



Metodiskais materiāls interešu izglītībā

Interešu izglītības joma, apakšjoma	Sporta interešu izglītība
Metodiskā materiāla nosaukums	Orientēšanās spēle "Slepenais vārds" skolas teritorijā
Metodiskā materiāla forma (izvēlēties atbilstošo pasvītrojot)	Rakstiskā forma
Pedagoga vārds, uzvārds	Jolanta Jankovska
Mērķauditorija (izvēlēties atbilstošo pasvītrojot)	Skolēni
Vecumposms, klašu grupa	1.–4. klase
Metodiskā materiāla sasniedzamais rezultāts	Veicināt vispārējo fizisko izturību un telpisko izpratni, izmantojot rotaļveidīgas aktivitātes.
Metodiskā materiāla apraksts, saturs	Ievads (7–10 min) Mērķis: Sagatavot organismu darbam un aktivizēt uzmanību. Uzdevumi: • Skolēni iepazīstas ar teritorijas karti un meklējamā vārda "mīklu". • Lēns skrējiens pa skolas pagalmu, izpildot dažādus uzdevumus (rokas augšā, pieskārieni zemei u.t.t.). • Elpošanas vingrinājumi, staigājot pa zāli. Galvenā daļa (20–25 min) Mērķis: Attīstīt vispārējo izturību un loģisko domāšanu caur kustību spēli. Uzdevumi: • “Burtu stacijas”: Skolēni sadalās komandās un meklē kontrolpunktus (stacijas), kas izvietoti pie objektiem (koks, soliņš, vārti, kāpnes u.c.). • Meklēšana: Katrā punktā ir tikai viens burts bez numura (piemēram, D, R, A, U, D, Z, Ī, B, A). Skolēni tos piefiksē savā kartītē. • Mīklas atrisināšana: Kad visi burti savākti, komanda apsēžas un mēģina no tiem salikt vārdu.

	• Ja vārds salikts pareizi, komanda veic kopīgu noslēguma vingrinājumu (piem., 5 lēcienus). Nobeigums (5–7 min) Mērķis: Nomierināt organismu un veicināt pašrefleksiju. Uzdevumi: • Lēna soļošana un stiepšanās vingrinājumi. • Atbildes uz jautājumiem: “Kā jutāties? Kas bija grūtākais – atrast burtus vai salikt vārdu?” • Pozitīvas attieksmes veidošana pret fiziskajām aktivitātēm.
Nepieciešamie resursi (ja attiecas)	-Skolas teritorijas shēma. -burtu kartītes (piemēram, vārds: DRAUDZĪBA). -Sporta inventārs (konusi vai lentas punktu atzīmēšanai).
Atsauce uz izmantoto literatūru/digitālajiem resursiem (ja attiecas)	
Datums	22.03.2026.