



BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU PASĀKUMU ORGANIZĒŠANĀS ROKASGRĀMATA

Līdzfinansē
Eiropas Savienības programma
"Erasmus+"



SATURS

1. IEVADS	3
2. PAMATINFORMĀCIJA	5
3. BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU MODELIS	8
4. METODISKĀS VADLĪNIJAS PLUDMALES SPĒĻU ORGANIZĒŠANAI	20
5. DALĪBNIEKU MEKLĒŠANA UN IESAISTĪŠANA	30
6. KOMUNIKĀCIJA UN MĀRKETINGŠ	32
7. MONITORINGS (ATSAUKSMES UN VĒRTĒŠANA)	38
8. LĪDZEKĻU PIESAISTĪŠANA	40
9. IETEIKUMI UN NOSLĒGUMA PIEZĪMES	41
10. BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU PIEMĒRS PILSĒTVIDĒ PLUDMALĒ PIE UPES RĪGĀ, LATVIJĀ	42
11. BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU PIEMĒRS DABISKĀ OKEĀNA PLUDMALĒ PORTIMAO, PORTUGĀLĒ	56

1. IEVADS

BeActive Pludmales spēles (turpmāk tekstā arī – “Spēles”) ir unikāls sporta pasākumu koncepts, kas izstrādāts, lai popularizētu fiziskās aktivitātes un sportu pludmalē un uz ūdens, un kura mērķis ir iesaistīt ģimenes visās paaudzēs un visdažādākās iedzīvotāju grupas, aicinot nodarboties ar sportu un veicinot sociālo iekļaušanos, ilgtspējību un veselīgu dzīvesveidu. BeActive Pludmales spēļu pasākumu organizēšanas rokasgrāmata sniedz soli pa solim izpildāmus norādījumus dažādos pasākuma organizatoriskajos posmos, un tie ir: plānošana, koordinēšana, izziņošana, īstenošana un monitorings (atsauksmes un novērtēšana).

Pludmales spēļu ideja ir izstrādāta, reaģējot uz vairākiem izaicinājumiem, ar kuriem mūsu sabiedrība saskaras pēdējo dekāžu laikā. Mazkustīgs dzīvesveids tiešām ir saistīts ar pakāpenisku vairāku neinfekcijas slimību izplatības pieaugumu. Mazkustīgs dzīvesveids ir kļuvis par pandēmiju,¹ un arī Eiropa nav izņēmums.² Gandrīz puse eiropiešu nekad nevingro vai nesporto, un pēdējos gados sportiski neaktīvo iedzīvotāju skaits Eiropā ir pakāpeniski palielinājies.³

Lieko svaru un aptaukošanos, kas kļūst par nāves cēloni 5% gadījumu visā pasaulē, uzskata par galvenajiem neinfekcijas slimību, piemēram, vēža, diabēta, sirds un asinsvadu un elpceļu slimību veicinātājiem. Šo slimību pacientu skaits kopš 1980. gada ir vairāk nekā divkāršojies, un šodien tā ir viena no visbiežāk sastopamajām modernās sabiedrības veselības problēmām. Šo tendenču galvenie iemesli ir mainīga diēta un arvien mazkustīgāks dzīvesveids, kas ietekmē visas iedzīvotāju grupas. Pierādījumi liecina, ka, palielinoties mazkustīgumam, bērnu fiziskās sagatavotības līmenis vasaras brīvdienās samazinās līdz 80%⁴ un šiem datiem ir cieša saistība ar Pludmales spēļu modeli.

Papildus tiešai ietekmei uz dzīves ilgumu un veselīgu dzīvi, nemainīgi zems fiziskās aktivitātes līmenis negatīvi ietekmē arī cilvēka veselību un labklājību, radot ekonomiskās izmaksas, piemēram, pieaug veselības aprūpes izdevumi, samazinās nodarbinātības spēja un produktivitāte. Šajā sakarā ir zināms, ka fiziskā neaktivitāte Eiropai izmaksā līdz pat 80 miljardiem EUR gadā⁵.

Lai risinātu šo mazkustīguma krīzi, Pludmales spēļu mērķis un centieni ir veicināt visu iedzīvotāju grupu nodarbošanos ar fiziskajām aktivitātēm un sportu pludmalē gan dabiskā, gan mākslīgā vidē. Turklāt Pludmales spēles veicina mazāk redzamu, mazāk aktīvu un sociāli neaizsargātu sabiedrības grupu iesaistīšanos.



1 Update on the global pandemic of physical inactivity, Andersen et al., 2016

2 Special Eurobarometer 472, Sport and Physical Activity Report, Eiropas Komisija, (2018)

3 Special Eurobarometer 472, Sport and Physical Activity Report, Eiropas Komisija, (2018)

4 The feasibility, scalability and outcomes of cardiorespiratory fitness testing in primary school children, Domone et al., 2016

5 The economic cost of physical inactivity in Europe, ISCA un CEBR, 2015

BeActive Pludmales spēļu organizēšanas rokasgrāmata (turpmāk tekstā arī – “Rokasgrāmata”) ir sniegtas metodiskas vadlīnijas veiksmīga Pludmales spēļu pasākuma organizēšanai. Rokasgrāmata ir paredzēta potenciālajiem organizatoriem vai ieinteresētajām personām, piemēram, sporta organizācijām, pašvaldībām, vietējām un reģionālajām iestādēm un citām iestādēm valsts un starptautiskā līmenī. Rokasgrāmata ir sniegti arī ieteikumi un labās prakses piemēri, tostarp rekomendācijas pēc divu starptautisku Pludmales spēļu pasākumu organizēšanas:

1. Pilsētvidē – Rīgā, Latvijā, 2019. gada 17.-18. augustā;
2. Dabiskā okeāna pludmalē – Portimao, Portugālē, 2019. gada 7.-8. septembrī.



Rokasgrāmata ir izstrādāta Erasmus+ projekta “Pludmales spēles kā instruments fizisko un sporta aktivitāšu veicināšanai pludmalē (BeActive Pludmales spēles)” ietvaros. Tā tika sagatavota, sadarbojoties sporta organizācijām no septiņām valstīm, pārstāvēt dažādas kompetences jomas. Projekta gaitā tika izstrādāts BeActive Pludmales spēļu modelis – sporta pasākums, kas veicina aktīvu un veselīgu dzīvesveidu, piedaloties fiziskās un sporta aktivitātēs pludmalē, veicinot sociālo iekļaušanu, ilgtspējīgu attīstību un daudz kultūru sadarbību.

Modelis veicina dažādu grupu, piemēram, ģimeņu ar bērniem, jauniešu, pieaugušo un pensionāru ar atšķirīgu sociālekonomisko izcelsmi, personu ar invaliditāti un citu neaizsargātu sabiedrības grupu, piemēram, riskam pakļautu pusaudžu un imigrantu, iesaistīšanu.

Tas izmanto pludmales vidi, piedāvājot plašu sporta nodarbību un fizisko aktivitāšu klāstu, ko var praktizēt smiltīs un ūdenī, un var īstenot arī citos apstākļos, piemēram, mākslīgās smilšu pludmalēs, pilsētvidē, upēs, ezeros, peldbaseinos utt.

Papildus šai Rokasgrāmatai projekta partneri izstrādāja arī citus palīgmateriālus:

1. Fizisko aktivitāšu rokasgrāmatu sporta pasākumu un aktivitāšu organizēšanai pludmalē, kuru veido īsi reklāmas videoklipi un praktiskas vadlīnijas par konkrētiem sporta veidiem un fiziskām aktivitātēm, kuras pludmalē var praktizēt ikviens neatkarīgi no vecuma, veselības stāvokļa, fiziskajām spējām vai prasmēm;
2. BeActive Pludmales spēļu politikas aprakstu, kas paredzēts reģionālām, nacionālām un starptautiskām ieinteresētajām personām, lai atbalstītu Pludmales spēļu organizēšanu visā Eiropā.

Visi materiāli, video un attēli ir pieejami projekta tīmekļa vietnē

www.beactivebeachgames.com



2. PAMATINFORMĀCIJA

MAZKUSTĪGUMS

2017. gada septembrī Eiropas Komisija atjaunoja aicinājumu visām ieinteresētajām personām no dažādām nozarēm veicināt eiropiešu veselīgu dzīvesveidu ar sporta, pārtikas, inovāciju vai pētniecības palīdzību visās Eiropas Savienības (ES) dalībvalstīs, izsludinot Tartu aicinājumu uz veselīgu dzīvesveidu.⁶ Tāpat 2017. gadā Eiropabarometra apsekojumā par sportu un fiziskām aktivitātēm tika konstatēts, ka aptuveni 60% eiropiešu nevingro vai nesporto vismaz vienu reizi nedēļā. Salīdzinot ar iepriekšējo aptauju 2014. gadā, tas liecina par negatīvu tendenci – no 42% uz 46%.

Šī tendence rada bērnu aptaukošanās pieaugumu un sliktus veselības apstākļus mazāk privilģētajā sabiedrības daļā. Tā rezultātā samazinās iedzīvotāju fiziskā aktivitāte, un eiropieši mazāk nodarbojas

“Sports ir daļa no katra vīrieša un sievietes mantojuma, un fizisko aktivitāšu trūkumu nav iespējams kompensēt” – Pjērs de Kubertēns (Franču pedagogs un vēsturnieks, mūsdienu olimpisko spēļu organizēšanas iniciators).

ar sportu, kas savukārt negatīvi ietekmē veselīgāka dzīvesveida izvēles. No otras puses, liekais svars, aptaukošanās un vairākas hroniskas saslimšanas, piemēram, sirds un asinsvadu slimības un diabēts samazina dzīves kvalitāti, pakļauj veselības budžetu un valstu ekonomiku arvien lielākam riskam.⁷ Nodarbošanās ar sportu un fiziskās aktivitātes ir jāveicina jau no agras bērnības, visos vecumposmos, lai tās kļūtu par ikviena ikdienas neatņemamu sastāvdaļu.

SPORTA AKTIVITĀTES

Sports ir arvien pieaugošs sociāls, kultūras un ekonomiskas fenomēns, kas sniedz nozīmīgu ieguldījumu sociālā modeļa attīstībā, kura mērķis ir uzlabot iedzīvotāju dzīves un darba apstākļus ilgtspējīgā, atbalstošā, plaukstošā un mierpilnā veidā. Sporta aktivitātes ir saistītas ar būtiskām vērtībām, piemēram, komandas garu, solidaritāti, toleranci, sadarbību, transcendenci un godīgu spēli, veicinot personīgo attīstību un piepildījumu. Sports arī veicina ES pilsoņu aktīvu ieguldījumu sabiedrībā un tādējādi palīdz veicināt aktīvu pilsonisko līdzdalību.

Ir pierādīts, ka no dažādām vidēm nākušu cilvēku stratēģiska integrācija kopīgos kopienas projektos liek indivīdiem un grupām censties vairāk, bet līdzdalība tiek raksturota kā “kopienas dzīves dzinējspēks”. Austrālijas Statistikas birojs



⁶ Tartu Call for a Healthy Lifestyle, Eiropas Komisija, 2017

⁷ Preventing chronic diseases: a vital investment, PVO, 2005

norāda, ka dalība sporta un kultūras pasākumos var nodrošināt indivīdiem un iedzīvotāju grupām kopības, piederības un atbalsta sajūtu sadarbības laikā.⁸

Dalībastarpkopienų sporta pasākumos var būt sākumpunkts, lai nostiprinātu kopienas saites un vienotību, kas ir svarīgi sociālajai saliedētībai un iekļaušanai. "Sports visiem" jeb tautas sports ļauj kopienai iesaistīt pasākumos dažādas sabiedrības grupas, neizvirzot uz konkrētiem rezultātiem vērstus mērķus un veicinot dalību veselību uzlabojošās sporta nodarbībās un fiziskās aktivitātēs. Tautas sportam var būt arī būtiska loma, veicinot neformālo mācīšanos un daudzprofilu prasmju attīstību, piemēram, vadību, komandas darbu un problēmu risināšanu, un tas ir saistīts ar milzīgu ekonomisko ietekmi vietējās kopienās, jo 60% eiropiešu nodarbojas ar sportu un aptuveni 60 miljoni Eiropas iedzīvotāju ir sporta klubu biedri.⁹

Tautas sports ir organizēts vai neorganizēts fiziska brīvā laika pavadīšanas veids, kuru regulāri praktizē neprofesionālā līmenī veselības nostiprināšanas, izglītošanās vai sociāliem mērķiem.

BEACTIVE PLUDMALES SPĒLES

Eiropa ir labi pazīstama ar krāšņām dabiskām pludmalēm, kas stiepjas tūkstošiem kilometru Grieķijā, Itālijā, Spānijā, Portugālē, Francijā, Horvātijā, Latvijā, Igaunijā utt. Sākoties vasarai, daudzās Eiropas pilsētās, piemēram, Parīzē, Briselē, Berlīnē, Amsterdamā, Londonā, Kopenhāgenā vai Rīgā, arī pilsētvidē tiek veidotas mākslīgās pludmales, pārveidojot upju, ezeru vai kanālu krastus. Veicot nelielus pielāgojumus un bez īpašiem ieguldījumiem, katru vidi var izmantot sporta nodarbībām. Līdz ar to ir jāatrod jauni veidi, kā palielināt cilvēku vispārējo dalību fiziskajās aktivitātēs, lai veicinātu aktīvāku dzīvesveidu, izmantojot dažādas vides, jo īpaši tās, kas ļauj atpūsties pie ūdens neatkarīgi no vecuma, sociālekonomiskā stāvokļa un fiziskajām spējām.

Pludmales sporta pasākumi piedāvā dažādas iespējas visām vecuma grupām piedalīties fiziskās aktivitātēs ūdenī un smiltīs, kas samazina muskuļu un kaulu ievainojumu risku. Piemēram, pludmales teniss Itālijā aizsākās kā pludmales sporta veids, kurā gados vecākie cilvēki meklēja vieglākus un mazāk apgrūtinājošus veidus, kā pavadīt laiku pludmalē un kā alternatīvu pludmales volejbolam. Tāpat pludmales futbols ir kļuvis par populāru brīvā laika pavadīšanas veidu Brazīlijas pludmalēs.

Āzijas Pludmales spēles ir kļuvušas par konkurētspējīgu pludmales sporta un spēļu modeli. Šis strukturētais sporta pasākums ar labiem panākumiem notiek jau vairākus gadus, tostarp piedāvājot dažādus jaunus un interesantus sporta veidus, kas nāk no dažādo dalībvalstu kultūrām.

Runājot par infrastruktūru – lai gan daudziem olimpiskajiem sporta veidiem ir nepieciešami lieli ieguldījumi, kas nav pieejami visām valstīm attiecīgo resursu trūkuma dēļ, pludmales sporta veidi ir lētāki un pieejamāki. Tāpēc pludmales sporta veidi kļūst arvien populārāki visā pasaulē, un 2019. gada oktobrī Kataras pludmalē tika organizētas pirmās ANOC Pasaules pludmales spēles, pārbaudot daudzus jaunus sporta veidus un bruģējot to ceļu uz olimpiskajām spēlēm.

No otras puses, pašreizējās BeActive Pludmales spēļu modeļa vadlīnijas var palīdzēt kopienām iesaistīties sporta un fiziskajās aktivitātēs pludmalē, veicinot dažādu sabiedrības grupu dalību sportā. Tās tika izstrādātas, reaģējot uz Eiropas Komisijas vispārējo politiku, kuras mērķis ir palielināt dalībnieku skaitu sportā un fiziskajās aktivitātēs ES, un kas tiek īstenota kā daļa no Eiropas Sporta nedēļas iniciatīvas.

⁸ Austrālijas Statistikas birojs, 2001

⁹ "Grassroots Sport – Shaping Europe". High Level Group on Grassroots Sport. Report to Commissioner Tibor Navracsics, 2016, ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy_documents/hlg-grassroots-final_en.pdf

Eiropas Sporta nedēļas mērķis ir veicināt sportu un fiziskās aktivitātes visā Eiropā, radīt jaunas aktivitātes un balstīties uz jau esošām veiksmīgām iniciatīvām Eiropas, valsts, reģionālā vai vietējā kontekstā. Eiropas Sporta nedēļa ir paredzēta ikvienam, neatkarīgi no vecuma, izcelsmes vai fiziskās sagatavotības līmeņa. Koncentrējoties uz tautas sporta iniciatīvām, tā cenšas iedvesmot eiropiešus regulāri būt aktīviem jeb #BeActive un radīt iespējas cilvēkiem vingrot katru dienu.¹⁰

¹⁰ European Week of Sport, European Commission, 2020
ec.europa.eu/sport/week_en



3. BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU MODELIS

VĪZIJA

BeActive Pludmales spēles ir pasākums, kura moto ir “sports visiem” un kas apvieno visas iedzīvotāju grupas, tādējādi paaugstinot sportošanas un aktīvas atpūtas sociālo vērtību un uzlabojot dzīves kvalitāti, veselību un kopienas un iedzīvotāju vispārējo labklājību, kā arī informē sabiedrību par sporta sociālo vērtību, vienlaikus nosakot ilgtspējīgus attīstības mērķus.

MISIJA

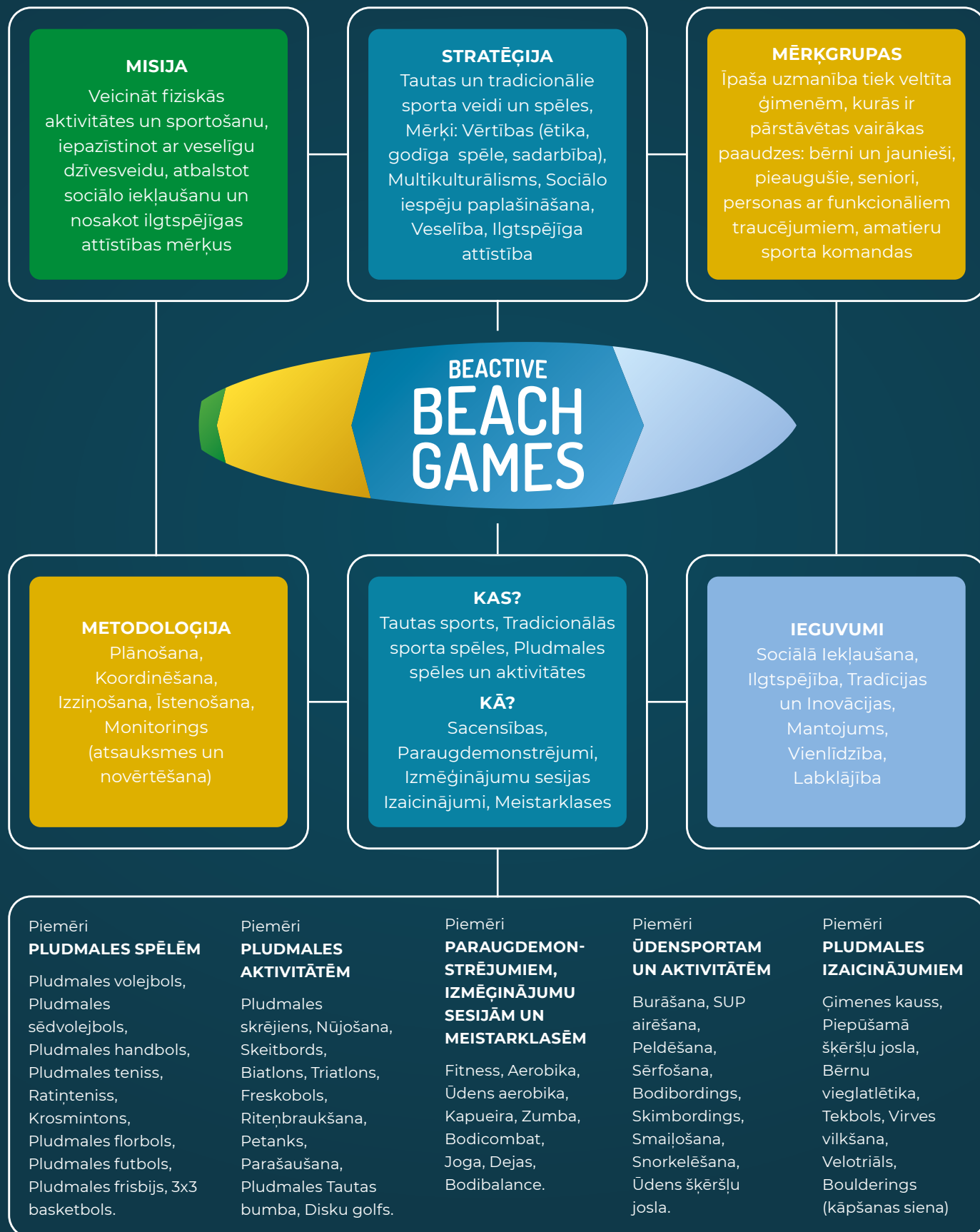
BeActive Pludmales spēles ir unikāls sporta pasākumu koncepts, kas popularizē fiziskās aktivitātes un sportu pludmalē un pie ūdeņiem. Balstoties uz pieeju “sports visiem”, mūsu mērķis ir iesaistīt arvien vairāk dalībnieku no visdažādākajām iedzīvotāju grupām, aicinot nodarboties ar tautas sportu un fiziskām aktivitātēm un līdz ar to veicinot sociālo iekļaušanos, ilgtspējību un veselīgu dzīvesveidu. Šis modelis pozicionē pludmales un piekrastes zonas ne tikai kā atpūtas un laiskas sauļošanās vietas kopā ar ģimeni vai draugiem, bet aicina palūkoties uz tām fizisko aktivitāšu un sporta nodarbību kontekstā. Tādējādi tradicionālajām vērtībām tiek pievienoti jauni aspekti – sadarbība, iekļaušana, piedzīvojumi un jautrība, paralēli koncentrējoties uz ilgtspējību, kas tostarp nozīmē rūpes par dabu un tās aizsargāšanu.

BeActive Pludmales spēļu galvenais mērķis ir iesaistīt ģimenes visās paaudzēs – bērnus, vecākus un vecvecākus –, piedāvājot nodarboties ar dažādiem tautas sporta veidiem tā vietā, lai vienkārši gulšņātu pludmalē. Pludmales spēles arī aicina piedalīties cilvēkus no atšķirīgām sociālajām un ekonomiskajām vidēm, kā arī pievērst īpašu uzmanību specifiskām iedzīvotāju grupām, piemēram, riskam pakļautiem pusaudžiem, imigrantiem un citām grupām.

Modelis tika izstrādāts tā, lai tas būtu elastīgs un viegli īstenojams dažādās vietās un apstākļos atkarībā no vietējo pasākumu organizētāju un ieinteresēto personu vajadzībām un mērķiem.



BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU MODELIS



STRATĒGIJA

BeActive Pludmales spēles ir iniciatīva, kuras moto ir “sports visiem” un kas ir balstīta uz četrām galvenajām stratēģijām:

1. Maksimāli palielināt sabiedrības iesaistīšanos (līdzdalību) tautas sportā un fiziski aktīvā atpūtā;
2. Atzīt un veicināt sporta un fizisko aktivitāšu labvēlīgo ietekmi uz veselību, izglītību un sabiedrību kopumā, ņemot vērā ilgtspējīgas attīstības perspektīvu;
3. Palielināt sporta spēju nodrošināt vienlīdzīgas iespējas, veicinot visu iedzīvotāju grupu iekļaušanu;
4. Maksimāli palielināt dabas infrastruktūras un resursu izmantošanu.

