



**PIENS UN AUGĻI
MANI DRAUGI!**



Radošo darbu konkursa “Mana veselīgā ēdienkarte”

NOLIKUMS

Radošo darbu konkursu “Mana veselīgā ēdienkarte” organizē Lauku atbalsta dienests sadarbībā ar nodibinājumu “Ventspils Augsto tehnoloģiju parks”, un tas tiek finansēts no Eiropas Lauksaimniecības garantiju fonda un valsts finanšu līdzekļiem.

1. Pamatinformācija

Konkursa mērķis ir radošu un izglītojošu aktivitāšu veidā sākumskolas (1.-4. klašu) izglītojamajiem sniegt informāciju par piena un augļu nozīmi veselīgā uzturā, to pozitīvo ietekmi uz veselību un labsajūtu, kā arī veicināt veselīgu paradumu ieviešanu un nostiprināšanu jau bērnībā.

Radošo darbu konkurss “Mana veselīgā ēdienkarte” izglīto bērnus un jauniešus par veselīgu dzīvesveidu, uztura un fizisko aktivitāšu nozīmi, vienlaikus veicinot radošumu un iztēli. Konkurss sniedz iespēju izglītojamajiem paust savu redzējumu par veselības jautājumiem caur mākslu un radošumu.

Konkurss “Mana veselīgā ēdienkarte” ne tikai iepazīstina ar veselīga uztura principiem, bet arī veicina prasmes plānot un gatavot ēdienus. Lai komandas iegūtu papildu idejas un iedvesmu darba izstrādē, tām būs iespēja tiešsaistē tikties ar mentoru, kurš sniegs izglītojošu informāciju par uzturvielām (ogļhidrāti, proteīni, tauki, vitamīni, minerālvielas), to nozīmi un avotiem.

Konkursa dalībniekiem būs iespēja uzdot interesējošos jautājumus organizatoriem.

2. Dalībnieki

Konkursa dalībnieki ir Latvijas vispārīzglītojošo skolu 1.- 4. klašu skolēni. Konkursā piedalās visa klase kopā.

3. Konkursa uzdevums un prasības

3.1. Vienas klases ietvaros izveidot radošo darbu/projektu (zīmējumu kopumu, kolāžu, fotokolāžu, komiksu u.c. vizuālo darbu dažādos formātos) par tēmu “Mana veselīgā ēdienkarte”.

3.2. Radošā darba/projekta tematam jābūt saistītam ar veselīgu uzturu. Konkursa dalībnieki var brīvi izvēlēties, kā atspoguļot šo tematu. (piemēram, radot tematiskās ēdienkartes par krāsu daudzveidību uzturā, pasaules garšām, sezonālajiem produktiem u.tml.)

4. Konkursa norise

Pieteikšanās konkursam notiek, aizpildot elektronisko anketu (<https://forms.gle/SnNJU9GPkrLymU568>) līdz 2024. gada 22. aprīlim.

Radošie darbi iesniedzami līdz 30. aprīlim (ieskaitot), nosūtot uz e-pastu konkurss@vatp.lv vai nogādājot klātienē nodibinājumā "Ventspils Augsto tehnoloģiju parks" (adrese: Ventspils Augsto tehnoloģiju parks 1, Ventspils, LV-3602), par piegādes laiku iepriekš vienojoties, rakstot uz iepriekšminēto e-pastu vai zvanot pa tālruni +371 22307039.

Gan nosūtot radošo darbu elektroniski, gan piegādājot to klātienē, tam pievienojama norāde Konkurs "Mana veselīgā ēdienkarte" un šāda informācija:

- izglītības iestādes nosaukums;
- klase un komandas nosaukums;
- klases audzinātāja vārds, uzvārds un kontaktinformācija.

Konkursa norises laikā tiks organizēti 2 atbalsta vebināri, kuros būs gan iespējams uzzināt nodēriģu informāciju par veselīgu uzturu un tā nozīmi, gan uzdot jautājumus konkursa organizatoriem. Vebināru norises laiki tiks publicēti tīmekļa vietnē www.piensaugliskolai.lv konkursa sadaļā, nosūtīti uz dalībnieku e-pastiem, kā arī publicēti "Piens un augļi" sociālo tīklu kontos.

