



SPORTO VISA KLASĒ AR SĪRUPU

DECEMBRIS

1 Latvijas Olimpiskās komitejas (LOK) projekts *Sporto visa klase* paredz klasei 3 fakultatīvas sporta nodarbības nedēļā: viena – peldēšanas nodarbība; viena – sporta spēļu nodarbība vai nodarbība svaigā gaisā; viena – stājas korekcijas un vispārējās fiziskās sagatavotības nodarbība. Nodarbības notiek saskaņā ar Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmijas (LSPA) izstrādātu metodisko materiālu. »

2 Ādažu vidusskolas 3.g klases skolēni ir aktīva dzīvesveida piekritēji. Katrīna, Tīna, Dārta, Elza, Megija, Marita, Kārlis, Valters, Andris, Reinis dejo skolas deju kolektīvā *Rūta*. Gerda divas reizes nedēļā apmeklē deju studiju *Dzirnas*, Jānis aizraujas ar hiphopu. Andris, Kristians spēlē basketbolu, bet Veronika – volejbolu.

4 Valmieras Pārgaujas sākumskolas 3.c audzēkņi.

E. Briķe: «Patlaban jūtamies laimīgi, jo katru dienu ir sports.»

E. Bērziņš: «Mums ir interesantākas stundas, lielāka dažādība.»

A. Kārklīna: «Ir labi būt sporta klasei. Ir vairāk pasākumu, dzīve skolā kļuvusi interesantāka.»

Amanda: «Aicinu visus biežāk sportot. Pagaidām projektā mums veicas ļoti labi.»

9 Ādažu vidusskolas 3.g klases audzēkne Marita Mazuļčika:

«Patīk, ka sporta stunda ir katru dienu. Mūsos ir daudz enerģijas. Noguruši nejūtamies. Vienmēr cenšamies būt godīgi. Tagad protam labāk sadarboties.»



3 Ādažu vidusskola. Bērni gatavi sporta stundai. Lielie sportošanas prieki var sākties!

6 Limbažu sākumskolas 3.a klases audzēkņi Roberts Ošāns: «Reizēm esmu aizmārsīgs. Vienu reizi, kad beidzām peldēt baseinā, iekāpām autobusā un sākām braukt, es attapos, ka man nav somas un telefona. Iekļiedzos: stop! Visi gaidīja. Pēc tam gandrīz aizmirsu izkāpt pie savām mājām. Tā bija aizmārsīgā diena.»

10 Atklāšanas pasākums Limbažu sākumskolas sporta zālē. Visi kopā dziedam skolas himnu.



8 Limbažu sākumskolas 3.a klase. Vingrojam kopā ar Henrietes mammu fizioterapeiti Elinu Valeini.



11 Krimuldas vidusskolas 3.a klases komandas kapteinis Jēkabs Vallis:

«Lielākais prieks ir par to, ka katru dienu ir sports, prieks par vienādiem tērpiem. Daudz vairāk var spēlēt tautas bumbu un futbolu, jādara daudz interesantu lietu. Ļoti liels prieks, ka vispār piedalāmies. Visvairāk patīk tautas bumba, futbols, peldēšana un stafetes. Lepojamies ar labiem sasniegumiem peldēšanas sacensībās. Man šķiet, ka mēs esam labāk iemācījušies spēlēt tautas bumbu, izvairoties no bumbas. Vairs tik ļoti arī nestrīdamies.»

12 *Sporto visa klase* atklāšanas pasākums Rīgā. Limbažu sākumskolas 3.a klases komandas kapteine Henriete Anna Bērziņa: «Man patīka *Arēnā Rīgā*, kad bijām pie VEF basketbolistiem. Man patīk, ka ziemā arī ir iespēja peldēt baseinā un mācīties to darīt pareizi. Man patīk sportot.»

16 18. novembrī klase kopā ar skolotājiem un vecākiem piedalījās Rēzeknes pilsētas skrējienā *Ielpo Rēzekni!*. Visi kopā soļojot, skrienot un vingrojot pieveicām 5 kilometru distanci.



20 Valmieras Pārgaujas sākumskola sporto. Stundas noslēguma daļā katrs skolēns izstāsta gadījumu no savas dzīves, kad bijusi nepieciešama liela centība un piepūle, lai rezultāts būtu ļoti labs.



27 Krimuldas vidusskola. Aiziet, laiks lokanības pārbaudei! Vingrinājuma izpildei cītīgi līdzī seko Nikola, Elizabete un Dārta.



14 Projekta atklāšanas pasākumā Rēzeknē 4. decembrī. Florbola bumba vadišana.



17 *Sporto visa klase* atklāšanas pasākums Rīgā. Madonas pilsētas 1. vidusskolas 3.c klases audzēkņi Kristeris (kapteinis): «Jautrība ceļā uz atklāšanu, VEF spēlē, Saules muzeja apmeklējums. Man ir prieks vienārsi kopā sportot. Vislabākās spēles: aktīvā bumba, tautas bumba, *baltie lāči*. Mūsu sasniegumus vērtēju kā labus.»



22 Ādažu vidusskola (2) Bērni cītīgi izpilda vingrinājumus vēdera un muguras muskuļu attīstīšanai.

28 Valmieras Pārgaujas sākumskola sporto. Vingrojam kopā ar mūsu olimpisko audzinātāju Jolantu Dukuri. Katrs no skolēniem izpilda vienu vingrinājumu, ko pēc tam visa klase atkārto vairākas reizes.



15 Rēzeknes sākumskolas 3.b klases komandas kapteinis Juris Vaņkovs: «Man projekts patīk, jo mēs daudz sportojam un ir interesantas aktivitātes. Viss ļoti patīk. Ļoti labi, ka sporto visa klase. Pēdējā laika kuriozs ir tas, ka viens no puīšiem aizmirsa baseinā peldbikses.»

19 Madonas pilsētas 1. vidusskola. Sākumskolas skolēnu apsveikums *Vingrot visiem prieks*.



21 Ādažu vidusskolas sporta skolotāja Inese Lēruma: «Lielākais izaicinājums mums ir piedalīties lielajā finālā. Vēlamies savus skolēnus redzēt veselus, stiprus un draudzīgus, kas prot darboties komandā. Bērnu vēlme sportot tikai vairojas.»

23 Ādažu vidusskola. Lai pilnvērtīgi un droši aizvadītu sporta stundu, kārtīgi jāiesildās.



29 Ādažu vidusskola. 1, 2, 3... aiziet! Atraktīvie Ādažu vidusskolas skolēni izpilda vingrinājumus ar bumbām.