



*Sports un veselība,
kā vērtība mūsdienu
dzīvesstilā.*

*5.-6.b klase
2020./21.m.g.*

Projektu vadītāji un dalībnieki

Natalja Hvostova

Oļegs Borisovs

Jevgenijs Butorins

Konstantīns Strigo

Skolēni:

Beļančikovs Danila

Borevičs Oļegs

Boroviks Nikita

Kuksjonoka Anastasija

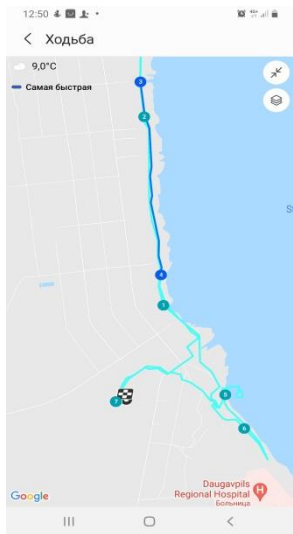
Oņisovs Igors

Raubiško Andris

Šarkadijs Maksims

Mērķi un uzdevumi

- *Veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas apguves mērķis skolēnam ir izprast un praktizēt veselīga dzīvesveida paradumus; atpazīt riskus dažādās, tostarp arī ekstremālās, situācijās un pieņemt lēmumus drošai un aktīvai rīcībai; prasmīgi, atbildīgi un ieinteresēti iesaistīties daudzveidīgās fiziskajās aktivitātēs, kas veicina garīgās un fiziskās spējas; piedalīties komandas veidošanā, plānot, sadalīt darba uzdevumus, palīdzēt citiem un atbalstīt tos.*
- *Projektu nedēļas apguves mērķis skolēnam ir praktiski iesaistīties daudzveidīgās fiziskajās aktivitātēs atbilstoši savai veselībai un spējām; veidot izpratni par veselīga dzīvesveida priekšrocībām un iespējām izvēlēties veselīga dzīvesveida ieradumus; atpazīt riskus, pieņemt drošus lēmumus un apzināties atbildību par savu un citu dzīvību kā vērtību; attīstīt sadarbības prasmes un izmantot stresa pārvaldīšanas stratēģijas.*
- *Projektu nedēļas uzdevumi ir dot iespēju skolēnam*
- *• veidot izpratni par veselību veicinošu fizisko aktivitāšu nozīmīgumu savai veselībai, priekam, sociālai saskarsmei un pašizpausmei;*
- *• veidot kustību un fizisko kompetenci (spēju pielietot dažāda veida kustības, vingrojumus un vingrinājumus) atbilstoši savai veselībai un videi;*
- *• veidot izpratni par veselīga dzīvesveida vērtību un fizisko aktivitāšu nozīmi tajā, veicināt izpratni par nepieciešamību rūpēties par savu fizisko attīstību, veselību un drošību;*
- *• veidot izpratni par drošību kā katra indivīda izvēli, jo riski veselībai un drošībai var rasties pieņemto lēmumu dēļ.*

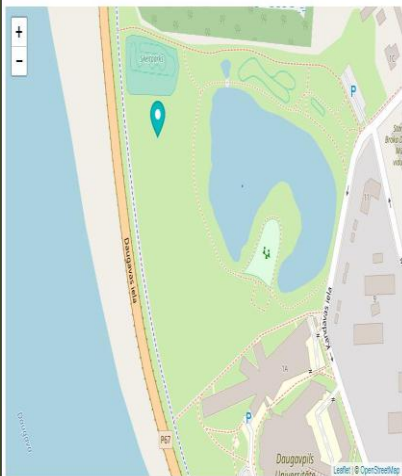


1. Diena

Stropu veselības takas apmeklējums







2. Diena *Esplānades skeitparka apmeklējums*

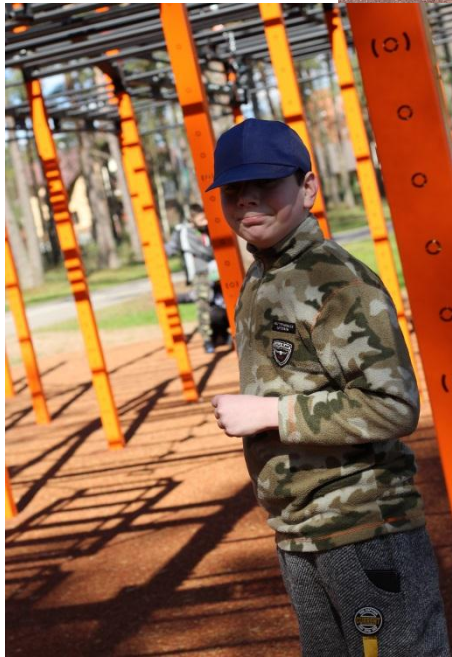
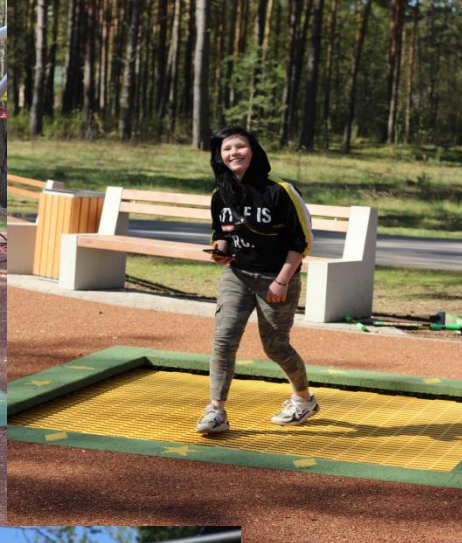




3. Diena Klases saliedēšanas pasākums







Paldies par uzmanību!!!

