



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



**Motivācijas programma sociālo prasmju
apgūšanai/integrācijai sabiedrībā bērniem no trūcīgām
un maznodrošinātām ģimenēm**

**Izstrādājis Vecumnieku novada Domes
Sociālais dienests**

2012-2013

SATURS

| | |
|---|----|
| Motivācijas programmas izveide..... | 3 |
| Motivācijas programmas pamatideja | 4 |
| Motivācijas programmas teorētiskais pamatojums..... | 4 |
| Atbalsta grupas teorētiskais pamatojums..... | 9 |
| Motivācijas programmas mērķi..... | 11 |
| Motivācijas programmas uzdevumi..... | 11 |
| Motivācijas programmas teorētiskā un praktiskā lietojamība..... | 11 |
| Motivācijas programmas novitāte..... | 12 |
| Motivācijas programmas mērķauditorija..... | 12 |
| Motivācijas programmas īstenošanas apraksts..... | 12 |
| Motivācijas programmas plānotie rezultāti..... | 13 |
| Motivācijas programmas nepieciešamie resursi..... | 14 |
| Motivācijas programmā izmantojamās metodes..... | 14 |
| Motivācijas programmas īstenošanas plāns | 15 |
| Motivācijas programmas tematiskais plāns nodarbībām..... | 17 |
| Motivācijas programmas sporta aktivitātes, jāšanas apmācība bērniem dienas kārtība nodarbībām | 21 |
| Motivācijas programmas interaktīvās un informatīvās grupas dienas kārtība nodarbībām..... | 39 |
| Motivācijas programmas saliedēšanās un integrēšanās aktīvā tūrisma nodarbību programma | 55 |
| Motivācijas programmas saliedēšanās un integrēšanās aktīvā tūrisma nodarbību dienas kārtība | 56 |
| Izmantotā literatūra | 61 |
| Pielikumi | 62 |

Motivācijas programmas izveide

Motivācijas programma tiek izstrādāta Eiropas Savienības Eiropas Sociālā fonda projekta ietvaros. Projekts, „**Alternatīvu sociālo pakalpojumu attīstība Vecumnieku novadā**” Nr. **1DP/1.4.1.2.4/11/APIA/NVA/075** tiek īstenots darbības programmas „Cilvēkresursi un nodarbinātība” 1.4.1.2.4 apakšaktivitātes „Sociālās rehabilitācijas un institūcijām alternatīvu sociālās aprūpes pakalpojumu attīstība reģionos” ietvaros. Projekts finansējams 100% apmērā ir Eiropas Sociālais fonds. Programmu izstrādāja Vecumnieku novada Domes Sociālā dienesta sociālie pedagogi Dace Dukāte un Renārs Sprancis, programmas konsultants psihologs Gundega Kozlova, kā arī radošo un individuālo prasmju attīstošo nodarbību vadītāji.

Motivācijas programma tiks vērsta uz projekta dalībnieka personības:

1. lietišķo saskarsmi, komunikāciju, personības pilnveidi, stresa paškontroli, pašnoteikšanos, sadarbību komandā;
2. sekmīgāku iekļaušanos darba tirgū –prasmī uzstāties, motivācijas vēstules un CV sastādīšana.
3. informatīvi izglītojošām aktivitātēm, kurā iekļautas tēmas kā veselīgs uzturs, higiēna, savstarpējo attiecību veidošana, reproduktīvo veselību.
4. sadzīves un darba prasmju attīstīšanu un pilnveidošanu. Tēmas – kulinārija, galda kultūra, dāvanu izgatavošana u.c. Kā motivācijas faktors tiks izmantotas sporta spēles.

Motivācijas programma projekta norises laikā tika vairākkārtīgi pārskatīta un papildināta pamatojoties uz ekspertu ieteikumiem vai novērojumiem par atbalsta grupas aktivitāšu norisēm un mērķa grupas novērtējumu.

Ja iedosi man zivi, paēdināsi mani uz vienu dienu.
Ja iemācīsi zvejot, paēdināsi mani tik ilgi, līdz upē
vairs nebūs iespējams zvejot.
Ja iemācīsi mani pašorganizēties un organizēt,
tad jebkuras problēmas priekšā es varēšu atrast
biedrus ar kuriem kopā to risināt.
/Rikardo Levins Morales/

Motivācijas programmas pamatideja

Arvien vairāk vērojama pieaugošā pašvaldības loma un atbildība par savu novada iedzīvotāju attīstību un integrāciju sociālajā jomā, kur īpaši ir jāizdala darbs ar bērniem, viņu neformālo izglītību un organizētu brīvo laiku. Strauji pieaug nepieciešamība pēc institūciju savstarpējās sadarbības ar bērniem saistīto problēmu risināšanā, nodrošinot bērniem atbilstoši viņu vajadzībām pieejamus sociālos pakalpojumus, kas vērsti uz personības attīstību un integrāciju sabiedrībā, kuru rezultātā veicinātu kopienas dzīves kvalitātes attīstību un labklājību.

Sociālā dienesta speciālistu regulārajā darbā ar bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm, konstatēts šo personu zems motivācijas līmenis pozitīvi integrēties sabiedrībā, kā arī zems sociālo prasmju līmenis. Mērķa grupas personas neprot saturīgi organizēt savu brīvo laiku, līdz ar to netiek attīstītas integrācijai nepieciešamās prasmes un iemaņas. Ir paaugstināts risks, ka šīs personas var kļūt atkarīgas no psihoaktīvām vielām un atkarību veicinošiem procesiem. Palielinās iespēja attīstīties deviantai uzvedībai, kas paaugstina risku attīstīties noziedzībai un pāragrām dzimumattiecībām.

Motivācijas programmu paredzēts izstrādāt bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm. Mērķa grupas vecuma posms ir no septiņiem līdz astoņpadsmit gadiem. Programma vērsta uz mērķa grupas sociālo un funkcionālo prasmju uzlabošanu un integrēšanu sabiedrībā.

Programmas pamatideja ir izveidot atbalsta grupu, kurā tiks iekļautas mērķgrupas vajadzībām un spējām atbilstošas aktivitātes. Atbalsta grupa tiks veidota uz tādiem priekšnosacījumiem kā integrācija un komunikācija sabiedrībā, sociālo un darba prasmju attīstība, sociālais atbalsts.

Programma teorētiski māca sociālās pamatnormas un vērtības, praktiski attīsta sociālās un darba prasmes, vienlaikus mācot mainīt antisociālus uzskatus, attieksmi un ieradumus nelietderīgi pavadīt savu brīvo laiku, kas var novest pie deviantas uzvedības. Apgūstot programmu tā sekmēs vieglāku mērķgrupas integrāciju sabiedrībā.

Motivācijas programmas teorētiskais pamatojums

Mērķgrupas bērnus raksturo zems ekonomiskais stāvoklis, nepilnīgi apgūtas sociālās un funkcionālās prasmes, kā arī vēlme socializēties grupās ar antisociālu noslieci.

Socializācija (fr.socialisation) – personības tapšanas process, cilvēkam jau no dzimšanas pārmantojot cilvēces pieredzi un zināšanas, pakāpeniski iesaistoties sociālā vidē. Socializācija nozīmē sociālo normu, darbību un spēju, kā arī garīgo vērtību apgūšanu. Tikai socializācijā indivīds apgūst cilvēciskumu un atrod savu vietu sabiedrībā. Visintensīvāk socializācijas process notiek

bērnībā. Šajā procesā ļoti liela nozīme ir attīstības sociālajai situācijai. Nelabvēlīgu sociālo apstākļu rezultātā var rasties antisociāla uzvedība, kam nepieciešama sociālā korekcija jeb resocializācija.

Socializācija - sociālās un kultūras pieredzes (darba iemaņu, zināšanu, normu, vērtību, tradīciju) apguve un tālāk attīstīšana; process, kura gaitā indivīds iekļaujas sabiedrisko attiecību sistēmā un kurā veidojas viņa sociālās kvalitātes.

Ir pieņemts, ka personība, raksturojot indivīdu, tiek saprasta kā stabila sociāli nozīmīgu funkciju sistēma, un arī, ka personība ir kopienas jeb sabiedrības attīstības rezultāts. Par personību indivīds kļūst sociālo funkciju apgūšanas un pašapziņas attīstības procesā. Faktiski, socializācija kā parādība nodrošina indivīda sociālo adaptāciju un integrāciju, cilvēka spēju pielāgoties sociāli ekonomiskajiem nosacījumiem, noteiktām lomām, sociālo normu apgūšanu dažādos dzīves posmos, piederību sociālām grupām, sociālām organizācijām un videi, kā arī sociālo normu un vērtību iekļaušanu cilvēka iekšējā pasaulē, sava „es” nostabilizēšanos katrā konkrētajā personībā. Socializācijas būtība ir cilvēka pielāgošanās un atdalīšanās apvienojums konkrētas sabiedrības nosacījumos.

Pielāgošanās jeb sociālā adaptācija ir process un rezultāts, kad indivīds kļūst par sociālu būtni. Atdalīšanās jeb autonomija ir process un rezultāts, kad indivīds kļūst par personību. Būtībā socializācija ir neatrisināts konflikts starp mērenu cilvēka adaptāciju sabiedrībā un viņa autonomijas līmeni sabiedrībā. Efektīva socializācija piedāvā nosacītu balansu starp adaptāciju un autonomiju.

Ir zināms, ka socializācijai izšķir vairākus etapus, kuri dalās cilvēka dzīves gaitā.

Socializācija norit starp bērniem, pusaudžiem, jauniešiem, tā ir dažādu noteikumu savstarpēja iedarbība, kas vairāk vai mazāk ietekmē viņu attīstību. Šos uz cilvēka iedarbojošos noteikumus ir pieņemts saukt par faktoriem. Pēc vairāku zinātnieku viedokļiem, to ir ap 200, tomēr svarīgākie no tiem ir apkārtējā vide un savstarpējo attiecību sistēma. Tā, piemēram, I.C. Kons starp sociāliem institūtiem – personības socializācijas faktoriem izdala sekojošos: vecāku ģimene, skola, vienaudži, masu mediji. Autors neizdala skaidru sociālo institūciju hierarhiju, kā rezultātā palielinās personas autonomija no katra minētā faktora. Zinātniski pedagoģiskajā literatūrā A.V. Mudriks galvenos ietekmējošos faktoros apvieno četrās grupās.

- Pirmā grupā ietilpst *mega* faktori – kosmoss, planēta, zeme, kas ietekmē Zemes iedzīvotāju socializāciju.
- Otrā grupā ietilpst *makro* faktori – valsts, etniskā piederība, sabiedrība, valdība, kuri ietekmē katras valsts iedzīvotāju socializāciju.
- Trešā grupā ietilpst *mezo* faktori – liela skaita iedzīvotāju grupas socializācijas nosacījumi, kas izdalās pēc vietas un kopienas veida, kurās viņi dzīvo (reģions, pilsēta, ciemats, pagasts). Jāizdala arī pēc iedzīvotāju piederības pie masu mediju

auditorijas (TV, radio u.c.) un piederību dažādām subkultūrām.

- Ceturtā grupā ietilpst *mikro* faktori – uz šiem faktoriem iedarbojas mezo faktori gan tiešā, gan netiešā veidā. Šie faktori jau nepastarpināti iedarbojas uz indivīdiem, kuri savstarpēji mijiedarbojas – ģimene, radi, kaimiņi, vienaudžu grupas, izglītības iestādes, dažādas valstiskas vai nevalstiskas organizācijas, reliģiskā piederība, u.c.

Personības attīstībā svarīgu lomu ieņem līdzcilvēki, ar kuriem ir saistīta tās dzīve. Šos līdzcilvēkus ir pieņemts saukt par socializācijas aģentiem jeb starpniekiem. Dažādos cilvēka vecumposmos starpnieku skaits variē. Piemēram, bērna un pusaudžu vecumposmā socializācijas starpnieki ir vecāki, brāļi un māsas, radnieki, vienaudži, kaimiņi, skolotāji. Socializācijas starpnieku loma ir atkarīga no tā, cik svarīgs viņi ir konkrētai personai, kā veidojas viņu savstarpējās attiecības un kādā veidā un kādām metodēm viņi spēj ietekmēt personu.

Socializācija ir process, kurā indivīds apgūst uzvedības modeļus, sociālās normas un vērtības, kas nepieciešamas viņa veiksmīgai funkcionēšanai pastāvošajā sabiedrībā. Citiem vārdiem, socializācija – indivīda sociālās pieredzes, sociālo sakaru un attiecību sistēmas apgūšanas process. Socializācijas procesā cilvēks iegūst pārlicības, apgūst sabiedriski atzītas uzvedības formas, kuras viņam ir nepieciešamas normālai dzīvei sabiedrībā. Socializāciju jāsaprot kā visu daudzveidīgu procesu, sabiedriskās dzīves pieredzes un attiecību apgūšanu.

Socializācijai kā procesam ir noteikti virzieni, un tie dod neapšaubāmus ieguvumus, kas izpaužas uzvedībā, morālē, attiecībās, dzīves stilā un pozīcijā, motivācijā, kas ieaudzina mērķtiecību, māca sociālās lomas un nepieciešamās tehnoloģijas sabiedrības uzturēšanai un palīdz attieksmju pārkārtošanā.

Neorganizēts brīvais laiks bērniem izraisa situāciju, kad rodas idejas, kas ir antisociālas un rada uzvedības novirzes un traucējumus. Šādiem bērniem ir tieksme iesaistīties destruktīvās darbībās, kā piemēram, melošanā, zagšanā, klaiņošanā, mantu bojāšanā. Šādu bērnu vidū rodas tādas problēmas kā narkomānija, toksikomānija, suicīds, agresija, pāragras seksuālās attiecības, datoratkarība. Pastāv liela varbūtība, ka bērni pavadīs gandrīz visu laiku ārpus mājas un izglītības iestādēm ar līdzīgiem pusaudžiem un jauniešiem.

Vairums gadījumu augstākminētās lietas rodas no bērnu agresijas, kurai ir daudz cēloņu: nervu faktori, ķīmisko faktori un sociāli situatīvie faktori. Pie sociāli situatīvā faktora jāmin frustrācija, kas personai liek domāt un izjust, ka viņam nepieder viss ko viņš būtu pelnījis un gaidījis, vai arī viņam pieder mazāk kā līdzīgai personai. Šis faktors mērķgrupai izpaužas visāsāk no pārējiem faktoriem.

Lai agresiju mazinātu ir nepieciešams to mazināt, piemēram, to skaļi izrunājot meklējot cēloņus, modelēt neagresīvas metodes, mācīties risināt konfliktu konstruktīvā veidā, mācoties un attīstot sociālās saskarsmes prasmes, paaugstināt morālo principu līmeni, attīstot līdzjūtību un empātiju.

Empātija balstās uz sevis izzināšanos, jo labāk mēs izjūtam savas emocijas, jo skaidrāk nojaušam citu cilvēku izjūtas. Empātija balstās uz cilvēku prasmi nostādīt sevi otra cilvēka vietā, izjust viņa stāvokli, paskatīties uz notiekošo ar partnera acīm. Empātija ir intuitīvs izpratnes veids bez apdomāšanas, kad emocionālā iejušanās otrā cilvēkā uzreiz izraisa atbilstošu rīcību. Personām, kuras izjūt empātiju, pavājinās agresijas un vardarbības impulsi.