TAUTAS SPORTS UN TRADICIONĀLIE SPORTA VEIDI UN SPĒLES

Tautas sportam un tradicionālajiem sporta veidiem un spēlēm ir milzīgs potenciāls motivēt, iedvesmot un attīstīt identitātes un kopienas piederības izjūtu, sasaistot dažādas paaudzes vienotā sociālajā un kultūras vidē. Tradicionālie sporta veidi un spēles ir noteicošie faktori, kas veicina līdzdalību un popularizē tādas vērtības kā sadarbība, iekļaušana, daudzveidība, solidaritāte, izpratne par kultūru un miers. Skaidri mērķi, konstruktīvas vērtības, jēgpilnas aktivitātes un atbalsta metodoloģija Pludmales spēļu organizēšanai veicina kopienas izjūtu un tādējādi palīdz īstenot Pludmales spēļu vīziju un misiju.



VĒRTĪBAS

BeActive Pludmales spēļu modelis ir balstīts uz šādiem būtiskiem principiem: ilgtspējība, vienlīdzība, iekļaušana, godīga spēle un multikulturālisms. Turklāt dalība sporta un fiziskajās aktivitātēs ļauj iedzīvotājiem apzināties vairākas citas vērtības, piemēram, ētiku, godprātību, rūpes, cieņu un atbildību. Turklāt komandas sports un aktivitātes pilnveido arī citas indivīda īpašības, piemēram, spēju izvirzīt mērķus, koncentrēšanos, pašdisciplīnu, spēju ievērot noteikumus, sadarboties, respektēt citus un vidi, prasmi svinēt uzvaru un samierināties ar zaudējumu un tādējādi iepazīt panākumus un neveiksmes.

Katram indivīdam ģimene un izglītība ir vērtību apgūšanas un apvienošanas centrs, tāpēc BeActive Pludmales spēlēs īpaša uzmanība tiek pievērsta ģimeņu iesaistīšanai. Vērtības, kas iepazītas, bērnībā nodarbojoties ar sportu, atstāj milzīgu iespaidu uz personību un ietekmē pieaugušā vecumā izdarītas izvēles un dzīvesveidu.

ĒTIKA

Par ētiku sportā ir diskutēts visaugstākajā līmenī, iesaistot elites sportistus un organizācijas. Diemžēl šīs diskusijas ir saistītas ar sarunātiem spēļu rezultātiem un dopinga. Tautas sporta līmenī ir jāveicina godprātīgs sports, un BeActive Pludmales spēles var izmantot kā platformu tādu jautājumu risināšanai, kas saistīti ar dopinga profilaksi, vienošanos par spēļu rezultātiem un citiem draudiem godprātīgam sportam. Piedāvātais modelis analizē riska faktorus un plāno veicamos pasākumus to mazināšanai. Neskatoties uz to, Pludmales spēlēs ir svarīgi vietējā līmenī informēt dalībniekus par to, kur iegūt sīkāku informāciju par šiem jautājumiem un kā uzzināt vairāk, un izplatīt šo informāciju, veicinot izpratni par šīm tēmām. Tāpat dalībnieki ir jāinformē par iespējām ziņot par konstatētu aizdomīgu rīcību. Tā ir lieliska iespēja izglītēt iedzīvotājus, izmantojot šo ikvienam pieejamo sporta pasākumu kā platformu.

GODĪGA SPĒLE

BeActive Pludmales spēles veicina godīgu spēli un cieņu pret citiem. Šajā modeli izmantotās sporta aktivitātes, kurās tiek iesaistītas ģimeņu visas paaudzes, ir svarīgs faktors godīgas spēles un cieņas vairošanai un ģimenes locekļu personīgās un sociālās attīstības atbalstīšanai. Ģimenes iesaistīšanās var parādīt godīgu spēli ar uzskatāmiem piemēriem, jo vecāki var iemācīt bērniem neizmantojot nelabvēlīgā situācijā nonākušu vai ievainotu pretinieku vai to, kā ievērot noteikumus. Tādējādi tiek radīta pozitīva sociālā vide starp visiem pasākuma dalībniekiem, demonstrējot sociāli labvēlīgas uzvedības piemērus saskarsmē ar pārējiem dalībniekiem un skatītājiem.

SADARBĪBA

Ja sacensībās vai spēlēs piedalās visa ģimene, tā ir lieliska iespēja apliecināt ģimenes locekļu spēju darboties vienoti kopīga mērķa sasniegšanai. Šim faktam var būt liela ietekme uz sabiedrību, atsevišķiem dalībniekiem un citām amatieru komandām, stiprinot tautas sporta pamatvērtības, uzsverot saziņas nozīmi starp vienaudžiem un dažādām paaudzēm un mācot, ka fiziskās aktivitātes ne tikai uzlabo veselību un labklājību, bet var būt arī nozīmīgs faktors sociālo prasmju attīstīšanai. Šajā ziņā Eiropa ir kļuvusi multikulturāla, tāpēc BeActive Pludmales spēles pievērš lielu uzmanību tautas sporta diplomātijai. Pludmales spēļu modelis ietvēra Ģimeņu Kausu, iesaistot ģimenes no piecām valstīm, kas piedalījās abos pasākumos. Šie abi pirmie pasākumi apliecināja, ka modeļa stiprā puse ir spēja veidot saikni un attiecības starp cilvēkiem, balstoties uz ideju un tradīciju apmaiņu, sadarbojoties un esot iecietīgiem.

MULTIKULTURĀLISMS

Eiropas valstu nacionālās sporta politikas kontekstā vai pašvaldību sporta attīstības politikā BeActive Pludmales spēļu modelis nodrošina lielisku platformu sporta un fizisko aktivitāšu integrēšanai kopīgi rīkotos pasākumos. Tas ir kā jauns sporta politikas virziens, kas konkurējošos priekšstatos par tradīciju, nacionālo identitāti un pilsonības integrāciju un asimilāciju koncentrējas uz minoritātēm. Tomēr BeActive Pludmales spēlēs arī minoritāšu pārstāvju iekļaušana rada vēl vairāk šķēršļu dalībai. Sporta attīstības politikai par prioritāti jānosaka etniskās minoritātes, maznodrošinātie, sociāli nelabvēlīgās un riska grupas, kā arī ģimenes ar cilvēkiem ar funkcionālātes traucējumiem. Šajā ziņā BeActive Pludmales spēļu modelis ietver ģimenes un vietējos iedzīvotājus no visām iedzīvotāju grupām, veicinot starpkultūru izpratni un savstarpēju cieņu kopienās un starp tām. Visbeidzot, šis modelis atbalsta bēgļu un patvēruma meklētāju sociālo iekļaušanu Eiropā, kas ir viena no mūsu kontinenta lielajām vērtībām.

“Mūsu spēja sasniegt vienotību daudzveidībā kļūs par mūsu civilizācijas skaistumu un pārbaudījumu.” – Mahatma Gandijs (Indijas jurists un politiskās ētikas atbalstītājs, kurš iedvesmojis pilsoņu kustības par tiesībām un brīvību)



SOCIĀLĀS IESPĒJAS

BeActive Pludmales spēles tika organizētas, lai ieviestu jaunu sociālās kustības un attīstības “dzinēju”. Uzsverot, ka caur sportu un fiziskām aktivitātēm ģimenes un indivīdi var izjust vienlīdzību, brīvību un iespējas, jo īpaši meitenes un sievietes, cilvēki ar funkcionāliem traucējumiem, riska grupās esoši jaunieši un cilvēki, kas atgūstas no garīgām un fiziskām traumām. Faktiski modelis aplūko aktivitātes, kurās var iesaistīties ikviens, iekļaujot un motivējot, nevis izslēdzot vai diskriminējot. Tādējādi pludmales spēles īsteno principu “sports attīstībai”, nevis “sporta attīstība”, koncentrējoties uz līdzdalību un pašpalāvēības un ticības saviem spēkiem veicināšanu, vienlaikus palielinot sabiedrības iesaistīšanos un sociālo kapitālu un stiprinot vienotību.

VESELĪBA

Aptuveni 60% eiropiešu dod priekšroku brīvdienām pie jūras,¹¹ jo īpaši ģimenes ar bērniem, kuriem patīk doties uz pludmali vai krastmalu.

Lielākā daļa pētījumu liecina, ka vasaras mēnešos, kad bērniem un jauniešiem ir skolas brīvdienas, fizisko aktivitāšu apjoms būtiski samazinās, apdraudot vairākus fitnesa mērķus un veicinot liekā svara pieaugumu un fiziskās sagatavotības vājināšanos.¹² Šajā kontekstā Pludmales spēles piedāvā lielisku iespēju ģimenēm un arī visiem citiem turpināt būt aktīviem arī vasarā un mudina uzturēt fiziski aktīvu dzīvesveidu vietās, kur šajā laikā pulcējas visvairāk cilvēku.

ILGTSPĒJĪGAS ATTĪSTĪBAS MĒRĶI

BeActive Pludmales spēļu modelis nosaka, ka sporta pasākumus var sarīkot ar salīdzinoši zemām izmaksām, un tam nav nepieciešama liela sporta infrastruktūra. Tā vietā šiem pasākumiem var izmantot vietējo apkārtni/resursus un teritorijas, piemēram, pludmales – dabas resursus, kas apvieno visas iesaistītās valstis. Šīs vietas var piedāvāt plašu sporta veidu un fizisko aktivitāšu klāstu, ar ko var nodarboties smiltīs un ūdenī, un to var īstenot citos apstākļos, piemēram, mākslīgās smilšu pludmalēs, upēs, ezeros vai peldbaseinos.

Lieli starptautiski sporta pasākumi var negatīvi ietekmēt vidi. Ir obligāti jāsamazina šī ietekme līdz minimumam un, ja iespējams, jāpadara tā labvēlīga. Pasākuma ilgtspējība ir saistīta ar visu pasākumu organizēšanas ciklu: pasākuma plānošanu, pasākuma norisi un aprikojuma nojaukšanas posmu. Ņemot vērā šo ilgtspējības perspektīvu, ir jāpievērš uzmanība vairākiem aspektiem:

¹¹ Holiday Barometer among Europeans & Americans, IPSOS/EUROP ASSISTANCE survey, 2019

¹² Physical activity drop after long summer holidays in 5-to 8-year old children. T. Volmut, P. Dolenc, B. Šimunič – Exercise and quality of life, 2008
Obesity and physical fitness of pre-adolescent children during the academic year and the summer period: effects of organized physical activity. Antonios D. Christodoulos, Andreas D. Flouris, Savvas P. Tokmakidis. doi.org/10.1177/1367493506066481

- ▶ Ēdināšana – pārtika, trauki un galda piederumi;
- ▶ Aktīva pārvietošanās, sabiedriskais transports vai automašīnu koplietošana;
- ▶ Kontrolēts un optimizēts elektroenerģijas un ūdens patēriņš;
- ▶ Atkritumu daudzuma samazināšana, atkārtota izmantošana un pārstrāde;
- ▶ Piekļuves platformas, kas nodrošina vispārēju pieejamību;
- ▶ Brīvprātīgo iesaistīšana.

Šie ir tikai daži no ilgtspējīgas attīstības mērķiem, kas jāņem vērā visiem Pludmales spēļu organizatoriem. Ir svarīgi, lai šie sporta pasākumi visai sabiedrībai un visām ieinteresētajām personām kalpotu kā partneru sadarbības piemērs, kas virzītu pasauli pa ilgtspējīgas attīstības ceļu.¹³ Sporta pasākumi ievērojami veicina iedzīvotāju izglītošanu, sociālo saliedētību, veselību un labklājību, tomēr to organizatori ir arī atbildīgi par ieguldījumu ilgtspējīgā attīstībā. Visām ieinteresētajām personām, īstenojot šos principus, liela mēroga sporta notikums var nodrošināt ievērojamu ekonomikas un sociālo progresu, vienlaikus neradot būtisku ietekmi uz vidi.

Iepriekš minētie un aprakstītie principi ir savstarpēji saistīti un atbalsta viens otru, veidojot BeActive Pludmales spēļu ietvaru. Proti, BeActive Pludmales spēļu modelis darbojas kā ceļvedis, un, lai to veiksmīgi īstenotu, šie pasākumi ir jāpielāgo katras organizācijas pieejamiem resursiem. Modelim vienmēr ir jābūt prioritātei, kas veido pasākuma būtību, lai atbalstītu tā misiju un vīziju.

MĒRĶGRUPAS

Ģimenēm paredzētie pasākumi sniedz tik ļoti nepieciešamo iespēju iesaistīt bērnus fiziskās aktivitātēs. Ir svarīgi, ka Pludmales spēles ir paredzētas visai ģimenei, ieskaitot vecvecākus, brāļus un māsas un visus radniekus, lai visi ģimenes locekļi varētu izmantot viens otra pieredzi un vairāk piedalīties fiziskās aktivitātēs jebkurā vecumā. Savstarpējās attiecības ģimenē var parādīt pozitīvu sadarbības modeli un veicināt fiziskās aktivitātes amatieru sporta komandās un individuālajos sporta veidos.

Pludmales spēles koncentrējas uz dažādu paaudžu ģimenēm, un tas rada pozitīvu ģimenes vidi, kas savukārt veicina un atbalsta iesaistīto mērķa grupu (bērnu, jauniešu, pieaugušo, senioru) un jo īpaši riskam pakļauto personu (piemēram, cilvēku ar funkcionāliem traucējumiem) fiziskās aktivitātes.



¹³ Sustainable Development Goals Agenda 2030, The United Nations, 2020

METODOLOĢIJA

BeActive Pludmales spēļu metodoloģija aptver visus svarīgākos pasākuma vadīšanas aspektus, palīdzot jebkuram potenciālajam organizatoram attīstīt savu īpašo pasākuma koncepciju un ideju, vienlaikus saglabājot pamatvērtības. Pludmales spēļu metodoloģija tiks analizēta 4. nodaļā (Metodiskās vadlīnijas Pludmales spēļu organizēšanai), palīdzot organizatoriem un vadot organizatorus caur 5 galvenajiem pasākumu organizēšanas posmiem: plānošanu, koordinēšanu, izziņošanu, īstenošanu un monitoringu (atsauksmes un novērtēšana).

TAUTAS SPORTS, TRADICIONĀLĀS SPORTA SPĒLES, PLUDMALES SPĒLES UN AKTIVITĀTES

Tautas sports ir plašs termins, kas aptver visas neprofesionālās sporta aktivitātes, ir pazīstamas arī kā “sports visiem”, un sniedz lielus sociālos, kultūras un ekonomiskos ieguvumus. Turklāt to saprot arī kā sportu, kas ir gan tradicionāls, gan netradicionāls, vai kā fiziskās aktivitātes, ar kurām iedzīvotāji nodarbojas ikdienā, un kas, neiesaistot augsta līmeņa organizatorus, speciālistus vai profesionāļus un ar mazākiem oficiāliem atbalsta resursiem, prasa plašu vietējo iedzīvotāju iesaistišanos.¹⁴

Ekspertu grupa nolēma definēt tautas sportu¹⁵ kā fizisku brīvā laika pavadīšanas veidu, organizēti un neorganizēti, kas regulāri tiek praktizēts neprofesionālā līmenī veselības, izglītības vai sociāliem mērķiem. Pretstatā milzīgiem vai liela mēroga pasākumiem, tautas sporta veidiem ir izcila iespēja iesaistīt vietējos tradicionālos sporta veidus, kas padara sportošanu universālu un pieejamu un piešķir tai gadījuma raksturu, panākot augstu līdzdalības un atbalsta līmeni.

Tradicionālie sporta veidi un spēles ir neatņemama mūsu vēstures, kultūras un identitātes sastāvdaļa. Tie veicina kopienas kolektīvo atmiņu valsts, reģionālā vai vietējā līmenī, apvienojot paaudzes un dzimumus un izlīdzinot individuālās atšķirības. Tie nodrošina unikālas iespējas, kuras profesionālam sportam var nebūt, un tie bieži vien balstās uz jautrību un līdzdalību, nevis sāncensību. Šīs īpašības ļauj tradicionālajiem sporta veidiem un spēlēm nodrošināt saikni ar kaut ko lielāku par sportu un fiziskām aktivitātēm un izcelt to nozīmi mūsdienās. BeActive Pludmales spēļu modelī ir iekļauti un izcelti galvenie sporta veidi, to vidū – tradicionālie sporta veidi un sporta spēles, kā arī jaunas vai novatoriskas aktivitātes/koncepcijas, lai iesaistītu pēc iespējas vairāk dalībnieku. Pludmales spēles piedāvā dalībniekiem, skatītājiem vai gadījuma rakstura apmeklētājiem (piemēram, tūristiem) daudzveidīgas iespējas, sarīkojot dažādas pludmales spēles un aktivitātes, meistarklases, spēles un sacensības ūdenī, izaicinājumus un paraugdemonstrējumus.

PASĀKUMU ĪSTENOŠANA

PARAUDEMONSTRĒJUMI UN IZMĒĢINĀJUMA SESIJAS

Paraugdemonstrējumi parāda jaunpienācējiem fiziskās aktivitātes būtību un organizēšanas iespējas, kā arī ļauj izmēģināt dalību konkrētajā aktivitātē. Parasti eksperts vai kvalificēts sportists/treneris demonstrē vingrinājumu, spēļu tehnikas vai uzdevumu kopumu, ļaujot dalībniekiem izjust, kā tas darbojas, un saprast, kā viņiem tas padodas.

¹⁴ Engaging families in physical activity research: a family-based focus group study, 2015. H.E. Brown, A. Schiff and E.M.F. van Slui

¹⁵ Grassroots Sport – Shaping Europe, European Commission | Sports, 2016

BeActive Pludmales spēļu kontekstā paraugdemonstrējumi ļauj parādīt un izmēģināt darbību kopumu, kas nav zināms konkrētai sabiedrībai vai personu grupai. Šos paraugdemonstrējumus var veikt formālā vietā, kas ir identiska sacensību norises vietai, vai neformālā vietā (ar pielāgojumiem), kas optimizē apstākļus, lai atvieglotu paraugdemonstrējuma veikšanu.

Šo pasākumu dalībnieku skaits un nodarbības (vai eksperimenta) ilgums ir mainīgs atkarībā no pasākuma mērķiem un organizācijas formas. Gan Rīgā, gan Portimao izstrādātā unikālā BeActive Pludmales spēļu koncepcija ikvienam sniedza iespēju piedalīties vai izmēģināt visus BeActive Pludmales spēļu modeļi minētos sporta veidus, aktivitātes un izaicinājumus. Bija ļoti svarīgi iesaistīt no dažādām vidēm nākušus individuālus, nodrošinot, ka viņi piedalās fiziskās aktivitātēs un atklāj jaunus veselīga dzīvesveida veicināšanas veidus.

MEISTARKLASES

Meistarklases ir grupu nodarbības, kurās viens vai vairāki speciālisti iepazīstina sabiedrību ar aktivitāti, ļaujot apmeklētājiem aktīvi piedalīties. Meistarklases mērķis ir ne tikai demonstrēt konkrētu darbību, bet arī to mācīt vai pat uzlabot dalībnieka prasmju līmeni. Šo pasākumu dalībnieku skaitu un nodarbības ilgumu var pielāgot atkarībā no pasākuma mērķiem un organizācijas formas. Meistarklases, tostarp – fitness, zumba, bodicombat, joga, dejas, bodibalance un kapueira – galvenokārt tika piedāvātas pludmales spēļu pasākumā Portimao (Portugāle). Meistarklases piedāvā iespēju visiem apmeklētājiem pievienoties un apgūt dažādus veidus, kā būt fiziski aktīviem ne tikai pludmalē, bet arī kādā citā sabiedriskā vietā vai mājās. Turklāt tās var pielāgot, lai tajās varētu piedalīties dažāda vecuma grupu apmeklētāji ar atšķirīgu fiziskās sagatavotības un prasmju līmeni.



SPĒLES UN SACENSĪBAS

Spēles var būt paredzētas atpūtai vai vērstas uz sacensību ar saviem noteikumiem. Spēlēs, kas ir vērstas uz sacensību, dalībnieki sacenšas viens ar otru, mēģinot pārspēt pretiniekus un gūt uzvaru. Visās spēlēs tiek ievēroti noteikumi attiecībā uz spēles ilgumu, laukumu, dalībnieku skaitu, vecumu un dzimumu. BeActive Pludmales spēļu modelī spēlēs var piedalīties jebkurš, un ne vienmēr tiek noteikts uzvarētājs. Sacensības ir paredzētas atsevišķiem sportistiem vai komandām, kas pārstāv dalībniekus vienojošās ģeogrāfiskās vienības (piemēram, valstis, reģionus, pilsētas), tādējādi veidojot galīgo klasifikāciju. Spēles un sacensības visām dalībnieku grupām (skatoties no viedokļa "sports visiem") notika galvenokārt Rīgā organizētajās BeActive Pludmales spēlēs. Šajā pasākumā sacensības bija vērstas uz dalībniekiem un amatieru sporta komandām ar iespēju reģistrēties BeActive Pludmales spēļu tīmekļa vietnē pirms pasākuma. Turklāt, lai veicinātu fizisko aktivitāšu un sporta pieejamību, citiem dalībniekiem bija iespēja uz vietas (pasākuma dienā) reģistrēties tādām sacensībām kā skriešana un SUP airēšana. Mainot noteikumus, sacensības tika padarītas iekļaujošākas un atbilstošākas principam "sports visiem". Ilustratīvs piemērs bija sistēmas 3 pret 3, nevis standarta 2 pret 2 izmantošana pludmales volejbolā.

ŪDENSSPORTS

Aktivitātēm un sportam ūdenī piemīt unikālas īpašības, kas nodrošina īpašu vidi treniņiem, piemēram, peldēšanai, ūdenspolo, ūdens aerobikai, smaiļošanai un SUP airēšanai. Kustoties ūdenī, cilvēkam nākas pārvarēt ūdens pretestību, pieliekot papildu spēku. Ūdens augšupejošais spēks rada bezsvara sajūtu, kas atvieglo pārvietošanos un parasti tiek izmantots terapeitiskiem nolūkiem cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem un traumām. Turklāt aktivitātes ūdenī sniedz daudz jautrības un ir piedzīvojumiem bagātas. Tomēr šīs aktivitātes, jo īpaši tās, ar kurām nodarbojas atklātā ūdenī, rada paaugstinātu risku. Tāpēc Pludmales spēļu organizatoriem vienmēr jāpārbauda iespējamie apdraudējumi, nodrošinot visu nepieciešamo drošības aprīkojumu un izstrādājot pielāgotas riska mazināšanas stratēģijas. Abu pasākumu laikā (Rīgā un Portimao) tika nodrošinātas glābšanas vestes, pastāvīga glābēju klātbūtne, kā arī atbalsta laivas un smailītes.

