

Sporta spēles “Zaļais starts”

2021. gada 1.maijs, plkst. 12.00

4H vērtības

H - laba sirds – **godīgums** it visā, arī uzdevumu izpildē

H – laba veselība – sportiskas aktivitātes **svaigā gaisā** nostiprina un uzlabo veselību

H – ass prāts – lai tiktu galā ar uzdevumiem, bez prāta spējām neiztikt, uzsvars uz **precizitāti**

H – čaklas rokas – **vides darbi** un maršruta galapunktā veidojam paliekošu **instalāciju** no ceļā savāktajiem dabas materiāliem.

Sējas mazpulka mazpulcēni Zane un Matīss aicina visas Latvijas mazpulcēnus, viņu ģimenes un brīvprātīgos pievienoties:

Tiešsaistē:

- **plkst. 12.00 atklāšanas uzruna un himna**
- **plkst. 12.30 starts**

Maršrutu katra komanda izvēlas pati. Kopējais maršruta garums 5 km, pēc iespējas precīzāk (drīkst kaut 50 apļus ap māju). Jāiekļaujas kontrollaikā - 4 stundās.

Maršrutu fiksēt telefona programmā, aplikācijā (piem., Strava, Pacer, Runkeeper, NikeRunClub(NRC), Map my run u.c.) un maršruta distances foto būs jāiesūta.

Pēc katra noietā 1 km jāveic viens uzdevums, sporta uzdevumu secību drīkst komanda izvēlēties pati.

Pa ceļam ik pēc 30 min. būs “ekspres” uzdevumi WhatsApp grupā (vienoto grupu izveidosim pēc pieteikšanās).

Komandā 4 dalībnieki +1 fotogrāfs – ieteicams pieaugušais (kopā 5 cilvēki). Komandas sastāvā drīkst būt visu vecumu mazpulcēni, viņu ģimenes locekļi un vadītāji. No viena mazpulka neierobežots komandu skaits. Fotogrāfa pienākums sekot līdzi uzdevumu izpildei, dot norādījumus, paskaidrot, uzņemt fotogrāfijas un īsus video, ko pēc tam ievieto sociālajos tīklos un nosūtīt spēļu organizatoriem vērtēšanai.

Komandai ieteicams vienots noformējums – mazpulka krekliņi, galvassegas u.c. Nosaukumā jābūt mazpulka nosaukumam, piem. “Sējas mazpulka ZIEDI”

Komandu pieteikt līdz trešdienai, 28. aprīlim plkst. 12.00 anketā: https://ej.uz/Zalais_starts_2021

Ja no mazpulka piedalās vairākas komandas, tad par katru komandu anketu aizpilda atsevišķi.

Lai piedalītos spēlēs, ir jāiesūta mājas darbs līdz **piektdienai, 30. aprīlim:**

- 1) Līdzīgi kā pagājušajā gadā ar karogu, **video sveiciens** “saņem stafeti, īss vingrojums, nodod stafeti tālāk”. Filmējot ievērojiet, lai kadrs sākas un beidzas ar rokas “piesitienu” – **nesaņem un nenodod tukšumā** (to vieglāk izdarīt, ja pirms sāk filmēt, bērns izstiep rokas un filmētājs iekadrē - pieiet tik tuvu, lai redz abas rokas un neko tām galā, var pat tuvāk).

Vēlams, lai fonā būtu redzams kāds zīmīgs vietvārds, lai samontējot būtu skaidri saprotams, ka sasveicināties pa visu Latviju. Skatīt aicinājumu saitē: <https://failiem.lv/u/fdugkfwre>

Video sveicienu iesūtīt Žanetei Spalei, e-pasts: zanete.spale@gmail.com

- 2) Izveidot **krustvārdu mīklu**, izmantojot vismaz 10 Mazpulku himnas vārdus.
Krustvārdu mīklu iesūtīt Zanei Strazdiņai, e-pasts: zane.strazdina07@gmail.com

Nepieciešamais 1 komandas dalībniekiem:

- Komandai vismaz 1 mugursoma, kur ielikt nepieciešamo;
- 1 auklu – 7 m līdz 8 m (dalībnieku sasaitei, drošie 2 m starp dalībniekiem);
- Katram sava dzeramā ūdens pudele;
- Katram dalībniekam lupatiņa (vai pa ceļam sameklēt katram 2 čiekurus), kuru var saslapināt un mest pa koku;
- 3 lakatiņi acu aizsīšanai;
- Izprintēta tabula, kur pierakstīt uzdevuma izpildes laiku un pildspalva (*skatīt.pielikumā*);
- Visu sportošanas laiku galvenajam telefonam būs jābūt atvērtam, tāpēc būs noderīga arī ārējā baterija (*powerbank*);
- Maršutā laikā salasīt dažādus dabas materiālus, ko pēdējā kontrolpunktā izmantot instalācijai;
- Laikapstākļiem atbilstošs apģērbs;
- Dabā ejot, savācam atkritumus, ja tādi ir! Ko atnesi, to aiznes!

Komanda pēc maršruta veikšanas:

- ☐ Maršrutu fiksēt telefona programmā, aplikācijā (piem., Strava, Pacer, Runkeeper, NikeRunClub(NRC), Map my run u.c.) un nosūtīt maršruta foto
- ☐ Nobildēt tabulu ar uzdevuma izpildes laiku un sūtīt pēc uzdevuma veikšanas un finiša Whatsapp grupā (vienoto grupu izveidosim pēc pieteikšanās). Pie foto norāda komandas nosaukumu!
- ☐ Pārējos foto no katra kontrolpunkta ievieto sociālajos tīklos 3 dienu laikā un atsūtīt saiti, kur var redzēt komandas veikumu.
- ☐ Rezultātu apkopojuma tabula būs pieejama 7. maijā.

Cita informācija:

Pēc finiša komanda pēc saviem ieskatiem un iespējām rīko **pikniku** dabā.

Pirms “Zaļās starta” pārliecinieties, ka dalībnieki (nepilngadīgajiem mazpulcēniem viņu vecāki/aizbildņi) piekrīt, ka dalībnieki var tikt fotografēti un filmēti, un iegūtie materiāli var tikt izmantoti pasākuma publicitātei. Vecāku anketa *pielikumā* (nav jāparaksta, ja tāda jau glabājas Mazpulku lietvedībā).

Sējas mazpulka komanda un Saulesdārza komanda



Projektu “Dodiet ceļu. Jaunieši!” finansē Islande, Lihtenšteina un Norvēģija caur EEZ un Norvēģijas grantu programmu “Aktīvo iedzīvotāju fonds”.