Sociālās atstumtības riskam pakļautās iedzīvotāju grupas ir iedzīvotāju grupas, kurām ir liegtas vai apgrūtinātas iespējas iegūt pietiekamus ienākumus, saņemt dažādus pakalpojumus un preces, kuras ir būtiski nepieciešamas pilnvērtīgai funkcionēšanai sabiedrībā. Sociālā atstumtība ir indivīdu vai cilvēku grupu nespēja iekļauties sabiedrībā nabadzības, nepietiekamas izglītības, bezdarba, diskriminācijas vai citu apstākļu dēļ. Tātad sociāli atstumts cilvēks nespēj piekļūt pakalpojumiem un precēm, nespēj īstenot savas tiesības un izmantot iespējas, jo pastāv šķēršļi, kas to liedz, piemēram, vides nepieejamība, sabiedrības aizspriedumi, emocionālā un fiziskā vardarbība u.c. Sociālā atstumtība rada sociālās intereses pazemināšanos, kas sekmē lielāku atšķirtību no sabiedrības. Mērķgrupa ir pakļauta augstam sociālās atstumtības riskam, līdz ar to ir jāsekmē bērnu piedalīšanos grupā, likt viņiem apzināties, ka viņi ir daļa no sabiedrības, un, ka viņi ir piederīgi tai.

Mērķgrupas izpratnei tiks piemērota kognitīvi – biheiviorālā psiholoģijas teorija, kas skaidro cilvēka uzvedību un uzvedības ietekmēšanas iespējas.

Mūsdienās biheiviorisms ir uzskatāms par lielā mērā saplūdušu ar kognitīvo psiholoģiju, arī vispopulārākais uz biheiviorisma bāzes veidotais psihoterapijas virziens ir tieši kognitīvi biheiviorālā psihoterapija. Šī teorija ir balstīta uz to, ka indivīda izturēšanos nosaka konkrētā situācija, kuru interpretē indivīds. Izmantojot biheiviorisma, sociālās apmācības, uzvedības un kognitīvi orientētas teorijas uzskatus un metodes, kognitīvi biheiviorālā teorija cilvēkam palīdz atrisināt specifiskas problēmas.

Kognitīvi biheiviorālā teorija uzsver domāšanas procesa ciešo saistību ar cilvēka uzvedību. Kognitīvi biheiviorālā teorija palīdz cilvēkam pazīt deformētas, sagrozītas domāšanas un disfunkcionālas izturēšanās modeļus. Ar sistemātiskām pārrunām, apspriešanu un rūpīgi strukturētu biheiviorālu uzdevumu cilvēks novērtē un modificē savas kļūdainās domas, disfunkcionālo uzvedību. Problēmas formulējums tiek pārbaudīts uz konkrētiem, praktiskiem uzdevumiem un ja nepieciešams tiek mainīts. Dažiem teorijas aspektiem biheiviorāls aspekts ir lielāks, savukārt citiem ir lielāks kognitīvs uzsvars. Galvenais kognitīvi biheiviorālās pieejas princips ir tas, ka indivīda izturēšanās veidu nosaka konkrētā brīža situācija un šīs situācijas interpretācija indivīda izpratnē.

Tāpēc fokuss tiek vērsts uz konkrētā brīža izturēšanos, kas atklāj, ko cilvēks grib saprast vai mainīt, un to raksturo princips, „šeit un tagad”. Uzsvars tiek likts uz specifiskām problēmām, nevis uz globāliem vispārinājumiem. Daudzas šīs pieejas metodes tiek balstītas uz principa „šeit un tagad”, un pastāv pieņēmums, ka teorijas praktiskās izmantošanas galvenais mērķis ir palīdzēt cilvēkam panākt vēlamās izmaiņas dzīvē.

Kognitīvi biheiviorālā teorija uzskata, ka uzvedība ir iemācīta un tā tiek saistīta ar sociālo mācīšanos, kur uzvedība ir kognitīvo procesu rezultāts.

Pastāv četri galvenie sociālās mācīšanās pamata pieņēmumi:

1. **Uzvedība tiek iemācīta** (savu uzvedību indivīds iemācās un nostiprina socializācijas procesā). Bērns augot un novērtējot apkārtējo uzvedību modeļus, izmēģinot tos un saņemot apkārtējo atbildes reakcijas, veido un nostiprina savu uzvedību.
2. **Uzvedības modelis veidojas kā reakcija uz apbalvojumiem un sodiem.** Šāds pieņēmums nozīmē, ka apkārtējie var ietekmēt cilvēka uzvedību noteiktā veidā rīkojoties. Pozitīvu uzvedību var veicināt apbalvojot, bet negatīvas uzvedības ierobežošanai var izmantot sodus vai atstāšanu bez apbalvojuma.
3. **Mācīšanās notiek sociālā kontekstā.** Šāds pieņēmums nozīmē, ka mācīšanās procesā svarīga loma ir apkārtējai videi. Mācīšanās process ir kā sevis atklāšana, kad cilvēks sevi atklāj vājās un stiprās puses. Bērns neatklās sevi, savas zināšanas un apgūto mācību vielu, ja pārējie viņu par to izsmies.
4. **Mācīšanos ietekmē mūsu personīgie jautājumi/intereses.** Šis pieņēmums nozīmē, ka cilvēks mācīšanās spēju pielāgo katrai konkrētai situācijai un, ka sev interesējošas un svarīgas tēmas cilvēks apgūst citādāk kā mazsvarīgas un nebūtiskas. Katra cilvēka pieredze ir atšķirīga un tā nosaka to, ka cilvēki informāciju uztvers, atlasīs un sakārtos citādāk, tā iegūstot dažādus secinājumus.

Kognitīvi – biheiviorālā pieeja uzsver, ka cilvēka uzvedība izriet no cilvēkā notiekošajiem kognitīvajiem procesiem (ar kognitīvajiem procesiem saprot veidu, kā informācija tiek uztverta, kāda nozīme tai tiek piešķirta, kādas emocijas un izjūtas tā rada, u.c.). Process tiek raksturots kā noteikta situācija, kam seko kognitīvie procesi, kas savukārt veido pamatu cilvēka uzvedībai (reakcijai).

Skaidrojot problemātisku jeb nevēlamu uzvedību, šajā pieejā būtiska loma tiek piešķirta negatīvajai iekšējai runai, kas ietekmē cilvēka rīcību. Šī teorētiskā skola uzskata, ka pārmaiņas ir iespējamas, apzinot savu iekšējo runu, izaicinot to un mainot savu domāšanas veidu, kas savukārt ietekmē emocijas un rīcību. Respektīvi, darbā ar bērniem tiks izmantoti pozitīvā piemēra modelis,

kas ļaus viņiem parudzīties uz lietām no cita skata punkta. Bērniem tiks sniegta ierosa apzināt savas iekšējās pretrunas un mainīt domāšanu pozitīvā virzienā.

Veidojot motivācijas programmu galvenais akcents tiks likts uz atbalstošām savstarpējām attiecībām. Pozitīvas savstarpējās attiecības gan starp grupas vadītājiem un grupas dalībniekiem, gan savstarpēji starp grupas dalībniekiem ir stūrakmens veiksmīgai darbībai un programmas realizācijai, lai sasniegtu vēlamos rezultātus.

Pēc nepieciešamības, atbalsta grupas darbosies ar bērnu uzvedības mainīšanu, kur uzsvars tiks koncentrēts uz bērna iekļaušanos sabiedrība atbilstoši sociālām normām un vērtībām. Bērni tiks rosināti izprast pastāvošos noteikumus un normas atrodoties slēgtajā grupā nodarbībās, gan atvērtajā grupā – sabiedrībā. Noteikumu un normu izskaidrošana un izprašana nepieciešama, jo ne visiem no grupā iesaistītajiem bērniem tie ir pašsaprotami un viegli uztverami.

Atbalsta grupas teorētiskais pamatojums

Atbalsta grupas mērķis ir paust cilvēcisku cieņu un palīdzēt cilvēkiem rūpēties pašiem par sevi, panest zaudējumus un sāpes, veicināt cilvēkos savu spēku apzināšanos, pašcieņu un izaugsmi.

Atbalsta grupās dalībnieki savstarpēji apmainās ar dažāda veida palīdzību, kas parasti ir neprofesionāla un nemateriālā, kādam konkrētam tematam veltīta. Palīdzība var izpausties kā informācijas sniegšana un tās izvērtēšana, kas balstās uz personīgo pieredzi; klausoties un pieņemot citu pieredzi, sniedzot iejūtīgu sapratni un izveidojot sociālo tīklu.

Pašpalīdzības grupas pilnībā tiek vadītas un organizētas no pašu grupas dalībnieku vidus, kuri parasti ir brīvprātīgie ar personīgo pieredzi par grupas tēmu.

Profesionāli vadītas atbalsta grupas vada profesionālis, kurš nedalās ar savām problēmām ar grupas dalībniekiem, piemēram, sociālie darbinieki, psihologi u.c. Grupu vadītājs grupai piedāvā diskusiju tēmas un tās kontrolē.

Atbalsta grupas tiek veidotas dažādām vajadzībām. Nereti atbalsta grupa ir efektīva tieši ar to, ka tajā sastopas līdzīgs ar līdzīgu – cilvēki, kuriem ir līdzīgas problēmas. Notiek dalīšanās vienam ar otru personiskajā pieredzē, atvēršanās notiek vienam caur otru.

Atbalsta grupas tiek veidotas sadarbojoties dažādiem cilvēkiem – neatkarīgi no dzimuma, vecuma, sociālā un veselības stāvokļa, ticības un tautības. Pateicoties atbalsta grupu darbībai cilvēkiem tiek dota iespēja risināt savas problēmas, gūt atbalstu bez īpašiem finansiāliem izdevumiem. Atbalsta grupās vienlaicīgi ir iespēja sniegt vairākiem cilvēkiem atbalstu, informāciju un palīdzību.

Atbalsta grupas ir piemērotas ikvienam, kurš šobrīd domā un jūtas, ka ir viens savās problēmās, bet meklē iespēju uzzināt, kā citi tiek galā ar līdzīgām problēmām, meklē sapratni un

atbalstu. Tāpat tas ir veids, kā palīdzēt tiem, kas grib dalīties ar savām jūtām, pārdzīvojumiem, pieredzi un vēlas justies piederīgi, saņemt informāciju, iegūt jaunas zināšanas un iemaņas.

Tradicionālajās atbalsta grupās optimālais dalībnieku skaits var svārstīties no 7 līdz 12 dalībniekiem.

Pastāv tā saucamās atvērtās un slēgtās grupas. Atvērtajās grupās var nākt klāt jauni dalībnieki, bet slēgtajās – jauni dalībnieki nepienāk visu grupu darbošanās laiku.

Apmeklējums atbalsta grupās nav obligāts. Tā ir katra cilvēka brīva izvēle. Bet, ja grupa ir slēgtā grupa, tad pastāv vienošanās starp grupu dalībniekiem, ka grupu visi apmeklēs noteiktu laiku – piemēram, mēnesi, pusgadu vai gadu.

Motivācijas programmas mērķi

Vispārīgais programmas mērķis: Attīstot bērnu sociālās, darba un funkcionālās prasmes veicināt viņu integrāciju sabiedrībā, tā mazinot risku šiem bērniem nelietderīgi pavadīt savu brīvo laiku, kas var novest pie antisociālas uzvedības.

Tiešais programmas mērķis: Praktiski attīstīt un apgūt prasmes plānot un organizēt savu brīvo laiku, mācīt sadarboties un savstarpēji pozitīvi komunicēt, disciplinēt un uzticēties.

Motivācijas programmas uzdevumi

1. motivēt apmeklēt programmu un aktīvi piedalīties;
2. apgūt sociālās un darba prasmes;
3. sekmēt morālo vērtību un sociālo normu attīstību;
4. veicināt pašizziņu un sapratni par sevi un citiem;
5. veicināt domāt paškritiski plānojot savu brīvo laiku;
6. veicināt pozitīvu attieksmi pret sevi, apkārtējiem, sabiedrību un vidi;
7. veicināt izpratni par drošību, tiesiskumu, atbildību un darbības robežām;
8. mazināt negatīvismu un agresiju pret sabiedrību;
9. trenēt dzīves prasmes: mācīties pieņemt lēmumu un uzņemties atbildību par savu dzīvi;
10. trenēt sadarbības prasmes: mācīties darboties komandā;
11. mācīties sniegt atgriezenisko saikni jeb refleksiju;

Programmas teorētiskā un praktiskā lietojamība

Vecumnieku novada Domes Sociālā dienesta Motivācijas programma būs dokuments, kurš noteiks kvalitatīvu sociālo pakalpojumu konkrētai novada mērķgrupai un ir paredzēts praktiskai lietojamībai novadu Sociālā dienesta speciālistiem darbā ar bērniem.

Motivācijas programmu varēs izmantot kā informācijas avotu līdzīgu programmu izstrādei.

Motivācijas programma tiek veidota sasaistot to ar Vecumnieku novada Sociālā dienesta Socializācijas programmu, pētījumiem par vardarbību un neorganizēti pavadīto brīvo laiku.

Motivācijas programmas novitāte

- 1) Atbalsta grupas izveide bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm un motivācijas programmas izstrāde Vecumnieku novada Domes Sociālajā dienestā;
- 2) Motivācijas programma ietver daudzveidīgu aktivitāšu kompleksu, kas motivē bērnus pavadīt lietderīgi brīvo laiku Vecumnieku novadā.

Motivācijas programmas mērķauditorija

Lai veicinātu labvēlīgas sociālās pārmaiņas kopienā, būtiska nozīme ir Sociālajam dienestam un tā piedāvātajiem pakalpojumiem. Mūsdienās arvien lielāka nozīme tiek pievērsta sociālo pakalpojumu pieejamībai un kvalitātei. Sociālajai darbībai kopienā ir jābūt organizētai un plānveidīgai, pieejamai visos novada pagastos, tāpēc Motivācijas programmas izstrāde atbilstoši mērķgrupas vajadzībām un interesēm un aptverot visus novada pagastus, ir būtisks Sociālā dienesta darbības attīstības virziens.

Motivācijas programmas ietvaros piedalās 35 Vecumnieku novada bērni vecumā no 7 līdz 18 gadiem.

- **Bērni no trūcīgām un maznodrošinātām ģimenēm.**

Motivācijas programmas īstenošanas apraksts

Motivācijas programmas atbalsta grupa tiek veidota kā slēgta grupa.

Programmas kopējais ilgums ir 12 mēneši.

Programmā paredzētās aktivitātes ilgst 9 mēnešus. Nodarbības paredzētas:

- Sporta aktivitātes, jāšanas apmācības bērniem – 18 nodarbības gadā. Nodarbības plānotas nedēļas brīvdienās, 2 reizes mēnesī. Skolas brīvlaikos nodarbības notiek jebkurā nedēļas dienā. Vienas nodarbības ilgums ir 4 stundas;
- Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības – 2 nodarbības gadā, jūnijā un augustā. Vienas nodarbības ilgums ir 7 stundas;
- Saliedēšanas un integrēšanas aktīvā tūrisma nodarbības – 5 nodarbības gadā, katrā novada pagastā, sākot no maija mēneša līdz oktobra mēnesim. Vienas nodarbības ilgums 6 stundas.

Programmas koordinators: Sociālais pedagogs.

Grupu nodarbību izstrādei un vadīšanai tiek piesaistīti speciālisti atbilstoši tēmām – psihologs, probācijas dienesta inspektori, dažādu profesiju pārstāvji, nevalstisko organizāciju pārstāvji.

Atbalsta grupas nodarbībās tiks izmantotas neformālās izglītības metodes, kas ir efektīvs personības attīstības veids. Šāda veida nodarbības var veicināt bērnu emocionālās izpausmes sociāli vēlamā veidā, uzlabojot savstarpējo komunikāciju, radot pozitīvu gaisotni grupā. Pēc katras nodarbības paredzama atgriezeniskā saite, kuras laikā pusaudžiem tiek uzdoti jautājumi par viņu ieguvumiem, novērtējumu, sajūtām u.c.

Atbalsta grupa tiks veidota uz tādiem priekšnosacījumiem kā integrācija un komunikācija sabiedrībā, sociālo un darba prasmju attīstība, sociālais atbalsts.