IZAICINĀJUMI

Izaicinājumi ir cita veida pasākumi, kas prasa īpašas fiziskās un garīgās prasmes, lai sasniegtu izvirzītos mērķus. Izaicinājumos var piedalīties atsevišķi sportisti, pāri, komandas un grupas, iesaistot visu paaudžu pārstāvjus. Uzdevumus dod eksperts, sportists vai treneris, kurš izskaidro dalībniekiem noteikumus un to galvenos principus. Izaicinājumos, kas vērsti uz sacensību, katru uzdevumu izpilda atsevišķi, bet



vērtē kopā, aprēķinot gala rezultātu atkarībā no laika, attāluma vai precizitātes. Grupu izaicinājumi sniedz iespēju veidot komandas no dažāda vecuma un/vai fiziskās sagatavotības dalībniekiem, lai kopīgi sasniegtu dažādus mērķus.

Abās Pludmales spēlēs organizatori rīkoja BeActive Ģimenes Kausu, kurā piedalījās vairākas ģimenes (bērni un vecāki) no piecām dažādām valstīm. Ģimenes Kausā Rīgā dalībnieki startēja kopumā 8 dažādos sporta veidos (boulderings (kāpšanas siena), SUP airēšana, peldēšana, vīrves vilkšana, petanks, pludmales teniss, skriešana un vieglatlētika), kas notika visā pasākuma teritorijā (Lucavsalā) 2 dienu garumā. Portimao pasākumā sporta veidi atšķīrās no Rīgā piedāvātajiem un ietvēra tādas papildu aktivitātes kā piepūšamās šķēršļu joslas ūdenī un uz zemes, diskatlons, pludmales boulings, diska mešana mērķī un bumbas speršana mērķī. Lai pārbaudītu dažādas pieejas Ģimenes Kausa organizēšanai, pasākumā Rīgā ģimenes locekļi sacentās pret citām ģimenēm. Savukārt Portimao ģimenes tika sadalītas pa grupām, lai dotu iespēju sadarbībai un kultūru apmaiņai. Abus pasākumus atbalstīja katrā aktivitātē pieredzējuši instruktori, kuri izskaidroja noteikumus, bet katrai ģimenei bija karte un rezultātu apkopojums, lai sekotu līdzi savas komandas panākumiem piedāvātajās aktivitātēs un izaicinājumos.

IEGUVUMI

BeActive Pludmales spēļu modeļa un tā ietvara piemērošana šāda pasākuma organizēšanai sniegs daudzus ieguvumus dalībniekiem un organizatoriem gan īstermiņā, gan ilgtermiņā. Daži ieguvumi ir aprakstīti turpmāk tekstā.

SOCIĀLĀ IEKĻAUSĀNA

BeActive Pludmales spēļu modelis veicina aktīvu un veselīgu dzīvesveidu, piedaloties fiziskās aktivitātēs un tautas sportā, kuru pamatā ir sociālā iekļaušana neatkarīgi no dzimuma, ārējā izskata, reliģiskās un politiskās pārliecības, vecuma, seksuālās orientācijas, kultūras, sociālekonomiskā fona, profesijas, etniskās piederības utt.

Tas jo īpaši koncentrējas uz ģimeņu un visu tās paaudžu – bērnu, vecāku un vecvecāku – iesaistīšanu.

Dalība sniedz iespēju attīstīt plašu sociālo prasmju loku, piemēram, komunikācijas prasmes un konstruktīvu sadarbību, izturoties pret visiem vienlīdzīgi. Tas palīdz uzlabot sociālo mijiedarbību, integrējot sabiedrībā ikvienu, komandas darbu un garu, godīgu spēli, noteikumu ievērošanu un iecietību.

Ir jāpiedāvā aktivitātes, kurās var piedalīties ikviens. Tādējādi BeActive Pludmales spēļu modelis apvieno šādus iekļaušanas principus:

- ▶ Ikvienam ir jābūt iespējai piekļūt aktīvai videi (vienlīdzīgas piekļuves iespējas – “sports visiem”);
- ▶ Pasākumiem ir jānotiek atbalstošā, aizsargājošā un gādīgā vidē, kas atklāj ikviena dalībnieka potenciālu;
- ▶ Cilvēki, kuri nesaņem pietiekamu vecāku aprūpi vai nesaņem to vispār, ir īpaši apdraudēti, un komandu sports šajā vidē var kļūt par atbilstošu instrumentu sociālās iekļaušanas veicināšanai.





ILGTSPĒJĪBA

Viena no galvenajām problēmām ilgtspējīgas attīstības jomā ir tādu nozīmīgu iedzīvotāju grupu integrācija, kuras sociālu un kultūras apsvērumu dēļ nav īpaši centušās un bijušas motivētas ieguldīt sportā kā līdzeklī, kas veicina ilgtspējību un pozitīvi ietekmē mūsu planētas nākotni vides jomā. BeActive Pludmales spēles spēj mobilizēt lielu skaitu cilvēku, tādēļ tām ir neizbēgama ietekme uz vidi. Organizētie sporta pasākumi un aktivitātes ir ārkārtas līdzekļi, kas veicina sociālo taisnīgumu, saliedētību un cilvēcības attīstību. Tomēr tie ir jāorganizē, pēc iespējas izmantojot ilgtspējībā balstītu pieeju. No otras puses, sociālā ilgtspējība izgaismo vietējā līmenī nepieciešamo revitalizāciju un cieņu, kas nozīmē, ka ir svarīgi piešķirt kultūrām un tradīcijām atbilstošu vērtību, ņemot vērā ne tikai vides, bet arī sociālos un ekonomiskos jautājumus.

TRADĪCIJAS UN INOVĀCIJAS

Tradīcijas var definēt kā pārliedību, principu vai darbības veidu, ko cilvēki konkrētā sabiedrībā vai grupā turpina ievērot ilgu laiku,¹⁶ un inovācijas var definēt kā jaunu produktu, dizainu, ideju vai metožu radīšanu vai izmantošanu.

Viens no BeActive Pludmales spēļu mērķiem ir apvienot tradīcijas ar jaunām idejām un inovācijām. Tradicionālie sporta veidi un spēles veido nozīmīgu mūsu vēstures daļu un palīdz padarīt mūs un mūsu daudzveidīgās kultūras par to, kas mēs šodien esam. Tradicionālās spēles tika iekļautas abos pasākumos, piemēram, kapueira, petanks, lēkšana ar lecamauklu un virves vilkšana, sērfošana vai futbols veicina starpkultūru dialogu un mieru, mudina uz toleranci un iekļaušanu, pilnveido sociālās prasmes un stimulē ētisku sporta praksi. Tradīcijas ir svarīgas, lai veicinātu sporta un sabiedrības turpmāko attīstību, bet tās ir jāapvieno ar jaunievedumiem, kas pilnveido gados jaunāko iedzīvotāju izpratni par sportu un veicina viņu interesi. Šajā ziņā abos pasākumos tika iekļautas arī vairākas novatoriskas aktivitātes, lai radītu jauktu piedāvājumu.

PAVEIKTĀ MANTOJUMS

Mūsdienās uz lielākos sporta pasākumu organizētājiem pakāpenisku spiedienu izdarā vairākas ieinteresētās personas, jo īpaši institūcijas, liekot rūpīgi plānot savu kopienām atstājamo paveikto mantojumu, kas var būt gan materiāls (piemēram, infrastruktūra, ekonomiskā attīstība), gan nemateriāls (piemēram, kultūra, tradīcijas, inovācijas). BeActive Pludmales spēļu modelis, plānojot un organizējot šādus pasākumus, ņem vērā arī šo perspektīvu. Piemēram, ir būtiski, ka šie pasākumi vietējā līmenī veicina kopienas spēju piedalīties tautas sporta veidos, lai pievienotu jaunas aktivitātes, atbalstītu vietējo klubu un asociāciju attīstību un veicinātu izpratni par publiski pieejamām vietām un telpām, kuras var izmantot fiziskām aktivitātēm. Kultūras tradīciju un vietējo resursu saglabāšana, veselības un dzīves kvalitātes uzlabošana, dalība sportā,

ievērojot ētikas, ilgtspējības un miermīlības principus, var būt lielisks spēļu mantojums. Vēl viens mērķis ir piesaistīt iniciatīvas, kas vērstas uz mērķa grupu vajadzībām, izmantojot pasākumu kā līdzekli, lai atbalstītu pludmales spēļu misiju un vīziju.

VIENLĪDZĪBA

BeActive Pludmales spēļu modelis piedāvā virkni aktivitāšu, kurās var piedalīties ikviens neatkarīgi no vecuma, veselības, fiziskās sagatavotības vai prasmēm. Pludmales spēles īpaši aicina piedalīties cilvēkus ar dažādu sociālekonomisko izcelsmi, personas ar funkcionāliem traucējumiem, vienlaikus pievēršot īpašu uzmanību neaizsargātām sabiedrības grupām, piemēram, riska grupās esošiem pusaudžiem, imigrantiem. Pasākumi ir paredzēti arī, lai nodrošinātu dzimumu līdzsvaru, kas ļauj vienlīdzīgi piedalīties sievietēm, vīriešiem un jauktajām komandām.

LABKLĀJĪBA

Ir atzīts, ka sports un fiziskās aktivitātes ir ārkārtīgi svarīgas veselībai, dzīves kvalitātei un labklājībai. Labklājība ir jāskata holistiskākā perspektīvā, ietverot tajā bioloģiskās, garīgās un sociālās dimensijas. Šajā sakarā koncepta modelis sniedz iespēju veidot pasākumus, kas var tieši ietekmēt visas šīs dimensijas, nodrošinot fizioloģisku stimulu, kā arī sociālo iekļaušanu un izaugsmi, piedzīvojumus un jautrību.

BeActive Pludmales spēles Rīgā bija vērstas uz tautas sporta popularizēšanu, īpašu uzmanību pievēršot dažādu paaudžu ģimeņu un to locekļu iesaistīšanai.

Tas tika panākts, sarīkojot BeActive Ģimenes Kausa sacensības, kuru laikā bija jāpiedalās dažādās sportiskās aktivitātēs, piemēram, SUP airēšanā, boulderingā (kāpšanas sportā), skriešanā utt. Pasākums arī radīja vidi, kurā iesaistīti cilvēki ar funkcionāliem traucējumiem, tostarp paraugdemonstrējumos, kā arī tādās spēlēs kā sēdvolejbols, ratiņteniss un parašaušana. Tas arī vērsās pie dažādām sociāli neaizsargātām sabiedrības grupām, dažādās aktivitātēs un spēlēs iesaistot bērnus no bērnu namiem un jauniešus no sociālās aprūpes mājām. Kopumā pasākuma mērķis bija veicināt fiziskās aktivitātes Rīgas pilsētas pludmalēs un radīt veselīga dzīvesveida, sadarbības un iekļaušanas mantojumu.



4. METODISKĀS VADLĪNIJAS PLUDMALES SPĒĻU ORGANIZĒŠANAI

Veiksmīga BeActive Pludmales spēļu pasākuma organizēšana jāuzsāk vismaz vienu gadu pirms pasākuma. Šis sagatavošanas process ietver piecus galvenos savstarpēji saistītus posmus, kas ir rūpīgi jāizvērtē katram organizatoram: (1) plānošana, (2) koordinēšana, (3) reklamēšana, (4) īstenošana un (5) monitorings (atgriezeniskā saite un novērtēšana).

Lai sāktu darbu pie BeActive Pludmales spēļu pasākuma organizēšanas, ir jāpārbauda un jāpielāgo koncepts vietējai realitātei un konkrētiem mērķiem. Šim procesam ir jābūt pēc iespējas objektīvam un skaidram, lai radītu īstenojamu pasākumu, kas varētu veicināt un attīstīt sportu kopumā un jo īpaši pludmales spēles, galu galā palielinot visu iedzīvotāju grupu dalību.

Šajā ziņā ir svarīgi arī noteikt nepieciešamos resursus (piemēram, cilvēkresursus, finanšu, infrastruktūras, administratīvos un loģistikas resursus), kas ir pieejami vai kurus var mobilizēt, lai palielinātu iespēju sarīkot kvalitatīvu pasākumu.

Tāpēc šajā rokasgrāmatā ir hronoloģiskā secībā izveidots kontrolsaraksts, lai palīdzētu organizatoriem soli pa soli saplānot pasākumu.



KONTROLSARAKSTS PLUDMALES SPĒĻU PAKĀPENISKAI ORGANIZĒŠANAI

1

PLĀNOŠANA

- Sāciet plānot pasākumu
- Izvēlieties piemērotu datumu
- Izvēlieties un rezervējiet atbilstošu vietu
- Sagatavojiet skaidru grafiku un programmas plānu visiem pasākumiem
- Izplānojiet administratīvo atbalstu un loģistiku pasākuma vietas ierīkošanai
- Izplānojiet pasākuma infrastruktūru, aprīkojumu un materiālus

3

IZZIŅOŠANA

- Pirms pasākuma – izstrādājiēt pasākuma vizuālās identitātes komplektu, pasākuma izziņošanas plānu, iekļaujot plānā gan sociālos medijus, gan TV, radio un avīzes
- Reklamējiēt lokāli (plakāti, skrejlapas, stendi utt.) ap pasākuma vietu un pilsētā
- Nodrošiniēt visas komunikācijas platformas ar informāciju, kas iegūta pasākuma laikā un pēc tā

5

MONITORINGS (ATSAUKSMES UN NOVĒRTĒŠANA)

- Izstrādājiēt monitoringa sistēmu nepieciešamās informācijas iegūšanai
- Novērtējiēt pasākuma galvenos rādītājus un salīdziniēt tos ar gaidītajiem rezultātiem
- Sarīkojiēt novērtēšanas sanāksmi, lai apspriestu pasākuma rezultātus
- Pasākuma noslēgums

2

KOORDINĒŠANA

- Izstrādājiēt nepieciešamo dokumentāciju
- Organizējiēt un uzraugiēt pasākuma budžetu
- Sadarbojiēties ar pasākuma partneriem un sponsoriem
- Sagatavojjiēt un parakstiēt līgumus ar iesaistītajiem darbuzņēmējiem
- Vienojiēties ar dalībnieku transportēšanas un izmitināšanas pakalpojuma nodrošinātājiem
- Plānojiēt organizācijas komitejas grafiku
- Pielāgojiēt pasākuma norises vietu pludmales spēlēm
- Vienojiēties par visu, kas nepieciešams darbu veikšanai, lai izpildītu pasākuma grafiku un programmu
- Izveidojiēt personāla un brīvprātīgo komandu
- Noalgojiēt fotogrāfu un video operatoru un informējiēt viņus par saturu
- Utt.

4

ĪSTENOŠANA

- Pārliēcinētiēties, ka visi plāni ir izpildīti, un pārbaudiēt visus ierakstus
- Pārliēcinētiēties, ka pasākuma norises vietas un to īpašās teritorijas ir pienācīgi sagatavotas un gatavas dalībnieku uzņemšanai
- Pārliēcinētiēties, ka personāls un brīvprātīgie ir gatavi darbam un saprot savus uzdevumus un pienākumus
- Pārliēcinētiēties, ka dalībniekiem pasākuma laikā ir pieejama atjaunināta visa viņiem nepieciešamā informācija
- Cieši sekojiēt pasākuma īstenošanas gaitai, uzraugot visas darbības, un esiet gatavi reaģēt uz negaidītām izmaiņām
- Pārliēcinētiēties, ka tiek ievēroti drošības noteikumi
- Nodrošiniēt, ka pasākums ir ilgtspējīgs un videi draudzīgs visā tā garumā

1. PLĀNOŠANA

1.1. SĀCIET PLĀNOT PASĀKUMU:

- ▶ Pamatojoties uz BeActive Pludmales spēļu modeli, definējiet pasākuma mērķus un konkrētos uzdevumus, ņemot vērā vietējo kultūru un sociālo vidi;
- ▶ Definējiet mērķauditoriju un tās apjomu – kam pasākums tiks organizēts un cik liels tas būs;
- ▶ Izstrādājiet detalizētu pasākumu plānu, tostarp laika grafiku, uzdevumus un to, kā tos īstenot;
- ▶ Nosakiet pasākuma budžetu, ietverot tajā dažādus izmaksu veidus un potenciālos ieņēmumus no dalības maksas, valsts un privātajiem līdzekļiem, sponsoriem un mārketinga aktivitātēm, licencēšanu pakalpojumu sniedzējiem utt.;
- ▶ Identificējiet potenciālos partnerus, pakalpojumu sniedzējus, piegādātājus un sponsorus;
- ▶ Izveidojiet organizācijas komiteju vai vadības komandu;
- ▶ Definējiet jebkādas papildu vajadzības pasākuma īstenošanai, piemēram, juridiskās atļaujas, licences un apdrošināšanu, kā arī drošības pasākumus;
- ▶ Izstrādājiet rezerves plānu, lai mazinātu neparedzētus riskus, piemēram, meteoroloģiskos, infrastruktūras vai sociālos apstākļus.

1.2. IZVĒLIETIES PIEMĒROTU DATUMU, ŅEMOT VĒRĀ:

- ▶ Citus svarīgus pasākumus, kas var notikt vienlaikus ar Pludmales spēlēm un samaziniet to ietekmi;
- ▶ Iepriekš saskaņotu notikumu kalendāru;
- ▶ Vietējās pašvaldības un citu ieinteresēto personu intereses un ierobežojumus;
- ▶ Klimatu un laika prognozi;
- ▶ Brīvdienas un citus sabiedriskus kalendārā iekļautus pasākumus (piemēram, skolas brīvdienas, valsts un vietējas nozīmes svētku dienas un nedēļas nogales).

1.3. IZVĒLIETIES UN REZERVĒJIET ATBILSTOŠU PASĀKUMA NORISES VIETU, ŅEMOT VĒRĀ:

- ▶ Piekļūšanas ērtības;
- ▶ Piemērotību un pielāgojamību;
- ▶ Lielumu un ietilpību dalībnieku uzņemšanai;
- ▶ Infrastruktūras un aprīkojumu;
- ▶ Izmaksas;
- ▶ Piekļūšanas iespējas cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem;
- ▶ Naktsmītņu pieejamību (viesnīcas utt.) dalībniekiem, ja nepieciešams;
- ▶ Vietējo varas iestāžu un drošības pakalpojumu sniedzēju atbalstu.

1.4. SAGATAVOJIET PRECĪZU GRAFIKU UN PROGRAMMAS PLĀNU VISIEM PLUDMALES SPĒĻU NOTIKUMIEM:

- ▶ Izvēlieties aktivitāšu sarakstu un atbilstošo īstenošanas veidu (piemēram, aktivitātes – tautas sports, tradicionālie sporta veidi un spēles, kā arī Pludmales spēles un aktivitātes; īstenošana – paraugdemonstrējumi un izmēģinājumu sesijas, meistarklases, spēles un sacensības, aktivitātes ūdenī un izaicinājumi);
- ▶ Izstrādājiet kultūras un sociālo aktivitāšu programmu (piemēram, atklāšanas ceremonija, apbalvošanas ceremonijas, pieņemšanas, tīklošanas pasākumi, ballītes utt.).



1.5. PLĀNOJIET ADMINISTRATĪVO ATBALSTU UN LOĢISTIKU PASĀKUMA VIETAS APRĪKOŠANAI SASKAŅĀ AR IZSTRĀDĀTO PASĀKUMU GRAFIKU:

- ▶ Veiciet vietas pārbaudi un novērtēšanu;
- ▶ Izstrādājiēt tehnisko plānu, sīki aprakstot aktivitāšu norises vietas, reģistrācijas un informācijas zonas, atklāšanas/noslēguma un apbalvošanas ceremonijas, ēdināšanas un atpūtas vietas, VIP zonu, organizācijas komitejas un brīvprātīgo teltis, pazaudēto un atrasto mantu biroju, drošības zonas, ģērbtuves, tualetes, pārvietošanās zonas un laukumus automašīnu novietošanai;
- ▶ Izstrādājiēt plānu produkta virzīšanai, apskatāmus un taustāmus materiālus un reklāmas/mārketinga materiālus (piemēram, pludmales karogus, plakātus, pasākumu reklamējošus transparentus, apkārtrakstus, informāciju par sponsoriem un partneriem).

1.6. PLĀNOJIET PASĀKUMA INFRASTRUKTŪRU, APRĪKOJUMU UN MATERIĀLUS, ŅEMOT VĒRĀ:

- ▶ Izvēlētās aktivitātes un to īstenošanas iespējas (salāgojamība ar izvēlēto norises vietu);
- ▶ Pasākuma norises vietas pieejamību un atrašanās vietu (piemēram, sabiedriskais transports, autostāvvietā, evakuācijas plāns un papildu infrastruktūra cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem);
- ▶ Informācijas saņemšanas/reģistrēšanās vietas, organizatoru, partneru, apsardzes atrašanās vietas, apmeklētāju plūsmas virzienu, ēdināšanas zonas, atpūtas zonas, tualetes, izklaides un sociālo pasākumu norises vietas (piemēram, izkārtnes un informācija par pasākumiem, ēdināšanas zonu un ūdens ņemšanas vietām, sēdvietām un atpūtas zonām, atkritumu tvertiņu atrašanās vietām, izklaides un kultūras zonām).

Plānošanas posma noslēgumā organizatoriem ir jābūt skaidram, vai ir pieejami pasākuma īstenošanai nepieciešamie cilvēkresursi, infrastruktūra un finanšu resursi, un kā tie būtu pareizi jāizmanto. Piemēram, lai garantētu šo resursu pieejamību, par BeActive Pludmales spēļu pasākuma rīkotāju Portugālē tika izvēlēta Portimao pilsēta, jo 2019. gadā tā tika pasludināta par Eiropas Sporta galvaspilsētu. Portimao rīkoja daudzus sporta pasākumus, padarot to par Portugāles Sporta galvaspilsētu un tādējādi nodrošinot nepieciešamos institucionālos, infrastruktūras, loģistikas, sociālos un kultūras apstākļus pasākuma rīkošanai.

Turklāt, plānojot BeActive Pludmales spēļu pasākumu, ir svarīgi arī ārējie faktori, piemēram, laika apstākļi, temperatūra un dienasgaismas stundas, un šie ir tikai daži, kas jāņem vērā, jo pasākuma norises laikā tie var sniegt priekšrocības vai arī darboties kā riska faktori, ietekmējot pasākuma panākumus. Faktiski vasaras laikā Portimao dienā ir vairāk nekā 10 stundas saules gaismas ar vidējo maksimālo temperatūru virs 25° C un minimālo temperatūru 19° C. Ņemot vērā šos ārējos apstākļus, visas aktivitātes tika plānotas ārpus UV starojuma lielākās iedarbības stundām, kas arī sakrita ar maksimālās gaisa temperatūras stundām.

BeActive Pludmales spēļu pasākumu Rīgā atbalstīja Rīgas dome, un, pateicoties šim atbalstam, rīkotāji varēja viegli īstenot daudzus no iepriekš minētajiem punktiem. Tika izvēlētas vienīgās divas apmeklētās pasākumu norises vietas, kas atbilstu pilsētas pludmales nosacījumam – Ķīpsalas pludmale un Lucavsalas atpūtas parks. Abas vietas pieder Rīgas domei un jau iepriekš bija atjaunotas atbilstoši ES standartiem (ieskaitot pieejamību cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem), un tās ir divas galvenās atpūtas vietas, kur var nodarboties ar sportiskām aktivitātēm. Līdz ar to par abām izvēlētajām norises vietām nebija jāmaksā nomas maksa, un tajās jau bija izveidota publiski pieejama sporta infrastruktūra.

