un saliedēšanās veicināšana daloties savā pieredzē <b>Uzdevumi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt stāstīšanas prasmi no sava skatu punkta</li> <li>• Pilnveidot personīgo izaugsmi, stāstot un uzklusot, nometnes dalībnieku pieredzi</li> <li>• Nostiprina prasmi klausīties un piedalīties diskusijās</li> </ul>	<b>AKTIVITĀTES BĒRNIEM</b>          <b>NODARBĪBA VECĀKIEM</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātāja: <b>Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>          Nometnes audzinātāja: <b>Arita Andendorfa</b>
20:30- 21:00	Vakara aplis pie ugunskura Nakšniņas		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane</b>
21:00- 21:30	Gatavošanās naktsmieram		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane</b>
21:30- 8:30	Naktsmiers		<b>Naktsaukle</b> Mudīte Zvirgzdiņa
<b>2. DIENA- ČAKLO ROKU DIENA</b>			

8:30 - 9:00	<b>Celšanās, Rīta rosme</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
9:00-9:30	<b>Brokastis</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
9:30 - 10:00	<b>Rīta aplis</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
10:00- 12:00	<b>Dizaina nodarbība "Savij mani cieši, cieši"</b> <b>Mērķis:</b> Vēršanas prasmes nostiprināšana <b>Uzdevumi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Attīstīt rokas - acs muskuļu koordināciju</li> <li>● Pilnveidot prasmi atpazīt un nosaukt krāsu toņu gammas</li> <li>● Nostiprināt prasmi siešanas tehnikā</li> </ul> <b>Mākslas nodarbība "Polimēra māla pārvērtības"</b> <b>Mērķis:</b> Personalizētas vāzes veidošana, izmantojot polimērmālu <b>Uzdevumi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Attīstīt prasmi izmantot netradicionālu materiālu, veidojot dekoratīvus elementus</li> <li>● Pilnveidot savu radošo potenciālu veidojot savu dizaina priekšmetu</li> <li>● Nostiprināt zināšanas par dažāda veida materiālu pielietojumu</li> </ul>	<b>NODARBĪBA BĒRNIEM</b>          <b>NODARBĪBA VECĀKIEM</b>	Speciālais pedagogs: <b>Agnese Znotiņa, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>          Mākslas speciālists: <b>Līga Reine-Smilgaine</b>
12:00- 13:00	<b>Pusdienas</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
13:00- 15:00	<b>Mākslas nodarbība "Polimēra māla pārvērtības"</b> <b>Mērķis:</b> Personalizētas krūzes veidošana, izmantojot polimērmālu <b>Uzdevumi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Attīstīt pirkstu sīko muskulatūru</li> <li>● Pilnveidot prasmi izmantot netradicionālu materiālu, veidojot dekoratīvus elementus</li> <li>● Nostiprināt zināšanas par dažāda veida materiālu pielietojumu</li> </ul>	<b>NODARBĪBA BĒRNIEM</b>	Mākslas speciālists: <b>Līga Reine-Smilgaine, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>

	<p><b>Netradicionāla nodarbība "Fiziskās labizjūtas komplekss, relaksācijas meditācija"</b>  <b>Mērķis:</b> Fiziskās un emocionālās veselības nostiprināšana  <b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Attīstīt prasmi relaksēties</li> <li>● Pilnveidot un līdzsvarot fizisko veselību</li> <li>● Nostiprināt līdzsvara izjūtu</li> </ul>	<b>NODARBĪBA VECĀKIEM</b>	Speciālais pedagogs: <b>Agnese Znotiņa</b>
15:00-15:30	<p><b>Nodarbība - "Āra apļa aktivitātes"</b>  <b>Mērķis:</b> Fiziskās veselības stiprināšana  <b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Attīstīt dažādas muskuļu grupas</li> <li>● Pilnveidot dalībnieku fizisko veselību</li> <li>● Nostiprināt līdzsvara izjūtu un koordināciju</li> </ul>	<b>KOPIĢĀ</b>	Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
15:30- 16:00	<b>Launags</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
16:00- 18:00	<p><b>Kustību terapijas nodarbība: "Kopā darām, kopā varam"</b>  <b>Mērķis:</b> Veselības veicināšana dažādās netradicionālās aktivitātēs.  <b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Attīstīt sadarbības prasmes, paļaujoties uz partneri</li> <li>● Pilnveidot līdzsvara izjūtu, pārvarot šķēršļus</li> <li>● Nostiprināt kustību un veiklības reakciju</li> </ul>	<b>NODARBĪBA KOPIĢĀ</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
18:00- 18:30	Brīvais laiks kopā ar atbalsta personām un brīvprātīgajiem	<b>KOPIĢĀS AKTIVITĀTES</b>	Audzinātājas: <b>Lita Lasmane, Arita Andendorfa, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
18:30- 19:00	<b>Vakariņas</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>

