

Interešu izglītības nodarbības apraksts

Autors **Edgars Markuns**

|  |  |
| --- | --- |
| Interešu izglītības joma  | **Sports** |
| Interešu izglītības pulciņš  | **Fitnesa skoliņa** |
| Mērķauditorija (vecuma grupa) | **4-6 gadi** |
| Nodarbības tēma  | **Aktīvas rotaļas** |
| Nodarbības mērķis  | **Veicināt bērna kustīgumu, veiklību pēc iespējas ilgākā laika periodā** |
| Nodarbības uzdevumi | **Dažādas rotaļas (“Ķeriņas”, “Augstāk par zemi”, “Sasaldētās lekstes”);****Stafetes.** |
| Nodarbības ilgums | 30 minūtes |
| Nodarbībai nepieciešamie mācību līdzekļi / izejmateriāli | Konusi, barjeras, pildbumbas, hanteles, līdzsvara bumbas |
|  Sasniedzamais rezultāts (minēt arī kāda būs atgriezeniskā saite no izglītojamajiem) |  Spēja turēties pretī nogurumam pēc iespējas ilgāk. Spēja, saglabājot kustības biežumu un ātrumu, ilgāk spēlēt spēles.Spēja izpildīt stafetes uzdevumus pēc iespējas ātrāk. |
|  Nodarbības apraksts (var pievienot attēlus/linkus / prezentācijas u.c. uzskates materiālus kā pielikumus) |  Iesildīšanās (Vingrošana)Galvenā daļa – dažādas rotaļas: “Ķeriņas”, “Augstāk par zemi”, “Sasaldētās lekstes”. Starp rotaļām stafetes. |
| Piezīmes/ ieteikumi/komentāri nodarbības organizēšanai  |  |