Rīgas domes atbalsts nozīmēja arī to, ka BeActive Pludmales spēles tika iekļautas ikgadējos Rīgas pilsētas svētkos (2019. gada 17.-18. augusts), kas sniedza papildu finansiālu atbalstu un radīja lielāku sociālo atpazīstamību. Tomēr šajās divās dienās pilsētā notika daudzi pasākumi, kas sadalīja skatītāju vai potenciālo dalībnieku uzmanību.

2. KOORDINĒŠANA

- 2.1.** Sagatavojiet nepieciešamos dokumentus (piemēram, dalībnieku sarakstus, sporta spēļu noteikumus, instrukcijas tiesnešiem un brīvprātīgajiem, rezultātu protokolus, informāciju dalībniekiem utt.).
- 2.2.** Organizējiet un uzraugiet pasākuma finanses, piešķirot budžetu atbilstoši aktivitātēm, resursiem un personālam.
- 2.3.** Sadarbojieties ar pasākumu partneriem un sponsoriem.
- 2.4.** Sagatavojiet un parakstiet līgumus ar iesaistītajiem darbiniekiem, līdzstrādniekiem, pakalpojumu sniedzējiem un apakšuzņēmējiem.
- 2.5.** Vienojieties ar viesu, dalībnieku, darbinieku utt. transportēšanas un izmitināšanas pakalpojumu nodrošinātājiem.

- 2.6.** Iepļānojiēt organizācijas komitejas sanāksmes un uzraugiet plānoto uzdevumu izpildi.

2.7. PIELĀGOJIET PASĀKUMA NORISES VIETU PLUDMALES SPĒLĒM, ŅEMOT VĒRĀ:

- ▶ Nepieciešamos tehniskos un loģistikas pasākumus, lai iekārtotu visas pasākuma zonas;
- ▶ Izvēlētās sporta aktivitātes, nepieciešamo organizatorisko atbalstu, izkārtņu un reklāmas redzamību saskaņā ar tehnisko plānu;
- ▶ Riska novērtējumu/pārvaldību un nepieciešamos pasākumus neparedzētu notikumu (piemēram, laika apstākļi, ugunsgrēks utt.) ietekmes novēršanai;
- ▶ Sporta federācijas un citas iesaistītās organizācijas (saskaņojiet ar tām konkrētas zonas pasākuma norises vietā atbilstoši to prasībām);
- ▶ Dalībnieku vajadzības attiecībā uz nepieciešamo informāciju;
- ▶ Transportu visiem dalībniekiem uz norises vietu un no tās, kā arī norises vietā;
- ▶ Attiecīgos dienestus, kas vajadzīgi, lai nodrošinātu pasākuma norises vietas drošību (piemēram, policija, ugunsdzēsības dienests, pirmās palīdzības dienesti, glābēji utt.);
- ▶ Atbalsta pakalpojumu sniedzēju vajadzības (piemēram, ēdiena, nepieciešamā aprīkojuma, pasākuma materiālu, ūdens piegādei utt.).

2.8. VIENOJĒTIET PAR VISU, KAS NEPIECIEŠAMS DARBU VEIKŠANAI, LAI IZPILDĪTU PASĀKUMA GRAFIKU UN PROGRAMMU

- ▶ Atklāšanas, noslēguma un apbalvošanas ceremoniju scenārijs, ieskaitot runātājus un pasākuma moderatorus utt.;
- ▶ Sacensības, paraugdemonstrējumi, meistarklases un izaicinājumi;
- ▶ Kultūras programma un mākslinieku uzstāšanās;
- ▶ Sociālie pasākumi, tostarp viesu saraksti un ielūgumi;
- ▶ Reklāmas un informatīvie materiāli dalībniekiem (piemēram, norises vietas karte, aktivitāšu programma uc.).

2.9. IZVEIDOJIET PERSONĀLA (DARBINIEKU) UN BRĪVPRĀTĪGO KOMANDU, KAS IR ATBILDĪGA PAR PASĀKUMA ORGANIZĒŠANU UN ĪSTENOŠANU:

- ▶ Iesaistiet sporta federācijas un to personālu;
- ▶ Izvēlieties un apmāciet brīvprātīgos;
- ▶ Nodrošiniēt labu komunikāciju ar komandas locekļiem, skaidri nosakot viņu uzdevumus un pienākumus.



- 2.10.** Izveidojiet tālruņa numuru sarakstu (brīvprātīgie, tiesneši, moderatori, galvenie runātāji, apsardze, organizācijas komiteja utt.).
- 2.11.** Noalgojiet fotogrāfu un video operatoru un informējiet viņus par saturu, kas būs jāatspoguļo, kā arī par dalībniekiem un viesiem, kurus vajadzētu fotografēt, intervēt utt.
- 2.12.** Identificējiet un nodrošiniet visus materiālus, kas nepieciešami reģistrācijai, tiesnešiem, pasākumu vadītājiem utt. (piemēram, vārda kartes, papīru, pildspalvas, zīmuļus, līmlenti, elektriskās uzlādes punktus, datoru, printeri utt.).
- 2.13.** Veiciet visus nepieciešamos drošības pasākumus un apdrošiniet dalībniekus.
- 2.14.** Nodrošiniet ūdeni visiem pasākuma dalībniekiem.
- 2.15.** Sagatavojiet aktivitātes īstenošanai nepieciešamos atbalsta materiālus, piemēram, T kreklus, dalībnieku numura zīmes, vārda kartes, virves, lentes, medaļas, krūzītes, pludmales karogus, transparentus, dāvanas apmeklētājiem un viesiem utt.
- 2.16.** Izstrādājiet ilgtspējības plānu un nodrošiniet, ka pasākumā pēc iespējas tiek ievēroti ieteikumi ilgtspējīgai pasākumu organizēšanai.
- 2.17.** Pārbaudiet reģistrēto dalībnieku skaitu un saskaņojiet to ar atbalsta pakalpojumu sniedzējiem, piemēram, ēdinātājiem, ūdens piegādātājiem utt.

BeActive Pludmales spēļu organizēšanas tehniskā daļa Rīgā tika uzticēta pasākuma rīkotājam, kas tostarp sagatavoja pasākuma norises vietu Pludmales spēļu rīkošanai. Atbildība par katras sporta sacensības vai nodarbes organizēšanu tika deleģēta attiecīgajai sporta federācijai. Galvenā rīkotāja – Latvijas Sporta federāciju padomes – vadībā visas iesaistītās puses strādāja cieša sadarbībā, lai savienotu kopā visas pasākuma daļas.

BeActive Pludmales spēļu rīkošanai Portimao pašvaldībai jau iepriekš bija sadarbības līgumi ar vairākiem pakalpojumu sniedzējiem par izmitināšanu, pārvadājumiem, ēdināšanu, apsardzi, brīvprātīgo iesaisti, kas atviegloja Pludmales spēļu koordinēšanu. Savukārt rīkotāji deva iespēju šiem partneriem popularizēt savas organizācijas, izvietojot reklāmu pasākuma izklaides zonā un tādējādi nonākot visu dalībnieku un apmeklētāju redzeslokā.

Abos gadījumos bija svarīgi izveidot brīvprātīgo komandu, kas pasākuma laikā sniegtu atbalstu loģistikas jautājumu risināšanā. Brīvprātīgajiem tika doti vairāki uzdevumi, piemēram, spēļu tiesāšana, tehniskais un loģistikas atbalsts (reģistrācija, izziņošana, sporta spēļu norises vietu sagatavošana, izkārtņu izvietošana), atbalsta sniegšana dalībniekiem. Pirms abiem pasākumiem brīvprātīgie tika apmācīti, pamatojoties uz rīkotāju izstrādāto dalības programmu. Portimao pasākumā piedalījās vairāk nekā 12 brīvprātīgie, kurus pašvaldība izvēlējās sadarbībā ar Portugāles Sporta un jaunatnes institūtu. Pludmales spēlēs Rīgā par brīvprātīgo iesaistīšanu un apmācību bija atbildīgi pasākuma rīkotāji. Darbā tika pieņemti pavisam 12 brīvprātīgie, kuri palīdzēja sporta federācijai savās aktivitāšu norises zonās, kad tas bija nepieciešams, kā arī uzņēmās atbildību par reģistrēšanas un mantu uzglabāšanas teltīm, palīdzot dalībniekiem un skatītājiem.

3. IZZIŅOŠANA

Izziņošanas posmā ir jāveic uzdevumi, kas ir būtiski pirms pasākuma, tā laikā un pēc pasākuma.



3.1. PIRMS PASĀKUMA – PLĀNOJIET:

- ▶ Izstrādājiēt pasākuma vizuālās identitātes komplektu (logo, zīmola vadlīnijas, galvenie vizuālie materiāli);
- ▶ Izveidojiēt pasākuma tīmekļa vietni (ja nepieciešams, iekļaujiēt tajā dalībnieku reģistrācijas rīku);
- ▶ Izstrādājiēt komunikācijas plānu, tostarp gan sociālo mediju (pasākuma lapa FaceBook un citām platformām) plānu, gan plānu komunikācijai TV, radio, laikrakstos;
- ▶ Sagatavojiēt nelielu informācijas paketi dažādām ieinteresētajām personām, piemēram, informatoriem, vēstnešiem, pasākuma vadītājiem, sporta federācijām, partneriem (piemēram, runas, galvenie vēstījumi, paziņojumi presei utml.);
- ▶ Sagatavojiēt papildus īpašu saturu informatīvajiem biļeteniem, rakstiem plašsaziņas līdzekļos, intervijām, īsiem faktu atspoguļojumiem, utml.;
- ▶ Palūdziet sponsoru, partneru logotipus, lai sagatavotu drukātus un tiešsaistes materiālus;
- ▶ Izveidojiēt mediju sarakstu, kuriem sūtīs informāciju;
- ▶ Izstrādājiēt video un audio reklāmas;
- ▶ Partneru tīmekļa vietnēs un sociālajos medijos izvietojiēt informāciju par pasākumu.

3.2. PIRMS UN PASĀKUMA LAIKĀ – DARIET:

- ▶ Sāciēt īstenot plānu dažādās platformās;
- ▶ Reklāma (plakāti, skrejlapas, stendi utt.) ap pasākuma vietu un pilsētā;
- ▶ Reklamējiēt pasākumu un sniedziēt par to informāciju vietējos un nacionālajos laikrakstos, interneta medijos, presē, radio, TV.;
- ▶ Dalībnieku iesaistīšanai uzsāciēt kampaņu sociālajos medijos;
- ▶ Regulāri atjauniniēt informāciju pasākuma tīmekļa vietnē un sociālajos medijos.

3.3. NODROŠINIET VISAS KOMUNIKĀCIJU PLATFORMAS AR INFORMĀCIJU, KAS IEGŪTA PASĀKUMA LAIKĀ UN PĒC TĀ

- ▶ Izplatiēt reportāžas no pasākuma, fotoattēlus, videoklipus, preses relīzes, ietekmes pētījumus, rezultātu analīzi tīmekļa vietnē un sociālajos medijos, labāko momentu videoklipus utml.;
- ▶ Pārraugiēt komunikācijas plāna rezultātus un sagatavojiēt krīzes komunikācijas plānu;
- ▶ Sagatavojiēt paziņojumu par nākamo notikumu;
- ▶ Sniedziēt galveno informāciju par notikumu visiem partneriem.

BeActive Pludmales spēlēm tika izveidota vizuālā identitāte ar logotipu, kas simbolizē vienu no ikoniskākajiem pludmales sporta inventāra rīkiem – dēli (SUP, veikbords, sērfošana utt.). Logotipa krāsas – zaļa, dzeltena un divu toņu zilā – atspoguļo klasisko pludmales ainavu, un izvēlēta logotipa forma ataino Pludmales spēļu misiju un vīziju.

4. ĪSTENOŠANA

Šis posms galvenokārt tiks veltīts dažādu Beactive Pludmales spēļu modeļa plānu īstenošanai.



4.1. Pārliecinieties, ka visi plāni ir izpildīti un pārbaudīti (piemēram, darbības plāns un programma, drošības plāns, sociālais un kultūras plāns, uzkopšanas un atkritumu pārstrādes plāns, komunikācijas plāns uc.).

4.2. Nodrošiniet, ka pasākumu norises vietas un to atsevišķās zonas ir pienācīgi sagatavotas un pabeigtas (piemēram, aktivitāšu zonas, gērbtuves, administratīvās, partneru un sociālās zonas, tostarp apgaismojums, aprīkojums un materiāli, izkārtnes, skatītāju vietas, ja tādas ir paredzētas utml.).

4.3. ATTIECĪBĀ UZ PASĀKUMA ORGANIZATORU KOMANDU IR SVARĪGI:

- ▶ Pārliecināties, ka personāls un brīvprātīgie ir gatavi darbam un apzinās uzdevumus un pienākumus;
- ▶ Nodrošināt darbinieku un brīvprātīgo pieejamību, lai atbildētu uz dalībnieku jautājumiem un lūgumiem;
- ▶ Pārliecināties, ka visām iesaistītajām pusēm ir pieejama visa jaunākā informācija par pasākumu;
- ▶ Sākt realizēt sabiedrisko attiecību plānu, sveikt un atbalstīt VIP viesus, sponsorus, sadarbības partnerus, sporta federāciju pārstāvjus un citas ieinteresētās personas;
- ▶ Nodrošināt, ka visiem ir pieejams kontaktu saraksts un ārkārtas situāciju kontaktu saraksts;
- ▶ Pēc pasākuma sniegt kopsavilkumu darbiniekiem.

4.4. Pārliecinieties, ka dalībniekiem ir piekļuve visai jaunākajai informācijai, kas viņiem nepieciešama pasākuma laikā.

4.5. Cieši sekojiet pasākuma īstenošanas gaitai, uzraugot visas darbības, un esiet gatavi reaģēt uz negaidītām izmaiņām, veicot atbilstošus labojumus iepriekš sagatavotajos plānos.

4.6. Pēc pasākuma nodrošiniet nepieciešamos resursus, lai demontētu visas pagaidu konstrukcijas, kas izbūvētas pasākuma vajadzībām, un nodrošiniet, ka visas pasākuma vietas tiek sakoptas un sakārtotas, parūpējoties par to, ka ilgtspējīga atkritumu apsaimniekošana tiek īstenota pareizi.

4.7. PĀRLIECINIETIES, KA TIEK IEVĒROTI DROŠĪBAS NOTEIKUMI:

- ▶ Pasākuma rīkotājs ir atbildīgs par valsts un vietējo juridisko drošības prasību un principu ievērošanu, jo īpaši attiecībā uz pasākumu organizēšanu un drošību uz ūdens (piemēram, neatliekamās medicīnas palīdzības dienests, evakuācijas plāns, drošības noteikumi uz ūdens – glābēji, atbalsta laivas, glābšanas bojas, glābšanas vestes utt.);
- ▶ Īpaši noteikumi šajā jautājumā būtu jānodrošina visiem partneriem, kas ir atbildīgi par aktivitātēm uz ūdens;
- ▶ Iepazīstiniet ar drošības un veselības noteikumiem dalībniekus:
 - > Bieži lietojiet saules aizsargkrēmu;
 - > Dzeriet daudz ūdens;
 - > Palieciet glābēju redzeslokā;
 - > Nenolaidiet acis no bērniem;

- > Nepeldiet alkohola vai narkotiku reibumā;
- > Izvairieties no karstuma dūriena, uzturieties ēnā;
- > Nēsājiat apavus – arī smiltis sakarst!
- > Uzmanies no straumēm un viļņiem.



4.8. Veidojiet pasākumu ilgtspējīgu un videi draudzīgu, piemērojot ilgtspējības vadlīnijas¹⁷ visos plānošanas un īstenošanas posmos.

- ▶ Samaziniet, atkārtoti izmantojiet un pārstrādājiat, cik vien iespējams;
- ▶ Izvēlieties dabai “draudzīgus” pārtikas un dzērienu piegādātājus;
- ▶ Padomājiat par to, kā pasākuma vajadzībām radīt videi draudzīgus materiālus;
- ▶ Nepiesārņojiet apkārtni un atcerieties par pareizu atkritumu izmešanu;
- ▶ Ierobežojiet vienreizējās lietošanas iepakojuma, vienreizējas lietošanas plastmasas un pudelēs iepildīta ūdens izmantošanu. Tas ietaupīs transportam un atkritumu savākšanai nepieciešamos resursus;
- ▶ Visiem dalībniekiem nodrošiniat interneta saites uz aktīvā transporta iespējām un pastaigu maršrutiem;
- ▶ Izturieties ar cieņu pret jūras savvaļas dzīvniekiem un dabisko apkārtni.

Rīgā notikušajās BeActive Pludmales spēlēs koordinācijas grupa īstenoja visus dažādos plānos paredzētos administratīvos un tehniskos uzdevumus un sniedza pastāvīgu uzraudzības atbalstu.

Tika nodrošināta skaidra komunikācija un tika skaidri sadalīta atbildība starp rīkotājiem, federācijām, partneriem un brīvprātīgajiem, kas ir pasākuma panākumu priekšnoteikums. Turklāt gan darbinieki, gan brīvprātīgie saņēma informācijas karti ar dažādu pasākumu projektu vadītāju un neatliekamās palīdzības dienestu kontaktiem. Ap pasākuma norises vietu tika izvietotas sporta aktivitāšu kartes ar pasākuma programmu. Tika izveidotas reģistrācijas un informācijas teltis, un brīvprātīgie nodrošināja, ka dalībniekiem ir pieejama visa nepieciešamā informācija. Rūpējoties par ilgtspējību, šeit bija izveidotas ūdens uzpildīšanas vietas un tika veicināta plastmasas atkritumu šķirošana.

Arī Portimao, lai samazinātu BeActive Pludmales spēļu ietekmi uz vidi, tika izveidota partnerība ar pārstrādes uzņēmumu ALGAR, kas nodrošināja radīto šķirotu atkritumu savākšanu un apstrādi, pēc tam tos pārstrādājot enerģijā (biogāze). Turklāt pašvaldība, lai atbalstītu pasākumu, nodrošina pludmalē pastāvīgu sanitāro sistēmu, kas aprīkota ar ekonomiskām roku mazgāšanas iekārtām.

¹⁷ Green Guidelines: How to conduct a sustainable sport event, SFORAE, 2018

5.5. MONITORINGS (ATSAUKSMES UN IZVĒRTĒŠANA)

5.1. IZSTRĀDĀJIET MONITORINGA SISTĒMU, LAI IEGŪTU BŪTISKU INFORMĀCIJU PAR PASĀKUMU KOORDINĒŠANU UN ĪSTENOŠANU – IZVEIDOJIET KVALITĀTES VADĪBAS SISTĒMU:

- ▶ Apkopoiet iesaistīto dalībnieku un ieinteresēto personu atsauksmes par dažādiem pasākuma aspektiem. Ar atsauksmju palīdzību var noskaidrot vispārējo apmierinātību, izzināt nodomu atbalstīt nākamo šādu pasākumu un vēlmi tajā piedalīties u.tml.;
- ▶ Izstrādāriet dažādas veidlapas katram iesaistītajam partnerim (dalībniekiem, aktivitāšu partneriem, darbiniekiem un brīvprātīgajiem, valsts iestādēm, sponsoriem).



5.2. Novērtējiet notikuma galvenos rādītājus un salīdziniet tos ar gaidāmajiem rezultātiem (piemēram, dalībnieku skaits, kopējais budžets, informēšana, mantojums, projekta sociālā ietekme utt.).

5.3. Organizējiet novērtēšanas sanāksmi, lai apspriestu pasākuma rezultātus ar organizācijas komiteju un citiem partneriem (piemēram, lūdziet atsauksmes un dalieties gūtajā pieredzē, lai nākamās pasākumus padarītu vēl labākus utt.).

5.4. PASĀKUMA NOSLĒGUMS:

- ▶ Pārliecinieties, ka visi finanšu jautājumi ir noslēgti (piemēram, rēķini ir saņemti un apmaksāti laikā);
- ▶ Neaizmirstiet pateikties visām pasākuma organizēšanā iesaistītajām personām – sponsoriem, partneriem, organizācijas komitejai, darbiniekiem un brīvprātīgajiem, tiesnešiem, mediju partneriem utt.

Abi pasākumi (Rīgā un Portimao) tika novērtēti, izmantojot vērtēšanas veidlapas un apkopojot atsauksmes no piecām dažādām iesaistīto organizāciju grupām: sporta federācijām, tiesnešiem, dalībniekiem, brīvprātīgajiem un projekta partneriem. Reģistrācijas sistēma dalībai BeActive Pludmales spēlēs saņēma informāciju par dalībniekiem, kas palīdzēja apkopot un novērtēt galvenos statistikas datus, piemēram, dalībnieku skaitu, vecuma grupas, dzimumu utt.

Elektroniskās novērtēšanas veidlapas tika nosūtītas uzreiz pēc pasākuma, kamēr visas ieinteresētās personas joprojām spilgti atcerējās pasākumu. Nākamajā dienā pēc pasākuma notika apaļā galda diskusija ar sporta federācijām, pašvaldībām un projekta partneriem, lai izvērtētu un pārrunātu pasākuma organizatoriskos aspektus, balstoties uz sniegtajām vispārējām atsauksmēm.

5. DALĪBNIĒKU MEKLĒŠANA UN IESAISTĪŠANA

Šajā nodaļā ir sniegtas vispārīgas vadlīnijas, padomi un piemēri dalībnieku iesaistīšanai BeActive Pludmales spēlēs. Ir svarīgi iekļaut un sasniegt pēc iespējas vairāk dažādu mērķa grupu, lai nodrošinātu augstu apmeklējumu skaitu. Galvenajām ieinteresētajām personām būtu jāsadarbojas, lai iesaistītu dažādas dalībnieku grupas, tostarp:

- ▶ bērnudārzus, skolas, koledžas un universitātes, kā arī jauniešu klubus, lai īpaši piesaistītu bērnus, jauniešus un viņu ģimenes;
- ▶ sporta asociācijas, federācijas un klubus;
- ▶ vietējās pašvaldības;
- ▶ senioru centrus;
- ▶ tūrisma aģentūras un birojus;
- ▶ sponsorus.

DALĪBNIĒKU IESAISTĪŠANAS KONTROLSARAKSTS

- ▶ Popularizējiet un reklamējiet pasākumu ar taustāmiem līdzekļiem (skrejlapas, plakāti, vides reklāmas utt.) un tiešsaistes formātā (tīmekļa vietne, sociālie mediji utt.);
- ▶ Sazinieties ar attiecīgajām ieinteresētajām personām, lai iesaistītu dažādas mērķa grupas (dažas ieinteresētās personas varētu vēlēt arī pasākuma ietvaros paralēli organizēt/vadīt atsevišķas sporta spēles);
- ▶ Pielāgojiet ziņu dažādām mērķa grupām (piemēram, pārtulkojiet paziņojumus, ja pasākumam varētu pievienoties ārvalstu tūristi);
- ▶ Padariet pasākumu pievilcīgāku ar plašu aktivitāšu un izklaides piedāvājumu.