19:00 - 20:30	<b>Aktivitātes pie Uguņciema ezera, sporta laukumā.</b> <b>Mērķis:</b> Lietderīga un aktīva brīvā laika pavadīšana Uzdevumi: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt mentālo un garīgo veselību</li> <li>• Pilnveidot sadarbības prasmes</li> <li>• Nostiprināt prasmi atrasties dažādās vidēs</li> </ul>	<b>KOPIĢĀS AKTIVITĀTES</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa,</b> <b>Lita Lasmane, atbalsta personas,</b> <b>brīvprātīgie</b>
20.30-21.00	<b>Nakšniņas</b> <b>Vakara aplis</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa,</b> <b>Lita Lasmane, atbalsta personas,</b> <b>brīvprātīgie</b>
21.00-21.30	Gatavošanās naktsmieram		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa,</b> <b>Lita Lasmane</b>
21.30 -8.30	Naktsmiers		<b>Naktsaukle</b> Mudīte Zvirgzdiņa
<b>3. DIENA - LABAS SIRDS DIENA</b>			
8.30 -9.00	Celšanās, Rīta Rosme		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa,</b> <b>Lita Lasmane, atbalsta personas,</b> <b>brīvprātīgie</b>
9.00 -9.30	Brokastis		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa,</b> <b>Lita Lasmane, atbalsta personas,</b> <b>brīvprātīgie</b>
9.30-10.00	Rīta Aplis		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa,</b> <b>Lita Lasmane, atbalsta personas,</b> <b>brīvprātīgie</b>
10.00-11.00	<b>EKSKURSIJA</b> Laumas dabas parks, Talsu novads Dabas takas,	<b>KOPIĢA EKSKURSIJA</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa,</b> <b>Lita Lasmane, atbalsta personas,</b> <b>brīvprātīgie, mediķis</b>
18.30-19.00	Vakariņas		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b>

			Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
19.00-20.30	Brīvā laika atpūta		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
20.30-21.00	Vakara aplis Naksniņas		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
21.00-21.30	Gatavošanās naktsmieram		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
21.30-8.30	Naktsmiers		Naktsaukle <b>Mudīte Zirgzdiņa</b>
<b>4. DIENA - STIPRAS VESELĪBAS DIENA</b>			
8:30 - 9:00	Celšanās, Rīta rosme		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
9.00 - 9.30	Brokastis		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
9.30-10.00	Rīta aplis		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>

