



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



# **Sociālās rehabilitācijas programma sociālo prasmju apgūšanai/integrācijai sabiedrībā cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem**

**2012-2013**

## **Sociālās rehabilitācijas programmas izveide**

**Sociālās rehabilitācijas 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 sociālā darbiniece Nīta Kinaucka-Briede, programmas konsultants psihologs Gundega Kozlova, kā arī reitērijas un mūzikas terapijas nodarbību vadītāji.

**Sociālās rehabilitācijas programma** tiks vērsta uz projekta dalībnieka personības:

1. lietišķo saskarsmi, komunikāciju, personības pilnveidi, pašnoteikšanos, sadarbību komandā;
2. sekmīgāku iekļaušanos sabiedrībā.
3. mūzikas terapiju.
4. reitērijas.
5. sadzīves un darba prasmju attīstīšanu un pilnveidošanu. Tēmas – kulinārija, galda kultūra, dāvanu izgatavošana u.c. Kā motivācijas faktors tiks izmantotas kustību spēles.

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

## **Sociālās rehabilitācijas programmas pamatideja**

Arvien vairāk vērojama pieaugoša pašvaldības loma un atbildība par savu novada iedzīvotāju attīstību un integrāciju sociālajā jomā, kur īpaši ir jāizdala darbs ar cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem. Strauji pieaug nepieciešamība pēc institūciju savstarpējās sadarbības ar cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem saistīto problēmu risināšanā, nodrošinot 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 darbā ar cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem un viņu ģimenēm, konstatēts šo personu zemais motivācijas līmenis pozitīvi integrēties sabiedrībā, kā arī zemais sociālo prasmju līmenis. Mērķa grupas personas neprot saturīgi organizēt savu laiku, līdz ar to netiek attīstītas integrācijai nepieciešamās prasmes un iemaņas.

Sociālās rehabilitācijas programmu paredzēts izstrādāt cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem. Mērķa grupas vecuma posms ir no septiņiem līdz piecdesmit gadiem. Programma vērsta uz mērķa grupas sociālo un funkcionālo prasmju uzlabošanu un integrēšanu sabiedrībā.

Programmas pamatideja ir izveidot atbalsta grupu, kurā tiks iekļautas mērķa grupas 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. Apgūstot programmu tā sekmēs vieglāku mērķgrupas integrāciju sabiedrībā.

## Atbalsta grupas teorētiskais pamatojums

Atbalsta grupas mērķis ir paust cilvēcisku cieņu un palīdzēt cilvēkiem rūpēties pašiem par sevi, 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 iekļūcīgu 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, atveseļošanās 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.

## **Sociālās rehabilitācijas programmas mērķi**

**Vispārīgais programmas mērķis:** Attīstot cilvēku ar funkcionāliem traucējumiem sociālās, darba un funkcionālās prasmes veicināt viņu integrāciju sabiedrībā.

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

## **Sociālās rehabilitācijas 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. piedalīties mūzikas terapijā;
6. veicināt pozitīvu attieksmi pret sevi, apkārtējiem, sabiedrību un vidi;
7. piedalīties reitterapijas aktivitātēs;
8. mazināt negatīvismu un agresiju pret sabiedrību;
9. trenēt sadarbības prasmes: mācīties darboties komandā;
10. mācīties sniegt atgriezenisko saikni jeb refleksiju;

## **Programmas teorētiskā un praktiskā lietojamība**

Vecumnieku novada Domes Sociālā dienesta **Sociālās rehabilitācijas** programma būs dokuments, kurš noteiks kvalitatīvu sociālo pakalpojumu konkrētai novada mērķa grupai un ir paredzēts praktiskai lietojamībai novadu Sociālā dienesta speciālistiem.

Sociālās rehabilitācijas programmu varēs izmantot kā informācijas avotu līdzīgu programmu izstrādei.

### **Sociālās rehabilitācijas programmas novitāte**

- 1) Atbalsta grupas izveide cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem un Sociālās rehabilitācijas programmas izstrāde Vecumnieku novada Domes Sociālajā dienestā;
- 2) Sociālās rehabilitācijas programma ietver daudzveidīgu aktivitāšu kompleksu, kas motivē cilvēkus ar funkcionāliem traucējumiem integrēties sabiedrībā Vecumnieku novadā.