BeActive Pludmales spēļu pasākums Portimao notika Praia da Rocha pludmalē – populārā un pārpildītā publiskā vietā, kurā tajā gada laikā brīvdienās ir ļoti liels tūristu un cilvēku skaits. Tas nodrošināja automātiski lielu potenciālo dalībnieku skaitu pasākumā, piesaistot viņu interesi izmēģināt dažādas sporta aktivitātes bez maksas. Līdz ar to organizētājiem pirms pasākuma nebija daudz jāpiepūlas, lai piesaistītu dalībniekus.

Abās BeActive Pludmales spēlēs piedalījās visi Erasmus+ projekta partneri, kā arī izvēlētās ģimenes no katras partnervalsts. Turklāt, lai nodrošinātu komandu dalību sacensībās, paraugdemonstrējumos un meistarklasēs, tika iesaistītas vietējās sporta asociācijas un klubi, kuri tika lūgti aicināt piedalīties savus biedrus.

RISKA GRUPU IESAISTĪŠANA

ATBILSTOŠO IESTĀŽU IESAISTĪŠANA

Lai iesaistītu sociālās atstumtības riskam pakļautos cilvēkus, ir jāizveido saikne ar dažādām vietējām organizācijām, piemēram, NVO, dažādu pašvaldību sociālajiem dienestiem, sporta federācijām un klubiem un administratīvajām iestādēm, kas strādā ar šīm iedzīvotāju grupām. Pēc tam pasākuma

rīkotājam būtu jāorganizē tikšanās ar attiecīgajām organizācijām, lai identificētu un noteiktu, kā tās var iesaistīties un piedalīties BeActive Pludmales spēļu pasākumā.

Tas jādara vismaz trīs mēnešus pirms pasākuma, lai iestādes varētu organizēt savu dalību, dodot tām pietiekami daudz laika izskaidrot pasākuma plānu dalībniekiem un meklētu mentoru vai vēstnieku, kurš tos var pavadīt un apmācīt.

Tāpat ir ieteicams aicināt uz tikšanos vietējās iestādes un to vadību kopā ar ieinteresētajiem jauniešiem, kuras laikā pasākuma rīkotāji var tiešā veidā izskaidrot gaidāmo pasākumu un tā specifiku.

Ja nepieciešams, rīkotāji var arī uz vietas rīkot apmācību dalībniekiem, kuri pārstāv minoritātes, un ļaut dalībniekiem iepazīties ar pasākuma norises vietu.



ATBALSTS TRANSPORTAM, ĒDINĀŠANAI UN MATERIĀLIEM

Lai pasākumā varētu piedalīties minoritātes, ir jānodrošina atbalsts ceļa un ēdināšanas izdevumu segšanai, ņemot vērā to, ka šīm iestādēm vai centriem var nebūt ekonomiskas iespējas to nodrošināt pašu spēkiem. Dalība pasākumā nedrīkst kļūt šīm iedzīvotāju grupām par apgrūtinājumu.

Vēl viens aspekts, kas var samazināt sociālās atstumtības riskam pakļauto cilvēku līdzdalību, ir, iespējams, pielāgota sporta aprīkojuma trūkums (piemēram, cilvēkiem ar funkcionālības traucējumiem). Tādēļ ir jāatrod veidi, kā finansēt vai atbalstīt šīs iedzīvotāju grupas, jo īpaši, ja neviens sponsors vai pašvaldība nevēlas segt šos izdevumus un/vai sniegt nefinansiālu atbalstu. Viens no šīs situācijas risinājumiem varētu būt pasākuma mērķu detalizēta skaidrošana un sadarbība ar dažādiem sporta zīmoliem.

SPORTA KLUBU IESAISTĪŠANA

Sporta klubu iesaistīšana var kalpot kā stimuls cilvēku iedvesmai piedalīties pasākumā un pēc pasākuma pievienoties sporta klubiem. Vienošanās starp

pasākuma rīkotājiem un klubiem varētu ietvert iespēju dalībniekiem pievienoties klubam ar īpašiem nosacījumiem (piemēram, sporta klubi var radīt pievilcīgus apstākļus, lai veicinātu iesaistīšanos – bezmaksas biļetes uz spēlēm un mačiem, tostarp tādiem, kas nav saistīti ar pludmales sportu).

Pasākums Rīgā tika organizēts ar Latvijas Florbola savienības atbalstu, iesaistot bērnus no diviem bērnnunamiem un dažus jauniešu ar garīgās attīstības traucējumiem. Šie minoritāšu grupu pārstāvji tika iesaistīti florbola spēlēs. Tātad, pasākuma organizatoriem ir jāveido ciešas saiknes ar sporta federācijām un citiem partneriem, lai saprastu, kādas priekšrocības viņi var sniegt pasākuma veiksmīgai norisei.

6. KOMUNIKĀCIJA UN MĀRKETINGŠ

VISPĀRĪGĀS VADLĪNIJAS

BeActive Pludmales spēļu komunikācijas un mārketinga mērķis ir reklamēt pasākumu un tā misiju, palīdzot piesaistīt vairāk dalībnieku un nodrošināt tā ilgtspējību. Vispārējās komunikācijas un mārketinga vadlīnijas pa soļiem iepazīstinās ar posmiem, kas ir līdzīgi Pludmales spēļu organizēšanas posmiem, ti., (1) komunikācijas un mārketinga plāna izstrāde, (2) plāna izpilde pasākuma laikā, (3) atsauksmju vākšana un plāna novērtēšana.

BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU KOMUNIKĀCIJAS UN MĀRKETINGA VISPĀRĪGĀS VADLĪNIJAS

1

NOSAKIET MĒRĶUS

Kādi rezultāti ir
jāsasniegt, īstenojot
komunikācijas
plānu

2

DEFINĒJIET MĒRĶAUDITORIJU

Ir jāizstrādā dažādi paziņojumi dažādām
mērķauditorijām un jāizmanto dažādi kanāli

3

IZSTRĀDĀJIET PAZIŅOJUMUS UN SATURU

Saturā jāiekļauj īss pārskats par pasākumu,
tā mērķiem, statistikas faktiem, vispārējo
fizisko aktivitāšu statistiku, iedvesmojošiem
vēstnieku un atsevišķu mērķa grupu
pārstāvju stāstiem utt.

4

IZVĒLIETIES ATBILSTOŠUS SAZIŅAS KANĀLUS

Piederošie un partneru mediji – Reklāma –
Attiecības ar medijiem un plašsaziņas līdzekļu
informēšana – Sociālo mediju plāni – Vēstnieku
programma – Reklāmas materiāli un zīmolu
produkti – Sabiedrības informēšana

5

IZSTRĀDĀJIET UN IZPILDIET PLĀNU UN SAGATAVOJIET KAMPAŅAS MATERIĀLUS

Lai iegūtu labākos rezultātus un
nodrošinātu kampaņas konsekveni,
izstrādāji komunikācijas un mārketinga
rīcības plānu un sastādi kampaņas grafiku

6

IZSTRĀDĀJIET KRĪZES KOMUNIKĀCIJAS PLĀNU

Viens no galvenajiem riskiem BeActive
Pludmales spēļu laikā ir saistīts ar sabiedrības
drošību. Organizatoriem pirms pasākuma ir
jāsagatavo skaidrs krīzes komunikācijas plāns

7

NOVĒRTĒJIET KOMUNIKĀCIJU

Dalībnieku skaits – Mediju monitorings –
Dalībnieku aptauja – Ātrās aptaujas
tiešsaistē – utt.

1. NOSAKIET MĒRĶUS

Pirmais solis ir noteikt mērķus – ko rīkotāji vēlas
panākt, īstenojot komunikācijas plānu. Ja mērķu
noteikšanai izmantosiet SMART vai latviski TRIKS
formulu (Terminēts, Reālistisks, Izmērāms,
Konkrēts un Sasniedzams) tas palīdzēs vēlāk
novērtēt rezultātus. Šeit ir uzskaitīti daži potenciālie
mērķi:

- ▶ Izpratnes veicināšana vai domāšanas maiņa, aicinot cilvēkus būt aktīvākiem, atpūšoties pludmalē;
- ▶ Izpratnes veidošana par pludmales sportu;

- Dalībnieku skaita palielināšana;
- Īpašu mērķa grupu, piemēram, ģimeņu ar dalībniekiem no dažādām paaudzēm, personu ar funkcionāliem traucējumiem, vietējās kopienas pārstāvju, riskam pakļautu personu utt. iesaistīšana.

2. DEFINĒJIET MĒRĶAUDITORIJU

Identificējiet un definējiet mērķauditoriju: ir nepieciešams izstrādāt dažādus paziņojumus un metodes, ar kādām tiks uzrunātas dažādas grupas:

PASĀKUMA RĪKOTĀJU IEKŠĒJIE KOMUNIKĀCIJAS SAKARI

- Organizācijas partneri;
- Sporta organizācijas (piemēram, federācijām, klubiem, asociācijām utt.), kas nodarbojas ar pasākumā pārstāvētajām disciplīnām;
- Pašvaldības (kurās notiek pasākums);
- Valsts iestādes, politiķi, sabiedriskie darbinieki (piemēram, Eiropas Komisija, Izglītības un zinātnes ministrija, Veselības ministrija, Labklājības ministrija, uc.);
- Sponsoru, ja tādi ir (piemēram, izstrādāt zīmola aktivizēšanas programmas, abām pusēm labvēlīgas komunikācijas programmas utt.).

PASĀKUMA RĪKOTĀJU ĀRĒJIE KOMUNIKĀCIJAS SAKARI

- Sabiedrība (tostarp organizācijas un uzņēmumi);
- Ģimenes un visu paaudžu iedzīvotāji;
- Minoritāšu grupas, piemēram, riskam pakļautas personas, imigranti, personas ar funkcionāliem traucējumiem;
- Vietējās partnerorganizācijas un partneru pasākumi.

3. IZSTRĀDĀJIET PAZIŅOJUMUS UN SATURU

PAZIŅOJUMI

Lai nodrošinātu konsekventu komunikāciju visos kanālos un visiem partneriem, tostarp pārstāvjiem un vēstniekiem, ir jāizstrādā galveno paziņojumu kopums. Paziņojumi ir jāpapildina ar vietējas nozīmes informāciju, vēršoties pie mērķauditorijām ar konkrētām tēmām, reklamējot pasākumu un tā vīziju.

KONTEKSTUĀLAIS SATURS

Ir jāizstrādā kontekstuāls saturs, kas izmantojams attiecībā ar plašsaziņas līdzekļiem un preses pārstāvjiem interviju laikā. Saturā jāiekļauj īss pārskats par pasākumu, tā mērķiem, statistikas faktiem par sporta spēlēm, iedvesmojošiem vēstnieku un atsevišķu mērķa grupu pārstāvju stāstiem utt.



4. IZVĒLIETIES ATBILSTOŠUS KANĀLUS SAZIŅAI AR MĒRĶAUDITORIJU

PIEDEROŠIE UN PARTNERU MEDIJI

- ▶ Izmantojiet organizācijas kanālus (piemēram, tīmekļa vietni, sociālo mediju platformas, informatīvos biļetenus utt.), lai piesaistītu esošo auditoriju;
- ▶ Ja nepieciešams, izveidojiet kampaņas mikrovietni;
- ▶ Kampaņas laikā pielāgojiet tai kanālu zīmolus;
- ▶ Izmantojiet informatīvos biļetenus, ja tie ir piemēroti un atbilstoši, lai nosūtītu tiešus paziņojumus izvēlētajām un saistītajām pasākuma auditorijām;
- ▶ Izmantojiet partnerorganizāciju kanālus, ja un kur tas ir iespējams un lietderīgi.



REKLĀMA

- ▶ Vienkāršiem paziņojumiem izmantojiet reklāmu – TV, radio, drukātos materiālus, vides reklāmu utt.;
- ▶ Apsveriet iespēju piedāvāt abpusēji izdevīgas partnerattiecības plašsaziņas līdzekļiem, tieši iesaistot tos sociālo mediju kampaņā.

ATTIECĪBAS AR MEDIJIEM UN MEDIJU INFORMĒŠANA

- ▶ Definējiet mērķa plašsaziņas līdzekļus un sazinieties ar izvēlētajiem medijiem un žurnālistiem;
- ▶ Izstrādājiat saturu, kas aptver paziņojumus – uz pierādījumiem balstītus datus, izziņošanas vērtus notikumus, informāciju par augsta līmeņa vēstniekiem vai konkrētus stāstus, kas varētu interesēt plašsaziņas līdzekļus;
- ▶ Izstrādājiat plānu, lai aktivizētu medijus ar preses relizēm, preses konferencēm vai mediju pasākumiem, izmantojot augsta līmeņa pārstāvjus, mediju partnerības līgumus utt.;
- ▶ Ierosiniet konkrētu mediju intervijas, ziņu stāstus vai radiet interesi par konkrētu tēmu.

SOCIĀLO MEDIJU PLĀNI

- ▶ Pārbaudiet pašreizējo klātbūtni sociālajos medijos – tīklus, kuros organizācija pašlaik ir aktīva, efektīvos tīklus, to veidu un saturu, kas organizācijā darbojas un kas nedarbojas;
- ▶ Identificējiet sociālo mediju auditoriju un izprotiet tās vajadzības un cerības. Ņemiet vērā, ka sociālajos medijos varētu būt aktīva tikai daļa kampaņas auditorijas;
- ▶ Definējiet sociālo mediju lomu – vai cilvēki tiks izglītoti, iesaistīti vai aicināti piedalīties pasākumā;
- ▶ Izstrādājiat sociālo mediju plānu, ieskaitot satura kalendāru. Izstrādājiat vērtīgu, pievilcīgu un saistošu saturu (piemēram, attēlus, videoklipus, infografikas, intervijas, stāstus tiešraidē utt.);
- ▶ Izsekojiet un novērtējiet plāna izpildes rādītājus un attiecīgi pielāgojiet stratēģiju.

VĒSTNIEKU PROGRAMMA

- ▶ Izvirziet mērķi iesaistīt vēstniekus: vai tā uzdevums ir uzrunāt vairāk cilvēku, nodrošināt uzticēšanos paziņojumam, piesaistīt konkrētas grupas uzmanību, vai piešķirt papildu spēku kampaņas paziņojumiem, kas ir paredzēti lēmumu pieņēmējiem un ieinteresētajām personām;
- ▶ Nosakiet, kas varētu būt vispiemērotākie pasākuma vēstnieki, izvēloties personas, kuru viedokļi, uzskati un uzvedība sakrīt ar izziņošanai paredzētajām vērtībām un vēstījumu; kā prioritāte ir jāizvirza slavenības, bijušie sportisti, sabiedrības pozitīvie paraugi;

- ▶ Vērsieties pie potenciālajiem vēstniekiem un vienojieties par abpusēji izdevīgu sadarbību, piedāvājot atbilstošu atbalstu vai atlīdzību;
- ▶ Nodrošiniet vēstniekus ar atbilstošu un skaidru informāciju par pasākumu, kā arī sniedziet padomus, kas palīdzētu aizstāvēt, izklāstīt un radīt atbilstošu saturu;
- ▶ Definējiet jomu, kurā sadarbosities ar vēstniekiem, sniedzot skaidras vadlīnijas par to, kāds saturs viņiem būtu jāpauž, vai radiet pielāgotu saturu, ko viņi var izmantot komunikācijā.

REKLĀMAS MATERIĀLI UN ZĪMOLU PRODUKTI

- ▶ Izvērtējiet plakātus, skrejlapas un brošūras kā atbilstošu un salīdzinoši lētu veidu, kā sniegt informāciju vietās, kur jau ir dabiska interese par sportu (piemēram, sporta klubi, citi sporta pasākumi, partnerorganizācijas, apmeklētākās vietas, piemēram, veikali, kafejnīcas utt.);
- ▶ Centieties radīt pasākuma klātbūtnes izjūtu cita pasākuma norises vietā, vēl pirms paša pasākuma, lai palielinātu informētību, piesaistītu uzmanību un jaunus dalībniekus (piemēram, ielu karogi, plakāti, pludmales saulesargi, stendi, reklāma uz sabiedriskajiem transportlīdzekļiem, piemēram, taksometriem, autobusiem, slēptā reklāma utt.);
- ▶ Sadarbība ar pasākuma norises vietas īpašnieku ir vēl viena reklāmas iespēja, jo sporta pasākumi sniedz pievienoto vērtību un padara norises vietas zīmolu pievilcīgu;
- ▶ Izmantojiet komunikācijā un mārketingā firmas produktus, piemēram, cepures, T-krekus, krūzītes, piemēram, kā balvas sacensību dalībniekiem. Tas uzlabo zīmola atpazīstamību.

KOPIENAS INFORMĒŠANA

Iesaistieties tiešā saziņā ar organizācijām, kas pārstāv mērķa grupas – ģimenes organizācijas, senioru pārstāvjus, klubus un apvienības utt. –, lai nodrošinātu, ka pasākums ir svarīgs vietējai sabiedrībai un veicinātu tās līdzdalību.

5. IZSTRĀDĀJIET UN IZPILDIET PLĀNU UN SAGATAVOJIET KAMPAŅAS MATERIĀLUS

- ▶ Lai iegūtu labākos rezultātus un nodrošinātu kampaņas konsekveni, izstrādāji komunikācijas un mārketinga rīcības plānu un sastādi kampaņas grafiku;
- ▶ Izstrādājot kampaņas grafiku, padomāji par pieejamiem resursiem – veltiet pietiekami daudz laika un veltiet pietiekami lielu budžetu visu komunikācijas un mārketinga materiālu izstrādei, apstiprināšanai un ražošanai;
- ▶ Pastāvīgi uzraugiet tūlītējos rezultātus, lai apkopotu atsauksmes, mērķauditorijas reakciju uz to, kas tiek paziņots, un attiecīgi pielāgoji plānu;
- ▶ Iepazīstini ar vispārējo komunikācijas un mārketinga plānu runātājus, vēstniekus un citas plāna izpildē iesaistītās personas, kā arī informēji par katras personas īpašo lomu;
- ▶ Izmantoji piedāvātos vizuālās identitātes materiālus (piemēram, vizuālās identitātes vadlīnijas, tādus elementus kā logotipi, fonti, vizuālie materiāli – attēli, grafiskie elementi, kā arī partneru logotipi – jebkuru komunikācijas materiālu vai to izkārtojumu izgatavošanai – TV reklāmas, sociālo mediju video, produkta virzīšana tirgū utt.).

Reklamēji un izmantoji mirkļbirkas
#BeActiveAtBeach and #BeActive

6. IZSTRĀDĀJIET KRĪZES KOMUNIKĀCIJAS PLĀNU

Krīze tiek definēta kā negaidīts un destruktīvs notikums ar augstu draudu līmeni un negatīvu ietekmi uz pasākuma norisi. Viens no galvenajiem riska faktoriem BeActive Pludmales spēļu laikā ir saistīts ar sabiedrības drošību. Organizatoriem pirms pasākuma ir jāsagatavo skaidrs krīzes komunikācijas plāns, tostarp:

- ▶ Jādefinē cilvēku grupa (piemēram, pasākuma direktors, jurists, komunikācijas vadītājs, medicīnas personāls), kas uzņemas atbildību krīzes gadījumā;
- ▶ Jāsniedz grupai katra tās dalībnieka kontaktinformācija;
- ▶ Jāizveido trauksmes sistēma, lai uzraudzītu un atzīmētu potenciāli kritiskas vai krīzes situācijas;
- ▶ Jāizstrādā rīcības plāns potenciāliem gadījumiem (piemēram, dalībnieku traumas pasākuma laikā, negadījumi uz ūdens utt.) un jāpārliecinās, ka pasākuma rīkotājs, darbinieki, partneri un brīvprātīgie ir informēti par šo plānu;
- ▶ Sagatavojiet publisko paziņojumu un preses relīžu projektus par potenciāliem gadījumiem.

7. NOVĒRTĒJIET KOMUNIKĀCIJAS KAMPAŅU

Kampaņas idejas, izpildes, ziņojumu un kanālu tieša un tūlītēja novērtēšana noteiks, vai un cik lielā mērā mērķi ir sasniegti. Jāņem vērā šādi dati:

- ▶ Dalībnieku skaits;
- ▶ Mediju monitorings, publikāciju skaits, kā arī satura analīze;
- ▶ Dalībnieku aptauja;
- ▶ Ātrās aptaujas tiešsaistē.

Lai piesaistītu dalībniekus BeActive Pludmales spēlēm Rīgā, komunikācija tika sadalīta divos virzienos: (1) pasākuma publicitāte kopumā un (2) katra atsevišķā sporta veida publicitāte. Latvijas Sporta federāciju padome kā galvenais pasākuma rīkotājs izsūtīja medijiem un ziņu aģentūrām informatīvas preses relīzes par pasākumu, publicēja informāciju BeActive Pludmales spēļu tīmekļa vietnē un sociālo tīklu kontos Instagram, Facebook un Twitter. Informācija tika izplatīta arī, izmantojot sabiedrisko mediju resursus, piemēram, Latvijas Radio, Latvijas Televīziju un žurnālu "Sports", kas aptver plašu auditoriju un piekrita sniegt bezmaksas publicitāti, tostarp nacionālo sporta ziņu galvenajā raidlaikā pirms pasākuma un tā laikā. Personīgie kontakti un klātienes komunikācija bija vērsta arī uz publicitātes iegūšanu vadošajos komerciālajos sporta medijos internetā, piemēram sportacentrs.com, delfi.lv, tvnet.lv un news.lv.

Sporta federācijām tika lūgts iekļaut viņu tīmekļu vietnēs BeActive Pludmales spēļu preses relīzes, plakātus un logotipus. Tāpat tika izmantota federāciju esošā sadarbība ar to sponsoriem, piemēram, Latvijas Florbola savienība nodrošināja pasākuma bezmaksas publicitāti veikalu tīkla "Elvi" digitālajos displejos.

Informatīvā kampaņa tika organizēta, pamatojoties uz komunikācijas plānu un komunikācijas vadlīnijām, kas tika sagatavotas un nosūtītas visiem iesaistītajiem partneriem.

BeActive Pludmales spēļu pasākumam Rīgā un Portimao bija izveidotas īpašas tīmekļa vietnes (www.pludmalesspeles.lv; www.portimao.beactivebeachgames.com), kas saistītas ar BeActive Pludmales spēļu projekta oficiālo tīmekļa vietni (www.beactivebeachgames.com). Informācija par Portugāles pasākumu tika izplatīta arī Portugāles Sporta un jaunatnes institūta tīmekļa vietnē un sociālajos tīklos, cenšoties uzrunāt pēc iespējas vairāk cilvēku, kas piedalītos pasākumā. Arī Portimao pašvaldība un saistītās ieinteresētās personas bija iesaistītas informācijas par pasākumu izplatīšanā, aicinot iedzīvotājus to apmeklēt.



