

AKTIVITĀŠU PĀRSKATS

MOT programma "Stipra jaunatne 12-16"

MOT nodarbību nosaukums	Ilgums min	Laiks	Nolūks
7. klase:			
1. Izrādi drosmi!	150 min	Rekomendējam 1. skolas nedēļā	Veicināt izpratni un drosmi dzīvot, rūpēties un pateikt nē
2. Cerības	150 min	Rekomendējam 2. skolas nedēļā	Ķermeņa valodas nozīme; soc. tīklu lietošana, kas sniedz drošību, enerģiju un drosmi
3. Fokuss	150 min	Rekomendējam 3. skolas nedēļā	Iedrošināt saskatīt pozitīvo sevī un citos, būt radošam
4. Dialogs	120 min	Rekomendējam 5. skolas nedēļā	Stiprināt jauniešu komunikācijas spējas, kas sniegtu drošību, enerģiju un drosmi
5. Iekšējais spēks	120 min	Rekomendējam 7. skolas nedēļā	Stiprināt pārliecību būt pašam, izaicinājumos saskatīt iespējas, akceptēt to, ka ne vienmēr viss ir perfekti
6. Vērtīgs	150 min	Rekomendējam aprīlī	Izrādīt cieņu, likt citiem justies labi, paturēt prātā katra cilvēka iepriekšējo dzīves pieredzi
8. Klase:			
7. Izvēles	150 min	6 nedēļu laikā kopš skolas sākuma	Veicināt izpratni un drosmi noteikt prioritātes, pateikt nē
8. Sapņi	120 min	Decembrī	Iedrošināt sapņot lielus sapņus, atrast aizrautīgu nodarbošanos, sekot sirdsbalsij un savām vēlmēm
9. Labie piemēri	120 min	Aprīlis-Maijs	Esi labs piemērs citiem ar savu pozitīvo attieksmi, ar labām vērtībām
9. Klase:			
10. Drošība	120 min	Sept.-Okt.	Prast vadīt sevi, tiekties uz mērķi

MOT veido stipru jaunatni, kas iekļauj ikvienu

MOT stiprina jauniešu izpratni un drosmi dzīvot, rūpēties un pateikt „nē”

AKTIVITĀŠU PĀRSKATS

MOT programma "Stipra jaunatne 12-16"

11. Vērtību apziņa	120 min	Decembris	Izturēties labi pret sevi un citiem, definēt savas vērtības, dzīvot saskaņā ar tām
12. Nākotne	150 min	Marts	Esi sagatavojies nākotnei!

***Visu nodarbību novadīšana maksimāli tuvu ieteicamajam laikam un noteiktajā nodarbību ilgumā ir obligāta prasība!**

JAUNAIS MOTivators (Young MOTivator), 8. klase

Apm. 5% no klases (vismaz 2 skolēni no visām paralēlklasēm, min. 1 no klases)

- **Vēlēšanas notiek pēc 7. nodarbības "Izvēles";** nodarbība notiek 8. klasēm 6 nedēļu laikā kopš 1. skolas dienas. Tiek izvēlēts/i labi piemēri citiem attiecībā uz prasmi pateikt nē, rūpēties par citiem, būt tādām, kāds esi, spēt iedvesmot, būt īpašam, palīdzot citiem justies labi, būt stipram, pārliecinātam, pozitīvam, kas spētu atstāt iespaidu uz 6-klasniekiem, vadot 3 nodarbības viņiem. Šādi jaunieši tiek izvēlēti, kopīgi darbojoties MOT trenerim, klases audzinātājam, klases biedriem, skolas vadībai u.c. Lai izvēle ir nevainojama!
- **Jauno MOTivatoru apmācības** – 2 dienu nodarbības decembra sākumā.
- **"Drosme rūpēties" diena** – 23.novembrī, ko organizē Jaunie MOTivatori kā iniciatori un galvenie virzītāji (jaunums Latvijai!)
- **Decembris:** 20 min nodarbība 6-klasniekiem "Zinātkāre"
- **Februāris/Marts:** 150 min MOT nodarbība 6-klasniekiem: "Laiņi lūgti, jaunieši!"
- **Maijs:** 20 min 6-klasniekiem: "Priecājies un sniedz savu ieguldījumu"

NOTEIKUMI

- **Īss, spilgts starts 1.septembrī**
 - **ledvesmojoša uzruna visiem 7-klasniekiem** (MOT treneris uzstājas ar 2-5 min ilgu uzrunu, koordinators/direktors iepazīstina ar MOT treneri un MOT kā svarīgu jauniešu sabiedrības kultūras veidotāju skolā)
 - **"Iesildīšanās" 8. (vēlāk arī 9.) klases skolēniem** (MOT treneris apmeklē savu klasi, īsi atgādina par sevi, MOT un jūtas radošs, izveicot kādu aktivitāti un vienojas par laiku, kad notiks 1. nodarbība šajā mācību gadā)

MOT veido stipru jaunatni, kas iekļauj ikvienu

MOT stiprina jauniešu izpratni un drosmi dzīvot, rūpēties un pateikt „nē”

AKTIVITĀŠU PĀRSKATS

MOT programma "Stipra jaunatne 12-16"

- **Tikšanās ar skolotājiem** (MOT treneris tiek ar klašu audzinātājiem un skolotājiem, kopīgi izrunā plānotās nodarbības, to mērķus un nolūkus, aktivitātes, saskaņo laikus un abpusējas ekspektācijas).
- **40 min ilga MOT informatīva nodarbība 7. klašu vecākiem/aizbildņiem**
- **"Drosme rūpēties" diena** – februāris, katras skolas un klases pārziņā, vai un kā piedalīties, ko paveikt
- **"Drosme mūžīgi"** – pēdējā MOT nodarbībā 9. klasē ir iespēja reģistrēties un kļūt par daļu no "MOT Forever" starptautiskā klubiņa – grupas, kas turpina dzīvot ar MOT vērtībām, dalās pieredzē, dzīves stāstos, iedvesmojot apkārtējos un rūpējoties par labākas, drošākas un siltākas sabiedrības veidošanos. Pievienošanās šim klubam ir kā iekšējais tetovējums jeb apņemšanās uz mūžu dzīvot saskaņā ar MOT vērtībām – drosmi dzīvot, drosmi rūpēties un drosmi pateikt nē.
- **Pēc 12. MOT nodarbības** tiek veikta aptauja par programmas rezultātu un apkopota centralizēti līdz katra gada 1. jūnijam.

CITAS IETEICAMAS AKTIVITĀTES

- **Vēlams iekārtot MOT nodarbību telpas**, izkarot plakātus, veidojot īpašu, draudzīgu noskaņu
- **Vēlams neliela telpa MOT treneriem**, kur glabāt nodarbību ekipējumu, treneru personīgās mantas pirms un pēc nodarbībām
- **Īpašās MOT vērtību 2-3 nedēļas mācību gada sākumā 7-klasniekiem** – tik svarīgi apzināties to nozīmi klases un vēlāk arī skolas kultūras veidošanās procesā.
- **MOT piederīgo tikšanās mācību gada noslēgumā**, pārrunājot piedzīvoto, vienojoties par turpmāko sadarbību
- **30 min uzruna skolas kolektīvam mācību gada noslēgumā** – MOT treneris, koordinators, JAUNIE MOTivatori dalās pieredzē ar visiem par to, kā gājis, kas apgūts un ko varētu vēlēt vēl

MOT veido stipru jaunatni, kas iekļauj ikvienu

MOT stiprina jauniešu izpratni un drosmi dzīvot, rūpēties un pateikt „nē”