### **Sociālās rehabilitācijas 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 **Sociālās rehabilitācijas** programmas izstrāde atbilstoši mērķa grupas vajadzībām un interesēm un aptverot visus novada pagastus, ir būtisks Sociālā dienesta darbības attīstības virziens.

Rehabilitācijas programmas ietvaros piedalās 15 Vecumnieku novada cilvēki ar funkcionāliem traucējumiem no 7 līdz 50 gadiem.

- **Cilvēki ar funkcionāliem traucējumiem ar noteiktu invaliditātes grupu.**

## Sociālās rehabilitācijas programmas īstenošanas apraksts

Sociālās rehabilitācijas programmas atbalsta grupa tiek veidota kā slēgta grupa.

Programmas kopējais ilgums ir 12 mēneši.

Programmā paredzētās aktivitātes ilgst 9 mēnešus.

Nodarbības paredzētas:

- Kustību aktivitātes, reitterapija – 17 nodarbības gadā. Nodarbības plānotas 2 reizes mēnesī. Vienas nodarbības ilgums ir 1 stunda;
- Mūzikas terapija – 18 nodarbības gadā. Nodarbības plānotas 2 reizes mēnesī. Vienas nodarbības ilgums ir 1 stunda;
- Sociālo prasmju attīstīšanas nodarbības – 3 nodarbības gadā. Vienas nodarbības ilgums 3 stundas.

Programmas koordinators: Sociālais darbinieks.

Grupu nodarbību izstrādei un vadīšanai tiek piesaistīti speciālisti atbilstoši tēmām – sociālais darbinieks, psihologs, mūzikas terapeits, reitterapeits.

Atbalsta grupas nodarbībās tiks izmantotas neformālās izglītības metodes, kas ir efektīvs personības attīstības veids. Šāda veida nodarbības var veicināt cilvēku ar īpašām vajadzībām emocionālās izpausmes sociāli vēlamā veidā, uzlabojot savstarpējo komunikāciju, radot pozitīvu gaisotni grupā.

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. Cilvēki ar funkcionāliem traucējumiem tiks atbalstīti un motivēti. Viņi tiks atbalstīti un motivēti pareizo lēmumu pieņemšanā balstoties uz sabiedrībā vispārpieņemtajām vērtībām un normām.
2. Empātija. Rehabilitācijas programmas dalībniekam ir jātic, ka grupas vadītājs izprot viņu un viņa vajadzības, saprot situāciju un pieņem viņu. Vadītājs nodrošina grupā atmosfēru, kas ļaus justies emocionāli atbrīvotiem un vairo savstarpējo uzticību vienam pret otru un sabiedrību.
3. Interese sadarboties. Cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem ir svarīgi just, ka grupas vadītājs ir patiesi ieinteresēts. Personām ir

spēcīgi attīstīta intuitīvā uztvere un tie ātri spēs uztvert vadītāja neieinteresētību.

4. Ticība pozitīvām pārmaiņām. Vadītājam vērīgi jānovēro grupas norise un par katra dalībnieka sasniegumu viņš jānovērtē un jāuzslavē. Tas rosinās dalībnieku ticību saviem spēkiem un vēlmi mainīt savu uzvedību.

### **Sociālās rehabilitācijas programmas plānotie rezultāti**

Programmas aktivitātēm būs ietekme uz dalībnieku 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. Cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem tiks dota iespēja iepazīt sevi un citus, atklāt savus talantus un izpausties, mācīties pieņemt sevi.

### **Sociālās rehabilitācijas programmas nepieciešamie resursi**

1. Cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem draudzīga vide;
2. Lielformāta tāfele;
3. Kancelejas preces – A4, A1 papīra loksnes, rakstāmpiederumi (pildspalvas, zīmuļi, flomāsteri, zīmuļu asināmie, dzēšgumijas, šķēres, līme, otas), mapītes individuālo darbu glabāšanai, krāsaini žurnāli kolāžu veidošanai, krāsas;
4. Darba materiāli praktiskām nodarbībām;
5. Mīkstā bumba vai mantiņa;
6. Ūdens, tēja, cepumi;
7. Piesaistīto speciālistu darba samaksa vai pakalpojumu apmaksā;
8. Transports.

