

Ieviržu apraksti

Pieaugušajiem un jauniešiem no 13 gadiem

Aušana ar un bez stellēm (Ilze Baumanē)

Pamēģināsim senās aušanas tehnikas bez stellēm ((taps grāmatzīme) un iepazīsimies ar dažādām aušanas iespējām stellēs (jostas fragments, lupatu sedziņa).

Pļāvs mācīb (ventiņ stāstnic, zāl siev - Reiter Līg)

Tātad mām mācīb progrām priekš vien vasars nedeļ:

1. Vien dien mēs študieres teorij.

Pa to laik ari epazīses: gan sava stārpa, gan a mācīb progrām, gan a augem un mācīb materiālem. Būs grāmats, špiker un ari dārb laps, le atzīmet jiptigs, rets, prasts un makten ģeldigs augs. Noskaidros, cik guder mēs i. Vares jau no paš piermo dien kārtot eskaits un ekzāmens, le pēzdīga diena sajemt sertipikāt.

2. Vien dien mēs staigas apkārt un mekles treideviņš ārstniecibs augs, ies uz pļāv, pīs viskādigs smilg, zied, lap un vārd vaiņags un vāķis augs priekš mācīb izstād. Pe reiz apspriedis, ko var esākt a zaļam zālem, kā uzglabat un kā sapakot uz priekšdienam.

3. Vien dien mēs seides pe tējs gald un študieres viskādigs receipts un degustes tējs un eidis salāts. Priekš to eprieks vaig sariktet pills trauks.

4. Vien dien būs zaļe praks, kad brōks ekskursija un katers vāķis ko nu vares eroudzit. Pe reiz savāķis tēj perzonīgam vaidzibam. Viskādigs augs pētis un šķiros, ko kur likt. Beig gala sies slots priekš piert.

5. Vien dien ies uz piert, mācises paklāt lāviņ un uzliet pierts tēj un pērses a zied slotam. Priekš to eprieks vaig sariktet veš un trauks. Proves apgūt krustisko peiren, vārdoto peiren un noprovēt kadiķ skūj morc a mēd uz sāv ād.

6. Vien dien mēs kārtos ekzāmen un krāmeses gar butliņam, kur iekš i espundet viskādig ārstniecibs aug un mēģnas tos atpazīt. Kas no 150 butliņam vares nosaukt vismaz pus, tas Pļāvs mācīb bus beidzs.

Cepures no doņiem un kļavu lapām (Sandra Vorkale)

Ja tev ir lielāka pacietība, tad noteikti nedēļas laikā tiks pie doņu cepures, ja mazāk laika, tad nēsāsi skaistu cepuri no kļavu lapām. To var pagatavot pat dienas laikā!

Mūsu spēka avoti (Aloida Jurčenko)

Nav gatavu recepšu, kā savu dzīvi varam padarīt tādu, kādu vēlamies, tāpēc kopīgi centīsimies rast atbildes uz jautājumiem: kā mūsu garīgais stāvoklis regulē mūsu ķermeņa stāvokli?; kas nosaka cilvēku savstarpējās attiecības ģimenē un sabiedrībā?; kas ir individuālā un dzimtas sirdsapziņa, kā tā var ietekmēt mūsu dzīvi utt. Ikviens ievirzes dalībnieks

tiks aicināts dalīties personīgajā dzīves pieredzē, savos dvēseles spēka avotu meklējumos un atradumos. Ar praktiskiem vingrinājumiem būs iespēja apgūt paņēmienus turpmākās dzīves kvalitātes uzlabošanai. Latviski rituāli un tradīcijas senāk un tagad (Inese Krūmiņa)
Noskaidrosim, kas ir rituāls, kā tas saistīts ar tradīciju un kas to atšķir no ieraduma; mēģināsim rast atbildi uz jautājumu, kāpēc rituāli pastāv. Runāsim par latviešu rītiem - gadskārtu un mūža godiem, par mūsdienu rituāliem un to attīstību, par rituāla sastāvdaļām un uzbūvi. Dažus rituālus izmēģināsim praksē.