10.00-11.00	<p><b>Fizioterapijas nodarbība “Veselā miesā vesels gars”</b></p> <p><b>Mērķis:</b> Fiziskās aktivitātes veselības uzturēšanai un veicināšanai sadarbojoties</p> <p><b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt apzinātu fizisko aktivitāšu nozīmi veselībā</li> <li>• Pilnveidot ĀV dažādību</li> <li>• Nostiprināt ĀV precizitāti</li> </ul>	<b>KOPIĢĀ NODARBĪBA</b>	Fizioterapeite: <b>Maija Ālīte</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
11:00 - 12:00	<p><b>Fizioterapijas nodarbība “Veselā miesā vesels gars”</b></p> <p><b>Mērķis:</b> Izglītošana par apzinātu fizisko aktivitāšu nozīmi ikdienā</p> <p><b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt interesi par fiziskajām aktivitātēm ikdienā</li> <li>• Pilnveidot vingrinājumu dažādību ĀV grupā</li> <li>• Nostiprināt zināšanas par kustībām ikdienā</li> </ul> <p><b>Mūzikas nodarbība:</b></p> <p><b>Mērķis:</b> Pozitīvas attieksmes veidošana ar mūzikālās drāmas elementiem, izmantojot dažādus mūzikas instrumentus</p> <p><b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt prasmi pielietot pašskanošos mūzikas instrumentus</li> <li>• Pilnveidot zināšanas par latviešu rotaļdejām</li> <li>• Nostiprināt ritma izjūtu un pozitīvo labizjūtu</li> </ul>	<b>BĒRNI</b>          <b>VECĀKI</b>	Fizioterapeite: <b>Maija Ālīte</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>          Mūzikas pedagogs <b>Vita Bērziņa</b>
12:00 - 13:00	<b>Pusdienas</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
13:00 - 14:00	<p><b>Muzikālā nodarbība “Mūzikas improvizācija”</b></p> <p><b>Mērķis:</b> Vokālās un instrumentālās improvizācijas iespēju iepazīšana savstarpējā sadarbībā, pielietojot mūzikas un ritmikas elementus.</p> <p><b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt un pilnveidot savstarpējās komunikāciju prasmes, vokālā un instrumentālā improvizācijā</li> </ul>	<b>BĒRNI</b>	Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pilnveidot dalībnieku sociālās un emocionālās prasmes, caurvijot mūzikas elementu ritmus</li> <li>● Nostiprināt sadarbības spēju uzlabošanu, izmantojot kustības un drāmas elementus</li> </ul> <p><b>Fizioterapijas nodarbība “Veselā miesā vesels gars”</b></p> <p><b>Mērķis:</b> Fiziskās aktivitātes veselības uzturēšanai</p> <p><b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Attīstīt prasmi pielietot ĀV konkrētā situācijā</li> <li>● Pilnveidot izpratni par ĀV nozīmi</li> <li>● Nostiprināt relaksācijas paņēmienus</li> </ul>	<b>VECĀKI</b>	Fizioterapeite <b>Maija Ālīte</b>
14.00-15.00	<p>Mūzikas nodarbība ”<b>Muzikālās rotaļas</b>”</p> <p><b>Mērķis:</b> Pozitīvas attieksmes veicināšana par dažāda veida latviskajām muzikālajām rotaļām.</p> <p><b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Attīstīt sadarbības prasmes starp pieaugušajiem un bērniem</li> <li>● Pilnveidot uzmanību un koordināciju sadarbībā</li> <li>● Nostiprināt pozitīvas emocionālās vides veidošanu dalībnieku mijiedarbībā</li> </ul>	<b>KOPIĢĀ NODARBĪBA</b>	Mūzikas pedagogs: <b>Vita Bērziņa, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
15.00-15.30	Sporta spēles, aktivitātes, galda spēles	<b>KOPIĢĀ NODARBĪBA</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
15.30-16.00	<b>Launags</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
16.00- 17.00	<p><b>Veselīga uztura nodarbība ”VESELĪGAIS PIKNIKS”</b></p> <p><b>Mērķis:</b> Veselīga un sabalansēta uztura nozīmes veicināšana ikdienā bērnu vidū</p> <p><b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Attīstīt interesi par veselīgu uzturu ikdienā</li> </ul>	<b>BĒRNI</b>	Nodarbības vadītāja: <b>Astrīda Tima</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pilnveidot zināšanas par veselīgu uzkodu gatavošanu</li> <li>• Nostiprināt izpratni par veselīga uztura nozīmi</li> </ul> <p><b>Vecāki iekārto Pārsteiguma ballītes vietu</b></p>	<b>VECĀKI</b>	
17.00-17.30	Atpūta, galda spēles	<b>KOPIĢĀ NODARBĪBA</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
17.30-18.30	<p><b>Veselīga uztura nodarbība "VESELĪGAIS PIKNIKS"</b></p> <p><b>Mērķis:</b> Veselīga un sabalansēta uztura nozīmes veicināšana ikdienā vecāku vidū</p> <p><b>Uzdevumi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt interesi par veselīgu uzturu ikdienā</li> <li>• Pilnveidot zināšanas par veselīgu uzkodu gatavošanu</li> <li>• Nostiprināt izpratni par veselīga uztura nozīmi</li> </ul> <p><b>Bērni, sporta spēles</b></p>	<b>VECĀKI</b>	Nodarbības vadītāja: <b>Astrīda Tima</b>
18.30-19.00	<b>Vakariņas</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
19.00-21.00	<b>Pārsteiguma ballīte</b>	<b>KOPIĢĀ NODARBĪBA</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
21:00 - 21:30	<b>Gatavošanās naktsmieram</b>		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
21:30- 8:30	<b>Naktsmiers</b>		Naktsaukle: <b>Mudīte Zvirgzdiņa</b>

