



**Mārupes novada pašvaldības
SALAS SĀKUMSKOLA**

Spunčiema iela 9, Spunčiems, Salas pagasts, Mārupes novads, LV-2105
Tālrunis 67934172 salasskola@marupe.lv salassakumskola.lv

Mārupes novads, Salas pagasts

Salas sākumskolas interešu izglītības programma

Latviešu skatuviskā deja

Pirmsskola, 1.-4.klase

2026./2027. mācību gads, 2027./2028. mācību gads, 2028./2029. mācību gads

Informācija par pedagogu

Vārds, uzvārds	Ligija Cīrule
Dzimšanas datums	25.01.1989
Pedagoģiskais darba stāžs	15 gadi
Izglītība	Profesionālais bakalaurs grāds sporta un deju skolotāja. Akadēmiskais bakalaurs tiesību zinātne.
Papildizglītība, kursi	Profesionālās kompetences pilnveides kursi tautas deju skolotājām, Valsts izglītības satura centrs.2023 gads Talsu novada Bērnu un jauniešu centrs – Pilnveides kursi bērnu deju kolektīvu vadītājiem 2025.
Kontakttālrunis, e-pasts	28755459, ligijacirule@gmail.com

1. Programmas apraksts

Latviešu skatuviskā deja ir nozīmīga Latvijas kultūras mantojuma sastāvdaļa, kas apvieno latviešu tautas dejas tradīcijas, skatuves mākslu, horeogrāfiju un muzikālo kultūru. Programmas īstenošana veicina bērnu un jauniešu interesi par latviešu kultūru, tradīcijām un tautas dejas mākslu, vienlaikus attīstot fiziskās, radošās, sociālās un emocionālās prasmes.

Programmas saturs veidots tā, lai izglītojamie pakāpeniski apgūtu latviešu skatuviskās dejas pamatus, deju soļus, ritmiku, kustību koordināciju, stāju, plastiku un dejas kompozīciju. Būtiska programmas sastāvdaļa ir izpratnes veidošana par latviešu tautas kultūru, dejas tradīcijām, tautastērpu un skatuves kultūru.

Programma sekmē bērnu un jauniešu iesaisti Latvijas kultūras dzīvē un veicina Dziesmu un deju svētku tradīcijas saglabāšanu un attīstību.

Programmas nepieciešamības pamatojums:

Interesu izglītības programma nepieciešama, lai bērniem un jauniešiem radītu iespēju praktiskā un saistošā veidā iepazīt, apgūt un saglabāt latviešu dejas tradīcijas, vienlaikus attīstot fiziskās, radošās, emocionālās un sociālās prasmes.

Dejošana veicina bērnu fizisko attīstību – koordināciju, līdzsvaru, ritma izjūtu, lokanību, stāju, kustību precizitāti un izturību. Darbs deju kolektīvā pilnveido sadarbības prasmes, atbildību, disciplīnu, spēju ieklausīties un respektēt citus, kā arī veicina pašapziņu un uzstāšanās prasmes.

Programmas īstenošana sekmē bērnu interesi par Latvijas kultūru, tradīcijām un tautas mākslu, veido piederības izjūtu savai valstij un kultūrvidei. Apgūstot latviešu skatuviskās tautas dejas repertuāru, izglītojamie iepazīst Latvijas novadu kultūras daudzveidību, tautastērpu, mūziku un dejas tradīcijas.

Programma nodrošina iespēju bērniem radoši un saturīgi pavadīt brīvo laiku, pilnveidot savas spējas un piedalīties kultūras pasākumos, koncertos, skatēs un citos sabiedriskās dzīves notikumos. Tādējādi tiek veicināta latviešu skatuviskās dejas tradīcijas pārmantošana un tās ilgtspējīga saglabāšana nākamajām paaudzēm.

2. Programmas īstenošanas mērķi

1. Veicināt bērnu un jauniešu interesi par latviešu skatuvisko tautas deju, Latvijas kultūru un tradīcijām.
2. Attīstīt izglītojamo fiziskās spējas – koordināciju, līdzsvaru, lokanību, ritma izjūtu, kustību precizitāti un izturību.
3. Veicināt izglītojamo pašapziņu, disciplīnu, neatlaidību un atbildību par individuālo un kolektīvo darba rezultātu.
4. Pilnveidot muzikālo dzirdi, ritma izjūtu un spēju kustībā atspoguļot mūzikas raksturu.
5. Attīstīt radošumu, pašizpaušmi, emocionālo un skatuvisko kultūru.
6. Veidot prasmi sadarboties pāri un kolektīvā, attīstot savstarpēju cieņu, atbildību un komandas garu.
7. Veidot izpratni par latviešu tautas dejas nozīmi Latvijas kultūras mantojumā un Dziesmu un deju svētku tradīcijā.
8. Veicināt latviešu skatuviskās dejas tradīciju saglabāšanu, pārmantošanu un attīstību.

