



## EIROPAS JŪDZE Pirmsskolas izglītības iestādēs: “Krāj jūdzes!”

5.jūnijs– 09.jūnijs 2024.

### NOLIKUMS

#### 1. Mērķis:

- 1.1. Popularizēt sportisku, veselīgu un aktīvu dzīvesveidu, it īpaši pirmsskolas vecuma bērniem, pieradināt tos pie fiziskajām aktivitātēm jau no agras bērnības.
- 1.2. Kopā nosvinēt kustību prieku, staigājot, skrienot vai kustoties citā iespējamā veidā kopā ar pārējiem Eiropas iedzīvotājiem.
- 1.3. Iesaistīt aizvien vairāk dalībnieku fiziskās aktivitātēs, piedāvājot distanci jūdzes garumā, ko var viegli paveikt.
- 1.4. Mudināt bērnus iesaistīt fiziskās aktivitātēs savus vecākus, brāļus un māsas, vecvecākus, lai kopīgi aktīvi pavadītu brīvo laiku.
- 1.5. Veicināt saliedētas pilsoniskās sabiedrības veidošanos, latviešu un mazākumtautību bērnu iekļaušanu fiziskās aktivitātēs.
- 1.6. Atbalstīt un popularizēt tautas sporta aktivitātes.
- 1.7. Veicināt sportiska, veselīga un aktīva dzīves veida novitātes - jaunu, perspektīvu pasākumu un aktivitāšu izplatību.

#### 2. Vadība:

- 2.1. Pasākumu Latvijā koordinē Latvijas Tautas sporta asociācija, pasākuma koordinators: Anastasija Marčenko, t. 26895037. E-pasts: [ltsa@riga.lv](mailto:ltsa@riga.lv), tīmekļa adrese: [www.sportsvisiem.lv](http://www.sportsvisiem.lv)
- 2.2. Pasākumus Latvijas pašvaldību teritorijās organizē dažādas pirmsskolas izglītības iestādes.

#### 3. Vieta un laiks:

Eiropas jūdzes norises laiks pirmsskolas izglītības iestādēs ir no 5.jūnija - 9.jūnijam, visā Latvijā.

#### 4. Dalībnieki:

Eiropas jūdzes pirmsskolas izglītības iestādēs dalībnieki ir pirmsskolas izglītības iestāžu audzēkņi un grupu audzinātājas, PII personāls, audzēkņu vecāki.

#### 5. Pieteikšanās:

- 5.1. Pasākumu koordinatori pieteikšanos veic, aizpildot elektronisko reģistrācijas anketu līdz 2024. gada 16. maijam. : <https://ej.uz/bumq>  
Pasākumu koordinatori reģistrē dalībniekus pasākumu norises vietās, atbilstoši organizatora noteiktajai kārtībai. !! **NAV nepieciešams sniegt bērnu vārdus un uzvārdus, svarīgi ir norādīt piem. PII nosaukumu, PII grupas nosaukumu, bērnu skaitu grupā. Piem. koordinators var veikt rezultāta uzskaiti ar sporta lietotni savā telefonā un iesniegt rezultātu kopā ar savu vārdu un uzvārdu un iepriekšminēto informāciju (PII nosaukums, PII grupas nosaukums un bērnu skaits grupā).**
- 5.2. LTSA nodrošina galvenajam organizatoram no katras pirmsskolas izglītības iestādes vienu T-kreklu. Jaunajiem dalībniekiem tiek nodrošināti pasākuma baneri. Dalībniekus, kas piedalījās 2021., 2022. un 2023. g., aicinam izmantot viņu rīcībā esošo baneri (tikš izsniegta 2024. gada datuma uzlīme). Svarīgi: baneris, kas izsniegts organizācijai, kas piedalās pasākumā pirmo reizi, pēc pasākuma jāuzglabā līdz nākamajam gadam (tikai jāatlīmē datuma uzlīme)! Dalībniekiem nodrošināsim piemiņdiplomiņus.

## 6. Pasākuma norise:

6.1. Koordinatori nodrošina dalībniekiem distanci Eiropas jūdzes garumā (1 jūdze = 1,609 km), kura var tikt paveikta dažādos veidos atkarībā no koordinatora izvēles (piem. skrienot, soļojot, nūjojot, ar skrejriteni, skrituļojot utt.), ievērojot valstī noteiktus ar Covid-19 saistītus ierobežojumus. Var krāt jūdzes dažādās aktivitātēs - piem. vienā dienā - pārtgājiens (2 jūdzes), otrā dienā skrējiens (1 jūdze). Kā arī bērni var Eiropas jūdzē iesaistīt savas ģimenes, bet tad ģimenes locekļi ārpus bērnudārza uzkrātas jūdzes uzskaita paši atsevišķi.

6.2. Pasākumam noslēdzoties, pasākuma koordinators no katras PII aizpilda atskaites formu līdz **12. jūnijam – lai mēs pēc iespējās ātrāk varētu apkopot rezultātus. Saite uz atskaites anketu tiks nosūtīta reģistrētajiem koordinatoriem.**

6.3. Aktivitāšu varianti Eiropas jūdzes ietvaros: var nomērīt distanci ap PII ēku (piem. 1,609 km jeb viena jūdze ir piem. 5 apli ap PII ēku). Šoreiz laika kontrole nav tik būtiska. Galvenais – lai tiktu veikta šī noteiktā distance. **Noteikti var veikt lielāku distanci un krāt vairākas jūdzes.** Var doties pārgājienā (piem. audzinātāja var izmantot **jebkuru** sporta lietotni telefonā – piem. Strava, MapMyRun (vai MapMyWalk) utt. un, nospiežot “start” pārgājiena sākumā veikt 1,609 km vai arī lielāku, vairāku jūdžu, distanci. Distances beigās jānospiež “stop” un jāuztaisa ekrānšāviņš ar distances garumu. Ekrānšāviņš kalpos kā apliecinājums, ka aktivitāte tika veikta. Šie ir tikai daži aktivitāšu piemēri.

6.4. Foto un video no aktivitātēm, kā arī ekrānšāviņus ar rezultātiem jūsu PII koordinators var sūtīt uz [eiropasjudze@inbox.lv](mailto:eiropasjudze@inbox.lv) līdz 12. jūnijam. Kā arī noteikti atbalstam, ja dalīsieties ar bildēm savu iestāžu sociālajos tīklos, izmantojot haštagus **#eiropasjūdze #FindYourMile**.

## 7. Datu apstrāde un informācija:

7.1. LTSA informē, ka koordinatoru un organizatoru personas dati un atskaitēs iesniegtā informācija par Eiropas jūdzes norisi tiks apstrādāti saskaņā ar LTSA privātuma politiku.

7.2. Pasākuma dalībnieku foto, video, rezultāti tiks izvietoti interneta vietnēs Eiropas jūdzes pasākuma popularizēšanai kā arī informācija par pasākumu dalībniekiem un aktivitātēm tiks atainota LTSA mājas lapā [www.sportsvisiem.lv](http://www.sportsvisiem.lv), kā arī var tikt izmantota apkopojumam portālā <https://www.isca.org/> vai <https://www.europeanmile.com/>