### **Sociālās rehabilitācijas programmā izmantojamās metodes**

- Iepazīšanās aktivitātes;
- Grupas saliedēšanas uzdevumi;
- Uzmundrinātāji;
- Lomu spēles;
- Izvērtēšana;



## **Sociālās rehabilitācijas programmas īstenošanas plāns**

*1.etaps:*

### Sagatavošanās etaps

Sociālās rehabilitācijas programmas dalībnieku apzināšana;

Sociālās rehabilitācijas programmas dalībnieku atlase;

Vienošanās ar dalībnieku vecākiem, līguma slēgšana

*2.etaps:*

### Programmas īstenošana

Programmas īstenošana notiek 9 mēnešu garumā kalendārā gada ietvaros.

Atbalsta grupu nodarbības:

- Mūzikas terapijas nodarbības
- Reitterapijas nodarbības;
- Sociālo prasmju attīstības nodarbībās.

*3.etaps:*

### Programmas noslēgums

Mērķgrupas anketēšana, intervēšana, datu apkopošana

Secinājumu un priekšlikumu izstrāde.

## Sociālās rehabilitācijas programmas tematiskais plāns nodarbībām

- **Reitterapijas nodarbības:**

Pasākuma uzdevums Reitterapija ir ārstēšanas metode, kurā galvenais dziednieks ir zirgs. Tā ietver sevī problēmu risināšanu medicīniskā, psiholoģiskā un sociālā rehabilitācijā. Faktori, kas nodrošina reitterapijas labvēlīgo ietekmi ir zirga ritmiskās un trīsdimensiju kustības, zirga ķermeņa siltums, terapeita, palīgu un pacienta sadarbība, kā arī ārstniecībai neierastā terapijas norises vieta. Zirgi jūt gan to, kā cilvēks šodien jūtas, gan to, kā cilvēks viņam pieskaras. Zirgi apbrīnojami labi izprot savas terapeita funkcijas un izjūt slimā cilvēka vajadzības.

Vide, kurā noris reitterapijas nodarbība, neatgādina ārstniecības iestādi. Pacienti nesaskaras ar vienveidīgām nodarbībām, kuras noteikti jāizpilda. Nodarbībā piedalās zirgs, patients, reitterapeits un 1 - 3 palīgi. Palīgu skaits mainās atkarībā no slimības veida un pacienta jāšanas prasmes. Reitterapija arī nelielu labumu dažām sensorām sistēmām sniedz un saskarsmes spējām sniedz arī tad, ja patients nemaz nekāpj zirgam mugurā, bet gan tikai paglauda to un vēro nodarbības gaitu. Terapeiti nevalkā baltus virsvalkus, līdz ar to bērni reitterapiju uztver vairāk kā rotaļu, nevis ārstniecisku procedūru. Ja patients ir sasniedzis atbilstošu meistarības pakāpi, tas terapeita vadībā var jāt arī nenorobežotā vidē. Reitterapija noris norobežotā vidē, tas ir manēžā vai aplokā, ja ir piemēroti laika apstākļi. Drošības dēļ patientam terapijas laikā ir jāvelk ķivere. Zirgam ir speciāli reitterapijai paredzēti segli, kuri ir nodrošināti ar rokturiem, lai patients varētu pieturēties un justies droši. Nodarbības vietā ir rampa, ar kuras palīdzību patients var vieglāk uzkāpt zirgā. Nodarbības ilgums ir 20-45 minūtes. Nodarbības ilgums ir atkarīgs no pacienta slimības un tās stadijas, pacienta vecuma, psihe īpatnībām un pašsajūtas konkrētajā nodarbībā. Nodarbības saturs ir atkarīgs no pacienta spējām un pielietotā reitterapijas veida. Sākumā tie var būt vienkārši vingrojumi - vidukļa aplošana ar izstieptām rokām, pieskaršanās purngalam, pieskaršanās zirga astei un ausīm,

piecelšanās seglos pussēdus, pēdu ieliekot kāpšļos un izņemot no tiem. Vēlāk tos var aizstāt ar sarežģītākiem, pat izmantojot bumbu un vingrošanas apli. Zirgs kā ārstniecisks līdzeklis vienlaicīgi iedarbojas uz visām pacienta sensorām sistēmām un stimulē visu organisma sistēmu darbību. Ārstniecībā izmantojot zirgu, labvēlīgi ietekmē kā pacienta somatisko, tā arī psihisko stāvokli. Zirga soļiem ir četru taktu kustība. Kājas no zemes tiek atrautas šādā secībā: kreisā pakaļkāja, kreisā priekškāja, labā pakaļkāja, labā priekškāja. Zirga kustību radīšanā galvenokārt piedalās pakaļkājas, tādēļ jātnieku visvairāk ietekmē zirga gurnu kustības. Ir pierādīta zirga un cilvēka gaitas līdzība vidukļa un iegurņa rajonā. Tas izskaidro, kāpēc jānot pacientam rodas līdzīgas izjūtas kā cilvēkam ejot. Īpaši patīkamas šīs izjūtas ir tiem kas nespēj staigāt.

✓ **Tēmas:**

- Integrācija staļļa sadzīvē;
- Reiterapijas aktivitātes.

Nodarbību laikā dalībnieki kopā ar vadītāju .

• **Mūzikas terapijas nodarbības:**

**Mūzikas terapijas dziedinošais spēks** palīdzēs ikvienam, kam nepieciešama garīgās un/vai fiziskās veselības uzlabošana. Mūzikas objektīvā un subjektīvā iedarbība uz cilvēka ķermeni un psihi dod iespēju mūziku izmantot visdažādāko slimību terapeitiskā ārstēšanā vai kā papildterapiju līdzās citām organisku slimību ārstēšanā. Mūzikas terapija palīdzēs fiziskas un garīgas invaliditātes, attīstības un uzvedības traucējumu, kā arī smadzeņu bojājumu, neirožu, psihožu, arī runas attīstības traucējumu un dzirdes bojājumu gadījumos.

Mūzikas terapijas laikā norisinās specifiskas muzikāli – terapeitiskas aktivitātes starp klientu/pacientu un terapeitu. Klientam/pacientam piemērotas mūzikas terapijas metodes pielietojums palīdz risināt dažādas fiziskas un emocionālas problēmas, piemēram, mazināt trauksmi, nervozitāti, hroniskas

sāpes, sirdsdarbības, miega, ēšanas traucējumus, depresiju, nomāktību u.c.

**Cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem** mūzikas terapija palīdzēs pie uzvedības, koncentrēšanās spēju traucējumiem, piemēram, emocionāli nestabili, agresīvi vai depresīvi cilvēki ar mūzikas terapijas palīdzību iemācās sevi izpaust sociāli adekvātā veidā, vairs nenodarot pāri sev un citiem.

Ar mūzikas terapijas palīdzību iespējams uzlabot dzīves kvalitāti cilvēkiem ar dažādiem cerebrāliem traucējumiem. Mūzikas terapija stimulē valodas attīstību, dialogu veidošanu un motoriskās koordinācijas spējas, veicina fizisko un psihisko attīstību, uzlabo komunikācijas spējas un attīstīta ķermeņa un identitātes apzināšanos bērniem autisma un Dauna sindroma gadījumā.

Mūzikas terapija ļoti labi palīdz adaptēties jaunajā skaņu vidē pēc kohleārā implanta (dzirdes aparāta) ievietošanas. Ar īpaši izstrādātām metodēm mūzikas terapija palīdz daudz ātrāk implanta radīto trokšņu vidē saklausīt, no kuras puses nāk skaņa, izšķirt skaņu dažādās frekvences, atšķirt to tembru daudzveidību.