Politika (Andris Tomašūns)

Aicinu uz ievirzi tos, kas grib būt saimnieki savā valstī un domā, ka darbošanās politikā ir kārtīga pilsoņa ikdienas darbs. Mēģināsim saprast, kāpēc mūsu, tas ir, ierindas pilsoņu dēļ, notiek politikā un valstī gan sliktais, gan labais. Mēģināsim saprast, kas esam savā zemē, Eiropā un pasaulē. Pamēģināsim arī kādu politikas eksperimentu, savas lielās varas paraugdemonstrējumu.

Saka, ja negribi nodarboties ar politiku, tad tā nodarbosies ar tevi. Un tā ir patiesība.

Ģimeņu seminārs (Līga Ruperte un Māra Tupese)

Ģimeņu seminārā apmācīsim dalībniekus, kā izveidot veiksmīgāku un efektīvāku komunikāciju ar saviem ģimenes locekļiem un citiem apkārtējiem. Apskatīsim, kā veicināt veselīgu pašcieņu ne tikai pašī sevī, bet arī savos bērnos. Mācīsimies par efektīvām bērnu disciplinēšanas metodēm un iztirzāsim *pozitīvas disciplīnas* paņēmienus. Mācīsimies par ģimenes struktūru, par labvēlīgām un ne tik labvēlīgām ģimenēm. Gaidīsim aktīvu līdzdalību no semināra dalībniekiem. Kopīgi pārrunāsim un meklēsim atrisinājumus gan dzīves sīkajiem, gan sarežģītājiem jautājumiem.

Tautas dziedniecība (Ilze Ābele)

Ievirzē klausīsimies ieteikumus, kā mājās gatavot augu eļļas un ziedes, dalīsimies pieredzē, kā dziedniecībā izmantot sēnes, mālus, bišu produktus. Runāsim par ēšanas paradumu ietekmi uz veselību.

Skatuves kustība (Rita Grīnfelde)

LKA manu mācību priekšmetu topošajiem aktieriem sauc par skatuves kustību. Tas, ar ko 3x3 nodarbosimies, būs vispārējās fiziskās attīstības vingrinājumi, pievēršot uzmanību elpai un skaņai. Tā teikt *pats sevi kaļu un sudrabā skanu*. Ja būs interese, pievēršīsim atsevišķu uzmanību, piemēram, plaukstām, kontaktam ar partneri, tematiskām etīdēm utt.

3x3 teātris (Valdis Lūriņš)

Spēlēsim un spēlēsimies sev un citiem par prieku!

Veselais un nedalītais (Valdis Čirksts)

Īsais, praktiski teorētiskais kurss par to, kā spēcināt sevi un sev tuvos; kā palīdzēt sev un aveseļot tautas miesu un garu. Aplūkosim mūsu iekšējā un

sabiedriskā dalījuma – veseluma trūkuma veidus. Kas mūs dala, ar kādu nolūku; veidi, metodes, sekas. Pamēģināsim praktiski sakopot sevi vienā veselumā un ievirzīt sevi veseluma-veselības virzienā, jo, stiprinot ikvienu daļu, stiprinās veselais. Veselība ir laime. Un katrs pats sava VESELUMA kalējs!

Masāžas pamatprincipi. Pašmasāžas dažādi veidi u.c.

Latvijas senvēsture - zemē apslēptā vēsture (Guntis Zemītis)

Kuršu, zemgaļu, latgaļu, sēļu un lībiešu kultūra senatnē. Jaunākais Latvijas arheoloģijā. Pārdomas par latviešu tautas veidošanos. Pagātnes mantojums un mūsu atbildība par tā saglabāšanu - t.s. *melnās arheoloģijas* problēma mūsdienās.

Floristika (Signe Ezeriņa)

Iepriecināsim sevi un citus ar ziedošo, zaļojošo augu skaistumu un mācīsimies saprasties ar dabas dotiem materiāliem.