7. MONITORINGS (ATSAUKSMES UN VĒRTĒŠANA)

ATSAUKSMES UN VĒRTĒŠANA

Paralēli pasākuma organizēšanai rīkotājiem būtu jāizveido monitoringa sistēma, kas ļautu saņemt precīzas un vērtīgas atsauksmes pasākuma laikā un pēc tā. Šajā sistēmā ir jāiekļauj dažādu mērķa grupu (piemēram, dalībnieku, partneru, federāciju, tiesnešu, brīvprātīgo utt.) aptaujas. Aptauja var būt pieejama tiešsaistē, lai nodrošinātu, ka to aizpildīs pēc iespējas vairāk cilvēku un tiks samazināta papīra formāta aptaujas lapu ietekme uz vidi. Organizatoriem būtu jāiesaista sava komanda un brīvprātīgie, lai nodotu aptaujas anketas visām attiecīgajām ieinteresētajām personām.

APAĻĀ GALDA DISKUSIJAS

Apaļā galda diskusijas ir lielisks veids, kā sniegt un saņemt mērķtiecīgas atsauksmes un iesaistīties padziļinātās diskusijās.

TEHNISKĀ INFORMĀCIJA PAR APAĻĀ GALDA DISKUSIJĀM:

- ▶ Darbs apaļā galda diskusijās tiek organizēts vairākās fokusa grupās, kurās dalībnieki tiek sadalīti atbilstoši viņu vecuma grupai (bērniem, pusaudžiem, pieaugušajiem, senioriem), vienlaikus apvienojot dažādas iedzīvotāju grupas un nodrošinot minoritāšu grupu pārstāvību;
- ▶ Pasākuma rīkotājiem ir jāiepazīstina ar pasākumu un tā rezultātiem;
- ▶ Apaļā galda diskusijās būtu skaidri jāuzsver BeActive Pludmales spēles, un to rezultāti būtu jāpublisko sociālajos medijos, tīmekļa vietnēs, tostarp publicējot fotoattēlus, videoklipus utt.

EFEKTĪVU APAĻĀ GALDA DISKUSIJU RAKSTUROJUMS:

- ▶ Laiks tiek rūpīgi pārvaldīts, paredzot pietiekami daudz laika diskusijām;
- ▶ Koordinators prasmīgi vada diskusiju, iesaistot visus runātājus un risinot visas problēmas;
- ▶ Runātāji sniedz skaidrus ziņojumus un konkrētu atgriezenisko saiti.

CITI FAKTORI, KURIEM IR JĀPIEVĒRŠ UZMANĪBA:

- ▶ Apaļā galda diskusijām ir jābūt interaktīvām, tāpēc iesakām atturēties no dalībnieku prezentācijām, ja vien tās nekalpo kā īss tēmas ievads;

Apaļā galda diskusijas 1. un 2. Pludmales spēļu pasākumu laikā bija BeActive Pludmales spēļu modeļa galvenā izstrādes un testēšanas sastāvdaļa, un tajās tika sniegta informācija par metodisko instrumentu kopumu izstrādi un popularizēšanu. Tās arī veido efektīvu platformu, lai darītu zināmus un izplatītu BeActive Pludmales spēļu projekta rezultātus, palīdzot uzlabot pasākuma profilu, radot jaunas iespējas paplašināt BeActive Pludmales spēļu kustību un veidojot nākotnes partnerības.

- ▶ Pasākuma rīkotājs var iepriekš sagatavot jautājumus un iesniegt tos reģistrētajiem dalībniekiem;
- ▶ Atsauksmju aptaujas rezultāti ir jāsanem un jāapkopo pirms apalā galda diskusijas.

GALVENIE IETEIKUMI DISKUSIJAS VADĪTĀJAM:

- ▶ Saglabājiet pozitīvu, atbalstošu, uz konkrēto jautājumu vērstu attieksmi;
- ▶ Izvairieties no izvērstas iekļaušanās sarunā, pārliecinieties, ka ikvienam ir iespēja runāt;
- ▶ Skaidri iepazīstiniet ar diskusijas tēmu;
- ▶ Izstrādājiet sistēmu jautājumu uzdošanai, atbilžu saņemšanai, diskusiju moderēšanai un mainītu lēmumu atskaņošanai;
- ▶ Pārliecinieties, ka cilvēki jūtas ērti un nekautrējas uzdot jautājumus un izcelt problēmas; nevērtējiet dalībnieku viedokļus;
- ▶ Izdariet secinājumus un apkopojiet sanāksmju, diskusiju galvenos rezultātus, saskaņojiet paziņojumus/rīcības plānu un turpmākās darbības.

Gan Rīgā, gan Portimao apaļā galda diskusija tika organizēta dienu pēc BeActive Pludmales spēlēm. Atsauksmes par pasākumu tika uzaicināts sniegt vismaz viens katras iesaistītās ieinteresētās personas pārstāvis – tehniskie organizatori, brīvprātīgie, federāciju pārstāvji, tiesneši un dalībnieki. Diskusija tika sagatavota, pamatojoties uz rezultātiem, kas iegūti no atsauksmēm, kuras tika apkopotas pēc 2 dienas ilgā pasākuma.

Šī diskusija ar pierādījumos balstītiem rezultātiem palīdzēja saprast, vai tika sasniegti pasākuma galvenie mērķi. Tā arī palīdzēja saprast, ka tehnisko organizatoru

iesaistīšana bija veiksmīga, un, ja ir interese, tad pasākumu varētu organizēt arī nākamajos gados (mantojums).



8. LĪDZEKĻU PIESAISTĪŠANA

Nevienu pasākumu nevar organizēt bez budžeta. Ir jāidentificē pasākuma unikālie “pārdošanas punkti”, un tie ir jāprezentē potenciālajiem finansētājiem, piemēram, valdības aģentūrām, fondiem, sponsoriem vai ziedotājiem. Elastīgums un radošums ir svarīgi jautājumi, kas jāņem vērā šajā procesā, un ieinteresētās personas varētu būt gatavas atbalstīt pasākumu arī ar citiem nemonetāriem resursiem (piemēram, infrastruktūras aprīkojumu, izziņošanu, infrastruktūru un sporta aprīkojumu, loģistiku, balvām, publisko redzamību, ēdināšanu, transportu, drošības un neatliekamās palīdzības dienestiem utt.).

IZDEVUMU NOVĒRTĒŠANAS UN “VAJADZĪBU” ANALĪZES KONTROLSARAKSTĀ LĪDZEKĻU VĀKŠANAI IR JĀIEKĻAUJ:

- ▶ Kāds ir pasākuma projekta koncepts?
- ▶ Kādas ir projekta vērtības?
- ▶ Kāpēc kādam vajadzētu būt ieinteresētam finansiāli atbalstīt pasākumu?
- ▶ Ko partneri var iegūt un ko rīkotāji var piedāvāt potenciālajiem sponsoriem/ieinteresētajām personām?
- ▶ Cik liels finansiālais atbalsts ir nepieciešams?
- ▶ Vai atbalsta sniegšanas priekšlikums ir adresēts pareizajai personai/uzņēmumam vai iestādei un pareizajā formātā?
- ▶ Vai rīkotāji var paši atrisināt ar grāmatvedību, dokumentāciju un tehniskajiem un finanšu pārskatiem saistītos jautājumus?

SPONSORĒŠANAS/LĪDZEKĻU VĀKŠANAS PRIEKŠLIKUMĀ JĀIEKĻAUJ:

- ▶ Īsa, koncentrēta informācija par organizāciju;
- ▶ Pasākuma kopsavilkums;
- ▶ Precīzs vajadzības apraksts: pārskats, problēma, mērķi (izmantojiet faktus, statistiku, politikas dokumentus);
- ▶ Mērķi un uzdevumi;
- ▶ Metodoloģija un grafiks;
- ▶ Auditorijas un komunikācijas plāna apraksts;
- ▶ Konkrēts sponsorēšanas priekšlikums;
- ▶ Budžeta kopsavilkums;
- ▶ Kontaktinformācija.

Paturiet prātā BeActive Pludmales spēļu koncepta unikālās vērtības un koncentrējiet centienus atrast sponsorus un savākt līdzekļus uz visatbilstošākajām ieinteresētajām personām/uzņēmumiem un kompānijām. Kurš būtu ieinteresēts reklamēt/popularizēt savus produktus/pakalpojumus Pludmales spēļu pasākuma laikā? Piemēram, padomājiet par sporta aprīkojuma nodrošinātājiem, ūdens un saldējuma ražotājiem, sauļošanās un ādas kopšanas uzņēmumiem, uzņēmumiem, kas piedāvā aktivitātes uz ūdens, ilgtspējīgu produktu zīmoliem, organizācijas, kas piedāvā sporta pasākumus uz jūras un svaigā gaisā, utt.



9. IETEIKUMI UN NOSLĒGUMA PIEZĪMES

VISPĀRĪGO IETEIKUMU SARAKSTS BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU RĪKOTĀJIEM

- ▶ Izpētes darbs notiek pēc apaļā galda diskusiju principa, tas tiek organizēts vairākās fokusa grupās, kur dalībnieki tiek sadalīti atbilstoši viņu vecuma grupai (bērni, pusaudži, pieaugušie, seniori), vienlaikus apvienojot dažādas iedzīvotāju grupas un nodrošinot minoritāšu grupu pārstāvību;
- ▶ Nav tāda modeļa "viens izmērs der visiem". BeActive Pludmales spēles Rīgā un Portimao atšķirās, jo katras atspoguļoja savas valsts vēsturisko un kultūras pieredzi, kā arī ekonomisko un politisko kontekstu. Līdz ar to šī rokasgrāmata un aprakstītie modeļi būtu jāuztver kā norādījumi, kas jāpielāgo katras organizācijas modelim, pamatojoties uz tās valsts kontekstu.
- ▶ Pirms modeļa pielāgošanas un BeActive Pludmales spēļu pasākuma plāna izstrādes, veiciet analīzi, samazinot neveiksmes iespējas, novēršot iespējamus riskus un izceļot savas stiprās puses.
- ▶ Bieži pārskatiet kontrolsarakstus, lai pārlicinātos, vai nav jāizstrādā kādas izmaiņas, vai ja plānošanas procesā ir kaut kas mainījies.
- ▶ Samazināt jebkādu risku iespējamību, iesaistot policiju un ugunsdzēsības dienestu, pirmās palīdzības dienestus, glābējus utt., un sadarbojieties ar vietējo pašvaldību, kurai ir šo dienestu pārvaldības pilnvaras un pieredze vietējā teritorijā.
- ▶ Brīvprātīgo ieguldījums ir pasākuma panākumu atslēga; pienācīgi informējiet viņus par pasākumu un nodrošiniet apmācību pirms pasākuma, lai uzlabotu viņu sniegumu.
- ▶ Lai samazinātu izmaksas, var izvēlēties vietu ar jau esošu sporta infrastruktūru un aprīkojumu. Tomēr pārliecinieties, ka šajās sporta infrastruktūrās tiek veikta kvalitātes pārbaude, iesaistot šajā procesā attiecīgās sporta federācijas, klubus un vietējās iestādes.
- ▶ Pārliecinieties, ka budžets tiek plānots rūpīgi, ņemot vērā visas iespējamās izmaksas, un vienmēr plānojiet ārkārtas līdzekļus ar rezervi neparedzētām izmaksām, ko var samazināt, bieži pārskatot budžetu un pasākuma izdevumus.
- ▶ Plānojiet komunikācijas un mārketinga stratēģiju (sociālo mediju ziņas, reklāmas utt.) laikus, izveidojot kalendāru, lai pārvaldītu plānu un panāktu maksimālus rezultātus.
- ▶ Lai radītu pasākuma ilgtermiņa mantojumu, atcerieties plānot visas uzraudzības un novērtēšanas darbības, analizēt pasākuma rezultātus un galvenos panākumu iemeslus, ņemot vērā gūto pieredzi. Tas palīdzēs uzlabot jūsu organizācijas pasākumu vadības prasmes, kuras lieti noderēs citu pasākumu plānošanā.

**KATRS CILVĒKS VAR BŪT
FIZISKI AKTĪVS NEATKARĪGI
NO VECUMA, VESELĪBAS
STĀVOKĻA, FIZISKAJĀM
SPĒJĀM VAI PRASMĒM.**

10. BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU PIEMĒRS PILSĒTVIDĒ PLUDMALĒ PIE UPES RĪGĀ, LATVIJĀ



PLUDMALES IZAICINĀJUMI

Līdzsvara dēlis, pupu maisa spēle, bouldering (kāpšanas sports), Ģimenes Kauss, bērnu vieglatlētika, vīrves vilkšana, tekbolds, velotriāls



PLUDMALES SPĒĻES

Pludmales florbols, pludmales futbols, pludmales handbols, pludmales teniss, krosmintons, pludmales sēdvolejbols, ratiņteniss

PARAUGDEMONSTRĒJUMI UN IZMĒĢINĀJUMA SESIJAS

* Visi iepriekš minētie pludmales sporta veidi un aktivitātes



17-18.08.2019 | RĪGA

AKTIVITĀTES UZ ŪDENS

Burāšana (Laser 4.7, Laser Radial, Techno 293, Optimist)
SUP airēšana (200 m, SUP pūķu sacīkstes), peldēšana



AKTIVITĀTES PLUDMALĒ

Riteņbraukšana, disku golfs, skriešana, pludmales tautas bumba, nūjošana, petanks, parašaušana, skeitbords, triatlons



1. BEACTIVE PLUDMALES SPĒLES



VIETA

Lucavsalas atpūtas parks
un Ķīpsalas pludmale



LAIKS

2019. gada
17.-18. augusts

REC O

PASĀKUMA ATSKATA VIDEO

beactivebeachgames.lv



Organizējot BeActive Pludmales spēles, īpaša uzmanība ir jāpievērš laika un vietas izvēlei. Rīgas piemērā atrašanās vieta tika izvēlēta, ievērojot projekta vadlīnijas (pilsētas teritorija), un ar mērķi izmantot jau esošas sporta infrastruktūras abās norises vietās. Tika izvēlēti datumī, kas ļāva iekļaut pasākumu Rīgas pilsētas svētkos, tādējādi nodrošinot sadarbību ar Rīgas domi.

Tehniskās prasības infrastruktūrai un aprīkojumam BeActive Pludmales spēlēm Rīgā tika iedalītas divās daļās – vispārējās un specifiskās prasības sporta aktivitāšu īstenošanai.

GALVENAIS PASĀKUMS – TEHNISKĀS PRASĪBAS INFRASTRUKTŪRAI UN APRĪKOJUMAM

Galvenajā norises vietā, Lucavsalas atpūtas parkā (aptuveni 400 X 250 m liels), divu dienu laikā notika divdesmit sporta aktivitātes, sacensības un paraugdemonstrējumi.

Otrajā norises vietā, Ķīpsalas pludmalē (aptuveni 150 X 100 m lielumā), notika divas aktivitātes un sacensības pludmalē, un viena aktivitāte notika blakus esošajā Daugavā. Abas vietas uztur Rīgas dome, tāpēc iepriekšēja zāles vai seguma sakopšana vai atjaunošana nebija nepieciešama. Tomēr pasākuma rīkotājam bija jānogādā un jāizveido infrastruktūra un aprīkojums, lai Rīgā varētu rīkot BeActive Pludmales spēles.



INFRASTRUKTŪRA UN APRĪKOJUMS

- ▶ **GALVENĀ SKATUVE** – uz divām dienām tika uzstādīta galvenā skatuve. Tā tika izmantota atklāšanas ceremonijai, sporta veidu paraugdemonstrējumiem un apbalvošanas ceremonijām;
- ▶ **SKAŅAS IEKĀRTAS** – katram sporta veidam tika nodrošināta skaņas iekārta, tālvadības pults un mikrofons;
- ▶ **ELEKTROAPGĀDE** – dīzeļģeneratori;
- ▶ **APGAISMOJUMS** – skatuvei un sporta laukumiem;
- ▶ **TELTIS, KRĒSLI, GALDI** – tika uzslietas šādas teltis: 2 reģistrācijas un informācijas centra teltis; 2 ģērbtuvju teltis, viena telts mantu glabāšanai un viena tehniskā telts. Kopumā šajās teltīs tika ievietoti 20 galdi un 30 krēsli;
- ▶ **TUALETES, IZLIETNES** – viena zona ar 4 tualetēm un 2 izlietnēm;
- ▶ **ATKRITUMU TVERTNES** – novietotas ap pasākuma vietu un blakus pārtikas stendiem;
- ▶ **ŽOGS** – pavisam 330 m garš, tika izmantots volejbolam, futbolam un galvenajai skatuvei;
- ▶ **BIROJA PIEDERUMI** – datori, printeri, laminēšanas iekārtas, pildspalvas un papīrs.

ATĻAUJAS

Šeit ir uzskaitītas galvenās atļaujas, kas bija jāsaņem pasākuma organizēšanai, tomēr pasākuma organizēšanai nepieciešamās atļaujas katrā valstī un pasākuma norises vietā var atšķirties:

- ▶ Reklāmas izvietošanas atļauja;
- ▶ Mūzikas atskaņošanas atļauja;
- ▶ Upes slēgšanas atļauja;
- ▶ Norises vietas izmantošanas atļauja.

VIZUĀLAIS NOFORMĒJUMS

Pasākuma rīkotāji bija atbildīgi par vizuālo noformējumu abās norises vietās un par BeActive Pludmales spēlēm Rīgā. Profesionālu pakalpojumu sniegšanai visā pasākuma laikā tika noslēgti līgumi ar privātiem uzņēmumiem. Visa Lucavsalas atpūtas parka un Ķīpsalas pludmales vizuālai noformēšanai tika iesaistīts digitālā dizaina un ražošanas uzņēmums, kurš nodrošināja:

- ▶ Karogus;
- ▶ T-krekļus;
- ▶ Stendus un reklāmas;
- ▶ Reklāmu pie galvenās skatuves;
- ▶ Salokāmus reklāmas bukletus.

PERSONĀLS UN PAKALPOJUMI

BeActive Pludmales spēļu plānošanas, organizēšanas un vadīšanas panākumus Rīgā lielā mērā noteica tas, cik labi pasākuma darbinieki veica savus uzdevumus pirms pasākuma un tā laikā. Pasākuma vadības personāls bija šāds:

- ▶ Sporta disciplīnu vadošie organizatori;
- ▶ Tehniskais personāls;
- ▶ Administratīvais personāls;
- ▶ Loģistikas darbinieki;
- ▶ Brīvprātīgie;
- ▶ Galvenais rīkotājs.

Pat nelieli sporta pasākumi rada medicīniskas ārkārtas situācijas un organizatorisku vai bīstamu situāciju risku, tāpēc BeActive Pludmales spēlēs Rīgā abās norises vietās atradās šāds personāls: mediķi, apsardzes darbinieki un glābēji.

SPECIFISKĀS TEHNISKĀS PRASĪBAS INFRASTRUKTŪRAI UN APRĪKOJUMAM SPORTA AKTIVITĀŠU ĪSTENOŠANAI

Ir svarīgi pieminēt, ka abās vietās jau bija daži sporta infrastruktūras elementi, kas ļāva organizatoriem samazināt izmaksas un izmantot esošo infrastruktūru vairākām sporta aktivitātēm. Lucavsala atpūtas parkā bija pludmales volejbola laukums, kas tika izmantots arī kā pludmales tenisa laukums, un Ķīpsalas pludmalē bija pludmales futbola laukums, kas tika izmantots arī kā pludmales handbola laukums. Tomēr citām sporta aktivitātēm un sacensībām bija nepieciešama papildu infrastruktūra un aprīkojums, kas sīkāk aprakstīts tālāk.

Lai gan ir svarīgi noteikt, kādas iekārtas un tehniskās konstrukcijas ir nepieciešamas, ir būtiski identificēt to atrašanās vietu un izvietojumu, lai mazinātu riskus un nodrošinātu nepieciešamo pakalpojumu sniegšanu netālu no attiecīgajiem sporta spēļu un fizisko aktivitāšu laukumiem.

Karte ir jāveido tā, lai skaidri informētu dalībniekus par aprīkojuma un iekārtu atrašanās, pakalpojumu sniegšanas un aktivitāšu norises vietām. Nākamajā attēlā redzama Rīgas Pludmales spēļu karte – Lucavsala.

BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU SPORTA SACENSĪBU UN AKTIVITĀŠU ATRAŠANĀS VIETU KARTE



PLUDMALES SPORTS UN AKTIVITĀTES



PLUDMALES TENISS

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	32
Laukums/teritorija:	2 korti / katrs 8 m X 16 m
Infrastruktūra:	Korts – pludmales smiltis
Darbinieki:	Koordinators, administrators, 4 tiesneši
Aprīkojums:	2 teltis, 2 galdi, 4 krēsli, tablo, mikrofons, skaņas sistēma, kancelejas preces, lente korta līniju apzīmēšanai, pludmales tenisa tīkla sistēma (8 m X 16 m)



PLUDMALES VOLEJBOLS

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	54
Laukums/teritorija:	2 korti / katrs 16 m X 16 m
Infrastruktūra:	Korts – pludmales smiltis
Darbinieki:	Koordinators, 2 administratori, galvenais tiesnesis, 6 tiesneši, 7 palīgi
Aprīkojums:	2 teltis, 2 galdi, 4 krēsli, tablo, mikrofons, skaņas sistēma, kancelejas preces, lente korta līniju apzīmēšanai, pludmales volejbola tīkla sistēma (9 m X 16 m)



SKRIEŠANA/NŪJOŠANA

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	167
Laukums/teritorija:	5 km publiski ierobežots ceļš
Infrastruktūra:	Gluds un līdzens asfalts
Darbinieki:	Koordinators, 2 administratori, 9 tiesneši
Aprīkojums:	Hronometri, dalībnieku numuri, savilces, distances marķieri, virziena norādes, atkritumu urnas, rezultātu tablo, mikrofons, skaņas sistēma, finiša līnijas konstrukcija, starta līnijas konstrukcija, teltis, galdi, krēsli, ūdens krūzes, norobežojošie žogi



SKEITBORDS

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	30
Laukums/teritorija:	1 trase / 7 m X 150 m
Infrastruktūra:	Gluds un līdzens asfalts
Darbinieki:	Koordinators, administrators, galvenais tiesnesis, 12 tiesneši, moderators
Aprīkojums:	2 rampas, krēsli, galdi, teltis, norobežojošie žogi, taimeris, mikrofons, skaņas sistēma, konusi, skrituļdēļi



PLUDMALES HANDBOLS

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	60
Laukums/teritorija:	1 / 20 m X 40 m
Infrastruktūra:	Laukums – pludmales smiltis
Darbinieki:	Pasākuma rīkotājs, galvenais tiesnesis, lauka tiesneši, administrators, moderators
Aprīkojums:	Lente laukuma līniju atzīmēšanai, pludmales handbola vārti (3 m X 2 m), bumbas, krēsli, galdi, telts, rezultātu tablo



KROSMINTONS

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	25
Laukums/teritorija:	2 / 20 m X 40 m
Infrastruktūra:	Laukums – smiltis, zāle vai asfalts
Darbinieki:	Rīkotājs, administrators, sekretārs, 2 galvenie tiesneši un 4 līnijas tiesneši, DJ un moderators
Aprīkojums:	Bumbiņas (spīderi), raketes, tablo, krēsli, galdi, teltis, skaņas iekārtas, lente laukuma līniju atzīmēšanai





PLUDMALES FLORBOLS

- Formāts:** Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
- Dalībnieki:** 37
- Laukums/teritorija:** 2 laukumi / katrs 10 m X 20 m
- Infrastruktūra:** Gluds un līdzens asfalts
- Darbinieki:** Rīkotājs, koordinators, 3 administratori, moderators, 14 palīgi, 4 tiesneši
- Aprīkojums:** Dēļi florbola laukuma ierobežošanai, florbola vārti (1,15 m X 1,6 m), 2 teltis, skaņas sistēma, mikrofoni, florbola nūjas un florbola bumbas



TRIATLONS

- Formāts:** Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
- Dalībnieki:** 23
- Laukums/teritorija:** Laukums / 2 km²
- Infrastruktūra:** Līdzens laukums (zāle vai asfalts), piekļuve peldēšanas zonai atklātā ūdenī
- Darbinieki:** Rīkotājs, koordinators, administrators, 4 palīgi, 6 tiesneši
- Aprīkojums:** 6 SUP dēļi un airi glābējiem, 6 bojas, taimeris, mikrofons, skaņas sistēma, distances marķieri, virziena norādes, šautuve (8 x 15 m), šaušanas stends, mērķis, triatlonam kalibrētas pistoles, rezultātu tablo, finiša līnijas konstrukcija, starta līnijas konstrukcija, teltis, galdi, krēsli, norobežojošie žogi



ŪDENSSPORTS

BURĀŠANA

Formāts:	Sacensības
Dalībnieki:	77
Laukums/teritorija:	Atklāts ūdens / 5 km X 1 km
Infrastruktūra:	Buru laivām pieejama atklāta ūdens teritorija
Darbinieki:	2 koordinatori, 2 administratori, 8 apkalpes locekļi, 8 tiesneši
Aprīkojums:	Bojas, teltis, krēsli, galdi, binokļi, glābšanas un tiesnešu laivas, svilpe, karogi, skaņas sistēma, mikrofons



SUP AIRĒŠANA

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	220
Laukums/teritorija:	Atklāts ūdens / 500 m X 200 m
Infrastruktūra:	Atklāts ūdens
Darbinieki:	Koordinators, administrators, 4 instruktori
Aprīkojums:	20 SUP dēļi un airi, 20 glābšanas vestes, 4 pārgērbšanās teltis, 4 bojas, 4 pludmales karogi



PELDĒŠANA

Formāts:	Sacensības
Dalībnieki:	87
Laukums/teritorija:	Atklāts ūdens / 700 m X 300 m
Infrastruktūra:	Atklāts ūdens
Darbinieki:	Koordinators, administrators, 4 tiesneši, 6 palīgi/glābēji
Aprīkojums:	6 SUP dēļi un airi glābējiem, 6 bojas, 2 administrācijas teltis, krēsli, galdi, taimeris, mikrofons, skaņas sistēma, tablo



AKTIVITĀTES PLUDMALĒ



VIRVES VILKŠANA

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	70
Laukums/teritorija:	1 / 50 m x 20 m
Infrastruktūra:	Mīksts un līdzens smilšu laukums
Darbinieki:	Koordinators, tiesneši, sekretārs, moderators
Aprīkojums:	Telts, skaņas iekārtas, elektroapgāde, krēsli, galdi, vilkšanas virves (10 m - 15 m), laukumu norobežojošās lentas.