Atbalsta grupā veidojot atbalstošās attiecības tiks ņemti vērā četri attiecību aspekti:

1. Bērni tiks atbalstīti un motivēti. Bērni tiks atbalstīti un motivēti pareizo lēmumu pieņemšanā balstoties uz sabiedrībā vispārpieņemtajām vērtībām un normām.
2. Empātija. Motivācijas programmas dalībniekam ir jātic, ka grupas vadītājs izprot viņu un viņa vajadzības, saprot bērna situāciju un pieņem viņu. Vadītājs nodrošina grupā atmosfēra, kas ļaus bērniem justies emocionāli atbrīvotiem un vairo savstarpējo uzticību vienam pret otru, sabiedrībai.
3. Interese sadarboties. Bērniem ir svarīgi just, ka grupas vadītājs ir patiesi ieinteresēts un nav garlaikots. Bērniem ir spēcīgi attīstīta intuitīvā uztvere un tie ātri spēs uztvert vadītāja ne ieinteresētību.
4. Ticība pozitīvām pārmaiņām. Vadītājam vērīgi jānovēro grupas norise un par katra bērna sasniegumu viņš jānovērtē un jāuzslavē. Tas rosinās bērnam ticību saviem spēkiem un vēlmi mainīt savu uzvedību.

Motivācijas programmas plānotie rezultāti

Programmas aktivitātēm būs ietekme uz bērnu personībām. Šāda veida nodarbības radīs pozitīvāku gaisotni grupā, uzlabos savstarpējās attiecības un komunikāciju. Tas dos iespēju sastapties līdzīgam ar līdzīgu – cilvēkiem, kuriem ir līdzīgas problēmas. Grupas ietvaros notiek dalīšanās citam ar citu personiskajā pieredzē, atvēršanās notiek vienam caur otru. Bērniem tiks dota iespēja iepazīt sevi un citus, atklāt savus talantus un izpausties, mācīties pieņemt sevi.

Motivācijas programmas nepieciešamie resursi

1. Bērniem draudzīga vide;
2. Dators, projektorš;
3. Lielformāta papīra tāfele;
4. Kancelejas preces – A4, A1 papīra loksnes, rūtiņu klades, rakstāmpiederumi (pildspalvas, zīmuļi, flomāsteri, zīmuļu asināmie, dzēšgumijas, šķēres, līme, otas), līmlapiņas, paliktņi rakstīšanai, mapītes individuālo darbu glabāšanai, krāsaini papīri un kartoni kolāžu veidošanai, krāsas, plastilīns;
5. Darba materiāli praktiskām nodarbībām sociālo prasmju apguvei;
6. Mīkstā bumba vai mantiņa;
7. Ūdens, tēja, cepumi;
8. Piesaistīto speciālistu darba samaksa vai pakalpojumu apmaksā;
9. Transports.

Motivācijas programmā izmantojamās metodes

- Iepazīšanās aktivitātes;
- Ledus laušanas aktivitātes;
- Grupas saliedēšanas uzdevumi;
- Uzmundrinātāji;
- Mini lekcijas;
- Lomu spēles;
- Diskusijas;
- Darba lapas;
- Ideju/prāta vētras;
- Bērnu prezentācija/uzstāšanās;
- Izvērtēšana;
- Žetonu vai bonusu sistēma.

Motivācijas programmas īstenošanas plāns

1.etaps:

Sagatavošanās etaps

Motivācijas programmas dalībnieku apzināšana;

Motivācijas programmas dalībnieku atlase;

Vienošanās ar dalībnieku vecākiem, līguma slēgšana (skatīt Pielikumu Nr. 1);

Motivācijas programmas dalībnieku anketēšana, intervēšana, datu apkopošana (skatīt Pielikumu Nr.2). Datu apkopošanai izmantoto statistiskās metodes: relatīvais biežums un grafiskais attēlojums.

2.etaps:

Programmas īstenošana

Programmas īstenošana notiek 9 mēnešu garumā kalendārā gada ietvaros.

Atbalsta grupu nodarbības:

- Praktiskās;
- Izglītojošās;
- Apvienotās.

Nodarbībai - sporta aktivitāte, jāšanas apmācība bērniem – paralēli tiek aizpildīta dienasgrāmata (skatīt Pielikumu Nr.3) par katru bērnu: - integrācija staļļa sadzīvē; - saliedētība un iesaiste komandā; - profesionālā izaugsme.

Saliedēšanas un integrēšanas aktīvā tūrisma nodarbībām tiek veikts prasmju attīstības kopsavilkums par katru bērnu (skatīt Pielikumu Nr.4).

Programmas īstenošanas gaitā tiek piedāvāts aizpildīt atsauksmju un priekšlikumu grāmatu.

Mērķgrupas pētnieciskā anketēšana – tiek pētīta mērķgrupas motivācija attiecībā uz Motivācijas programmas aktivitātēm. Mērķgrupa novērtē aktivitāšu lietderību (skatīt Pielikumu Nr.2).

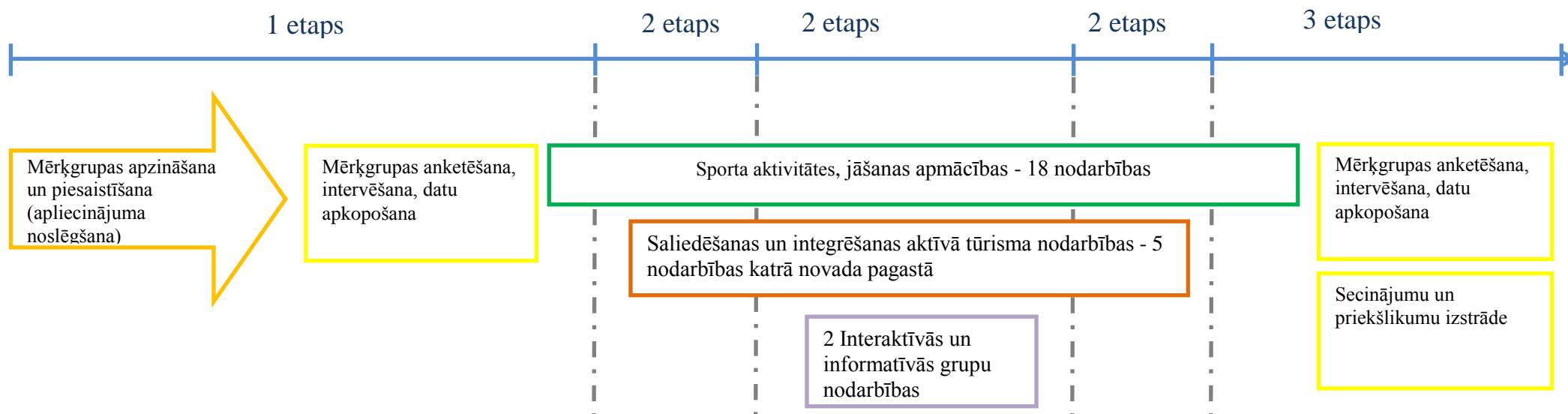
3.etaps:

Programmas noslēgums

Mērķgrupas anketēšana, intervēšana, datu apkopošana (skatīt Pielikumu Nr.2).

Secinājumu un priekšlikumu izstrāde.

Uzskatāmi laika plānošana attēlota 1.attēlā. (sk. 1.att.).



1.attēls

Motivācijas programmas īstenošanas plāna laika ass

Motivācijas programmas tematiskais plāns nodarbībām

- **Sporta aktivitātes, jāšanas apmācības bērniem:**

- ✓ Pasākuma uzdevums ir parādīt bērniem kā mērķtiecīgi izmantot savu brīvo laiku, to pavadot aktīvi un veselīgi, attīstot viņā integrācijai nepieciešamās prasmes. Aktivitātes laikā bērni apgūs disciplīnu, dažādas darba prasmes, iejūtību, rūpes par dzīvniekiem, mērķtiecību, sadarbību un uzticību. Bērni apgūs prasmes un iemaņas saturīgi plānot savu brīvo laiku. Aktivitātes gaitā radīsies izpratne par indivīda un pilnvērtīga sabiedrības locekļa vērtību skalu. Iesaistoties zirgu staļļa sadzīvē un savstarpēji komunicējot ar iesaistītajām personām mērķgrupas dalībnieki integrēsies sabiedrībā un attīstīs saskarsmes prasmes. Aktivitātes intensitāte mazinās iesaistīto bērnu neorganizētu laika pavadīšanu, kas var veicināt dažādus negatīvus riskus- atkarības no psiho aktīvām vielām un atkarību veicinošiem procesiem, nepilngadīgo noziedzības līmeni un izstumšanu no sabiedrības.

Tēmas:

- Integrācija staļļa sadzīvē;
- Jāšanas apmācību aktivitātes.

Nodarbību laikā dalībnieki kopā ar vadītāju izvietojas aplī tā, lai katrs redzētu visus pārējos grupas dalībniekus.

- **Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības:**

- ✓ Lai bērnu motivētu iesaistīties un efektīvi uztvertu informāciju, paredzamas dažādas sporta aktivitātes, kas rosinās mērķgrupu uz savstarpējo komunikāciju, paļaušanos un uzticēšanos, kā arī sadarbību. Nodarbību laikā tiks apgūtas dažādas praktiskās darba prasmes un sadzīves iemaņas, kas palīdzēs mērķa grupai izprast šo prasmju nepieciešamību viņu pozitīvajai integrācijai sabiedrībā. Nodarbību laikā tiks piesaistīti vairāki speciālisti, kuri jauniešiem vadīs interaktīvas nodarbības. Radošo un individuālo prasmju attīstošo nodarbību vadītāji mērķgrupu iesaistīs aktīvās nodarbībās par tēmām: attīstība, personīgā higiēna; attiecības, mīlestība un lēmums par vai pret seksuālo attiecību

uzsākšanu. Probācijas dienesta pārstāvji informēs par likumpārkāpuma sekām un riskiem nokļūt soda izpildes un uzraudzības iestādes redzeslokā. Atkarības speciālists iesaistīs interaktīvās spēlēs par atkarību un liks pusaudžiem analizēt psihoaktīvo vielu un atkarības procesu negatīvo ietekmi uz veselību un personības degradāciju.

Tēmas:

- Saturīgi izmantots brīvais laiks;
- Attīstība, personīgā higiēna;
- Attiecības, mīlestība un lēmums par vai pret seksuālo attiecību uzsākšanu;
- Likumpārkāpuma sekas un riski nokļūt soda izpildes un uzraudzības iestādes redzeslokā;
- Dzīve bez atkarībām.

Nodarbību laikā dalībnieki kopā ar vadītāju izvietojas aplī tā, lai katrs redzētu visus pārējos grupas dalībniekus.

• **Saliedēšanas un integrēšanas aktīvā tūrisma nodarbības:**

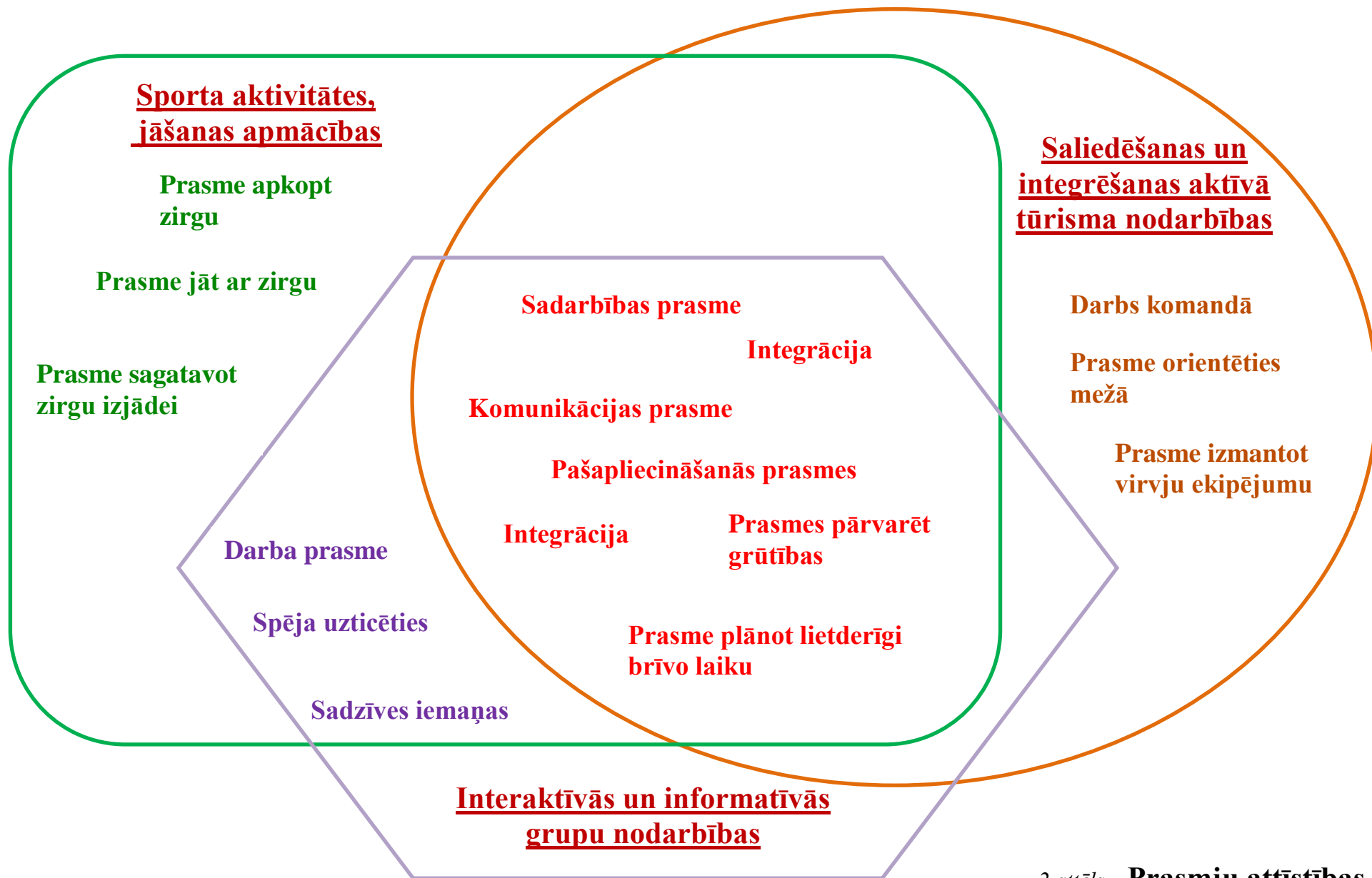
- ✓ Nodarbību mērķis ir bērnus no trūcīgām un maznodrošinātām ģimenēm iesaistīt sportiskās sadarbības un integrācijas aktivitātēs, izmantojot tūrisma un orientēšanās elementus, lai veicinātu tolerances, saskarsmes, sadarbības, mērķtiecības un gribas procesu attīstību. Plānotais nodarbību cikls mērķgrupas jauniešiem ietvers dažādu grūtību tūrisma un orientēšanās sporta elementus, kā arī piedzīvojuma pedagoģiskās metodes. Piedaloties šajā aktivitātē bērni mācīsies komandā un pa pāriem uzdevumiem apgūt virvju izmantošanas prasmes un orientēšanos apvidū izmantojot kompasu un kartes. Pildot dažādus sarežģītības uzdevumus komandā jaunieši attīstīs ne tikai prasmes sadarboties, uzņemties atbildību, saliedēties, bet arī veicinās toleranci, kas mazinās aizspriedumus un bailes, kas veicinās integrācijas un pašapliecināšanās procesus sabiedrībā.

Tēmas:

- Iepazīšanās un saliedēšanās;
- Kas es esmu?
- Es šajā pasaulē;
- Konflikta risināšana;
- Sadarbības veidošana.

Nodarbību laikā dalībnieki kopā ar vadītāju izvietojas aplī tā, lai katrs redzētu visus pārējos grupas dalībniekus.

Nodarbībās paredzēto prasmju attīstība attēlota 2.attēlā (sk.2.att.).



