APSTIPRINU

Bērnu un jauniešu centra „Laimīte”

direktore A. Sarma

2014. gada 24. martā

**Rīgas atklātie ģimeņu sporta svētki „Mammu, gribu sportot!”**

**I. Mērķis un uzdevumi**

1. Veicināt ģimenes sportošanas paradumus.
2. Sekmēt bērnu un vecāku fizisko aktivitāšu īstenošanu kopā – tādējādi uzlabojot arī savstarpējās attiecības ģimenē.
3. Pilnveidot bērniem pamatprasmes – rāpošanu, skriešanu, soļošanu, lēkšanu, mešanu, tveršanu, ripināšanu, speršanu.
4. Attīstīt fiziskās spējas – kustību koordināciju, kustību precizitāti, līdzsvaru, spēju orientēties telpā un laikā, spēju diferencēt muskuļu spēku, kustību biežumu.
5. Veidot vecākiem „ideju banku” par fizisko aktivitāšu saturu.
6. Iespēja vecākiem kopā ar bērniem relaksēties (rekreācija) pēc darbdienas.

**II. Organizatori**

1. Rīgas atklātos ģimeņu sporta svētkus „Mammu, gribu sportot!” (turpmāk – svētki) organizē Bērnu un jauniešu centrs „Laimīte” (turpmāk - BJC *„*Laimīte”) Reģionālais sporta centrs „Sarkandaugava” (turpmāk - RSC), Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmija (turpmāk - LSPA), sadarbībā ar Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departamenta Sporta un jaunatnes pārvaldes finansiālu atbalstu.

**III. Laiks un vieta**

1. 2014. gada 15. maijā un 1. septembrī plkst. 17.00, RSC, Sarkandaugavas ielā 24, Rīgā.

**IV. Dalībnieki**

1. Rīgas bērni vecumā no 2 līdz 12 gadiem kopā ar pieaugušajiem (vecāki, vecvecāki, brāļi, māsas, krustvecāki un aizbildņi). Ģimenes locekļu skaits neierobežots.

**V. Pieteikšanās**

1. Dalībnieki piesakās ģimenes sporta svētku dienā norises vietā reģistratūrā no plkst.16.30.
2. Katra ģimene piesakoties saņem dalībnieku kartiņu (viena kartiņa uz ģimeni), kurā fizisko aktivitāšu tiesnesis atzīmē ģimenes startu.

**VI. Norise**

1. Ģimeņu sporta svētki sākas ar atklāšanu, pēc atklāšanas seko fiziskās aktivitātes:
   1. 10 sižetiskās šķēršļu joslas, kurās ir apvienotas 2–3 pamatprasmes, papildu šķēršļu joslu saturs ir balstīts uz cilvēku sajūtām – redzi, dzirdi, tausti, ožu, vienlaicīgi sekmējot cilvēka daudzveidīgās spējas – kinestētisko, muzikālo, telpisko, lingvistisko, matemātisko, intrapersonālo, dabaszinātņu;
   2. 10 vingrinājumi ir orientēti uz lekšanas, skriešanas, soļošanas, mešanas un tveršanas, ripināšanas un speršanas pamatprasmju pilnveidošanu un fizisko īpašību izpausmju formu kustību koordināciju, kustību precizitāti, līdzsvaru, spēju orientēties telpā un laikā, spēju diferencēt muskuļu spēku, kustību biežuma attīstīšanu;
   3. 10 rotaļas – dod iespēju bērnam pilnveidot pamatprasmes, mainot uzdevumu, vienlaicīgi sekmējot iztēli, jo bērnam jāiztēlojas kāds pasaku vai dabas tēls, kā rezultātā bērnam ir interesanti un viņam vieglāk ir izpildīt uzdevumu. Rotaļās tiek integrēta arī skaitīšana, lasīšana, krāsu atpazīšana un satiksmes noteikumu atkārtošana un ietverta sadarbība – vecāki palīdz bērniem, uzmundrina, iedrošina, darbojas pēc kārtas, nomainot cits citu;
   4. Stafetes, kur notiek sacensība, bet īpaši netiek akcentēti uzvarētāji, bet bērniem ir iespējas redzēt, kā to dara viņu vecāki, māsas vai brāļi, vai arī sacensties ar citu ģimeni. Tomēr stafetes galvenais mērķis nav noteikt uzvarētājus, bet gan ļaut bērniem izjust gan labas (ja uzvar), gan sliktas (ja zaudē) emocijas, tādejādi veidojot bērnam ētikas normas, vērtīborientāciju.
   5. Kad ģimene ir apmeklējusi vismaz 10 stacijas, tad, dodoties uz reģistratūru, un, uzrādot aizpildītu dalībnieku kartiņu, saņem saldumu balvas.

**VII. Citi noteikumi**

1. Pieaugušais pirms svētkiem tiek iepazīstināts ar drošības un kārtības noteikumiem.
2. Organizatori nodrošina Fizisko personu datu aizsardzības likuma prasības.
3. Svētkos dežūrē BJC „Laimīte” mediķis.
4. 14.Izglītības iestāde nodrošina Latvijas Republikas Ministru kabineta noteikumu Nr.1338 „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos” prasības.

Spīķe

29267694

[rsc24@inbox.lv](mailto:rsc24@inbox.lv)

|  |  |
| --- | --- |
| SASKAŅOTS | SASKAŅOTS |
| Rīgas Interešu izglītības metodiskā centra  sporta metodiķe Inga Liepiņa elektroniski akceptēja 2014.gada 10.aprīlī | Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departamenta Sporta un jaunatnes pārvaldes priekšniece D. Vīksna \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  2014.gada \_\_\_. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |