



8 IEDVESMAS UN SPĒKA DIENAS JAUNIEŠU UN LATVIJAS IZAUGSMEI

diennakts nometne "Personības akadēmija"



NOMETNE
PERSONĪBAS AKADEMIJA

07. - 14.06.2026.

VALMIERĀ

J.Daliņa stadionā



MĒRĶIS



Sportiskas, harmoniskas,
iedvesmojošas personības attīstīšana

Patriotisma veicināšana

Globālo iespēju horizontu
paplašināšana

Sporta draugu kopienas, atbalsta
grupas veidošana

Izglītošana bērniem un jauniešiem
saistošā veidā



MĀJAS LAPA

DALĪBNIEKU ATLASE



Projekta “Sporto visa klase”
5. un 6.klašu skolēni

- skolēni no finālklasēm
- skolēni, kuri pieteikušies izmantojot pieteikuma anketu



SKATIES VIDEO



TĒMAS



OLIMPISKĀS
VĒRTĪBAS,
VĒSTURE,
LEGENDAS

FIZISKĀ UN
EMOCIONĀLĀ
LABSAJŪTA

SOCIĀLĀ JOMA

PRASMES
DZĪVEI UN
KARJERAI

NĀKOTNES
VĪZIJU DIENA

SMAIDS UN
IZKLAIDE

OLIMPISKĀS VĒRTĪBAS, VĒSTURE, LEĢENDAS



Ievadlekcija par Antīko Olimpisko vēsturi/
mūsdienu Olimpisko kustību

Senās Olimpiskās spēles

Tikšanās ar Olimpieti/ Olimpisko
medaļnieku

Tikšanās ar sporta leģendu



[SKATIES VIDEO](#)



FIZISKĀ UN EMOCIONĀLĀ LABSAJŪTA

Kustība - sporta aktivitātes, treniņi

Fiziskā veselība - fizioterapijas nodarbība, vingrošana, elpošanas prakse

Psiholoģija - sevis izzināšana, mērķu filozofija, attiecības ar līdzcilvēkiem, mentālā veselība

Ēdiens - ēdiena nozīme ikdienā, ieteikumi

Emocionālā labsajūta - pieredzes stāsti, testi, individuāls mentorings



SKATIES VIDEO



SOCIĀLĀ JOMA



Komanda - kā strādāt komandā, darbs grupās, pieredzes stāsti un analīze

Sociāli aktīva persona - izglītība, labdarība, politikas veidošana



[SKATIES VIDEO](#)

PRASMES DZĪVEI UN KARJERA

Runas argumentācijas un prezentēšanas prasmes

Vizuālais tēls, mode, sociālo tīklu nozīme, foto/ video veidošanas prasmes, u.c..

Ēst gatavošanas prasme, svētku organizēšana

Pieredzes stāsti



[SKATIES FOTO GALERIJU \(atklāšana\)](#)





VISAS GALERIJAS MEKLĒ ŠEIT

NĀKOTNES VĪZIJU DIENA



Izglītība

Latvijas Universitāte Tiesību zinātne Baka
UEFA izglītības programma
UEFA "Executive Master for International
Pārvaldība
Latvijas universitāte Sporta treneris
Latvijas Universitāte Politikas zinātne Ma

Kas es vēlos būt, kad izaugšu

Veiksmes kods, pieredzes stāsti

Sports kā pamats veiksmīgai karjerai



SKATIES VIDEO

SMAIDS UN IZKLAIDE

Piedzīvojumi un izaicinājumi dabā
(pārgājiens, laivu brauciens)

Komandu vienojoši uzdevumi, darbs
grupās

Katru dienu kāds izaicinājums, balvas,
motivējoši prieki



SKATIES VIDEO





Dons



Diāna Krūmiņa



Patrisha



Raimonds Bergmanis



Buu



Kaspars Gorkšs

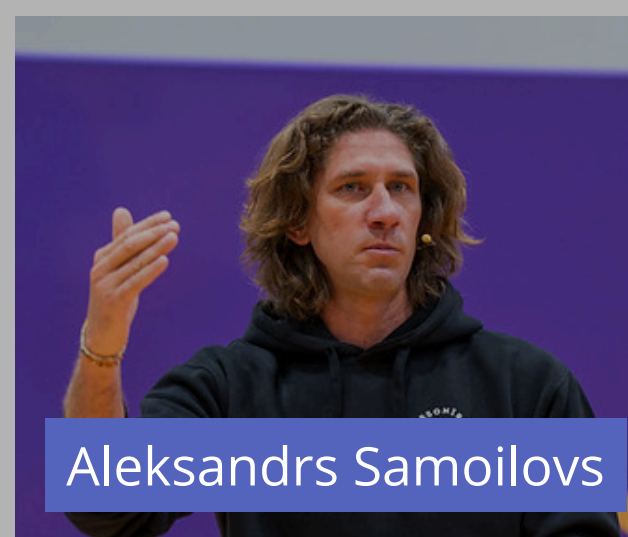
VIESI UN IEDVESMA



Buddy Lee



Sandis Ozoliņš



Aleksandrs Samoilovs



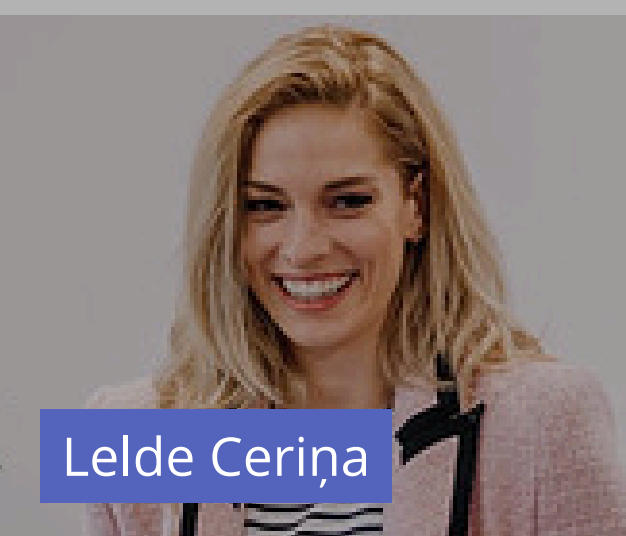
Aigars Grauba



Oskars Melbārdis



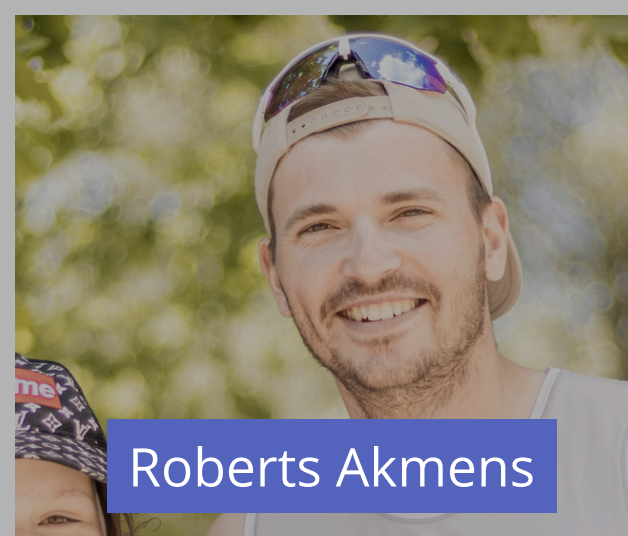
Aivis Ceriņš



Lelde Ceriņa



Aigars Bagatskis



Roberts Akmens



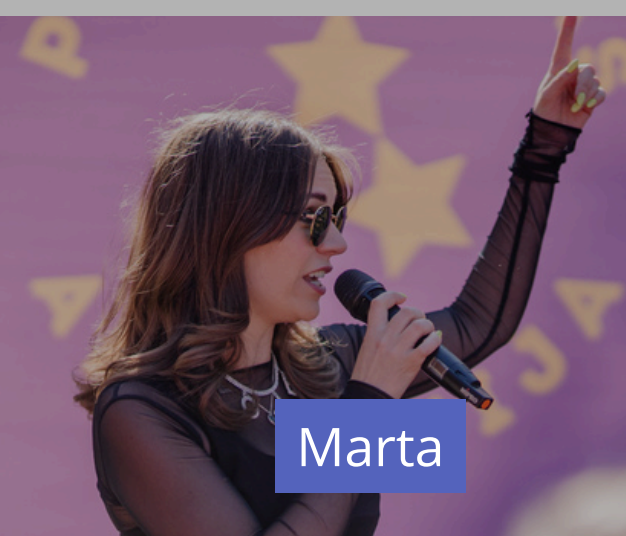
Tīna Graudiņa



Raimonds Feldmanis



Nils Jansons



Marta



Guntars Kokorevičs



Kato



Raimonds Platacis

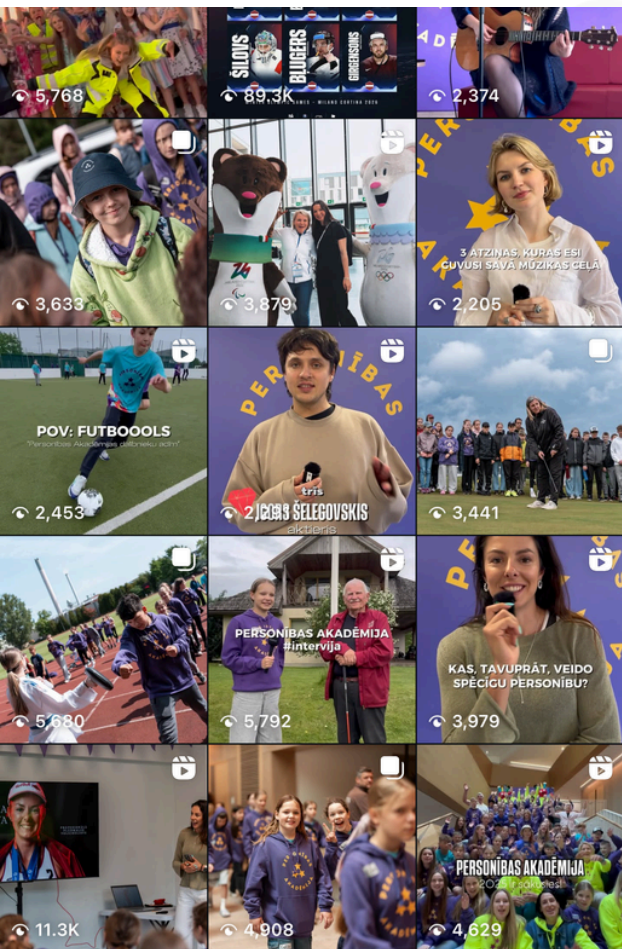


Nansija Garkalne



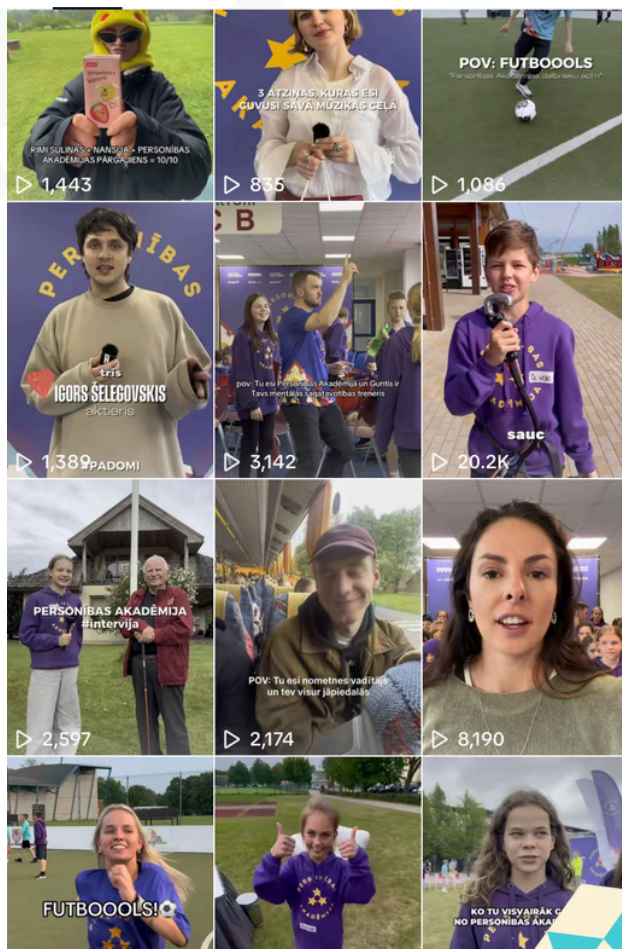
Edgars Krūmiņš

INSTAGRAM

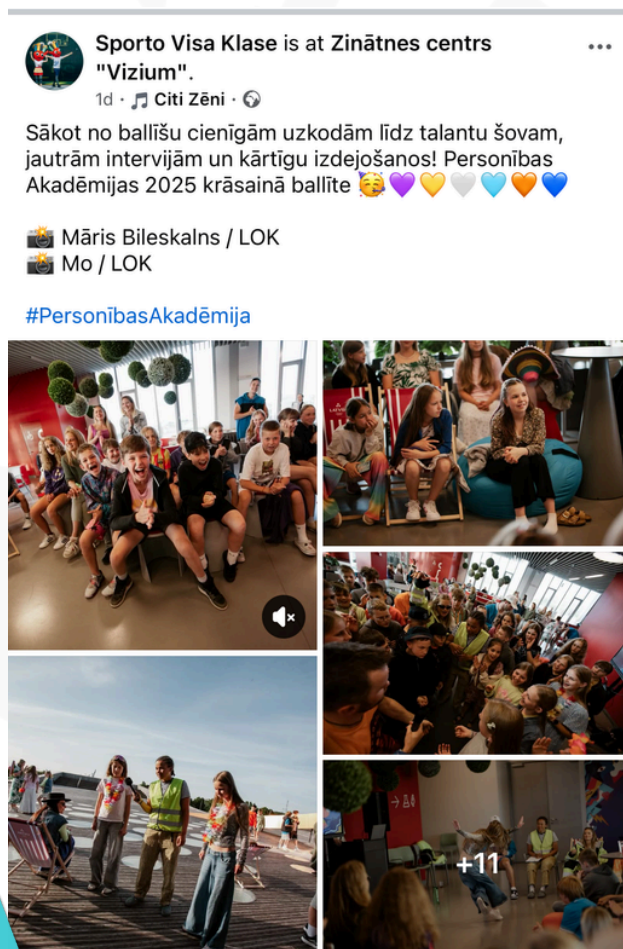


@sportovisaklase

TIKTOK

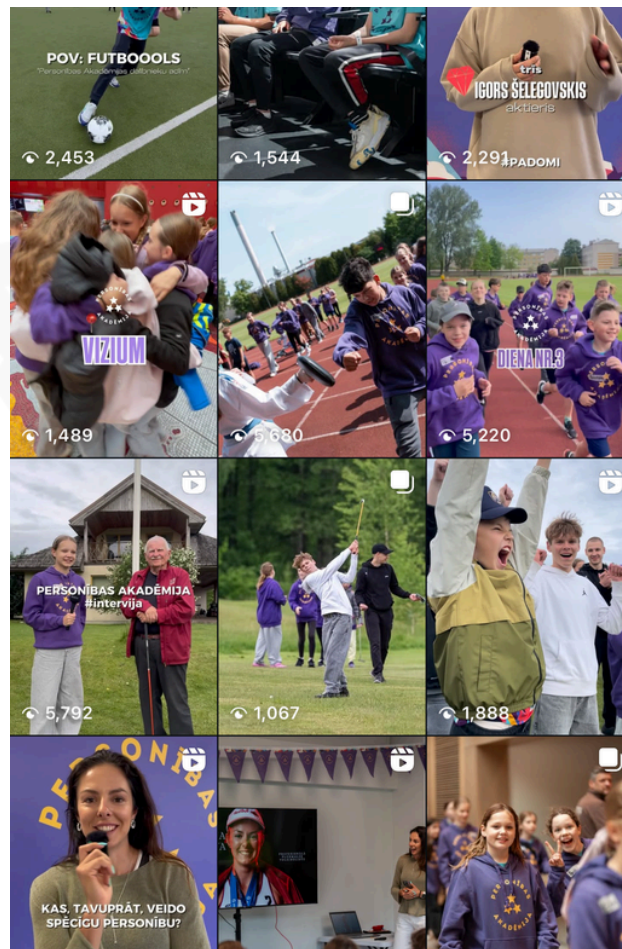


FACEBOOK



@olimpiadelv

LOK KANĀLI



KOMUNIKĀCIJA SOCIĀLAJOS TĪKLOS



90 PUBLIKĀCIJAS

129,479 SKATĪJUMI

17,301 SASNIEGTĀ AUDITORIJA

97 JAUNI SEKOTĀJI

20 PUBLIKĀCIJAS

60,701 SKATĪJUMI

42,618 SASNIEGTĀ AUDITORIJA

105 JAUNI SEKOTĀJI

84 PUBLIKĀCIJAS

23,254 SKATĪJUMI

6801 SASNIEGTĀ AUDITORIJA

48 JAUNI SEKOTĀJI

84 PUBLIKĀCIJAS

98,630 SKATĪJUMI

26,391 SASNIEGTĀ AUDITORIJA

46 JAUNI SEKOTĀJI

POPULĀRĀKĀ PUBLIKĀCIJA INSTAGRAM

11,333 SKATĪJUMI

10,610 SASNIEGTĀ AUDITORIJA

298 INTERAKCIJAS

POPULĀRĀKĀ PUBLIKĀCIJA TIKTOK

20,249 SKATĪJUMI

17,400 SASNIEGTĀ AUDITORIJA

667 INTERAKCIJAS

KONTAKTI:

Projekta “Sporto visa klase” un
“Personības akadēmija” vadītāja
Lilita Mitrofanova
+371 28622447
sportovisaklase@olimpiade.lv