2.attēls Prasmju attīstības loki

Motivācijas programmas Sporta aktivitātes, jāšanas apmācības bērniem nodarbības

Dienas kārtība 1.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35 bērni

Nodarbības mērķi:

1. Informēt nodarbību dalībniekus par aktivitātes norises kārtību;
2. Iepazīšanās ar grupas dalībniekiem un jāšanas treniņa aktivitātēm.

Nodarbības uzdevumi:

1. Informēt grupas dalībniekus par aktivitātes norisi un laikiem;
2. Informēt grupas dalībniekus par grupas vadītāju funkcijām un pienākumiem;
3. Veikt grupas dalībnieku iepazīstināšanu vienam ar otru;
4. Kārtības noteikumu un drošības instrukciju instruēšana;
5. Iepazīstināt ar staļļa sadzīvi.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|--|---------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none">• Dalībnieku reģistrācija;• Jāšanas apmācību treneris – vada grupu nodarbības, rūpējās par grupas un dalībnieku labsajūtu; vada staļļa sadzīvi, visi jautājumi saistīti ar zirgiem un stalli. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:15 | Sniedz īsu informāciju par programmas gaitu. Vadītājs pastāsta par nodarbību aktivitātēm, nodarbību laikiem. Kopējie atbalsta grupas noteikumi (uzraksta kopīgi uz lielā plakāta). | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:15 – 10:25 | Iepazīšanās staļļa noteikumi (tiek izdalīti), parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 - 10:30 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:30 – 11:30 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas spēles sadarbības saliedēšanai. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:30 - 11:45 | Tējas pauze | |
| 11:45 – 13.45 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.45 – 13:50 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbības iesaistītās personas |
| 13.50 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 2.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti informēt grupas dalībniekus par grupas vadītāju funkcijām un pienākumiem;
2. Atkārtoti kārtības noteikumu un drošības instrukciju instruēšana;
3. Turpināt jāšanas treniņus;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|--|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Ar kādām sajūtām šodien nākat uz aktivitāti? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:40 | Atkārtot drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:40 - 10:50 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:50 – 11:30 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:30 - 11:45 | Tējas pauze | |
| 11:45 – 13.45 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Teorija par zirga inventāru. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.45 – 13:50 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.50 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Ar kādām sajūtām jūs šodien dodaties mājās? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 3.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|--|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Spilgtākās atmiņas no iepriekšējā jāšanas apmācību treniņa nodarbības. Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Teorija par zirga inventāru. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Savs pašvērtējums par šodienas treniņu. Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 4.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|--|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Vai komandā darbojieties saliedēti? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Teorija par zirga inventāru. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Vai, Tavuprāt, visi darbojās vienlīdz aktīvi un efektīvi? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 5.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|--|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Kas tiek sagaidīts no šodienas nodarbības? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Teorija par zirga inventāru. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Kādu atziņu guvāt par šodienas nodarbību? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 6.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|--|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Ko Tu gribētu uzlabot nodarbībās? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Teorija par zirga inventāru. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Kā Tu novērtē savas jāšanas tehnikas prasmes? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 7.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|---|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Vai Tu gribētu nodarboties ar šādu sporta veidu pastāvīgi? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Teorija par zirga inventāru. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Kādas jaunas darba prasmes Tu esi apguvis apmeklējot šīs nodarbības? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 8.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|--|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Nosauc galveno atziņu par gūtajiem iespaidiem staļļa sadzīvē! Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Teorija par zirga inventāru. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Kā Tu vērtē izveidojošos sadarbību grupā? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 9.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|--|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Kas Tev palicis atmiņā no iepriekšējā treniņa? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Teorija par zirga inventāru. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Ko Tu ieguldi sadarbības uzlabošanai grupā? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 10.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|--|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Vai Tu gribētu nodarboties regulāri ar jāšanas sportu? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Teorija par atbilstoša zirga inventāra izvēli. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Kā Tu vērtē šeit pavadīto laiku? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 11.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|---|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Kad mēs vienojamies veikt zināšanu apguves pārbaudi un parādi? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Zirga inventāra apkopes nepieciešamība. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Pabeidz teikumu: Es šodien aizeju ar.... Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 12.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|---|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Kā es vērtēju savu jāšanas apmācību prasmi? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Zirga inventāra apkope. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Pabeidz pozitīvi teikumu sakot blakusstāvošajam: Tu šodien.... Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 13.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|---|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Vai Tu gribētu turpināt jāšanas nodarbības ārpus šo nodarbību cikla? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Zirga inventāra apkope. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Kā es šodien vērtēju savu ieguldījumu darba prasmju attīstībā? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 14.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|---|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Kā mēs varam pozitīvi uzlādēt un atbalstīt viens otru? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Zirga inventāra apkope. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Es šodien aizeju ar sajūtu, ka..... Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 15.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|---|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Tiek plānota pēdējā jāšanas apmācības nodarbība. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Zirga inventāra apkošana pēc treniņa. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Kā Tu vērtē savas jāšanas prasmes? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 16.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|---|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Noslēguma nodarbībā paredzams eksāmens jāšanā, īss komentārs par plānoto. Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Zirga inventāra apkošana pēc treniņa. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Neskaidro jautājumu pārrunāšana par plānoto eksāmenu shēmu. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 17.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|---|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Tuvojas noslēgums – kā Tu vērtē sevi un savu izaugsmi deviņu mēnešu garumā? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorija par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas apmācībai, sociālo un darba prasmju apgūšanai. Komandas saliedēšanas spēles. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Mācās apkopt un sagatavot zirgus izjādei, treniņš, zirgu mitekļu uzkopšana, zirgu barošana. Zirga inventāra apkope pēc treniņa. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Novēlējums grupas biedriem pēdējai nodarbībai, kad notiks sacensības. | Jāšanas apmācības treneris |

Dienas kārtība 18.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm /sporta aktivitāte – jāšanas apmācība.

Nodarbības laiks: 4 stundas

Bērnu skaits: 35

Nodarbības mērķi:

1. Jāšanas treniņa aktivitātes;
2. Integrācija staļļa sadzīvē.

Nodarbības uzdevumi:

1. Atkārtoti drošības instrukciju instruēšana;
2. Turpināt jāšanas treniņus;
3. Komandas saliedēšanās aktivitātes;
4. Integrēties staļļa sadzīvē.

| Laiks | Aktivitāte | Aktivitātes vadītājs |
|---------------|--|--------------------------------|
| 10:00 – 10:10 | Dalībnieku reģistrācija; | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:10.- 10:25 | Aplis: Kā Tu jūties pirms noslēguma sacensībām? Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:25 – 10:35 | Atkārtoti drošības instrukcijas, atbild uz trenera jautājumiem par drošību, parakstās par drošību instruktāžām žurnālā. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:35 - 10:45 | Teorijas atkārtošana par zirgiem, to attīstību un kopšanu. | Jāšanas apmācības treneris |
| 10:45 – 11:25 | Sadalīšanās pa grupām – jāšanas shēmas izjādei. | Jāšanas apmācības treneris |
| 11:25 - 11:40 | Tējas pauze | |
| 11:40 – 13.40 | Apkopj un sagatavo zirgus izjādei, sacensības, zirgu apkope pēc sacensībām. Apbalvošana. | Jāšanas apmācības treneris |
| 13.40 – 13:45 | Roku mazgāšana, apavu tīrīšana. | Nodarbībā iesaistītās personas |
| 13.45 – 14.00 | Refleksijas apļa jautājums: Novēlējums grupas biedriem nākamajam gadam. Trīs labas lietas ar ko „es” aizeju no šīm nodarbībām.... Katrs bērns atbild pēc kārtas. | Jāšanas apmācības treneris |

Motivācijas programmas Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības

Dienas kārtība 1.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm / Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības.

Nodarbības laiks: 7 stundas.

Bērnu skaits: 35

Darba forma: aplis, interaktīvie uzdevumi un sporta aktivitātes.

Nodarbību vieta: Brīvā dabā. Nepieciešamas uzslietas lielās teltis un elektrības pievads.

Nodarbību vadītāji: NVO „Papardes zieds” speciālists, psihologs, Probācijas dienesta inspektori, sociālais pedagogs. Piesaistīts pakalpojuma sniedzējs, kas nodrošina grupu darbu organizāciju, sporta aktivitāšu vadīšanu un nepieciešamo ekipējumu.

Nodarbības tēma: Veselīgs un radošs dzīvesveids.

Nodarbības mērķi:

1. Informēt mērķgrupu par :
 - a. Likumpārkāpumu sekas un nonākšana nepilngadīgo lietu inspekcijas redzeslokā;
 - b. Attīstība, personīgā higiēna, attiecības, mīlestība un lēmums par vai pret seksuālo attiecību uzsākšanu;
2. Veicināt attīstīt saskarsmes un savstarpējās sadarbības prasmes;
3. Veicināt darba prasmju un sadzīves iemaņu attīstīšanu.

Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvās nodarbības par tēmām.
2. Sadarbību attīstošās komandu spēles.
3. Darba un sadzīves prasmju praktiska apgūšana.

| Laiks | Aktivitāte | Materiāli | Aktivitātes vadītājs |
|-------|--|--|---|
| 11:00 | Īss plāns, noteikumi. Bērni tiek sadalīti grupās: A. grupa no 7 līdz 9 gadiem; B. grupa no 10-12 gadiem; C. grupa no 13 līdz 18 gadiem. Nodarbību vadītāji ierāda vietu, kur nolikt grupas biedru privātās mantas. | Lielizmēra teltis 2.gb.; Reģistrācijas lapa, pildspalvas, vārdu kartes, grupu saraksti | Sociālie pedagogi |
| 11:15 | Dodas uz darba stacijām: <ul style="list-style-type: none">• Psihologs;• Papardes zieds:<ul style="list-style-type: none">- Attīstība, personīgā higiēna A un B grupai;- Attiecības, mīlestība un lēmums par vai pret seksuālo attiecību uzsākšanu – C | Staciju nosaukumi Cepumi, tēja, piens, cukurs | Psihologs Papardes zieda speciālists |

| | | | |
|-------|--|---|---|
| | <p>grupai;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Probācijas dienests: <ul style="list-style-type: none"> - Likumpārkāpumu sekas un riskiem nokļūt soda izpildes un uzraudzības iestādes redzeslokā. | | Probācijas dienesta speciālisti |
| 13:45 | <p>Liels aplis – atvadīšanās no speciālistiem. Refleksijas aplis: Katram bērnam īss komentārs par nodarbībām.</p> <p>Starp nodarbībām paredzētas 5min pauzes.</p> | | Sociālie pedagogi |
| 14:00 | <p>Dodas uz sportisko aktivitāšu norises vietu. Nepieciešams liels laukums spēlēm, ugunsкура vieta, ūdens tilpne.</p> | | |
| 14:15 | <p>Aplis.</p> <p>A. Vadītāji nosauc savas funkcijas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sociālais pedagogs – organizators, jebkuri interesējošie jautājumi; • Orientēšanās speciālists; • Sporta aktivitāšu organizators un vadītājs; • Sadzīves un darba prasmju attīstīšanas speciālists. <p>B. Kārtības noteikumu atkārtošana.</p> <p>C. Ledus laušanas aktivitātes.</p> <p>D. Iepazīšanās ar apkārtni.</p> <p>E. Nometnes iekārtošanas principi.</p> | <p>Kārtības noteikumi. Tāfele, papīrs, flomāsteri, bumba</p> | <p>Speciālisti</p> <p>Sociālie pedagogi</p> <p>Sporta aktivitāšu organizators un vadītājs</p> |
| 15:05 | <p>Katra grupa sev izdomā nosaukumu un uzzīmē logo, kas viņiem saistās ar brīvo laiku, īsa prezentācija visiem.</p> <p>A. grupa no 7 līdz 9 gadiem B. grupa no 10-12 gadiem C. no 13 līdz 18 gadiem</p> | <p>A3 lapas 3.gb. Zīmuļi, flomāsteri</p> | Sociālie pedagogi |
| 15:20 | Pusdienu pauze | Trauki, tēja. | |
| 15:40 | <p>A. grupa apgūst burku apgleznošanu; batikošanu; galda kultūru.</p> | <p>Burkas, stikla krāsas, otas, ūdens. Batikošanas krāsas, 3 spaiņi ar siltu ūdeni. Trauku komplekti 35.gb., salvetes. Čuguna ugunsкура katls, statīvs.</p> | Sadzīves un darba prasmju attīstīšanas speciālists |

| | | | |
|-------|---|--|---|
| | <p>B. grupa apgūst orientēšanās pamatprincipus, drošības tehniku, pārvar šķēršļu joslu;</p> <p>C. grupa piedalās sporta aktivitātēs:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Baļķa golfs- bērni sadalās vairākās komandās (katrā komandā no 8-10 bērniem). Uzdevums ar baļķa palīdzību pēc iespējas ātrāk iedzīt bumbu vārtos. Uzvar komanda, kura vis ātrāk izpilda uzdevumu. • Knaģi- stafete ar knaģiem, bērni sadalās komandās, katrai komandai jāstājas kolonā un pēc vadītāja signāla pa vienam dalībniekam jāsaliek knaģi un jānoņem no krēsla. Uzvar komanda, kura vis ātrāk izpilda uzdevumu. • Aklās lapsas- Bērni sadalās divās komandās, tiek izveidoti laukumi, kuros atrodas mīkstās mantas. Dalībniekam ar aizsietām acīm, kurš iet pakaļ mantai, citi komandas biedri cenšas pastāstīt, kur atrodas manta. Katram dalībniekam jāatnes pa vienai mantai. Uzvar komanda, kura uzdevumu paveic īsākā laikā. • Kurmju volejbols- Bērni sadalās divās komandās un spēlē volejbolu, tikai volejbola tīkls ir pārklāts ar necaurspīdīgu brezentu vai citu materiālu, uzvar komanda, kura iegūst vairāk punktus. • Simts kāju futbols – bērni sadalās divās komandās, katras komandas biedri sadodas elkoņos un spēlē futbolu, uzvar komanda, kura iesit lielāko skaitu vārtus. Spēle tiek pārtraukta, ja kādā no komandām atlaiž elkoņus, bumba nonāk pretinieka pusē. <p>Grupas paralēli mainās ik pēc 40min.</p> | <ul style="list-style-type: none"> •Drošības ķiveres - 5.gb.; •Drošības uzkares – 5.gb.; •Virve 30m – 2.gb.; •Sakabes komplekti – 5.gb.; <p>Futbola bumba, baļķis iesiets virvē.</p> | <p>Orientēšanās speciālists</p> <p>Sporta aktivitāšu organizators un vadītājs</p> |
| 17:40 | <p>Noslēdzošais grupas aplis: Ko es ieguvu jaunu un noderīgu no šīs dienas aktivitātēm? Atbild katrs bērns pēc kārtas.</p> | Bumba | Sociālie pedagogi |
| 18:00 | Grupas dalībnieki dodas mājās. | Transports | |

Psihologa nodarbības Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbību ietvaros

1. Nodarbība

| Dalībnieki | Tēma |
|-------------------------------|--|
| A. grupa no 7 līdz 9 gadiem | Manas intereses, hobiji. |
| B. grupa no 10 līdz 12 gadiem | Mana nākotnes profesija. |
| C. grupa no 13 līdz 18 gadiem | Profesijas apguves iespējas Latvijā; CV un motivējošās vēstules sastādīšana. |

Nodarbību norises vieta: Brīvā dabā.

Norises laiks: jūnija mēnesis.

Nodarbības ilgums: 45 min katrai grupai.

Nepieciešamie materiāli: A4 un A3 papīrs, krāsaini rakstāmie, līmlenta, šķēres, plastilīns, kokteiļu salmiņi, darba lapas, pildspalvas.

Mērķis: Darba prasmju attīstīšanas nepieciešamības motivācijas veicināšana.

Uzdevumi:

- Radīt iespēju attīstīt komunikācijas prasmes,
- Veicināt sadarbības komandā prasmju attīstību,
- Nākotnes profesijas izvēles apzināšanās saistībā ar interesēm,
- Attiecīgās izglītības iegūšanas iespēju izpēte konkrētajā sociālajā vidē.