PLUDMALES SĒDVOLEJBOLS

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	36
Laukums/teritorija:	1 laukums / 6 m X 10 m
Infrastruktūra:	Stingrs un līdzens zāles vai smilšu laukums
Darbinieki:	Koordinators, administrators, 2 tiesneši
Aprīkojums:	Laukuma virsmas segums, lente laukuma līniju atzīmēšanai, sēdvolejbola tīkla konstrukcija (6 m X 0,8 m), volejbola bumbas, 1 telts, krēsli, galds, rezultātu tablo



VELOTRIĀLS

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	20
Laukums/teritorija:	1 / 30 m X 11 m
Infrastruktūra:	Gluds un līdzens asfalts
Darbinieki:	5 tiesneši, DJ un komentētājs
Aprīkojums:	Skaņas iekārtas, 3 hronometri, norobežojošās lentes, 3 m x 3 m telts, galds, trases šķēršļi (200 paletes un pārvietojami krēsli)



BOULDERINGS (KĀPŠANAS SPORTS)

Formāts:	Sacensības, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	300
Laukums/teritorija:	2 kāpšanas sienas, 12 m X 3 m
Infrastruktūra:	Cieta un līdzena virsma (zāle vai asfalts)
Darbinieki:	2-3 drošības instruktori
Aprīkojums:	Kāpšanas siena (12 m X 3 m), 2-8 drošības siksnas, virves, drošības ierīces, karabīnes



PETANKS

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	100
Laukums/teritorija:	16 / 64 m X 16 m
Infrastruktūra:	Korta grants, bet var izmantot arī smiltis
Darbinieki:	Administrators, tiesneši, galvenais tiesnesis
Aprīkojums:	Bumbas (bouli), kašoneti (džeki), telts, krēsli, galdi



RATIŅTENISS

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	23
Laukums/teritorija:	1 korts / 10 m X 30 m
Infrastruktūra:	Gluds un līdzens asfalts
Darbinieki:	Koordinators, administrators, tiesnesis
Aprīkojums:	Tenisa tīkla konstrukcija (10 m X 1 m), tenisa laukuma līnijas, 1 telts, 4 raketes, 16 tenisa bumbiņas





BĒRNU VIEGLATLĒTIKA

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	150
Laukums/teritorija:	Laukums / 100 m X 50 m
Infrastruktūra:	Līdzens zāles laukums
Darbinieki:	Koordinatori, 3 palīgi
Aprīkojums:	Šķēršļi, bērnu sporta inventārs (šķēpi, diski, līdzsvara dēļi un spēles)



PARAŠAUŠANA

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	48
Laukums/teritorija:	Šautuve / 4 m X 10 m
Infrastruktūra:	Līdzena virsma (zāle vai asfalts)
Darbinieki:	Koordinatori, instruktors
Aprīkojums:	Šaušanas telts (4 m X 10 m), šaušanas stends, interaktīvs šaušanas mērķis, lāzerpistole, dators



TEKBOLS

Formāts:	Sacensības, paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	160
Laukums/teritorija:	1 tekbola galds, laukums 3 m X 5 m
Infrastruktūra:	Gluda un līdzena virsma (zāle vai asfalts)
Darbinieki:	Koordinatori, 3 instruktori
Aprīkojums:	Tekbola galds, laukuma līnijas, futbola bumba, pludmales tenisa rakete, pludmales tenisa bumbiņas

BEACTIVE ĢIMENES KAUSS

1. PELDĒŠANA – 100 m



SĀKUMA LAIKS

11.30



KOMANDAS DALĪBNIEKU SKAITS

minimums – 2
(1 pieaugušais, 1 bērns)

MĒĢINĀJUMU SKAITS: 1

UZDEVUMS

Dalībnieks peld distanci, ievērojot tiesneša norādījumus.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Tiek vērtēti divi labākie komandas rezultāti – summē labāko pieaugušā un labāko bērna rezultātu.

Uzvar komanda ar labāko kombinēto laiku.

2. SUP – 200 m



SĀKUMA LAIKS

no 12.30



KOMANDAS DALĪBNIEKU SKAITS

4

UZDEVUMS

Visa komanda veic uzdevumu kopā uz četrvietīga SUP dēļa.

Uzdevuma izpildes laikā obligāti ir jāvalkā glābšanas vestes!

Airēt var stāvēt, sēžot vai tupot uz SUP dēļa.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda, kas uzrāda vislabāko laiku.

3. PETANKS



SĀKUMA LAIKS

no 12.30



KOMANDAS DALĪBNIEKU SKAITS

4

UZDEVUMS

Mest bumbu (to sauc par boulu), lai tā nokristu pēc iespējas tuvāk mazai plastmasas vai koka bumbīnai (to sauc par Džeku), kuru iemet laukumā katras spēles sākumā. Katrs komandas dalībnieks met trīs bouldus. Pēc tam tiek izmērīts attālums starp boulu un Džeku.

VĒRTĒJUMS:

Uzvar komanda ar mazāko kopējo attālumu starp boulu un Džeku.

4. KĀPŠANAS SIENA



SĀKUMA LAIKS

no 12.30



KOMANDAS DALĪBNIEKU SKAITS

minimums – 2
(1 pieaugušais, 1 bērns)

UZDEVUMS

Dalībnieki veic uzdevumu, ievērojot tiesneša norādījumus.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Tiek vērtēti divi labākie komandas rezultāti – summē labāko pieaugušā un labāko bērna rezultātu.

Uzvar komanda ar labāko kombinēto laiku.

5. VIEGLATLĒTIKAS TRIATLONS

5.1. SPRINTS/ ŠĶĒRŠĻU JOSLA

5.2. TĀLLĒKŠANA NO VIETAS

5.3. BĒRNU ŠĶĒPMEŠANA



no 12:30



4

UZDEVUMS

2 dalībnieki stāv pie sprinta distances starta līnijas un 2 dalībnieki – pie šķēršļu joslas starta līnijas. Katra distance ir 40 m. Komandas pirmais dalībnieks sāk sprinta distanci un nodod stafetes kociņu nākamajam dalībniekam, kuram ir jāpārvar šķēršļu josla. Uzdevums beidzas, kad visi komandas dalībnieki ir veikuši gan sprinta, gan šķēršļu joslas skrējieni.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar labāko laiku.

UZDEVUMS

Katrs komandas dalībnieks veic tāllēcieni no viena punkta (iesēžoties ceļos un lēcot uz priekšu ar abām kājām). Tiek reģistrēts katra dalībnieka labākais rezultāts.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar labāko kombinēto attālumu.

UZDEVUMS

Katrs komandas dalībnieks met bērnu šķēpu. Tiek reģistrēts katra dalībnieka labākais rezultāts.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar labāko kombinēto attālumu.

6. VIRVES VILKŠANA

**SĀKUMA LAIKS**

no 12:30

**KOMANDAS
DALĪBNIKU SKAITS**

4

UZDEVUMS

Katrs dalībnieks veic spēka uzdevumu ar virves vilkšanas treniņu ierīci, ievērojot tiesneša norādījumus. Tiek reģistrēts katra dalībnieka spēcīgākais rezultāts.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar spēcīgāko kombinēto virves vilkšanas rezultātu.

7. LĪDZSVARA DĒĻIS

**SĀKUMA LAIKS**

no 12:30

**KOMANDAS
DALĪBNIKU SKAITS**

4

UZDEVUMS

Katrs dalībnieks nostājas uz sava līdzsvara dēļa. Tiek skaitīts laiks līdz brīdim, kad viens no dalībniekiem zaudē līdzsvaru un pieskaras zemei.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar visilgāko laiku.

8. DISKU GOLFS



SĀKUMA LAIKS
no 12.30



**KOMANDAS
DALĪBNIKU SKAITS**
4

UZDEVUMS

Katram komandas dalībniekam tiek iedoti divi lidojošie šķīvīši, kas no konkrētas vietas ir jāiemet grozā ar mazāko iespējamo metienu skaitu. Tiek reģistrēts abu lidojošo šķīvīšu mešanas reižu skaits.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar mazāku kombinēto lidojošo šķīvīšu mešanas reižu skaitu.

9. SKRĒJIENS – 5 KM



SĀKUMA LAIKS
19.00



**KOMANDAS
DALĪBNIKU SKAITS**
minimums – 2
(1 pieaugušais, 1 bērns)

UZDEVUMS

Dalībnieks skrien distanci atbilstoši noteikumiem.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Tiek vērtēti divi labākie komandas rezultāti – summē labāko pieaugušā un labāko bērna rezultātu.

Uzvar komanda ar labāko kombinēto laiku.

* Katrai ģimenei bija atšķirīgs laika grafiks, kas tika piešķirts katrai aktivitātei, lai neliktu dalībniekiem gaidīt rindās un nodrošinātu, ka visas aktivitātes tiek pabeigtas noteiktajā laikā.

PUNKTU KOPSKAITA APRĒĶINĀŠANA

Atkarībā no sasniegtā rezultāta katrā uzdevumā komandas tiek secīgi sarindotas. Labākā rezultāta uzrādītāji ieņem pirmo vietu un vissliktākā rezultāta uzrādītāji – pēdējo. Lai noteiktu uzvarētāju, katra ranga vieta, kas iegūta katrā uzdevumā, tiek pārvērsta punktos, kur 1. vieta saņem maksimālo punktu skaitu, kas vienāds ar komandu kopējo skaitu. Piemēram, ja komandu kopējais skaits ir 10, par 1. vietu tiks piešķirti 10 punkti, par 2. vietu – 9 punkti par 3. vietu – 8 punkti utt.

Uzvar komanda, kas ir ieguvusi vislielāko kopējo punktu skaitu.

Pēc visa tehniskā aprīkojuma un infrastruktūras piegādes un izvietojanas pasākuma norises vietā tika izveidota sporta aktivitāšu vietu karte dalībniekiem un skatītājiem.

ĢIMENES KAUSA AKTIVITĀŠU ATRAŠANĀS VIETU KARTE

11. BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU PIEMĒRS DABISKĀ OKEĀNA PLUDMALĒ PORTIMAO, PORTUGĀLĒ



AKTIVITĀTES PLUDMALĒ

Aerobika, pludmales skrējiens, biatlons, bodibalance, bodicombat, kapueira, dejas, disku golfs, fitness, freskobols, ūdens aerobika, petanks, zumba, joga*



PLUDMALES SPĒĻES

Basketbols 3x3,
pludmales volejbols,
pludmales teniss,
pludmales futbols,
frisbijs

PARAUGDEMONSTRĒJUMI UN IZMĒĢINĀJUMA SESIJAS

* Visi iepriekš minētie
pludmales sporta veidi un
aktivitātes



07-08.09.2019 | PORTIMAO

AKTIVITĀTES UZ ŪDENS

Bodibordings, petanks, SUP
airēšana, peldēšana,
sērfošana, skimbordings,
braukšana ar kajaku,
snorkelēšana, šķēršļu josla



PLUDMALES IZAICINĀJUMI

Ģimenes Kauss,
piepūšamo šķēršļu
josla pludmalē un
ūdenī



2. BEACTIVE PLUDMALES SPĒLES



VIETA

Praia da Rocha,
Portimao



LAIKS

2019. gada
7.-8. septembris

REC O

PASĀKUMA ATSKATA VIDEO

beactivebeachgames.lv



Portugālē par pasākuma norises vietu tika izvēlēta Praia da Rocha, Portimao. Tā ir aptuveni 146 000 m² liela ar 1,5 km garu krasta līniju un vairākām jau esošām sporta infrastruktūrām un vietām ar nodrošinātu piekļūšanu pludmalei personām ar funkcionāliem traucējumiem.

Organizācijas komiteja izvēlējās šo pilsētu 2. BeActive Pludmales spēļu organizēšanai, jo organizācija "Aces Europe" to pasludināja par Portugāles 2019. gada Eiropas Sporta galvaspilsētu. Šī gada laikā tur ir notikuši vairāki simti sporta pasākumu, padarot šo pilsētu par Portugāles Sporta pilsētu. Pašvaldība piedāvāja visu institucionālo, infrastruktūras un loģistikas nodrošinājumu šī pasākuma organizēšanai. Turklāt šāda veida pasākumu organizēšanai ir būtiski ārējie faktori (piemēram, laika apstākļi, temperatūra, dienasgaismas stundas utt.), un Pludmales spēļu īstenošanas laikā tie var sniegt priekšrocības vai arī darboties kā riska faktori, ietekmējot pasākuma panākumus.

GALVENAIS PASĀKUMS – TEHNISKĀS PRASĪBAS INFRASTRUKTŪRAI UN APRĪKOJUMAM

Praia da Rocha ir izveidojusi pastāvīgu sporta zonas infrastruktūru, kas ir atvērta no marta līdz oktobrim, lai veicinātu nodarbošanos ar sportu un fiziskajām aktivitātēm. Tajā atrodas galvenokārt neformāliem sporta veidiem (volejbols, basketbols, pludmales futbols, fitness, aktivitātes uz ūdens utt.) paredzēts sporta aprīkojums. Šī infrastruktūra ir reakcija uz lielo tūristu pieprasījumu pēc āra aktivitātēm pie jūras.

INFRASTRUKTŪRA UN APRĪKOJUMS

- ▶ **SKATUVE** – meistarklasēm un paraugdemonstrējumiem tika izmantota neliela izmēra skatuve (2 m X 2 m);
- ▶ **SKAŅAS IEKĀRTAS** – divas skaļruņu skaņas sistēmas ar mikrofonu blakus skatuvei. Papildus viena skaņas sistēma mūzikas atskaņošanai netālu no reģistrācijas zonas;
- ▶ **ELEKTROAPGĀDE**;
- ▶ **APGAISMOJUMS** – sporta laukumos;
- ▶ **TELTIS, KRĒSLI, GALDI** – tika uzstādīts: 2 teltis atpūtas zonai, 3 apaļie galdi ūdenim un augļiem; 2 garie galdi pusdienām un socializācijai; daži pufi un krēsli atpūtas zonai;

- ▶ **TUALETES, IZLIETNES** – sporta zonas infrastruktūrā atradās zona ar 3 ķīmiskajām tualetēm ar ekonomisku roku mazgāšanas sistēmu;
- ▶ **ATKRITUMU TVERTNES** – novietotas ap pasākuma vietu;
- ▶ **BIROJA PIEDERUMI** – datori, printeri, laminēšanas iekārtas, pildspalvas un papīrs.

ATĻAUJAS

Pasākuma organizēšanai bija jāsaņem šādas atļaujas:

- ▶ Reklāmas izvietojšanas atļauja;
- ▶ Mūzikas atskaņošanas atļauja;
- ▶ Piepūšamo šķēršļu izvietojšanas atļauja;
- ▶ Atļauja iebraukšanai ar automašīnām;
- ▶ Pasākuma norises vietas atļauja.

VIZUĀLAIS NOFORMĒJUMS

Pasākuma organizatoriem bija jāpārļiecinās, ka vieta ir aprīkota ar vizuālajiem zīmola priekšmetiem, un BeActive Pludmales spēlēs Portimao visā pludmalē tika izvietoti šādi vizuālie zīmola priekšmeti:

- ▶ Karogi;
- ▶ Pludmales golfa karogi;
- ▶ Transparenti;
- ▶ T-krekli;
- ▶ Lidojošie diski (dāvināšanai);
- ▶ Salokāmi reklāmas bukleti.

PERSONĀLS UN PAKALPOJUMI

BeActive Pludmales spēļu panākumus Portimao lielā mērā noteica šāds personāls:

- ▶ Sporta tiesneši;
- ▶ Tehniskais personāls;
- ▶ Administratīvais personāls;
- ▶ Loģistikas darbinieki.

BeActive Pludmales spēļu laikā Portimao tika nodrošināta pastāvīga ātrās palīdzības dienesta un nakts apsardzes klātbūtne abās pasākuma dienās. Portugālē lielākajā daļā pludmaļu vasaras periodā tiek nodrošināta pastāvīgs glābēju darbs. Praia da Rocha nav izņēmums, tāpēc pasākuma laikā tika garantēts glābēju atbalsts.

ILGTSPĒJĪBA

Lai samazinātu BeActive Pludmales spēļu ietekmi uz vidi Portimao, tika izveidota partnerība ar vietējo pārstrādes uzņēmumu ALGAR. Tas nodrošināja integrētu dalītās savākšanas sistēmu, pārstrādei paredzēto materiālu pārvietošanu un šķirošanu, poligonos saražotās biogāzes enerģijas izmantošanu, zaļo atkritumu kompostēšanu un poligonos noglabāto pilsētas cieto atkritumu pārstrādi.

Šāda partnerība, kas tika izveidota pasākuma laikā, ļāva palielināt pludmalē esošo diferencētās atkritumu savākšanas vienību skaitu ar tvertnēm plastmasas/metāla, papīra un stikla savākšanai. Turklāt tika pieliktas pūles, lai pasākuma laikā samazinātu plastmasas izmantošanu, jo īpaši, kad runa bija par ēdienreizēm, kas ģimenēm un darbiniekiem tika pasniegtas pludmalē. Kompostējamu vai bioloģiski noārdāmu materiālu izmantošana galda piederumiem, glāzēm un šķīvjiem bija prioritāte. ALGAR pilnībā garantēja pārstrādes konteineru izvietošanu un visu atkritumu savākšanu.

Turklāt Portugāli un jo īpaši Algarvi pēdējo gadu laikā ir skārušas smagas sausuma sezonas. Paturot to prātā, papildinot esošo sanitāro iekārtu skaitu pasākuma vajadzībām, tika pieņemts lēmums uzstādīt 3 ķīmiskās tualetes ar ekonomiskām roku mazgāšanas sistēmām.

Pasākuma laikā atkritumu un plastmasas savākšanu pludmalē veica personāls un brīvprātīgie.

SPECIFISKĀS TEHNISKĀS PRASĪBAS INFRASTRUKTŪRAI UN APRĪKOJUMAM SPORTA AKTIVITĀŠU ĪSTENOŠANAI

Nemot vērā to, ka Praia da Rocha jau bija sporta zona ar konstrukcijām ikdienas aktivitātēm, kas ir pieejamas visas vasaras garumā, tika garantēts, ka daļu no BeActive Pludmales spēļu programmas var nodrošināt pašvaldības infrastruktūra. Tādējādi ūdens aerobikas, aerobikas, jogas un zumba meistarklases vadīja pašvaldības darbinieki, savukārt citām aktivitātēm bija jāiesaista vietējo asociāciju un klubu tehniskais personāls.

Citu aktivitāšu nodrošināšanai dažus mēnešus pirms pasākuma ar Portimao pašvaldības atbalstu tika izveidoti kontakti ar vietējām asociācijām un klubiem. Šīs asociācijas un klubi bija atbildīgi par tehniskās pieredzes nodrošināšanu un dažos gadījumos gādāja par visu aktivitātei nepieciešamo aprīkojumu. Piepūšamo šķēršļu trasi kā mārketinga iniciatīvu pēc vienošanās ar rīkotāju bez maksas piegādāja Portugāles uzņēmums PROZIS, savukārt tradicionālos sporta veidus un spēles, kā arī aktivitātes un sacīkstes uz ūdens rīkoja rīkotājs, Portimao pašvaldība un Portugāles Frisbija un diska sporta veidu asociācija (APUDD) ar visu pasākuma brīvprātīgo darbinieku atbalstu. Bija patiešām svarīgi identificēt nepieciešamās iekārtas un tehniskās konstrukcijas, lai labāk izprastu aktivitāšu norises vietu galīgo izvietošanu.

BeActive Pludmales spēles Portimao piedāvāja šādu sporta un aktivitāšu klāstu pludmalē, iedalot tās četrās grupās:

- ▶ Fitnesa meistarklases – ūdens aerobika, aerobika, zumba, bodicombat, bodibalance un joga;
- ▶ Paraugdemonstrējumi un sērfošanas izmēģinājumu sesijas, bodibords, skimboards, freskobols, smaiļošana, snorkelēšana, SUP airēšana, kapueira, disku golfs, petanks un pludmales skrējienis;
- ▶ Pludmales spēles – basketbols 3X3, pludmales volejbols, pludmales futbols, pludmales teniss, pludmales frisbijs un tradicionālie sporta veidi un spēles;
- ▶ Izaicinājumi un sacensības – biatlons (skriešana + SUP airēšana/peldēšana), Ķīmenes Kauss, piepūšamā šķēršļu josla (pludmalē un ūdenī).

Praia da Rocha jau bija izveidota sporta zonas infrastruktūra dažām aktivitātēm, piemēram, volejbolam, pludmales tenisam, pludmales futbolam, basketbolam un aktivitātēm uz ūdens, kuras visas tika izmantotas bez papildu pielāgojumiem. Šīm aktivitātēm tiešām nebija nepieciešama papildu infrastruktūra, jo tām tika izmantots šis pastāvīgais publiskais sporta aprīkojums: basketbola laukums un pludmales futbola laukums, trīs pludmales volejbola laukumi un viens pludmales tenisa korts, ģērbtuves un skatuve – tas viss pieder pašvaldībai. Turklāt Portimao pašvaldībai infrastruktūras izveidošanai nebija jāiesaista neviena cita ieinteresētā persona. Šis fakts krasi samazināja pasākuma organizatoriskās izmaksas.

Tāpat kā Rīgā, pēc visu vajadzību apzināšanas saistībā ar tehnisko aprīkojumu un papildu infrastruktūru, tika izveidota tālāk tekstā redzamā sporta aktivitāšu atrašanās vietu karte.

BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU SPORTA SACENSĪBU UN AKTIVITĀŠU ATRAŠANĀS VIETU KARTE



Citām sporta aktivitātēm tika izveidota īpaša infrastruktūra un aprīkojums, kā tas redzams tālāk aprakstos.



AKTIVITĀTES PLUDMALĒ

SUP AIRĒŠANA

Formāts:	Paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	50
Laukums/teritorija:	Atklāts ūdens
Infrastruktūra:	Atklāts ūdens / bez straumēm un vēja
Darbinieki:	1-2 drošības inspektori, 1 tiesnesis
Aprīkojums:	4 SUP dēļi, 4 SUP airi, 4 glābšanas vestes



DISKU GOLFS

Formāts:	Paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	40
Laukums/teritorija:	Laukums / 50 m X 50 m
Infrastruktūra:	Pludmales smilšu laukums
Darbinieki:	1 tiesnesis
Aprīkojums:	4 frisbija diski, 1 grozs



DISKATLONS

Formāts:	Izaicinājums
Dalībnieki:	25
Laukums/teritorija:	Laukums / 20 m X 40 m
Infrastruktūra:	Pludmales smilšu laukums
Darbinieki:	1 tiesnesis
Aprīkojums:	4 diski, 10 konusi šķēršļu joslas izveidei





FITNESS

(ūdens aerobika, aerobika, Zumba, Bodycombat, Bodybalance un joga)

Formāts:	Meistarklases, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	200
Laukums/teritorija:	Pludmales zona
Infrastruktūra:	Ūdens un smilšu laukums
Darbinieki:	Kvalificēti sporta treneri
Aprīkojums:	Aprīkojums mūzikas atskaņošanai, mikrofons



SĒRFOŠANA, BODIBORDINGS, SKIMBORDINGS

Formāts:	Paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	60
Laukums/teritorija:	Atklāts ūdens
Infrastruktūra:	Atklāts ūdens
Darbinieki:	Kvalificēti sporta treneri
Aprīkojums:	5 vējdēļi, 5 bodibording dēļi un 5 skimbordi

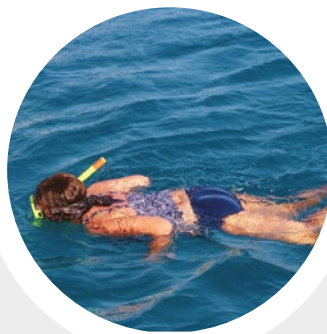


FRESKOBOLS

Formāts:	Paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	20
Laukums/teritorija:	Pludmales zona
Infrastruktūra:	Pludmales smilšu laukums
Darbinieki:	Kvalificēti sporta treneri
Aprīkojums:	6 raketes un 3 bumbiņas

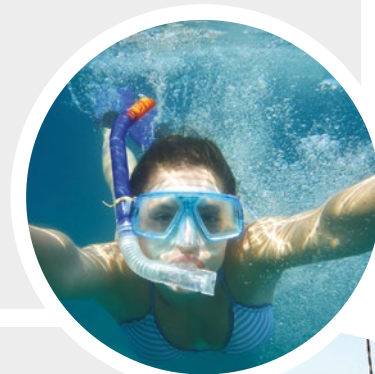
SMAIĻOŠANA

Formāts:	Paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	12
Laukums/teritorija:	Atklāts ūdens
Infrastruktūra:	Atklāts ūdens / bez straumēm un vēja
Darbinieki:	Kvalificēti sporta treneri
Aprīkojums:	4 kajaki; 1 SUP dēlis drošībai, glābšanas vestes



SNORKELĒŠANA

Formāts:	Paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	30
Laukums/teritorija:	Atklāts ūdens
Infrastruktūra:	Atklāts ūdens / bez straumēm un vēja
Darbinieki:	Sertificēti instruktori, brīvprātīgie
Aprīkojums:	Speciālais snorkelēšanas aprīkojums, 1 SUP dēlis drošībai uz ūdens



KAPUEIRA

Formāts:	Paraugdemonstrējumi, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	30
Laukums/teritorija:	Pludmales zona
Infrastruktūra:	Pludmales smilšu laukums
Darbinieki:	Kapueiras kluba instruktori
Aprīkojums:	Kapueiras komandas skatuve un kapueiras mūzika





BASKETBOLS 3X3

Formāts:	Pludmales spēles, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	12
Laukums/teritorija:	Korts / 20 m X 10 m
Infrastruktūra:	Basketbola laukuma
Darbinieki:	2 tiesneši un brīvprātīgie
Aprīkojums:	3 bumbas



PLUDMALES VOLEJBOLS

Formāts:	Pludmales spēles, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	30
Laukums/teritorija:	2 korti / 8 m X 16 m
Infrastruktūra:	Pludmales smilšu laukums
Darbinieki:	2 tiesneši
Aprīkojums:	2 bumbas

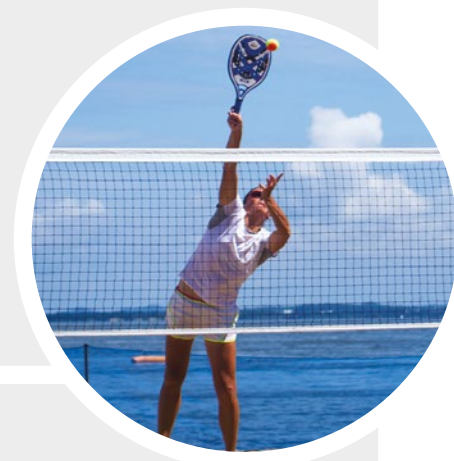


PLUDMALES FUTBOLS

Formāts:	Pludmales spēles, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	40
Laukums/teritorija:	Pludmales futbola laukums / 37 m X 28 m)
Infrastruktūra:	Pludmales smilšu laukums
Darbinieki:	1 tiesnesis
Aprīkojums:	3 bumbas

PLUDMALES TENISS

Formāts:	Pludmales spēles, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	20
Laukums/teritorija:	Pludmales tenisa korts / 8 m X 16 m
Infrastruktūra:	Pludmales smilšu laukums
Darbinieki:	1 tiesnesis un brīvprātīgie
Aprīkojums:	8 raketes un 16 bumbiņas



PLUDMALES FRISBIJS

Formāts:	Pludmales spēles, izmēģinājumu sesijas
Dalībnieki:	22
Laukums/teritorija:	Pludmales laukums / 40 m X 20 m
Infrastruktūra:	Pludmales smilšu laukums
Darbinieki:	1 tiesnesis un brīvprātīgie
Aprīkojums:	4 diski



BIATLONS

(Skriešana + SUP airēšana / peldēšana)

Formāts:	Izaicinājums, sacensības
Dalībnieki:	18
Laukums/teritorija:	Pludmales laukums (3 km X 200 m) un atklāta ūdens lauks
Infrastruktūra:	Pludmales smilšu zona un atklātā ūdens lauks / bez straumēm un vēja
Darbinieki:	4 tiesneši, 2 glābēji
Aprīkojums:	4 SUP dēļi, glābšanas vestes, marķējums, bojas

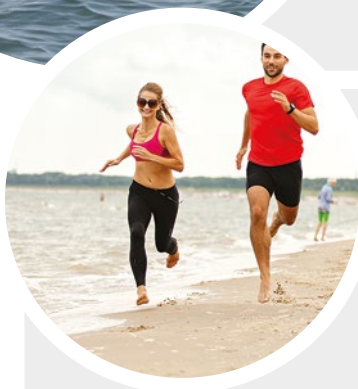




PIEPŪŠAMO ŠĶĒRŠĻU JOSLA

(pludmalē un ūdenī)

Formāts:	Izaicinājums, sacensības
Dalībnieki:	110
Laukums/teritorija:	Atklāta ūdens lauks / 50 m X 50 m
Infrastruktūra:	Atklāts ūdens / bez straumēm un vēja
Darbinieki:	1 glābējs
Aprīkojums:	Piepūšamo šķēršļu josla, 2 teltis, bojas, 1 SUP dēlis (drošībai uz ūdens)



PLUDMALES SKRĒJIENS

Formāts:	Izmēģinājuma sesija
Dalībnieki:	42
Laukums/teritorija:	Pludmales piekrastes zona / 3 km X 200 m
Infrastruktūra:	Pludmales smilšu laukums
Darbinieki:	10 tiesneši
Aprīkojums:	Marķējums, karogi, teltis, krēsli, galdi



BEACTIVE ĢIMENŲ KAUSIS

1. PELDĒŠANA – 70 m UZ LAIKU



SĀKUMA LAIKS

10.30



KOMANDAS DALĪBNIEKU SKAITS

minimums – 2
(1 pieaugušais, 1 bērns)

MĒĢINĀJUMU SKAITS: 1

UZDEVUMS

Dalībnieks peld distanci, ievērojot tiesneša norādījumus.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Tiek vērtēti divi labākie komandas rezultāti – summē labāko pieaugušā un labāko bērna rezultātu.

Uzvar komanda ar labāko kombinēto laiku.

ATRAŠANĀS VIETA KARTĒ: 5

2. SUP – 70 m



SĀKUMA LAIKS

10.30



KOMANDAS DALĪBNIEKU SKAITS

4

UZDEVUMS

Dalībnieki airē distanci individuāli, ievērojot tiesneša norādījumus. Uzdevuma izpildes laikā obligāti ir jāvalkā glābšanas vestes! Airēt var stāvēt, sēžot vai tupot uz SUP dēļa.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar labāko kombinēto laiku.

ATRAŠANĀS VIETA KARTĒ: 1

3. ŠĶĒRŠĻU JOSLA – 100 m UZ LAIKU



SĀKUMA LAIKS

10.30



KOMANDAS DALĪBNIEKU SKAITS

minimums – 2
(1 pieaugušais, 1 bērns)

MĒĢINĀJUMU SKAITS: 1

UZDEVUMS

Dalībnieki mēģina pēc iespējas īsākā laikā pārvarēt šķēršļu joslu.

VĒRTĒJUMS:

Tiek vērtēti divi labākie komandas rezultāti – summē labāko pieaugušā un labāko bērna rezultātu.

Uzvar komanda ar labāko kombinēto laiku.

ATRAŠANĀS VIETA KARTĒ: 10

4. DISKATLONS



SĀKUMA LAIKS

10.30



KOMANDAS DALĪBNIEKU SKAITS

4 dalībnieku stafete

UZDEVUMS

Visā distancē ir izvietoti šķēršļi, kuri ir jāapiet ar disku no kreisās puses vai no labās puses vai kuriem disks ir jāizmet cauri. Katrs komandas dalībnieks saņem divus diskus. Sacensības ar skaitīšanu: "Sagatavoties, divi, viens, MEST!" Spēlētāji veic nākamās metienus līdz 1,5 m attālumā no vietas, kur nokrita iepriekšējais disks. Abus diskus met pārmaiņus. Iepriekš izmesto disku drīkst pacelt tikai pēc tam, kad ir izdarīts nākamais metiens.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar labāko kombinēto laiku.

ATRAŠANĀS VIETA KARTĒ: 1

5. DISKU GOLFS

6. RIŅĶA MEŠANA

7. BUMBAS SPERŠANA VĀRTOS



No 10.30



4

UZDEVUMS

Katram komandas dalībniekam tiek izsniegti divi lidojošie diski, kas no konkrētas vietas ir jāiemet grozā ar mazāko iespējamo metienu skaitu. Tiek reģistrēts abu lidojošo šķīvīšu mešanas reižu skaits.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar mazāko kombinēto lidojošo šķīvīšu mešanas reižu skaitu.

UZDEVUMS

Dalībniekiem ir jāuzmet riņķi uz mietīņiem no 4 dažādiem attālumiem (3, 5, 7 un 9 metri). Katrs dalībnieks no katra attāluma var izdarīt 3 metienus. Katram veiksmīgam metienam piešķir punktus atkarībā no distances (3 m – 1 punkts, 5 m – 2 punkti, 7 m – 3 punkti, 9 m – 4 punkti).

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar mazāko kombinēto lidojošo riņķu mešanas reižu skaitu.

UZDEVUMS

Dalībniekiem no 5 m attāluma ar 5 mēģinājumiem īpaši izveidotos vārtos ir jāiesit bumba. Katrs vārtu guvums dod 1 punktu.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar lielāko kombinēto rezultātu. Maksimālais punktu skaits – 20 punkti.

ATRAŠANĀS VIETA KARTĒ: 1

ATRAŠANĀS VIETA KARTĒ: 6

ATRAŠANĀS VIETA KARTĒ: 6

8. SMILŠU BOULINGS

9. PIEPŪŠAMĀ ŠĶĒRŠĻU JOSLA ŪDENĪ

10. PLUDMALES SKRĒJIENS – 3 km



No 10.30



4



18.00



4

UZDEVUMS

Dalībniekiem no 5 metru attāluma ir jāmēģina nogāzt pēc iespējas vairāk keģļu. Katram dalībniekam tiek doti 3 piegājieni (katrā 2 metieni).

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda ar lielāko kombinēto rezultātu. Maksimālais punktu skaits – 120 punkti.

UZDEVUMS

Katrai ģimenei ir jāizveido vārds "PORTIMAO", pa vienam savācot atbilstošos burtus no ūdenī izvietoto šķēršļu augšgaliem.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Uzvar komanda, kas visātrāk saliek vārdu.

UZDEVUMS

Dalībnieks skrien distanci atbilstoši noteikumiem.

REZULTĀTU VĒRTĒŠANA:

Tiek vērtēti divi labākie komandas rezultāti – summē labāko pieaugušā un labāko bērna rezultātu. Uzvar komanda ar labāko kombinēto laiku.

ATRAŠANĀS VIETA KARTĒ: 6

ATRAŠANĀS VIETA KARTĒ: 5

ATRAŠANĀS VIETA KARTĒ: 11

PUNKTU KOPSKAITA APRĒĶINĀŠANA

Atkarībā no sasniegtā rezultāta katrā uzdevumā komandas tiek secīgi sarindotas. Labākā rezultāta uzrādītāji ieņem pirmo vietu un vissliktākā rezultāta uzrādītāji – pēdējo. Lai noteiktu uzvarētāju, katra ranga vieta, kas iegūta katrā uzdevumā, tiek pārvērsta punktos, kur 1. vieta saņem maksimālo punktu skaitu, kas vienāds ar komandu kopējo skaitu. Piemēram, ja komandu kopējais skaits ir 10, par 1. vietu tiks piešķirti 10 punkti, par 2. vietu – 9 punkti, par 3. vietu – 8 punkti utt.

Uzvar komanda, kas ir ieguvusi vislielāko kopējo punktu skaitu. Neizšķirta gadījumā uzvar komanda, kura guvusi vislielāko skaitu uzvaru atsevišķās disciplīnās. Tā kā katrā izaicinājumā piedalās jauktas komandas, katrai ģimenei ir divi rezultāti, kas tiek ieskatīti ģimenes galīgajā rezultātā.



ATSAUCES

1. Update on the global pandemic of physical inactivity, Andersen et al., 2016
pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27475275/
2. Special Eurobarometer 472 Sport and Physical Activity Report, European Commission, 2018
ec.europa.eu/commfrontoffice/publicopinion/index.cfm/ResultDoc/download/DocumentKy/82432
3. The feasibility, scalability and outcomes of cardiorespiratory fitness testing in primary school children, Domone et al., 2016
doi.org/10.1249/01.mss.0000485898.29037.4d
4. The economic cost of physical inactivity in Europe, ISCA and CEBR, 2015
inactivity-time-bomb.nowwemove.com/report/
5. Tartu Call for a Healthy Lifestyle, European Commission, 2017
ec.europa.eu/sport/sites/sport/files/ewos-tartu-call_en.pdf
6. Preventing chronic diseases: a vital investment, WHO, 2005
who.int/chp/chronic_disease_report/en/
7. Austrālijas Statistikas birojs, 2001
quickstats.censusdata.abs.gov.au/census_services/getproduct/census/2001/quickstat/0
8. "Grassroots Sport – Shaping Europe". High Level Group on Grassroots Sport. Report to Commissioner Tibor Navracsics, 2016
ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy_documents/hlg-grassroots-final_en.pdf
9. European Week of Sport, European Commission, 2020
ec.europa.eu/sport/week_en
10. Holiday Barometer among Europeans & Americans, IPSOS/EUROP ASSISTANCE survey, 2019
ipsos.com/en/holiday-barometer-among-europeans-americans
11. Physical activity drop after long summer holidays in 5 to 8 year old children. Volmut et al., 2008
eqoljournal.com/physical-activity-drop-after-long-summer-holidays-in-6-to-8-year-old-children/
12. Obesity and physical fitness of pre-adolescent children during the academic year and the summer period: effects of organized physical activity. Antonios et al., 2015
doi.org/10.1177/1367493506066481
13. Sustainable Development Goals Agenda 2030, United Nations, 2020
sustainabledevelopment.un.org/?menu=1300
14. Engaging families in physical activity research: a family-based focus group study, Brown et al., 2015
doi.org/10.1186/s12889-015-2497-4
15. Cambridge Dictionary
16. Green Guidelines: How to conduct a sustainable sport event, SFORAE, 2018
sforae.eu/pdf/2018_SFORAE_GREEN_GUIDELINES.pdf

BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU PASĀKUMU ORGANIZĒŠANAS ROKASGRĀMATA

Šī BeActive Pludmales spēļu pasākumu organizēšanas rokasgrāmata ir izveidota projekta "Pludmales spēles kā instruments fizisko un sporta aktivitāšu veicināšanai pludmalē (BeActive Pludmales spēles)" ietvaros, ko finansē ERASMUS + programma.

Projekta tīmekļa vietne: www.beactivebeachgames.com

Projekta koordinators: Latvijas Sporta federāciju padome

Projekta partneri:

Portugāles Sporta un jaunatnes institūts

Starptautiskā asociācija "Sports visiem" (TAFISA)

Starptautiskā sporta un kultūras asociācija (ISCA)

Lietuvas Sporta federāciju savienība

Igaunijas Pludmales sporta federācija

Katalonijas Sporta federāciju savienība

Eiropas Komisijas atbalsts šīs publikācijas sagatavošanai nav satura apstiprinājums. Saturs atspoguļo tikai tā autoru viedokli, un Komisija nevar būt atbildīga par tajā ietvertās informācijas izmantošanu jebkādā veidā.

Publicēts 2020. gadā

Lai saņemtu papildu informāciju, lūdzam sazināties ar

Latvijas Sporta federāciju padomi

Grostonas iela 6B, Rīga, Latvija, LV-1013

E-pasts: lsfp@lsfp.lv

Tīmekļa vietne: www.lsfp.lv

BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU JAUNAIS MODELIS

Unikāls pasākuma koncepts, kas veicina mākslīgo un dabisko pludmaļu izmantošanu sportam un fiziskām aktivitātēm, koncentrējoties uz ģimenēm un visām paaudzēm, jauniešiem, pieaugušajiem un pensionāriem ar atšķirīgu sociāli ekonomisko izcelsmi, personām ar funkcionāliem traucējumiem, riskam pakļautiem pusaudžiem, imigrantiem un sociāli atstumtām grupām.

PROJEKTA REZULTĀTI



**BEACTIVE PLUDMALES
SPĒĻU ORGANIZĒŠANAS
ROKASGRĀMATA**



**METODISKĀS VADLĪNIJAS
PLUDMALES SPORTA SPĒĻU
UN FIZISKO AKTIVITĀŠU
ORGANIZĒŠANAI**



**BEACTIVE PLUDMALES
SPĒĻU POLITIKAS
APRAKSTS**

MODELIS PĀRBAUDĪTS ŠEIT:

1. Pilsētas pludmale Rīgā ar 23 sporta veidiem
2. Dabiska pludmale Portimao ar 21 sporta veidu

TIEK IESAISTĪTI

Bērni, jaunieši, pieaugušie, seniori, ģimenes, draugi, sportisti, personas ar funkcionāliem traucējumiem



BEACTIVE PLUDMALES SPĒĻU SNIEGTIE IEGUVUMI



ILGTSPĒJĪBA

Veicina resursu
cienpilnu un
ilgtspējīgu
izmantošanu



MANTOJUMS

Popularizē vietējās
kultūras identitāti un
vairo sporta mantojumu
nākamajām paaudzēm



SOCIĀLĀ IEKĻAUSĀNA

Iesaista sportā, kas ir
vērst uz dalību, nevis
sacensību



TŪRISMS

Interesants
pasākums tūrisma
veicināšanai



IZPRATNE PAR VIDI

Koncepts ir izstrādāts
saskaņā ar Zaļajām
vadlīnijām un
Rokasgrāmatu labai
vides praksei sportā



VESELĪGA DZĪVESVEIDA VEICINĀŠANA

Samazina
Eiropā vērojamo
mazkustīguma tendenci
un palielina fizisko
aktivitāšu apjomu
pludmalēs



VĒRTĪBAS UN ĒTIKA

Veicina godīgu spēli,
cienību, sadarbību,
toleranci, iekļaušanu un
draudzību



INOVATĪVA TĒLPAS IZMANTOŠANA

Vienkārša pieeja
mazkustīguma krīzes
risināšanai dabā un
pilsētvidē

**Būsim aktīvi pludmalē neatkarīgi
no vecuma, fiziskās sagatavotības
līmeņa vai prasmēm!**

BeActive Pludmales spēles ir viegli lietojams resurss pašvaldībām, sporta klubiem, organizācijām un individuālu grupām, kura mērķis ir veicināt nodarbošanos ar sportu un fiziskām aktivitātēm pludmales apstākļos un organizēt pašiem savas Spēles dabiskās vai mākslīgās pludmalēs.

WWW.BEACTIVEBEACHGAMES.COM

Projekta koordinators



Projekta partneri



Līdzfinansē
Eiropas Savienības programma
"Erasmus+"