

# Cēsu 1.pamatskolā noslēdzies projekts jauniešiem Pumpurs "I.am.I"



Cēsu 1.pamatskolā 2021. gada augustā tika īstenots biedrības "IN-LAAT" organizētais izzinošs un personības izaugsmi veicinošs projekts "I.am.I" (Es esmu es, esmu daļa no pasaules). Projekta īstenošanā piedalījās psiholoģijas, sporta un veselīga dzīvesveida, finanšu, pedagogijas un etiķetes jomas profesionāļi. Katru dienu īpašs uzsvars tika likts uz skolēnu personības izaugsmi, motivāciju, savu spēju attīstīšanu, iejušanos jaunā kolektīvā un pārliecību par saviem talantiem. Projekta uzdevums bija palielināt jauniešu motivāciju turpināt formālo izglītību un veicināt viņu aktīvu līdzdalību sabiedrības procesos.

Projekta laikā 20 mērķa grupas jaunieši apguva socializācijas prasmes darbā komandā, veidoja izpratni par savu unikalitāti un talantiem, nosakot savas turpmākās dzīves vīzijas un mērķus. Projekta pieaicinātais psihologs palīdzēja jauniešiem iejusties "otra cilvēka ādā", izprast savas reakcijas uz notikumiem un situācijām, mācījās - kā veikt negatīvo emociju izlādi, neaizskarot otra cilvēka personību. Projekta ietvaros jaunieši apguva pamatzināšanas par mūsdienīgu etiķeti - kā izskats, stāja un manieres veido indivīda koptēlu, veicina pozitīvu komunikāciju. Dalībnieki mācījās vairāku veidu galda klājumus, locīja salvetes un sēja kaklasaites.

Aktivitātē "ES un nauda" palīdzēja iegūt priekšstatu par finanšu prasmēm, kā pārvaldīt savas personīgas finanses. Jaunieši uzzināja kas ir žurku skrējiens, sešu aplokšņu metode, būvēja kāpnes uz savu finansiālo brīvību.

Aktivitātes dienā "ES un ķermenis" jaunieši apguva prasmes veselīgā dzīvesveida organizēšanā - veidoja sev piemērotu fizisko vingrinājumu plānu un sabalansētu ēdienkarti, kā arī mācījās izprast dienas režīma, kvalitatīva ēdiena un savas fiziskās formas savstarpēju saikni.

Noslēguma aktivitātes dienā "ES un panākumu atslēga" jaunieši devās uz itāļu restorānu "Bekko", kur kopā ar saimniekiem Pedro un levu gatavoja īstenu itāļu pastu un picas. Jaunieši labprāt piedalījās visos gatavošanas procesa posmos, tad ar prieku un gardu muti āra terasē baudīja pašu gatavoto.

Projekta noslēgumu atzīmēja ar kopīgo kliņģera baudīšanu. Kā pārsteigumu jauniešus sagaidīja praktiski pielietojama balva - ūdens pudeles ar projekta logo.

Projekta rezultātā, darbojoties grupās un komandā, jaunieši apguva praktiski pielietojamas zināšanas dažādās dzīves jomās, kas ļaus pilnveidot savas komunikāciju prasmes, mācīties izmantot savus resursus un zināšanas, lai pārvarētu dzīves izaicinājumus un krīzes, kā rezultātā gūt pārliecību par savām spējām, talantiem un veidotu izpratni par personīgo mērķu sasaisti ar izglītību, stiprinātu ticību sev un veidotu vēlmi būt aktīviem. Īpaša aktivitāte un iesaistīšanās bija vērojama riska grupas jauniešu vidū.

Vairāk informācijas par projekta īstenošanas gaitu sociālā tīkla Facebook lapā IAMI projekts un Instagram lapā IAMI\_projekts.

Liels paldies Cēsu 1.pamatskolai, īpaši skolotājai Lienei Vecgailei par veiksmīgu sadarbību, kā arī paldies Pumpurs un Cēsu novada pašvaldībai!

Nodarbības atbalsta Eiropas Savienības finansēts projekts Nr. 8.3.4.0/16/I/001 "Atbalsts priekšlaicīgas mācību pārtraukšanas risku samazināšanai".

Informāciju sagatavoja biedrība "IN-LAAT".