5. Darbu vērtēšanas kritēriji

Laika posmā no 2024. gada 1. līdz 3. maijam konkursā iesniegtos darbus vērtēs žūrijas komisija.

Konkursa iesniegtie darbi tiks vērtēti, piešķirot punktus pēc šādiem kritērijiem:

- Darba atbilstība un aktualitāte izvirzītajai tēmai. (maksimālais punktu skaits – 3).
- Darba izstrādāts ar radošu pieeju tā veikšanai, kā arī vizuālajam noformējumam. (maksimālais punktu skaits - 3 punkti).
- Darbs sniedz izglītojošu vēstījumu un popularizē veselīgu uzturu, īpaši piena un augļu nozīmi ikdienas uzturā (maksimālais punktu skaits - 3 punkti).
- Veiktais uzdevums atbilst šī nolikuma prasībām. (maksimālais punktu skaits - 3 punkti).

Punkti par katru kritēriju tiek definēti šādi:

- 0 punkti – neatbilst;
- 1 punkti – izpildīts minimums;
- 2 punkti – daļēji atbilst;
- 3 punkti – pilnībā atbilst.

Maksimālais iespējamais punktu skaits: 12 punkti

6. Konkursa balvu fonds un balvu ieguvēji

6.1. Veicināšanas balvas. Katra klase un katra skola, kuras klase/-s piedalījies/-ušās konkursā, saņems digitālo diplomu, kas tiks nosūtīts uz pieteikumā norādīto e-pasta adresi.

6.2. Balvas 1., 2. un 3. vietas ieguvējiem tiks piešķirtas divās klašu grupās:

- 1. un 2. klases;
- 3. un 4. klases.

1.vietas ieguvēji saņems galveno balvu - ieejas biļetes uz kādu atpūtas/izklaides vietu visai klasei atkarībā no reģiona, kurā balvas ieguvēji atrodas un apmaksātu autobusu, lai nokļūtu izklaides/atpūtas vietā:

- Vidzemes reģions – [Piena Upe](#);
- Zemgales reģions – [Zemnieku saimniecība “Rudeņi”](#) vai [Mini Zoo “Lauku sēta”](#);
- Kurzemes reģions – [Strausu ferma “Nomnieki”](#);
- Latgale reģions – [Zemnieku saimniecība “Purmalas”](#).

2.vietas ieguvējiem tiks nodrošinātas 5 (piecas) galda spēles, kuras balvas ieguvēji varēs izvēlēties no piedāvātā galda spēļu klāsta.

3.vietas ieguvējiem tiks nodrošinātas 3 (trīs) galda spēles, kuras balvas ieguvēji varēs izvēlēties no piedāvātā galda spēļu klāsta.

6.3. **Simpātiju balva** vienai klasei neatkarīgi no klašu kategorijas tiks noteikta pēc publiskā balsojuma “Piens un augļi” sociālo mediju platformā *Facebook*. Simpātiju balvas ieguvēji saņems personalizētas (ar skolēnu vārdiem un programmas “Piens un augļi skolai” logo apdrukātas) ūdens pudeles.

7. Konkursa rezultāti

Konkursa rezultāti tiks publicēti [“Piens un augļi skolai” tīmekļa vietnē](#), kā arī sociālo tīklu kontos *Instagram* un *Facebook*. Rezultāti tiks paziņoti visām konkursā reģistrētajām klasēm, izmantojot pieteikumā norādīto kontaktinformāciju.

Konkursa ietvaros iesniegtie darbi tiks izvietoti virtuālajā galerijā programmas [“Piens un augļi skolai” tīmekļa vietnē](#), kur ikviens interesents varēs iepazīties ar bērnu radītajiem darbiem.

Konkursā iesniegtie darbi tiks izmantoti publicitātes nolūkos, kā arī publicēti un nodoti vērtēšanai sociālo mediju platformā *Facebook*, lai noskaidrotu simpātiju balvas ieguvējus.



Līdzfinansē
Eiropas Savienība



Nacionālais
attīstības plāns



Zemkopības ministrija



Lauku atbalsta dienests