

MOT nodarbības nosaukums	Ilgums (min)	Laiks (ieteicamais)	Mērķis
<b>7. klase</b>			
1 - Drosme	120	Septembris	Veicināt izpratni un drosmi dzīvot, rūpēties un pateikt nē.
2 – Klase kā komanda	120	Septembris	Stiprināt apziņu par katra lomu un atbildību kā klases biedram. Veidot klasi kā iekļaujošu komandu.
3 - Fokuss	120	Oktobris	Stiprināt apziņu saskatīt pozitīvo sevī un citos cilvēkos.
4 – Digitālā iekļaušana	120	Novembris - februāris	Stiprināt apziņu par iekļaušanas un pamanīšanas svarīgumu, arī tiešsaistē.
5 – Iekšējais spēks	120	Marts - aprīlis	Stiprināt drosmi būt pašam un saskatīt iespējas izaicinājumos.
6 - Vērtīgs	120	Marts - maijs	Stiprināt apziņu par to, ka katram cilvēkam ir sava dzīves pieredze un likt citiem justies labi.
<b>8. klase</b>			
7 - Izvēles	120	Septembris	Stiprināt apziņu un iedrošināt uzdrīkstēties iet savu ceļu.
8 – Labie piemēri	120	Oktobris - novembris	Stiprināt apziņu par to, ka Tu esi labais piemērs citiem ar pozitīvu attieksmi un labām vērtībām.
9 - Sapņi	120	Janvāris - marts	Iedvesmot jauniešus atrast savus sapņus un aizraušanos.
10 – Es sev patīku	120	Marts - maijs	Praktizēt pozitīvu sarunāšanos ar sevi un uzdrīkstēšanos pieņemt izaicinājumus.
<b>9. klase</b>			
11 - Drošība	120	Septembris - oktobris	Atrast drošības sajūtu sevī un attiecībās. Praktizēt drošības sajūtas radīšanu citos.
12 – Vērtību apziņa	120	Decembris	Stiprināt apziņu un iedrošināt atbalstīt un aizstāvēt savas vērtības.
13 – Es varu	120	Janvāris - marts	Stiprināt apziņu par smadzeņu attīstību, domāšanas veidu un pozitīvu sarunāšanos ar sevi.
14 - Nākotne	120	Marts - maijs	Stiprināt drosmi būt gatavam nākotnei.

**Visu MOT nodarbību novadīšana noteiktajā ilgumā un ieteicamajā laikā ir obligāta prasība**

## Jaunais MOTivātors 8. klasē (obligāti)

Apmēram 5 % klases skolēnu (2 no vienas klases)

- **Tiek izvēlēti pēc MOT 8. nodarbības "Labie piemēri"**, kura notiek oktobrī-novembrī. 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, pieņemošam, 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 MOTivātoru gada plāns:**
  - Decembris/Janvāris – Jauno MOTivātoru apmācības (2 dienas).
  - Janvāris/Marts – iesaiste "Sapņu diena" organizēšanā.
  - Februāris – 20 min nodarbība 6-klasniekiem "Zinātkāre".
  - Marts/Aprīlis – 150 min MOT nodarbība 6-klasniekiem: "Laipni lūgti, jaunieši!".
  - Maijs – 20 min 6-klasniekiem: "Priecājies un sniedz savu ieguldījumu".
  - Septembris – jauno MOTivātoru iesaiste Čau! mēnesis aktivitāšu īstenošanā skolā.
  - Novembris – iesaiste "Drosme rūpēties" aktivitāšu īstenošanā.

## OBLIGĀTĀS ATBALSTA AKTIVITĀTES

### MOT vērtību un Čau!-nedēļas:

- ✓ Pirmās 2-3 nedēļas ir liktenīgas jaunajai klases videi un skolēnu uzvedībai nākamajiem 3 gadiem. Skola nolemj, kā tas tiks veidots un cik resursu ieguldīs. Ieteikumi saturam tiek sūtīti no MOT Latvija. Aicinām iesaistīt jaunos MOTivātorus aktivitāšu plānošanā un īstenošanā.

### Starts (pirmā skolas diena):

- ✓ **Iedvesmojoša uzruna** – 7. klases skolēnu pirmā skolas diena:
  - MOT treneris 2-5 minūšu garumā iedvesmojoši uzrunā 7. klases skolēnus pirmajā skolas dienā, kad viņi visi ir kopā.
  - Skolas direktors iepazīstina ar MOT kā svarīgu jauniešu un kopienas veidotāju skolā.
- ✓ **Iesildīšanās** – 8. un 9. klases skolēnu pirmā skolas diena:
  - MOT treneris apciemo katru klasi pirmajā skolas dienā. Mot treneris pats izlemj, ko darīt. Tās var būt tikai dažas minūtes.
- ✓ **Informācija skolotājiem** – klases audzinātājiem pirmajā skolas dienā:
  - Mot treneris un klases audzinātājs tiekas, lai izrunātu mācību gadu. 30-60 minūtes katrai klasei. Mērķis: noskaidrot gaidas un nostiprināt prognozējamību un atbildību, abpusēji. Pārskatīt MOT programmas nodarbības un datumus.
- ✓ **MOT informācija vecākiem**
  - Tiek izstāstīta laikā, kad ir tikšanās vecākiem 7. klases sākumā
- ✓ **"Drosme rūpēties"** (plānots novembrī):
  - Skola nolemj, kā tas tiks veidots un cik resursu ieguldīs. Ieteikumi saturam tiek sūtīti no MOT Latvija. Aicinām iesaistīt jaunos MOTivātorus aktivitāšu plānošanā un īstenošanā.
- ✓ **"Sapņu diena"** (plānots februārī):
  - Organizatoriska informācija tiek sūtīta no MOT Latvija.
- ✓ **MOT-aptaujas**
  - Tiek veikta MOT 6. nodarbībā (7. klase) un MOT 14. nodarbībā (9. klase) līdz 1. jūnijam.



## Citas ieteicamās aktivitātes

- Tieši MOT atvēlēta telpa skolā.
- MOT nodarbībām nepieciešamajam inventāram paredzēta telpa skolā.
- MOT klasē ir MOT plakāti un citi vizuāli efekti, kas saistīti ar MOT nodarbībām.
- MOT logo uz plakātiem, karogiem u.c. tiek izmantots skolā, lai atgādinātu par MOT vērtībām.
- MOT piederīgo tikšanās mācību gada noslēgumā, pārrunājot piedzīvoto, vienojoties par turpmāko sadarbību.
- 30 min uzruna skolas kolektīvam mācību gada noslēgumā – MOT treneris, koordinators, jaunie MOTivātori dalās pieredzē ar visiem par to, kā gājis, kas apgūts un ko vēl varētu vēlēties.
- Īsa prezentācija par MOT vecāku sapulcē.
- Papildus MOT nodarbība "Vecāku un jauniešu mijiedarbība", 90 minūtes, 8. klases 2. semestrī.
- Jaunie MOTivātori drīkst, ja vēlas, apmeklēt 6. klases biežāk, piemēram, atbalsta aktivitāšu "Čau! Mēnesis", "Drosme rūpēties" un "Sapņu diena" laikā.
- Jaunie MOTivātori drīkst, ja vēlas, novadīt tikšanos ar 6. klases skolēnu vecākiem (10-60 minūtes) 9. klases otrajā pusē. Saturs ir atkarīgs no jaunā MOTivātora.