3. Programmas īstenošanas uzdevumi

1. Iepazīstināt izglītojamos ar latviešu skatuviskās tautas dejas tradīcijām, attīstību un nozīmi Latvijas kultūrā.
2. Apgūt un nostiprināt latviešu skatuviskās dejas pamatsoļus, kustības, satvērienus un to savienojumus.
3. Attīstīt ritma izjūtu, muzikālo dzirdi un spēju kustības saskaņot ar mūziku.
4. Pilnveidot ķermeņa stāju, koordināciju, līdzsvaru, lokanību, kustību precizitāti un fizisko izturību.

5. Apgūt deju kombinācijas, horeogrāfiskos zīmējumus, pārejas un telpisko orientāciju.
6. Attīstīt prasmi dejot pāri un grupā, saskaņojot savas kustības ar partneri un kolektīvu.
7. Veidot izpratni par skatuves kultūru, uzstāšanās etiķeti, disciplīnu un atbildību.
8. Attīstīt radošumu, pašizpausmi, emocionālo atsaucību un spēju atklāt dejas raksturu kustībā.
9. Apgūt un pilnveidot dažādu latviešu skatuviskās tautas deju repertuāru atbilstoši izglītojamo vecumam un sagatavotības līmenim.
10. Veicināt izglītojamo sadarbības, komunikācijas un komandas darba prasmes.
11. Veidot pozitīvu attieksmi pret darbu, sekmējot neatlaidību, pacietību, pašdisciplīnu un atbildību par kopējo rezultātu.
12. Sagatavot izglītojamās dalībāi koncertos, deju skatēs, konkursos, festivālos un citos kultūras pasākumos.
13. Veicināt piederības izjūtu Latvijas kultūrai un interesi par latviešu tautas tradīciju saglabāšanu un pārmantošanu.
14. Nodrošināt iespēju izglītojamajiem pilnveidot savas dejas prasmes un radoši izpausties, atbilstoši savām spējām un individuālajai izaugsmei.

4. Programmas īstenošanas plāns:

Mērķauditorija: pirmsskolas audzēkņi, 1.-4.klases skolēni

Plānotais dalībnieku skaits: no 10-20

Programmas īstenošanas vieta: Salas sākumskola, Spuņciems

Programmas īstenošanai nepieciešamās darba stundas nedēļā: 2 nodarbības nedēļā (katrai vecuma grupai 1 nodarbība)

Programmas īstenošanas darba forma: interešu izglītības pulciņš

Programmas īstenošanas metodes:

- **Demonstrējuma metode** – pedagogs demonstrē dejas soļus, kustības, satvērienus un horeogrāfiskos zīmējumus, lai izglītojamie tos varētu kvalitatīvi apgūt.
- **Praktiskā darba metode** – dejas soļu, kustību, kombināciju un deju atkārtota praktiska izpilde.
- **Atkārtotā un nostiprināšanas metode** – regulāra apgūto kustību un deju elementu atkārtotā, lai veidotu kustību automatizāciju un precizitāti.
- **Individuālā darba metode** – darbs ar katru izglītojamo, ņemot vērā viņa individuālās spējas, sagatavotību un izaugsmes tempu.
- **Darbs pāros** – partnerības, sadarbības, kustību saskaņošanas un savstarpējās uzticēšanās attīstīšanai.
- **Darbs grupās un kolektīvā** – kopīgu deju elementu, zīmējumu un horeogrāfisko kompozīciju apguvei.
- **Vingrinājumu metode** – koordinācijas, līdzsvara, lokanības, stājas, ritma izjūtas un fiziskās izturības attīstīšanai.
- **Muzikāli ritmiskā metode** – ritma un muzikālās dzirdes attīstīšana, kustības saskaņojot ar mūzikas tempu, ritmu un raksturu.
- **Radošā metode** – izglītojamo radošās pašizpausmes, kustību interpretācijas un improvizācijas veicināšana.
- **Saruna un diskusija** – izpratnes veidošanai par latviešu tautas dejas tradīcijām, kultūras mantojumu, tautastērpu un Dziesmu un deju svētku tradīciju.

- **Vizuālā metode** – video, attēlu un citu vizuālo materiālu izmantošana deju un kultūras tradīciju izzināšanai.
- **Spēļu metode** – īpaši jaunāko izglītojamo uzmanības, ritma izjūtas, koordinācijas un sadarbības prasmju attīstīšanai.
- **Koncertdarbības un uzstāšanās metode** – apgūto prasmju nostiprināšana, piedaloties koncertos, skatēs, konkursos un citos kultūras pasākumos.
- **Refleksijas metode** – izglītojamo pašvērtējuma un izaugsmes veicināšana pēc nodarbībām, mēģinājumiem un uzstāšanās reizēm.