Arī pie dažādām ādas slimībām un alerģijas izpausmēm, kuru iemesls varētu būt psiholoģiski faktori, it īpaši astmas gadījumā, pēc vairākām mūzikas terapijas sesijām simptomi mazinās vai pat izzūd.

**Pieaugušajiem**, kuriem nav izteiktu veselības traucējumu, bet ir vēlme vairāk izzināt un saprast sevi, mūzikas terapijas pieredze gan individuāli, gan grupā dod fantastisku iespēju atklāt sevī neredzēto, nedzirdēto, vēl neizzināto, un izlaist brīvībā sakrājušos neapvertos talantus, spējas, emocijas un dvēseles spēku!

#### **Tēmas:**

- Nosaka mūzikas terapijas;

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

- **Sociālo prasmju attīstīšanas nodarbības:**

Nodarbību mērķis ir cilvēkus ar funkcionāliem traucējumiem iesaistīt sadarbības un sociālo prasmju veicinošās aktivitātēs, izmantojot sadzīves prasmju elementus, lai veicinātu tolerances, saskarsmes, sadarbības, mērķtiecības un gribas procesu attīstību. Plānotās nodarbības mērķgrupas cilvēkiem ietvers dažādu sociālo prasmju apguvi. Piedaloties šajā aktivitātē cilvēki mācīsies komandā un pa pāriem uzdevumiem apgūt sadzīves prasmes un galda kultūru. 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 ir Gadskārtu svētki?
- Gatavojam pusdienas un klājam galdu;
- Gatavojamies svētkiem;
- Sadarbības veidošana.

Nodarbību laikā dalībnieki kopā ar vadītāju izvietojas aplī tā, lai katrs redzētu visus pārējos grupas dalībniekus. Dalībnieki savu spēju un prasmju robežās piedalās visos uzdevumos palīdzot arī citiem dalībniekiem. Kopējo galda klāšanas un pusdienašanos laikā saliedējas grupas dalībnieki.

# Sociālās rehabilitācijas programma- reitterapijas nodarbības

## Dienas kārtība 1.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"><li>• Dalībnieku reģistrācija;</li><li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li></ul>	Reitrapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitrapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitrapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitrapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

## Dienas kārtība 2.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

### Dienas kārtība 3.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

## Dienas kārtība 4.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"><li>• Dalībnieku reģistrācija;</li><li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li></ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

## Dienas kārtība 5.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"><li>• Dalībnieku reģistrācija;</li><li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li></ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris



10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitrapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitrapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitrapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

### Dienas kārtība 6.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitrapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitrapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitrapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitrapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

### Dienas kārtība 7.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

### Dienas kārtība 8.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

#### Nodarbības mērķi:

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

### Dienas kārtība 9.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

#### Nodarbības mērķi:

1. Informēt nodarbību dalībniekus par aktivitātes norises kārtību;

2. Iepazīšanās ar grupas dalībniekiem un reitterapijas 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;

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitrapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitrapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitrapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitrapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

**Dienas kārtība 10.nodarbībai**

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitrapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitrapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitrapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitrapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

## Dienas kārtība 11.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### **Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"><li>• Dalībnieku reģistrācija;</li><li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li></ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

## Dienas kārtība 12.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### **Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"><li>• Dalībnieku reģistrācija;</li><li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li></ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris

10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

### Dienas kārtība 13.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

### Dienas kārtība 14.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

### Dienas kārtība 15.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

### Dienas kārtība 16.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Jāšanas apmācības treneris

**Dienas kārtība 17.nodarbībai**

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem reitterapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalībnieku reģistrācija;</li> <li>• Dalībnieku uzkāpšana zirgos.</li> </ul>	Reitterapeits Jāšanas apmācības treneris
10:10.- 10:30	Reitterapija iesildīšanās	Reitterapeits
10:30 – 10:45	Reitterapija aktīva vingrošana zirgā	Reitterapeits
10:45 - 10:55	Reitterapija atslābināšanās	Reitterapeits
10:55 – 11:00	Atvadīšanās no reitterapēta un novēlējums grupas biedriem	Jāšanas apmācības treneris