<b>5. DIENA - CIEŠAS DRAUDZĪBAS DIENA</b>			
8:30 - 9:00	Celšanās, rīta rosme		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
9:00 - 9:30	Brokastis		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
9:30 - 10:00	Rīta aplis		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
10:00- 12:00	<b>Izglītojoša nodarbība Kaltenes klubā. "DZĪVE PIE JŪRAS"</b> <b>Mērķis:</b> muzeja atklātā krājuma "Zvejniecība" izzināšana <b>Uzdevumi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt interesi par vēsturiskiem notikumiem</li> <li>• Pilnveidot zināšanas praktiskās nodarbībās - mezglu siešana, virvju vīšana</li> <li>• Nostiprināt zināšanas par zvejnieka profesiju</li> </ul>	<b>KOPĪGĀ NODARBĪBA</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
12:00- 13:00	Pusdienas		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
13.00-15.00	<b>Aktivitātes pie jūras kopā ar klaunu "Prieka emociju burbulis"</b>  <b>Meistarklase "Reņģu ķēķis"</b> <b>Mērķis:</b> Paaudzū paaudzēs pārmantoto reņģu ēdienu gatavošana <b>Uzdevumi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attīstīt praktiskās iemaņas zivju ēdienu gatavošanā, noformēšanā, pasniegšanā</li> </ul>	<b>NODARBĪBA BĒRNIEM</b>  <b>NODARBĪBA VECĀKIEM</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>  Nodarbības vadītāja: <b>Dina Čuba</b>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pilnveidot praktiskās zināšanas ēdienu gatavošanā</li> <li>● Nostiprināt zināšanas par reņģu ēdienu pagatavošanas daudzveidību</li> <li>●</li> </ul>		
15.00-15.30	Piknika launags jūras krastā	<b>KOPIĢĀS AKTIVITĀTES</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
15.30-16.00	Brauciens no jūras		Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
16.00 - 17.00	Nometnes svinīgais slēgšanas pasākums	<b>VISI KOPĀ</b>	Nometnes vadītāja: <b>Ligita Mežaka</b> Audzinātājas: <b>Arita Andendorfa, Lita Lasmane, atbalsta personas, brīvprātīgie</b>
<p>Nometnes laikā tiks piesaistītas 3 atbalsta personas, lai bērniem ar funkcionāliem traucējumiem nodrošinātu nepieciešamo atbalstu nodarbību un aktivitāšu laikā.</p> <p><b>Dace Kiršteine, Astrīda Tima, Daiga Tisenkopfa, 2 brīvprātīgie mazpulcēni</b></p>			

\*Nometnes programma var mainīties projekta realizācijas laikā atkarībā no laikapstākļiem.