Nodarbībā izmantotās metodes: minilekcija, lomu spēles, atgriezeniskā saite.

A grupa. Nodarbība tiek organizēta, lai dotu iespēju katram bērnam pētīt savas intereses, hobijus, aizraušanās. Savstarpēji komunicējot, tiek pārrunātas dažādas profesijas, to lomas saturs, katra bērna vēlmes un gaidas no savas kā pieaugušā cilvēka darba dzīves.

B grupa. Nodarbība tiek organizēta tā, lai radītu vēlmi bērniem pētīt savus priekšstatus par savu izvēlēto profesiju, kā arī motīvus, kas noteikuši šādu izvēli.

C grupa. Nodarbība tiek organizēta tā, lai radītu interesi pētīt profesijas apguves iespējas Latvijā, mācītos sastādīt CV un motivācijas vēstuli.

Attīstības, personīgās higiēnas nodarbība Interaktīvās un informatīvās grupas ietvaros

Projektā 3D: Domā! Dari! Dzīvo! tiek izmantotas biedrībā „Papardes zieds”© izstrādātas un aprobētas nodarbību programmas, kuras atbilstoši projekta mērķauditorijai tiek papildinātas ar materiāliem, metodēm un apakštēmām, atbilstoši dalībnieku vajadzībām.

Nodarbības “Attīstība, personīgā higiēna” norise:

| Laiks | Aktivitāte | Materiāli | Aktivitātes vadītājs |
|--------|--|---|----------------------------|
| 10 min | <p>1) Iepazīšanās – nodarbību vadītājs iepazīstina īsi ar sevi, savu profesiju.</p> <p>Iepazīstina ar sarunas tēmu – šodien runāsim par savstarpējām attīstību un personīgo higiēnu. Iepazīstina ar nodarbības ‘noteikumiem’ – būs iespēja katram uzdot sevi interesējošus jautājumus. Aicina apsēsties grupu brīvi – vislabāk, ja grupas dalībnieki sēž aplī.</p> <p>Vadītājs pajautā grupai, kas varbūt būtu tāds par ko viņi īpaši vēlētos parunāt. vai kādam jau ir kādi jautājumi?</p> <p>2) Grupas iepazīšanās savā starpā. Metodes:</p> <p>a) ja grupa savstarpēji jau ir pazīstami; metode ‘‘Mans labākais draugs’’ – visi dalībnieki nostājas aiz saviem krēsliem, nosauc savu vārdu un pastāsta 1 galveno faktu (vai to, ko viņš sagaida no šīs nodarbības) par ‘‘labāko draugu’’ (respektīvi – viņu pašu – kas it kā sēž krēslā).</p> <p>Modificētais variants – katram dalībniekam iedod A4 lapu uz kuras viņam jāuzraksta/jāuzzīmē savs vārds+ lieta, kas viņu raksturo+ tas, ko viņš sagaida no nodarbības. Pa kārtai katrs prezentē uzzīmēto.</p> | A4 lapas, krāsainie krītiņi | Papardes zieda speciālists |
| 20 min | <p>Cilvēka attīstība:</p> <p>1) Emocionālās pārmaiņas. Jaunieši tiek sadalīti 4 grupās, katrai grupai tiek iedota A1 formāta lapa un tiek lūgts uzzīmēt, uzrakstīt vai kā savādāk attēlot pārmaiņas pubertātes laikā (katrai grupai par vienu no sekojošām tēmām):</p> <ul style="list-style-type: none"> - pārmaiņas attiecības ar pretējo dzimumu - pārmaiņas attiecībās ar vecākiem, skolotājiem; - emocionālās pārmaiņas pubertātes laikā zēniem; - emocionālās pārmaiņas pubertātes laikā meitenēm. <p>Katra grupa prezentē paveikto un nodarbības vadītājs akcentē svarīgāko, izlabo kļūdas un</p> | A0 lapas, A4 lapas, flomāsteri/ tāfele, krītiņi | |

| | | | |
|--------|--|---|--|
| | <p>pastāsta trūkstošo informāciju.</p> <p>Grupām uzdotās tēmas var tikt mainītas atkarībā no grupas izteiktajām vēlmēm, piemēram, „kas mainās pubertātes laikā attiecībās ar draugiem/draudzenēm”</p> <p>2) fiziskā attīstība - uzzīmē uz tāfeles cilvēka siluetu (vispirms viena dzimuma, tad otra). Jautā, kas mainās cilvēkā, kad viņš/-viņa no bērna kļūst par pieaugušo.</p> <p>jaunieši sauc, nodarbības vadītāja piezīmē, pieraksta. Pārlicinās, ka visas būtiskākās lietas ir nosauktas un piezīmētas.</p> <p>Vadītājs vēlreiz īsumā pārstāsta, kas tieši notiek pubertātes laikā, īpaši uzsverot jautājumus par izmaiņām savstarpējās attiecībās, personības attīstībā un higiēnas jautājumos. Grupa tiek iepazīstināta ar ārējo un iekšējo dzimumorgānu uzbūvi (abu dzimumu) un sieviešu higiēnas priekšmetiem (tamponiem, paketēm, biksīšu ieliktnīšiem) un to lietošanu.</p> | | |
| 10 min | <p>“Vārdi, kurus lietojam” – metode var tikt izmantota arī nodarbības sākumā, ja jūtams, ka grupā ir liela trauksme par pārrunājamiem jautājumiem, vai tiek regulāri lietoti rupji vārdi. Grupa tiek sadalīta 2 – 4 daļās (atkarībā no cilvēku skaita, lai sanāktu 5 – 6 cilvēki grupā). Uz A1 lapas vai tāfeles tiek uzrakstīti ķermeņa daļu nosaukumi – krūtis, dzimumloceklis, sievietes ārējie dzimumorgāni, u.c. katrai grupai ir jāuzraksta visi sinonīmi, kurus viņi šiem vārdiem zina. Pēc tam vārdi tiek nosaukti skaļi un vadītājs ar grupu vienojas, kuri vārdi ir rupji, kuri tādi nav ; kurus vārdus būtu labi lietot sabiedrībā un kurus nē.</p> | A0 lapas, A4 lapas, flomāsteri/ tāfele, krītiņi | |
| 5 min | <p>Īss nodarbības noslēgums, kurā vadītājs īsumā apkopo jautājumus, kas apskatīti nodarbības laikā (piemēram: „Šodien tāpat mēs pārrunājām pusaudžu fizisko un emocionālo attīstību pubertātes laikā, ceru, ka jums bija interesanti un ieguvāt ko jaunu”) vai uzdod dažus kontroles jautājumus, lai saprastu, kā grupa ir izpratusi nodarbībā pārrunāto.</p> <p>Katram skolēnam tiek iedots buklets “Puišiem un „Tieši Tev”.</p> | | |

Attiecības, mīlestība un lēmums par vai pret seksuālo attiecību uzsākšanu nodarbība Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbību ietvaros

Nodarbības “Attiecības, mīlestība un lēmums par vai pret seksuālo attiecību uzsākšanu”
norise:

| Laiks | Aktivitāte | Materiāli | Aktivitātes vadītājs |
|--------|---|---------------------------------------|----------------------------|
| 10 min | <p>1) Iepazīšanās – nodarbību vadītāja iepazīstina īsi ar sevi, savu profesiju. Iepazīstina ar sarunas tēmu – šodien runāsim par savstarpējām attiecībām un lēmumu par vai pret seksuālo attiecību uzsākšanu. Iepazīstina ar nodarbības ‘noteikumiem’ -būs iespēja katram uzdot sevi interesējošus jautājumus. Aicina apsēsties grupu brīvi – vislabāk, ja grupas dalībnieki sēž aplī. Vadītājs pajautā grupai, kas varbūt būtu tāds par ko viņi īpaši vēlētos parunāt. Vai kādam jau ir kādi jautājumi?</p> <p>2) Grupas iepazīšanās savā starpā. Metodes:</p> <p>a) ja grupa savstarpēji jau ir pazīstami; metode ‘Mans labākais draugs’ – visi dalībnieki nostājas aiz saviem krēsliem, nosauc savu vārdu un pastāsta 1 galveno faktu(vai to, ko viņš sagaida no šīs nodarbības) par ‘labāko draugu’(respektīvi – viņu pašu – kas it kā sēž krēslā).</p> <p>Modificētais variants – katram dalībniekam iedod A4 lapu uz kuras viņam jāuzraksta/jāuzzīmē savs vārds+ lieta, kas viņu raksturo+ tas, ko viņš sagaida no nodarbības. Pa kārtai katrs prezentē uzzīmēto.</p> | A4 lapas, rakstāmie Bumbaņa | Papardes zieda speciālists |
| 3 min | <p>‘Prāta vētra’ – lūdz grupas dalībniekiem nosaukt ar kādām nozīmīgām attiecībām sastopamies savā dzīvē (piemēram, attiecības ar vecākiem; attiecības ar draugiem...). Vienojas par kuriem no šo attiecību veidiem grupa vēlētos vairāk runāt šīs nodarbības laikā.</p> | Tāfele, krītiņi/ A0 lapas, flomāsteri | |
| 10 min | <p>Grupa tiek sadalīta vairākās daļās(atkarībā no tā, cik attiecību veidi ir izvēlēti), rezultātā katram attiecību veidam nepieciešamas 2 grupas, vieni uzraksta/uzzīmē/izveido prezentāciju par to, kas palīdz šajās attiecībās; otra – par to, kas traucē šajās attiecībās.</p> <p>Pēc tam prezentācijas tiek pārrunātas, nodarbības vadītājs uzsver svarīgākās lietas un katra paša atbildību par attiecību veidošanos un notiekošo tajās.</p> | A0 lapas, flomāsteri | |

| | | | |
|--------|---|--|--|
| 5 min | <p>Tā kā noteikti tiks konstatēts, ka attiecībās ir ļoti svarīgi cienīt vienu otru un atbalstīt otra pieņemtos lēmumus, tiek piedāvāta ‘prāta vētra’ - grupai tiek jautāts, kādi lēmumi ir jāpieņem attiecību laikā (piemēram, vai draudzēties vai nē; vai izklaidēties kopā vai atsevišķi, utt.).</p> | | |
| 7 min | <p>Lai dotu iespēju kādu no lēmuma pieņemšanas brīžiem piedzīvot dzīvē, tiek piedāvāta metode ‘Titāniks un Terminators’ – grupa sadalās pa pāriem un katrs izvēlas filmu uz kuru viņš vēlētos iet – filmām jābūt maksimāli atšķirīgām. Vadītājs var piedāvāt, piemēram, vienam vēlēties iet uz Titāniku, bet otram uz Terminatoru. Viņiem tiek dots laiks 1-2 minūtes pie sevis padomāt, kādēļ viņi vēlas iet tieši uz šo filmu. Tālāk viņiem tiek dotas 5 minūtes, lai pārliecinātu otru, ka būtu jāiet tieši uz šo filmu.</p> | | |
| 5 min | <p>Tiek pārrunāts, kā veicās, kas bija grūtākais – vai bija viegli pieņemt otra viedokli; kas palīdzētu rast kompromisu, utt.</p> <p>NB! Svarīgi uzsvērt, ka savstarpējās attiecībās cieņa ir universāls jēdziens, tādēļ uzdevumam cilvēki nav jādala pretējo dzimumu pāros.</p> <p>NB!! Attiecības (arī pāru attiecības) ir starp diviem cilvēkiem (partneriem), nevis puisi un meiteni.</p> | | |
| 10 min | <p>Vadītājs piedāvā pārrunāt vēl kādu svarīgu lēmumu attiecībās – lēmumu par seksuālu attiecību uzsākšanu. Iespējamie varianti (atkarībā no laika, var izmantot vairākas metodes):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ‘Prāta vētra’ – par ko ir jāpadomā pirms seksuālu attiecību uzsākšanas, pārrunā – kas ir viegli, kas grūti pieņemot šo lēmumu. 2) ‘Baseins’ – tiek uzzīmēts baseins, virs kura ir tramplīns (simboliski, seksuālas attiecības). Uz tramplīnu ved pakāpieni. Uz katra pakāpiena ir jāuzraksta lieta, kura palīdz iepazīt otru cilvēku labāk (pakāpienu skaits nav noteikts, bet varētu būt apmēram 15 – 20). Ar katru aizpildīto pakāpienu, palielinās arī ūdens līmenis baseinā. Stāsta ideja – līdz ar ūdens līmeņa palielināšanos, seksuālas attiecības kļūst drošākas un pakāpeniskākas. 3) Tiek pastāstīts par attiecību stadijām (skat. zemāk) un lūdz iedomāties par seksuālo attiecību uzsākšanas problēmām un ieguvumiem katrā no tām. 4) Īss nodarbības noslēgums, kurā vadītājs īsumā apkopo jautājumus, kas apskatīti nodarbības laikā. | | |

Likumpārkāpumu sekas un riskiem nokļūt soda izpildes un uzraudzības iestādes redzeslokā nodarbība motivācijas programmas ietvaros

| Laiks | Aktivitāte | Materiāli | Aktivitātes vadītājs |
|--------------|---|------------------|---------------------------------|
| 5 min | Īss grupas iepazīšanās ar vadītājiem. Īss grupu vadītāju profesionālais apraksts, darbības specifika. | | Probācijas dienesta speciālisti |
| 30 min | Filma „Aiz žoga”. | Projektors. | |
| 10 min | Diskusija par filmu – cēloņu – seku sakarību. | | |

Motivācijas programmas Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības

Dienas kārtība 2.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm / Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības.

Nodarbības laiks: 7 stundas

Bērnu skaits: 35

Darba forma: aplis, interaktīvie uzdevumi un sporta aktivitātes.

Nodarbību vieta: Brīvā daba. Nepieciešamas uzslietas lielās teltis.

Nodarbību vadītāji: Atkarību speciālists, psihologs, sociālais pedagogs. Piesaistīts pakalpojuma sniedzējs, kas nodrošina grupu darbu organizāciju, sporta aktivitāšu vadīšanu un nepieciešamo ekipējumu.

Nodarbības tēma: Dzīve bez atkarībām

Nodarbības mērķi:

1. Paplašināta izpratne par atkarību izraisošajām vielām un procesiem, kā arī - savām vajadzībām, vēlmēm un to apmierināšanas variantiem, izvērtējot, kādēļ patiesībā cilvēki izvēlas lietot apreibinošās vielas.
2. Iegūta izpratne par destruktīviem un konstruktīviem sevis apliecināšanas veidiem, kas sekmē empātiju un toleranci.
3. Veicināt interesi un informēt par :
 - Aktuālajām atkarībām atbilstošās vecuma grupās
4. Veicināt attīstīt saskarsmes un savstarpējās sadarbības prasmes.

Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības par tēmu „Dzīve bez atkarībām.”
2. Sadarbību attīstošās komandu spēles.
3. Darba un sadzīves prasmju praktiska apgūšana.

| Laiks | Aktivitāte | Materiāli | Aktivitātes vadītājs |
|-------|--|--|----------------------|
| 11:00 | Vadītāji īsi informē par dienas gaitu. Tiek atkārtoti grupas noteikumi. Bērni tiek sadalīti trijās grupās pēc vecuma. A. grupa no 7 līdz 9 gadiem; B. grupa no 10 līdz 12 gadiem; C. grupa no 13 līdz 18 gadiem. | Reģistrācijas lapa, pildspalvas, vārdu kartes. | Sociālie pedagogi. |
| 11:15 | Grupas pēc rotācijas principa apmeklē visas stacijas: 1.Stacija. Atkarību profilakses nodarbības. 2.Stacija. Sociālās prasmes. 3.Stacija. Psihologs. | | |

| | | | |
|-------|--|--|------------------------------------|
| | <p>1.Stacija. Atkarību profilakses nodarbības</p> <p>A . grupas tēmas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Ko es daru brīvā laikā?” • ”Vai es protu pateikt NĒ?” • „TV atkarība” • „Smēķēšana” <p>B. grupas tēmas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Alkohols” • „Datoratkarība” • „Azartspēles internetā” • „Narkotikas” <p>C. grupas tēmas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Atkarība. Atkarības psiholoģiskie un sociālie cēloņi” • „Emociju un stresa pārvaldīšana attiecībās” • „Manas vajadzības” | A1 formāta lapas, marķieri, tāfele | Piesaistītais atkarību speciālists |
| | <p>2.Stacija.</p> <p>1. A grupa- strādā ar krāsaino papīru – veido kolāžu par tēmu – es bez atkarībām.</p> <p>2. B grupa - Atmiņu klades, to būtība un ieguvums.</p> <p>3. C grupa - Atmiņu klades, to būtība un ieguvums.</p> | Rūtiņu klades, flomāsteri, krāsainie krītiņi, krāsainie zīmuļi, krāsainais papīrs, A4 baltas lapas, līme, pildspalvas. | Sociālie pedagogi |
| | <p>3.Stacija. Psihologs.</p> <p>Tēmas:</p> <p>A. grupa - Ieklausīties otrā</p> <p>B. grupa – Darīt kopā</p> <p>C. grupa - Es esmu un es daru</p> | A1 lapas, zīmuļi, A4 lapas, zīmēšanas lapas, flomāsteri, zīmuļi, krītiņi, krāsainais papīrs, līme, šķēres. | Psihologs |
| 13:45 | <p>Lielais aplis – atvadīšanās no speciālistiem.</p> <p>Refleksijas aplis: Katram bērnam īss komentārs par nodarbībām.</p> <p>Starp nodarbībām paredzētas 5min pauzes.</p> | | Sociālie pedagogi |
| 14:00 | <p>Dodas uz sportisko aktivitāšu norises vietu.</p> <p>Nepieciešams liels laukums spēlēm, ugunsкура vieta, ūdens tilpne.</p> | | |
| 14:15 | <p>Aplis.</p> <p>A.Vadītāji nosauc savas funkcijas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sociālais pedagogs – organizators, jebkuri interesējošie jautājumi; | Kārtības noteikumi. Tāfele, papīrs, flomāsteri, | Sociālie pedagogi |

| | | | |
|-------|---|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Sporta aktivitāšu organizators un vadītājs; • Sadzīves un darba prasmju attīstīšanas speciālists. <p>B. Kārtības noteikumu atkārtošana.</p> <p>C. Ledus laušanas aktivitātes.</p> <p>D. Iepazīšanās ar apkārtni.</p> <p>E. Nometnes iekārtošanas principi atkārtojot iepriekš apgūto un papildinot zināšanas.</p> | bumba | <p>Sociālie pedagogi</p> <p>Sporta aktivitāšu organizators un vadītājs</p> |
| 15:05 | Pusdienu pauze, brīvais laiks. | Trauki, tēja. | |
| 15:40 | <p>Darba stacijas:</p> <p>1.Šķēršļu josla (Izveidots virvju ceļš un šķēršļi, kurus jāpārvar aktivitāšu dalībniekiem, izmanto purva pārvarēšanas uzdevuma elementus) un olu ķērājs (Katrai komandai izlozes kārtībā tiek iedoti materiāli, lai uzkonstruētu „olu ķērāju.” Kad olu ķērājs ir uzbūvēts notiek izmēģinājumi, komanda, kuras olu ķērājs ir veiksmīgi noķēris olu no lielākā attāluma, kļūst par uzvarētājiem.);</p> <p>2.Sports - lidojošais paklājs (Komandai stāvēt uz „lidojošā paklāja,” tas ir jāapgriež otrādāk, īsākā laika periodā.), gans un aklās aitas (Komandas līderim, pēc iespējas ātrāk, ar aplausu palīdzību, jāsadzen dalībnieki noteiktā norobežojumā teritorijā.), kurmju volejbols (Bērni sadalās divās komandās un spēlē volejbolu, tikai volejbola tīkls ir pārklāts ar necaurspīdīgu brezentu vai citu materiālu, uzvar komanda, kura iegūst vairāk punktus.), 100 kāju futbols (bērni sadalās divās komandās, katras komandas biedri sadodas elkoņos un spēlē futbolu, uzvar komanda, kura iesit lielāko skaitu vārtus. Spēle tiek pārtraukta, ja kādā no komandām atlaiž elkoņus, bumba nonāk pretinieka pusē.).</p> <p>3. Izdzīvošana āra apstākļos (Malkas vākšana mežā, ugunsкура sagatavošana, ēst gatavošana āra apstākļos, nometnes iekārtošana naktsguļai, tās nokopšana.).</p> | | |
| | <p>1.Stacija. A grupa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Šķēršļu josla un purvs; • Olu ķērājs <p>Grupas paralēli mainās ik pēc 40min.</p> | <p>5 drošības ķiveres,</p> <p>drošības uzkares- 5 gab.;</p> <p>Virve 30 m. 2 gab.sakabes komplekti 5 gab.</p> | <p>Sporta aktivitāšu organizators un vadītājs</p> |

| | | | |
|-------|--|---|---|
| | | 20 gab. olas, papīrs, līme līmlente, miskastes maiši, šķēres. | |
| | <p>2. Stacija. B grupa</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lidojošais paklājs • Kurmju volejbols • 100 kāju futbols <p>Grupas paralēli mainās ik pēc 40min.</p> | <p>Paklājs, brezents 2X5 m. 2 futbola bumbas, 2 volejbola bumbas.</p> | <p>Sporta aktivitāšu organizators un vadītājs</p> |
| | <p>3. Stacija C grupa</p> <ul style="list-style-type: none"> • Malkas vākšana mežā, ugunsкура sagatavošana. • Ēst gatavošana āra apstākļos – kādus pārtikas produktus gatavo uz uguns. • Nometnes iekārtošana naktsguļai, tās nokopšana <p>Grupas paralēli mainās ik pēc 40min.</p> | <p>Katls, cirvis, stafīvs katlam.</p> | <p>Sporta aktivitāšu organizators un vadītājs</p> |
| 17:40 | <p>Noslēdzošais grupas aplis: Ko es ieguvu jaunu un noderīgu no šīs dienas aktivitātēm? Atbild katrs bērns pēc kārtas.</p> | <p>Bumba</p> | <p>Sociālie pedagogi</p> |
| 18:00 | <p>Grupas dalībnieki dodas mājās.</p> | <p>Transports</p> | |

Psihologa nodarbības Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbību ietvaros

2.Nodarbība

Dalībnieki:

Tēma:

| | |
|-------------------------------|---------------------|
| A. grupa no 7 līdz 9 gadiem | Ieklausīties otrā. |
| B. grupa no 10 līdz 12 gadiem | Darīt kopā. |
| C. grupa no 13 līdz 16 gadiem | Es esmu un es daru. |

Nodarbību norises vieta: Brīvā dabā

Norises laiks: augusta mēnesis

Nodarbības ilgums: 45 min katrai grupai.

Nepieciešamie materiāli: A4 un A3 papīrs, krāsaini rakstāmie, līmlenta, šķēres, plastalīns, kokteiļu salmiņi, darba lapas, pildspalvas.

Mērķis ir veicināt veselīgas personības attīstību, mazinot risku veidoties atkarībai no atkarību izraisošām vielām un procesiem.

Uzdevumi:

- Veicināt komunikācijas prasmju attīstīšanas iespējas (aktīvā klausīšanās, prasme formulēt domu, korekti izteikties u.t.t.)
- Veicināt sadarbības prasmju attīstīšanas iespējas kopīga mērķa sasniegšanai.
- Veicināt pašizpaušmes, pašrealizācijas prasmju attīstību, veselīgas personības izaugsmē.

Nodarbībā izmantotās metodes: minilekcija, lomu spēles, atgriezeniskā saite.

A grupa. Nodarbībā galvenie akcenti ir vērsti, lai veicinātu komunikācijas prasmju attīstību; prasmi klausīties, korekti izteikties, akceptēt citādi domājošos, būt tolerantiem savstarpējā komunikācijā. Robežas starp „Es” un „Tu” trenšana kā atkarību veidošanās mazināšanas nosacījums.

B grupa. Nodarbība tiek organizēta tā, lai tiktu veicināta sadarbības prasmju attīstība, lai sasniegtu visiem grupas dalībniekiem nozīmīgu mērķi. Komandas darba pamatprincipu ieviešanas praktiska izpēte, lai visi kopā teiktu „Nē!” atkarībām.

C grupa. Akcentēta individualitāte, katras personības unikalitāte, veselīga Ego attīstība. Nodarbībā tiek veicināta pašizpaušmes, pašrealizācijas prasmju attīstības iespējamība. Diskusija par apgalvojumu „izvēle starp par vai pret atkarībām ir atbildīgs individuāls konkrētās personības lēmums”.

Atkarību profilakses nodarbības Interaktīvās un informatīvās grupas ietvaros

Nodarbību norises vieta: Brīvā dabā

Norises laiks: augusta mēnesis

Nodarbības ilgums: 45 min katrai grupai.

Mērķauditorija: 3 grupas: bērni un pusaudži vecumā no 7 līdz 18 gadiem.

Nepieciešamie materiāli: A1 formāta lapas, marķieri, tāfele.

Nodarbībā izmantotās metodes: Atkarības profilakses interaktīvajās nodarbībās tiks izmantota gešaltterapijas pieeja, individuālais darbs, lomu spēles, radoši eksperimenti, diskusijas, kā arī īsa lekcija par attiecīgo tematu, viedokļu apmaiņa un atgriezeniskā saite.

Paredzamie ieguvumi nodarbību dalībniekiem.

- ✓ Paplašināta izpratne par atkarību izraisošajām vielām un procesiem, kā arī - savām vajadzībām, vēlmēm un to apmierināšanas variantiem, izvērtējot, kādēļ patiesībā cilvēki izvēlas lietot apreibinošās vielas.
- ✓ Iegūta izpratne par destruktīviem un konstruktīviem sevis apliecināšanas veidiem, kas sekmē empātiju un toleranci.
- ✓ Savu argumentēšanas prasmju apzināšanās pateicoties iespējai tās pilnveidot un attīstīt grupas darba laikā.
- ✓ Priekšstatu par dažādām sociālajām lomām un to reālajām izpausmēm apzināšana, kas palīdzēs izvairīties no stresa, kas var būt par iemeslu apreibinošo vielu lietošanas uzsākšanai vai procesu atkarībai.
- ✓ Prasme izvērtēt un modelēt savu rīcību saistībā ar to, kā autoritātes vai grupas spiediens ietekmē izvēli un rīcību.

A grupa.

- „**Ko es daru brīvā laikā?**” Mērķis: rosināt grupā diskusiju par to, kā pilnvērtīgi pavadīt savu brīvo laiku.
- „**Vai es protu pateikt NĒ?**” Mērķis: radīt skolēnos izpratni, kā rīkoties situācijās, kas apdraud veselību un drošību. Noskaidrot kopīgi, kuras ir tās situācijas, kurās jāprot, jāspēj pateikt NĒ.
- „**TV atkarība**”. Mērķis: izvērtējot katram savu TV raidījumu izvēli, palīdzēt skolēniem iegūt priekšstatus par pārmērīgas TV skatīšanās kaitīgo ietekmi uz veselību.
- „**Smēķēšana**”. Mērķis: informējot palīdzēt izprast smēķēšanas iespējamās sekas un veicināt veselīgu dzīves veidu.

B grupa.

- **„Alkohols”**. Mērķis: palīdzēt skolēniem izprast alkohola ietekmi uz veselību un attīstīt prasmi argumentēt savu viedokli vienaudžu vidū.
- **„Datoratkarība”**. Mērķis: mācīt novērtēt riskus, kas saistīti ar datora lietošanu, palīdzēt izprast datora lietošanas noteikumu nozīmi ikdienā.
- **„Azartspēles internetā”**. Mērķis: attīstīt skolēnos izpratni par to, kas ir azartspēles un kāpēc tās ir riskantas.
- **„Narkotikas”**. Mērķis: palīdzēt izprast kaitīgo vielu –narkotiku bīstamību veselībai.

C grupa.

- **„Atkarība. Atkarības psiholoģiskie un sociālie cēloņi”**. Mērķis: palīdzēt skolēniem izprast narkotiku, alkohola patieso ietekmi uz veselību. Attīstīt prasmi argumentēt savu viedokli vienaudžu vidū.
- **„Emociju un stresa pārvaldīšana attiecībās”** . Mērķis: sekmēt pusaudžu izpratnes veidošanos par spriedzi, tas pārvaldīšanas iespējām sarežģītās situācijās.
- **„Manas vajadzības”**. Mērķis: sekmēt pusaudžu izpratni par savām un citu vajadzībām, analizēt konstruktīvu un destruktīvu pašapliecināšanos.

Motivācijas programmas Saliedēšanas un integrēšanas aktīvā tūrisma nodarbības

Nodarbību programma

| Nr.p.k. | Nodarbības tēma | Nodarbības mērķis |
|---------|---|--|
| 1. | Iepazīšanās un saliedēšanās <i>6 stundas</i> | Iepazīstināt ar nodarbību programmas uzbūvi, mērķi un uzdevumiem. Vienoties par kopējiem grupas noteikumiem. Iepazīties visiem dalībniekiem un saliedēties veiksmīgākam darbam turpmākajās nodarbībās. |
| 2. | Kas es esmu? <i>6 stundas</i> | Sekmēt katra nodarbības dalībnieka sevis izprašanu un pieņemšanu. Veicināt personīgo mērķu izvirzīšanas prasmes attīstību un pilnveidošanos. |
| 3. | Es šajā pasaulē! <i>6 stundas</i> | Sekmēt nodarbību dalībnieku spējas iekļauties sabiedrībā. |
| 4. | Konfliktu risināšana <i>6 stundas</i> | Attīstīt konfliktu risināšanas prasmes. |
| 5. | Sadarbības veidošana <i>6 stundas</i> | Veicināt nodarbību dalībnieku spējas sadarboties. |

Katrā pagastā notiek piecas nodarbības ar augstāk minētajām tēmām.

Dienas kārtība 1.nodarbībai

Nodarbības tēma: Iepazīšanās un saliedēšanās.

Mērķis: Iepazīstināt ar nodarbību programmas uzbūvi, mērķi un uzdevumiem. Vienoties par kopējiem grupas noteikumiem. Iepazīties visiem dalībniekiem un saliedēties veiksmīgākam darbam turpmākajās nodarbībās.

Uzdevumi:

1. Iepazīstināt ar nodarbību programmas uzbūvi, mērķiem un uzdevumiem:
 - Izstrādāt grupas noteikumus;
 - Īstenot dalībnieku savstarpējās iepazīšanās uzdevumus;
 - Īstenot dalībnieku saliedēšanās uzdevumus.