Programmas galvenie virzieni:

- **Latviešu skatuviskā tautas dejas apguve** – latviešu skatuviskā dejas pamatsoļu, kustību, satvērienu, deju kombināciju un horeogrāfisko zīmējumu apguve un pilnveide.
- **Dejas tehnikas un fizisko spēju attīstīšana** – ķermeņa stājas, koordinācijas, līdzsvara, lokanības, kustību precizitātes, ritma izjūtas un fiziskās izturības attīstīšana.
- **Muzikālā un ritmiskā audzināšana** – muzikālās dzirdes, ritma izjūtas un spējas kustības saskaņot ar mūzikas tempu, ritmu, raksturu un dinamiku attīstīšana.
- **Latviskā kultūras un tradīciju izzināšana** – izpratnes veidošana par latviešu tautas dejas izcelsmi, attīstību, tradīcijām, novadu kultūras daudzveidību, tautastērpu un Dziesmu un deju svētku tradīciju.
- **Sadarbība un kolektīva saliedēšana** – prasmes sadarboties pāri un grupā, ievērot partneri, saskaņot kustības ar citiem un uzņemties atbildību par kopējo rezultātu attīstīšana.
- **Radošā pašizpausme** – radošuma, emocionālās izpausmes, kustību plastikas un spējas interpretēt dejas raksturu attīstīšana.
- **Skatuves kultūra un uzstāšanās prasmes** – skatuves kultūras, disciplīnas, koncentrēšanās, pašpārliecinātības un prasmes uzstāties publikas priekšā pilnveidošana.
- **Repertuāra apguve un pilnveide** – vecumam un sagatavotības līmenim atbilstoša latviešu skatuviskā tautas dejas repertuāra apguve un kvalitatīva izpildījuma veidošana.
- **Dalība kultūras pasākumos** – izglītojamo sagatavošana un iesaistīšana koncertos, skatēs, konkursos, festivālos un citos kultūras pasākumos.
- **Personības izaugsme** – atbildības, pašdisciplīnas, neatlaidības, savstarpējās cieņas, piederības izjūtas un pozitīvas attieksmes pret darbu un Latvijas kultūras vērtībām veicināšana.

Programmas atgriezeniskā saite: apmeklējums, skolēnu pašvērtējums, koncerts, savu prasmju parādīšana dejā.

5. Programmas īstenošanas sasniedzamie rezultāti

1. Apgūst un izpilda latviešu skatuviskā dejas pamatsoļus, kustības, satvērienus un deju kombinācijas;
2. Attīsta ritma izjūtu, koordināciju, līdzsvaru, lokanību, stāju un fizisko izturību;
3. Prot saskaņot kustības ar mūziku un orientēties horeogrāfiskajos zīmējumos;
4. Prot sadarboties pāri un kolektīvā, ievērojot disciplīnu un atbildību;
5. Attīsta radošo pašizpausmi, skatuves kultūru un uzstāšanās prasmes;

6. Izprot latviešu skatuviskā dejas nozīmi Latvijas kultūrā un Dziesmu un deju svētku tradīcijā;
7. Apgūto repertuāru spēj kvalitatīvi demonstrēt koncertos, skatēs, konkursos un citos kultūras pasākumos;
8. Veido pozitīvu attieksmi pret latviešu kultūras vērtībām, tradīcijām un to saglabāšanu.

6. Programmas īstenošanai nepieciešamie resursi

N.p.k.	Resursi	*Esošie resursi	*Plānotie resursi	2025./2026. m.g. Finansējums EUR	2026./2027. m.g. Finansējums EUR	2027./2028. m.g. finansējums EUR
1.	Klašu telpa	x				
2.	Tāfele, projektors, dators	x				
3.	Kopējamais papīrs	x				
4.	Tinte printēšanai, kopēšanai	x				
5.	Datori	x				
6.	Interaktīvie materiāli	x				
7.	Uzskates materiāli (lupas, kartes, globusi, spēles, plakāti, mērtrauki, sensori u.c.)	x				
8.	Autobusa īre izbraukuma nodarbībām 2 x		x	400	400	400
9.	Cilvēkresursi Atalgojums pedagogam pēc spēkā esošajiem noteikumiem par pedagoga darba samaksu un saskaņoto tariflikāciju	x				
10.	Materiāli nodarbībām		x	400	400	400
	Kopējais finansējums			800	800	800

7. Programmas tematiskais plānojums

- Nodarbības tiek organizētas 1 reizi nedēļā, vienā dienā nodrošinot nodarbības 2 grupām, katrai grupai paredzot 1 stundu.
- Nodarbību biežums: 1 reizi nedēļā
- Grupu skaits: 2 grupas
- Vienas nodarbības ilgums: 1 stunda
- Kopējais nodarbību skaits mācību gadā: 44 nodarbības katrai grupai
- Kopējais nodarbību stundu skaits: 44 stundas katrai grupai

N.p.k.	Tēmas nosaukums	Nod. skaits
1.	Ievads dejā	2
2.	Dejas pamatsoļi - Latviešu skatuviskās dejas pamatsoļi un to savienojumi	10
3.	Dejas tehnika - Koordinācija, līdzsvars, lokanība, kustību precizitāte	4
4.	Darbs pāri un grupā	4
5.	Rotaļas - Latviešu rotaļas, rotaļdejas, ritma un sadarbības attīstīšana	4
6.	Repertuāru apguve - Vecumam atbilstošu latviešu skatuvisko deju apguve un pilnveide	12
7.	Vispārattīstošie un stiepšanās vingrinājumi - Lokanības, spēka, līdzsvara, koordinācijas un fiziskās sagatavotības attīstīšana.	8

Programmu sagatavoja Ligija Cīrule