Bišu lietas (Olafs Baltgalvis)

Vērosim dabu, bites ziedos un stropa priekšā. Paskatīsimies ko bites dara stropa iekšpusē, *aizņemsimies* no bitēm dažas ar medu pilnas šūnas. Ja palaimēsies, saņemsim kādu veselīgu bišu dzēlienu. Mājās, dravas telpā, sviedīsim medu, malsim bišu maizi, kasīsim propolisu un liesim sveces. Nogaršosim bišu produktus, minēsim mīklas un iesim rotaļās.

3x3 mājas lapa (Gundars Kalniņš)

Aicināti visi, kam interesē, kā top mājas lapa. Ņemiet līdzi savus portatīvos datorus, foto aparātus un zibatmiņu! Nedēļas laikā paplašināsim informāciju par Kandavas 3x3. Būs iespēja strādāt ar Mac OS X sistēmām.

Fotografēšana (Inārs Švarcs)

Fiksē mirkli, pārvērt to mākslas brīnumā un izbaudi radošo brīvību! Fotografēšana no pogas nospiešanas mirklim līdz mākslas darbam. Fotografijas dažādie žanri.

Ādas apstrāde (Agrita Krieviņa un Aiva Valdmane)

Iepazīsimies ar 10.-14.gs. ādas apaviem Latvijā: vēsturi, veidiem, apavu darināšanas posmiem un praktisku apavu šūšanu. Ņemsim mērus, veidosim izklājumus, piegriezīsim, šūsim. Iemācīsimies dažādas ādas savienošanas tehnikas un darba paņēmienus, piem., diegu vaskošanu. Dalībniekiem vajadzīga laba griba, stipras rokas un pacietība. Par materiālu būs jāmaksā (8-10 lati par zābakiem un ap 5 lati par postalām). Kas vēlēšies ko vienkāršāku, kopā ar Aivu varēs apgūt pamatiemaņas dažāda lieluma kārbiņu izgatavošanā.

Metāldarbi (Vilnis Leja)

Izgatavosim vienkāršus kaltus priekšmetus. Katram būs jāuzkaļ nometnes simbols - pakaviņš. Skatoties, cik ilgu laiku darba process

aizņems, varbūt spāsim izkalt kādu vienkāršu svečturīti vai krāsns kruķi.

Koka virpošana (Juris Lupkins)

Reta iespēja darboties ar senlaicīgu koka virpu, ko meistars būs atvedis no savām mājām un piedāvās izmēģināt interesentiem.

Latvijas 30. gadi – dzīves stils, mūzika (Alberts Rokpelnis)

30. gadu kultūras dzīve, vieglā mūzika, dziesmu teksti kā sabiedrības notikumu spogulis; būs gan diskusija, gan stāsti un leģendas par to laiku un tā laika cilvēkiem, gan kopīga dziesmu dziedāšana.

Baltu valodas (Austris Grasis)

Par baltiem bāliņiem un brāļiem Baltiem. Īskurss baltu filoloģijā, reliģiju un kultūras vēsturē. Iepazīsimies ar visām trim baltu valodām – prūšu, lietuviešu un latviešu, apskatīsim kopējo un atšķirīgo baltu tautu reliģijā un pasaules uztverē. Apskatīsimies arī, kādā situācijā atrodas mūsdienu latviešu valoda un noslēgumā kopā ar Zentu Mauriņu spriedīsim, ko latvietim nozīmē baltā krāsa.

Ētiski izaicinājumi šodienas latvietim (Māris Ķirsons)

Bērniem no 7 līdz 13 gadiem

Animācija (Dace Liepa un Jānis Sausnītis)

Animācijas ievirzē bērni apgūs pirmās iemaņas zīmēto filmu veidošanā un nometnes laikā izveidos animācijas filmiņu.