Plāns:

1. Nodarbības sākuma rituāls – Visi sastājas aplī un nodejo rituāla deju “A KUR A KUR”. Pēc tās visi apsēžas aplī un katras pasaka vienu pozitīvu lietu, kas ar viņu ir notikusi pēdējās nedēļas laikā. **(10 min.)**
2. Dalībnieku iepazīstināšana ar nodarbību programmu, tās mērķiem un uzdevumiem. Dalībnieki tiek aicināti dalīties ar savām gaidām, bažām un devumu piedaloties šajās nodarbībās. Dalībniekiem tiek izdalītas līmlapiņas trīs dažādās krāsās. Uz katras no tām ir jāuzraksta „gaidas”, „bažas” un „devums”. To attēlošanai tiek izmantots simbolisks koks, uz kura stumbra tiek izvietotas līmlapiņas ar „gaidām”, lapas un augļi ir „devums”, savukārt zem saknēm tiek izvietotas „bažas”. Uzdevumu katrs dalībnieks īsteno individuāli. Rezultātu apkopo un ar to iepazīstina grupas vadītājs. **(30 min.)**
3. Grupas noteikumu izstrāde. Kopīgi notiek vienošanās par darba pamatprincipiem. Darbs norit divās grupās. Pirmā grupa strādā pie noteikumiem, kas atvieglo savstarpējo saskarsmi un sekmētu izvairīšanos no konfliktiem. Otrā grupa strādā pie noteikumiem, kas atvieglos nodarbību mērķu un uzdevumu īstenošanu un sekmētu raitu darbu. Uzdevuma izpildei tiek dotas 15 min. Pēc tam abas grupas prezentē paveikto. Notiek vienoto noteikumu izveide izmantojot piecus noteikumus no katras grupas izstrādātajiem noteikumiem. Tas tiek veikts izmantojot balsošanu. Zem kopējiem noteikumiem parakstās visi nodarbības dalībnieki. **(30 min.)**
4. Dalībnieku iepazīšanās. Personības vairoga zīmēšana. Personības vairogā dalībnieki attēlo savas vērtības, spilgtākos sasniegumus, vaļaspriekus un sapņus. Pēc tam visi dalībnieki sadalās pāros un pastāsta viens otram par savu vairogu. Kad tas izdarīts pāris iepazīstina visus dalībniekus ar savu sarunu biedru un prezentē viņa personības vairogu. Cilvēku bingo – katrs dalībnieks saņem lapu ar virkni apgalvojumu. Apjautājot katru nodarbības dalībnieku ir jāatrod katram apgalvojumam viens no dalībniekiem, kurš tam piekrīt. Spēle „Es esmu īpašs ar to ka...”. Katram no dalībniekiem ir jāatrod kas īpašs par sevi. **(60 min.)**
5. Kopīga pusdienu zupas gatavošana **(90 min.)**
6. Dalībnieku saliedēšanās uzdevumi - elektriskais žogs, purva pārvarēšana, zemo virvju uzdevumi. Atgriezeniskā saite. **(120 min.)**
7. Nodarbības izvērtēšana **(20 min.)**

8. Noslēguma rituāls - "MĀ ZINGA" (grupa apsēžas aplī, vadītājs liek izstiept visiem priekšā rokas un skaļi teikt MĀĀĀ (sasniežot kulmināciju) visi nolaiž rokas un saka ZINGĀ. Nodarbības beigas.).

Dienas kārtība 2.nodarbībai

Nodarbības tēma: Kas es esmu?

Mērķis: Sekmēt katra nodarbības dalībnieka sevis izprašanu un pieņemšanu. Veicināt personīgo mērķu izvirzīšanas prasmes attīstību un pilnveidošanos.

Uzdevumi:

1. Personīgo resursu aktivizēšana izmantojot orientēšanās sportu.
2. Mērķu izvirzīšanas prasmju apgūšana un pilnveidošana izmantojot augstās virves.

Plāns:

1. Nodarbības sākuma rituāls – Visi sastājas aplī un nodejo rituāla deju "A KUR A KUR". Pēc tās visi apsēžas aplī un katras pasaka vienu pozitīvu lietu, kas ar viņu ir notikusi pēdējās nedēļas laikā. **(10 min.)**
2. Dalībnieki tiek iepazīstināti ar orientēšanās sporta pamatprincipiem. Tiek apgūtas iemaņas orientēties ar karti izmantojot kompasu un apkārtējo vidi. Diskusijās ar jauniešiem pārrunājam katra individuālās īpašības un to nozīmi orientējoties dzīves labirintos. Katrs nodarbības dalībnieks tiek aicināts izvērtēt tās personības īpašības, kas ir būtiskas vai būtu nepieciešamas dažādās dzīves situācijās. Top personības resursu karte. Tālāk nodarbības dalībnieki dodas orientēšanās sacensībās meklējot orientēšanās kontrolpunktus mežā. **(120 min.)**
3. Kopīga pusdienu zupas gatavošana **(90 min.)**
4. Saruna par personīgo mērķu izvirzīšanu un to sasniegšanu. Paralēles tiek vilktas ar sekojošajiem augsto virvju uzdevumiem. Nodarbību dalībniekiem tiek dota iespēja piedalīties izaicinājumu spēlē pakāpeniski pārvarot arvien sarežģītākus uzdevumus. Sarunās pārrunājam veiksmes un neveiksmes. **(120 min.)**
5. Nodarbības izvērtēšana **(20 min.)**
6. Noslēguma rituāls - "MĀ ZINGA".

Dienas kārtība 3.nodarbībai

Nodarbības tēma: Es šajā pasaulē!

Mērķis: Sekmēt nodarbību dalībnieku spējas iekļauties sabiedrībā.

Uzdevumi:

1. Izmantojot pilsētas piedzīvojuma metodi sekmēt dalībnieku prasmes iekļauties sabiedrībā un sadarboties konkrētu mērķu īstenošanai.
2. Personisko resursu apzināšanās veiksmīgam iekļaušanās procesam sabiedrībā.

Plāns:

1. Nodarbības sākuma rituāls – Visi sastājas aplī un nodejo rituāla deju “A KUR A KUR”. Pēc tās visi apsēžas aplī un katras pasaka vienu pozitīvu lietu, kas ar viņu ir notikusi pēdējās nedēļas laikā. **(10 min.)**
2. Iekustināšanās spēle – „Šis ir stāsts par manu poniju”, „Mani sauc Džo” vai tamlīdzīgas spēles, kurās nodarbības dalībnieki var izkustēties. **(20 min.)**
3. Pilsētas piedzīvojums. Nodarbības dalībnieki izveido trīs komandas, kas saņem uzdevumus. Divu stundu laikā komandām ir jāpaveic virkne uzdevumu, kas saistīti ar komunikāciju un sadarbību ne tikai komandas ietvaros, bet arī ar apkārtējo sabiedrību. Pilsētas uzdevuma laikā visiem dalībniekiem ir jāapmeklē desmit konkrētas vietas, kurās jānofotografējas visai komandai kopā. Pārgājiena laikā katram komandas dalībniekam jāsasveicinās ar vismaz desmit svešiniekiem dažādā vecumā un jānovēl veiksmīga diena. Jāapmeklē 5 uzņēmumi un jānoskaidro tā nosaukuma izcelšanās vēsture. No vietējiem iedzīvotājiem jāizzina kāds interesants nostāsts vai leģenda par konkrēto apdzīvoto vietu. Katrai komandai tiek iedota viena saspraude, kas ir jāiemaina pret ko vērtīgāku. Visa uzdevuma laikā komandai jābūt kopā. Pēc divām stundām visām komandām jātiekas kādā parkā vai citā publiskā vietā. Ar publiskās tribīnes metodi katram dalībniekam minūtes laikā visiem kas atrodas apkārt jāpastāsta par piedzīvoto. **(120 min.)**
4. Kopīga pusdienu zupas gatavošana **(90 min.)**
5. Komandas uzdevums – purva pārvarēšana. Visi dalībnieki atrodas uz vienas platformas un visiem jānokļūst laukuma otrā pusē uz otras platformas. Starp platformām ir celmi. Dalībnieki var izmantot divus dažādu garumu dēļus. Uz zemes nokāpt nedrīkst. Ja kāds nokāpj uz zemes vienam no dalībniekiem tiek aizsietas acis. Uzdevuma veikšanai ir dotas 60 minūtes. Pēc 60 minūtēm saruna par veiksmēm un neveiksmēm. Kas ļāva izpildīt uzdevumu un kas kavēja. Kādas īpašības būtu nepieciešamas katram individuāli, kāda palīdzība būtu nepieciešama no sabiedrības (celmiem). Vai nebija tā, ka tika gaidīts lielāks atbalsta punktu skaits? Sarunu ievirza analogijā par alkoholismu – cik būtiski ir sabiedrības atbalsts šīs problēmas pārvarēšanai. **(100 min.)**
6. Nodarbības izvērtēšana **(20 min.)**
7. Noslēguma rituāls - “MĀ ZINGA”

Dienas kārtība 4.nodarbībai

Nodarbības tēma: Konflikta risināšana

Mērķis: Attīstīt konfliktu risināšanas prasmes.

Uzdevumi:

1. Ar šķēršļu pārgājiena palīdzību rosināt komandu risināt konfliktsituācijas.
2. Diskusijās sekmēt izpratni par konfliktu rašanās iemesliem un to risināšanas paņēmieniem.

Plāns:

1. Nodarbības sākuma rituāls – Visi sastājas aplī un nodejo rituāla deju “A KUR A KUR”. Pēc tās visi apsēžas aplī un katras pasaka vienu pozitīvu lietu, kas ar viņu ir notikusi pēdējās nedēļas laikā. **(10 min.)**
2. Šķēršļu pārgājiens 5 km garumā. Pārgājiena laikā jāpārvar virkne pārbaudījumi un jāizlemj par visefektīvākajiem uzdevumu risināšanas veidiem. Pārgājiena veikšanai tiek dotas 5 stundas. Pārgājiens un visi uzdevumi jāveic visiem kopīgi. **(300 min.)**
3. Nodarbības izvērtēšana **(50 min.)**
4. Noslēguma rituāls - “MĀ ZINGA”

Dienas kārtība 5.nodarbībai

Nodarbības tēma: Sadarbības veidošana

Mērķis: Veicināt nodarbību dalībnieku spējas sadarboties.

Uzdevumi:

1. Ar tūrisma sporta trases palīdzību stiprināt komandas darba prasmes.
2. Zemo un augsto virvju trasēs sekmēt komandas saliedētību, uzticēšanos un kopīgu darbošanos mērķa sasniegšanai.

Plāns:

1. Nodarbības sākuma rituāls – Visi sastājas aplī un nodejo rituāla deju “A KUR A KUR”. Pēc tās visi apsēžas aplī un katras pasaka vienu pozitīvu lietu, kas ar viņu ir notikusi pēdējās nedēļas laikā. **(10 min.)**
2. Iekustināšanās spēle – „Šis ir stāsts par manu poniju”, „Mani sauc Džo” vai tamlīdzīgas spēles, kurās nodarbības dalībnieki var izkustēties. **(20 min.)**
3. Tūrisma sporta pamatelementu apgūšana un dalība pārbaudījumu trasē. Tiek akcentēts komandas darbs. **(120 min.)**
4. Kopīga pusdienu zupas gatavošana **(90 min.)**
5. Komandas saliedēšanas un uzticības uzdevumi zemo un augsto virvju trasē. **(120 min.)**
6. Apmācību noslēguma rituāls.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA

1. Briede. D. Starpprofesionālas komandas darbs ar sociālo gadījumu. Lekciju materiāls. Attīstība, 2011
2. Danče D., Šice M. Atbalsta grupu tīklojuma izveide un funkcionēšana. Dzīves jautājumi IX: Zinātniski metodisks rakstu krājums. Dr. paed. L.Šiļņevas virsredakcijā. Rīga: SDSPA „Attīstība”, 2004. 66.-81.lpp.
3. Gorlova D. Komandas funkcionēšanas uzlabošana. Dzīves jautājumi VIII: Zinātniski metodisks rakstu krājums. Dr. paed. L.Šiļņevas virsredakcijā. Rīga: SDSPA „Attīstība”, 2003. 224.-235.lpp.
4. Ģimenes enciklopēdija. I.daļa. Rīga: Galvenā Enciklopēdiju redakcija. 1989. 831.lpp.
5. Kempa P.S., Vitakers K. Dž., Treisija. M.E. Personas-vides prakse. Starppersonu palīdzības sociālā ekoloģija. Rīga: SDSPA „Attīstība”. Kserokopija.
6. Sociālā darba terminoloģijas vārdnīca. Zin. Red. L.Šiļņeva. Rīga: SDSPA „Attīstība”, 2000. 249.lpp.
7. Sociālās rehabilitācijas programma darbam ar riska grupas jauniešiem. [tiešsaiste]. Rīga: Rīgas domes Atkarības profilakses centrs, 2008. [skatīts 05.06.2012.] Pieejams: ftp://equal.lsif.lv/soc_reh_pr/14.Programma_FIN-RAPC.pdf
8. Zemīte. Ē. Sociālā darba metodes. Mācību metodiskais līdzeklis. Rīga: SDSPA „Attīstība”, 2001. 263.lpp.
9. Zastrow Ch. Social work with groups: using the class as a group leadership laboratory. Second edition. Chicago: Nelson-Hall Publishers, 1989. 574.lpp.
10. Беляева Л.А., Беляева М.А Категории социальная и социально-педагогическая деятельность в их взаимосвязи. Понятийный аппарат педагогики и образования: Сб.науч.тр./Отв.ред. М.А.Галагузова. Екатеринбург. 1998. 196.lpp.
11. Голованова Н. Ф. Социализация и воспитание ребенка. Санкт-Петербург: „Речь”, 2004 272.lpp.
12. Гуров. В.Н. Социальная работа школы с семьей. Москва: Педагогическое общество России, 2003. 192.lpp.
13. Мудрик А.В. Социальная педагогика: Учеб. для студ. пед. Вузов/ Под ред. В.А. Слостенина. 3-е изд., испр. и доп. Москва: Издательский центр Академия, 2002. 200.lpp.

PIELIKUMI

PIEDĀVAJAM IESPĒJU

piedalīties nodarbībās.

Nodarbību mērķis ir: *Attīstīt un pilnveidot Vecumnieku novadā alternatīvus sociālās rehabilitācijas pakalpojumus bērniem no maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm, lai uzlabotu sociālās un funkcionālās prasmes, kā arī, lai veicinātu šo personu integrāciju sabiedrībā.*

Vecumnieku novada domes Sociālais dienests uzaicina Jūsu dēlu/meitu

_____ piedalīties 20xx. gada sekojošās atbalsta grupas aktivitātēs:

1. Sporta aktivitātes, jāšanas apmācības bērniem pieredzējuša trenera vadībā, kuru laikā bērni iepazīsies ar ikdienas zirgu staļļa dzīvi. Bērniem papildus būs iespēja mācīties praktiski apkopt zirgus, barot. Bērni apgūs zirgu inventāra sagatavošanu, zirgu sagatavošanu pirms treniņiem un to apkopi pēc treniņiem. Nodarbības notiks 20xx.gadā no janvāra līdz oktobrim. Nodarbības paredzētas Vecumnieku pagastā. Ja aktivitāte notiek citā pagastā atšķirīgā no dzīvesvietas pagasta, nokļūšanai uz nodarbības vietu un atpakaļ uz dzīvesvietas pagastu tiek nodrošināts bezmaksas transports.
2. Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības notiks brīvā dabā piesaistot dažādus speciālistus, kas rosinās izprast atkarību izraisošo vielu procesus, bērnu attīstību un attiecību veidošanu, kā arī nepilngadīgo personu likumpārkāpumu sekām un riskiem nokļūt soda izpildes un uzraudzības iestādes redzeslokā. Paredzamas dažādas sporta aktivitātes, dažādu darba un sadzīves prasmju apgūšana. Nodarbības 20xx.gadā notiks divas dienas jūnijā un augustā. Nodarbību norises vieta paredzēta Vecumnieku novadā. Ja aktivitāte notiek citā pagastā atšķirīgā no dzīvesvietas pagasta, nokļūšanai uz nodarbības vietu un atpakaļ uz dzīvesvietas pagastu tiek nodrošināts bezmaksas transports.
3. Saliedēšanās un integrēšanas aktīvā tūrisma nometne, kurās paredzētas sportiskas un integrācijas aktivitātes izmantojot tūrisma elementus - virvju trases, šķēršļu joslas un orientēšanās uzdevumus, kas rosinās savstarpējo sadarbību un integrāciju sabiedrībā. Nodarbības 20xx.gadā notiks no maija līdz septembrim. Nodarbību norises vieta paredzēta Vecumnieku pagastā Misas vai Beibežu ciema rajonā.

Paredzamās aktivitātes ir atbalsta grupas komplekss piedāvājums un bērns piedalās visās augstākminētajās aktivitātēs pēc sastādīta laika grafika, kas pievienots Piedāvājuma Pielikumā.

