

cleanr

Rimi

4F

KUSTĪBA,
KAS VIENO!

PERSONĪBAS
AKADĒMIJA



cleanr

Rimi

4F

KUSTĪBA,
KAS VIENO!

KĀ DALĪBNIEMI NOKĻUVA NOMETNĒ?

DALĪBNIEKU ATLASE

Projektā «Sporto visa klase» piedalās:

49 klases (5.klašu grupā) – **960** skolēni

41 klases (6.klašu grupā) – **770** skolēni

SACENSĪBAS

15 klases, kuras iekļuva
finālsacensībās, saņēma 2 ceļazīmes
(kopā **30** vietas)

50
dalībnieki

INDIVIDUĀLIE PIETEIKUMI

Skolēniem no visām 90 projekta
klasēm bija iespēja aizpildīt anketu,
lai pieteiktu sevi uz kādu no **20**
vietām nometnē



cleanr

Rimi

4F

KUSTĪBA,
KAS VIENO!

NOMETNE

09. – 16.jūnijs, Ventspils Olimpiskais centrs

ATKLĀŠANA

Iepazīšanās, sadraudzēšanās, iekārtošanās.

LOK prezidents **Raimonds Lazdiņš**

LOK Goda prezidents **Vilnis Baltiņš**, Ventspils
domes priekšsēdētāja vietnieks sadarbības
jautājumos **Guntis Blumbergs**, dziedātāja
Patrisha, volejbola meistarklase ar Olimpieti
Aleksandru Samoilovu



OLIMPISKO VĒRTĪBU DIENA, VĒSTURE, LEĢENDAS

- Ievadlekcija par Antīko Olimpisko vēsturi, lāpas veidošanas meistarklase – vada Latvijas Olimpiskās akadēmijas viceprezidente **Antra Gulbe**
- Senās Olimpiskās spēles
- Tokijas Olimpisko spēļu bronzas medaļas ieguvējs, svarcēlājs **Artūrs Plēsnieks**
- Ekskursija Ventspils Dabas muzejā
- Tikšanās ar hokeja LEĢENDU **Sandi Ozoliņu**



FIZISKĀ UN EMOCIONĀLĀ LABSAJŪTA

- Lekcija un nodarbība, kuru vada fizioterapeite **Monta Lībeka - Vilgerte**
- Nodarbība peldbaseinā un ūdens atrakciju parka apmeklējums
- Level UP - Improvizācijas nodarbība, kuru vada **Krišjānis Berķis**
- Īpašais viesis, šova «Balss maskā» 4.sezonas uzvarētāja **Nansija Garkalne**
- Iedvesmas stāsts no Pasaules Jauniešu ziemas Olimpisko spēļu čempiona skeletoņā **Emīla Indriksona**





PĀRGĀJIENS

PĀRGĀJIENS

- Pārgājiena sākums pie Staldznes stāvkrasta - 8km gar jūru, pāri upītei un apkārt Būšnieku ezeram
- Ekskursija un dažādas prasmes (mezglu siešana, loka šaušana, u.c.) «DabaLaba» dabas parkā
- Meistarklase par atkritumu šķirošanu ar «Zaļā josta»
- Telšu celšana, sportiskas aktivitātes, sarunas pie ugunskura



LAIVU BRAUCIENS

- Laivu brauciens
- Tikšanās ar mūziķi, Eirovīzijas dalībnieku **Donu**



SOCIĀLĀ JOMA

- Dažādas meistarklases (picu cepšana, kokteiļu gatavošana, tehnoloģiju izmantošana ikdienā)
Ventspils tehnikumā kopā ar viesmīlības nozares speciālistiem
- Golfa spēles meistarklase kopā ar **Santu Puči**
- Zinātnes centra **VIZIUM** apmeklējums
- Stāsts par darbu NMPD ar tā vadītāju **Lieni Cipuli**



PRASMES DZĪVEI UN KARJERAI

- Tikšanās ar Paralimpisko spēļu medaļnieci, šķēpmetēju **Diānu Krūmiņu** (ex. Dadzīti)
- Produktivitātes meistarklase ar produktivitātes vēstnieci un mentoru **Anci Bumbuli**
- Mērķu meistarklase kopā ar **Aneti Vanceviču** un **Gunti Jansonu**
- Cik svarīgs ir darbs komandā? Viesis - multimākslinieks **Artūrs Jenots**
- Ballīte un talantu šovs





NĀKOTNES VĪZIJU DIENA

- Refleksija/ noslēguma runu rakstīšana
- Brauciens ar kuģīti «Hercogs Jēkabs»
- Nometnes dalībnieku vēstuļu rakstīšana «Vēstule sev»
- Izlaiduma ceremonija kopā ar vecākiem un Olimpisko čempionu šķēpmešanā **Daini Kūlu**



KATRU DIENU – IZAUGSMES TRENERIS GUNTIS JANSONS

Tēmas Personības Akadēmijā izaugsmes treniņos

1. Pozitīvs vai Negatīvs.
2. Dzīves klasītes jeb izešana no komforta zonas.
3. Būšana tagadnē.
4. Elpošanas tehnikas mieram un koncentrēšanai.
5. Kas ir un kas nav mūsu kontrolē.
6. Koncentrēšanās un Fokuss.
7. Pozitīva iekšējā runa.
8. Pašpārliecība.
9. Kā uztvert kļūdas un neveiksmes, to analīze.
10. Sabalansēts uzturs un kvalitatīva miega nozīme ikdienā.



VECĀKU ATSAUKSMES

Šī nedēļa bija aizraujošs ceļojums ne vien bērniem, bet arī man kā vecākam sekojot līdzī video un bildēm. Ceļojums ar lieliskām personībām, ceļojums ar jauniešiem draugiem, paziņām, ar iegūtām zināšanām, prasmēm, emocijām. Ceļojums ar piesātinātu dienu, ar prieku, smaidiem un arī nogurumu. Ceļojums, kādu atkārtot nakotnē būs grūti, varbūt pat neiespējami. Paldies visai Personības akadēmija komandai par šo brīnišķīgo ceļojumu visas nedēļas garumā. Paldies par rūpēm, gādību, pieskatīšanu, uzraudzīšanu, izklaidēšanu un vēl simtiem darbiņu, kas tika veikti, lai šis Personības akadēmijas ceļojums būtu izdevies un neaizmirstams. Esmu pilnīgi pārliecināta, ka šis ceļojums un satiktie cilvēki atstās lielākajai daļai bērnu neizdzēšamas pēdas viņu turpmākajā dzīvē! Milzīgs paldies no Denīzes ģimenes! 🥰

Edited 22:50



Nīcenieki tikuši līdz Liepājai 😎 19:47



Paldies visiem kas iesaistījās un nodrošināja superīgo nometni. Nīcas meitenes sajūsmā par fantastisko nedēļu Ventspilī. Liels paldies ❤️ 19:48



Sirsnīgs paldies par bērniem sniegto iespēju pilnveidot sevi un tiekties uz izcilību! 🥰❤️ 20:15



Unikāls paldies par unikālo iespēju no Jelgavas 🙌🥰🙏 20:41



Paldies jums par šo brīnišķīgo, unikālo iespēju, tas tiešām bija fantastisks, emocijām pilns piedzīvojums. Paldies visai jūsu komandai par ieguldīto darbu, par pacietību un vēlmi veltīt laiku šiem foršajiem jauniešiem. Smaidoši sveicieni no Jelgavas 🥰 19:06



Trešdien beidzot sazvaniņu Tomu. Viņš tik atteica:"Mamm, es tev pārzvanišu. Nav laika." Atzvanot teica:" Es nezinu no kura gala sākt stāstīt!"Milzīgs. Vārdos neizsakāms PALDIES ❤️. Katru vakaru priecājos par šo iespēju dēlam. Miljardiem PALDIES. 19:12



Sirsnīgs PALDIES visai PERSONĪBAS AKADĒMIJAS komandai no Loretas un Limbažiem 🥰🙏❤️ Emocijām, zināšanām, izklaidēm, vērtīgām personībām piepildīts laiks 🙏🙏🙏 Šī nometne paliks atmiņā vēl ilgi 🙏 19:15



VECĀKU ATSAUKSMES



Mīļš Paldies par šo nometni💖💖💖!
Bērns ir laimīgs🔥!
vecaki😊

19:15



Paldies par Jūsu darbu!Lai pietiek Jūsu
komandai spēka,enerģijas un iedvesmas
arī turpmākos gadus radīt bērniem
neaizmirstamus mirkļus.

19:16



Paldies par pozitīvām emocijām,
iegūtām zināšanām un prasmēm, par
iespēju satikt tik daudz interesantu un
foršu cilvēku!!!
Šis bija lieslisks piedzīvojums ar
neaprakstāmu pieredzi!😍😎
Paldies par idejām, enerģiju un
iedvesmu VISAI "Personības
Akadēmijas" komandai!🙏
Pateicībā, Kristiāns un mamma Tatjana
no Bauskas.❤️☀️

19:20



Paldies no Alūksnes! Super!

18:54



Valmiera arī saka Lielo Paldies🙏🙏🙏

18:55



Liels paldies visai komandai kas rupejas
par musu bērniem un deva sadu iespēju.
PALDIES NO NĪCAS❤

18:55



Paldies no Raganas🙏🙏🙏
Ļoti novērtēju šo nedēļu un Jūsu
komandas ielikto darbu!!! Tas ir kaut kas
fantastisks🙏🙏🙏🙏🙏

18:57



Paldies no Jēkabpils.😍😍😍

18:57



Paldies no Kandavas...😍😊Šī nedēļa
bērniem bija neaizmirstama...👍

18:58



Mūsu garais ceļš mājup uz
Gulbeni, arī nu ir sācijas, puikas
nolūzuši😍

Protams mēs arī vēlamies
pateikties no❤ par šo kolosālo,
neatkārtojamo un pieredzes
bagāto nedēļu! Darbu, ko
ieguldījāt, darbojoties ar bērniem,
tas ir neizmērojams. Lielu lielais
paldies un veiksmi arī turpmāk!😊
Valtera Ralfa Priedes vecāki!

19:32



cleanr

Rimi

4F

KUSTĪBA,
KAS VIENO!

PERSONĪBAS
AKADĒMIJA