Vilku mācība (Jānis Krūmiņš)

Kāda ir bijusi mūsu senču zeme? Kādi ir bijuši tās aizstāvji no viss senākiem laikiem līdz mūsdienām? Kas ir karavīrs? Kādi ir bijuši karavīru ieroci. Uz šiem un vēl daudz citiem jautājumiem ievirzes dalībniekiem būs iespēja gūt atbildes. Ievirzē apgūsim loka un bultas izgatavošanas māku un sarīkosim sacensības loku šaušanā. Apgūsim arī senās ripas sišanas spēli. Nodarbības notiks laukā.

Leļļu teātris (Laila un Jānis Kirmuškas)

Katrs pats savas laimes kalējs! Nedēļas laikā kalsimies cauri leļļu teātra mākslas pamatiem. Gan ar vārdiem, gan ar darbiem, lai rezultātā izkaltu kādu dārgakmeni - izrādi. Kāda tā iznāks - viss būs atkarīgs no kopīgās darbošanās. Ar iztēli un fantāziju vien!

Visdari (Zinta Salma)

Te nu varēs izpausties visdažādāk – vienu dienu zīmēt, otru līmēt, trešo apgleznot un krāsot. Varēs vērt krellītes un aprocītes, varbūt kāds izdomās vēl kādu jautru un krāsainu nodarbi.

Improvizācijas māksla (Jurgis Spulnieks)

Kā dzīvē pielietot, izmantot improvizācijas mākslu? Tā var noderēt dažādās situācijās, sadzīvē, veidojot dialogus utt. Mācīsimies, kā ar

dažādiem vingrinājumiem katrs var attīstīt vēl neizjustus un neatklātus talantus un spējas.

Peldēšana (Uldis Zemzars)

Nedēļas laikā apgūsim peldēšanas pamatus.

Nodarbības ilgums būs atkarīgs no ūdens temperatūras un peldētāju sagatavotības.

Visiem vecumiem

Runas mācība (Ārija Liepiņa-Stūrniece)

Kā attīstīt un pilnveidot savas runas prasmes? Tas ir darbs ar savas pašapziņas celšanu, kam kalpo virkne vingrinājumu, jo būtiski jāmaina attieksme savā domāšanā, attieksme pret sevi, savu ķermeni. Ievirzē mācīsimies staltu stāju, kas palīdz radīt prieku un gandarījumu par savu esību, pareizi elpot, vingrināsim runas aparātu (lūpas, vaigu muskuļus utt.), skaitīsim *mēles mežģus*, pamazām sāksim meklēt savu īsto balsis reģistru. Paralēli apgūsim prasmi runāt dzeju, prozu, uzstāties publiski nelielas un lielas auditorijas priekšā.

Zīmēšana kā meditācija (Inga Brīniņa)

Vispirms ir māka vērīgi skatīties, tad sajust un visbeidzot attēlot. Piedāvāju ieraudzīt Kandavas ozolus, pētīt skudru takas pļavā, iepazīties ar Abavmalas suņuburkšķi un attēlot seno pilskalnu. Būs iespēja izmēģināt dažādas tehnikas – grafītu, krāsainos zīmuļus, akvareli, flomāsterus un eļļas pastēļus.

Keramika (Linda Romanovska un Velga Melne)

Gan ar rokām, gan ar virpu kopā ar Lindu veidosiet dažādas praktiskas lietišas - bļodiņas, krūzītes, podiņus u.c. Visi darbiņi vēlāk tiks nodedzināti un tos varēs lietot, piemēram, kā zupas šķīvjus vai brokastu kafijas krūzi.

Kopā ar Velgu no māla veidosiet traukus un figūras, izmēģināsim gatavot krūzītes ģipša formās liešanas tehnikā, kā to dara keramikas rūpnīcās. Būs iespēja mācīties virpot trauciņus uz podnieka ripas. Izgatavotie darbiņi tiks apdedzināti speciālā krāsnī 960^o C temperatūrā.

Rotkalšana (Andris Grebis un Uldis Melbergs)

Katrs varēs izmēģināt roku, pagatavojot sev nelielu sudraba vai cita materiāla rotu. Par materiālu būs jāmaksā. Nodarbībās katrs savā laikā var piedalīties gan lieli, gan mazi.