Atbalsta grupa tiks veidota uz tādiem priekšnosacījumiem kā integrācija un komunikācija sabiedrībā, sociālo un darba prasmju attīstība, sociālais atbalsts. Atbalsta grupā un motivācijas programmas izstrādē tiks iesaistīti vairāki speciālisti – sociālie pedagogi, psihologs, kā arī radošo un individuālo prasmju attīstošo nodarbību vadītāji.

Piekrītot piedalīties nodarbībās **Alternatīvu sociālo pakalpojumu attīstība Vecumnieku novadā** tiek parakstīts Apliecinājums par piedalīšanos. Sk. Pielikumu Nr.x.

Piedāvājums un pievienotie pielikumi sastādīti divos eksemplāros ar vienādu juridisko spēku. Viens eksemplārs glabājas pie nodarbību dalībnieka, otrs eksemplārs glabājas pie nodarbību organizētāja.

(Vecāka paraksts)

(Bērna paraksts)

(Vecāka tel.nr.)

(Bērna tel.nr.)

(Datums)

AKTIVITĀŠU PLĀNS _____

(vārds, uzvārds)

| <u>Aktivitāte</u> Mēnesis | <u>Jāšanas treniņi</u> Datumi | <u>Interaktīvā</u> grupu <u>nodarbība</u> Datumi | <u>Integrēšanās</u> tūrisma <u>noņemne</u> Datumi |
|--|--|---|--|
| Janvāris | | | |
| Februāris | | | |
| Marts | | | |
| Aprīlis | | | |
| Maijs | | | |
| Jūnijs | | | |
| Jūlijs | | | |
| Augusts | | | |
| Septembris | | | |

Konkrēti aktivitāšu laiki telefoniski tiks saskaņoti individuāli vienu nedēļu pirms aktivitātes.

Par nepieciešamību mainīt aktivitātes datumu tiks ziņots individuāli.

Uzmanību!

Lūdzu nodrošināt bērnu aktivitātēs ar atbilstošu apģērbu un apaviem izvērtējot konkrētās dienas laika apstākļus.

(Vecāka paraksts)

(Bērna paraksts)

(Datums)

APLIECINĀJUMS

Es, _____ (bērna vecāka vārds, uzvārds) **neiebilstu**, ka mans dēls _____ (bērna vārds, uzvārds) piedalās nodarbībās **Alternatīvu sociālo pakalpojumu attīstība Vecumnieku novadā**, no 20xx.gada 01.janvārim līdz 20xx.gada 30.septembrim, kurš saistīts ar aktivitātēm, kuras norādītas nodarbību pielikumā. Esmu informēts(a) par nodarbību aktivitātēm un ar nodarbību plānu esmu iepazīstināts(a). Esmu informēts(a) par drošības instrukcijām, noteikumiem un atbildību, kuru manam bērnam ir jāievēro nodarbību norises laikā.

Apņemos sniegt nepieciešamo informāciju par bērna veselības stāvokli, kas var traucēt viņam piedalīties nodarbību paredzētajās aktivitātēs.

Apzinos, ka nodarbībās iesaistītie aktivitāšu vadītāji un palīgi nenes atbildību par mana bērna materiālajām vērtībām.

Neierašanās gadījumā uz grupu nodarbībām, par to informēt grupas vadītāju līdz nodarbības dienas plkst. 9.00. Kontakttālrunis **xxxxxxx**.

Es, _____ (bērna vārds, uzvārds), apņemos piedalīties nodarbībās visā nodarbību norises laikā **Alternatīvu sociālo pakalpojumu attīstība Vecumnieku novadā**, un, ievērot sociālo pedagogu, sociālo darbinieku un atbalsta grupu vadītāju norādījumus, drošības instrukcijas un noteikumus **uzņemt pilnu atbildību par vispārējos drošības noteikumu ievērošanu aktivitāšu laikā**. Drošības noteikumu neievērošanas gadījumā pretenzijas necelšu. Uzņemos pilnu atbildību par savām materiālajām mantām un to glabāšanu.

(Vecāka paraksts)

(Bērna paraksts)

(Datums)

Sākotnējā aptaujas anketa

Ļ.cien. aktivitāšu dalībnieki! Vēlamies noskaidrot Tavu viedokli par piedalīšanos augstākminētā aktivitātēs!

- Kā Tu uzzināji par iespēju piedalīties šajās nodarbībās? (Atzīmē vienu atbildi!)**
 - No novada interneta mājas lapas;
 - No novada avīzes;
 - No novada sociāla dienesta darbinieka.
- Vai Tu saņēmi pietiekami izsmeļošu informāciju par sagaidāmajām nodarbībām – Jāšanas apmācība, Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības, Saliedēšanas un integrēšanas aktīvā tūrisma nometni? (Atzīmē vienu atbildi!)**
 - Jā
 - Nē
- Vai piedāvātās nodarbībās Tev liekas saistošas un noderīgas? (Atzīmē vienu atbildi!)**
 - Jā
 - Nē
 - Nezinu
- Vai Tu esi piedalījies līdzīgās aktivitātēs pēdējā gada laikā – saturīga un organizēta brīvā laika pavadīšana? (Atzīmē vienu atbildi!)**
 - Jā
 - Nē
 - Nezinu
- Vai piedāvātās nodarbības ir laba alternatīva brīvā laika pavadīšanai Vecumnieku novadā?**
 - Jā
 - Nē
- Ko Tu sagaidi no piedalīšanās šajās aktivitātēs? (Atzīmē vairākas atbildes!)**

| Jāšanas apmācības treniņi ar integrāciju staļļa sadzīvē |
|--|
| <input type="checkbox"/> Iespēju iemācīties jāt ar zirgu |
| <input type="checkbox"/> Iespēja sevi pierādīt sportiskā nodarbībā |
| <input type="checkbox"/> Brīvā laika pilnvērtīga pavadīšana |
| <input type="checkbox"/> Apgūt jaunas prasmes un iemaņas |
| <input type="checkbox"/> Cits _____ |

| Saliedēšanas un integrēšanas aktīvā tūrisma nometne |
|--|
| <input type="checkbox"/> Iespēja iemācīties strādāt komandā |
| <input type="checkbox"/> Iespēja uzlabot fizisko formu |
| <input type="checkbox"/> Iemācīties orientēties un darboties ar virvēm |
| <input type="checkbox"/> Iespēja atrast jaunus draugus |
| <input type="checkbox"/> Cits _____ |

| Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības |
|---|
| <input type="checkbox"/> Iespēja uzzināt kaut ko jaunu |
| <input type="checkbox"/> Iespēja sadarboties grupā |
| <input type="checkbox"/> Attīstīt darba prasmes un sadzīves iemaņas |
| <input type="checkbox"/> Lietderīgi pavadīts brīvais laiks |
| <input type="checkbox"/> Cits _____ |

7. Kā Tu novērtēsi savu ieguvumu no piedalīšanās nodarbībās? (Iespējamās vairākas atbildes!)

- Novērtēšu ar atzīmi no 1 līdz 10;
- Pēc jaunām zināšanām;
- Pēc jaunām prasmēm;
- Pēc spējas sadarboties grupā;
- Cits variants _____

Demogrāfija

Vārds _____

Uzvārds _____

8. Vecums (pilni gadi) _____

9. Dzimums

- Zēns
- Meitene

10. Kurā novada ciemā Tu dzīvo?

Var būt Tev palika kaut kas nepateikts, bet mēs Tev nepajautājam, lūdzu, sniedz savus komentārus:

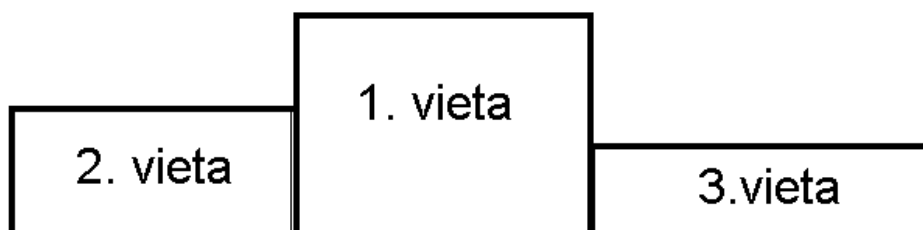
Paldies par atsaucību!

2012

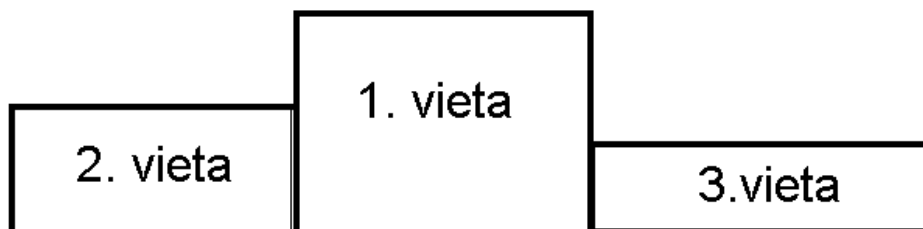
Pētnieciskā aptaujas anketa

Ļ.cien. aktivitāšu dalībniek! Vēlamies noskaidrot Tavu viedokli par piedalīšanos augstākminētā aktivitātēs!

1. Lūdzu, novērtē no 1.-3. vietai, kura no aktivitātēm (SPORTA AKTIVITĀTES, JĀŠANAS APMĀCĪBAS BĒRNIEM; INTERAKTĪVĀS UN INFORMATĪVĀS GRUPU NODARBĪBAS; SALIEDĒŠANAS UN INTEGRĒŠANAS AKTĪVĀ TŪRISMA NODARBĪBAS) Tev liekas VISINTERESANTĀKĀS?



2. Lūdzu, novērtē no 1.-3. vietai, kura no aktivitātēm (SPORTA AKTIVITĀTES, JĀŠANAS APMĀCĪBAS BĒRNIEM; INTERAKTĪVĀS UN INFORMATĪVĀS GRUPU NODARBĪBAS; SALIEDĒŠANAS UN INTEGRĒŠANAS AKTĪVĀ TŪRISMA NODARBĪBAS) Tev liekas VISNODERĪGĀKĀS?



3. *Ko Tu vēlētos uzlabot vai mainīt sekojošās aktivitātēs?*

a. *Sporta aktivitātes, jāšanas apmācības bērniem*

b. *Saliedēšanas un integrēšanas aktīvā tūrisma nodarbības*

c. *Interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības*

4. *Kāpēc Tev patīk apmeklēt šīs nodarbības? (atzīmē 3 nozīmīgākās atbildes)*

- Ieguvu jaunus draugus
- Ieguvu jaunas un noderīgas zināšanas (iemācījos daudz ko jaunu)
- Projekts ir labs piedzīvojums!
- Varu mācīties iepazīt citus bērnus
- Es jūtos pieņemts projektā (Savējais)
- Es varu sevi pierādīt, ka es daudz ko varu!
- Esmu uzvarējis sevi!
- Iemācījos strādāt
- Es varu šeit uzticēties draugiem un treneriem
- Sportiskas un izglītojošas aktivitātes

5. *Lūdzu novērtēties interaktīvās un informatīvās grupu nodarbības jūlijā un augustā no 1- 10?*

Jūlija interaktīvā un informatīvā grupu nodarbība = psihologs+ Papardes zieds+ Probācijas dienests + saliedēšanas aktivitātes.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kas patika:

Augusta interaktīvā un informatīvā nodarbība = psihologs+ atkarību speciālists+ sociālais pedagogs + saliedēšanas aktivitātes.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kas patika:

6. *Kādās nodarbībās Tu vēl gribētu piedalīties un ko jaunu uzzināt un iegūt?*

7. *Par kādām tēmām ir jārunā ar mūsdienu bērniem un jauniešiem?*

Demogrāfija

Vārds _____

Uzvārds _____

8. Vecums (pilni gadi) _____

9. Dzimums

- Zēns
- Meitene

10. Kurā novada ciemā Tu dzīvo?

Var būt Tev palika kaut kas nepateikts, bet mēs Tev nepajautājam, lūdzu, sniedz savus komentārus:

Paldies par atsaucību!

2012

Klientu apmierinātības aptaujas anketa

Ļ.cien. aktivitāšu dalībniek! Vēlamies noskaidrot Tavu viedokli par piedalīšanos augstākminētā aktivitātēs!

1. Vai Tevi apmierina piedāvātās nodarbības? (Katrā aktivitātē viena atbilde)

| | | Pilnībā apmierina | Gandrīz apmierina | Neapmierina | Komentējiet savu atbildi! |
|----|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------|
| 1. | Jāšanas apmācība | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 2. | Interaktīvās un Informatīvās grupu nodarbības | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |
| 3. | Saliedēšanās un integrēšanas aktīvā tūrisma nodarbības | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | |

2. Vai Tu esi saņēmis visu ko gaidīji no piedāvātajām nodarbībām? (Novērtē katru aktivitāti no 1-10, apvelc nepieciešamo vērtējumu) Neēsmu saņēmis - 1 -2-3-4-5-6-7-8-9-10- Pilnībā esmu saņēmis, ko vēlējos!

| | | | |
|----|--|----------------------|------------|
| 1. | Jāšanas apmācība | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | Komentārs: |
| 2. | Interaktīvās un Informatīvās grupu nodarbības | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | Komentārs: |
| 3. | Saliedēšanās un integrēšanas aktīvā tūrisma nodarbības | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | Komentārs: |

3. Kā tu vērtē savu ieguvumu piedāvātajās nodarbībās? (Novērtē katru aktivitāti no 1-10, apvelc nepieciešamo vērtējumu)

| | | | |
|----|--|----------------------|------------|
| 1. | Jāšanas apmācība | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | Komentārs: |
| 2. | Interaktīvās un Informatīvās grupu nodarbības | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | Komentārs: |
| 3. | Saliedēšanās un integrēšanas aktīvā tūrisma nodarbības | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | Komentārs: |

4. Kāpēc Tev patīk apmeklēt šīs nodarbības? (atzīmē 3 nozīmīgākās atbildes)

- Ieguvu jaunus draugus
- Ieguvu jaunas un noderīgas zināšanas (iemācījos daudz ko jaunu)
- Projekts ir labs piedzīvojums!
- Varu mācīties iepazīt citus bērnus
- Es jūtos pieņemts projektā (Savējais)
- Es varu sevi pierādīt, ka es daudz ko varu!
- Esmu uzvarējis sevi!
- Iemācījos strādāt
- Es varu šeit uzticēties draugiem un treneriem
- Sportiskas un izglītojošas aktivitātes

Demogrāfija

Vārds _____

Uzvārds _____

5. Vecums (pilni gadi) _____

6. Dzimums

- Zēns
- Meitene

7. Kurā novada ciemā Tu dzīvo?

Var būt Tev palika kaut kas nepateikts, bet mēs Tev nepajautājam, lūdzu, sniedz savus komentārus:

Paldies par atsaucību!

2012

Dienasgrāmata Sporta aktivitātes, jāšanas apmācības bērniem ietvaros

Vārds _____ Uzvārds _____ Uzsāka nodarbības _____ Pabeidza nodarbības _____

| Datums | Integrācija staļļa sadzīvē | Saliedētība un iesaiste komandā | Profesionālā izaugsme |
|---------------|-----------------------------------|--|------------------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Saliedēšanas un integrēšanas aktīvā tūrisma nodarbību dalībnieku prasmju attīstības atskaites kopsavilkums.

| Vārds, Uzvārds | 1. Darbs komandā | 2.Prasme orientēties mežā | 3. Prasme izmantot virves un tūrisma ekipējumu | 4. Sadarbības un komunikācijas prasmes | 5. Integrācija grupā | 6. Spējas pašapliecināti es | 7.Prasme plānot brīvo laiku | 8. prasme pārvarēt grūtības |
|---------------------------|-----------------------------|--|---|---|---------------------------------|--|--|--|
| | | | | | | | | |