# Sociālās rehabilitācijas programma- mūzikas terapija

## Dienas kārtība 1.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Iepazīšanās <ul style="list-style-type: none"><li>• Dalībnieku reģistrācija;</li></ul>	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plāknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Ritmu spēle ar sitamiem instrumentiem - krāsu rorītēm. Krāsu spēle, izmantojot metalofonu, krāsu toņus, zvanus. Saspēle pa pāriem, dialoga veidošana gan grupā savstarpēji, gan ar mūzikas terapeitu.	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits



## Dienas kārtība 2.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plaknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Klavieru spēle - Brīvā improvizācija solo, kā arī ar mūzikas terapeitu	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

### Dienas kārtība 3.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

**Nodarbības uzdevumi:**

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plāknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Ritmu spēle ar sitamiem instrumentiem - krāsu roritēm. Krāsu spēle, izmantojot metalofonu, krāsu toņus, zvanus. Saspēle pa pāriem, dialoga veidošana gan grupā savstarpēji, gan ar mūzikas terapeitu.	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 4.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plāknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Klavieru spēle - Brīvā improvizācija solo, kā arī ar mūzikas terapeitu	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 5.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plaknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Ritmu spēle ar sitamiem instrumentiem - krāsu roņītēm. Krāsu spēle, izmantojot metalofonu, krāsu toņus, zvanus. Saspēle pa pāriem, dialoga veidošana gan grupā savstarpēji, gan ar mūzikas terapeitu.	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 6.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

- 1.Informēt nodarbību dalībniekus par aktivitātes norises kārtību;
- 2.Iepazīšanās ar grupas dalībniekiem un mūzikas terapijas aktivitātēm.

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plaknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Klavieru spēle - Brīvā improvizācija solo, kā arī ar mūzikas terapeitu	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 7.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plaknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Ritmu spēle ar sitamiem instrumentiem - krāsu rorītēm. Krāsu spēle, izmantojot metalofonu, krāsu toņus, zvanus. Saspēle pa pāriem, dialoga veidošana gan grupā savstarpēji, gan ar mūzikas terapeitu.	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 8.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plāknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Klavieru spēle - Brīvā improvizācija solo, kā arī ar mūzikas terapeitu	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 9.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plaknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Ritmu spēle ar sitamiem instrumentiem - krāsu rorītēm. Krāsu spēle, izmantojot metalofonu, krāsu toņus, zvanus. Saspēle pa pāriem, dialoga veidošana gan grupā savstarpēji, gan ar mūzikas terapeitu.	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits



## Dienas kārtība 10.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plāknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Klavieru spēle - Brīvā improvizācija solo, kā arī ar mūzikas terapeitu	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 11.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plāknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Ritmu spēle ar sitamiem instrumentiem - krāsu rorītēm. Krāsu spēle, izmantojot metalofonu, krāsu toņus, zvanus. Saspēle pa pāriem, dialoga veidošana gan grupā savstarpēji, gan ar mūzikas terapeitu.	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 12.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

3. Interaktīvas nodarbības
4. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plāknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Klavieru spēle - Brīvā improvizācija solo, kā arī ar mūzikas terapeitu	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 13.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plaknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Ritmu spēle ar sitamiem instrumentiem - krāsu rorītēm. Krāsu spēle, izmantojot metalofonu, krāsu toņus, zvanus. Saspēle pa pāriem, dialoga veidošana gan grupā savstarpēji, gan ar mūzikas terapeitu.	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 14.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plāknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Klavieru spēle - Brīvā improvizācija solo, kā arī ar mūzikas terapeitu	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 15.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plaknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Ritmu spēle ar sitamiem instrumentiem - krāsu roņītēm. Krāsu spēle, izmantojot metalofonu, krāsu toņus, zvanus. Saspēle pa pāriem, dialoga veidošana gan grupā savstarpēji, gan ar mūzikas terapeitu.	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 16.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plāknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Klavieru spēle - Brīvā improvizācija solo, kā arī ar mūzikas terapeitu	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits

## Dienas kārtība 17.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plaknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Ritmu spēle ar sitamiem instrumentiem - krāsu rorītēm. Krāsu spēle, izmantojot metalofonu, krāsu toņus, zvanus. Saspēle pa pāriem, dialoga veidošana gan grupā savstarpēji, gan ar mūzikas terapeitu.	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Mūzikas terapeits



## Dienas kārtība 18.nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem mūzikas terapijas nodarbība

Nodarbības laiks: 1 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Interaktīvas nodarbības
2. Sadarbību attīstošās spēles

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:00 – 10:10	Dalībnieku reģistrācija;	Mūzikas terapeits
10:10.- 10:30	Iesildīšanās, sasveicināšanās vokalizējot, ritmizējot uz mazajām bungām, tamburīna. Iesildoši kustību vingrinājumi, koordinācija plāknē un telpā.	Mūzikas terapeits
10:30 – 10:45	Klavieru spēle - brīvā improvizācija solo, kā arī ar mūzikas terapeitu	Mūzikas terapeits
10:45 - 10:55	Kustību aktivitātes telpā, dažāda rakstura, tempa un dinamikas skaņdarbu klausīšanās. Koordinējoši vingrinājumi, uz muzikālā paklāja. Nomierinošas mūzikas klausīšanās, tās vizualizācija ( zīmēšana, krāsošana, mozaīku veidošana.	Mūzikas terapeits
10:55 – 11:00	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā? Atvadīšanās no mūzikas terapeita	Mūzikas terapeits

# Sociālās rehabilitācijas programma- sociālo prasmju attīstība

## Dienas kārtība 1. nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem sociālo prasmju nodarbība

Nodarbības laiks: 2 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

**Nodarbības uzdevumi:**

1. Rosināt izpratni par svētkiem un to svinēšanu,
2. Izgatavot galda dekorus
3. Krāsot olas

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:30 – 11:00	Dalībnieku reģistrācija;  Iepazīšanās, nodarbības iesākums- jautājumi par aktuālām tēmām, aktuālais šobrīd, refleksija( grupas aplis)	Grupas vadītāja
11:00- 11:50	Grupas iesildīšanās praktiskam darbam, iesildīšanās treniņš dalībniekiem, kustību spēle.	Grupas vadītāja
11:50 – 12:10	Lieldienu svētku nozīme, svinēšanas tradīcijas un gatavošanās svētkiem. Olu krāsošana un dekoru gatavošana(praktiskā nodarbība, diskusijas)	Grupas vadītāja
12:10 - 12:30	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Grupas vadītāja

## Dienas kārtība 2. nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem sociālo prasmju nodarbība

Nodarbības laiks: 3 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

### Nodarbības mērķi:

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

### Nodarbības uzdevumi:

1. Rosināt izpratni par svētkiem un to svinēšanu,
2. Izgatavot galda dekorus
3. Krāsot olas

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:30 – 10:50	Dalībnieku reģistrācija; Nodarbības iesākums- jautājumi par aktuālām tēmām, aktuālais šobrīd, refleksija( grupas aplis)	Grupas vadītāja
10:50- 11:50	Grupas iesildīšanās praktiskam darbam, produktu izvēle , darbu sadalīšana, gatavošana	Grupas vadītāja
11:50 – 12:20	Galda klāšana, noformēšana	Grupas vadītāja
12:20 - 13:15	Galda kultūra	Grupas vadītāja
13:15 – 13:30	Refleksijas apļa jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā?	Grupas vadītāja

### Dienas kārtība 3. nodarbībai

Atbalsta grupas nodarbība: cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem sociālo prasmju nodarbība