Rotaļas, tautasdziesmas visai ģimenei (Ilga Reizniece, Māra Mellēna)

Apgūsim un izdziedāsim dziesmas un rotaļas par prieku sev un citiem.

Novada mācība (Aksilda Petrēvica un Agris Dzenis)

Būs pastaiga pa Kandavas vecpilsētu ar stāstiem par arhitektūru un vecpilsētas iedzīvotājiem 16. - 20. gadsimtā. Būs ekskursija pa Kandavas novada senvietām: pilskalni, senās svētvietas. Būs dzimtas pētījuma veikšanas praktiskā nodarbība u.c.

Galda spēles (Jānis Grunte, Guntis Andriks)

Galda spēles, sākot no 4 gadiem, līdz pat pieaugušajiem. Galvenais - nav vajadzīgas nekādas priekšzināšanas, visu iemācīsimies uz vietas. Vienā no pēdējām nodarbību dienām varam uzrīkot nelielu turnīru kādā no spēlēm. Tā veids būs atkarīgs no spēlētāju vecuma un daudzuma. Būs arī novuss – kā brīvā laika lietderīga pavadīšana un kā sportiska izpausme un azarts.

Sports (Egita Grundmane, Andris Bambis, Uldis Vēciņš)

Sporta spēles tiks plānotas pēc dalībnieku ierosinājuma gan stadionā, gan sporta zālē. Būs arī nakts basketbols, nakts orientēšanās un citas sacensības.

Saulesargu tamborēšana (Beata Kreicberga)

Dosim lietussargam otro dzīvi – pārvērtīsim to pašu tamborētā saulesargā. Saulesargs pasargās jūs no vasaras tveices, būs ļoti noderīgs pludmalē, kalpos kā labs aksesuārs svētku reizē, lieliska dāvana dažādos svētkos un godos. Mazāka izmēra saulesargs būs lielisks aksesuārs mazajām jaunkundzēm.

Koka rotaļlietas tēviem un dēliem (Andris Millers)

Lelles radīšana mammām un meitām (Sandra Dišlere)

Bēbīšu skoliņa no 0 līdz 2 gadiņiem (Sandra Sarmule)

Katru dienu vienu stundu pirms vakariņām kopā ar mammu un tēti mācīsimies ko citu - apgūsīm kustību, smīdināšanas, ritma u..c rotaļas, pirkstiņspēli, klausīsimies putnu dziesmas un lietus dziesmu, iepazīsim dažādus taustes materiālus, veidosim katrs savu saulīti un lietus mākonīšus utt.

Pusreizpuse jeb 1/2x1/2 no 3 līdz 6 gadiem (Gundega Uzuliņa, Agnija Ose- Pelnēna, Elīna Jēgermane)

Bērni no 2 līdz 6 gadiem rīta un pēcpusdienas ievirzes laikā caur rotaļām, dziedāšanu, zīmēšanu, aplicēšanu, rokdarbiem labi un jautri pavadīs laiku. Veidosim no saviem darbiņiem izstādi, parādīsim vecākiem kādu rotaļu vai deju, ko bērni šajā nedēļā iemācīsies.

Nakts orientēšanas (Uldis Vēciņš)

„Orientēšanās – ekskluzīva kustība dabā ar mērķi ... baudiet to!”

Apvidus – Kandavas pilsētas centrālā daļa. Starti individuāli, brīvi izvēlētā laikā, piemēram, no 23.00 līdz 23.30 (par konkrētu laiku vienosimies). Atzīmēšanās uz kartes ar kompostieriem. Dalībniekiem jābūt drošam lukturītim, bet apģērbam aprīkotam ar atstarotājiem.

Darbosies arī **skatu studija, 3x3 avīzes redakcija un Kandavas 3x3 TV**. Aicināti iesaistīties arī šajās aktivitātēs!