Nodarbības laiks: 3 stunda

Bērnu skaits: 7 dalībnieki

**Nodarbības mērķi:**

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

**Nodarbības uzdevumi:**

1. Rosināt izpratni par svētkiem un to svinēšanu,
2. Izgatavot galda dekorus
3. Iesaiņot dāvanas

Laiks	Aktivitāte	Aktivitātes vadītājs
10:30 – 10:50	Dalībnieku reģistrācija; Nodarbības iesākums- jautājumi par aktuālām tēmām, aktuālais šobrīd, refleksija( grupas aplis)	Grupas vadītāja
10:50- 11:50	Grupas iesildīšanās praktiskam darbam, produktu izvēle , darbu sadalīšana, cepumu cepšana	Grupas vadītāja
11:50 – 12:20	Galda klāšana, noformēšana Dāvanu saiņošana	Grupas vadītāja
12:20 - 13:15	Galda kultūra	Grupas vadītāja
13:15 – 13:30	Refleksijas apla jautājums: Kas šodien jums visvairāk patika nodarbībā? Novēlējumi citiem grupas dalībniekiem.	Grupas vadītāja

## Secinājumi un priekšlikumi

Lai uzlabotu personu ar funkcionāliem traucējumiem sociālās un funkcionēšanas prasmes, un mazinātu risku nokļūt ilgstošās sociālās rehabilitācijas un sociālās aprūpes institūcijās, projekta ietvaros tika izstrādāta un realizēta **sociālās rehabilitācijas programma**, kurā tika iekļautas mērķa grupas vajadzībām un spējām atbilstošas aktivitāte.

Līdz šim Vecumnieku novadā sociālās rehabilitācijas programma nebija izstrādāta un jauninājums bija atbalsta grupas izveidošana personām ar funkcionāliem traucējumiem. Programma tika veidota, liekot uzsvāru uz tādiem priekšnosacījumiem integrācijai sabiedrībā, kā sociālās, individuālās un darba prasmes, emocionālā labsajūta, pozitīvs pašnovērtējums, garīgā un fiziskā veselība, sociālais atbalsts. Sociālās rehabilitācijas programmas izstrādei un īstenošanai tiks piesaistīti vairāku jomu speciālisti – sociālie darbinieki, psihologs, reitterapeits, kā arī radošo un individuālo prasmju attīstošo nodarbību vadītāji. Personas ar funkcionāliem traucējumiem atbalsta grupās tika iesaistīti, izmantojot individuālu pieeju, veicot pārrunas, kā arī sastādot individuālos rehabilitācijas plānus, pēc kuriem tika noteiktas katram dalībniekam piemērotākās aktivitātes.

Atbalsta grupā personām ar funkcionāliem traucējumiem tika piesaistīts sekojoši speciālisti no Latvijas - psihologs, sociālais darbinieks, mūzikas terapeits un reitterapeits. Šie speciālisti nodrošināja mērķa grupas sociālās un funkcionālās prasmes, un iekļaušanos sabiedrībā. Lai veicinātu dalībnieku iesaistīšanos atbalsta grupā, projekta ietvaros tika plānota transporta izdevumu segšana mērķa grupai – personām ar funkcionāliem traucējumiem. Personu ar funkcionāliem traucējumiem apmierinātības noskaidrošanai, tika izstrādāta viegli saprotama anketa, ar kuras palīdzību tika apkopots mērķa grupas dalībnieku viedoklis par atbalsta grupas aktivitātēm.

Kopumā visus dalībniekus ar funkcionāliem traucējumiem apmierināja piedāvātās aktivitātes. Šīs aktivitātes dalībnieki apmeklēja ar prieku, jo saistījās ar iespēju satikt jaunus draugus un jaunas zināšanas un prasmes. Tiek secināts, ka nodarbību komplekss sasniedzis savus izvirzītos mērķus- attīstot cilvēku ar funkcionāliem traucējumiem sociālās, darba un funkcionālās prasmes veicināt viņu integrāciju sabiedrībā.

Šī programma piedāvā uzturēt cilvēkiem ar funkcionēšanas traucējumiem ieinteresētību, piedalīšanās velmi un ieguvumus, lai padarītu nodarbības lietderīgas,

nepieciešams nodrošināt kvalitatīvu pakalpojumu. Rehabilitācijas programmas ietvaros nepieciešams uzturēt cilvēkiem ar funkcionēšanas traucējumiem un viņu tuviniekiem ciešu kontaktu, lai sekmīgi integrētu viņus sabiedrībā.

Ieteikums: turpināt, attīstīt un pilnveidot pakalpojumu klāstu cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem.